



**Diakonie**   
Saar

**Evangelische  
Familienbildungsstätte**

**PROGRAMM  
2024**



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



➤ [www.facebook.com/FamilienbildungSaar/](http://www.facebook.com/FamilienbildungSaar/)



➤ [www.instagram.com/familienbildungs Saar/](http://www.instagram.com/familienbildungs Saar/)

## 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)

➤ [www.facebook.com/FamilienbildungSaar/](http://www.facebook.com/FamilienbildungSaar/)

➤ [www.instagram.com/familienbildungs Saar/](http://www.instagram.com/familienbildungs Saar/)

Bürozeiten: Montag bis Freitag, 9–12 Uhr



Die Evangelische Familienbildungsstätte der  
DIAKONISCHES WERK 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

Geburtsvorbereitungskurs ..... 16

Rückbildungskurs ..... 17

Gesprächskreis für Sterneneltern..... 18

Babyclubs im Stadtteil ..... 19

## 2 Eltern und Kinder

PEKiP: Prager Eltern-Kind-Programm ..... 22

Eltern-Kind-Gruppe in Uchtelfangen ..... 24

„Musik und Spiel“ für Eltern und Kinder  
bis 2 Jahre (NEU!) ..... 25

Kinder tanzen! ..... 26

Selbstverteidigung und Selbstbehauptung  
für Kinder von 4 bis 7 Jahren (NEU!) ..... 27

Notfalltraining für Kids (NEU!) ..... 27

Märchenzauber – Zaubermärchen ..... 29

Nähkurs für Baby- und Kinderbekleidung ..... 30

Projekt Elternschule:  
„Erziehen und Lernen fördern“ ..... 31

### ELTERNSCHULE IN DER FAMILIENBILDUNGSSTÄTTE

Schulanfang – eine Herausforderung für Kinder und Eltern .....	32
Bedürfnisorientierte Erziehung – Was heißt das? (NEU!) .....	33
Mut zur Wut .....	34
Hochsensibilität bei Kindern (NEU!) .....	34
Schulnoten – vom gesunden Umgang mit Leistungsbewertungen (NEU!) .....	35

### ELTERNBILDUNG IM KINDERHAUS MALSTATT

Kinder brauchen Grenzen .....	36
Wie mache ich mein Kind stark? .....	36
Doktorspiele und kindliche Sexualität .....	37

### ANGEBOTE FÜR ELTERN UND KINDER IM STADTTEIL

Veranstaltungen der Gemeinwesenarbeit (GWA) Saarbrücken-Dudweiler .....	38
Veranstaltungen des Kinderbildungszentrums Malstatt (KIBIZ) .....	39
Veranstaltungen der Gemeinwesenarbeit (GWA) Brebach .....	40

### ANGEBOTE DES VERBANDES ALLEINERZIEHENDER MÜTTER UND VÄTER

Elterncafé mit Kinderbetreuung .....	42
Sonntagstreff .....	42

## 3 Medienkompetent im Alltag

Einstiegskurs: Mein Smartphone und ich – einfach und sicher .....	44
Einstiegskurs: Mein Tablet und ich – einfach und sicher .....	45
Einzelberatung: Rat und Tat für PC, Smartphone und Tablet .....	45
Digitaler Stammtisch .....	46
KI verstehen und einsetzen – Alltagspraktische Tipps und Anwendungen (NEU!) .....	47
Begleitete Kurse des Hasso-Plattner-Instituts (HPI) (NEU!) .....	47
Das Tablet-Kursangebot von „Onlinerland Saar“ .....	48
Virtuelles Mehrgenerationenhaus .....	50

## 4 Lebensphasen, Gesellschaft, Theologie

Klang-Meditation .....	52
Gesprächskreis „Frauen reden mit Frauen“ .....	53
Einführung in die Gewaltfreie Kommunikation nach M. Rosenberg .....	53
Jahreskurs 2024: Wo fängt Frieden an? .....	54
Vertiefungskurs: Wo fängt Frieden an? .....	55
Die Kunst des Zuhörens .....	55
Die Kunst, kluge Entscheidungen zu treffen (NEU!) .....	56
Wohlbefinden und Aufblühen im Alltag – Schritt für Schritt zum kleinen Glück .....	57
Geschichte und Geschichten von Hexen und weisen Frauen (NEU!) .....	57

Ganzheitliches Gedächtnistraining .....	58
Senioren-Sommer-Woche im BürgerInnenZentrum Brebach .....	59
Gemeinsam kochen mit allen Sinnen .....	60
Gesprächskreis für Trauernde .....	60
Rechtzeitig vorsorgen – den Nachlass regeln .....	61
Vortrags- und Gesprächsabend: Abschied nehmen mitten im Leben (NEU!) .....	61
Infoabend: Vorsorgevollmacht und Betreuungsverfügung .....	62
Infoabend: Dem Schreckgespenst Demenz die Stirn bieten (NEU!) .....	62
Mut-Mach-Reihe zum Umgang mit Menschen mit Demenz .....	63
Demenz – Was dann? Ein Infoabend für Interessierte .....	64
Infoabend: Patientenverfügung – Muss ich das haben? .....	64
Wo Schokolade nicht glücklich macht – Ein Work- shop zum Kakaoanbau in der Elfenbeinküste .....	65
Infoabend: „Zuhause leben bis zuletzt“ .....	66
Alltags-Deutsch-Kurse für Zugewanderte .....	66
Integrations Sprachkurse nach der Integrations- kursverordnung (IntV) Berufsbezogene Sprachförderung nach der Deutschförder- verordnung (DeuFöV) .....	67
Erstorientierungskurse und Wegweiskurse in der Landesaufnahmeeinrichtung Lebach .....	67

### SENIORENBERATUNG ESCHBERG

Seniorinnen und Senioren in Form .....	68
Seniorenberatung .....	68

## 5 Gesundheit, Bewegung & Entspannung

Salsa/Bachata Shines (NEU!) .....	70
Leichtes Yoga für Senior*innen (NEU!) .....	70
Yoga Präventionskurs (NEU!) .....	71
Yoga Schnupperkurs in der Sommerfrische (NEU!) .....	72
Qigong Yangsheng und Achtsamkeit .....	72
Qigong mit Achtsamkeit in der Natur .....	73
Progressive Muskelentspannung (NEU!) .....	73
Nordic Walking .....	74
Die Welt der ätherischen Öle – Natürliche Lösungen für ein gesundes Leben .....	74
Genusswandern nicht nur für Singles .....	75
Kräuter in der Natur entdecken .....	75
Workshops zu Gesundheit, Ernährung, Gesundheitssport .....	76
Die Woche der Stille im Saarland im November .....	78

## 6 Kreativität

Nähkurse für Anfängernde und Fortgeschrittene.....	80
--	----

## 7 Fortbildung und Ehrenamt

### FORTBILDUNGEN FÜR PÄDAGOGISCHE FACHKRÄFTE

kreARTive Präsentationen die hängenbleiben .....	84
Das Zürcher Ressourcen Modell (ZRM@)	
Anerkannter Grundkurs .....	85

Agile Methoden – Frischer Wind für Ihre Arbeit mit Gruppen & Teams .....	86
Sicher Auftreten mit Präsenz und Ausstrahlung .....	87
Arbeitskreis „Zeitgemäße Bildung“ .....	88
Zertifizierte Schulung „Starke Eltern – Starke Kinder“ .....	88
Ausbildungskurs zur Kursleiterin / zum Kursleiter „Starke Kinder haben Mut!“ .....	89
<b>FORTBILDUNGEN FÜR DIE KINDERTAGESPFLEGE</b>	
Treff Kindertagespflege .....	90
Interessengemeinschaft Kindertagespflege .....	91
<b>KINDERBETREUUNG &amp; KINDER- TAGESPFLEGE</b> .....	
<b>FORTBILDUNGEN DES BETREUUNGS- VEREINS SAARBRÜCKEN UND SAAR e. V.</b>	
Vorsorgevollmacht – Vorstellung verschiedener Vorsorgemöglichkeiten .....	93
Patientenverfügung – Was ist das? .....	94
<b>ANGEBOTE FÜR HAUPT- UND EHREN- AMTLICHE DER KIRCHENGEMEINDEN</b>	
Schulungen im Bereich sexualisierter Gewalt .....	95
Arbeitskreis offene kirchliche Altenarbeit im Kirchenkreis Saar-West .....	96
Arbeitskreis „Senioren und Demenz“ im Kirchenkreis Saar-Ost .....	97
Austauschrunde für Ehrenamtliche im Kirchenkreis Saar-Ost .....	97
Fortbildungen zur Unterstützung geflüchteter und zugewanderter Menschen .....	98
<b>FORTBILDUNGEN DER LAG EV. ERWACHSENENBILDUNG IM SAARLAND</b> .....	
	99

## 8 Anhang

Das Team der Familienbildungsstätte .....	101
Unsere Referentinnen und Referenten .....	102
Kontakt, Anmeldung und Datenschutz .....	108



## Zu diesem Programm

### *Liebe Saarländerinnen und Saarländer,*

die moderne Gesellschaft wandelt sich ständig und mit ihr auch Familien in ihren unterschiedlichen Lebensformen. Die (Familien-)Welt ist bunter und vielfältiger geworden. Wir feiern diese Vielfalt in all ihren Facetten mit unseren zahlreichen Kursen und Workshops für die ganze Familie.

Unsere Angebote sind darauf ausgerichtet, Menschen aller Generationen in ihrer Persönlichkeitsentwicklung und in der Gestaltung gelingender Beziehungen zu begleiten und zu stärken – von der Schwangerschaft und Geburt über Familie und Erziehung bis hin zum Leben im Alter.

Unser Team steht Ihnen gerne zur Seite und ist offen für Ihre Ideen und Anregungen. Sie können sich auf unserer Homepage über aktuelle Angebote informieren und unseren Newsletter abonnieren. Zudem halten wir Sie über Facebook und Instagram auf dem Laufenden (FamilienbildungSaar).

Wir freuen uns darauf, Sie und Ihre Familie bei uns begrüßen zu dürfen und gemeinsam eine bunte und bereichernde Zeit zu erleben.

Ihre

Anke Jung – Leiterin der Ev. Familienbildungsstätte



## Grußwort

der Ministerin für  
Bildung und Kultur,  
Christine Streichert-Clivot

### *Liebe Leserin, lieber Leser,*

die Erwachsenenbildung hat allen Grund selbstbewusst zu sein. Sie ermöglicht es uns, am Ball zu bleiben, uns anzupassen und innovativ zu denken – egal in welchem Alter oder welchem Stadium unseres Lebens wir uns befinden. Und die Einrichtungen leisten unverzichtbare Dienste für unser demokratisches Gemeinwesen, speziell mit ihren Angeboten der politischen Weiterbildung. Demokratie funktioniert, wenn eine breite gesellschaftliche Grundlage aus gemeinsamen Werten und Regeln des Zusammenlebens besteht. Und Demokratie benötigt Demokratinnen und Demokraten, die sich engagieren, die mitreden wollen und die in der Zivilgesellschaft oder im politischen Raum bereit sind, Verantwortung zu übernehmen. Mit ihrem vielfältigen Angebot der politischen Weiterbildung tragen sie zu einem stabilen und funktionierenden demokratischen Gemeinwesen bei.

Nutzen Sie die große Bandbreite der Weiterbildungsangebote und suchen Sie die für Sie passenden Veranstaltung heraus.

Ich wünsche Ihnen, dass Sie ein Angebot finden, das Sie neugierig macht. Denn jede Weiterbildungsmaßnahme erschließt Ihnen ein Stück Welt.

Ihre

Christine Streichert-Clivot – Ministerin für Bildung und Kultur

## Lassen Sie sich FAIR.führen und FAIR.wöhnen!



Seit Sommer 2019 ist die Evangelische Familienbildungsstätte der Diakonie Saar Teil der Initiative „Faires Saarbrücken“. Bei unseren Veranstaltungen FAIR.wöhnen wir Sie, wo immer möglich, mit Produkten aus dem Fairen Handel. Das bedeutet unter anderem:

faire Preise für die Produzentinnen und Produzenten in den Ländern des Südens, Unterstützung von Genossenschaften und biologischer Landwirtschaft, Verbot von Kinderarbeit.

### Besuchen Sie uns im Internet:



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



➤ [www.facebook.com/FamilienbildungSaar/](http://www.facebook.com/FamilienbildungSaar/)



➤ [www.instagram.com/familienbildungs Saar/](http://www.instagram.com/familienbildungs Saar/)

## Verschenken Sie doch mal einen Kurs

der Evangelischen Familienbildungsstätte!  
Informationen unter ☎ 0681 61348

# 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.

Themen sind: Gesund durch die Schwangerschaft, Kreißsaal-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 Schwangerenberatung der Diakonie Saar und mit Unterstützung des Regionalverbandes Saarbrücken.

Kosten: keine

Anmeldung: ☎ 0681 65743

- **Kurs 24-01-01** 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

 Familienbildungsstätte

Kosten: 20 Euro pro Paar / Einzelperson für 4 Termine

Anmeldung: ☎ 0681 61348

oder bei Ulrike Stitz, ☎ 0170 1898046

- **Kurs 24-01-02** montags, 8. und 15. Januar, 18.30–20.45 Uhr und montags, 22. und 29. Januar, 18.30–20 Uhr
- **Kurs 24-01-03** montags, 8. und 15. April, 18.30–20.45 Uhr und montags, 22. und 29. April, 18.30–20 Uhr
- **Kurs 24-01-04** montags, 7. und 14. Oktober, 18.30–20.45 Uhr und montags, 21. und 28. Oktober, 18.30–20 Uhr

1

2

3

4

5

6

7

8



## ■ Geburtsvorbereitungskurs

Hier lernen Sie Atem- und Entspannungsübungen für die Geburt kennen, erhalten wichtige Informationen zu Schwangerschaft, Geburt und Wochenbett. Der Kurs umfasst 7 Termine.

👤 **Ulrike Stitz, Hebamme**

🏠 Hebammenpraxis Ulrike Stitz, Hauptstraße 96,  
Saarbrücken-Jägersfreude

Kosten: auf Anfrage

Anmeldung: ☎ 0170 1898046

- **Kurs 24-01-05** dienstags, ab 9. Januar,  
18.30–20.30 Uhr
- **Kurs 24-01-06** dienstags, ab 2. April,  
18.30–20.30 Uhr
- **Kurs 24-01-07** dienstags, ab 25. Juni,  
18.30–20.30 Uhr
- **Kurs 24-01-08** dienstags, ab 8. Oktober,  
18.30–20.30 Uhr

## ■ Rückbildungskurs

Schwangerschaft und Geburt haben den Körper verändert. Durch gezielte Übungen werden die Rückbildungsvorgänge unterstützt und ein gutes Körpergefühl gefördert. Sie lernen Übungen zur Straffung der überdehnten Bauchmuskulatur, zu Aufbau und Stärkung für Beckenboden, Rücken und Brustmuskulatur und zur Entspannung. Erfahrungsaustausch mit anderen jungen Müttern ist eingeschlossen. Der Kurs umfasst 7 Termine.

👤 **Ulrike Stitz, Hebamme**

🏠 Hebammenpraxis Ulrike Stitz, Hauptstraße 96,  
Saarbrücken-Jägersfreude

Kosten: auf Anfrage

Anmeldung: ☎ 0170 1898046

- **Kurs 24-01-09** mittwochs, ab 10. Januar,  
9–10.15 Uhr
- **Kurs 24-01-10** mittwochs, ab 3. April,  
9–10.15 Uhr
- **Kurs 24-01-11** mittwochs, ab 26. Juni,  
9–10.15 Uhr
- **Kurs 24-01-12** mittwochs, ab 9. Oktober,  
9–10.15 Uhr

## ■ Gesprächskreis für Sterneltern

Als Sternkind werden verstorbene Kinder bezeichnet, insbesondere wenn sie vor, während oder bald nach der Geburt verstorben sind. Vielleicht sind Sie als Eltern selbst vom Verlust Ihres Kindes betroffen und möchten sich gerne mit anderen Sterneltern austauschen. Hier können Sie Menschen treffen, die Ihr Schicksal, Ihre Gefühle und Gedanken nachempfinden können.

Die Initiatorinnen schreiben: „Du möchtest verstanden werden und dich nicht für deine Trauer verstecken müssen? Dann bist du bei uns herzlich willkommen.“

👤 **Kathrin Bayer, Rebecca Wilhelm**

🏠 Familienbildungsstätte

Anmeldung: ✉ [selbsthilfe@sternenelternsaarland.de](mailto:selbsthilfe@sternenelternsaarland.de)

Infos: 🌐 [www.sternenelternsaarland.de](http://www.sternenelternsaarland.de)

■ **Kurs 24-01-13** jeden 1. Mittwoch im Monat,  
19.30– 21.30 Uhr

## ■ Babyclubs im Stadtteil

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 über das Programm Frühe Hilfen im Regionalverband Saarbrücken gefördert. In Kooperation mit den Gemeinweseneinrichtungen Brebach, Malstatt, Völklingen, Dudweiler und Burbach.

Kosten: keine

Die Babyclubs für Eltern mit Kindern im ersten Lebensjahr finden an folgenden Standorten statt:

### St. Johanner Babyclubs

👤 **Korinna Benthien**

🏠 Haus der Diakonie, Johannisstraße 6

Anmeldung: ☎ 0681 65743

■ **Kurs 24-01-14** mittwochs, 11.30– 13 Uhr

■ **Kurs 24-01-15** mittwochs, 13.15– 14.45 Uhr

### Brebacher Babyclub

👤 **Banu Sivapalan**

🏠 Kinderhaus 2, Saarbrücker Straße 60

Anmeldung: ☎ 0681 9508327

■ **Kurs 24-01-16** donnerstags, 10– 11.30 Uhr

# 2 ELTERN UND KINDER

## Malstatter Babyclub

👤 Cornelia Palermo  
 🏠 Kinderbildungszentrum KIBIZ, St.-Josef-Str. 11  
 Anmeldung: ☎ 0681 4163000  
 ■ **Kurs 24-01-17** dienstags, 10–11.30 Uhr

## Völklinger Babyclub

👤 Rebecca Wilhelm  
 🏠 Gemeinwesenarbeit & Kinderhaus, Marktstraße 15  
 Anmeldung: ☎ 06898 3090914  
 ■ **Kurs 24-01-18** donnerstags, 9.30–11 Uhr

## Dudweiler Babyclub

👤 Jeebani Anthony  
 🏠 Gemeinwesenarbeit Dudweiler, Am Markt 115  
 Anmeldung: ☎ 06897 7780130  
 ■ **Kurs 24-01-19** freitags, 9.30–11 Uhr

## Burbacher Babyclub

👤 Fatima Beddiar, Viktoria Maslennikov  
 🏠 Haltestelle, Bergstraße 6, 1. Etage  
 Anmeldung: ☎ 0681 761950  
 ■ **Kurs 24-01-20** donnerstags, 9.30–11 Uhr  
 ■ **Kurs 24-01-21** freitags, 9.30–11 Uhr



## ■ 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 Partner\*innen-PEKiP am Wochenende, das ausdrücklich den zweiten Elternteil einbezieht.



👤 **Rebecca Wilhelm**  
 🏠 Familienbildungsstätte  
 Kosten: 95 Euro  
 Anmeldung: ☎ 0681 61348

### Kurse für im Januar–April 2023 geborene Kinder

■ **Kurs 24-02-01** mittwochs, ab 10. Januar,  
13.15–14.45 Uhr

### Kurse für im Januar–April 2024 geborene Kinder

■ **Kurs 24-02-02** mittwochs, ab 10. April,  
13.15–14.45 Uhr  
 ■ **Kurs 24-02-03** mittwochs, ab 4. September,  
13.15–14.45 Uhr

### Kurse für im Mai–August 2023 geborene Kinder

■ **Kurs 24-02-04** mittwochs, ab 10. Januar,  
11.15–12.45 Uhr  
 ■ **Kurs 24-02-05** mittwochs, ab 10. April,  
11.15–12.45 Uhr

### Kurse für im Mai–August 2024 geborene Kinder

■ **Kurs 24-02-06** mittwochs, ab 4. September,  
11.15–12.45 Uhr

### Kurse für im September–Dezember 2023 geborene Kinder

■ **Kurs 24-02-07** mittwochs, ab 10. Januar,  
9.15–10.45 Uhr  
 ■ **Kurs 24-02-08** mittwochs, ab 10. April,  
9.15–10.45 Uhr  
 ■ **Kurs 24-02-09** mittwochs, ab 4. September,  
9.15–10.45 Uhr

### Für alle PEKiP-Gruppen gilt:

Weitere Gruppen 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)



Zeppelinstr. 31  
66557 Illingen/Uchtelfangen

Mess- und Trocknungstechnik GmbH

<b>Gebäudediagnostik</b> Thermografie Blower-Door CM-Messung Flachdach-Leckageortung Technische Austrocknung von Flachdächern Video, Endoskopie Erstellen von Kanalkatastern Physikalische Dichtheitsprüfung des Abwassersystems	<b>Wasserschadenservice</b> Leckageortung Feuchtigkeitsmessung Bautrocknung Technische Austrocknung nach Wasserschaden
--	--

zewe-gmbh.de

 **06825**  
**800 88-0**

## ■ Eltern-Kind-Gruppe in Uchtelfangen

Hier können Mütter und Väter mit ihren Kleinkindern von 1 bis 3 Jahren unter pädagogischer Anleitung in einer offenen und entspannten Atmosphäre für die neue Lebenssituation kreative Antworten entwickeln: Vermittlung altersgemäßer Bewegungsanreize und Sinneserfahrungen, Orientierung für das Leben mit Kleinkindern, Austausch über Alltagssituationen. Es können Kontakte geknüpft und Netzwerke gebildet werden.

Ein Angebot in Kooperation mit der Evangelischen Kirchengemeinde Uchtelfangen.

👤 **Manuela Darsch, Spielkreisleiterin**  
 🏠 Ev. Kirchengemeinde Uchtelfangen,  
 Saarbrücker Straße 107, 66557 Illingen-Uchtelfangen  
 Kosten: 30 Euro für 5 Termine  
 Anmeldung: ☎ 0681 61348 oder bei  
 Manuela Darsch, ☎ 06825 44617

- **Kurs 24-02-10** dienstags, ab 9. Januar,  
9.15 bis 10.45 Uhr
- **Kurs 24-02-11** dienstags, ab 3. September,  
9.15 bis 10.45 Uhr

Die Kurse finden fortlaufend statt, Einstieg ist jederzeit möglich.

Besuchen Sie uns im Internet:

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

## ■ „Musik und Spiel“ für Eltern und Kinder bis 2 Jahre (NEU!)

Der Kurs richtet sich an Kinder ab sechs Monaten und ihre erwachsene Begleitung. Er lädt zum gemeinsamen musikalischen Spiel ein.

„Musik und Spiel“ bedeutet: Singen und rhythmisches Sprechen, Einsatz des ganzen Körpers als Instrument, einfache Instrumente und Materialien, altersgemäße musikalische Spiele und Aktivitäten, Bewegung und Tanz, eine intensive gemeinsame Zeit, in der Kinder und Eltern zusammen Spaß haben.

👤 **Korinna Benthien**  
 🏠 Familienbildungsstätte  
 Kosten: 56 Euro für 8 Termine, jeweils inklusive Klanghölzer  
 Anmeldung: ☎ 0681 61348 oder bei  
 Korinna Benthien, ✉ [korinna0610@gmail.com](mailto:korinna0610@gmail.com)

### Kurse für Eltern mit Kindern im Alter von 6 bis 12 Monaten

- **Kurs 24-02-12** montags, 22. Januar–18. März,  
15–15.45 Uhr
- **Kurs 24-02-13** montags, 22. April–24. Juni,  
15–15.45 Uhr
- **Kurs 24-02-14** montags, 23. September–  
2. Dezember, 15–15.45 Uhr

### Kurse für Eltern mit Kindern im Alter von 1 bis 2 Jahren

- **Kurs 24-02-15** montags, 22. Januar–18. März,  
16–16.45 Uhr
- **Kurs 24-02-16** montags, 22. April–24. Juni,  
16–16.45 Uhr
- **Kurs 24-02-17** montags, 23. September–  
2. Dezember, 16–16.45 Uhr

*Die Gruppen werden altershomogen zusammengesetzt.  
Terminänderungen sind möglich.*

## ■ Kinder tanzen!

– 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. Hier setzt unser Kurs an und lädt Kinder zum Tanzen ein, immer zusammen mit Mama oder Papa, die aktiv mit-

tanzen. So stärken Sie die Bindung und verbringen eine schöne Zeit mit Ihrem Kind.

Beim Tanzen fördern wir auf spielerische Weise Motorik, Koordination, Raumgefühl und Selbstwahrnehmung, ebenso wie Musikalität und Rhythmusgefühl. Nicht zuletzt stärkt die Erfahrung des Kindes in der Gruppe mit anderen Kindern und Erwachsenen das Selbstvertrauen, was zu einem guten Miteinander beiträgt.

👤 **Korinna Benthien**

🏠 Familienbildungsstätte

Kosten: 52 Euro für 8 Termine

Anmeldung: ☎ 0681 61348 oder bei

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

■ **Kurs 24-02-18** montags, 22. Januar–18. März, 17–17.45 Uhr

■ **Kurs 24-02-19** montags, 22. April–24. Juni, 17–17.45 Uhr

■ **Kurs 24-02-20** montags, 23. September–2. Dezember, 17–17.45 Uhr



## ■ Selbstverteidigung und Selbstbehauptung für Kinder von 4 bis 7 Jahren (NEU!)

Der Kurs vermittelt Kindern im Alter von vier bis sieben Jahren mit einer erwachsenen Begleitperson Fähigkeiten zur Selbstverteidigung und Selbstbehauptung. Die Kinder lernen spielerisch, potenzielle Gefahrensituationen zu erkennen und einzuordnen. Durch das Setzen von rechtzeitigen Grenzen und das Erlernen angemessener Verhaltensweisen – wie Körpersprache und einfache Selbstverteidigungstechniken – werden die Kinder befähigt, Gefahren zu vermeiden oder in solchen Situationen angemessen zu handeln.

👤 **Behrous Arastafar**

🏠 Familienbildungsstätte

Kosten: 50 Euro für ein Kind mit erwachsener Begleitperson

Anmeldung: ☎ 0681 61348

■ **Kurs 24-02-21** Samstag, 9. März, 10.30–13 Uhr

Unsere aktuellen Angebote abrufbereit im Internet:  
[www.elektromeyer.de](http://www.elektromeyer.de)

**über 60 JAHRE** **ELEKTRO R. MEYER** seit 1962

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

**ELEKTRO -VORTEILE**

15.000 m<sup>2</sup> Gesamtbetriebsfläche • 7.000 m<sup>2</sup> bebaute Fläche

**Über 200 Mitarbeiter bieten Ihnen in 3 Häusern:**

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

**BERATUNG, SERVICE**

**großgeschrieben ...**

**... und trotzdem günstige Preise!**

66265 Heusweiler  
Telefon: 0 68 06/6 00 60

66113 Saarbrücken  
Telefon: 06 81/99 19 20

66126 Altenkessel-Rockershausen  
Telefon: 0 68 90/9 86 20

## ■ Notfalltraining für Kids (NEU!)

Haben Sie gewusst, dass Ihr Kind, in kindgerechter Form, die Grundlagen der Notfall-Hilfe bzw. von ERSTE-HILFE-Maßnahmen für eine Unfallsituation erlernen und anwenden kann?

Wenn etwas schief geht und gerade kein Erwachsener greifbar in der Nähe ist, können Kinder in einer Notsituation eine großartige Hilfe sein. Ganz gleich ob zu Hause beim Spielen mit Geschwistern, in der Schule oder auf dem Spielplatz.

In unserem Notfallkurs machen wir Kinder stark für Situationen, in denen andere Kinder vor Schreck erstarren oder vor Überforderung zu weinen beginnen. Wohltuend und spielerisch kann in diesen besonderen ERSTE-HILFE-Kursen Ihr kleiner Schatz, zusammen mit anderen Kindern, bemerkenswerte Fähigkeiten, Möglichkeiten und Stärken entdecken. Der Kurs findet ohne Eltern statt.

👤 **Isabelle Kuhn**

🏠 Familienbildungsstätte

Kosten: 24 Euro für Vorschul-Kids, 32 Euro für Kinder von 8 bis 10 Jahren

Anmeldung: ☎ 0681 61348

Infos: 🖱 [www.erste-hilfe-kurse-saarland.de](http://www.erste-hilfe-kurse-saarland.de)

### Notfalltraining für Vorschul-Kids

■ **Kurs 24-02-22** Donnerstag, 25. Juli,  
14–15.30 Uhr

### Notfalltraining für Kinder von 8 bis 10 Jahren

■ **Kurs 24-02-23** Donnerstag, 25. Juli,  
16–18 Uhr

## ■ 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.

👤 **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 24-02-24** Sonntag, 8. Dezember,  
15–17.15 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)

## ■ Nähkurs für Baby- und Kinderbekleidung

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: 70 Euro für 8 Termine

Anmeldung: ☎ 0681 61348

- **Kurs 24-02-25** donnerstags, 11. Januar–7. März, 17.30–20.30 Uhr
- **Kurs 24-02-26** donnerstags, 14. März–2. Mai, 17.30–20.30 Uhr
- **Kurs 24-02-27** donnerstags, 6. Juni–25. Juli, 17.30–20.30 Uhr
- **Kurs 24-02-28** donnerstags, 22. August–24. Oktober, 17.30–20.30 Uhr
- **Kurs 24-02-29** donnerstags, 31. Oktober–19. Dezember, 17.30–20.30 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!
- Hochsensibilität bei Kindern
- Bedürfnisorientierte Erziehung
- 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
- 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

## ■ Kurs 24-02-30



## ELTERNSCHULE IN DER FAMILIENBILDUNGSSTÄTTE

### ■ Schulanfang – eine Herausforderung für Kinder und Eltern

Der Übergang von der Kita in die Grundschule 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. Bei diesem Elternabend sprechen wir darüber, was von einem Schulkind heute erwartet wird, über welche Kompetenzen die Kinder verfügen sollten, wie Eltern helfen können, ihr Kind auf die Schule vorzubereiten. Themen: Wird es unser Kind schaffen? Findet es Freunde? Was wenn nicht? Kooperation mit der Klassenleitung, sicherer Schulweg, richtige Förderung.

👤 [Nicole Burkert-Arbogast](#)

🏠 Familienbildungsstätte

Kosten: keine

Anmeldung: ☎ 0681 61348

■ **Kurs 24-02-31** Donnerstag, 1. Februar, 19–21.15 Uhr

### ■ Bedürfnisorientierte Erziehung – Was heißt das? (NEU!)

Die Erziehungsmethode Bedürfnisorientierte Erziehung – auch bezeichnet als „Bindungsorientierte Erziehung“ oder „Attachment Parenting“ – entwickelte sich seit den 1980er Jahren in den Vereinigten Staaten von Amerika und ist eng verbunden mit dem amerikanischen Kinderarzt William Sears. Hier bei uns hat diese Strömung vor allem in den letzten Jahren starken Aufwind bekommen. Und wie jede Methode in der Erziehung hat sie Licht- und Schattenseiten. Zum Beispiel dann, wenn Bedürfnisse und Wünsche vermischt werden und mangelnde Frustrationstoleranz und Grenzenlosigkeit die Folge sind.

An dem Abend werfen wir einen Blick auf den Begriff „Bedürfnisse“ und überlegen, wie Grenzen setzen und Nein-Sagen bedürfnisorientiert gelingen kann.

👤 [Susanne Wilhelm](#)

🏠 Familienbildungsstätte

Kosten: keine

Anmeldung: ☎ 0681 61348

■ **Kurs 24-02-32** Donnerstag, 25. April, 19–21.15 Uhr

1

2

3

4

5

6

7

8

## ■ Mut zur Wut!

Ein Angebot für Kinder im Grundschulalter und ihre Eltern. Wut ist ohne Zweifel ein sehr starkes Gefühl, das wohl jeder kennt. Vor allem Kinder fühlen sich ihrer Wut oft hilflos ausgesetzt. Wut setzt aber auch Kraftreserven im Menschen frei. Ein konstruktiver Umgang mit aggressiven Gefühlen setzt die Energie frei, die wir brauchen, um Veränderungen beginnen zu können. Im Workshop MUT ZUR WUT! setzen sich Kinder und Eltern mit ihrer Wut auseinander. Selbstreflexiv erarbeiten sie ihre Körperwahrnehmung und Gründe für Wut. Unter Anleitung werden Gefühle, die hinter der Wut stehen, erarbeitet. Ein wichtiger Baustein ist das Erlernen und Einüben von förderlichen Verhaltensweisen bei Wut.

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

🏠 Familienbildungsstätte

Kosten: keine

Anmeldung: ☎ 0681 61348

■ **Kurs 24-02-33** Samstag, 8. Juni, 10–12.15 Uhr

## ■ Hochsensibilität bei Kindern

Hochsensible Kinder sind reizoffen und nehmen Sinneseindrücke intensiver wahr. Entsprechend mehr müssen sie verarbeiten und verstehen lernen, was zu einer Reizüberflutung führen kann. Die Kinder sind schneller gereizt oder ziehen sich zurück. Die Überlegung, was Merkmale von Hochsensibilität sind und welche Prozesse im Kind ablaufen, fördert das Verstehen der Kinder und ermöglicht es Eltern, ihre Kinder angemessen zu begleiten. Wichtig ist eine Umgebung, die hochsensiblen Kindern gerecht wird, und ein Umgang, der ihre besonderen Bedürfnisse berücksichtigt.

👤 [Susanne Wilhelm](#)

🏠 Familienbildungsstätte

Kosten: keine

Anmeldung: ☎ 0681 61348

■ **Kurs 24-02-34** Donnerstag, 10. Oktober, 19–21.15 Uhr

## ■ Schulnoten – vom gesunden Umgang mit Leistungsbewertungen (NEU!)

Viele Kinder geraten unter Druck, wenn es um Prüfungen, Schulbewertungen und Zeugnisse geht. Das wirkt sich auf ihr Wohlbefinden, ihr Selbstwertgefühl und letztendlich auch wieder auf ihr zukünftiges Lernen aus. Das Thema „Noten“ birgt enormen Stress für Familien. Viele Eltern fragen sich, wie sie auf Bewertungen ihrer Kinder durch die Lehrkräfte reagieren sollen. Die Veranstaltung gibt viele Anregungen rund um das Thema Leistungsbewertung und bietet den Eltern einen Raum für Fragen und Austausch.

Gemeinsam gehen wir folgenden Fragen auf die Spur: Was sagen Leistungsbewertungen aus? Wie können Eltern Leistungsdruck für ihre Kinder vermeiden? Was ist wichtig in der Kommunikation mit den Kindern und auch mit der Schule?

👤 [Nicole Burkert-Arbogast](#)

🏠 Familienbildungsstätte

Kosten: keine

Anmeldung: ☎ 0681 61348

■ **Kurs 24-02-35** Donnerstag, 21. November, 19–21.15 Uhr

**Veranstaltungen im Rahmen der Elternschule 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.**

1

2

3

4

5

6

7

8

## 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 24-02-36** donnerstags, 25. Januar, 25. April, 19. September und 19. 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 24-02-37** donnerstags, 22. Februar, 20. Juni und 10. 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 24-02-38** donnerstags, 21. März, 11. Juli und 21. November, 9–11 Uhr



Ökumenische Gesellschaft für ambulante Pflege im Saarland GmbH

#### Unsere Leistungen

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

#### Kirchliche Sozialstation Neunkirchen/Spiesen-Elversberg

Telefon 06821 920100

E-Mail [info@sozialstation-neunkirchen.de](mailto:info@sozialstation-neunkirchen.de)

[www.sozialstation-neunkirchen.de](http://www.sozialstation-neunkirchen.de)

#### Ökumenische Sozialstation Burbach/Alt-Saarbrücken

Telefon 0681 47800 oder 0681 52636

[info@sozialstation-burbach-alt-saarbruecken.de](mailto:info@sozialstation-burbach-alt-saarbruecken.de)

[www.sozialstation-burbach-alt-saarbruecken.de](http://www.sozialstation-burbach-alt-saarbruecken.de)

1  
2  
3  
4  
5  
6  
7

## 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 24-02-39** jeden 3. Mittwoch im Monat,  
15–17 Uhr

#### Spielkreis

Für Kinder von 1 bis 3 Jahre

👤 Tina Krauss  
■ **Kurs 24-02-40** donnerstags, 10–11.30 Uhr

#### Musikwerkstatt

Für Kinder von 1,5 bis 3 Jahren

👤 Bianka Ott  
■ **Kurs 24-02-41** dienstags, 15–16.30 Uhr

#### Frauenfrühstück

Gesprächsrunden und Ausflüge etc., ohne Kinder

👤 Frenzy Lenz  
🏠 Rathausstr. 18, Dudweiler  
Kosten: keine

Anmeldung: ☎ 06897 7780122  
■ **Kurs 24-02-42** alle 2 Wochen dienstags,  
9.30–11.30 Uhr

### Veranstaltungen des Kinderbildungszentrums Malstatt (KIBIZ)

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

#### Spielkreis

Für Familien mit Kindern im Alter zwischen 2 und 4 Jahren  
👤 Gudrun Berberich  
■ **Kurs 24-02-43** dienstags, 14–15.30 Uhr

#### Eltern-Kind-Turnen

Für Familien mit Kindern im Alter zwischen 1 und 3 Jahren  
👤 Gudrun Berberich  
■ **Kurs 24-02-44** dienstags, 17–18 Uhr

#### Krabbelgruppe

Für Familien mit Kindern im Alter zwischen 1 und 3 Jahren  
👤 Verena Priesnitz  
■ **Kurs 24-02-45** donnerstags, 10–11.30 Uhr

#### Kinderturnen

Für Kinder von 4 bis 6 Jahren  
👤 Gudrun Berberich  
🏠 Turnhalle Kirchberg  
■ **Kurs 24-02-46** dienstags, 15.45–16.45 Uhr

1

2

3

4

5

6

7

8

## Veranstaltungen der Gemeinwesenarbeit (GWA) Brebach

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

👤 Team GWA Brebach, Bereich Kinder und Familien  
Infos und Anmeldung: ☎ 0681 9508327 oder ☎ 0172 4584498

### Krabbelgruppe

Für Familien mit Kindern im Alter zwischen 1 und 3 Jahren

■ **Kurs 24-02-47** dienstags, 9.30–11.30 Uhr

### Eltern-Kind-Gruppe

Für Familien mit Kindern bis 6 Jahre

■ **Kurs 24-02-48** mittwochs, 10–11.30 Uhr

### Kinderturnen „Zappolinos“

Für Kinder von 3 bis 5 Jahre

■ **Kurs 24-02-49** dienstags, 14–16 Uhr

### Sprachkurs für Eltern und Kinder

Für Familien mit Kindern vor der Einschulung

■ **Kurs 24-02-50** donnerstags, 9.30–11 Uhr

### Offener Treff

Für Kinder von 6 bis 13 Jahre

■ **Kurs 24-02-51** montags, 16–18 Uhr

■ **Kurs 24-02-52** donnerstags, 16–18 Uhr

■ **Kurs 24-02-53** freitags, 12.30–17 Uhr  
(für Kinder der 3. und 4. Klasse)

### Familienbildungsangebote e:du und HIPPY

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

■ **Kurs 24-02-54** Termine nach individueller Absprache

# KOMM IN DIE PFLEGE

Bewirb dich jetzt für die EU-weit anerkannte generalistische Pflegeausbildung mit Zukunftsperspektive.

## AUSBILDUNG ZUR PFLEGEFACHFRAU/ PFLEGEFACHMANN (M/W/D)

Unsere Ausbildungsstandorte:  
Neunkirchen,  
Saarbrücken und  
Schwalbach.



Stiftung  
kreuznacher diakonie  
[www.kreuznacherdiakonie.de](http://www.kreuznacherdiakonie.de)

## 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 24-02-55** mittwochs, 16–18 Uhr

### ■ Sonntagstreff

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

■ **Kurs 24-02-56** 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. Dieser Kurs behandelt ausschließlich Smartphones mit dem Betriebssystem Android. iPhone Besitzer können leider nicht an diesem Kurs teilnehmen. 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 24-03-01** montags, 8. und 15. April,  
13.30–15.45 Uhr

■ **Kurs 24-03-02** montags, 21. und 28. Oktober,  
13.30–15.45 Uhr

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

Ein Tablet ist ein Computer mit einem Bildschirm, der durch Berührung mit den Fingern bedient wird. Kleine Programme, sogenannte Apps, 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. 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 24-03-03** mittwochs, 28. Februar und  
6. März, 9.30–11.45 Uhr

■ **Kurs 24-03-04** mittwochs, 2. und 9. 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 24-03-05** dienstags, nach Vereinbarung,  
18–20 Uhr

1

2

3

4

5

6

7

8



## ■ 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 Expertinnen und Experten per Videokonferenz zu.

👤 **Wolf-Dieter Scheid**

🏠 Familienbildungsstätte

Kosten: keine, max. 10 Teilnehmende

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

- **Kurs 24-03-06** Mittwoch, 31. Januar, 9.30–11.45 Uhr
- **Kurs 24-03-07** Mittwoch, 21. Februar, 9.30–11.45 Uhr
- **Kurs 24-03-08** Mittwoch, 10. April, 9.30–11.45 Uhr
- **Kurs 24-03-09** Mittwoch, 8. Mai, 9.30–11.45 Uhr
- **Kurs 24-03-10** Mittwoch, 5. Juni, 9.30–11.45 Uhr
- **Kurs 24-03-11** Mittwoch, 4. September, 9.30–11.45 Uhr
- **Kurs 24-03-12** Mittwoch, 16. Oktober, 9.30–11.45 Uhr
- **Kurs 24-03-13** Mittwoch, 4. Dezember, 9.30–11.45 Uhr

## ■ KI verstehen und einsetzen – Alltagspraktische Tipps und Anwendungen (NEU!)

KI-Anwendungen wie ChatGPT und Dall-E sind innerhalb von Monaten in viele Programme und Apps des täglichen Gebrauchs eingezogen. Ob bei der Suche im Internet, bei der Texterstellung oder der Planung von Aufgaben oder Kursangeboten können uns diese Assistenten unterstützen und anregen. In unserem Workshop probieren wir verschiedene Anwendungen aus und Sie erfahren, wie Sie mit einer guten Eingabeaufforderung (prompt) sinnvolle Ergebnisse erzielen. Bitte bringen Sie eigene Geräte wie Smartphone, Tablet oder Laptop mit.

👤 **Wolf-Dieter Scheid**

🏠 Familienbildungsstätte

Kosten: 20 Euro

Anmeldung: ☎ 0681 61348

■ **Kurs 24-03-14** Mittwoch, 7. Februar, 9.30–11.45 Uhr

■ **Kurs 24-03-15** Mittwoch, 11. September, 9.30–11.45 Uhr

## ■ Begleitete Kurse des Hasso-Plattner-Instituts (HPI) (NEU!)

Das HPI in Potsdam bietet auf seiner Plattform [open.hpi.de](https://open.hpi.de) kostenfreie Selbstlernkurse zu Themen wie „Blick hinter den Hype: Aktuelle Entwicklungen rund um KI, Blockchain und IoT“ oder „Tatort Internet“ an. Zu ausgewählten Kursen wollen wir uns vor Ort in der Familienbildungsstätte treffen und die Themen der Kurse in einer kleinen Gruppe besprechen.

👤 **Wolf-Dieter Scheid**

🏠 Familienbildungsstätte

Kosten: keine

Anmeldung: ☎ 0681 61348, ✉ [wd.scheid@lag-eeb-sl.de](mailto:wd.scheid@lag-eeb-sl.de)

■ **Kurs 24-03-16** Termine auf Anfrage, jeweils mittwochs, 9.30–11.45 Uhr

1  
2  
3  
4  
5  
6  
7  
8





## ■ Das Tablet-Kursangebot von „Onlinerland Saar“

Um möglichst viele Saarländer\*innen an das Internet heranzuführen, bietet „Onlinerland Saar“ ein umfangreiches und vielschichtiges Angebot. Schwerpunkte bilden dabei die drei Basiskurse

- Komm mit ins Internet: Grundlagen Tablet, Apps & Co.
- Kommunikation mit Tablets und
- Online vernetzt: Videotelefonie und Videokonferenzen

sowie die Aufbaukurse

- Sicher Einkaufen und Bezahlen mit Tablets
- Kultur und Reisen per App
- Gesund und fit mit Apps

Für Einsteiger\*innen und Fortgeschrittene werden in diesen Kursen die Möglichkeiten des mobilen Internets erklärt, auf Gefahren hingewiesen und praktische Beispiele gegeben, um in die Welt der Apps einzusteigen.

Die zweistündigen Sprechstunden „Tablet, Handy & Co.“ richten sich an Personen, die sich im Umgang mit dem Gerät noch unsicher fühlen und gerne in Anwesenheit einer hilfeleistenden Person üben möchten und an Personen ohne eigenes Gerät.

🏠 Familienbildungsstätte

Kosten: keine

Anmeldung: ☎ 0681 61348

Infos: 🖱 [www.onlinerlandsaar.de](http://www.onlinerlandsaar.de)

■ **Kurs 24-03-17** Termine auf Anfrage



Weil Zukunft ein Zuhause hat:  
Nachhaltige Energielösungen  
für die nächste Generation.

**Energie**  **SaarLorLux**

## ■ Virtuelles Mehrgenerationenhaus

Seit September 2019 ist die Evangelische Familienbildungsstätte Standort für ein „Virtuelles Mehrgenerationenhaus“ der Kampagne Onlinerland Saar. Das Projekt hat sich in den letzten Jahren im Saarland etabliert und verbindet Generationen über digitale Barrieren hinweg. Die Teilnehmenden am Projekt treffen sich 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 „Virtuelles Mehrgenerationenhaus“ zu errichten.

Mehr Infos unter:

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

- **Kurs 24-04-18** Termine nach Absprache, jeweils mittwochs 16–18 Uhr

# 4 LEBENSPHASEN, GESELLSCHAFT, THEOLOGIE



## ■ 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 4 Termine

Anmeldung: ☎ 0681 61348

- **Kurs 24-04-01** freitags, 19. Januar–9. Februar, 18.30–19.30 Uhr
- **Kurs 24-04-02** freitags, 12. April–3. Mai, 18.30–19.30 Uhr
- **Kurs 24-04-03** freitags, 7. Juni.–28. Juni, 18.30–19.30 Uhr
- **Kurs 24-04-04** freitags, 13. September–4. Oktober, 18.30–19.30 Uhr

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 24-04-05** jeden 2. und 4. Mittwoch im Monat, 9.30–11 Uhr, fortlaufender Kurs

## ■ Einführung in die 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: 150 Euro

Anmeldung: ☎ 0681 61348



- **Kurs 24-04-06** Samstag, 20. Januar und Sonntag, 21. Januar, 10–17 Uhr
- **Kurs 24-04-07** Samstag, 9. November und Sonntag, 10. November, 10–17 Uhr

## ■ Jahreskurs 2024: 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 hineinzuwachsen.

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 Gewaltfreie Kommunikation.

 **Christine Wanjura**  
 Familienbildungsstätte  
 Kosten: 560 Euro für 8 Termine  
 Anmeldung: ☎ 0681 61348

**■ Kurs 24-04-08** samstags, 24. Februar, 16. März, 13. April, 11. Mai, 8. Juni, 14. September, 5. Oktober, 16. November, 10–17 Uhr

## ■ Vertiefungskurs: Wo fängt Frieden an?

Der Vertiefungskurs richtet sich an Menschen, die bereits an einem Jahreskurs oder an vergleichbaren Vertiefungstagen teilgenommen haben. Mit dem Aktiven Zuhören und den vier Schritten der Gewaltfreien Kommunikation wird es darum gehen, sich neuen Themen anzunähern und bekannte Themen zu vertiefen. Inhalte sind unter anderem: Glaubenssätze, selbstmitfühlend bleiben auch in einer Krise, dem Menschen hinter meinem Feindbild begegnen...

 **Christine Wanjura**  
 Familienbildungsstätte  
 Kosten: 300 Euro für 4 Termine  
 Anmeldung: ☎ 0681 61348

**■ Kurs 24-04-09** samstags, 9. März, 29. Juni, 7. September, 23. November, 10–17 Uhr

## ■ Die Kunst des Zuhörens

„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)

Nach einer Einführung in das Zuhören werden Sie das Hören und 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: 60 Euro für 3 Termine  
 Anmeldung: ☎ 0681 61348

**■ Kurs 24-04-10** donnerstags, 11.–25. April, 18.30–20 Uhr

## ■ Die Kunst, kluge Entscheidungen zu treffen (NEU!)

In unserem Leben treffen wir täglich unzählige Entscheidungen. Die meisten davon werden unbewusst getroffen. Der Vortrag gibt Einblicke in die faszinierende Welt der Entscheidungsfindung und wie diese mit der Funktionsweise unseres Gehirns zusammenhängt. Über 90 Prozent der Hirnaktivität entzieht sich unserem Bewusstsein, was die bewusste Entscheidungsfindung zu einer Herausforderung macht. Es werden die zwei Bewertungssysteme untersucht, die in uns arbeiten und nach unterschiedlichen Prinzipien funktionieren. Weitere Themen: Nutzen der vorbewussten Prozesse im Entscheidungsfindungsprozess, welcher Entscheidungstyp bin ich?

👤 **Klaus Weber**

🏠 Familienbildungsstätte

Kosten: 25 Euro

Anmeldung: ☎ 0681 61348

Infos: 🖱 [www.siewissenesselbst.de](http://www.siewissenesselbst.de)

■ **Kurs 24-04-11** Donnerstag, 19. September, 18–20.15 Uhr

## ■ Wohlbefinden und Aufblühen im Alltag – Schritt für Schritt zum kleinen Glück

„In uns selbst liegen die Sterne unseres Glücks“ (Heinrich Heine).

In dieser Veranstaltungsreihe lernen Sie das Fünf-Säulen-Modell des Wohlbefindens nach Martin Seligmann und entsprechende Methoden kennen, um sich selbst zu reflektieren und Wege für einen Alltag mit Momenten des Glücks und des Wohlbefindens zu erzielen. Es erwarten Sie Wissenswertes, Geheimnisse und Werkzeuge zum Thema Glück. Bringen Sie Neugier, Mut zur Selbstreflexion und zum Ausprobieren mit. Sie selbst sind der Schlüssel zu Ihrem Glück!

👤 **Heike Weber**

🏠 Familienbildungsstätte

Kosten: 135 Euro für 3 Termine inklusive Materialkosten

Anmeldung: ☎ 0681 61348

Infos: 🖱 [www.heikeweber.com](http://www.heikeweber.com)

■ **Kurs 24-04-12** mittwochs, 9. Oktober, 6. November und 4. Dezember, 18–20 Uhr

## ■ Geschichte und Geschichten von Hexen und weisen Frauen (NEU!)

An diesem Abend geht es auf eine Reise in die Vergangenheit, in der weise Frauen mit ihrem empirischen, naturnahen Wissen um Leben und Tod den damaligen Menschen mit Rat und Tat Beistand leisteten – aber auch in eine Zeit, in der gerade diese Frauen gnadenlos verfolgt, gequält und getötet wurden. Märchen von Hexen und weisen Frauen runden das Thema ab.

👤 **Hella Brust**

🏠 Familienbildungsstätte

Kosten: 10 Euro

Anmeldung: ☎ 0681 61348

■ **Kurs 24-04-13** Mittwoch, 30. Oktober, 19–20.30 Uhr

## ■ Ganzheitliches Gedächtnistraining

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

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

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

Kosten: 40 Euro für 10 Termine

Anmeldung: ☎ 0681 9508326

- **Kurs 24-04-14** jeweils mittwochs, 15–16 Uhr, fortlaufender Kurs, mit kurzen Unterbrechungen, bitte Einstiegstermin erfragen

## ■ Senioren-Sommer-Woche im BürgerInnenZentrum Brebach

In der letzten Woche im August veranstaltet das BürgerInnenZentrum Brebach, wie schon in den vergangenen Jahren, eine Sommerwoche für Seniorinnen und Senioren. Neben dem Gestalten von Grußkarten können die Teilnehmenden farbenfrohe Blumen-Gestecke selber machen. Es werden Schnupperkurse für Nordic Walking 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@dwsaar.de](mailto:bzb@dwsaar.de)

- **Kurs 24-04-15** Montag bis Freitag, 26.–30. August, genaue Zeiten der Angebote bitte erfragen

1  
2  
3  
4  
5  
6  
7  
8

#Mitbestimmen  
**Ich will meine eigene Bank.**

Deshalb bin ich bei meiner VVB. Denn als Teil der größten genossenschaftlichen Mitgliederbank im Saarland bin ich so was wie ein Bankdirektor und die Bank arbeitet für mich - und nicht für Investoren. Genau mein Ding. Genau meine VVB.

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

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

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

👤 Dorothee Fuchs

🏠 Familienbildungsstätte

Kosten: keine

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

■ **Kurs 24-04-16** jeden letzten Freitag im Monat,  
10–13 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 Wiebelskirchen durchgeführt. Er umfasst sechs Abende.

👤 Pfarrerin Britt Goedeking und Diakonin Heidi Bischof

🏠 Evangelisches Gemeindezentrum,

Martin-Luther-Str. 16, 66540 Wiebelskirchen

Kosten: keine

Anmeldung: Pfarrerin Britt Goedeking, ☎ 0178 2187870,

✉ [britt.goedeking@t-online.de](mailto:britt.goedeking@t-online.de), oder Diakonin Heidi

Bischof, ☎ 0151 41896850, ✉ [heidi.bischof@ekir.de](mailto:heidi.bischof@ekir.de)

■ **Kurs 24-04-17** donnerstags, 25. Januar, 1.,  
15. und 22. Februar, 7. und  
21. März, 17–19 Uhr

## ■ Rechtzeitig vorsorgen – den Nachlass regeln

Personen jedes Alters sollten ihren Nachlass rechtzeitig durch eine letztwillige Verfügung regeln. Die Referentin, Partnerin einer Anwaltskanzlei mit Schwerpunkt Erbrecht, beleuchtet unterschiedliche Aspekte des Themas: letztwillige Verfügungen (Testament, Erbvertrag), Form, gesetzliches Erbrecht mit Beispielen, Pflichtteil, Pflichtteilsergänzung, Erbschein und digitaler Nachlass.

👤 Alma Abegg

🏠 Familienbildungsstätte

Kosten: keine

Anmeldung: ☎ 0681 61348

■ **Kurs 24-04-18** Mittwoch, 31. Januar, 18–20 Uhr

## ■ Vortrags- und Gesprächsabend: Abschied nehmen mitten im Leben (NEU!)

Unser Leben ist durchzogen von kleinen und großen Abschieden. Die Veranstaltung wird sich damit beschäftigen welche Möglichkeiten des Mitgestaltens, der vorausschauenden Sicht auf Phasen von Erkrankung, Sterben und Trauer sich bieten. Folgende Fragen werden besprochen: Was ist möglich und notwendig, wenn ich dauerhaft krank werde? Was sollte ich geregelt haben, damit mein Angehörigen wissen was ich will? Was weiß ich über Unterstützungsangebote? Was passiert in der letzten Lebensphase?

👤 Ute Seibert, Leiterin des Paul-Marien-Hospizes in Saarbrücken und des Fliedner-Hospizes in Neunkirchen

🏠 Familienbildungsstätte

Kosten: keine

Anmeldung: ☎ 0681 61348

■ **Kurs 24-04-19** Mittwoch, 21. Februar, 18–20 Uhr

1

2

3

4

5

6

7

8

## ■ Infoabend: Vorsorgevollmacht und Betreuungsverfügung

Eine Vorsorgevollmacht oder eine Betreuungsverfügung sind wichtige Dokumente für den Fall, dass jemand ganz Bestimmtes sich um Ihre wichtigsten Angelegenheiten kümmern soll. Die Mitarbeiterin des Betreuungsvereins Saarbrücken und Saar e.V. im Diakonischen Werk an der Saar stellt die beiden Dokumente vor, erklärt die Unterschiede und gibt praktische Tipps aus der Betreuungstätigkeit. Die Veranstaltung wird in Zusammenarbeit mit der Evangelischen Kirchengemeinde Saar-Ost durchgeführt.

👤 **Barbara Emanuel**

🏠 Gemeindeczentrum Scheidt, Scheidterbergstraße 3,  
neben der Ev. Kirche, 66133 Saarbrücken-Scheidt

Kosten: keine

Anmeldung: ☎ 0681 61348

■ **Kurs 24-04-20** Mittwoch, 6. März, 18–20 Uhr

## ■ Infoabend: Dem Schreckgespenst Demenz die Stirn bieten (NEU!)

Wenn Gedächtnis und Orientierung nachlassen, beginnt für die Betroffenen und ihre Mitmenschen häufig eine Zeit großer Unsicherheit. Eine wichtige Frage ist: Was bedeutet die Erkrankung für den persönlichen Umgang und Alltag miteinander? Die Veranstaltung gibt leicht verständlich mithilfe anschaulicher Filmbeispiele Anregungen, wie jede und jeder von uns dazu beitragen kann, Menschen mit beginnender oder fortgeschrittener Demenz angemessen zu unterstützen.

👤 **Nicole Klingenberg**

🏠 Familienbildungsstätte

Kosten: keine

Anmeldung: ☎ 0681 61348

■ **Kurs 24-04-21** Mittwoch, 10. April, 18–19.30 Uhr

## ■ Mut-Mach-Reihe zum Umgang mit Menschen mit Demenz

Wenn das Gedächtnis nachlässt ... stehen die Betroffenen und ihre Mitmenschen häufig vor völlig neuen Herausforderungen. Die fünfteilige Veranstaltungsreihe stellt den Ansatz der Marte-Meo-Methode vor und zeigt leicht verständlich anhand von Filmbeispielen, wie Menschen mit Demenz im Alltag so unterstützt werden können, dass eine entlastende Atmosphäre für alle Beteiligten entstehen kann.

Die Schulung bietet die Möglichkeit des persönlichen Austauschs. Inhalte sind: Was bedeuten demenzielle Veränderungen für den Menschen mit Demenz und das tägliche Miteinander? Wie kann ich Menschen mit demenziellen Veränderungen helfen, vorhandene Fähigkeiten zu bewahren oder zu reaktivieren? Was können Auslöser sein für aggressives Verhalten?

👤 **Nicole Klingenberg**

🏠 Familienbildungsstätte

Kosten: 25 Euro für 5 Termine

Anmeldung: ☎ 0681 61348

■ **Kurs 24-04-22** mittwochs, 15. und 22. Mai, 5.,  
19. und 26. Juni, 18–19.30 Uhr



## ■ Demenz – Was dann? Ein Infoabend für Interessierte

Aktuell sind im Saarland rund 23.600 Menschen an einer Demenz erkrankt. Davon sind nicht nur die Erkrankten selbst betroffen, sondern auch ihr gesamtes soziales Umfeld. Der Infoabend „Demenz – Was dann?“ richtet sich an ehrenamtlich Engagierte, an Angehörige und an alle anderen am Thema Interessierten. Inhalte sind Informationen zur Erkrankung und zum Umgang mit demenziell veränderten Menschen sowie zu Entlastungsangeboten für die pflegenden Angehörigen. Zudem wird die Möglichkeit zum Erfahrungsaustausch geboten.

👤 [Andreas Sauder](#)

🏠 Familienbildungsstätte

Kosten: keine

Anmeldung: ☎ 0681 61348

■ **Kurs 24-04-24** Mittwoch, 11. September,  
18–20 Uhr

## ■ Infoabend: 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 ist es sinnvoll, eine solche Verfügung zu verfassen? Wo liegen die Grenzen?

👤 [Barbara Emanuel](#)

🏠 Familienbildungsstätte

Kosten: keine

Anmeldung: ☎ 0681 61348

■ **Kurs 24-04-25** Mittwoch, 9. Oktober, 18–20 Uhr

## ■ Wo Schokolade nicht glücklich macht – Ein Workshop zum Kakaoanbau in der Elfenbeinküste

Um Kakao und Kinderrechte in der Elfenbeinküste geht es bei einem Workshop, zu dem die Evangelische Familienbildungsstätte gemeinsam mit der Fairtrade Initiative Saarbrücken einlädt. Frau Tenvoungognon Soro berichtet über den Kakaoanbau in ihrem Heimatland Elfenbeinküste, das mit einem Anteil von 45 Prozent größter Kakaoproduzent der Welt ist. Ingrid von Osterhausen und Peter Weichardt zeigen, wo man im Saarland faire Schokolade aus Afrika kaufen und wie man sich für Fairen Handel engagieren kann. Die Veranstaltung schließt mit einer Verkostung von fairen Kakaoprodukten aus Afrika durch die Fairtrade Initiative Saarbrücken ab.

👤 [Tenvoungognon Soro, Ingrid von Osterhausen,  
Peter Weichardt](#)

🏠 Familienbildungsstätte

Kosten: keine

Anmeldung: ☎ 0681 61348

■ **Kurs 24-04-23** Mittwoch, 10. Juli, 18–20 Uhr

## ■ Infoabend: „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 24-04-26** Mittwoch, 6. November,  
18–20 Uhr

## ■ Alltags-Deutsch-Kurse für Zugewanderte

Diese Kurse richten sich an alle Menschen, die Deutsch für den Alltag lernen möchten, unabhängig von ihrer Nationalität. Die Kurse umfassen mindestens 60 Unterrichtsstunden. Gefördert durch das saarländische Ministerium für Bildung und Kultur.

👤 **Sarah Berweiler**

🏠 Familienbildungsstätte

Kosten: keine

Anmeldung: ☎ 0681 61348

■ **Kurs 24-04-27** Termine und weitere Infos  
auf Anfrage

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

Die Kursformate für neuzugewanderte, aber auch bereits länger in Deutschland lebende Menschen zum Erlernen der deutschen Sprache werden in Kooperation mit der Fachabteilung Offene Soziale Arbeit (OSA) der Diakonie Saar an verschiedenen Standorten durchgeführt

Anmeldung, Informationen und Start-Termine:

Für den Standort Saarbrücken: ☎ 0681 700705

Für den Standort Brebach

(Abendkurse) ☎ 0681 87764

Für den Standort Neunkirchen: ☎ 06821 25025

Für den Standort Völklingen: ☎ 06898 91476-0

## ■ Erstorientierungskurse und Wegweiserkurse in der Landesaufnahmeeinrichtung Lebach

Nach ihrer Ankunft können volljährige Geflüchtete in der Landesaufnahmestelle Lebach Wegweiserkurse (WWK) besuchen, unabhängig von ihrer Bleibeperspektive. Zielsetzung ist die Erstvermittlung wichtiger Informationen zum Alltag in der Landesaufnahmeeinrichtung und zu Grundlagen des kulturellen Zusammenlebens in Deutschland durch muttersprachliche Kulturmittlerinnen und Kulturmittler. Weiterhin richten sich Erstorientierungskurse (EOK) an volljährige Geflüchtete in der Landesaufnahmeeinrichtung Lebach. Zielsetzung ist eine beginnende erfolgreiche Integration durch den frühzeitigen Einstieg in das Erlernen der deutschen Sprache und des Aufbaus von Selbstständigkeit und Selbstvertrauen aufgrund besserer Kommunikationsfähigkeit im neuen sozialen Umfeld.

Anmeldung, Informationen und Start-Termine:

Flüchtlingsberatungsstelle der Diakonie Saar, ☎ 06881 4783

## SENIORENBERATUNG ESCHBERG

📍 Mecklenburgring 53, 66121 Saarbrücken

Anmeldung für alle Angebote und Infos:

☎ 0681 8319372

### ■ Seniorinnen und Senioren in Form

Sie möchten weiterhin Ihren Alltag fit erleben und selbstständig die Dinge unternehmen, die Sie lieben? Dieser Bewegungskurs wirkt dem Alterungsprozess entgegen. Die Muskelkraft wird aufgebaut und Ihre Gelenke werden beweglicher. Ihr Gang wird sicherer und eventuelle Beschwerden, wie beispielsweise im Rücken, können sich verbessern.

👤 **Christina Klinkenberg**, staatl. geprüfte Fitnessfachwirtin (BSA, IHK), Heilpraktikerin Psychotherapie (HPG)  
Kosten: 38 Euro für 10 Termine

■ **Kurs 24-04-28** mittwochs, ab Februar,  
9–10.30 Uhr

■ **Kurs 24-04-29** mittwochs, ab August,  
9–10.30 Uhr

Starttermine bitte bei der Seniorenberatung Eschberg erfragen.

### ■ Seniorenberatung

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

Kosten: keine

■ **Kurs 24-04-30** montags, 15–17 Uhr,  
sowie mittwochs und freitags,  
10–12 Uhr

# 5 GESUNDHEIT, BEWEGUNG & ENTSPANNUNG



## ■ Salsa/Bachata Shines (NEU!)

Shines bezeichnen in der Salsa / Bachata Schrittkombinationen, die ohne Partner\*in getanzt werden. Shines, auch als Pasos bekannt, dienen der Selbstdarstellung und können sowohl als verspielte Improvisationen als auch als kunstvoll choreographierte Fußtechniken ausgeführt werden. Ziel des Kurses ist es, einen eigenen Stil zu kreieren, die eigene Flexibilität zu schulen und damit einen ausdrucksstärkeren Tanzstil zu erlangen.

👤 Behrouz Arastafar

🏠 Familienbildungsstätte

Kosten: 110 Euro für 10 Termine

Anmeldung: ☎ 0681 61348

■ **Kurs 24-05-01** freitags, ab 19. Januar,  
15–16 Uhr

■ **Kurs 24-05-02** freitags, ab 13. September,  
15–16 Uhr

## ■ Leichtes Yoga für Senior\*innen (NEU!)

In diesem Kurs werden Sie einfühlsam und rücksichtsvoll an die wohltuende Praxis des Yoga herangeführt. Es werden leichte Übungen im Sitzen oder auf der Matte durchgeführt. Atem- und Dehnübungen sind wichtige Elemente des Kurses und haben eine entspannende und gleichzeitig aktivierende und kräftigende Wirkung für Körper, Geist und Seele.

👤 Britta Fröhlich

🏠 Familienbildungsstätte

Kosten: 40 Euro für 6 Termine

Anmeldung: ☎ 0681 61348

■ **Kurs 24-05-03** donnerstags, 25. Januar–  
7. März, 15–16 Uhr

■ **Kurs 24-05-04** donnerstags, 31. Oktober–  
5. Dezember, 15–16 Uhr

## ■ Yoga Präventionskurs (NEU!)

Die Förderung der allgemeinen Beweglichkeit und der Kräftigung des Körpers steigern das Wohlbefinden und die geistige Stabilität. Immer mehr Menschen entdecken Yoga als einen Weg um sich fit zu halten, Stress abzubauen und Erkrankungen vorzubeugen. Lernen Sie, mit Hilfe von Yogaübungen nach der Methode von B.K.S. Iyengar, die Herausforderungen des Alltages besser anzunehmen.

Die Unterrichtsmethode wird im Bereich innovativer Entspannungsmethoden mit individuellen Hilfsmitteln (Decken, Klötze) erweitert. Dadurch bieten sich neue Möglichkeiten im Umgang mit gesundheitlichen Beschwerden. Regenerative Elemente sind Bestandteil jeder Übungsstunde.

Eine Bezuschussung durch die gesetzlichen Krankenkassen ist möglich.

👤 Nicole Schmidt

🏠 Yoga-Zentrum Nicole Schmidt, Nahestraße 19,  
66119 Saarbrücken

Kosten: 130 Euro für 10 Termine

Anmeldung: ☎ 0681 61348

Infos: 🖱 [www.heilpraxis-schmidt-saar.de](http://www.heilpraxis-schmidt-saar.de)

■ **Kurs 24-05-05** freitags, 5. Januar–8. März,  
19–20.30 Uhr

■ **Kurs 24-05-06** freitags, 6. September–  
15. November, 19–20.30 Uhr

## ■ Yoga Schnupperkurs in der Sommerfrische (NEU!)

Immer mehr Menschen entdecken Yoga als einen Weg um sich fit zu halten, Stress abzubauen und Erkrankungen vorzubeugen. Lernen Sie in diesem Kurs Yogaübungen nach der Methode von B.K.S. Iyengar kennen. Regenerative Elemente sind Bestandteil jeder Übungsstunde.

👤 **Nicole Schmidt**

🏠 Yoga-Zentrum Nicole Schmidt, Nahestraße 19, 66119 Saarbrücken

Kosten: 52 Euro für 4 Termine

Anmeldung: ☎ 0681 61348

Infos: 🖱 [www.heilpraxis-schmidt-saar.de](http://www.heilpraxis-schmidt-saar.de)

- **Kurs 24-05-07** mittwochs, 7.–28. August, 19–20.30 Uhr

## ■ Qigong Yangsheng und Achtsamkeit

„Wurzeln in die Erde, ruhend wie ein Baum, Bewegen wie Wasser“. Mit Hilfe der Vorstellungsbilder dieses chinesischen Sprichwortes werden wir in die Übungen des Qigong Yangsheng nach Prof. Guori eintauchen. Stille und Achtsamkeit lassen wir mit einfließen und finden somit zu einem gesunden inneren und äußeren Gleichgewicht.

Der Kurs ist gleichermaßen für Anfangende und Geübte geeignet. Eine Bezuschussung durch die gesetzlichen Krankenkassen ist möglich.

👤 **Cäcilia Koch-Franosch**

🏠 Familienbildungsstätte

Kosten: 135 Euro für 10 Termine

Anmeldung: ☎ 0681 61348 oder bei

Cäcilia Koch-Franosch, ☎ 06897 71128

- **Kurs 24-05-08** mittwochs, 7. Februar–24. April, 18.30–20 Uhr
- **Kurs 24-05-09** mittwochs, 2. Oktober–18. Dezember, 18.30–20 Uhr

## ■ Qigong mit Achtsamkeit in der Natur

Qigongkurs im Freien in Saarbrücken für Anfangende und Geübte.

👤 **Cäcilia Koch-Franosch**

🏠 wird nach Anmeldung bekannt gegeben

Kosten: 80 Euro für 8 Termine

Anmeldung: ☎ 0681 61348 oder bei

Cäcilia Koch-Franosch, ☎ 06897 71128

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

- **Kurs 24-05-10** mittwochs, 3. Juli–21. August, 19.30–20.30 Uhr

## ■ Progressive Muskelentspannung (NEU!)

Die Progressive Muskelentspannung nach Edmund Jacobson ist ein Entspannungsverfahren, bei dem durch bewusste An- und Entspannung der Muskelgruppen ein Zustand tiefer Entspannung erreicht werden soll. Nachweislich wirkt die Progressive Muskelentspannung bei Erschöpfung, innerer Unruhe, verminderter Konzentration, Reizbarkeit. Ziel ist die körperliche und seelische Entspannung. Es können Ängste reduziert und Stress abgebaut werden.

👤 **Isabelle Kuhn**

🏠 Familienbildungsstätte

Kosten: 60 Euro für 6 Termine

Anmeldung: ☎ 0681 61348

- **Kurs 24-05-11** dienstags, 9. April–14. Mai, 19–20 Uhr
- **Kurs 24-05-12** dienstags, 29. Oktober–3. Dezember, 19–20 Uhr

## ■ Nordic Walking

Die Nordic-Walking-Gruppe findet je nach Absprache in der näheren Umgebung in Brebach statt. Diese Sportart ist ideal für ältere Menschen. Sie ist leicht erlernbar und gelenkschonend.

👤 **Elfi Seibert, Nordic-Walking-Trainerin**  
 🏠 BürgerInnenZentrum Brebach, Saarbrücker Straße 62,  
 66130 Saarbrücken-Brebach  
 Kosten: keine  
 Anmeldung: ☎ 0681 9508326

■ **Kurs 24-05-13** dienstags, 9.30–10.30 Uhr

## ■ Die Welt der ätherischen Öle – Natürliche Lösungen für ein gesundes Leben

In diesem Workshop lernen Sie von einer ausgebildeten Aromafachberaterin die vielseitigen Anwendungsmöglichkeiten von reinen ätherischen Ölen für die körperliche und emotionale Gesundheit kennen. Sie erfahren, wie Sie ganzheitlich und natürlich die unterschiedlichsten Befindlichkeiten von Mensch und Tier unterstützend begleiten können und stellen den für Sie passenden Öle-Roll-On für zu Hause her. Dabei wird auch auf die Grenzen der Selbstbehandlung hingewiesen, es werden keine Heilversprechen gegeben.

👤 **Patricia Steimer**  
 🏠 Familienbildungsstätte  
 Kosten: 25 Euro inkl. Roll-On und Handout  
 Anmeldung: ☎ 0681 61348

■ **Kurs 24-05-14** Samstag, 16. März,  
 9.30–12.30 Uhr

■ **Kurs 24-05-15** Samstag, 9. November,  
 9.30–12.30 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 bei Heike Benekam:  
 ✉ [goodnews2013@gmx.de](mailto:goodnews2013@gmx.de)

■ **Kurs 24-05-16** sonntags, 10.30–15 Uhr

## ■ Kräuter in der Natur entdecken

Bei den Kräutererkundungen 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 24-05-17** Dienstag, 9. April,  
 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 24-05-18** Mittwoch, 19. Juni,  
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 24-05-19** Dienstag, 10. September,  
17.30–19.45 Uhr

## ■ 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

## WIR FÜR SIE

### Die Seniorenhilfe der Stiftung kreuznacher diakonie in Ihrer Nähe:

**Caroline Fliedner Haus**

Thomas-Mann-Straße 12 · 66538 Neunkirchen  
Tel. 06821/902-0  
caroline-fliedner-haus@kreuznacherdiakonie.de

**Wohnpark Katharina von Bora**

Ringstraße 32 · 66538 Neunkirchen  
Tel. 06821/903-0  
wohnpark-katharina-von-bora@kreuznacherdiakonie.de

**Haus am Steinhübel**

Meißenwies 16 · 66123 Saarbrücken  
Tel. 0681/66503-0  
haus-am-steinhübel@kreuznacherdiakonie.de

**Wichernhaus**

Deutschherrnstraße 12 · 66117 Saarbrücken  
Tel. 0681/9254-0  
wichernhaus@kreuznacherdiakonie.de

**Luise Deutsch Haus**

Vier-Winde-Straße 41 · 66773 Schwalbach  
Tel. 06834/90905-0  
luise-deutsch-haus@kreuznacherdiakonie.de



Stiftung  
kreuznacher diakonie  
www.kreuznacherdiakonie.de

## ■ 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)





## ■ 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 24-06-01** dienstags, ab 23. Januar, 18–21 Uhr
- **Kurs 24-06-02** dienstags, ab 30. April, 18–21 Uhr
- **Kurs 24-06-03** dienstags, ab 17. September, 18–21 Uhr

👤 Natella Don

🏠 Familienbildungsstätte

Kosten: 75 Euro für 10 Termine

Anmeldung: ☎ 0681 61348

- **Kurs 24-06-04** montags, ab 22. Januar, 17–20 Uhr
- **Kurs 24-06-05** montags, ab 29. April, 17–20 Uhr
- **Kurs 24-06-06** montags, ab 9. September, 17–20 Uhr

### Nähkurse in Völklingen

👤 Karin Büchner

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

Kosten: 75 Euro für 10 Termine,

zzgl. 10 Euro Raummiete

Info und Anmeldung: Karin Büchner, ☎ 06898 26967

- **Kurs 24-06-07** mittwochs, 8.30–11.30 Uhr  
Die Kurse finden fortlaufend statt, Einstieg ist jederzeit möglich.

### Nähkurse in Heusweiler

👤 Carmela Hufschmidt, Bekleidungsfertigerin

🏠 Kursatelier Nähräume, Saarlouiser Straße 5

Kosten: auf Anfrage

Info und Anmeldung: Carmela Hufschmidt,

☎ 0152 33549807

- **Kurs 24-06-08** Kurse finden täglich, jeweils 8.30–11.30 Uhr (Montag bis Freitag) und 18–21 Uhr (Montag und Mittwoch) statt.

## ■ Nähkurse für Baby- und Kinderbekleidung

siehe Seite 30

## 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.

Besuchen Sie uns im Internet:

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

# 7 FORTBILDUNG UND EHRENAMT



## FORTBILDUNGEN FÜR PÄDAGOGISCHE FACHKRÄFTE

### ■ kreARTive Präsentationen, die hängenbleiben

Ob Meeting, Tag der offenen Tür oder Projektvorstellung, im Berufsalltag gibt es immer wieder Inhalte vorzustellen und festzuhalten. Mit individuell gestalteten Flipcharts, Aufstellern und weiteren Eyecatchern macht die Dokumentation und Präsentation von Inhalten Spaß und erregt Aufmerksamkeit.

Bei dem Workshop greifen wir in die kreative Trickkiste. In kleiner Runde und lockerer Atmosphäre ist ausreichend Zeit, alles auszuprobieren. Dabei kann auch schon das Eine oder Andere für den nächsten Anlass vorbereitet werden.

👤 **Judith Rachel und Heike Weber**

🏠 Familienbildungsstätte

Kosten: 250 Euro

Anmeldung: ☎ 0681 61348

Infos: 🐘 [www.judithrachel.de](http://www.judithrachel.de), 🐘 [www.heikeweber.com](http://www.heikeweber.com)

■ **Kurs 24-07-01** Donnerstag, 7. März,  
9–16 Uhr

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

Das ZRM® wurde an der Universität Zürich entwickelt und hat sich als effektives Training für Motivation und Selbstmanagement wissenschaftlich erwiesen. In einem lustvollen und spielerischen Prozess, der konsequent an persönlichen Ressourcen orientiert ist, lernen die Teilnehmenden, wie Motivation und Selbststeuerung leicht funktionieren können. Durch die Arbeit mit 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 nach Abschluss des Kurses eine anerkannte Teilnahmebescheinigung.

👤 **Klaus J. Weber**

🏠 Familienbildungsstätte

Kosten: 650 Euro; bei Anmeldung bis 8. März erhalten Sie 20 % Frühbucherrabatt.

Anmeldung: ☎ 0681 61348

Infos: 🐘 [www.siewissenesselbst.de](http://www.siewissenesselbst.de)

■ **Kurs 24-07-02** Donnerstag, 18. April und Freitag,  
19. April, 9–18 Uhr

1

2

3

4

5

6

7

8

## ■ Agile Methoden – Frischer Wind für Ihre Arbeit mit Gruppen & Teams

Sie möchten frischen Wind in die Arbeit Ihrer Teams & Gruppen bringen, neue Impulse für die Zusammenarbeit setzen und Raum für Kreativität schaffen? Am liebsten möchten Sie dafür Methoden einsetzen, die ohne großen Vorbereitungsaufwand und sowohl in Präsenz als auch online anwendbar sind? Dann könnten Methoden aus dem agilen Arbeiten genau das Richtige für Sie sein.

Diese Weiterbildung gibt Ihnen erste Einblicke in verschiedene Methoden aus der agilen Arbeitswelt: Sie probieren ausgewählte Methoden in Präsenz und online direkt aus, Sie bekommen Tipps & Tricks für die Anwendung in Ihrem Alltag und nützliche Hintergrundinformationen, Sie entwickeln Ideen, wie Sie diese Methoden konkret für Ihre Arbeit mit Ihren Gruppen & Teams anpassen können und Sie entdecken gemeinsam mit den anderen Teilnehmenden weitere Anwendungsmöglichkeiten.

👤 Karin Straub

🏠 Familienbildungsstätte und online

Kosten: 180 Euro

Anmeldung: ☎ 0681 61348

- **Kurs 24-07-03** Freitag, 13. September, 9–16 Uhr in der Familienbildungsstätte und Freitag, 18. Oktober, 9–11 Uhr online

## ■ Sicher Auftreten mit Präsenz und Ausstrahlung

In diesem Workshop für Fach- und (angehende) Führungskräfte setzen wir uns intensiv mit den Themen Auftreten, Präsenz, Rolle, Status und Stimme auseinander.

In einem geschützten Rahmen geht es darum, die eigene Wirkung zu reflektieren und neue Möglichkeiten in Bezug auf (Körper-)Haltung und Stimme kennenzulernen.

Dabei kommen vielfältige Methoden, unter anderem aus der Theaterpädagogik, zum Einsatz.

Am meisten können Sie von dem Workshop profitieren, wenn Sie bereit sind, sich mit sich selbst und eigenen Mustern auseinanderzusetzen sowie Spaß am Ausprobieren und aktiven Lernen haben.

Inhalte des Workshops: Was ist Ausstrahlung und wie erkenne ich Präsenz? Inputs zu Kommunikation, Körpersprache und Stimme, viel Raum zum Üben und Ausprobieren.

👤 Judith Rachel

🏠 Familienbildungsstätte

Kosten: 250 Euro

Anmeldung: ☎ 0681 61348

Infos: 🖱 [www.judithrachel.de](http://www.judithrachel.de)

- **Kurs 24-07-04** Donnerstag, 6. Juni, 9–17 Uhr und Freitag, 7. Juni, 9–15 Uhr

1

2

3

4

5

6

7

8

## ■ Arbeitskreis „Zeitgemäße Bildung“

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 24-07-05** Termine und weitere Infos auf Anfrage.

## ■ Zertifizierte Schulung „Starke Eltern – Starke Kinder“

Die Schulung richtet sich an sozial-/pädagogische oder psychologische Fachkräfte in Bereichen wie Elternberatung, -coaching, Kindertagesstätten, Schulen, Kinder- und Jugendhilfe und Elternbildung, die Erfahrung in der Gruppenarbeit und im Einzelkontakt mit Eltern haben.

Das Kurskonzept „Starke Eltern – Starke Kinder“ hat zum Ziel, das Familienleben zu erleichtern, das Selbstvertrauen von Eltern und Kindern zu stärken und die Rechte der Kinder im Alltag zu fördern. Kursinhalte: Erziehungsvorstellungen und Familienwerte, psychische Grundbedürfnisse des Kindes, Selbstkenntnis und Ausdrucksfähigkeit, Selbstkenntnis und Geben/Empfangen von Feedback, Rolle und Aufgabe als Erziehende, Erziehungsverhalten in Problemsituationen, Gefühlsäußerungen, Problemlösungsfähigkeiten. Ein Projekt des Kinderschutzbundes.

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

🏠 Saarbrücken

Kosten: 520 Euro zzgl. 115 Euro für das Handbuch

Info und Anmeldung: PrakSys, ☎ 0681 96816581,

✉ [info@praksys.de](mailto:info@praksys.de), 🌐 [www.sesk.de](http://www.sesk.de)

- **Kurs 24-07-06** freitags, 1. März und 19. April, 15–18 Uhr sowie samstags, 2. März, 16. März, 13. April, 10–17 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.

👤 **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 96818399,

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

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

- **Kurs 24-07-07** Freitag, 27. September und Samstag, 28. September sowie Freitag, 29. November, 9–17 Uhr

## FORTBILDUNGEN FÜR DIE KINDERTAGESPFLEGE

Die Kindertagespflege trägt entscheidend zur Vereinbarkeit von Familie und Beruf bei. Sie bietet 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 Kindertagespflege

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: 7 Euro pro Termin

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

#### Treff Kindertagespflege online

■ **Kurs 24-07-08** dienstags, 6. Februar, 9. April, 4. Juni, 1. Oktober, 3. Dezember, 18.30–20.45 Uhr

#### Treff Kindertagespflege in der Familienbildungsstätte

■ **Kurs 24-07-09** dienstags, 5. März, 7. Mai, 2. Juli, 3. September, 5. November, 18.30–20.45 Uhr

### ■ Interessengemeinschaft Kindertagespflege

Die „Interessengemeinschaft der KindertagespflegerInnen im Regionalverband Saarbrücken“ hat sich im Januar 2021 gegründet. Ziel ist es, lösungsorientiert Verbesserungen der Arbeitsbedingungen für die Kindertagespflege zu erarbeiten, in direktem Austausch mit Interessenvertretungen anderer Landkreise, der Servicestelle Kinderbetreuung & Kindertagespflege Saarbrücken, dem Jugendamt und dem Landesverband Kindertagespflege Saar e.V.

Durch gemeinsame Öffentlichkeitsarbeit sollen die Kindertagespflege bekannter gemacht und Unterstützung auf kollektiver Ebene ermöglicht werden.

Info und Anmeldung:

bei Annemarie Botzet-Infantino:

✉ [ig-kindertagespflege-sb@posteo.de](mailto:ig-kindertagespflege-sb@posteo.de)

■ **Kurs 24-07-10** Termine nach Absprache, in der Regel 1x im Monat montags, 18.30–20.45 Uhr

Besuchen Sie uns im Internet:

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

1

2

3

4

5

6

7

8

## KINDERBETREUUNG & KINDERTAGESPFLEGE

Die Servicestelle Kinderbetreuung & Kindertagespflege bietet gemeinsam mit der Evangelischen Familienbildungsstätte für die Kindertagespflege 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 2024 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)

Fachberatung: Annette Burkhardt-Walsch  
Fachberatung für Sprach-Kitas im  
Bundesprogramm: Jana Ventura

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

Das Fortbildungsprogramm 2024 kann angefordert werden beim Betreuungsverein Saarbrücken und Saar e.V. im Haus der Diakonie Saarbrücken.

🏠 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)

## ■ Vorsorgevollmacht – Vorstellung verschiedener Vorsorgemöglichkeiten

Der Referent stellt die verschiedenen Vorsorgemöglichkeiten wie Vorsorgevollmacht und Betreuungsverfügung vor, erklärt die Unterschiede und gibt praktische Tipps.

👤 Dr. Gero Bieg, Richter und Abteilungsleiter am  
Amtsgericht Saarbrücken

🏠 Haus der Diakonie, Johannisstraße 6,  
66111 Saarbrücken

■ **Kurs 24-07-11** Donnerstag, 15. Februar,  
17–19 Uhr

1

2

3

4

5

6

7

8

## ■ 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 24-07-12** Dienstag, 29. Oktober,  
 17 – 19 Uhr

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

### ■ Schulungen im Bereich sexualisierter Gewalt

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

#### Basisschulung

Für Haupt- und Ehrenamtliche *mit und ohne* intensivem, regelmäßigem Kontakt zu Schutzbefohlenen.

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

■ **Kurs 24-07-13** Termine auf Anfrage

#### Intensivschulung

Für Haupt- und Ehrenamtliche mit intensivem, regelmäßigem Kontakt zu Schutzbefohlenen. Voraussetzung ist die vorherige Teilnahme an einer Basisschulung.

Inhaltsschwerpunkte: Entwicklung kindlicher und jugendlicher Sexualität, Schutzkonzept, Prävention ausführlich, Intervention ausführlich, Recht, Seelsorge, theologische Aspekte des christlichen Menschenbildes

Kosten: 40 Euro

■ **Kurs 24-07-14** Termine auf Anfrage



### Leitungsmodul

Für Mitarbeitende mit Leitungsverantwortung. Voraussetzung ist die vorherige Teilnahme an einer Basisschulung.

Inhaltsschwerpunkte: Schulung von Leitungspersonen zu sexualisierter Gewalt, Schutzkonzept, rechtlicher Rahmen, Vermutungsstufen, Intervention, Dokumentation, Interventionsplan, Meldepflicht, Prüfung von Strafanzeigen, Ansprechstellen

Kosten: 20 Euro

■ **Kurs 24-07-15** Termine auf Anfrage

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

Gerne organisieren wir auf Anfrage Schulungen in Ihrer Kirchengemeinde vor Ort. Sprechen Sie uns hierzu einfach an.

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

👤 Pfarrer Horst Gaevert

🏠 Versöhnungskirche Völklingen

Kosten: keine

Anmeldung: ☎ 0681 61348 oder bei Pfarrer Gaevert,

☎ 06898 4541, ✉ [horst.gaevert@ekir.de](mailto:horst.gaevert@ekir.de)

**Thema: Noch offen.**

■ **Kurs 24-07-16** Montag, 26. Februar,  
14–17 Uhr

**Thema: Noch offen.**

■ **Kurs 24-07-17** Montag, 27. Mai,  
14–17 Uhr

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

Seit einigen 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)

## ■ 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, 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)

## ■ Fortbildungen zur Unterstützung geflüchteter und zugewanderter Menschen

Für Ehrenamtliche, Interessierte und für Neuzugewanderte oder für geflüchtete Menschen organisiert die Fachabteilung Offene Soziale Arbeit (OSA) der Diakonie Saar gerne Fachinformations- oder Überblicksveranstaltungen für Sie.

Welche Themen sind interessant für Sie:

- Asyl- und Aufenthaltsrecht?
- Sprachförderung?
- Förderung von Qualifikation und Beruf/Ausbildung von Neuzugewanderten/Geflüchteten?
- Alltagshilfen für und Anforderungen an Neuzugewanderte/Geflüchtete?
- Integrationsangebote von Kirche und Diakonie im Saarland?

Sie finden Ihr Thema hier nicht? Sprechen Sie uns an!

Weitere Informationen:

Diakonie Saar

Abteilung Offene Soziale Arbeit

Rembrandtstraße 17-19, 66540 Neunkirchen

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

## 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.

1

2

3

4

5

6

7

8



**Alma Abegg** ist Rechtsanwältin und Partnerin in der Kanzlei Abegg & Abegg Partnerschaftsgesellschaft mbB mit dem Schwerpunkt Erbrecht.



**Behrouz Arastafar** ist erfahrener Tanzlehrer und bietet Kurse in verschiedenen Tanzstilen wie Salsa, Bachata, Kizomba und Tango an. Darüber hinaus unterrichtet er auch Kampfkunstarten wie Ving Tsun, Selbstverteidigung, KravMaga und Kickboxen.



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



**Korinna Benthien** ist Referentin für „Das Baby verstehen“, „Baby-Bauch-Töne“ und Kinder-tanz. Außerdem bietet sie Smartphone-Kurse an.



**Sarah Berweiler.** Die Erzieherin leitet niedrigschwellige Deutsch-Kurse für Zugewanderte.



**Heidi Bischof** ist ordinierte Diakonin und in der Krankenhausseelsorge tätig. Im Erstberuf war sie Krankenschwester. Tod, Trauer und die Begleitung von Angehörigen haben sie dort beruflich 25 Jahre begleitet.



**Annemarie Botzet-Infantino** ist langjährige Kindertagespflegerin. Sie leitet den Treff Kindertagespflege und koordiniert die „Interessengemeinschaft der KindertagespflegerInnen“ im Regionalverband Saarbrücken.



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



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



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



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



**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.



**Britta Fröhlich.** Die ausgebildete Yoga Vidya Lehrerin bietet Yogakurse für Senior\*innen an.



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



**Gabriele Geiger** ist Heilpraktikerin und Kräutereexpertin.



**Britt Goedeking** ist evangelische Pfarrerin und zuständig für Krankenhauseelsorge in den Marienhauskliniken St. Josef Kohlhof und St. Wendel.



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



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



**Nicole Klingenberg** ist Marte Meo Therapeutin und Kollegentrainerin mit dem Schwerpunkt der Beratung und Schulung von Laien und Fachkräften in der Betreuung und Pflege von Menschen mit Demenz.



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



**Viktoria Maslennikov** ist gelernte Modeschneiderin und Spielkreisleiterin. Sie bietet Nähkurse für Baby- und Kinderbekleidung und Eltern-Kind-Kurse an.



**Ingrid Niegel** hat Gesangs- und Klavierpädagogik studiert. Sie ist als Sängerin, Musiktherapeutin (FH Frankfurt) 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 ist Mitarbeiterin der Schwangerenberatung der Diakonie Saar.



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



**Judith Rachel** ist freiberufliche Coachin, Referentin, Trainern und Moderatorin. Ihr Magisterabschluss in Politikwissenschaft und Pädagogik wird ergänzt durch Qualifizierungen in Erlebnis- und Theaterpädagogik sowie Systemischer Beratung.



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



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



**Nicole Schmidt.** Die Dipl. Sozialpädagogin hat eine naturheilpraktische Ausbildung und ist qualifizierte Yogalehrerin.



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



**Patricia Steimer** ist Diplom individualpsychologische Beraterin (ASI) und ausgebildete Aromafachberaterin.



**Karin Straub.** Die Diplom Betriebswirtin und Mediatorin ist freiberufliche Expertin für Führungskräfte- und Teamentwicklung.



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



**Heike Weber.** Die Dipl. Pädagogin mit Master in Organisationsentwicklung hat Aus- und Fortbildungen zum Coach, in Kunst- und Kreativitätstherapie, als Seminarleiterin für Autogenes Training und zur Glückstherapeutin / Glückspädagogin absolviert.



**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.



**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)



➤ [www.facebook.com/FamilienbildungSaar/](http://www.facebook.com/FamilienbildungSaar/)



➤ [www.instagram.com/familienbildungs Saar/](http://www.instagram.com/familienbildungs Saar/)

Bürozeiten: Montag bis Freitag, 9–12 Uhr

**Anke Jung**, Leitung

**Winfried Blum**, Pädagogischer Mitarbeiter

**Birgit Metzger**, Verwaltung

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

## ■ ANMELDUNG

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

Bitte beachten Sie auch die Anmeldefristen bei den einzelnen Veranstaltungen. Bei kostenpflichtigen Veranstaltungen wird Ihre Anmeldung schriftlich bestätigt.

Sie können bis 7 Tage vor Kursbeginn von Ihrer Anmeldung zurücktreten. Danach ist der volle Kursbeitrag zu zahlen. Bei Nichterscheinen ist die gesamte Kursgebühr zu entrichten, es sei denn, Sie benennen eine Ersatzteilnehmerin oder einen Ersatzteilnehmer. Nicht besuchte Kursstunden oder nicht in Anspruch genommene Einzelleistungen werden nicht erstattet. Wir behalten uns vor, Veranstaltungen bei zu geringer Zahl von Teilnehmenden abzusagen. Bereits gezahlte Kursbeiträge werden in diesem Fall selbstverständlich zurückerstattet.

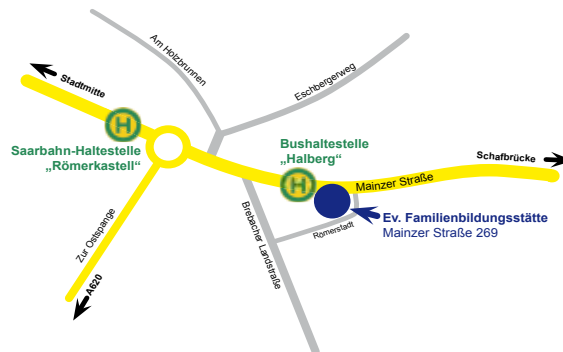
Bitte überweisen Sie nach Erhalt der Anmeldebestätigung den Kursbeitrag unter Angabe der Kursnummer auf unser Konto bei:

Vereinigte Volksbank eG

DE72 5909 2000 3057 0100 36 | BIC GENODE51SB2

## ■ ANFAHRT

Sie erreichen uns mit der Saarbahn – Haltestelle Römerkastell (ca. 400 m Fußweg) und mit den Buslinien 105, 122, 135, 137, 138 – Haltestelle Halberg (ca. 30 m Fußweg). Parkplätze am Haus sind vorhanden.



## ■ 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; es erfolgt in diesem Zusammenhang eine Weitergabe Ihrer Kontaktdaten an die durchführende Kursleitung.
- 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

☎ 05 11 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 2023

Texterfassung: Anke Jung und Winfried Blum  
Redaktion: Anke Jung, Winfried Blum, Stefanie Stein  
Layout und Produktion: Brunner Werbung, Saarbrücken  
Druck: reha gmbh

Das Programmheft ist klimaneutral gedruckt auf  
FSC Mix Credit-Papier.  
Auflage: 4000

Bildnachweis: Adobe Stock/Halfpoint (S. 13), Adobe Stock/  
Monkey Business (S. 21), Adobe Stock/Bojan (S. 43), Adobe  
Stock/sururu (S. 51), Adobe Stock/C S W/peopleimages.com  
(S. 69), Adobe Stock/Monkey Business (S. 79), Adobe Stock/  
BalanceFormCreative (S. 83), alle anderen: privat.



→ **DIE**  
**SPARKASSEN**  
**FUTURE**  
**CHALLENGE**

**JETZT**  
**AZUBI**  
**WERDEN!**

**Gute Zeit.**  
**Gutes Gehalt.**  
**Gute Perspektive.**

**Bewirb dich jetzt als Azubi  
bei uns!**



[sk-sb.de/futurechallenge](https://sk-sb.de/futurechallenge)



**Sparkasse  
Saarbrücken**