



**Diakonie**   
Saar

**Evangelische  
Familienbildungsstätte**

**PROGRAMM  
2022**



## Evangelische Familienbildungsstätte der Diakonie Saar

Mainzer Str. 269, 66121 Saarbrücken

☎ 0681 61348, 📠 0681 61340

✉ [fambild-sb@dwsaar.de](mailto:fambild-sb@dwsaar.de)

🖱 [www.familienbildung-saar.de](http://www.familienbildung-saar.de)

🖱 Facebook: [www.facebook.com/FamilienbildungSaar/](https://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.

# Programmübersicht

Vorworte .....10

## 1 Rund um die Geburt

Kugelrund – Schwangerentreff und  
Geburtsvorbereitung..... 14

Elternkurs „Das Baby verstehen“ für  
werdende oder neue Mütter und Väter ..... 15

Babymassage (NEU!)..... 16

Babyclubs im Rahmen der Frühen Hilfen..... 17

## 2 Eltern und Kinder

PEKiP: Prager Eltern-Kind-Programm ..... 20

Babys erobern die Welt (NEU!) ..... 22

Workshop: Babyzeichensprache:  
„Mit Babys auf dem Weg zur Sprache“ ..... 23

Spielkreis für Eltern und Kinder von  
1 bis 3 Jahren ..... 24

Musikgarten für Kinder bis 2 Jahre  
mit Elternbegleitung ..... 26

Kinder lieben Tanzen (NEU!) ..... 27

Kindertanz für Kinder von 4 bis 6 Jahren ..... 28

Märchenzauber – Zaubermärchen ..... 29

Nähkurs für Baby- und Kinderbekleidung (NEU!) .... 29

Projekt Elternschule: „Erziehen und Lernen fördern“ .. 30

**ELTERNSCHULE DIGITAL**

Stress- und Krisenprophylaxe bei akutem Notfall am Kind .....	31
Umgang mit „Mental Load“ – Die Last der alltäglichen Verantwortung! .....	31

**ELTERNSCHULE IN DER  
FAMILIENBILDUNGSSTÄTTE**

Kinderkurs: „Ich denk mich schlau“ für Kinder im Grundschulalter .....	32
Autonomieentwicklung von Kindern und Jugendlichen (NEU!) .....	32
In die Schule, fertig, los! Angebot für Kinder und Eltern zum Schulanfang (NEU!) .....	33
Regeln für ein Familienleben: Grenzen und Konsequenzen (NEU!) .....	33
Resilienz – Chancen aus der Krise (NEU!) .....	34

**ELTERNBILDUNG IM KINDERHAUS  
MALSTATT**

Kinder brauchen Grenzen .....	35
Wie mache ich mein Kind stark? .....	35
Doktorspiele und kindliche Sexualität.....	36

**ANGEBOTE FÜR ELTERN UND KINDER  
IM STADTTEIL**

Veranstaltungen der Gemeinwesen- arbeit (GWA) Saarbrücken-Dudweiler .....	37
Veranstaltungen des Kinderbildungs- zentrums Malstatt (KIBIZ) .....	38
Veranstaltungen der Gemeinwesen- arbeit (GWA) Brebach .....	39

**ANGEBOTE DES VERBANDES  
ALLEINERZIEHENDER MÜTTER UND VÄTER**

Elterncafé mit Kinderbetreuung .....	40
Sonntagstreff .....	40

**3 Medienkompetent im Alltag**

Einstiegskurs: Mein Smartphone und ich – einfach und sicher .....	42
Aufbaukurs: Mein Smartphone und ich – einfach und sicher .....	43
WhatsApp – So geht's! (NEU!) .....	44
Einstiegskurs: Mein Tablet und ich – einfach und sicher .....	45
Einzelberatung: Rat und Tat für PC, Smartphone und Tablet .....	45
Digitaler Stammtisch .....	46
Arbeitskreis „Zeitgemäße Bildung“ (NEU!) .....	46
Kaffee-Kuchen-Tablet.....	47
Kommunikation mit Tablets.....	47
Sprechstunde Tablet, Handy & Co. ....	48
Virtuelles Mehrgenerationenhaus.....	48

**4 Lebensphasen, Gesellschaft, Theologie**

Klang-Begegnungen .....	50
Klang-Meditation .....	51
Gesprächskreis „Frauen reden mit Frauen“ .....	52
Einführung in die wertschätzende und gewaltfreie Kommunikation nach M. Rosenberg .....	52
Jahreskurs 2021: Wo fängt Frieden an? .....	53

Empathie! Aber wie? .....	54
Hören und gehört werden .....	54
Paarseminar: Immer musst du Recht haben! Konflikte beherzt meistern (NEU!) .....	55
Kochkurs: Köstlichkeiten aus der türkischen Küche ...	55
Ganzheitliches Gedächtnistraining .....	56
Senioren-Sommer-Woche im BürgerInnenZentrum Brebach .....	57
Gemeinsam kochen mit allen Sinnen (geschlossene Gruppe) .....	57
Gesprächskreis von Frauen für Frauen .....	58
Infoabend: Wer hilft mir, wenn ich pflegebedürftig werde? .....	58
Gesprächskreis für Trauernde .....	59
Infoveranstaltung „Demenzpartnerin und Demenzpartner werden!“ .....	60
Informationsabend „Hospiz, was ist das?“ – Hospiz als Lebensort .....	61
Patientenverfügung – Muss ich das haben? .....	61
Seminar zu fair gehandelten Mangos – Einsatz für Fairen Handel und Kinderrechte (NEU!) .....	62
Das Kinderhospiz- und Palliativteam Saar stellt seine Arbeit vor (NEU!) .....	64
Vorsorgevollmacht – Vorstellung verschiedener Vorsorgemöglichkeiten .....	64
Vortrags- und Gesprächsabend: „Zuhause leben bis zuletzt“ .....	65
Integrations Sprachkurse nach der Integrationskursverordnung (IntV)	
Berufsbezogene Sprachförderung nach der Deutschförderverordnung (DeuFöV) .....	65
<b>SENIORENBERATUNG ESCHBERG</b>	
Seniorenberatung .....	66

## 5 Gesundheit, Bewegung & Entspannung

Qigong Yangsheng – Weg zur Stressbewältigung und zur inneren Ruhe .....	68
Rücken in Balance .....	69
Genusswandern nicht nur für Singles .....	69
Kräuter in der Natur entdecken .....	70
Auf Spürwegen in den Feierabend .....	71
Spürwege erwandern im Frühsommer .....	71
Vitametik – Die manuelle Methode bei Stress, Verspannungen und Schmerzen .....	72
Gesunde Wege aus der Hormonkrise .....	72
Workshops zu Gesundheit, Ernährung, Gesundheitssport .....	74
Die Woche der Stille im Saarland im November .....	74

## 6 Kreativität

Mein Herzenswunsch – Kurs über die Magie des Stickens .....	76
Nähkurse für Anfänger und Fortgeschrittene .....	77

## 7 Fortbildung und Ehrenamt

### FORTBILDUNGEN FÜR PÄDAGOGISCHE FACHKRÄFTE

AK8 Gewaltprävention: Wertschätzende, verbale und körperliche Intervention für pädagogische Fachkräfte .....	80
Schnuppertag zum Zürcher Ressourcen Modell (ZRM®) (NEU!) .....	81
Das Zürcher Ressourcen Modell (ZRM®) Anerkannter Grundkurs .....	82

ZRM® Supervisionstag (NEU!) .....	83
Klartext reden ohne zu verletzen und verletzt zu werden – Wertschätzende Kommunikation in der pädagogischen Arbeit .....	84
Ausbildungskurs zur Kursleiterin/zum Kursleiter „Starke Kinder haben Mut!“ .....	85
<b>FORTBILDUNGEN FÜR TAGESMÜTTER UND -VÄTER</b>	
Treff für Tagesmütter und -väter .....	86
<b>KINDERBETREUUNG &amp; KINDER-TAGESPFLEGE</b> .....	
	87
<b>FORTBILDUNGEN FÜR MITARBEITENDE IN EV. KINDERTAGESEINRICHTUNGEN</b> .....	
	87
<b>FORTBILDUNGEN DES BETREUUNGS-VEREINS SAARBRÜCKEN UND SAAR e. V.</b>	
Patientenverfügung kurz erklärt – Online .....	88
Vorsorgevollmacht – Vorstellung verschiedener Vorsorgemöglichkeiten .....	89
Einführung in die rechtliche Betreuung .....	89
Vorsorgevollmacht kurz erklärt – Online.....	90
Patientenverfügung – Was ist das? .....	90
<b>ANGEBOTE FÜR HAUPT- UND EHREN-AMTLICHE DER KIRCHENGEMEINDEN</b>	
Schulungen im Bereich sexualisierter Gewalt (NEU!) .....	91
Arbeitskreis offene kirchliche Altenarbeit im Kirchenkreis Saar-West.....	92
Arbeitskreis „Senioren und Demenz“ im Kirchenkreis Saar-Ost .....	92
Austauschrunde für Ehrenamtliche im Kirchenkreis Saar-Ost .....	93

Fortbildungen zur Unterstützung geflüchteter Menschen .....	94
Ausbildung zur ehrenamtlichen Hospizhelferin oder zum Hospizhelfer .....	95
<b>FORTBILDUNGEN DER LAG EV. ERWACHSENENBILDUNG IM SAARLAND</b> .....	
	96

## 8 Anhang

Das Team der Familienbildungsstätte .....	97
Unsere Referentinnen und Referenten.....	98
Kontakt, Anmeldung und Datenschutz .....	104



## Zu diesem Programm

### *Liebe Leserinnen und Leser,*

Familie ist überall dort, wo Menschen aller Generationen füreinander sorgen und Verantwortung übernehmen. Besonders in schwierigen Zeiten zeigt sich deutlich, wie wichtig sie ist. Allerdings hat uns die Corona-Pandemie auch gezeigt, dass die Welt auf eine solche Krise nicht vorbereitet war und gerade die Herausforderungen und Bedarfe der Familien nur wenig im Blick waren. Hier steht die Familienpolitik in den kommenden Jahren vor der großen Herausforderung, die negativen Folgen der Pandemie aufzufangen und Familien zu stärken.

Auch wir möchten Ihnen mit unserem neuen Jahresprogramm voller kreativer und stärkender Angebote weiterhin ermöglichen, sich wieder (neu) zu orientieren, Kraft zu tanken und mit anderen auszutauschen. Vielfältige Bildungsangebote aus den Bereichen Eltern und Kinder, Gesundheit, Kommunikation, Medien, Kreativität, Leben im Alter und vielem mehr stehen zur Auswahl.

Auf unserer Homepage [www.familienbildung-saar.de](http://www.familienbildung-saar.de) können Sie sich über aktuelle Angebote informieren und auch gerne unseren Newsletter abonnieren. Auch über unsere Facebookseite [www.facebook.com/FamilienbildungSaar](https://www.facebook.com/FamilienbildungSaar) bleiben Sie auf dem Laufenden.

Aber auch der persönliche Kontakt soll bei uns niemals zu kurz kommen. Gerne beraten wir Sie bei der Suche nach Ihrem Wunschkurs und sind immer offen für neue Ideen und Anregungen. Sprechen Sie uns einfach an, wir freuen uns auf Sie!

Ihre

Anke Jung – Leiterin der Familienbildungsstätte



## Grußwort

der Ministerin für  
Bildung und Kultur,  
Christine Streichert-Clivot

### *Liebe Leserin, lieber Leser,*

die Digitalisierung erfasst inzwischen praktisch alle Lebensbereiche und verändert unser Leben an vielen Stellen grundlegend. Das haben wir in der Corona-Krise auf vielfältige Art und Weise besonders eindrücklich erlebt. Auch unabhängig von der Krise sind Digital- und Medienkompetenz aber zunehmend wichtiger werdende Voraussetzungen für soziale und berufliche Teilhabe.

Denn die Digitalisierung verändert Arbeitsprozesse und schafft neue Möglichkeiten und Chancen. Das gilt im Beruf ebenso wie im privaten Bereich oder auch im Ehrenamt. Diese Möglichkeiten und Chancen auch tatsächlich nutzen zu können, macht es regelmäßig notwendig, neue Kenntnisse und Fertigkeiten zu erwerben – eben, sich weiterzubilden. Das ist völlig normal, nicht nur im Bereich Digitalisierung und Medien. Dennoch werden Weiterbildungsangebote im Saarland noch viel zu selten in Anspruch genommen.

Deshalb möchte ich Sie ausdrücklich ermuntern, die vielfältigen und qualitativ hochwertigen Angebote der Weiterbildungseinrichtungen für sich zu nutzen. Das vorliegende Programm ist thematisch äußerst vielfältig und enthält auch Angebote, die Sie auf dem Weg der Digitalisierung mitnehmen.

Eine große Fülle an Angeboten finden Sie auch auf unserem saarländischen Weiterbildungsportal, das Sie unter [www.weiterbildungsportal.saarland](http://www.weiterbildungsportal.saarland) erreichen. Ich wünsche Ihnen bei der Kurs- und Veranstaltungssuche viel Freude und Erfolg beim Lernen!

Ihre

Christine Streichert-Clivot – Ministerin für Bildung und Kultur

## Wir bieten Bildung – auch in Corona-Zeiten!

Die Corona-Pandemie hat auch die Arbeit der Evangelischen Familienbildungsstätte verändert: Kursgruppen werden kleiner, eine Reihe Veranstaltungen bieten wir jetzt online an, und wenn Sie unsere Kurse vor Ort besuchen möchten, sind die jeweils aktuellen Corona-Regeln einzuhalten. Zusätzlich gelten in unseren Räumen die **AHA-Regeln**: **A**bstand, **H**ygiene und **A**lltag mit Maske!



Sie sollen sich hier sicher fühlen, wenn Sie einen Kurs bei uns besuchen. Denn wir wollen, dass Sie gesund bleiben!

## 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.

Besuchen Sie uns im Internet:

➤ [www.familienbildung-saar.de](http://www.familienbildung-saar.de)

# 1 RUND UM DIE GEBURT



## ■ Kugelrund – Schwangerentreff und Geburtsvorbereitung

Der Schwangerentreff gibt werdenden Müttern die Gelegenheit, sich rund um die Themen Schwangerschaft, Geburt und die Zeit voller Veränderungen auszutauschen.

Mögliche Themen sind: Gesund durch die Schwangerschaft, Kreißaal-Besuch, Informationen zu Unterstützungsangeboten für Familien, Wochenbett, Verhütung nach der Geburt, die erste Zeit mit dem Baby, Yoga...

👤 **Denise Ostwaldt**

🏠 Haus der Diakonie, Johannisstraße 6, Saarbrücken  
In Kooperation mit der Ev. Beratungsstelle für Schwangerschaftskonflikte, Familienplanung und Sexualpädagogik und mit Unterstützung des Regionalverbandes Saarbrücken.

Kosten: keine

Anmeldung: ☎ 0681 65743

- **Kurs-Nr. 1** dienstags, 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.

👤 **Ulrike Stitz, Hebamme**

Kosten: 20 Euro pro Paar / Einzelperson

Anmeldung: ☎ 0681 61348

oder bei Ulrike Stitz, ☎ 0170 1898046

- **Kurs-Nr. 2** montags, 10. und 17. Januar, 18.30–20.45 Uhr und montags, 24. und 31. Januar, 18.30–20 Uhr
- **Kurs-Nr. 3** montags, 25. April und 2. Mai, 18.30–20.45 Uhr und montags, 9. und 16. Mai, 18.30–20 Uhr
- **Kurs-Nr. 4** montags, 10. und 17. Oktober, 18.30–20.45 Uhr und montags, 24. und 31. Oktober, 18.30–20 Uhr

1

2

3

4

5

6

7

8

## ■ Babymassage

Liebevolle Berührung durch Eltern ist eine der wichtigsten Zuwendungen, die ein Kind braucht, damit die Entwicklung gefördert wird. Insbesondere die sanfte Babymassage trägt dazu bei, dass ein Kind im ersten Lebensjahr das Urvertrauen zu seinen Eltern aufbauen kann. Die Berührungen, das Streicheln und die Umarmungen, die ein Mensch in früher Kindheit erfährt, helfen ihm, ein gesundes Selbstwertgefühl aufzubauen.

Bitte ein Handtuch mitbringen.

👤 N.N.

🏠 Familienbildungsstätte

Kosten: 55 Euro für 5 Termine

Anmeldung: ☎ 0681 61348

- **Kurs-Nr. 5**    donnerstags, 3. März–31. März,  
9.30–10.30 Uhr
- **Kurs-Nr. 6**    donnerstags, 23. Juni–21. Juli,  
9.30–10.30 Uhr
- **Kurs-Nr. 7**    donnerstags, 22. September–  
20. Oktober, 9.30–10.30 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 regelmäßig 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](mailto:fruehehilfen@rvsbr.de)

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

Kosten: keine

Die Babyclubs finden an folgenden Standorten statt:

### St. Johanner Babyclub (NEU!)

👤 Korinna Benthien

🏠 Haus der Diakonie, Johannisstraße 6

Anmeldung: ☎ 0681 65743

- **Kurs-Nr. 8**    donnerstags, 13.30–15 Uhr  
Altersgruppe 0 bis 12 Monate

### Brebacher Babyclub

👤 Korinna Benthien

🏠 Kinderhaus 2, Saarbrücker Straße 60

Anmeldung: ☎ 0681 9508327

- **Kurs-Nr. 9**    donnerstags, 10–11.30 Uhr  
Altersgruppe 0 bis 12 Monate

**Malstatter Babyclub**

👤 Cornelia Palermo

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

Anmeldung: ☎ 0681 4163000

■ **Kurs-Nr. 10** dienstags, 10–11.30 Uhr  
Altersgruppe 0 bis 12 Monate

**Völklinger Babyclub**

👤 Rebecca Wilhelm

🏠 Gemeinwesenarbeit & Kinderhaus, Marktstraße 15

Anmeldung: ☎ 06898 3090914

■ **Kurs-Nr. 11** donnerstags, 10–11.30 Uhr  
Altersgruppe 0 bis 12 Monate

**Dudweiler Babyclub**

👤 Hildegard Eisenla

🏠 Gemeinwesenarbeit Dudweiler, Am Markt 115

Anmeldung: ☎ 06897 7780130

■ **Kurs-Nr. 12** freitags, 9.30–11 Uhr  
Altersgruppe 0 bis 12 Monate

**Burbacher Babyclub**

👤 N.N.

🏠 Haltestelle, Bergstraße 6, 1. Etage

Anmeldung: ☎ 0681 761950

■ **Kurs-Nr. 13** 10–11.30 Uhr  
Altersgruppe 0 bis 12 Monate

## 2 ELTERN UND KINDER





## ■ PEKiP: Prager Eltern-Kind-Programm

Die Gruppenarbeit ist eine spezielle Form der Entwicklungsförderung und -begleitung im ersten Lebensjahr der Kinder. 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 beide Elternteile einbezieht.

👤 [Rebecca Wilhelm](#)

🏠 Familienbildungsstätte

Kosten: 95 Euro

Anmeldung: ☎ 0681 61348

- **Kurs-Nr. 14** dienstags, ab 18. Januar, 11.15–12.45 Uhr  
Altersgruppe: im April, Mai, Juni 2021 geborene Kinder
- **Kurs-Nr. 15** dienstags, ab 26. April, 11.15–12.45 Uhr  
Altersgruppe: im April, Mai, Juni 2021 geborene Kinder
- **Kurs-Nr. 16** mittwochs, ab 27. April, 11.15–12.45 Uhr  
Altersgruppe: im Juli, August, September 2021 geborene Kinder
- **Kurs-Nr. 17** mittwochs, ab 19. Januar, 9.15–10.45 Uhr  
Altersgruppe: im Oktober, November, Dezember 2021 geborene Kinder

- **Kurs-Nr. 18** mittwochs, ab 27. April, 9.15–10.45 Uhr  
Altersgruppe: im Oktober, November, Dezember 2021 geborene Kinder
- **Kurs-Nr. 19** mittwochs, ab 21. September, 9.15–10.45 Uhr  
Altersgruppe: im Oktober, November, Dezember 2021 geborene Kinder
- **Kurs-Nr. 20** dienstags, ab 26. April, 9.15–10.45 Uhr  
Altersgruppe: im Januar, Februar, März 2022 geborene Kinder
- **Kurs-Nr. 21** dienstags, ab 20. September, 9.15–10.45 Uhr  
Altersgruppe: im Januar, Februar, März 2022 geborene Kinder
- **Kurs-Nr. 22** dienstags, ab 20. September, 11.15–12.45 Uhr  
Altersgruppe: im April, Mai, Juni 2022 geborene Kinder
- **Kurs-Nr. 23** mittwochs, ab 12. Oktober, 11.15–12.45 Uhr  
Altersgruppe: im Juli, August, September 2022 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.

Weitere PEKiP-Kurse finden Sie bei unserer Kooperationspartnerin Anja Müller, Praxis für Familie und Gesundheit, Kaiserstraße 38, 66121 Saarbrücken-Schafbrücke:

☎ 0681 9580239, ✉ [info@ekkf.de](mailto:info@ekkf.de), 🌐 [www.ekkf.de](http://www.ekkf.de)

1

2

3

4

5

6

7

8

## ■ Babys erobern die Welt (NEU!)

Babys erobern über ihre Sinneswahrnehmung, über Bewegung und emotionale Bindung die Welt. Sie sind von Anfang an aktiv, interessiert und lernbegierig. Gerade in den ersten zwölf Monaten sind die Entwicklungsschritte immens.

In diesem Kurs erwartet Sie ein Konzept, das Ihnen

- Unterstützung und Begleitung dabei gibt, die Entwicklungen und Bedürfnisse Ihres Babys noch besser kennenzulernen
- sinnvolle und altersgemäße Spiel- und Bewegungsanregungen für und mit Ihrem Baby aufzeigt
- hilft Ihre Selbstsicherheit in der Elternrolle zu festigen; mit ganz viel Musik und Bewegung, denn darüber lernt Ihr Baby die Welt am liebsten kennen.

👤 **Korinna Benthien**

🏠 Familienbildungsstätte

Kosten: 75 Euro für 10 Termine

Anmeldung: ☎ 0681 61348 bei Korinna Benthien,

☎ 0157 51518933, ✉ [korinna0610@gmail.com](mailto:korinna0610@gmail.com)

### Kurse für Eltern mit Babys ab der

#### 10. Woche bis 6 Monate:

- **Kurs-Nr. 24** montags, 17. Januar–4. April, 11.30–12.45 Uhr
- **Kurs-Nr. 25** montags, 25. April–4. Juli, 11.30–12.45 Uhr
- **Kurs-Nr. 26** montags, 19. September–12. Dezember, 11.30–12.45 Uhr

#### Kurse für Eltern mit Babys von 6 bis 12 Monaten:

- **Kurs-Nr. 27** montags, 17. Januar–4. April, 13.30–14.45 Uhr
- **Kurs-Nr. 28** montags, 25. April–4. Juli, 13.30–14.45 Uhr
- **Kurs-Nr. 29** montags, 19. September–12. Dezember, 13.30–14.45 Uhr

## ■ Workshop: Babyzeichensprache: „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**

🏠 Familienbildungsstätte

Kosten: 40 Euro (Partnerbetrag 25 Euro)

Anmeldung: ☎ 0681 61348 oder bei

Patricia Steimer, ☎ 0152 53677429,

✉ [Patricia.Steimer@babyzeichensprache.com](mailto:Patricia.Steimer@babyzeichensprache.com)

- **Kurs-Nr. 30** Samstag, 26. März, 10–14.30 Uhr
- **Kurs-Nr. 31** Samstag, 26. November, 10–14.30 Uhr

## Verschenken Sie doch mal einen Kurs

der Evangelischen Familienbildungsstätte!  
Informationen unter ☎ 0681 61348

1  
2  
3  
4  
5  
6  
7  
8

## ■ Spielkreis für Eltern und Kinder von 1 bis 3 Jahren

Kinder und ihre Eltern treffen sich wöchentlich im Spielkreis zum Spielen, Singen und Basteln. Die Kinder haben die Möglichkeit untereinander in Kontakt zu treten und sich im Miteinander und Nebeneinander auszuprobieren. Es finden altersentsprechende Bewegungsanreize und Sinneserfahrungen statt. Die Angebote orientieren sich an den Jahreszeiten mit den dazugehörigen Feiertagen.

👤 **Rebecca Wilhelm**

🏠 Familienbildungsstätte

Kosten: 30 Euro für 5 Termine

Anmeldung: ☎ 0681 61348

- **Kurs-Nr. 32** donnerstags, 20. Januar – 17. Februar, 15.30–17 Uhr
- **Kurs-Nr. 33** donnerstags, 10. März–7. April, 15.30–17 Uhr
- **Kurs-Nr. 34** donnerstags, 28. April–2. Juni, 15.30–17 Uhr
- **Kurs-Nr. 35** donnerstags, 23. Juni–21. Juli, 15.30–17 Uhr
- **Kurs-Nr. 36** donnerstags, 22. September–20. Oktober, 15.30–17 Uhr
- **Kurs-Nr. 37** donnerstags, 10. November–8. Dezember, 15.30–17 Uhr

# ONLINE ERLEDIGT, OFFLINE ENTSPANNT.

[www.energie-saarlorlux.com](http://www.energie-saarlorlux.com)



**Energie SaarLorLux**



## ■ Musikgarten für Kinder bis 2 Jahre mit Elternbegleitung

Der Kurs richtet sich an Kinder ab 5 Monaten und ihre erwachsene Bezugsperson. Er lädt zum gemeinsamen musikalischen Spiel ein. Musikgarten bietet: altershomogene Gruppen, Singen und rhythmisches Sprechen, Einsatz des ganzen Körpers als Instrument, altersgemäße einfache Instrumente und Materialien, altersgemäße musikalische Spiele und Aktivitäten, Bewegung und Tanz – das alles in einer schönen Atmosphäre, in der Eltern und Kinder auf eine musikalische und tänzerische gemeinsame Reise gehen und eine intensive Zeit miteinander verbringen.

👤 **Korinna Benthien**

🏠 Familienbildungsstätte

Kosten: 64 Euro für 10 Termine, jeweils inklusive Klanghölzer

Anmeldung: ☎ 0681 61348 oder bei Korinna Benthien, ☎ 0157 51518933,

✉ [korinna0610@gmail.com](mailto:korinna0610@gmail.com)

- **Kurs-Nr. 38** montags, 17. Januar–4. April, 10.15–11 Uhr
- **Kurs-Nr. 39** montags, 17. Januar–4. April, 15.15–16 Uhr
- **Kurs-Nr. 40** montags, 25. April–4. Juli, 10.15–11 Uhr
- **Kurs-Nr. 41** montags, 25. April–4. Juli, 15.15–16 Uhr
- **Kurs-Nr. 42** montags, 19. September–12. Dezember, 10.15–11 Uhr
- **Kurs-Nr. 43** montags, 19. September–12. Dezember, 15.15–16 Uhr

## ■ Kinder lieben Tanzen (NEU!)

Ein Tanzkurs für Kinder von 2 bis 4 ½ Jahren mit Elternbegleitung. Tanzen ist Bewegen zu Musik und macht schon den Kleinsten ganz viel Spaß. Das zeigen sie uns auch ganz deutlich, denn Kinder



lieben es, sich zu Musik zu bewegen. Hier setzt unser Kurs an und lädt schon die Kleinsten zum Tanzen ein, immer zusammen mit Mama oder Papa, die aktiv mittanzen.

Ganz nebenbei und fast von alleine passieren beim Tanzen ganz viele Dinge: Musikalität und Rhythmusgefühl werden geschult, Motorik, Koordination, Raumgefühl und Selbstwahrnehmung werden auf spielerische Weise gefördert.

Die Erfahrung in der Gruppe gemeinsam mit anderen Kindern und Erwachsenen stärkt das Selbstvertrauen des Kindes und trägt zum guten sozialen Miteinander bei. Nicht zuletzt verbringen Eltern und Kind eine gute gemeinsame Zeit, in der sie zusammen jede Menge Spaß und Lebensfreude haben.

👤 **Korinna Benthien**

🏠 Familienbildungsstätte

Kosten: 65 Euro für 10 Termine

Anmeldung: ☎ 0681 61348 oder bei Korinna Benthien, ☎ 0157 51518933,

✉ [korinna0610@gmail.com](mailto:korinna0610@gmail.com)

- **Kurs-Nr. 44** dienstags, 18. Januar–5. April, 15.30–16.15 Uhr
- **Kurs-Nr. 45** dienstags, 18. Januar–5. April, 16.30–17.15 Uhr
- **Kurs-Nr. 46** dienstags, 26. April–5. Juli, 15.30–16.15 Uhr
- **Kurs-Nr. 47** dienstags, 26. April–5. Juli, 16.30–17.15 Uhr
- **Kurs-Nr. 48** dienstags, 20. September–13. Dezember, 15.30–16.15 Uhr
- **Kurs-Nr. 49** dienstags, 20. September–13. Dezember, 16.30–17.15 Uhr

## ■ Kindertanz für Kinder von 4 bis 6 Jahren

Der Kindertanz greift die kindliche Freude an der Bewegung auf, um auf spielerische Weise Musikalität und Rhythmusgefühl zu fördern. Inhalte des Kindertanzkurses sind u.a.: Bewegungsspiele mit unterschiedlichen Materialien, kindgerechte Choreographien, kreatives Tanzen und Stoppspiele, Singen, Rhythmisieren und Improvisieren, Bewegungen und Tänze zur Förderung der Koordination und Haltung, Bewegungen auf der Raumdiagonalen, Kreistänze und Tänze in Linienaufstellung. Der Kurs findet ohne Eltern statt. Die Kinder sollten bequeme Kleidung tragen und Turnschlappchen oder Socken mitbringen.

👤 **Korinna Benthien**

🏠 Familienbildungsstätte

Kosten: 70 Euro für 10 Termine

Anmeldung: ☎ 0681 61348 oder bei  
Korinna Benthien, ☎ 0157 51518933,

✉ [korinna0610@gmail.com](mailto:korinna0610@gmail.com)

- **Kurs-Nr. 50** montags, 17. Januar–4. April,  
16.30–17.30 Uhr
- **Kurs-Nr. 51** montags, 25. April–4. Juli,  
16.30–17.30 Uhr
- **Kurs-Nr. 52** montags, 19. September–  
12. Dezember, 16.30–17.30 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 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](http://www.digitale-elternbildung.de)

## ■ Märchenzauber – Zaubermärchen

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. An diesem Nachmittag entführt die Märchenerzählerin Kinder ab 4 Jahre mit einer erwachsenen Begleitperson in die Zauberwelt der phantastischen Geschichten, in die sie sich beim Zuhören hinein träumen können. Nach dem Erzählen besteht das Angebot, das Gehörte in pädagogischem Rollenspiel zu vertiefen. Ein reichhaltiger Verkleidungs- und Requisitenkoffer steht bereit.

👤 **Hella Brust**

🏠 Familienbildungsstätte

Kosten: 10 Euro für ein Elternteil mit Kind, 3 Euro für jedes weitere Kind, inklusive Tee und Gebäck

Anmeldung: ☎ 0681 61348

- **Kurs-Nr. 53** Samstag, 10. Dezember, 15–17.15 Uhr

## ■ Nähkurs für Baby- und Kinderbekleidung (NEU!)

Möchten Sie einzigartige Lieblingsstücke für Ihren kleinen Schatz nähen lernen? Dann sind Sie genau richtig bei uns! In einer kleinen, gemütlichen Runde begleitet Sie in der Herstellung Ihrer Projekte die gelernte Modeschneiderin, die selbst Mama von drei Kindern ist. Nähmaschinen, Overlock sowie zahlreiche Schnittmuster für Baby- und Kinderbekleidung werden Ihnen zur Verfügung gestellt. Wir freuen uns auf Sie und Ihre Ideen! Beim ersten Treffen bitte mitbringen: Stoffreste beziehungsweise Stoff, falls vorhanden Musterbögen, Nähutensilien (Schere, Nähgarn, Stecknadeln).

👤 **Viktoria Maslennikov**

🏠 Familienbildungsstätte

Kosten: 65 Euro für 9 Termine

Anmeldung: ☎ 0681 61348

- **Kurs-Nr. 54** donnerstags, 28. April–14. Juli,  
17.30–20 Uhr

## ■ 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
- Autonomieentwicklung von Kindern und Jugendlichen
- Resilienz – Kinder für Krisen stärken!
- 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
- Kinderkurs: „Ich denk mich schlau“ für Kinder im Grundschulalter
- Mental Load – Die Last der alltäglichen Verantwortung

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

Anmeldung und Infos unter: ☎ 0681 61348

Gefördert vom saarländischen Bildungsministerium

🖱 [www.elternschule.saarland.de](http://www.elternschule.saarland.de)

■ **Kurs-Nr. 55**

## ELTERNSCHULE DIGITAL

### ■ Stress- und Krisenprophylaxe bei akutem Notfall am Kind

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**

🏠 Online (Per E-Mail weitere Infos zum Ablauf)

Kosten: keine

Anmeldung: ☎ 0681 61348

■ **Kurs-Nr. 56** Donnerstag, 31. März, 18–20 Uhr

■ **Kurs-Nr. 57** Donnerstag, 13. Oktober, 18–20 Uhr

### ■ Umgang mit „Mental Load“ – Die Last der alltäglichen Verantwortung!

„Mental Load“ als unbezahlte Denk- und Sorgearbeit ist oft ein Thema von Frauen und Müttern. Es steht für die alltägliche Gesamtverantwortung für Haushalt, Familie und Beziehungspflege, welche allerdings wenig Anerkennung findet. Hinzu kommt oft die eigene Berufstätigkeit. Muss man allen Erwartungen und Herausforderungen des persönlichen Umfeldes gerecht werden und dabei noch entspannt und glücklich sein? Der Themenabend geht „Mental Load“ auf die Spur und hilft, eigene Grenzen zu erkennen und anzuerkennen.

👤 **Nicole Burkert-Arbogast**

🏠 Online (Per E-Mail weitere Infos zum Ablauf)

Kosten: keine

Anmeldung: ☎ 0681 61348

■ **Kurs-Nr. 58** Donnerstag, 23. Juni, 18–20 Uhr

1

2

3

4

5

6

7

8

## ELTERNSCHULE IN DER FAMILIENBILDUNGSSTÄTTE

### ■ **Kinderkurs: „Ich denk mich schlau“ für Kinder im Grundschulalter (NEU!)**

In diesem Kurs helfen Übungen dabei, rechte und linke Gehirnhälfte besser zu verknüpfen. Damit können Konzentration wie auch Aufnahmefähigkeit gesteigert und die Lust am Lernen gefördert werden. Gleichzeitig lernen die Kinder abzuschalten und innere Ruhe zu genießen. Die Kinder erhalten Lesezeichen, durch die sie Übungen immer wieder abrufen können. Die Eltern sind zur Begrüßung und am letzten Termin dabei und erhalten ein kleines Handout.

 Désirée Huyras-Zapp  
 Familienbildungsstätte  
 Kosten: 10 Euro für 5 Termine  
 Anmeldung: ☎ 0681 61348

■ **Kurs-Nr. 59** freitags, 11. März–8. April, 15.30–17 Uhr

### ■ **Autonomieentwicklung von Kindern und Jugendlichen (NEU!)**

Autonomie meint die Fähigkeit sein eigenes Leben unabhängig von anderen gestalten zu können. Jedes Kind durchläuft diesen Prozess und entwickelt sein eigenes „Ich“, seine Persönlichkeit. „Trotzphase“, „Wackelzahnpubertät“ und (Vor-)Pubertät bezeichnen Phasen von Kindern und Jugendlichen, die von Eltern als besonderes anstrengend erlebt werden. Wie können Eltern den Prozess der Entwicklung der Autonomie unterstützen und mehr Gelassenheit im Umgang damit entwickeln?

 Susanne Wilhelm  
 Familienbildungsstätte  
 Kosten: keine  
 Anmeldung: ☎ 0681 61348

■ **Kurs-Nr. 60** Donnerstag, 7. April, 19–21 Uhr

### ■ **In die Schule, fertig, los! Angebot für Kinder und Eltern zum Schulanfang (NEU!)**

Der Beginn der Schulzeit ist für jedes Kind etwas Besonderes, und auch für seine Eltern. Für die Kinder beginnt mit dem Schulanfang eine neue Lebensphase, die wieder einen Schritt mehr in ihre Selbstständigkeit führt und die auch Eltern vor neue Aufgaben stellt. In drei Terminen bereiten sich Kinder und Eltern gemeinsam auf den Schulstart vor: Was brauche ich? Was erwartet mich? Mein Schulweg! Abschied von der Kita. Es wird gespielt und gelacht, wir gehen gemeinsam auf Fantasiereise und nehmen wichtige Anregungen für den Schulstart mit.

 Nicole Burkert-Arbogast, Susanne Wilhelm  
 Familienbildungsstätte  
 Kosten: keine  
 Anmeldung: ☎ 0681 61348

■ **Kurs-Nr. 61** donnerstags, 7. bis 21. Juli, 16.30–18 Uhr (3 Termine)

### ■ **Regeln für ein Familienleben: Grenzen und Konsequenzen (NEU!)**

Familienregeln geben sowohl Kindern als auch Eltern Halt und Struktur. Grenzen zu setzen und zu beachten wird im gemeinsamen Familienleben gelernt. Wie können wir in der Erziehung von Kindern wirksam Grenzen setzen? Grenzen machen nur dann Sinn, wenn ihrer Übertretung (logische) Konsequenzen folgen. Wie sehen wertschätzende Konsequenzen aus? Wie kann ein Gespräch mit den Kindern aussehen, das auf Grenz-übertretung aufmerksam macht?

 Nicole Burkert-Arbogast, Susanne Wilhelm  
 Familienbildungsstätte  
 Kosten: keine  
 Anmeldung: ☎ 0681 61348

■ **Kurs-Nr. 62** Donnerstag, 29. September, 19–21 Uhr

## ■ Resilienz – Kinder für Krisen stärken!

Herausforderungen und Krisen – kleine und große – gehören zum Aufwachsen von Kindern dazu. Belastende Lebenssituationen und kritische Ereignisse erfolgreich zu bewältigen ist eine Aufgabe, die auch das Erwachsensein begleitet. Resilienz ist die Fähigkeit Krisen zu meistern und als Anlass für die weitere Entwicklung zu nutzen. Resilienz ist die Immunabwehr der Seele. Sie ist nicht angeboren, sondern wird vor allem in der Kindheit und Jugendzeit erworben. Wir erarbeiten Fördermöglichkeiten in der Erziehung am Beispiel des 7-Säulen Modells der Resilienz und überlegen, welche Strategien der Stärkung Eltern für sich nutzen können.

👤 **Nicole Burkert-Arbogast, Susanne Wilhelm**

🏠 Familienbildungsstätte

Kosten: keine

Anmeldung: ☎ 0681 61348

■ **Kurs-Nr. 63** Donnerstag, 17. November,  
19–21 Uhr

Alle Veranstaltungen werden in Kooperation mit dem Referat Kindertageseinrichtungen der Diakonie Saar sowie der Servicestelle Kinderbetreuung und Kindertagespflege durchgeführt und über das Projekt Elternschule des saarländischen Bildungsministeriums gefördert.

## ELTERNBILDUNG IM KINDERHAUS MALSTATT

In entspannter Atmosphäre werden jeweils an einem Vormittag verschiedene Erziehungsthemen erläutert und diskutiert. Es können Erfahrungen ausgetauscht, Fragen geklärt und Kontakte geknüpft werden. Alle Termine finden wiederholt statt, Inhalte werden jedoch immer an die aktuellen Gegebenheiten angepasst. Bei Bedarf werden weitere Termine angeboten.

👤 **Carsten Freels**

🏠 Kinderhaus Malstatt, Neustraße 22

Kosten: 3 Euro pro Termin (auch einzeln buchbar)

Anmeldung: ☎ 0681 61348 oder beim  
Kinderhaus Malstatt, ☎ 0681 9471342

## ■ Kinder brauchen Grenzen

Das Thema Grenzen setzen und Grenzen einhalten ist in vielen Familien oftmals mit andauernden Konflikten verbunden.

In diesem Kurs werden Sie ganz praktisch erfahren, wie das mit den Grenzen am besten funktionieren kann.

■ **Kurs-Nr. 64** donnerstags, 27. Januar, 28. April,  
14. Juli und 1. Dezember, 9–11 Uhr

## ■ Wie mache ich mein Kind stark?

In praktischen Übungen wird vermittelt, wie wir unsere Kinder für alle möglichen Lebenslagen stark machen können, so dass sie lernen ihre Bedürfnisse klar zu äußern und sich in Konfliktsituationen gegenüber anderen Kindern oder Erwachsenen durchzusetzen.

■ **Kurs-Nr. 65** donnerstags, 17. Februar, 19. Mai,  
15. September und 6. Oktober,  
9–11 Uhr

## ■ Doktorspiele und kindliche Sexualität

Kinder haben im Laufe ihrer Entwicklung immer wieder Phasen, in denen die Erkundung kindlicher Sexualität eine Rolle spielt. Körperliche Berührungen und eigene Körpererfahrungen sind zudem für die Entwicklung sehr wichtig.

Doch wie gehen wir damit um? Wie verhalten wir uns richtig und können die Kinder unterstützen, ein gesundes Körperempfinden zu entwickeln?

■ **Kurs-Nr. 66** donnerstags, 17. März, 23. Juni und 10. Oktober, 9–11 Uhr

## 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](http://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.

## ANGEBOTE FÜR ELTERN UND KINDER IM STADTTEIL

### Veranstaltungen der Gemeinwesenarbeit (GWA) Saarbrücken-Dudweiler

🏠 Gemeinwesenarbeit Dudweiler,  
Bürgerhaus, Am Markt 115  
Infos und Anmeldung: ☎ 06897 7780130

#### Offener Treff

Hier wird an Themen gearbeitet, die Sie als Bewohnerinnen und Bewohner in Dudweiler bewegen. Es wird Raum für gute Gespräche und Begegnungen sowie bei Bedarf Unterstützung geboten.

👤 Tina Krauss und Ginetta Jeyard

■ **Kurs-Nr. 67** jeden 3. Mittwoch im Monat, 15–17 Uhr

#### Spielkreis

Für Kinder von 1 bis 3 Jahre

👤 Tina Krauss

■ **Kurs-Nr. 68** donnerstags, 10–11.30 Uhr

#### Musikgarten

Für Kinder ab 18 Monaten bis 3 Jahre

👤 Korinna Benthien, ☎ 0157 51518933

🏠 Turnhalle Dudweiler-Jägersfreude

■ **Kurs-Nr. 69** mittwochs, 15–16 Uhr

#### Online Eltern-Kind-Tanzen

Für Kinder im Alter von 20 bis 40 Monaten

👤 Korinna Benthien

■ **Kurs-Nr. 70** mittwochs, 16.45–17.30

#### Kulturtourismus

Ein Ort der Begegnung – kommen Sie ins Erzählen über das Besondere und Alltägliche aus Ihrem Herkunftsland.

👤 Afraa Sahari

■ **Kurs-Nr. 71** Samstags, 11–12.30 Uhr

## Veranstaltungen des Kinderbildungszentrums Malstatt (KIBIZ)

🏠 KIBIZ Malstatt, St. Josef-Str. 11  
Infos und Anmeldung: ☎ 0681 4163000

### Eltern-Kind-Turnen

Für Familien mit Kindern im Alter zwischen 1 und 3 Jahren

👤 Gudrun Berberich

■ **Kurs-Nr. 72** dienstags, 17–18 Uhr

### Krabbelgruppe

Spielkreis für Familien mit Kindern im Alter zwischen 1 und 3 Jahren

👤 Verena Priesnitz

■ **Kurs-Nr. 73** donnerstags 10–11:30 Uhr

### Kinderturnen

Für Kinder von 4 bis 6 Jahren

👤 Gudrun Berberich

🏠 Turnhalle Kirchberg

■ **Kurs-Nr. 74** dienstags 15.45–16.45 Uhr

## Veranstaltungen der Gemeinwesenarbeit (GWA) Brebach

🏠 Gemeinwesenarbeit Brebach, Saarbrücker Straße 62, 66130 Saarbrücken-Brebach

👤 Team GWA Brebach, Bereich Kinder und Familien

Infos und Anmeldung: ☎ 0681 8761143 oder

☎ 0681 9508327

### Krabbelgruppe

Für Familien mit Kindern im Alter zwischen 1 und 3 Jahren

■ **Kurs-Nr. 75** dienstags 10.00–11.30 Uhr

### Eltern-Kind-Gruppe

Für Familien mit Kindern bis 6 Jahre

■ **Kurs-Nr. 76** Mittwochs 10–11.30 Uhr

### Sprachkurs für Eltern mit Kindern

Für Familien mit Kindern im Alter von 4 bis 6 Jahren

■ **Kurs-Nr. 77** Donnerstags 09.30–11 Uhr

### Offener Treff

Für Kinder von 5 bis 13 Jahre

■ **Kurs-Nr. 78** dienstags, 13.15–18 Uhr

■ **Kurs-Nr. 79** mittwochs, 13.15–18.00 Uhr

■ **Kurs-Nr. 80** freitags, 12.30-18.00 Uhr

### Familienbildungsangebote Opstapje und HIPPY

Für Familien, die ihre Kinder im Alter zwischen 18 Monaten und 6 Jahren zusätzlich in ihrer Entwicklung unterstützen möchten.

■ **Kurs-Nr. 81** Termine nach individueller Absprache

1

2

3

4

5

6

7

8

## ANGEBOTE DES VERBANDES ALLEINERZIEHENDER MÜTTER UND VÄTER



Der Verband alleinerziehender Mütter und Väter (VAMV) ist Kooperationspartner der Evangelischen Familienbildungsstätte der Diakonie Saar und versteht sich auf verschiedenen Ebenen als Informationsportal. Er ist Anlaufstelle für alleinerziehende Eltern und bietet erste Orientierung zur Alltagsbewältigung.

🏠 VAMV Landesverband Saar e.V.,  
Gutenbergstraße 2 a, 66117 Saarbrücken  
Kosten: keine  
Infos und Anmeldung: ☎ 0681 33446

### ■ Elterncafé mit Kinderbetreuung

Erfahrungsaustausch und Zeit zum Abschalten, erstes Kennenlernen und die Möglichkeit, Informationen zu sammeln.

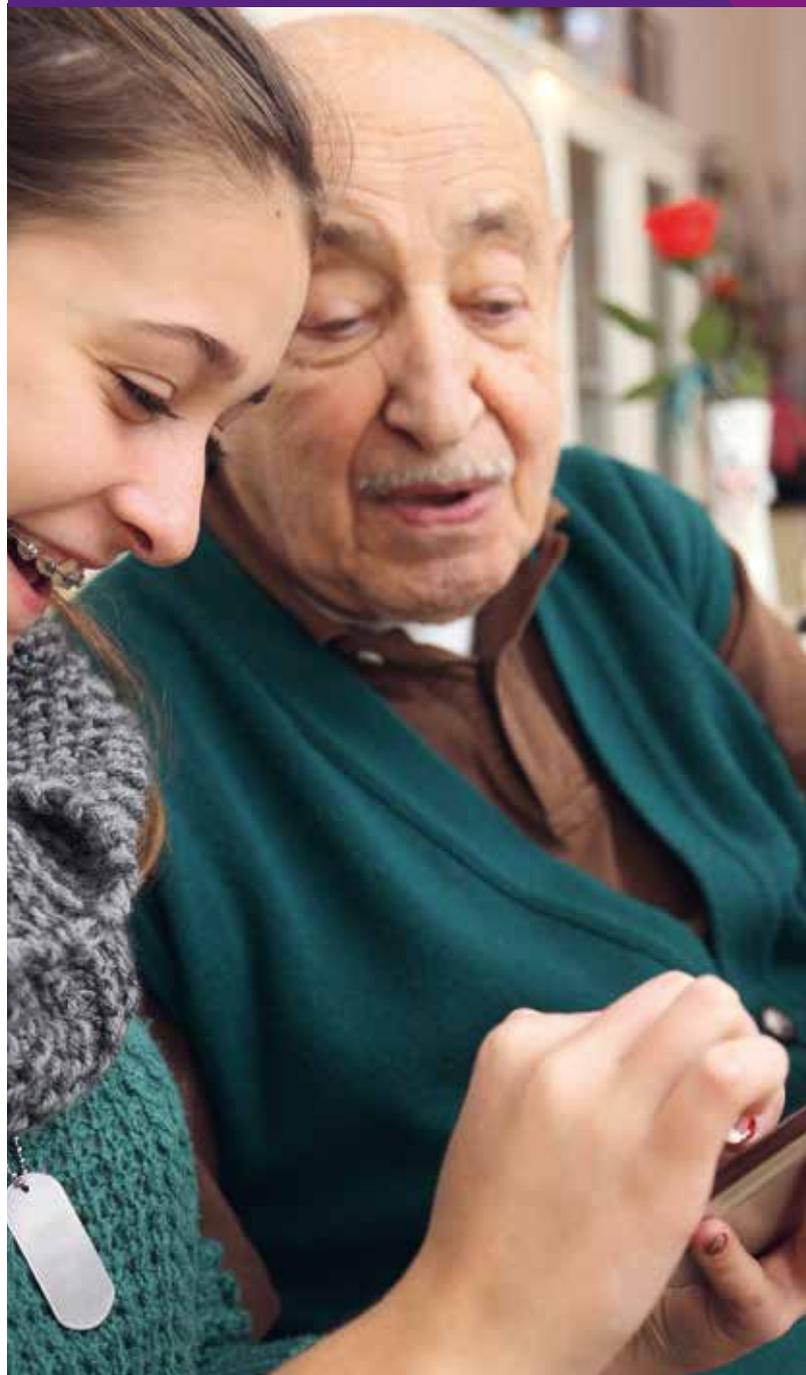
■ **Kurs-Nr. 82** mittwochs, 16–18 Uhr

### ■ Sonntagstreff

Gemeinsames Frühstück im Elterncafé mit anschließendem Freizeit-Spaß nach Absprache.

■ **Kurs-Nr. 83** jeden 1. und 3. Sonntag, ab 11 Uhr

# 3 MEDIENKOMPETENT IM ALLTAG



## ■ Einstiegskurs: Mein Smartphone und ich – einfach und sicher

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

👤 **Korinna Benthien**

🏠 Familienbildungsstätte

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

Anmeldung: ☎ 0681 61348

- **Kurs-Nr. 84** freitags, 4. und 11. Februar, 10–12.15 Uhr
- **Kurs-Nr. 85** freitags, 4. und 11. März, 10–12.15 Uhr
- **Kurs-Nr. 86** freitags, 6. und 13. Mai, 10–12.15 Uhr
- **Kurs-Nr. 87** freitags, 24. Juni und 1. Juli, 10–12.15 Uhr
- **Kurs-Nr. 88** freitags, 11. und 18. November, 10–12.15 Uhr

## ■ Aufbaukurs: „Mein Smartphone und ich – einfach und sicher“ (NEU!)

Sie nutzen schon seit längerer Zeit ein Smartphone, und dennoch ergeben sich immer wieder offene Fragen? In diesem Kurs können Sie Antworten finden. Der Kurs baut auf den Inhalten des Einstiegskurses auf und führt diese weiter. So erfahren Sie, wie Sie Bilder und Videos aufnehmen und abspeichern, wie Sie Ihre Kontakte sinnvoll anlegen und Ihr Handy als Navigationsgerät, Wecker oder Taschenrechner nutzen können. Wir arbeiten im Kurs mit dem Betriebssystem Android. Sie sollten außer Handy und Ladekabel auch die PIN Ihrer SIM-Karte und das Passwort Ihres Google-Kontos dabei haben.

👤 **Korinna Benthien**

🏠 Familienbildungsstätte

Kosten: 40 Euro für 2 Termine

Anmeldung: ☎ 0681 61348

- **Kurs-Nr. 89** Freitag, 18. und 25. März, 10–12.15 Uhr

#DigitaleWelt

# APP AUF'S SOFA

Kontostand gecheckt und Rechnung für neue Schuhe überwiesen. ✓  
Mit den digitalen Tools der VVB auf der Couch zum Finanzexperten werden. Wunderbare neue Welt. Genau mein Ding. Genau meine VVB.

 [meine-vvb.de](http://meine-vvb.de) 

## ■ WhatsApp – So geht's! (NEU!)

In diesem Kurs beschäftigen wir uns mit dem beliebtesten und meist genutzten Messenger Dienst - mit WhatsApp. Im Kurs erfahren Sie, wie Sie WhatsApp bedienen, wie Sie damit Text-, Sprach-, Bild- und Videonachrichten aufnehmen, versenden oder weiterleiten können. Auch wenn Sie WhatsApp bereits seit längerer Zeit nutzen, hält der Kurs den ein oder anderen Trick für Sie bereit. Der Kurs setzt grundlegende Kenntnisse im Umgang mit dem Smartphone voraus. Wenn WhatsApp bisher nicht auf Ihrem Handy installiert ist, Sie es aber in Zukunft nutzen wollen, geben Sie das bitte bei der Anmeldung an.

 **Korinna Benthien**

 Familienbildungsstätte

Kosten: 20 Euro

Anmeldung: ☎ 0681 61348

- **Kurs-Nr. 90** Freitag, 18. Februar, 10–12.15 Uhr
- **Kurs-Nr. 91** Freitag, 8. April, 10–12.15 Uhr
- **Kurs-Nr. 92** Freitag, 8. Juli, 10–12.15 Uhr
- **Kurs-Nr. 93** Freitag, 25. November, 10–12.15 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, bieten schnellen Zugriff auf Informationen oder nützliche Funktionen für den Alltag. Mit Tablets kann man auch 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 und Ladekabel mit.

 **Wolf-Dieter Scheid**

 Familienbildungsstätte

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

Anmeldung: ☎ 0681 61348

- **Kurs-Nr. 94** mittwochs, 30. März und 6. April, 9.30–11.45 Uhr
- **Kurs-Nr. 95** mittwochs, 28. September und 5. Oktober, 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.

 **Korinna Benthien**

 Familienbildungsstätte

Kosten: 35 Euro für eine Einzelberatung von 45 Minuten

Anmeldung: ☎ 0681 61348

- **Kurs-Nr. 96** dienstags, nach Vereinbarung, 18–20 Uhr



## ■ Digitaler Stammtisch

Sie interessieren sich für Tablet, Smartphone, PC und die sichere Nutzung des Internets? Sie brauchen kostenfreies Material zu bestimmten Themen wie Einkaufen, E-Mail, WhatsApp und Co.? Dann kommen Sie zu unseren Stammtischen. Hier tauschen wir uns vor Ort aus und schalten bei Bedarf Experten per Videokonferenz zu. Die aktuellen Themen entnehmen Sie bitte unserem Newsletter oder rufen Sie uns an. Alle Termine können auch einzeln wahrgenommen werden.

👤 **Wolf-Dieter Scheid**

🏠 Familienbildungsstätte

Kosten: keine, max. 10 Teilnehmende

Infos und Anmeldung: ☎ 0681 61348 oder bei Wolf-Dieter Scheid ☎ 0681 68570176

■ **Kurs-Nr. 97** mittwochs, 26. Januar, 23. März und 25. Mai, 9.30–11.45 Uhr

■ **Kurs-Nr. 98** mittwochs, 14. September, 12. Oktober und 7. Dezember, 9.30–11.45 Uhr

## ■ Arbeitskreis „Zeitgemäße Bildung“ (NEU!)

Ein Angebot für Kursleitende zum Austausch über und zur Erprobung von Formen zeitgemäßer, digitaler Bildung. Die Treffen finden als Videokonferenz oder vor Ort statt.

■ **Kurs-Nr. 99** Termine und weitere Infos auf Anfrage.



## ■ 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: ☎ 0681 61348

■ **Kurs-Nr. 100** Termine auf Anfrage.

## ■ 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: ☎ 0681 61348

■ **Kurs-Nr. 101** Termine auf Anfrage.

# 4 LEBENSPHASEN, GESELLSCHAFT, THEOLOGIE

## ■ 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. 102** Termine auf Anfrage.

## ■ Virtuelles Mehrgenerationenhaus

Seit September 2019 ist die Evangelische Familienbildungsstätte einer von 13 Standorten für ein „Virtuelles Mehrgenerationenhaus“ der Kampagne Onlinerland Saar. Die Teilnehmenden am Projekt treffen sich auch im Jahr 2022 einmal pro Monat und erproben gemeinsam in unserem Haus den Umgang mit einem Tablet. In der Zeit zwischen den Treffen schreiben sie sich Nachrichten per E-Mail oder Messenger und diskutieren Themen ihrer Wahl. Ziel des Projektes ist es, den Begegnungsraum vor Ort um interaktive Kommunikationsmöglichkeiten zu erweitern und ein ganz neues „Virtuelles Mehrgenerationenhaus“ zu errichten. Unsere jüngste Teilnehmerin ist 10 Jahre und der älteste Teilnehmer ist 80 Jahre alt.

Mehr Infos unter:

👉 [www.onlinerlandsaar.de/virtuelles-mehrgenerationenhaus/](http://www.onlinerlandsaar.de/virtuelles-mehrgenerationenhaus/)

Alle Kurse in Kooperation mit „Onlinerland Saar“



## ■ Klang-Begegnungen

Meditative Klänge - Freies Tönen mit der Singstimme. Dies ist ein Angebot, um in spielerischer Art und Weise die eigene Stimme zu entdecken. Wir beginnen mit einer kurzen Körperreise. Unter Anleitung probieren wir Vokale und Laute im Sitzen, im Stehen, im Gehen. Unsere Stimme schafft einen liebevollen Kontakt mit uns selbst und den Mitmenschen. Wir fühlen in uns hinein und erforschen verborgene Räume durch: Vibration, Resonanz, das Gespür der Öffnung, die Freude am gemeinsamen Klingen. Herz und Seele werden uns leiten, Töne entstehen, die unser Sein zum Ausdruck bringen, mit der Kraft der Stimme und aus der Tiefe der Stille. Bei Bedarf noch eine Klangreise mit dem Instrument Monochord. Danach: Erfahrungsaustausch. Es sind keine musikalischen Vorkenntnisse erforderlich.

👤 **Ingrid Niegel**

🏠 Familienbildungsstätte

Kosten: 36 Euro für 4 Termine

Anmeldung: ☎ 0681 61348

- **Kurs-Nr. 103** freitags, 24. Juni–15. Juli,  
18.30–19.30 Uhr

## ■ Klang-Meditation

Wir beginnen unsere Reise mit der Körperwahrnehmung. Wir spüren den Halt unter uns, unser Atem fließt. Bei einer Klang-Meditation mit dem Instrument Monochord, eröffnen sich Wege: Wir erfahren, was sich im Moment zeigen möchte; in Bildern, in Körpergefühlen im absichtslosen Sein. Nach den Klängen lauschen wir in die Stille, dem Nachklang in uns.

Zur Erholung, zur Stärkung als Quelle der Lebensfreude. Kehren mit der Atmung und Körperwahrnehmung in den Raum zurück. Bei Bedarf gerne noch Austausch des Erlebten.

👤 **Ingrid Niegel**

🏠 Familienbildungsstätte

Kosten: 40 Euro für 5 Termine, 32 Euro für 4 Termine

Anmeldung: ☎ 0681 61348

- **Kurs-Nr. 104** freitags, 21. Januar–18. Februar,  
18.30–19.15 Uhr (5 Termine)
- **Kurs-Nr. 105** freitags, 6.–27. Mai,  
18.30–19.15 Uhr (4 Termine)
- **Kurs-Nr. 106** freitags, 11. November–  
2. Dezember, 18.30–19.15 Uhr  
(4 Termine)

Auf Anfrage: Klang-Einzel-Behandlung (als persönliche Selbsterfahrung) möglich. Klänge erreichen alte Emotionen, ungelöste Aufgaben, bringen in Balance, was aus dem Gleichgewicht geraten ist.

Info: ☎ 0179 5174174 oder ✉ [i.niegel@t-online.de](mailto:i.niegel@t-online.de)

## ■ Gesprächskreis „Frauen reden mit Frauen“

Uns selber, Erde und Himmel wollen wir entdecken durch Gespräche miteinander und Hören aufeinander. Die Themen werden gemeinsam ausgewählt.

👤 Inge Valentin, Erwachsenenbildnerin  
 🏠 Ev. Gemeindehaus Püttlingen-Köllerbach,  
 Sprenger Straße 24, Püttlingen  
 Kosten: keine  
 Anmeldung: Inge Valentin, ☎ 06898 28658

■ **Kurs-Nr. 107** 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 können. Ziel ist, Konflikte in Alltag und Beruf zu entschlüsseln und ihnen durch mehr Bewusstsein mit größerer Gelassenheit begegnen zu können.

👤 Christine Wanjura  
 🏠 Familienbildungsstätte  
 Kosten: 130 Euro  
 Anmeldung: ☎ 0681 61348

■ **Kurs-Nr. 108** Samstag, 22. Januar, und Sonntag,  
 23. Januar, 10–17 Uhr

## ■ Jahreskurs 2022: Wo fängt Frieden an?

Sei du selbst die Veränderung, die du dir in der Welt wünschst. Alle die tiefer in die Praxis der Gewaltfreien Kommunikation einsteigen wollen, sind herzlich zu diesem Jahreskurs eingeladen. Wir werden uns Schritt für Schritt Konfliktsituationen anschauen und bearbeiten, um so in eine wertschätzende Haltung uns selbst und anderen Menschen gegenüber hinauzuwachsen.

Inhalte sind unter anderem: die vier Weisen des Hörens, aktives Zuhören, Gefühle und Bedürfnisse erkennen, benennen und nähren, Nein sagen und Nein hören, viele spielerische Elemente ...

Voraussetzung ist die vorherige Teilnahme an einem Einführungsseminar in die wertschätzende und gewaltfreie Kommunikation.

👤 Christine Wanjura  
 🏠 Familienbildungsstätte  
 Kosten: 480 Euro  
 Anmeldung: ☎ 0681 61348

■ **Kurs-Nr. 109** samstags, 19. Februar, 19. März,  
 9. April, 14. Mai, 25. Juni, 16. Juli,  
 24. September, 15. Oktober 2022,  
 10–17 Uhr

## ■ Empathie! Aber wie?

Empathie bezeichnet die Fähigkeit und Bereitschaft, Emotionen, Gedanken und Motive einer anderen Person zu erkennen, zu verstehen und nachzuempfinden. Wir sprechen auch von Einfühlungsvermögen. Bei manchen Menschen fällt es uns leicht empathisch zu sein, bei anderen gelingt es uns so gar nicht. Was hindert uns daran Verständnis für eine andere Person zu entwickeln? Wo hakt es? Wie können wir diese Fähigkeiten vergrößern? Diesen Fragen wird an konkreten Beispielen der Teilnehmenden nachgegangen.

 **Christine Wanjura**  
 Familienbildungsstätte  
 Kosten: 65 Euro  
 Anmeldung: ☎ 0681 61348

■ **Kurs-Nr. 110** Samstag, 12. März, 10–17 Uhr

## ■ Hören und gehört werden

„Zuhören. Jemandem sein Ohr schenken. Konzentriert und unabgelenkt. Das ist wirklich ein Geschenk. Eins, nach dem sich fast jeder sehnt. Doch aufmerksame Zuhörer sind oft schwer zu finden.“ (Verfasser unbekannt)

Wo und wann hören wir wirklich zu? Und wo und wann werden wir wirklich gehört? Nach einer Einführung in das Zuhören werden Sie das Hören und das Gehört werden mit einfachen Beispielen üben. An kleinen Ärgernissen des Alltags, an größeren Ärgernissen in Familie und Beruf als auch mit anstehenden Entscheidungen können Sie dann vertiefend Erfahrungen sammeln, was sich verändern kann, wenn Sie mit Ihrem Anliegen „nur“ gehört werden.

 **Christine Wanjura**  
 Familienbildungsstätte  
 Kosten: 97 Euro für 4 Termine  
 Anmeldung: ☎ 0681 61348

■ **Kurs-Nr. 111** donnerstags, 28. April, 18–21 Uhr,  
 und 5.–19. Mai 18–20.15 Uhr

## ■ Paarseminar: Immer musst du Recht haben! Konflikte beherzt meistern (NEU!)

In Partnerschaften gibt es immer mal wieder schwierige Themen. Oft enden Gespräche darüber im Streit, oder man weicht dem Thema aus und es entstehen Spannungen. In diesem Seminar üben Sie mit der „Wertschätzenden Kommunikation“ nach M. Rosenberg mit dem Herzen zu hören, Ihre Bedürfnisse zu erkennen und Wünsche klar zu äußern - jenseits von Schuldzuweisungen und Vorwürfen.

 **Christine Wanjura**  
 Familienbildungsstätte  
 Kosten: 250 Euro pro Paar  
 Anmeldung: ☎ 0681 61348

■ **Kurs-Nr. 112** Samstag, 17. September,  
 und Sonntag, 18. September,  
 10–17 Uhr

## ■ 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: ☎ 0681 87764 oder  
 [bzb@diakonie-saar.de](mailto:bzb@diakonie-saar.de)

■ **Kurs-Nr. 113** montags, ab 17. Januar, 18–21 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. Wissensdurst, Neugier und Aha-Erlebnisse werden gefördert.

👤 **Sabine Pfeiffer, zertifizierte Gedächtnistrainerin des BVGT e.V.**

🏠 BürgerInnenZentrum Brebach, Saarbrücker Straße 62, 66130 Saarbrücken-Brebach

Kosten: 30 Euro für 10 Termine

Anmeldung: ☎ 0681 9508326

■ **Kurs-Nr. 114** 14.30–16 Uhr, ab Mitte März 2022

## ■ Senioren-Sommer-Woche im BürgerInnenZentrum Brebach

In der ersten Ferienwoche der Sommerferien (25. bis 29. Juli 2022) ist es wieder soweit: Das BürgerInnenZentrum Brebach veranstaltet, wie schon in den vergangenen Jahren, eine Senioren-Sommer-Woche. Neben dem Gestalten von Grußkarten können die Teilnehmenden farbenfrohe Blumen-Gestecke selber machen. Es wird ein Schnupperkurs für Qi-Gong und Yoga angeboten sowie eine kleine Wanderung. Am Ende der Woche findet ein Grillabend im Stadtteilgarten Brebach mit musikalischer Begleitung statt.

🏠 BürgerInnenZentrum Brebach, Saarbrücker Str. 62, 66130 Saarbrücken-Brebach

Kosten: auf Anfrage

Anmeldung: ☎ 0681 87764 oder

✉ [bzb@diakonie-saar.de](mailto:bzb@diakonie-saar.de)

■ **Kurs-Nr. 115** montags bis freitags, genaue Zeiten und Angebote bitte erfragen.

## ■ Gemeinsam kochen mit allen Sinnen (geschlossene Gruppe)

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

👤 **Ute Stappert**

🏠 Familienbildungsstätte

Kosten: keine

In Kooperation mit den ambulanten Hilfen im Haus der Diakonie in Saarbrücken, ☎ 0681 3898321

■ **Kurs-Nr. 116** Jeden 2. Freitag im Monat, 10–13.00 Uhr

1

2

3

4

5

6

7

8

## ■ Gesprächskreis von Frauen 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?“

Kosten: keine

Ort und Terminabsprache über Renate Miron:

☎ 06894 88387

■ **Kurs-Nr. 117** donnerstags, 14-tägig, 10–12 Uhr

## ■ Infoabend: Wer hilft mir, wenn ich pflegebedürftig werde?

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, die Sie in Anspruch nehmen können.

👤 **Silke Kotterbach**, Beraterin beim Pflegestützpunkt Saarbrücken-Mitte

🏠 Familienbildungsstätte

Kosten: keine

Anmeldung: ☎ 0681 61348

■ **Kurs-Nr. 118** Mittwoch, 26. Januar, 18–20 Uhr

## ■ Gesprächskreis für Trauernde

Immer wieder müssen wir den Verlust geliebter Menschen erleben. Wir brauchen Zeit und Raum, um uns mit diesem Verlust auseinander zu setzen, ihn anzunehmen und einen neuen Anfang zu finden. Der Gesprächskreis möchte die Teilnehmenden auf einem Stück 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 Elversberg durchgeführt. Er umfasst sechs Abende.

👤 **Pfarrerin Britt Goedeking** und **Diakonin Heidi Bischof**

🏠 Evangelisches Gemeindehaus Elversberg, Zum Brunnchen 2 (Eingang in der Eckstraße, neben der Evangelischen Kindertagesstätte), 66583 Spiesen-Elversberg

Kosten: keine

Anmeldung: Pfarrerin Britt Goedeking, ☎ 0178 2187870,

✉ [britt.goedeking@t-online.de](mailto:britt.goedeking@t-online.de), oder Diakonin Heidi Bischof, ☎ 0162 5781361, ✉ [heidi.bischof@ekir.de](mailto:heidi.bischof@ekir.de)

■ **Kurs-Nr. 119** Jeweils donnerstags, 17–19 Uhr, 3., 17. und 24. Februar, 10. und 17. März, 7. April

## ■ Infoveranstaltung „Demenzpartnerin und Demenzpartner werden!“

Aktuell sind im Saarland mehr als 23.000 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. Eine Veranstaltung wird online über das Video-Portal Zoom durchgeführt, die andere in Zusammenarbeit mit der Evangelischen Kirchengemeinde in Saarbrücken-Burbach.

👤 **Andreas Sauder**

🏠 Familienbildungsstätte

Kosten: keine

Anmeldung: ☎ 0681 61348

■ **Kurs-Nr. 120** Mittwoch, 16. Februar, 18–20 Uhr

■ **Kurs-Nr. 121** Mittwoch, 5. Oktober, 18–20 Uhr

## ■ Informationsabend „Hospiz, was ist das?“ – Hospiz als Lebensort

Ute Seibert, Leiterin des Paul Marien Hospizes am Evangelischen Stadtkrankenhaus Saarbrücken, einer Einrichtung der Stiftung kreuznacher diakonie, informiert an diesem Abend über die Tätigkeit, das Leben und das Miteinander im stationären Hospiz. Es geht um Themen wie „Leben bis zuletzt“, Lebens- und Sterbebegleitung im Hospiz, die Befähigungskurse für ehrenamtliche Hospizhelferinnen und -helfer sowie die Möglichkeiten des Umgangs mit Wünschen und Bedürfnissen schwerkranker Menschen. Teilnehmende erhalten außerdem Informationen zu den Aufnahmekriterien und der Finanzierung des Aufenthaltes im Hospiz.

👤 **Ute Seibert**

🏠 Familienbildungsstätte

Kosten: keine

Anmeldung: ☎ 0681 61348

■ **Kurs-Nr. 122** Mittwoch, 23. März, 18–20 Uhr

## ■ Patientenverfügung – Muss ich das haben?

Eine Mitarbeiterin des Betreuungsvereins Saarbrücken und Saar e.V. im Diakonischen Werk an der Saar erklärt anhand praktischer Fälle aus der Betreuungstätigkeit die Grundlagen der Patientenverfügung: Für welche Fälle es sinnvoll ist, eine solche Verfügung zu verfassen, und wo liegen die Grenzen?

👤 **Barbara Emanuel**

🏠 Ev. Gemeindezentrum Scheidt, Scheidterbergstraße 3, neben den Ev. Kirche, 66133 Saarbrücken-Scheidt

Kosten: keine

Anmeldung: ☎ 0681 61348

■ **Kurs-Nr. 123** Mittwoch, 11. Mai, 18–20 Uhr

## ■ Seminar zu fair gehandelten Mangos – Einsatz für Fairen Handel und Kinderrechte (NEU!)

Um Mango und Kinderrechte auf den Philippinen geht es bei diesem Seminar, zu dem die Evangelische Familienbildungsstätte Saarbrücken gemeinsam mit der Fairtrade Initiative Saarbrücken einlädt. Ingrid von Osterhausen unternimmt gemeinsam mit Peter Weichardt von der Fairtrade Initiative Saarland eine Bilderreise zur philippinischen Fairhandelsorganisation PREDA, die sich in vorbildlicher Weise für Kinder aus Kinderprostitution und Gefängniskinder sowie für Kinderrechte in dem asiatischen Land einsetzt. Als Lösung aus der Armut und Hoffnungslosigkeit unterstützt die Organisation viele Kleinbauernfamilien durch den Kauf von Mangos zu fairen Preisen und bei der Weiterverarbeitung zu verschiedenen Mangoprodukten. Während des Seminars wird ein fair-regionaler Mango-Lassi frisch zubereitet. Außerdem werden weitere Mangoprodukte von PREDA aus Fairem Handel verkostet und ein regional-fairer Apfel-Mango-Saft von Streuobstwiesen aus dem St. Wendeler Land und fairem Mangopüree von den Philippinen angeboten.

👤 **Ingrid von Osterhausen und Peter Weichardt**

🏠 Familienbildungsstätte

Kosten: keine

Anmeldung: ☎ 0681 61348

■ **Kurs-Nr. 124** Mittwoch, 1. Juni, 18–20 Uhr



*Wir sind Zukunftsgestalter.*

*Wir sind Stiftung kreuznacher diakonie.*

## Die neue Pflegeausbildung

Mit der Ausbildung zur / zum Pflegefachfrau / Pflegefachmann lernst du **drei Berufe** gleichzeitig:

- **Altenpflege**
- **Krankenpflege**
- **Kinderkrankenpflege**

Du hast die Wahl: Werde Pflegegeneralist oder spezialisiere dich auf einen Schwerpunkt.

### Ausbildungsstandorte:

Neunkirchen, Saarbrücken  
und Schwalbach.



Bewirb dich jetzt unter:

[www.kreuznacherdiakonie.de/Karriere](http://www.kreuznacherdiakonie.de/Karriere)

## ■ Das Kinderhospiz- und Palliativteam Saar stellt seine Arbeit vor (NEU!)

Das Kinderhospiz- und Palliativteam Saar betreut Kinder und Jugendliche mit einer lebensbegrenzenden Erkrankung im häuslichen Umfeld. Das Team stellt seine Arbeit vor und zeigt Möglichkeiten für betroffene Familien auf. Eine wichtige Säule in der Betreuung dieser Patientinnen und Patienten ist die Mitarbeit der zahlreichen ehrenamtlichen Helferinnen und Helfer. Eingeladen sind betroffene Familien und deren Umfeld sowie Interessierte an der ehrenamtlichen Tätigkeit.

👤 **Christopher Huber**

🏠 Familienbildungsstätte

Kosten: keine

Anmeldung: ☎ 0681 61348

■ **Kurs-Nr. 125** Mittwoch, 29. Juni, 18–20 Uhr

## ■ Vorsorgevollmacht – Vorstellung verschiedener Vorsorgemöglichkeiten

Die Mitarbeiterin des Betreuungsvereins Saarbrücken und Saar e.V. im Diakonischen Werk an der Saar stellt die verschiedenen Vorsorgemöglichkeiten wie Vorsorgevollmacht, Betreuungsverfügung und Patientenverfügung vor, erklärt die Unterschiede und gibt praktische Tipps aus der Betreuungstätigkeit.

👤 **Barbara Emanuel**

🏠 Familienbildungsstätte

Kosten: keine

Anmeldung: ☎ 0681 61348

■ **Kurs-Nr. 126** Mittwoch, 21. September, 18–20 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**

🏠 Familienbildungsstätte

Kosten: keine

Anmeldung: ☎ 0681 61348

■ **Kurs-Nr. 127** Mittwoch, 9. November, 18–20 Uhr

## ■ Integrations Sprachkurse nach der Integrationskursverordnung (IntV) Berufsbezogene Sprachförderung nach der Deutschförderverordnung (DeuFöV)

Die Kursformate für neuzugewanderte und bereits länger in Deutschland lebende Personen zum Erlernen der deutschen Sprache werden in Kooperation mit dem Fachbereich Migration und Bildung der Diakonie Saar an verschiedenen Standorten durchgeführt.

Anmeldung, Informationen und Start-Termine:

Für den Standort Saarbrücken: ☎ 0681 700705

Für Abendkurse:

BürgerInnenZentrum Brebach ☎ 0681 87764

Für den Standort Neunkirchen: ☎ 06821 25025

Für den Standort Völklingen: ☎ 06898 91476-0

## SENIORENBERATUNG ESCHBERG

🏠 Mecklenburgring 53, 66121 Saarbrücken  
Anmeldung für alle Angebote und Infos:  
☎ 0681 8319372

### ■ Seniorenberatung

Die Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter der Seniorenberatungsstelle informieren und beraten zu Fragen rund um das Alter: Welche Unterstützungsmöglichkeiten können in Anspruch genommen werden, etwa Haushalts- und Einkaufshilfen, Pflegedienste, das Hausnotrufsystem und vieles mehr? Welche kulturellen Angebote gibt es im direkten Wohnumfeld?

- montags, 15–17 Uhr,  
sowie mittwochs und freitags, 10–12 Uhr

Besuchen Sie uns im Internet:

🖱 [www.familienbildung-saar.de](http://www.familienbildung-saar.de)

# 5 GESUNDHEIT, BEWEGUNG & ENTSPANNUNG



## ■ 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. Gesetzliche Krankenkassen bezuschussen beide Kurse.

👤 **Cäcilia Koch-Franosch**

🏠 Familienbildungsstätte

Kosten: 120 Euro für 10 Termine

Anmeldung: ☎ 0681 61348 oder bei

Cäcilia Koch-Franosch, ☎ 06897 71128

Infos: 🖱 [www.qigong-mit-freude.de](http://www.qigong-mit-freude.de)

### Kurse für Fortgeschrittene und Wiedereinsteigende:

■ **Kurs-Nr. 128** mittwochs, 2. Februar–6. April, 18.30–20 Uhr

■ **Kurs-Nr. 129** mittwochs, 12. Oktober–14. Dezember, 18.30–20 Uhr

### Kurs im Freien für Anfangende und Wiedereinsteigende:

Der Kurs findet in Saarbrücken im Freien, jedoch in geschützter Atmosphäre statt. Bitte eine Sitzgelegenheit mitbringen.

■ **Kurs-Nr. 130** mittwochs, 22. Juni–24. August, 19–20.30 Uhr

## ■ Rücken in Balance

Dieser Kurs bietet ein Selbsthilfeprogramm mit den effektivsten Übungen für eine bewegliche und stabile Wirbelsäule. Sie verbessern schon nach kurzer Zeit die Haltung wie auch emotionale Prozesse, die von der aufrechten Wirbelsäule abhängig sind. Dazu gibt es noch ein dynamisches Übungsprogramm mit anschließender Stille-Meditation. Bitte zwei Handtücher, warme Socken, und ggf. eine Decke mitbringen.

👤 **Désirée Huyras-Zapp**

🏠 Familienbildungsstätte

Kosten: 75 Euro für 5 Termine

Anmeldung: ☎ 0681 61348

■ **Kurs-Nr. 131** dienstags, 8. März–5. April, 18–19.30 Uhr

■ **Kurs-Nr. 132** dienstags, 20. September–18. Oktober, 18–19.30 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**

Kosten: keine

Anmeldung: ☎ 0681 61348 oder per E-Mail bei

Heike Benekam: ✉ [goodnews2013@gmx.de](mailto:goodnews2013@gmx.de)

■ **Kurs-Nr. 133** sonntags, 10.30–15 Uhr

## ■ Kräuter in der Natur entdecken

Bei den Kräuterkundungen 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**

 Blieskastel-Mimbach, Wanderparkplatz Morchestal-Grünbachtal

Kosten: 15 Euro

Anmeldung: ☎ 0681 61348

### Entgiftende Kräuter

Viele Kräuter, die wir im Frühling finden, helfen dem Körper gegen die sogenannte Frühjahrsmüdigkeit. Sie entschlacken, indem sie unsere Entgiftungsorgane, wie Leber und Nieren, anregen. Somit unterstützen sie alle Fasten- und Entgiftungskuren.

■ **Kurs-Nr. 134** Donnerstag, 19. Mai, 17.30–19.45 Uhr

### Essbare Kräuterschätze

Essbare Kräuterschätze finden wir viel häufiger, als landläufig angenommen wird. Essbare Wildkräuter sind nicht nur eine wundervolle Geschmacksbereicherung in der Küche, sondern wirken mit ihren vielen Vitaminen und Mineralien wie Powernahrung und zusätzlich einer Übersäuerung entgegen.

■ **Kurs-Nr. 135** Donnerstag, 14. Juli, 17.30–19.45 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“.

■ **Kurs-Nr. 136** Donnerstag, 15. September, 17.30–19.45 Uhr

## ■ Auf Spürwegen in den Feierabend

Ein Arbeitstag liegt mit all seinen Anforderungen hinter uns und die Taktung des Arbeitens läuft oft im Kopf weiter. Auf unserer kurzen Wanderung auf Pfaden im Stadtwald wollen wir nochmal im Hier und Jetzt und bei uns ankommen. Mit Hilfe von kleinen Spüraufgaben öffnen wir uns für das Wohltuende im Wald und treffen uns mehrmals zum Austausch. Bitte festes Schuhwerk und Insektenschutz mitbringen.

 **Andrea Michel**

 großer Parkplatz vom Totobad am Kieselhumes

Kosten: 16 Euro

Anmeldung: ☎ 0681 61348

■ **Kurs-Nr. 137** Mittwoch, 27. April, 17.45–20 Uhr

## ■ Spürwege erwandern im Frühsommer

Diese Wanderung findet in einem wunderschönen Waldgebiet bei Oberwürzbach statt.

Der Weg gestaltet sich abwechslungsreich mit Wasserlauf, Teichen, Waldpfaden, Höhlen, weiten Wiesen und schattigen Waldabschnitten. Während unseres Weges werden wir an verschiedenen Stellen Spürerfahrungen zu den Elementen Wasser, Erde, Luft und Feuer sammeln, um uns nochmals tiefer mit unserer ursprünglichen Natur zu verbinden. Wir steigen danach hoch bis zum höchsten Punkt, an dem wir zusammen ein Picknick machen. Die Wegstrecke ist ca. 8 km lang. Bitte Sitzgelegenheit, Wasser, Mahlzeit und festes Schuhwerk mitbringen.

 **Andrea Michel**

 Waschhaus Oberwürzbach

Kosten: 33 Euro

Anmeldung: ☎ 0681 61348

■ **Kurs-Nr. 138** Samstag, 11. Juni, 9.45–14.15 Uhr



## ■ Vitametik – Die manuelle Methode bei Stress, Verspannungen und Schmerzen

Das moderne Leben hat seinen Preis. Schneller, höher, weiter – verspannter! Hektik, Stress und zu wenig Bewegung führen 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**

🏠 Familienbildungsstätte

Kosten: 5 Euro

Anmeldung: ☎ 0681 61348

■ **Kurs-Nr. 139** Donnerstag, 10. März, 18–19 Uhr

■ **Kurs-Nr. 140** Donnerstag, 15. September, 18–19 Uhr

## ■ Gesunde Wege aus der Hormonkrise

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**

🏠 Familienbildungsstätte

Kosten: 10 Euro

Anmeldung: ☎ 0681 61348

Infos: 🐘 [www.praxis-andrea-wagner.de](http://www.praxis-andrea-wagner.de)

■ **Kurs-Nr. 141** Donnerstag, 20. Oktober, 18.30–20 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](mailto:caroline-fliedner-haus@kreuznacherdiakonie.de)

#### Wohnpark Katharina von Bora

Ringstraße 32 · 66538 Neunkirchen

Tel. 06821/903-0

E-Mail [wohnpark-katharina-von-bora@kreuznacherdiakonie.de](mailto:wohnpark-katharina-von-bora@kreuznacherdiakonie.de)

#### Haus am Steinhübel

Meißenwies 16 · 66123 Saarbrücken

Tel. 0681/66503-10

E-Mail [haus-am-steihuebel@kreuznacherdiakonie.de](mailto:haus-am-steihuebel@kreuznacherdiakonie.de)

#### Wichernhaus

Deutschherrnstraße 12 · 66117 Saarbrücken

Tel. 0681/9254-105

E-Mail [wichernhaus@kreuznacherdiakonie.de](mailto:wichernhaus@kreuznacherdiakonie.de)

#### Luise Deutsch Haus

Vier-Winde-Straße 41 · 66773 Schwalbach

Tel. 06834/90905-101

E-Mail [luise-deutsch-haus@kreuznacherdiakonie.de](mailto:luise-deutsch-haus@kreuznacherdiakonie.de)

[www.kreuznacherdiakonie.de/seniorenhilfe](http://www.kreuznacherdiakonie.de/seniorenhilfe)

## ■ Workshops zu Gesundheit, Ernährung, Gesundheitssport

Gerne erstellen wir Ihnen individuelle Bildungsangebote rund um die Themen vollwertige Ernährung, Pflanzenkunde, Rohkost, Gesundheitssport oder Biographiearbeit. Sprechen Sie uns hierzu gerne an.

👤 [Petra Schöneberg](#)

🏠 Familienbildungsstätte oder in Ihrer Einrichtung vor Ort  
Kosten: auf Anfrage

Infos und Anmeldung: ☎ 0681 61348

## ■ Die Woche der Stille im Saarland im November

Die Woche der Stille bietet mit verschiedenen Veranstaltungen die Möglichkeit, kleinere Auszeiten zu nehmen und gemeinsam zur Ruhe zu kommen. Auch wir möchten Sie wieder einladen, mit all Ihren Sinnen die Kraft der Stille zu entdecken.

Die genauen Angebote und Termine können Sie auf unserer Homepage nachlesen oder sprechen Sie uns hierzu einfach an.

Weitere Informationen finden Sie auf

🖱 [www.stille-im-saarland.de](http://www.stille-im-saarland.de)



## ■ Mein Herzenswunsch – Kurs über die Magie des Stickens

In einer Zeit, in der das Wünschen noch half... Wir wollen uns während des Kurses dieser Zeit wieder nähern und uns mit unseren Herzenswünschen beschäftigen. Gerade zu Beginn des Jahres ist ein guter Zeitpunkt, Wünsche aufzuspüren und diesen einen besonderen Platz während des Jahres einzuräumen, damit sie sich erfüllen können. Kurze Austauschrunden zwischendurch helfen uns, unsere Wünsche klarer zu erkennen und geben Inspirationen für unsere Arbeit.

In Erinnerung an die Spinnstuben vergangener Tage werden wir gemeinsam sticken und so unserem Herzenswunsch eine Gestalt geben, die uns übers Jahr begleiten kann. Bitte bringen Sie eine Sticknadel mit Spitze, eine Schere und Wunschmaterialien (Kräuter, Edelsteine, kleine Muscheln, Bilder, Steine, Perlen, Knöpfe, Bänder...) mit.

👤 **Andrea Michel**

🏠 Familienbildungsstätte

Kosten: 35 Euro, zzgl. 2,50 Euro Materialumlage

Anmeldung: ☎ 0681 61348

■ **Kurs-Nr. 142** Samstag, 12. Februar, 9.15–13 Uhr

## ■ Nähkurse für Anfängende und Fortgeschrittene

Nähen als kreatives Hobby ist auch Kontakt, gegenseitige Beratung und die Entwicklung eines individuellen Stils. Alle nähren etwas Unterschiedliches – 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: 75 Euro für 10 Termine

Anmeldung: ☎ 0681 61348

■ **Kurs-Nr. 143** dienstags, ab 25. Januar, 18–21 Uhr

■ **Kurs-Nr. 144** dienstags, ab 26. April, 18–21 Uhr

■ **Kurs-Nr. 145** dienstags, ab 20. September, 18–21 Uhr

👤 **Natella Don**

🏠 Familienbildungsstätte

Kosten: 75 Euro für 10 Termine

Anmeldung: ☎ 0681 61348

■ **Kurs-Nr. 146** montags, ab 24. Januar, 17–20 Uhr

■ **Kurs-Nr. 147** montags, ab 9. Mai, 17–20 Uhr

■ **Kurs-Nr. 148** montags, ab 19. September, 17–20 Uhr

### Nähkurse in Völklingen

👤 **Karin Büchner**

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

Kosten: 70 Euro für 10 Termine,

zzgl. 10 Euro Raummiete

Info und Anmeldung: Karin Büchner, ☎ 06898 26967

■ **Kurs-Nr. 149** mittwochs, 8.30–11.30 Uhr

Die Kurse finden fortlaufend statt, Einstieg ist jederzeit möglich.

1

2

3

4

5

6

7

8

### Nähkurse in Heusweiler

👤 Carmela Hufschmidt

🏠 Kursatelier Nähträume, Saarlouiser Straße 5

Kosten: 85 Euro für 8 Termine

Info und Anmeldung: Carmela Hufschmidt,

☎ 0152 33549807

- **Kurs-Nr. 150** Kurse finden täglich, jeweils 8.30–11.30 Uhr (Montag bis Freitag), und 18–21 Uhr (Montag bis Donnerstag) statt.

### ■ Jetzt auch neu: Nähkurs für Baby- und Kinderbekleidung

siehe Seite 29

**Verschenken Sie doch mal  
einen Kurs**

der Evangelischen Familienbildungsstätte!  
Informationen unter ☎ 0681 61348.

# 7 FORTBILDUNG UND EHRENAMT



## FORTBILDUNGEN FÜR PÄDAGOGISCHE FACHKRÄFTE

### ■ AK8 Gewaltprävention: Wertschätzende, verbale und körperliche Intervention für pädagogische Fachkräfte

In dieser neuen Seminarreihe werden die wichtigsten Grundpfeiler für Sicherheit Hand in Hand vermittelt:

In Modul I „Gefahrenerkennung und situatives Verhaltenstraining“ werden typische Situationen aus dem Berufs- und Privatumsfeld analysiert und eine Sensibilisierung der Teilnehmenden angestrebt. Außerdem werden einfache erprobte Selbstschutztechniken vermittelt.

Modul II „Wertschätzende, verbale Deeskalation“ umfasst schwerpunktmäßig deeskalative Kommunikationsstrategien und spezielle, wissenschaftlich fundierte Übungen zur Entschärfung verbaler Konfliktsituationen. Alle Szenarien werden mit einer Kamera begleitet und gemeinsam analysiert (Freiwilligkeitsprinzip). Es sind keine sportlichen Voraussetzungen erforderlich.

👤 **Chris Junge und Ralf Wiehn**

🏠 Familienbildungsstätte und Akademie 8 (Taubfeld 8, 66121 Saarbrücken)

Kosten: 280 Euro je Modul (auch einzeln buchbar)

Anmeldung: ☎ 0681 61348

#### Modul I: Gefahrenerkennung und situatives Verhaltenstraining

- **Kurs-Nr. 151** Donnerstag, 7. April, 9–16 Uhr (FBS), und Freitag, 8. April, 9–14 Uhr (Akademie 8), Anmeldeschluss: 11. März

#### Modul II: Verbale Deeskalation

- **Kurs-Nr. 152** Donnerstag, 28. April, und Freitag, 29. April (beide FBS), 9–16 Uhr Anmeldeschluss: 1. April

### ■ Schnuppertag zum Zürcher Ressourcen Modell (ZRM®) (NEU!)

Am ZRM® Schnuppertag gibt es die Gelegenheit mit einem mitgebrachten persönlichen Thema die Zündkraft dieses Verfahrens am eigenen Leibe zu erfahren und den Prozess kennenzulernen. Für alle, die ZRM® mal erleben wollen.

👤 **Klaus J. Weber**

🏠 Familienbildungsstätte

Kosten: 180 Euro inkl. Mittagsimbiss

Anmeldung: ☎ 0681 61348

- **Kurs-Nr. 153** Freitag, 4. März, 10–17 Uhr

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

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

**ELEKTRO**  
**R. MEYER -VORTEILE**

15.000 m<sup>2</sup> Gesamtbetriebsfläche • 7.000 m<sup>2</sup> 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**

## ■ Das Zürcher Ressourcen Modell (ZRM®) Anerkannter Grundkurs

Das ZRM® ist ein Training zum Selbstmanagement und wurde an der Universität Zürich entwickelt. Das ZRM® ist die wissenschaftlich fundierte Methode zur gezielten Entwicklung von neuen Handlungspotentialen und verbesserter Selbststeuerung.

Dies geschieht in einem lustvollen und spielerischen Prozess, der konsequent an persönlichen Ressourcen orientiert ist. Durch den Dreiklang von Verstand, Unbewusstem und Körper erreicht man nachhaltige und beeindruckende Ergebnisse.

Dieser Prozess kann für jedes Thema und für jede Zielgruppe durchgeführt werden. Ob in der Arbeit mit Jugendlichen, mit Führungskräften oder beispielsweise in der Teamentwicklung, die Grundzüge sind immer gleich. Dadurch ist ZRM® universell einsetzbar.

Sie erhalten eine anerkannte Teilnahmebescheinigung, die Ihnen erlaubt an aufbauenden Ausbildungen am Institut für Selbstmanagement und Motivation Zürich (ISMZ) teilzunehmen.

👤 **Klaus J. Weber**

🏠 Familienbildungsstätte

Kosten: 590 Euro inkl. Mittagsimbiss; bei Anmeldung bis 8. April erhalten Sie 10% Frühbucherrabatt.

Anmeldung: ☎ 0681 61348

■ **Kurs-Nr. 154** Freitag, 22. Juli, und Samstag, 23. Juli, 9–18 Uhr

## ■ ZRM® Supervisionstag (NEU!)

Der ZRM® Supervisionstag soll dazu dienen, bestehendes Wissen um ZRM® und den Prozess anhand eigener mitgebrachter Themen zu vertiefen.

Sie können eigene Fälle zur Besprechung mitbringen und von den Fällen der anderen Teilnehmenden profitieren. Darüber hinaus werden Fälle vorgestellt, die Ihnen beispielhaft die praktische Umsetzung erleichtern können.

👤 **Klaus J. Weber**

🏠 Familienbildungsstätte

Kosten: 180 Euro inkl. Mittagsimbiss

Anmeldung: ☎ 0681 61348

■ **Kurs-Nr. 155** Freitag, 11. November, 10–17 Uhr

## ■ Klartext reden ohne zu verletzen und verletzt zu werden – Wertschätzende Kommunikation in der pädagogischen Arbeit

Für Menschen, die in Beratung, Begleitung und Betreuung arbeiten, ist die Kommunikation die Basis ihrer Arbeit. Wenn's gut läuft, braucht man sich keine Gedanken zu machen. Was aber, wenn es zu Unstimmigkeiten kommt oder sogar Konflikte entstehen? Wie können schwierige Situationen so bewältigt werden, ohne dass verletzende Worte fallen und ohne Kommunikationsabbruch?

Die wertschätzende und gewaltfreie Kommunikation nach M. Rosenberg ist eine bewährte Kommunikationstechnik, welche bei jeglicher zwischenmenschlichen Kommunikation angewendet werden kann, damit sich Menschen besser verstehen. Inhalte sind: Mitgefühl für sich und andere entwickeln, sich selbst und andere besser verstehen, sich auf nichtverletzende Weise anderen mitteilen und anderen einfühlsam zuhören.

👤 [Christine Wanjura](#)

🏠 Familienbildungsstätte

Kosten: 150 Euro inkl. Mittagsimbiss

Anmeldung: ☎ 0681 61348

■ **Kurs-Nr. 156** donnerstags, 22. und 29. September, 9–16 Uhr

## ■ Ausbildungskurs zur Kursleiterin/ zum Kursleiter „Starke Kinder haben Mut!“

Kinder und Jugendliche erleben häufig, dass sie so, wie sie sind, nicht in Ordnung sind. Der Kurs „Starke Kinder haben Mut!“ hat zum Ziel, das Selbstwertgefühl und Selbstbewusstsein von Kindern und Jugendlichen zu stärken.

Die Grundlagen des Kursangebotes sind zum einen individualpsychologische Aspekte mit dem Konzept der Ermutigung und zum anderen die Grundgedanken der systemischen Theorie wie Ressourcenorientierung und Wertschätzung.

In den ersten beiden Tagen lernen Sie die sechs Einheiten des Basiskurses kennen und können den Kurs für Kinder im Vorschulalter und Kinder in der Grundschule 1. bis 4. Klasse umsetzen. Nach drei Monaten findet ein Tag zur Reflexion und Supervision statt. Hier können erste Erfahrungen in der Durchführung des Kurses und offene Fragen besprochen werden. Sie erhalten ein Handbuch mit Ablaufplänen zu den einzelnen Einheiten, Kopiervorlagen zu den Arbeitsblättern und Bastelvorlagen sowie viele Ideen zu Geschichten und Spielen.

Voraussetzung zur Teilnahme ist eine pädagogische oder psychologische Ausbildung oder ein entsprechendes Studium.

Weitere Informationen zum Kurs finden Sie unter

🖱 [www.starkekinderhabenmut.de](http://www.starkekinderhabenmut.de)

👤 [Nicole Burkert-Arbogast und Susanne Wilhelm](#)

🏠 PrakSys, Raum für Entwicklung, Preußenstr. 19, 66111 Saarbrücken

Kosten: 280 Euro zzgl. 60 Euro für das Handbuch

Info und Anmeldung: PrakSys, ☎ 0681 96816581,

✉ [info@starkekinderhabenmut.de](mailto:info@starkekinderhabenmut.de)

■ **Kurs-Nr. 157** Freitag, 4. Februar, sowie samstags, 5. Februar und 20. Mai, 9–17 Uhr

1  
2  
3  
4  
5  
6  
7  
8

## FORTBILDUNGEN FÜR TAGESMÜTTER UND -VÄTER

Kindertagespflegepersonen tragen entscheidend zur Vereinbarkeit von Familie und Beruf bei. Sie bieten Kindern einen Ort, an dem ihre Entwicklung familienähnlich gefördert wird. Für diese Tätigkeit organisiert die Familienbildungsstätte auf Anfrage Fortbildungen zu unterschiedlichen Themenbereichen, abgestimmt auf die jeweiligen Bedarfe der Teilnehmenden.

**Für die Fortbildungen gilt: Eine Bezuschussung über das Saarbrücker Jugendamt ist für im Regionalverband Saarbrücken tätige Kindertagespflegepersonen möglich.**

### ■ 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**

🏠 Familienbildungsstätte oder online

Kosten: 5 Euro pro Termin

Anmeldung: ☎ 0681 61348 ✉ [fambild-sb@dwsaar.de](mailto:fambild-sb@dwsaar.de)

#### Treff für Tagesmütter und -väter online

■ **Kurs-Nr. 158** dienstags, 1. Februar, 5. April, 14. Juni, 4. Oktober, 6. Dezember, 18.30–20.45 Uhr

#### Treff für Tagesmütter und -väter in der Familienbildungsstätte

■ **Kurs-Nr. 159** dienstags, 8. März, 3. Mai, 5. Juli, 6. September, 8. November, 18.30–20.45 Uhr

## KINDERBETREUUNG & KINDERTAGESPFLEGE

Die Servicestelle Kinderbetreuung & Kindertagespflege bietet gemeinsam mit der Evangelischen Familienbildungsstätte allen qualifizierten Tagesmüttern und -vätern ein breites Spektrum an Fortbildungen an.

Die jeweils aktuellen Termine finden Sie auf der Homepage der Servicestelle Kinderbetreuung & Kindertagespflege:

🖱 [www.service-kinderbetreuung.de](http://www.service-kinderbetreuung.de)

Info und Anmeldung: Servicestelle Kinderbetreuung & Kindertagespflege, ☎ 0681 8308626,

✉ [info@service-kinderbetreuung.de](mailto:info@service-kinderbetreuung.de)

## FORTBILDUNGEN FÜR MITARBEITENDE IN EV. KINDERTAGESEINRICHTUNGEN

Das Jahresprogramm 2022 des Referats Kindertageseinrichtungen der Diakonie Saar kann angefordert werden unter ☎ 0681 77033 oder per E-Mail

✉ [refkita@dwsaar.de](mailto:refkita@dwsaar.de).

Download: [www.diakonie-saar.de/referat-kindertageseinrichtungen](http://www.diakonie-saar.de/referat-kindertageseinrichtungen)

Referatsleiterin und Fachberaterin:

Annette Burkhardt-Walsch

Fachberatung für Sprach-Kitas im Bundesprogramm:  
Jana Freyaldenhoven

1  
2  
3  
4  
5  
6  
7  
8

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

Das Fortbildungsprogramm 2022 kann angefordert werden beim Betreuungsverein Saarbrücken und Saar e.V. im Haus der Diakonie.

🏠 Haus der Diakonie, Johannisstraße 6,  
66111 Saarbrücken

Die Veranstaltungen des Betreuungsvereins stehen allen Interessierten offen.

Anmeldung für alle Termine:

☎ 0681 3898333 oder ☎ 0681 3898334 und

✉ [betreuungsverein@dwsaar.de](mailto:betreuungsverein@dwsaar.de)

### ■ Patientenverfügung kurz erklärt – Online

Eine Mitarbeiterin des Betreuungsvereins Saarbrücken und Saar e.V. erklärt in einer ca. einstündigen Videokonferenz die wesentlichen Voraussetzungen einer Patientenverfügung und gibt Hinweise für die Formulierung. Fragen von allgemeinem Interesse können gerne gestellt werden.

👤 [Barbara Emanuel](#)

🏠 Online

■ **Kurs-Nr. 160** Freitag, 14. Januar,  
12–13 Uhr (Online)

■ **Kurs-Nr. 161** Freitag, 8. Juli, 12–13 Uhr (Online)

### ■ Vorsorgevollmacht – Vorstellung verschiedener Vorsorgemöglichkeiten

Die Mitarbeiterin des Betreuungsvereins Saarbrücken und Saar e.V. stellt die verschiedenen Vorsorgemöglichkeiten wie Vorsorgevollmacht, Betreuungsverfügung und Patientenverfügung vor, erklärt die Unterschiede und gibt praktische Tipps aus der Betreuungstätigkeit.

👤 [Dr. Gero Bieg, Richter und Abteilungsleiter am  
Amtsgericht Saarbrücken](#)

🏠 Haus der Diakonie, Johannisstraße 6,  
66111 Saarbrücken

■ **Kurs-Nr. 162** Dienstag, 15. Februar, 19 Uhr

### ■ Einführung in die rechtliche Betreuung

Dreitätiges Einführungsseminar für ehrenamtliche Betreuerinnen und Betreuer über die Grundlagen des Betreuungsrechts, mit Vertiefung in die Aufgabenkreise Gesundheits- sorge, Aufenthaltsbestimmungsrecht sowie Vermögenssorge in Zusammenarbeit mit der Betreuungsbehörde des Regionalverbandes Saarbrücken sowie den anderen örtlichen Betreuungsvereinen. Anmeldung erforderlich.

👤 [N.N.](#)

🏠 Geistliches Zentrum, Dekanat Völklingen,  
Völklinger Str. 197, 66346 Püttlingen

■ **Kurs-Nr. 163** Mittwoch, 30. März, Montag, 4. April,  
und Mittwoch, 6. April, 19–21 Uhr

👤 [N.N.](#)

🏠 Saarbrücker Schloss, Kleiner Saal

■ **Kurs-Nr. 164** Montag, Mittwoch, Montag, 7., 9.  
und 14. November, 18–20 Uhr

1

2

3

4

5

6

7

8

## ■ Vorsorgevollmacht kurz erklärt – Online

Eine Mitarbeiterin des Betreuungsvereins Saarbrücken und Saar e.V. erklärt in einer ca. einstündigen Videokonferenz die wesentlichen Voraussetzungen einer Vorsorgevollmacht und gibt Hinweise für die Formulierung. Fragen von allgemeinem Interesse können gerne gestellt werden.

 Barbara Emanuel  
 Online

- **Kurs-Nr. 165** Freitag, 13. Mai, 12–13 Uhr (Online)
- **Kurs-Nr. 166** Freitag, 16. September, 12–13 Uhr (Online)

## ■ Patientenverfügung – Was ist das?

Seit Jahren wird das Bewusstsein dafür gestärkt, Vorsorge für den Fall der Fälle zu treffen. Während es inzwischen unproblematisch möglich ist, Vorsorgevollmacht und Betreuungsverfügung in richtiger und geeigneter Form zu erteilen, ist die Frage nach einer passgenauen Patientenverfügung wesentlich komplexer. Der Referent gibt anhand konkreter medizinischer Beispiele Anregungen dazu aus medizinischer und juristischer Sicht.

 Bernd Klasen, Direktor des Amtsgerichts Homburg  
 Haus der Diakonie, Johannisstraße 6,  
 66111 Saarbrücken

- **Kurs-Nr. 167** Dienstag, 18. Oktober, 19 Uhr

## ANGEBOTE FÜR HAUPT- UND EHREN-AMTLICHE DER KIRCHENGEMEINDEN

### ■ Schulungen im Bereich sexualisierter Gewalt (NEU!)

Die Kirche trägt eine hohe Verantwortung für das Wohlergehen aller Mitarbeitenden und Schutzbefohlenen und setzt sich für den Schutz vor sexualisierter Gewalt ein.

Es werden zwei differenzierte Schulungsmodulare durch die Ev. Akademie im Saarland und die Evangelische Familienbildungsstätte Saarbrücken angeboten, die für Haupt- und Ehrenamtliche mit Inkrafttreten des Kirchengesetzes der Evangelischen Kirche im Rheinland zum Schutz vor sexualisierter Gewalt vom 15. Januar 2020 verpflichtend sind.

#### Basisschulung

Für Haupt- und Ehrenamtliche mit sporadischem und kurzfristigem Kontakt zu Schutzbefohlenen, Zeitumfang: 4 Unterrichtsstunden. Inhaltsschwerpunkte: Was ist sexualisierte Gewalt? Eigene Rechte und Pflichten, erweitertes Führungszeugnis, Selbstverpflichtungserklärung, Strategien von Täter\*innen, Umgang mit Betroffenen, Nähe- und Distanzverhältnis, Interventionsplan / Notfallplan, Wissen um die Ansprechpersonen

Kosten: 20 Euro

#### Intensivschulung

Für Haupt- und Ehrenamtliche mit intensivem, regelmäßigem Kontakt zu Schutzbefohlenen, Zeitumfang: 12 Unterrichtsstunden. Inhaltsschwerpunkte: Inhalte der Basisschulung plus Entwicklung kindlicher und jugendlicher Sexualität, Schutzkonzept, Prävention ausführlich, Intervention ausführlich, Recht, Seelsorge, theologische Aspekte des christlichen Menschenbildes

Kosten: 60 Euro

Anmeldung und Abrechnung erfolgen durch die jeweilige Kirchengemeinde. Die Termine und Schulungsorte werden von den Superintendenturen gesondert versendet.

1

2

3

4

5

6

7

8

## ■ Arbeitskreis offene kirchliche Altenarbeit im Kirchenkreis Saar-West

👤 Pfarrer Horst Gaever  
 🏠 Versöhnungskirche Völklingen

Kosten: keine

Anmeldung: ☎ 0681 61348,

Einladungen erfolgen gesondert.

**Thema: Noch offen**

■ **Kurs-Nr. 168** Montag, 14. Februar, 14.30–17 Uhr

## ■ Arbeitskreis „Senioren und Demenz“ im Kirchenkreis Saar-Ost

Seit etwa zwei Jahren treffen sich Haupt- und Ehrenamtliche im Kirchenkreis Saar-Ost, um sich zum Thema „Senioren und Demenz“ auszutauschen. Themen sind unter anderem die Vorbereitung von Fortbildungen für Ehrenamtliche sowie die Gestaltung von demenzfreundlichen Gottesdiensten.

Kosten: keine

Infos: Winfried Blum, ☎ 0681 61348

✉ [winfried-blum@dwsaar.de](mailto:winfried-blum@dwsaar.de)

**Arbeitskreistreffen März**

🏠 Ev. Gemeindehaus in St. Wendel-Leitersweiler,  
 Buchwaldstraße 28

■ **Kurs-Nr. 169** Mittwoch, 16. März, 18.30–20.30 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](mailto:ms-neunkirchen@t-online.de), oder bei

Bärbel Hoffmann, ☎ 0171 6923636,

✉ [baerbel.hoffmann@ekir.de](mailto:baerbel.hoffmann@ekir.de)

1

2

3

4

5

6

7

8

## ■ Fortbildungen zur Unterstützung geflüchteter Menschen

Für Ehrenamtliche und interessierte Menschen der Evangelischen Kirchenkreise Saar-Ost und Saar-West sowie für geflüchtete Menschen organisiert das Referat Migration und Bildung der Abteilung Bildung und Soziale Teilhabe der Diakonie Saar im Jahr 2022 verschiedene Fachinformationsveranstaltungen.

Themen, die im Zusammenhang von (ehrenamtlicher) Arbeit mit geflüchteten Menschen wichtig sind, können bearbeitet werden.

Dazu zählen u.a.:

- Übersicht/Neuerungen Asyl- und Aufenthaltsrecht
- Unterstützung bei der Arbeits- und Ausbildungsplatzsuche durch Ehrenamtliche
- Hilfen für Flüchtlinge im Alltag – Was können Ehrenamtliche leisten?
- Sprach- und Berufswissensvermittlung
- Sprachpatenschaften
- Interkulturelle Sensibilisierung

Weitere Informationen:

Diakonie Saar

Abteilung Bildung und Soziale Teilhabe

Referat Migration und Bildung

Stefan Gebhardt

Rembrandtstraße 17-19, 66540 Neunkirchen

☎ 06821 956-160/161, ✉ [bst@dwsaar.de](mailto:bst@dwsaar.de)

## ■ Ausbildung zur ehrenamtlichen Hospizhelferin oder zum Hospizhelfer

Eine wichtige Unterstützung des hauptamtlichen Teams im stationären Paul Marien Hospiz sind ehrenamtliche Hospizhelferinnen und -helfer. Sie betreuen Bewohner und Angehörige, bringen Zeit und Bereitschaft zum Gespräch mit, hören zu oder sind einfach nur da. Sie schaffen auch Entlastung, indem sie Sitzwachen übernehmen. Die Hospizhelferinnen und Hospizhelfer werden sorgfältig geschult. Der nächste Befähigungskurs beginnt am 6. April mit einem Infoabend. Die Schulung umfasst 60 Stunden und ein Praktikum von 20 Stunden.

Im Zeichen der Corona-Pandemie können gegebenenfalls einige Unterrichtseinheiten online stattfinden.

👤 **Ute Seibert, Hospizleiterin**

🏠 Paul Marien Hospiz am Ev. Stadtkrankenhaus Saarbrücken, Großherzog-Friedrich-Str. 44, 66111 Saarbrücken

Kosten: keine

Infos und Anmeldung: ☎ 0681 3886-600

- **Kurs-Nr. 170** Mittwoch, 6. April, 19–21 Uhr, danach ca. 10 Schulungsabende und 3 Intensiv-Samstage

1

2

3

4

5

6

7

8

## FORTBILDUNGEN DER LAG EV. ERWACHSENENBILDUNG IM SAARLAND

Die Landesarbeitsgemeinschaft für Evangelische Erwachsenenbildung im Saarland bietet Weiterbildung an für haupt-, neben- und ehrenamtlich Mitarbeitende aus der evangelischen Bildungsarbeit. Andere Interessierte können teilnehmen, soweit freie Plätze vorhanden sind.

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, insbesondere die Fähigkeit zur Kommunikation und Selbstreflexion. Ein Schwerpunkt bildet die Arbeit mit Medien wie PC und Internet.

Für evangelische Einrichtungen und Gemeinden im Saarland bietet die LAG Ev. Erwachsenenbildung kostenfreie Schulungen zur Erkundung des Internetportals der Ev. Kirche im Rheinland (EKiR-Portal) an.

Die LAG berät und begleitet Einrichtungen bei der Planung und Umsetzung eigener Angebote im Feld der digitalen Grund- und Weiterbildung. Haben Sie Fragen dazu oder sind sie an einem Austausch interessiert, dann nehmen sie gerne Kontakt zu uns auf.

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

✉ [wd.scheid@lag-eeb-sl.de](mailto:wd.scheid@lag-eeb-sl.de) oder schriftlich:

Mainzer Straße 269, 66121 Saarbrücken.



**Anke Jung** ist seit Ende 2017 Leiterin der Evangelischen Familienbildungsstätte. Schwerpunktmäßig bearbeitet sie die Bereiche Eltern und Kinder, Gesundheit, Kreativität und Kommunikation. Die Dipl. Sozialpädagogin mit Master im Management von Gesundheits- und Sozialeinrichtungen arbeitet seit 2007 bei der Diakonie Saar.



**Winfried Blum** ist als pädagogischer Mitarbeiter schwerpunktmäßig für die Bereiche Seniorenbildung, Schulung von Ehrenamtlichen in Evangelischen Kirchengemeinden sowie Öffentlichkeitsarbeit zuständig. Der Dipl. Pädagoge arbeitet seit 2004 bei der Diakonie Saar.



**Birgit Metzger** ist im Sekretariat als Verwaltungsangestellte die gute Seele des Hauses und steht Kursteilnehmenden und Interessierten mit Rat und Tat zur Seite. Seit 1993 arbeitet die gelernte Kauffrau im Einzelhandel bei der Diakonie Saar.



**Gernot Drießler** packt als Hauswirtschaftskraft tatkräftig mit an und sorgt dafür, dass sich Kursteilnehmende und Gäste in den Räumlichkeiten der Familienbildungsstätte wohlfühlen können. Seit 2013 ist er Mitarbeiter der Diakonie Saar.



**Sabine Optenhöfel** ergänzt das Team der Familienbildungsstätte seit Januar 2021. Die gelernte Kauffrau studiert berufsbegleitend Soziale Arbeit und beschäftigt sich schwerpunktmäßig mit den Themen Social Media, Finanzen und allgemeine Organisation. Seit 2015 arbeitet sie bei der Diakonie Saar.



**Christine Arnold** ist Referentin für Beckenbodentraining und Haltungsschule. Die Hebamme hat auch eine Ausbildung als Fachwirtin im Gesundheits- und Sozialwesen absolviert.



**Heike Benekam.** Die Erzieherin hat eine Ausbildung als systemische Beraterin abgeschlossen.



**Korinna Benthien** ist lizenzierte Musikgarten-Lehrkraft, Referentin für „Das Baby verstehen“, „Baby-Bauch-Töne“ und Kindertanz. Außerdem bietet sie EDV- und Smartphone-Kurse an.



**Annemarie Botzet-Infantino** ist langjährige Tagesmutter. Sie leitet den Treff für Tagesmütter und -väter.



**Hella Brust** ist Erwachsenenbildnerin und Referentin für Familie und Lebensgestaltung sowie Märchenerzählerin.



**Karin Büchner** ist Referentin im Bereich der Nähkurse. Als Damenoberbekleidungstechnikerin war sie Direktrice in der Modebranche.



**Nicole Burkert-Arbogast** hat Erziehungswissenschaft studiert und eine Zusatzausbildung als systemische Therapeutin und Beraterin (SGST).



**Marion Crauser** ist Vitametikerin. Die Behandlungsmethode unterstützt drei organische Funktionalelemente: Muskulatur, Nervensystem und Wirbelsäule.



**Natella Don.** Die erfahrene Hobbynäherin leitet Nähkurse in Saarbrücken.



**Hildegard Eisenla.** Die Erzieherin leitet Babyclubs, Kurse „Das Baby verstehen“ und Baby-massage.



**Barbara Emanuel.** Die Juristin ist Mitarbeiterin des Betreuungsvereins Saarbrücken und Umgebung im Diakonischen Werk an der Saar.



**Carsten Freels** hat Erziehungswissenschaften, Psychologie und Soziologie studiert. Der Mitarbeiter des Kinderhauses Malstatt hat sich unter anderem in den Bereichen Resilienz, kindliche Traumata und Kreativitätsförderung bei Kindern fortgebildet.



**Horst Gaevert** ist Pfarrer der Evangelischen Kirchengemeinde Völklingen-Warndt und Synodalbeauftragter für Altenarbeit im Kirchenkreis Saar-West.



**Gabriele Geiger** ist Heilpraktikerin und Kräuterexpertin.



**Paul Herrlein**, M.A., ist Geschäftsführer der St. Jakobus Hospiz gemeinnützige GmbH.



**Christopher Huber**. Der Teamleiter des Kinderhospiz- und Palliativteams Saar ist ausgebildeter Kinderkrankenschwester mit Fachweiterbildung Schmerz, Onkologie und Palliativmedizin und Studium der Gesundheitsökonomie



**Carmela Hufschmidt** leitet Nähkurse in Heusweiler. Sie hat Bekleidungsfertigerin gelernt.



**Désirée Huyras-Zapp** ist Gesundheitspädagogin, Sportphysiotherapeutin und Qigong Lehrerin. Sie lehrt Gesundheitskurse und Denksport für Kinder.



**Chris Junge** leitet die Akademie 8 in Saarbrücken. Der Diplom Verwaltungswirt (FH) und Gewaltschutztrainer bietet Fortbildungen im Bereich Deeskalation an.



**Cäcilia Koch-Franosch** ist Hebamme und Qigong-Lehrerin der Med. Gesellschaft für Qigong-Yangsheng.



**Laura Kühn**. Die Fachkinderkrankenschwester für Intensiv- und Anästhesiepflege bietet Beratung, Vorträge und Kurse für Eltern.



**Viktoria Maslennikov** ist gelernte Modeschneiderin und bietet Nähkurse für Baby- und Kinderbekleidung an.



**Andrea Michel**. Die Logopädin leitet Kurse im Bereich Kreatives und Gesundheit.



**Ingrid Niegel** hat Gesangs- und Klavierpädagogik studiert. Sie ist als Sängerin, Musiktherapeutin (FH Frankfurt), Heilpraktikerin für Psychotherapie und Atempädagogin nach Dr. med. Parow tätig.



**Ingrid von Osterhausen** ist Bildungsreferentin der „Fairtrade Initiative Saarland“ und hält Seminare in Kitas, Schulen und Bildungseinrichtungen.



**Denise Ostwaldt**. Die Dipl. Sozialpädagogin arbeitet in der der Evangelischen Beratungsstelle für Schwangerschaftskonflikte Familienplanung und Sexualpädagogik der Diakonie Saar.



**Cornelia Palermo** leitet Baby-Clubs in Saarbrücken-Malstatt. Sie ist Kinderkrankenschwester und Familienpädagogin.



**Andreas Sauder**. Der Diplom-Sozialpädagoge leitet die Landesfachstelle Demenz Saarland.



**Wolf-Dieter Scheidt** hat Neuere deutsche Literatur und Medien studiert. Er ist pädagogischer Mitarbeiter der LAG Evangelische Erwachsenenbildung und Dozent für Film und Medien.



**Petra Schöneberg.** Die Hauswirtschaftsmeisterin hat eine Zusatzausbildung als Ganzheitliche Ernährungsberaterin und ist lizenzierte Übungsleiterin für Gesundheitssport.



**Ute Stappert.** Die Diplom-Sozialpädagogin arbeitet bei den Ambulanten Hilfen der Diakonie Saar in Saarbrücken.



**Patricia Steimer** ist Diplom individualpsychologische Beraterin (ASI) und zertifizierte Kursleiterin Babyzeichensprache.



**Andrea Wagner.** Die Heilpraktikerin ist Hormoncoach und zertifizierte Homöopathin.



**Christine Wanjura** hat Geographie studiert und eine Ausbildung als zertifizierte Trainerin für Kommunikation und Konfliktberatung nach M. Rosenberg.



**Klaus Weber** hat Elektrotechnik und Physik studiert. Er arbeitet heute freiberuflich als Coach und Trainer für das Zürcher-Ressourcen-Modell (ZRM®).



**Peter Weichardt** ist Eine-Welt-Promotor für Fairen Handel im Saarland und seit über 10 Jahren bei der Fairtrade Initiative Saarbrücken engagiert.



**Ralf Wiehn.** Der Sozialpädagoge hat unter anderem Weiterbildungen als Sicherheitsbeauftragter, Kinderschutzfachkraft und Deeskalationstrainer absolviert.



**Rebecca Wilhelm.** Die Erzieherin leitet Kurse im Eltern-Kind-Bereich.



**Susanne Wilhelm.** Die Erziehungswissenschaftlerin (M.A.) hat eine Ausbildung als systemische Therapeutin und Beraterin (SGST).

## ■ KONTAKT

Evangelische Familienbildungsstätte Saarbrücken  
der Diakonie Saar

Mainzer Straße 269, 66121 Saarbrücken

☎ 0681 61348, 📠 0681 61340

✉ [fambild-sb@dwsaar.de](mailto:fambild-sb@dwsaar.de)

🖱 [www.familienbildung-saar.de](http://www.familienbildung-saar.de)

🖱 Facebook: [www.facebook.com/FamilienbildungSaar/](https://www.facebook.com/FamilienbildungSaar/)

Bürozeiten: Montag bis Freitag, 9–12 Uhr

**Anke Jung**, Leitung

**Winfried Blum**, Pädagogischer Mitarbeiter

**Birgit Metzger**, Verwaltung

**Sabine Optenhöfel**, Organisation

Landesarbeitsgemeinschaft

für Evangelische Erwachsenenbildung

Mainzer Straße 269, 66121 Saarbrücken

☎ 0681 68570176 oder ☎ 0681 68570077

✉ [lag@dwsaar.de](mailto:lag@dwsaar.de)

Wolf-Dieter Scheid

Birgit Metzger, Sekretariat, Anmeldung

## ■ ANFAHRT

Sie erreichen uns mit der Saarbahn  
– Haltestelle Römerkastell (ca. 400m  
Fußweg) und mit den Buslinien 105,  
122, 135, 137, 138 – Haltestelle Hal-  
berg (ca. 30m Fußweg).



## ■ ANMELDUNG

Ihre verbindliche Anmeldung erbitten wir möglichst frühzei-  
tig schriftlich, per E-Mail oder telefonisch.  
Auch telefonische Anmeldungen sind verbindlich.

Bitte beachten Sie auch die Anmeldefristen bei den einzel-  
nen Veranstaltungen.

Bei kostenpflichtigen Veranstaltungen wird Ihre Anmeldung  
schriftlich bestätigt.

Bitte überweisen Sie den Kursbeitrag unter Angabe der Kurs-  
nummer auf unser Konto bei der  
Vereinigten Volksbank eG  
DE72 5909 2000 3057 0100 36  
BIC GENODE51SB2

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

Nicht besuchte Kursstunden oder nicht in Anspruch genom-  
mene Einzelleistungen werden nicht erstattet.

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

Bereits gezahlte Kursbeiträge werden in diesem Fall selbst-  
verständlich zurückerstattet.

## ■ INFORMATIONEN ZUR DATENERHEBUNG

Die Evangelische Familienbildungsstätte Saarbrücken ist eine Einrichtung der Diakonie Saar, Rembrandtstraße 17-19, 66540 Neunkirchen. Wir informieren Sie hier nach § 16 DSGVO-Datenschutzgesetz der Evangelischen Kirche Deutschlands über die Verarbeitung Ihrer personenbezogenen Daten.

Wir nehmen den Schutz Ihrer persönlichen Daten sehr ernst. Wir behandeln Ihre personenbezogenen Daten vertraulich entsprechend der gesetzlichen Datenschutzvorschriften.

Die Daten, die wir von Ihnen erheben, benötigen wir

- für den Kontakt mit Ihnen,
- zur Durchführung der Kurse und Veranstaltungen, an denen Sie teilnehmen,
- zur Erstellung von Berichten und Verwendungsnachweisen und
- zur Offenlegung an die Geldgeber wie zum Beispiel das Ministerium für Bildung und Kultur und der Regionalverband Saarbrücken.

Wir verarbeiten Ihre Daten nur so lange, wie sie zur Durchführung der Maßnahme oder zur Erfüllung geltender Rechtsvorschriften erforderlich sind.

Nach dem DSGVO-EKD haben Sie das Recht auf:

- Auskunft über die Verarbeitung Ihrer Daten
- Berichtigung oder Löschung Ihrer Daten
- Einschränkung der Verarbeitung (nur noch Speicherung möglich)
- Widerspruch gegen die Verarbeitung
- Datenübertragbarkeit
- Beschwerde bei der Datenschutz-Aufsichtsbehörde.

Unsere Datenschutzbeauftragten Hasso Schneider erreichen Sie unter:

✉ [datenschutz@dwsaar.de](mailto:datenschutz@dwsaar.de)

☎ 06831 120246

Unsere Aufsichtsbehörde ist:

Der Beauftragte für den Datenschutz  
der Evangelischen Kirche in Deutschland

Lange Laube 20  
30159 Hannover

☎ 0511 768128-0

☎ 0511 768128-20

✉ [info@datenschutz.ekd.de](mailto:info@datenschutz.ekd.de).

## Veranstaltungsinformationen der Evangelischen Familienbildungsstätte

Auf Wunsch nehmen wir Sie gerne in unseren Versandverteiler für unser Programmheft und weitere Veranstaltungshinweise auf. Mit der Angabe Ihrer Kontaktdaten zu diesem Zwecke erklären Sie sich einverstanden, dass Ihre personenbezogenen Daten für die Zusendung von Veranstaltungshinweisen und Informationen bis auf Widerruf genutzt werden dürfen. Das Einverständnis kann jederzeit schriftlich und unentgeltlich mit Wirkung für die Zukunft bei der Familienbildungsstätte widerrufen werden.

## Impressum

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

Saarbrücken 2021

Texterfassung: Anke Jung und Winfried Blum

Redaktion: Anke Jung und Winfried Blum

Layout und Produktion: Brunner Werbung, Saarbrücken

Das Programmheft ist klimaneutral gedruckt.

Auflage: 5000

Bildnachweis: Adobe Stock/Oksana Kuzmina (S. 13), Adobe Stock/zzzdim (S. 19), Adobe Stock/mickyso (S. 41), Adobe Stock/Michael Brednarck (S. 49), Adobe Stock/Yakobchuk Olena (S. 67), Adobe Stock/Monkey Business (S. 75), Adobe Stock/Studiotomo (S. 79), alle anderen: privat



# Durchblick deine Finanzen.

**Finanzplaner, Kontowecker und Multi-banking – mit unseren digitalen Banking-Funktionen immer den Überblick behalten. Und den Kopf frei für das, was wichtig ist.**

Jetzt freischalten auf: [sparkasse-saarbruecken.de](https://sparkasse-saarbruecken.de)

**Weil's um mehr als Geld geht.**



Sparkasse  
Saarbrücken