Katholische Erwachsenenbildung
Emsland-Ostfriesland e.V.
Region Mitte / Süd

in: *Emsland-Süd*
Emsland-Mitte
Aschendorf-Hümmling
Ostfriesland

Gemeinsam Zukunft gestalten

Programm

2025 / 2026

Bildungskompass Emsland
WISSEN, WO'S LANG GEHT

Bildungskompass Emsland
- wissen, wo´s lang geht

Bildung ist ein entscheidender Schlüssel zur Teilhabe an Arbeit und Geschellschaft. Jedoch sind die Angebote vielfältig und die Orientierung auf dem Bildungsmarkt ist schwierig.
Berufliche Orientierung vollzieht sich in enger Verbindung mit der eigenen Lebensplanung. Daher verbessert unsere individuelle Bildungsberatung die Chancen auf gesellschaftliche Teilhabe und Mitbestimmung.
Wir bieten den Ratsuchenden Orientierungshilfe, Unterstützung und Begleitung in unterschiedlichen Phasen ihres Lebens an. Alter, Herkunft, bisherige Bildungswege und Religion sind nicht relevant.
Der Mensch mit seinem ganz persönlichen Anliegen steht im Mittelpunkt.
Wir beraten alle, die sich beruflich oder ehrenamtlich weiterbilden wollen. Dabei sind Empathie, Respekt und Vertrauen grundlegende Elemente unserer Arbeit. Wir treten den Menschen wertschätzend und offen gegenüber. Wir beraten trägerneutral, zielgruppenoffen, unabhäningund kostenfrei.
Jedes Anliegen behandeln wir vertraulich und verpflichten uns zum Datenschutz.
Der Bildungskompass Emsland ist Teil der regionalen Infrastruktur des Lebenslangen Lernens und beteiligt sich aktiv bei der Entwicklung von ideenreichen Ansätzem an Aus-und Weiterbildungsmöglichkeiten.

Silvia Wagner
Tel.: 05931 153-402.
Mail: silvia.wagener@bildungskompass-emsland.de

Carmen Schwägerl
Tel.: 05931 153-401,
Mail: carmen.schwaegerl@bildungskompass-emsland.de

Öffnungszeiten
Di., 09.00 - 13.00 Uhr,
Mi., 14.00 - 16.00 Uhr
Do., 13.00 - 17.00 Uhr

Der Bildungskompass Emsland ist ein Verbundprojekt der Katholischen Erwachsenbildung im Lande Niedersachsen e.V. Meppen, der VHS Meppen gGmbH und der Stadt Meppen.

Es wird gefördert durch das Land Niedersachsen im Rahmen des Landesprogramms „Orientierungshilfe für lebenslanges Lernen schaffen - Modellprojekte für Bildungsberatung einrichten."

: Wir über uns 04
: KEB Kontakt 05
: Allgemeine Informationen 06
: KEB Nachrichten 07
: Theologie / Gesellschaft 08
: Ökologie 14
: Kommunikation 15
: Mediennutzung 22
: Pädagogik 24
: Gesundheit und Ernährung 40
: Kreativität 46
: Inselkurse 47

Katholische Erwachsenenbildung
Emsland-Ostfriesland e.V.

Folge uns
auf Instagram
@keb_el-o

Trauerraum – am Meer der Gezeiten

Viertägiges Seminar auf Spiekeroog

Trauer braucht Raum und Zeit

Ref.:	Inge Hennekes, Annette Zorn Supervisorinnen, System. Familientherapeutinnen, Trauerbegleiterin
Termin:	Do., 19.02.26 - So. 22.02.26
Ort:	Haus Winfried, Spiekeroog
Gebühr:	840,00 €
Kurs-Nr.:	M24200 / 2026

Wenn wir einen geliebten Menschen verloren haben, ist nichts mehr wie es war. Für die vielschichtigen Gefühle, die solch ein Verlust auslöst, möchten wir uns gemeinsam Zeit nehmen.
Zeit und Raum für Trauer, Erinnerungen, Schmerz, Liebe, Wut, Hoffnung, Genuss, Humor und Neuorientierung. Thematische Impulse, Visualisierungen, Standortbestimmungen und der Austausch in der Gruppe unterstützen dabei, den eigenen Weg zu gehen.

Nicht im Preis enthalten: Anreise, Kurtaxe und die Fähre

Allen ein fröhliches Moin!

Katholische Erwachsenenbildung Emsland-Ostfriesland e.V.

Schön,
dass Sie sich für uns interessieren!

Wir haben zwar ein neues Logo und einen etwas anderen Namen, sind aber immer noch die KEB in Ihrer Gemeinde und vor Ort.
Mit uns können Sie auch weiterhin Neues lernen, Ihre Alltagsfragen klären und Ihr Familienleben fördern, sich beruflich weiterbilden und sich für ein Ehrenamt qualifizieren, digitale Kompetenzen erwerben und auch etwas für Ihre Gesundheit tun …
Beispielhaft sind hierzu nennen: Solo-Glücklich-ein Angebot für Singles, Argumentieren gegen Stammtischparolen, JA- zur Ehe,interreligiöse Abende zum Thema Pilgern und Engel, Einsamkeit heute, Angebote zum Thema Trauer, Gymnastik, Nähkurse, Klöppeln, Gedächtnistraining, Qualifizierungen für ehrenamtliche und pädagogische Mitarbeitende, Demokratiebildung und Kurse zur Gewinnung digitaler und politischer Grundlagen .
Kurz: Wir haben Angebote für alles, was uns als Individuen guttut.
Und Sie können zu einem gelingenden Zusammenleben in dieser Gesellschaft beitragen, indem Sie sich mit uns gemeinsam auch den eher unbequemen Fragen unseres Lebens stellen.
Veränderungen sind notwendig, um die drängenden gesellschaftlichen Herausforderungen anzunehmen und so zukunftssichernde Entwicklungen zu ermöglichen.
Auch wir haben uns in unserer Struktur verändert und können Ihnen nun als regional größeres Team ein hoffentlich ansprechendes Programm vorlegen, das Ihren persönlichen Wünschen ebenso entspricht wie den Erfordernissen unserer Zeit …
Eines ist uns dabei ganz wichtig: Wir bleiben wie gewohnt vor Ort – bei Ihnen, den Menschen in unseren Gemeinden.

Wir freuen uns über Ihr Interesse und hoffen, Sie bald in unseren Veranstaltungen und Kursen begrüßen zu können.
Unsere Veranstalungen werden laufend erweitert, siehe unserer Homepage.

Dazu laden wir herzlich ein,
Ihr Team der Katholischen Erwachsenenbildung, unsere örtlichen Ansprechpartner*innen, Dozent*innen und Kooperationspartner.

Im Namen der Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter

Dietmar Schäfer,Joachim Thönnessen
Verwaltungsratsmitglieder
der Region Mitte/ Süd

Anne Deeken-Köbbe / Gisela Bolmer
Standort Leitung Meppen / Lingen

Katholische Erwachsenenbildung
Emsland-Ostfriesland e.V.
Region Mitte / Süd

KEB Verwaltungsrat
Lambert Brand, Pfarrer Matthias Schneider, Theresia Sommer, Joachim Thönnessen, Dietmar Schäfer

Nagelshof 21B
49716 Meppen
05931 - 40860

Gerhard-Kues-Str. 16
49808 Lingen
0591 - 6102-252

E-Mail: info@keb-el-o.de
www.keb-el-o.de

Mo./Di./Do.: 9 - 16 Uhr, Mi./Fr: 9 - 12 Uhr

Anne Deeken-Köbbe
Standortleitung Meppen,
stellvertr. KEB Vorstand

Stefan Varel
KEB Vorstand

Gisela Bolmer
Standortleitung Lingen

Silvia Wagener
Bildungskompass Emsland

Kristin Fritze
EKG-Kontaktstelle Emsland-Mitte-Süd

Carla Botterschulte
Pädagogik, Lingen
Arbeits-/Datenschutz

Jutta Mensen
Verwaltung / Projekte Meppen

Martina Hüser
Verwaltung Meppen

Sonja Hofschröer
Verwaltung Lingen

Bevor es losgeht, hier nun ein Überblick:

: Anmeldungen
sind für alle Veranstaltungen bis 3 Werktage vor Beginn erforderlich und verbindlich. Sie erhalten keine gesonderte Anmeldebestätigung sondern werden bei Kursverschiebungen oder -ausfall informiert.
Online unter: www.keb-el-o.de.

: Teilnahmegebühren
werden in der Regel zu Beginn der Veranstaltungen erhoben oder sind, wenn angegeben, vorab auf unser Konto zu überweisen. Sie werden verstehen, dass wir bei Nichtteilnahme oder Verhinderung ohne rechtzeitige Abmeldung, auch aufgrund von Krankheit, ebenfalls die volle Teilnahmegebühr erheben müssen.

: Abmeldungen
können problemlos und kostenfrei bis 10 Werktage vor Veranstaltungsbeginn (bei einigen Kursen gelten längere Abmeldefristen) .

: Teilnahmebescheinigungen
als Beleg für Ihre Weiterbildung stellen wir Ihnen gerne für eine Gebühr von 2,00 € aus / bei Einzelzusendung 4,00 €.

: Haftung
kann die KEB für Schäden, Diebstahl, Unregelmäßigkeiten nicht übernehmen.

: Datenschutz
Wir halten uns bei der Erhebung, Verarbeitung und Nutzung von personenbezogenen Daten an die gesetzlichen Vorgaben in Form des Kirchlichen Datenschutzgesetzes (KDG) - einzusehen unter: Gesetzliche Angaben / Datenschutz auf unserer Homepage.

: Gastfreundschaft
genießen wir mit vielen unserer Kurse in den Orten des nördlichen Emslandes. Bitte beachten Sie die jeweiligen Hausordnungen.

: Ermäßigungen von Teilnahmegebühren
sind unter bestimmten Voraussetzungen möglich - fragen Sie uns!

: Veranstaltungen der KEB vor Ort? Mit unserer Hilfe kein Problem!
Wir helfen Ihnen beim Planen, Organisieren von Referenten, in der Werbung usw.

Rufen / mailen Sie uns einfach an!
Meppen: 05931 40860,
Lingen: 0591 6102252
info@keb-el-o.de / www.keb-el-o.de

Ihr KEB-Team
Wir sind Mitglied der KEB Niedersachsen e.V., förderungsberechtigt gemäß dem niedersächsischen Gesetz zur Förderung der Erwachsenenbildung

Katholische Erwachsenenbildung
Emsland-Ostfriesland e.V.

Eltern Kind Gruppen
Mit Kindern leben lernen.

Neubesetzung Kontaktstelle

Herzlich Willkommen
Kristin Fritze im Team der KEB

Seit Juni 2025 begrüßen wir unsere neue Kollegin für die Kontaktstelle Eltern-Kind im Einzugsgebiet Emsland-Mitte und Emsland-Süd.

Frau Fritze hat viele Jahre im Krippen- und Kindergartenbereich gearbeitet und auch aufgrund ihrer religionspädagogischen Zusatzqualifikation viel Praxiserfahrung, um Eltern-Kind-Gruppen Unterstützung und Beratung beim Aufbau und der Durchführung ihrer Gruppe in den jeweiligen Gemeinden zu geben.

Für Fragen, Unterstützung und Angebote nehmen Sie gerne Kontakt auf.
Wir freuen uns auf die Zusammenarbeit mit unserer neuen Kollegin.

Themenbereich Trauer

Hier bieten wir gemeinsam mit unseren Kooperationspartner zahlreiche Veranstaltungen an: Letzte Hilfe Kurs Do.18.9.2025, Vortrag zum Thema Einsamkeit, Mittwoch 5.11. 2025 in Meppen, monatliche Trauer- Treffpunkte, eine Trauerreise im November 25 nach Gerleve, Themenabende zum Thema Tod für Eltern und neu eine Trauer Auszeit auf Spiekeroog im Februar 2026.

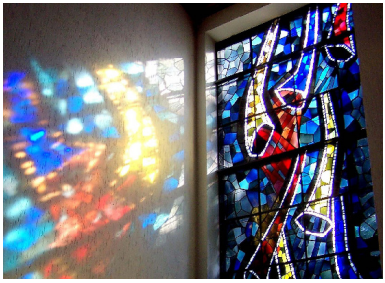
„Lange saßen sie dort und hatten es schwer.
Doch sie hatten es gemeinsam schwer,
und das war ein Trost.
Leicht war es trotz allem nicht.“
(Astrid Lindgren)

Digitale Bildung

Herzliche Einladung sich in diesem Bereich mit uns weiterzubilden:
entweder als ehrenamtliche Medien- und Techniklotse in Emsbühren, um Senioren zu unterstützen
oder in dem Projekt Digi plus in Meppen, um digitale Grundlagen – den sicheren Umgang mit Smartphone / Tablett- zu lernen- und diese beim Wahl- O-Mat und Parteiprogrammen anwenden zu können
oder sich online für Instagram, Social Media und Pflege der Website zu schulen
oder in den digitalen Selbstlernräumen

Glauben und Wissen Engagement Begegnung

Gott kann als der mit den Menschen Seiende erfahren werden - in Kinder- und Familiengottesdiensten, im ehrenamtlichen Engagement in den Kirchengemeinden, in der Verbindung von Mensch sich selbst und im Einsatz für den Nächsten. Wir bieten Veranstaltungen, die Glaube und Welt zusammenbringen und neue Perspektiven aufzeigen können.



© Mein Predigtgarten_pixelio.de

Glauben bilden - Mehr Wissen über die Bibel

In Zusammenarbeit mit der Kath. Kirchengemeinde St. Vincentius, Haselünne

Mehr Wissen über die Bibel:
- Was sagt uns die Bibel?
- Hinführung zur Bibel
- Inhalte verstehen

Der Bibelgesprächskreis findet immer am ersten Montag im Monat (außer in den Ferien) statt.

Ansprechpartner: Clemens Sandhaus
Beginn: Mo., 04.08.25,
19.30 Uhr - 21.30 Uhr
Ort: Haus der Begnung, Haselünne
Gebühr: gebührenfrei
Kurs-Nr.: M24002
Der Kurs geht in 2026 weiter, bitte informieren Sie sich!

Abschalten vom täglichen Einerlei in einer christlichen Runde

In Zusammenarbeit mit den Senioren Emmeln.

Die teilnehmenden Senioren und Seniorinnen setzen sich am Beispiel ausgewählter religiöser Themen mit dem Wertewandel auseinander.

Ansprechpartnerin: Elisabeth Mörker
Beginn: Mi., 20.08.25,
15.00 Uhr - 17.30 Uhr
Ort: Pfarrheim, Emmeln
Gebühr: gebührenfrei
Kurs-Nr.: M24027
Der Kurs geht in 2026 weiter, bitte informieren Sie sich!

Bibelgesprächskreis

In Zusammenarbeit mit der Kath. Kirchengemeinde St. Nikolaus, Groß-Hesepe

Interessierte erschließen mit fachlicher Begleitung ausgewählte Bibelstellen.

Ansprechpartnerin: Ursula de Carné
Beginn: Do., 21.08.25,
19.00 Uhr - 21.15 Uhr
Ort: Pfarrheim, Groß-Hesepe
Gebühr: gebührenfrei
Kurs-Nr.: M24005
Der Kurs geht in 2026 weiter, bitte informieren Sie sich!

Bibelcafe, Bokeloh

In Zusammenarbeit mit der Kath Kirchengemeinde St. Vitus, Bokeloh.

Das Bibelcafé findet jeden 4. Donnerstag im Monat statt.

Ansprechpartnerin: Petra Kleene
Beginn: Do., 28.08.25,
14.30 Uhr - 16.00 Uhr
Ort: Pfarrheim, Bokeloh
Gebühr: gebührenfrei
Kurs-Nr.: M24007
Der Kurs geht in 2026 weiter, bitte informieren Sie sich!

Spätsicht für Trauernde

In Zusammenarbeit mit den Kirchengemeinden Meppen-Ost und -Süd

- Gesprächskreis für Trauernde und Einsame
- mit Einsamkeit umgehen - Eigene Erfahrungen mit Tod und Sterben
- Trauerprozess
– Kraftquellen und Hoffnungsbilder

Ansprechpartnerin: Petra Kleene und Carolin Moss

Beginn:	Mo., 25.08.25, 18.00 Uhr - 20.15 Uhr (monatlich)
Ort:	Pfarrheim St. Paulus, Bokeloh
Gebühr:	gebührenfrei
Kurs-Nr.:	M24013

Kolping im Gespräch zu religiösen Themen

In Zusammenarbeit mit der Kolpingfamilie, Meppen

Ansprechpartner: Bernhard Deters

Termine:	auf Anfrage
Ort:	Haus Maria zum Frieden, Meppen
Gebühr:	gebührenfrei
Kurs-Nr.:	M24004

Der Kurs geht in 2026 weiter, bitte informieren Sie sich!

Arbeitskreise Kinderkirche und Familiengottesdienste

können bei uns Unterstüzung und Beratung in unterschiedlicher Form erhalten.

Nähere Informationen bei
Anne Deeken-Köbbe
Telefonnummer: 05931 4086-0

Biblische Geschichten einfach und anschaulich erzählt

Fortbildungen nur für ehrenamtlich aktive Bereich Kinderkirche
Kooperation mit dem Dekanat und dem Bistum Osnabrück
An diesem Abend wird erarbeitet, wie es gelingen kann, im Rahmen einer Kinderkirche mit Kindern im Krippen- und Kindergartenalter biblische Geschichten zu entdecken und darin eigene Lebensthemen zu finden.
Dies geschieht ganz praktisch durch entsprechende Impulse, durch den Austausch von Erfahrungen und durch Erproben verschiedener Methoden.

Ref.:	Kerstin Silies Kindertagesstättenpastoral Bistum Osnabrück
Termin:	Do., 11.09.25, 19.30 Uhr - 21.45 Uhr
Ort:	KEB, Nagelshof 21b Meppen
Gebühr:	5,00 €
Kurs-Nr.:	M24200

„Pilgern in Bibel und Koran“

- ein interreligiöser Begegnungsabend

Pilgern in christlicher und islamischer Perspektive. Eine Begegnung der Religionen.

Die biblischen und koranischen Texte sprechen immer wieder vom Aufbruch von Menschen in der Suche nach Gott. Die Pilgerfahrt nach Mekka (Hadsch) ist zudem eine der fünf Säulen des Islam. Pilgerwege wie der christliche Jakobsweg haben eine jahrhundertealte Tradition.
Dr Jörg Ballnus und Dr. Michael Schober stellen Ihnen diese beiden aufeinander bezogenen, aber doch eigenständigen Traditionen im Gespräch vor.

Dozent:	Dr. Jörg Ballnus u. Dr. Michael Schober
Termin:	Di., 16.09.25, 18.00 Uhr - 20.15 Uhr
Ort:	Meppen, wird noch bekannt gegeben
Gebühr:	gebührenfrei
Kurs-Nr.:	M24202

Mittagspause „gewürzt“ mit Zuversicht

Einmal im Monat lädt die Stadtpastoral Lingen zum Mittagstisch mit Lesung ins Café am Markt (Am Markt 20) ein. Während des Mittagessens liest eine Persönlichkeit aus der Region Texte vor, die ihr Zuversicht geben. Für Essen und Getränke wird um eine Spende gebeten.

Termine:
21.08.2025: Hiltrud Freese, Kriminalhauptkommissarin
18.09.2025 :Christina Schürmann, Buchhändlerin
09.10.2025: Simon Göhler, Vorsitzender Forum Juden Christen
13.11.2025: Verena Tretter, ev.-luth. Pastorin
18.12.2025: Frank Surmann, Geschäftsführer Christophorus-Werk Lingen e.V.

Ort: Café am Markt, Am Markt 20, Lingen
Eine Anmeldung wird erbeten bei Dekanatsreferent Holger Berentzen, E-Mail (h.berentzen@bistum-os.de) oder telefonisch (0591-96497221). Für Kurzentschlossene ist eine Teilnahme auch ohne Anmeldung möglich.

„Mama, hast du schon mal einen Engel gesehen“ – „Frag doch mal Oma oder Opa“

Großeltern als Türöffner für Fragen rund um Gott und die Welt, Fragen, auf die Eltern vielleicht gerade keine Antworten haben. Interessierte Eltern und Großeltern sind zu einem gemeinsamen Austausch eingeladen.

Ref.:	Kerstin Silies, Kindertagesstättenpastoral
Termin:	Mi, 17.09.25, 19.30 Uhr - 21.45 Uhr
Ort:	Pfarrzentrum St. Bonifatius, Burgstr., 49808 Lingen
Gebühr:	gebührenfrei
Kurs-Nr.:	L53200

Letzte Hilfe Kurs
Am Ende wissen, wie es geht

In Kooperation mit dem Dekanat Emsland Mitte und der Hospiz-Hilfe Meppen und Haselünne

Das Lebensende und das Sterben machen uns als Mitmenschen oft hilflos. Obwohl die meisten Menschen sich wünschen zuhause zu sterben, stirbt der größte Teil der Bevölkerung in Krankenhäusern und Pflegeheimen.

Letzte Hilfe:
- richtet sich an ALLE MEnschen, die sich über die Themen rund um das Sterben, Tod und Palliativversorgung informieren wollen
- schafft Grundlagen und hilft mit, die allgemeine ambulante Palliativversorgung zu verbessern
- ist das Basiswissen für eine sorgende Gesellschaft
- wendet sich an Einzelpersonen, Gruppen, Vereine und Betriebe

Ref.:	Raphaela Pietryga, Dagmar Peters-Lohmann
Termin:	Do, 18.09.25, 17.00 Uhr - 21.30 Uhr
Ort:	KEB, Nagelshof 21b, Meppen
Gebühr:	15,00 €
Kurs-Nr.:	M22017

Create your future! - mit Hoffnung

Workshop zur Gestaltung eines Lebensrads & Vision Boards
In Kooperation mit der FAG, Haren

In diesem Workshop erstellen Sie mit Hilfe verschiedener Methoden ein persönliches Vision Board, um eigene Ziele, Wünsche und Träume zu klären und zu erreichen.
Das Vision Board soll dabei als Inspiration und Motivation dienen.

Referentin: Sabrina Specken

Termin:	bitte erfragen, Oktober 2025
Ort:	Bischof-Demann-Haus, Haren
Gebühr:	auf Anfrage

Der Trauer und dem Leben Raum geben

Auszeit für Trauernde im Kloster Gerleve

Eine Auszeit für Frauen und Männer, die vom Tod eines nahestehenden Menschen betroffen sind.

TRAUER HAT viele Gesichter, denn...
- wenn meine Eltern sterben, stirbt ein Stück meiner Vergangenheit
- wenn mein Partner stirbt, stirbt meine Gegenwart
- wenn mein Kind stirbt, stirbt meine Zukunft

TRAUER KANN den Menschen immer wieder erfassen, auch wenn der Verlust schon Jahre zurückliegt.
TRAUER KOSTET Kraft, ist anstrengend und Belastend.

Mit unserem Angebot geben wir erwachsenen Menschen die Möglichkeit, sich mit Gleichgesinnten auf dem Weg zu machen, der eigenen Trauer nachzuspüren und neue Kräfte für den Alltag zu sammeln.

Ref.:	Petra Kleene (Trauerbegleiterin) und Carolin Moß (Trauerbegleiterin)
Beginn:	Mo, 13.10.25 - 15.10.25
Ort:	Kloster, Gerleve
Gebühr:	300,00 € / Kurs-Nr.: M24003

Hinweis:

In Kooperation mit der Freiwilligenagentur, Haren finden laufend Kurse und Veranstaltungen statt.
Bitte Informaieren Sie sich direkt vor Ort.

Die FAG Haren ist eine Anlauf- und Begegnungsstätte für alle Belange rund um das Thema Ehrenamt. Eine wesentliche Aufgabe der FAG Haren ist die Förderung des bürgerschaftlichen Engagements in allen gesellschaftlichen Breich.

Martin Schwill, Martinusplatz, Haren
Telefon: 05932 996735
E-Mail: fag@martinus-haren.de

Einsamkeit -

Immer häufiger taucht das Wort Einsamkeit auf.

In Kooperartopn mit dem Skf Meppen, KIM, Telefonseelsorge, Johannesschule, Meppen und dem Bistum Osnabrück.

Immer häufiger taucht das Wort Einsamkeit auf.
Wir hören dies in den Medien und spüren dies auch bei Menschen in unserem eigenem Umkreis.
Einsamkeit greift immer mehr um sich und hat somit auch Auswirkungen auf unsere Gesellschaft, die im Gegensatz zu früher nicht mehr über die Kräfte verfügt, die Zusammenhalt und Integration schaffen.
In dieser Veranstaltung wird der Referent Dr. Christoph Hutter, Leiter der Ehe-, Familien-, Lebens- und Erziehungsberatung des Bistums Osnabrück, erläutern, was Einsamkeit ist, wie diese entstehen kann und was jeder Einzelne und / oder die Instutionen tun kann/ können, um entgegen zu wirken.

Ref.:	Dr. Christoph Hutter Leiter des Referats für Ehe-, Familien-, Lebens- und Erziehungsberatung Bistum Osnabrück
Beginn:	Mi, 05.11.25, 19.00 - 21.15 Uhr
Ort:	Aula, Johannesschule, Meppen
Gebühr:	auf Anfrage
Kurs-Nr.:	M24203

KITA-Pastoral - Chancen und Herausforderungen

der religionspädagogischen Arbeit im Spannungsfeld der Kindertagesstätten in Emsland Mitte

Ref.:	Kerstin Silies Kindertagesstättenpastoral Bistum Osnabrück
Beginn:	Fr, 24.10.25, 09.30 Uhr - 12.15 Uhr
Ort:	KEB, Meppen
Gebühr:	gebührenfrei
Kurs-Nr.:	M21210

In welchem Himmel ist Oma?

- mit Kindern Leid und Tod begegnen

Eine Kooperationsveranstaltung mit der Pfarreiengemeinschaft Meppen-Süd und dem Bistum Osnabrück für Eltern, Erziehende, Kindertagespflegekräfte und Interessierte

Der Tod der Großeltern, manchmal auch ein schwerer Unfall in der Nachbarschaft oder im Bekanntenkreis, konfrontiert Kinder zum ersten Mal mit dem Tod. Das Kind macht Erfahrungen, die es kognitiv noch nicht bewältigen kann: Es erlebt Schmerz, Verlust und Unverständnis.

Wie können Eltern helfen, das Kind zu stützen – ohne es zu überfordern oder das Thema zu verharmlosen?
Welche Möglichkeiten und praktische Anregungen gibt es, wie Eltern sachgemäß, situationsgerecht und vor allem kindgemäß auf die Fragen eingehen können.

Ref.:	Carolin Moß (Trauerbegleiterin)
Termin:	Do., 20.11.25, 19.00 Uhr - 21.15 Uhr
Ort:	Propsteigemeindehaus, Domhof 12, Meppen
Gebühr:	gebührenfrei
Kurs-Nr.:	M21202

„Engel in Bibel und Koran“

- ein interreligiöser Begegnungsabend

Engel in christlicher und islamischer Perspektive.
Eine Begegnung der Religionen im Vorfeld von Weihnachten
Nicht nur vor Weihnachten spielen die Engel als Boten Gottes eine zentrale Rolle in der Bibel und im Koran.

Dozent:	Dr. Jörg Ballnus u. Dr. Michael Schober
Termin:	Di., 16.12.25, 18.00 Uhr - 20.15 Uhr
Ort:	Meppen, wird noch bekannt gegeben
Gebühr:	gebührenfrei
Kurs-Nr.:	M24201

Create your future! - Zeit für Dich!

Workshop zur Gestaltung eines Lebensrads & Vision Boards

In diesem Workshop erstellen Sie mit Hilfe verschiedener Methoden ein persönliches Vision Board, um eigene Ziele, Wünsche und Träume zu klären und zu erreichen.
Das Vision Board soll dabei als Inspiration und Motivation dienen.

Referentin: Sabrina Specken

Termin:	Do., 22.01.26, 19.00 - 21.00 Uhr
Ort:	KEB, Nagelshof 21b, Meppen
Gebühr:	16,00 €
Kurs-Nr.:	M23000 / 2026

Trauerraum – am Meer der Gezeiten auf Spiekeroog

Wenn wir einen geliebten Menschen verloren haben, ist nichts mehr wie es war. Für die vielschichtigen Gefühle, die solch ein Verlust auslöst, möchten wir uns gemeinsam Zeit nehmen.
Zeit und Raum für Trauer, Erinnerungen, Schmerz, Liebe, Wut, Hoffnung, Genuss, Humor und Neuorientierung.
Thematische Impulse, Visualisierungen, Standortbestimmungen und der Austausch in der Gruppe unterstützen dabei, den eigenen Weg zu gehen.
Zudem möchten wir uns inspirieren lassen von der schönen Umgebung, um es uns an Körper und Seele gut gehen zu lassen.
Nicht im Preis enthalten: Anreise, Kurtaxe und die Fähre

Ref.:	Inge Hennekes,, Annette Zorn Supervisorinnen, System. Familientherapeutinnen, Trauerbegleiterin
Termin:	Do., 19.02.26 - So. 22.02.26
Ort:	Haus Winfried, Spiekeroog
Gebühr:	840,00 €
Kurs-Nr.:	M24200 / 2026

Taize - ein Wochenende für Gesang, Stille und Glaube

Die Erfahrung von Taize, einem Ort in Frankreich, der auch heute noch jedes Jahr konfessionsübergreifend viele Tausende oft Jugendliche aber auch Erwachsene aufnimmt,
lebt häufig das ganze Leben als kleine Sehnsucht im Bewusstsein der Besucher*innen fort.
Frieden, Ausgeglichenheit, Verständigung und die Hoffnung, dass Gott mit den Menschen ist, leben hier auf. In harmonischen Gesängen, im Tanzen, Schweigen und Beten.
Das Taize-Wochenende im Kloster Frenswegen will in unseren Alltag hinein an dieser Hoffnung anknüpfen

Dozentin: Doris Krümberg
Beginn: Fr, .20.03. - 22.03.25
Ort: Kloster Frenswegen, Nordhorn
Gebühr: 315,00 € inkl. EZ und Vollverpflegung
Kurs-Nr.: A24003

Anmeldungen bis zum 23.11.2025

JA! Auszeit vor der Hochzeit . die Gelegenheit

.. euch Zeit für einander zu nehmen und in eure Beziehung zu investieren
... eure gemeinsame Zukunft zu träumen
... euch als Paar zu erleben mit dem, was euch verbindet und stark macht
... euch in gelingender Kommunikation zu üben
... euch zu vergewissern, was ihr euch in der kirchlichen Trauung versprecht
... euch gemeinsam mit anderen Paaren über Beziehungsthemen und das Heiraten auszutauschen

Der Kurs wird vom Bistum Osnabrück finanziell gefördert.

Dozentin: Sonja und Johannes Golla
Termin: Fr, .27.02.26, 18.00 - 21.00
Sa., 28.02.26, 09.30 -16.00
Ort: KEB, Nagelshof 21b, Meppen
Gebühr: 20,00 € / pro Paar
Kurs-Nr.: M24001 / 2026

Kleine Hände große Wirkung - BNE für Kids

(BNE – Bildung für nachhaltige Entwicklung)

Gerade kleinere Kinder zeigen ein großes Interesse an ihrer Umgebung und der Natur. Sie sind fasziniert von dem, was am Wegesrand oder im Garten jahreszeitlich wechselnd geschieht.
Auf dieser Basis sind Kinder sensibel für einen achtsamen Umgang mit der Natur und den verwendeten Ressourcen. Gerade Kitas können hier ein Erfahrungsfeld für nachhaltiges Handeln werden.- auch ohne großen Aufwand.
Der Kita-Alltag bietet viele Anknüpfungspunkte, die sich kreativ gestalten lassen. Mit dieser Fortbildung lernen pädagogische Fachkräfte und/oder auch interessierte Eltern und Ehrenamtliche:

- Mehr Fakten über Ökologie und Nachhaltigkeit
- Praktische Übungen und Material für kindgerechte Umweltbildung
- Sich zu vernetzen mit lokalen Initiativen und Organisationen

Ref.:	Anne Risse (NABU) und Gisela Bolmer (KEB)
Beginn:	Sa, 30.08.25 - 18.04.26 09.30 Uhr - 12.15 Uhr
Ort:	Pfarrzentrum St. Bonifatius, Burgstraße, Lingen
Gebühr:	30,00 €
Kurs-Nr.:	L53200

Meppener Weltladen
FACHGESCHÄFT DES FAIREN HANDELS

Im Kreativ.Haus.; Burgstrasse 16; 49716 Meppen
Öffnungszeiten
Dienstag und Samstag 10:30 – 13:30 Uhr
Montag, Mittwoch, Donnerstag, Freitag 15:00 – 17:30 Uhr

Schritte für eine soziale Welt Gemeinsam sich stärken, stützen und füreinander da sein

Ansprechpartnerin:
Hildegard Havermann
Beginn: Do, 07.08.25, wöchentlich
15.00 Uhr - 18.00 Uhr
Ort: Propsteigemeindehaus,
Domhof 12, Meppen
Gebühr: gebührenfrei
Kurs-Nr.: M13005
Der Kurs geht in 2026 weiter, bitte informieren Sie sich!

Seniorengesprächskreis „leben, loben, lachen“

In Zusammenarbeit mit der Kath. Kirchengemeinde St. Nikolaus, Gr. Hesepe.

Regelmäßige Treffen für Senioren mit verschieden Schwerpunktthemen.

Ansprechpartner: Hermann Schröder
Beginn: Di, 02.09.25, monatlich
14.30 Uhr - 17.30 Uhr
Ort: Pfarrheim, Groß Hesepe
Gebühr: gebührenfrei
Kurs-Nr.: M13004
Der Kurs geht in 2026 weiter, bitte informieren Sie sich!

Gedächtnistraining für ältere Menschen

MAT - Mentales Aktivierungstraining

Ansprechpartnerin: Lucia Reinert
Beginn: Di, 19.08.25, wöchentlich
09.15 Uhr - 10.15 Uhr
Ort: Propsteigemeindehaus,
Domhof 12, Meppen
Gebühr: Auf Anfrage
Kurs-Nr.: M95000

Gedächtnistraining für ältere Menschen

MAT - Mentales Aktivierungstraining

Ansprechpartnerin: Lucia Reinert
Beginn: Di, 19.08.25, wöchentlich
14.30 Uhr - 15.30 Uhr
Ort: Pfarrheim, Groß Hesepe
Gebühr: Auf Anfragei
Kurs-Nr.: M95001
Der Kurs geht in 2026 weiter, bitte informieren Sie sich!

Interkulturelle Kompetenzen in der Weiterbildung im Bereich der kulturellen Bildung

In Kooperation mit der Integrations- und Gleichstellungsbeauftragen der Stadt Meppen.
Für Frauen mit Migrationshintergrund und deutsche Frauen

Ansprechpartnerin: Rita Janssen
Beginn: Do., 21.08.25
10.00 Uhr - 12.15 Uhr
Ort: Café International, Meppen
Gebühr: gebührenfrei
Kurs-Nr.: M13003

Seniorengesprächskreis „leben, loben, lachen“

In Zusammenarbeit mit den Senioren St. Franziskus, Schöninghsdorf.

Regelmäßige Treffen für Senioren mit verschiedenen Schwerpunktthemen.

Ansprechpartnerin: Claudia Otten
Beginn: auf Anfrage
15.00 Uhr - 17.15 Uhr
Ort: Schöninghsdorf
Kurs-Nr.: M13001
Der Kurs geht in 2026 weiter, bitte informieren Sie sich!

Literarische Begegnungen

„Windstärke 17“ von Carolin Wahl
Ansprechpartnerin:
Martina Siebenmorgen
Beginn: 16.09.25 (10 Termine)
Ort: Haus der Begnung,
Haselünne
Gebühr: auf Anfrage

Deutsches Rotes Kreuz
Kreisverband Emsland e.V.

MiA Ein Orientierungskurs für Frauen mit Migrationshintergrund - Meppen kennen lernen und Deutsch lernen

In Kooperation mit: Deutsches Rotes Kreuz, MBE Migrationsberatung für erwachsene Zuwanderer*innen.

Beginn: Fr, 15.08.25, 09.00 Uhr - 12.15 Uhr
Ort: KEB, Nagelshof 21b, Meppen
Gebühr: gebührenfrei
Kurs-Nr.: M71003

Beginn: Fr, 07.11.25, 09.00 Uhr - 12.15 Uhr
Ort: KEB, Nagelshof 21b, Meppen
Gebühr: gebührenfrei
Kurs-Nr.: M71004

MIA Orientierungskurs für Frauen mit Migrationshintergrund – Lingen und Umgebung kennenlernen und Deutsch lernen

In Kooperation mit: Deutsches Rotes Kreuz, MBE Migrationsberatung für erwachsene Zuwanderer*innen.

Beginn: Fr, 12.09.25, 09.00 Uhr - 12.00 Uhr
Ort: Pfarrzentrum Maria Königin, In den Sandbergen, Lingen
Gebühr: gebührenfrei
Kurs-Nr.: L71200

Niederländisch Schnupperkurs

- Sprache und Kultur f. Einsteiger*innen
Dieser Sprach-Schnupperkurs bietet kulturelle Einblicke, praktische Übungen für den Urlaubsalltag und macht Lust auf mehr.

Ref.: Dirk Jan van der Lugt
Beginn: Di., 28.10.25, 19.30 - 21.00 Uhr 09.00 Uhr - 12.00 Uhr
Ort: Sögel
Gebühr: 73,00 €
Kurs-Nr.: A78201

SEG Flex Deutsch von Anfang an - Sprachkurs für geflüchtete Frauen mit Kinderbetreuung

Dieser Sprachkurs ist für Frauen mit und auch ohne schulische Vorbildung. Es geht um das Erlernen der Grundlagen der deutschen Sprache für die Verständigung im Alltag und auch um das sich Einfinden in unsere Kultur sowie um das Kennenlernen der Abläufe und Kontakte, die das alltägliche Leben mit sich bringt.

Start ab Herbst 2025, 2x vormittags
Ort: Meppen

SEG Flex Deutsch von Anfang an - Sprachkurs für geflüchtete Frauen

Start: ab Herbst 2025
Ort: Lingen

Beide Kurse sind gefördert durch:

Niedersächsisches Ministerium für Wissenschaft und Kultur

Auf die Stifte – fertig los! Basics der Flipchart-Gestaltung

Wer ein visueller Typ ist, liebt sie: Schöne, lesbare Flipcharts, die in Erinnerung bleiben und mit denen man mit einer Gruppe hervorragend interaktiv arbeiten kann. Damit lassen sich Dienstbesprechungen, Elternabende, Konferenzen aber auch Aufsteller und Elterninformationen interaktiv und ohne großen Aufwand effektiv und anschaulich gestalten.
Es ist gar nicht schwer solche großen Papiere selbst zu gestalten, denn perfekt zu zeichnen ist gar nicht das Geheimnis eines guten Flipcharts.
In diesem Einsteigerkurs lernen Sie die Basics kennen: Es geht um Schrift, Symbole und Figuren, um das Layout und um Farbgebung. Das neue Wissen wird direkt geübt und ausprobiert, sodass Sie am Ende vielleicht schon mit einem richtig schönen Flipchart nach Hause gehen.
Bringen Sie gern ein eigenes Thema mit – damit übt und lernt es sich am besten.

Ref.:	Maria Bruns (Leitung Gemeindeentwicklung und Organisationsberatung Bistum Osnabrück)
Termin:	Do, 11.09.25, 14.00 Uhr - 17.30 Uhr
Ort:	Ludwig-Windthorst-Haus, Gerhard-Kues-Str. 16., 49808 Lingen
Gebühr:	40,00 € + 1 10,00 € für Material
Kurs-Nr.:	L43200

Folge uns
auf Instagram
@keb_el-o

Bevor es kracht! Konflikte souverän meistern

Konflikte und zwischenmenschliche Probleme gehören zum Leben. Sowohl im Berufsalltag als auch im privaten Bereich sind diese zu finden. Entscheidend ist wie wir selbst damit umgehen: Welche Einstellung wir dazu haben und welche Möglichkeiten der Bewältigung es für uns gibt.

In dieser zweiteiligen Fortbildung wird die Dozentin Svenja Behm gemeinsam schwierige und kritische Situationen besprechen und Lösungsmöglichkeiten aufzeigen.

Dozentin:	Svenja Behm
Termine:	Do, 25.09. & 09.10.25 18.30 Uhr - 20.30 Uhr
Ort:	KEB, Nagelshof 21b, Meppen
Gebühr:	30,00 €
Kurs-Nr.:	M13200

Kolping im Gespräch zu gesellschaftlichen und werteorientierten Themen

In Zusammenarbeit mit Kolping Meppen St. Maria zum Frieden.

Ansprechpartner:	Bernhard Deters
Termin:	auf Anfrage
Ort:	Haus Maria zum Frieden, Meppen
Gebühr:	gebührenfrei
Kurs-Nr.:	M13006

Der Kurs geht in 2026 weiter, bitte informieren Sie sich!

Seniorenwerkstatt - Freude am Handwerk

Die Seniorenwerkstatt bietet die Möglichkeit, handwerkliche Fähigkeiten zu erwerben oder an andere interessierte Senioren weiterzugeben.

Ansprechpartner:	Heinrich Rehse
Beginn:	Mo., 18.08.25, wöchentlich 15.00 Uhr - 18:00 Uhr
Ort:	Johannesschule, Meppen
Gebühr:	gebührenfrei
Kurs-Nr.:	M43000

Der Kurs geht in 2026 weiter, bitte informieren Sie sich!

Ausbildung zur ehrenamtlichen Mitarbeit in der TelefonSeelsorge Emsland/Grafschaft Bentheim e.V.

Die TelefonSeelsorge Emsland/Grafschaft Bentheim e.V. führt regelmäßig Ausbildungskurse zum Telefonseelsorger/ zur Telefonseelsorgerin durch.
Der Kurs umfasst 150 Stunden und erstreckt sich über ein Jahr. Zusätzlich ist die Teilnahme an acht Hospitationen während der zweiten Ausbildungshälfte obligatorisch.

Dozentin: Referententeam
Termine: auf Anfrage
Ort: Meppen
Gebühr: gebührenfrei

„Na klar, ich kann das auch!“ Integration praktisch auf zwei Rädern - Radfahrtraining für Frauen

In Kooperation mit der Stadt Meppen, Integrationsbeauftragte, ADFC, Hasetal Touristik

Eingeladen sind alle Frauen jeden Alters und jeder Kultur, die gerne Fahrrad fahren würden
- aber es in ihrer Kindheit nicht gelernt haben
- oder aus der Übung sind und ihre Fähigkeiten gerne wieder auffrischen möchten
- und interessiert sind, gemeinsam mit anderen Frauen neue Kulturen und Lebensweisen kennen zu lernen.

Termin: geplant Frühjahr 2026
Ort: Meppen
Gebühr: auf Anfrage

Solo-Glücklich-als Single neues erleben und kennenlernen

In Kooperation mit dem Bistum Osnabrück, Singlepastoral.

Viele Menschen leben als Single und sind sozusagen Solo- Glücklich mit und in dieser Lebensform.
Aber manchmal möchten Single gerne mit anderen in einer Gruppe neues Erleben und Kennenlernen.
Mit dieser neuen Veranstaltungsreihe wird in 2025 an fünf Terminen die Möglichkeit geben gemeinsam neues zu wagen.

Eine Anmeldung für einzelne Termine ist notwendig.

Dozentin: Doris Krümberg
Termine: Mo, .18.08., 06.10.,15.12.25
18.30 Uhr - 20.30 Uhr
Ort: KEB, Nagelshof 21b, Meppen
Gebühr: 10,00 € / pro Termin

Argumentieren gegen Stammtischparolen - Basics

Stammtischparolen begegnen uns oft unerwartet und überrumpeln uns in Kontexten, in denen wir nicht mit ihnen rechnen.
Für hitzige Gespräche über gesellschaftliche Themen in den Vereinen oder Verbänden hilft es, zu lernen klar Position zu beziehen. Wenn Personen in unserem Umfeld Opfer von Parolen werden, können wir etwas entgegensetzen und unsere Mitmenschen schützen und unterstützen. Wer kennt das nicht?
Dieser Vortrag thematisiert damit verbundenen Fragen:
- Was sind Stammtischparolen?
- Wie kann ich darauf sachlich reagieren?

Dozentin: Doris Krümberg
Termin: Mi., 08.10.25
18.30 - 21.30 Uhr
Ort: KEB, Nagelshof 21b, Meppen
Gebühr: 10,00 €
Kurs-Nr.: M12200

Psy-RENA - Beruf und Alltag - Gespräche zur Problemlösung als psychosomatische Rehabilitationsnachsorge

Beginn: Mi., 11.06.25, wöchentlich 10.00 - 11.30 Uhr
Ort: KEB, Nagelshof 21b, Meppen
Gebühr: gebührenfrei
Kurs-Nr.: M94008

In unseren Gesprächskreisen gibt es die Möglichkeit gemeinsam im Schutz der Gruppe Themen zu besprechen um den Lebensalltag äduqat zu bewätigen

Gesprächskreis nach der Reha

Beginn: Di., 05.08.25, monatlich 16.30 - 18.30 Uhr
Ort: KEB, Nagelshof 21b, Meppen
Gebühr: gebührenfrei
Kurs-Nr.: M22006

Glückspiel-Frei! Gesprächskreis

Suchen Sie Unterstützung, Gesrpäche mit Gleichgesinnten? Kommen Sie vorbei. Neue Teilnehmende sind herzlich willkommen.

Beginn: Di., 05.08.25, wöchtlich 18.15 - 20.30 Uhr
Ort: KEB, Nagelshof 21b, Meppen
Gebühr: gebührenfrei
Kurs-Nr.: M22002

Gesprächskreis Adipositas

Eine offene Gesprächsgruppe mit professioneller Begleitung rund um das Krankheitsbild „Adipositas“.

Beginn: Mi., 20.08.25, monatlich 19.00 - 21.15 Uhr
Ort: KEB, Nagelshof 21b, Meppen
Gebühr: auf Anfragei
Kurs-Nr.: M94003

DUO Seniorenbegleiter*in - Einführung

DUO Seniorenbegleiter*innen sind ehrenamtlich tätige Personen, die einen Teil ihrer freien Zeit an hilfsbedürftige ältere Menschen verschenken, um ihnen zur Hand zu gehen – ein spannendes Engagement, dass viele positive Erlebnisse und Begegnungen ermöglicht.

Termin: Do., 25.09.25, 19:00 Uhr
Ort: Dörpen, Christophorushaus
Gebühr: gebührenfrei
Kurs-Nr.: S43234

Ausbildung zum/zur DUO - Seniorenbegleiter*in

Der Anteil alter Menschen in der Bevölkerung nimmt zu. Viele von ihnen leben alleine. Oft sind sie angewiesen auf Unterstützung, damit sie so lange wie möglich ein selbständiges Leben in vertrauter Umgebung führen können. Wir suchen deshalb engagierte Frauen und Männer, die gerne einen Teil ihrer Freizeit Seniorinnen und Senioren widmen möchten.
Diese Fortbildung der KEB und des Landkreises Emsland zum / zur ehrenamtlichen Seniorenbegleiter*in vermittelt Sicherheit und Handwerkszeug für Besuche, Begleitung und Gespräche mit älteren Menschen.
In dem Kurs lernen Sie die besondere Situation älterer Menschen und die spezifischen Probleme des Alters kennen. Sie werden qualifiziert, ältere Menschen zu Hause, in Seniorengruppen und in Einrichtungen kompetent zu begleiten.

- Gespräche mit Senioren führen
- Umgang mit Demenzerkrankten
- Alterserkrankungen
- Bewegung im Alter
- Gesundheitsprävention
- Kreative Beschäftigungsmöglichkeiten
- Pflegeversicherung, Patientenverfügung und Betreuungsrecht

Ref.: Angela Waschull + Fachreferententeam
Beginn: Do., 09.10.25, 19.30 Uhr (9 Termine)
Ort: Christophorushaus, Dörpen
Gebühr: gebührenfrei
Kurs-Nr.: S43035

Qualifizierung zum/zur ehrenamtlichen Familienpaten*in

In Zusammenarbeit mit dem Sozialdienst kath. Frauen e.V. Meppen - Emsland Mitte, „Frühe Hilfen für Eltern und Kinder“

Das Angebot „Familienpaten“ ist ein ehrenamtliches und unbürokratisches Hilfsangebot des SkF e.V. Meppen – Emsland Mitte. Mütter und Väter, Alleinerziehende sowie Schwangere, die sich überfordert fühlen und Hilfe wünschen, können durch die Familienpat_innen unterstützt werden.

Familienpaten_innen leisten frühe praktische Hilfen für Eltern und Kinder, vermitteln lebenspraktische Fähigkeiten und unterstützen z.B. bei Behördengängen oder Arztbesuchen.
Für diese ehrenamtliche Tätigkeit werden in der Regel ca. 2 Stunden pro Woche investiert.

Familienpat_innen sind engagierte Männer und Frauen, die sich mit ihrer Lebenserfahrung und Persönlichkeit für andere Familien einsetzen und in der Qualifizierung dafür geschult werden.

Ref.: Melanie Triphaus (SkF)
Termin: Frühjahr 26
Ort: KEB, Nagelshof 21b, Meppen
Gebühr: gebührenfrei

SkF

Qualifizierung zur / zum Tagesmutter / - vater (nach DJI)

Die Qualifizierung für die Kindertagespflege (Umfang 160 UStd.) kann ein interessantes neues Tätigkeitsfeld eröffnen. Das Seminar vermittelt Kompetenzen und Umgangssicherheit.
- Grundlagen der Erziehung und der kindlichen Entwicklung
- rechtliche und gesellschaftliche Rahmenbedingungen als Kindertagespflegeperson
- Grundlagen der Kommunikation
- Gesundheits- und Ernährungsfragen
- Alltagsgestaltung mit Kindern
- Medienverhalten von Kindern im Alltag

Die Fortbildungen schlließen mit dem Zertifikat des Bundesverbandes für Kindertagespflege ab, das Voraussetzung für die Pflegeerlaubnis ist.

Gebühr: 70,00 €
Kursstart: Mo., 25.08.25, 19.00 Uhr wöchentlich montags, 1x monatlich samstags
Ort: Haselünne
Kurs-Nr.: M21228

Termin: geplant Herbst 2025
Ort: Geeste oder Twist

In Kooperation mit dem Skf und SkM in Meppen finden regelmäßige Veranstaltungen für ehrenamtliche rechtliche Betreuer*innen statt.

Bestattungsvorsorge für Ehrenamtliche in der rechtlichen Betreuung

Unterstützen Sie Ihre Betreute/ Ihren Betreuten durch eine Bestattungsvorsorge.
Welche Möglichkeiten der Bestattung gibt es?
Was gehört in eine Bestattungsvorsorgevertrag?
Wann kann rechtzeitig vorgesorgt werden?
Was geschieht, wenn meine Betreute / mein Betreuter mittelos ist?

Ref.:	Melissa Zumdiek, Bestattungen Tallen, Geeste-Dalum
Termin:	Mi., 20.08.25, 16.00 - 18.00 Uhr
Ort:	KEB, Nagelshof 21b, Meppen
Kurs-Nr.:	M13201

Kursleiter*innen gesucht

Sie möchten Ihr Wissen und Können an andere weitergeben?

Katholische Erwachsenenbildung Emsland-Ostfriesland e.V.

Melden Sie sich bei uns!
05931 40860
info@keb-el-o.de

„Vorstellung der Beratungsstelle zur Gesundheitlichen Versorgungsplanung bei Vitus“ (gem. § 132g SGB V)

Die individuelle Auseinandersetzung mit der letzten Lebensphase ist Ziel dieses Beratungsangebotes für Menschen mit Behinderungen des St. Vitus- Werkes.
Wenn es um die Fragen in Bezug auf die letzte Lebensphase, um Wünsche und Vorstellungen, aber auch Ängste der betreuten Menschen mit Behinderungen geht, sind Sie hier an der richtigen Adresse.

Die speziell qualifizierten Mitarbeiterinnen der Beratungsstelle GVP mit Sitz im invO Büro an der Ludmillenstraße stellen Ihre Arbeit vor und erklären wie sie mit den Betroffenen unter Einbeziehung des Hausarztes, der Angehörigen und/oder Vertrauenspersonen eine Vorsorgeplanung erarbeiten.

Ref.:	Raphaela Pietryga, Kerstin Fenske
Termin:	Mi., 12.11.25, 17.30 - 19.15 Uhr
Ort:	KEB, Nagelshof 21b, Meppen
Kurs-Nr.:	M13202

Wir bringen Farbe auf's Papier!

DRUCKEREI Thyen GmbH

Mühlenstraße 44 - 49751 Sögel
Tel. 05952 - 98151 Fax 98153
www.thyen-druck.de

Grundlagen der digitalen Medienkompetenz Digi + - Digitale Medienkompetenz & Demokratie

In diesem Kurs wird der sichere Umgang mit digitalen Medien und dem Internet, Bedienung und Nutzung von Smartphone und Tabletts, Kennenlernen von sicheren Plattformen zum Suchen, Vorstellungen von Fake News und die Nutzung des Wahl- O- Mat zur kritischen Auseinandersetzung von politischen Parteiprogrammen erklärt.

Wer kein eigenes Tablet besitzt, kann für den Zeitraum des Seminars ein Tablet kostenfrei ausleihen (begrenzte Stückzahl!).
Der Kurs ist gebührenfrei und wird gefördert durch LpB-Landeszentrale für polische Bildung Niedersachsen

Beginn:	14.10.25 - 11.11.25, 09.00 - 11.30 Uhr, 5 Termine
Ort:	KEB, Nagelshof 21b, Meppen
Gebühr:	gebührenfrei
Kurs-Nr.:	M54200

Digitales Lernen - Fragen und Unterstützung rund um Smartphone, Tablet und Co. im digitalen Selbstlernraum

Im digitalen Selbstlernraum können folgende Inhalte gelernt werden:
- Grundlagen der Handynutzung
- Sichere Passwörter und Ihre Aufbewahrung
- Wie funktioniert das Internet Recherche im Internet - Grundlagen Einkaufen im Internet
- E-Mails schreiben, verschicken und lesen
- Grundlagen Whatsapp, ...
- SmartHome - was ist das und wie funktioniert das?

Termin:	auf Anfrage
Ort:	KEB, Nagelshof 21b, Meppen
Gebühr:	gebührenfrei

Online Kurse in ZOOM

Referentin:Franziska Badorreck

Anmeldung über www.keb-os.de

Gestaltung und Pflege einer Website
Von der Struktur bis zur Sichtbarkeit

Eine professionelle Website ist weit mehr als nur eine „Online-Visitenkarte“. Sie ist die zentrale Anlaufstelle für Nutzer*innen im Internet und ein wichtiges Werkzeug der Öffentlichkeitsarbeit. In diesem Online-Kurs erhalten Sie einen Überblick über die Grundlagen des Website-Aufbaus, der Benutzerfreundlichkeit (Usability) und der digitalen Barrierefreiheit.

Termin: 23.09.25, 18.00 - 20.15 Uhr
Gebühr: 30,00 €
Kurs-Nr.: ZOME5015

Was ist neu auf Social Media? KI-Tools, Instagram-Trends, neue Kanäle

Social Media entwickelt sich rasant – neue Tools, Trends und Plattformen prägen die digitale Kommunikation. Der Kurs bietet einen kompakten Überblick über aktuelle Entwicklungen: Welche KI-gestützten Tools erleichtern die Content-Erstellung? Welche neuen Trends bestimmen Instagram? Und welche Plattformen könnten in Zukunft relevant werden? .

Termin: 04.11.25, 18.00 - 20.15 Uhr
Gebühr: 30,00 €
Kurs-Nr.: ZOME5014

Einstieg in Instagram
Aufbau und Pflege eines Instagram-Kanals

Es lohnt sich, auf Instagram aktiv zu sein! Social-Media-Profile sind für viele, vor allem jüngere Menschen, die erste Anlaufstelle in ihrer Informationssuche. Umso wichtiger ist ein ansprechender Auftritt in den sozialen Netzwerken, um einen guten ersten Eindruck zu hinterlassen.

Termine: 14.04.2026, 21.04.2026, 28.04.2026, 05.05.2026
Gebühr: 80,00 €
Kurs-Nr.: ZOME6002

Qualifizierung zum/zur ehrenamtlichen Medien- und Techniklotsen und -lotsin in Emsbühren

In Kooperation mit dem Seniorenstützpunktes Niedersachsen im Landkreis Emsland.

Die Digitalisierung ist aus dem Alltag in unserer Gesellschaft nicht mehr wegzudenken,
ob Kontakt mit Familienmitgliedern, Freunden oder auch Behörden, Hobbys, Bankgeschäfte, Einkäufe, Urlaubsreisen und vieles mehr.
Im Alter können Kenntnisse im Umgang mit Smartphone und Tablet und dem Internet trotz anderweitiger Einschränkungen gesellschaftliche Teilhabe ermöglichen, die Lebensqualität steigern und Selbstständigkeit erhalten.

„Medien- und Techniklotsen“ sollen die digitale Teilhabe älterer Menschen ermöglichen und stärken.
Ein Qualifizierungskurs und die dauerhafte Begleitung durch den Aufbau eines Netzwerkes von ehrenamtlichen Multiplikatoren im Emsland unterstützt sie darin. Die ehrenamtlichen Medienlotsen suchen dabei Senioren zu Hause auf und qualifizieren sie.

Infotermin: Do., 02.10.25, 10.00 - 11.30 Uhr
Termine: 28.10., 30.10., 04.11., 06.11., 11.11., 13.11.25 09.00 - 12.15 Uhr
Ort: Alte Amtsvogtei, Papenstraße 15, Emsbüren
Gebühr: gebührenfrei

Nach Abschluss der Fortbildung bieten wir Ihnen regelmäßige Gesprächskreise und bei Bedarf auch weitere Vertiefungen durch Fachreferentinnen und -referenten an.
Damit Sie das erworbene Wissen praktisch umsetzen können, wird der Seniorenstützpunkt Sie nach Absprache an Seniorinnen und Senioren vermitteln.

Senioren- und PflegeStützpunkt Niedersachsen

Eltern - Kind - Gruppen Kontaktstelle

Angebote, Hilfen, Unterstützung

Unsere neue Kollegin stellt sich vor:

Hallo,
mein Name ist Kristin Fritze. Ich bin 37 Jahre alt und ich lebe mit meiner Familie in Meppen.

Seit Juni bin ich die neue Ansprechpartnerin für die Kontaktstelle Eltern-Kind im Einzugsgebiet Emsland-Mitte und Emsland-Süd.
Als Erzieherin habe ich viele Jahre sehr gern im Krippen- und Kindergartenbereich gearbeitet. Durch die religionspädagogische Zusatzqualifikation und ganz viel Praxiserfahrung im Bereich U3 bringe ich einen großen Koffer an Praxisideen mit.

Ich freue mich auf eine bunte Zusammenarbeit mit den Eltern-Kind-Gruppen.

Die Eltern-Kind-Gruppen Kontaktstelle der KEB ist Teil des Programmschwerpunktes Familienbildung. Neben der Betreuung und Beratung von Eltern-Kind-Gruppen bringt die Kontaktstelle ein Programm mit zahlreichen Veranstaltungs- und Bildungsanregungen für die Gruppe vor Ort heraus.

Gerne unterstützen wir Sie bei der Einrichtung und Organisation einer Eltern-Kind-Gruppe in Ihrem Ort.

Für Fragen, Unterstützung, Angebote nehmen Sie gerne mit mir Kontakt auf.

Kontaktstelle Eltern-Kind Mitte/Süd
Nagelshof 21 b in Meppen

Tel. 05931 4086-0
E-Mail: fritze@keb-emsland.de

Eltern Kind Gruppen
Mit Kindern leben lernen.

Stillen - ein gemeinsamer Lernprozess von Mutter und Kind

Die Fachkraft Silvia Thieben - die jahrelange Erfahrung in der Geburtshilfe hat - berät mit Tipps und Fachwissen rund um das Thema Stillen. Schwangere, sowie Eltern mit Kindern haben hier einen Raum zum Austausch und finden Unterstützung bei Fragen und Unsicherheiten.

Referentin: Silvia Thieben
Beginn: 05.09.25, vormittags, 6 Termine
Ort: Meppen
Gebühr: auf Anfrage

Sprachförderung bei Kindern- ein wichtiger Baustein zum erfolgreichen Lernen

Themenabend für Erziehende

In diesem Vortrag werden die Basics der Sprachentwicklung bei Kindern erläutert und durch Praxisbeispiele einer berufserfahrenen Logopädin ergänzt. Ergänzend werden Tipps zur sprachlichen Begleitung, zusätzliche Unterstützungshilfen und Hilfen besprochen. Eigene Praxisbeispiele sind ausdrücklich gewünscht.

Dozentin: Wiebke Dornes
Logopädin
Termin: Mi, 19.11.25,
18.00 Uhr - 20.15 Uhr
Ort: KEB, Nagelshof 21,
Meppen
Gebühr: 10,00 €
Kurs-Nr.: M21207

Folge uns
auf Instagram
@keb_el-o

LERNEN LERNEN

Der Themenabend „Lernen lernen“ für Eltern von Kindern im Alter von 5-10 Jahren ist praxisnah, verständlich und mit einem guten Mix aus Input, Austausch und praktischen Tipps. Ziel ist, Eltern zu stärken, damit sie ihre Kinder beim Lernen bestmöglich begleiten können – ohne Druck, dafür mit Motivation und Struktur.

Ref.: Elke Riedemann, Dipl. Sozialpädagogin, Kinderheilpraktikerin

Termin: 16.09.25, 19.00 - 21.15 Uhr
Ort: Familienzentrum Emsbüren, Alte Amtsvogtei, Papenstr. 15, Emsbüren
Kurs-Nr.: L21000

Termin: 29.01.26, 19.00 - 21.15 Uhr
Ort: Familienzentrum Bawinkel, Prinzenweg, Bawinkel
Kurs-Nr.: L21000 / 2026

Termin: 10.03.25, 19.00 - 21.15 Uhr
Ort: Familienzentrum/ Kita Arche Noah, Loosstr., Lingen
Kurs-Nr.: L21002 / 2026

Gebühr: 22,50 € / pro Termin

ALTERNATIVE HAUS-APOTHEKE FÜR FAMILIEN

Ref.: Elke Riedemann,
Termin: Do., 20.11.25 19.00 - 21.15 Uhr
Ort: Kita/Familienzentrum, Prinzenweg, Bawinkel
Gebühr: 22,50 €
Kurs-Nr.: L21204

MEIN KIND IST SCHON WIEDER KRANK…..

Ref.: Elke Riedemann,
Termin: Di., 20.01.26 19.00 - 21.15 Uhr
Ort: Kita/Familienzentrum, Prinzenweg, Bawinkel
Gebühr: 22,50 €
Kurs-Nr.: L94000 / 2026

In welchem Himmel ist Oma? - mit Kindern Leid und Tod begegnen

Eine Kooperationsveranstaltung mit der Pfarreiengemeinschaft Meppen-Süd und dem Bistum Osnabrück
für Eltern, Erziehende, Kindertagespflegekräfte und Interessierte

Der Tod der Großeltern, manchmal auch ein schwerer Unfall in der Nachbarschaft oder im Bekanntenkreis, konfrontiert Kinder zum ersten Mal mit dem Tod. Das Kind macht Erfahrungen, die es kognitiv noch nicht bewältigen kann: Es erlebt Schmerz, Verlust und Unverständnis.

Wie können Eltern helfen, das Kind zu stützen – ohne es zu überfordern oder das Thema zu verharmlosen? Welche Möglichkeiten und praktische Anregungen gibt es, wie Eltern sachgemäß, situationsgerecht und vor allem kindgemäß auf die Fragen eingehen können.

Ref.: Carolin Moß (Trauerbegleiterin)
Termin: 20.11.25, 19.00 - 21.15 Uhr
Ort: Propsteigemeindehaus, Domhof 12, Meppen
Gebühr: gebührenfrei
Kurs-Nr.: M21202

„Mama, hast du schon mal einen Engel gesehen“ – „Frag doch mal Oma oder Opa“

Großeltern als Türöffner für Fragen rund um Gott und die Welt, Fragen, auf die Eltern vielleicht gerade keine Antworten haben. Interessierte Eltern und Großeltern sind zu einem gemeinsamen Austausch eingeladen.

Ref.: Kerstin Silies, Kindertagesstättenpastoral
Termin: Mi, 17.09.25, 19.30 Uhr - 21.45 Uhr
Ort: Pfarrzentrum St. Bonifatius, Burgstr., 49808 Lingen
Gebühr: gebührenfrei
Kurs-Nr.: L53200

„GLÜCKSMOMENTE KENNEN KEINE UHR“ ERNST FERSL

Meine Lebenszeit – meine Rollen für die Familie, für die Gesellschaft - und für mich? Gemeinsam schauen wir auf unsere eigene Situation: was tut mir gut, wie kann ich mich im Auge behalten ohne mich im Alltag zu verlieren? Wir schauen auf unsere Glücksmomente und erleben Entscheidungsmöglichkeiten – und Hilfen für unseren Alltag.
„Auf Veränderung zu hoffen, ohne selbst etwas dafür zu tun, ist wie am Bahnhof zu stehen und auf ein Schiff zu warten.“

Ref.: Teresa Metz-Meuter
Termin: 10.02.26, 19.00 - 21.15 Uhr
Ort: Familienzentrum Emsbüren, Alte Amtsvogtei, Papenstr. 15, Emsbüren
Gebühr: 19,50 €
Kurs-Nr.: L21001 / 2026

„SEI NICHT WÜTEND, WENN ICH ES BIN.“ -WUT BEI KINDERN- (bis 6 Jahren)

Es ist wichtig, geduldig zu sein und zu erkennen, dass Kinder Zeit brauchen, um zu lernen, wie sie mit ihren Emotionen umgehen können. Gemeinsam tauschen wir uns über das Gefühl WUT aus, erfahren etwas über die Funktion der WUT und bekommen neue Anregungen und Strategien im Umgang mit unseren Kindern. An diesem Abend soll es auch darum gehen, zu verstehen, dass das kindliche Gehirn für bestimmte Verhaltensweisen erst reifen muss und wie man Alltagsherausforderungen wirkungsvoll, wertschätzend oder auch mit ein bisschen Humor begegnen kann.
Für Eltern, Großeltern und Interessierte

Ref.: Teresa Metz-Meuter
Termin: 10.02.26, 19.00 - 21.15 Uhr
Ort: Kita/Familienzentrum Arche Noah, Loosstr. Lingen
Gebühr: 9,50 €
Kurs-Nr.: L21003 / 2026

Gemeinsame Lebensschritte für Eltern mit Kinder

In diesen Eltern-Kind-Gruppen, die ehrenamtlich organisiert sind, treffen sich regelmäßig Eltern mit ihren Kindern in den jeweiligen Pfarrheimen, um gemeinsam diese Gruppenstunden für Eltern und Kinder zu nutzen: Eltern bekommen wertvolle Impulse für die Erziehung, Lernen gemeinsam mit den Kindern und knüpfen Kontakte untereinander. Kinder lernen Kompetenzen zu entwickeln und sich einzubringen, singen, basteln, forschen, spielen und finden Freunde. Durch die ganzheitlichen Angebote werden Kinder in der Gruppe nachhaltig gefördert und angeregt und Eltern in der Erziehung unterstützt. Somit stärken Familien sich gegenseitig und bilden kleine Netzwerke für Familien. Sie tragen dazu bei, die Lebensqualität für junge Familien in und durch die Gemeinschaft mit einander zu verbessern und sich in der / oder die Kirchengemeinden beheimatet zu fühlen.
Die Gruppenstunden finden wöchentlich bzw. vierzehntägig in der Regel das ganze Jahr hindurch in den örtlichen Pfarrheimen statt.

Ansprechpartnerin: Bianca Lammers
Beginn: Do., 14.08.25, 15.00 - 17.00 Uhr
Ort: Pfarrheim - Haus Emmaus Dalum
Gebühr: gebührenfrei
Kurs-Nr.: M21216

Beginn: Fr., 15.08.25, 09.30 - 11.30 Uhr
Ort: Pfarrheim - Haus Emmaus Dalum
Gebühr: gebührenfrei
Kurs-Nr.: M21217

Beginn: Mo., 18.08.25, 09.30 - 11.30 Uhr
Ort: Pfarrheim - Haus Emmaus Dalum
Gebühr: gebührenfrei
Kurs-Nr.: M21218

Beginn: Di., 19.08.25,
09.30 - 11.30 Uhr
Ort: Pfarrheim - Haus Emmaus Dalum
Gebühr: gebührenfrei
Kurs-Nr.: M21215

Beginn: Mi., 20.08.25,
15.00 - 17.00 Uhr
Ort: Pfarrheim - Haus Emmaus Dalum
Gebühr: gebührenfrei
Kurs-Nr.: M21219

Ansprechpartnerin: N.N.
Beginn: Mo., 18.08.25,
09.00 - 11.00 Uhr
Ort: Pfarrheim, Bokeloh
Gebühr: gebührenfrei
Kurs-Nr.: M21214

Ansprechpartnerin: Silke Fischer
Beginn: Mi., 20.08.25,
09.30 - 11.30 Uhr
Ort: Pfarrheim, Schöninghsdorf
Gebühr: gebührenfrei

Ansprechpartnerin: Kerstin Wilken
Beginn: Mi., 20.08.25,
15.00 - 17.00 Uhr
Ort: St. Vinzenz-Haus, Groß Fullen
Gebühr: gebührenfrei
Kurs-Nr.: M21213

Ansprechpartnerin: Helga Hermsen
Beginn: Mi., 20.08.25,
09.30 - 11.30 Uhr
Ort: Christophorushaus, Rühlermoor
Gebühr: gebührenfrei
Kurs-Nr.: M21008

Ansprechpartnerin: Christina Hermeling
Beginn: Mi., 20.08.25,
09.30 - 11.30 Uhr
Ort: Pfarrheim, Groß Hesepe
Gebühr: gebührenfrei

Beginn: Do., 21.08.25,
09.30 - 11.30 Uhr
Ort: Pfarrheim, Groß Hesepe
Gebühr: gebührenfrei

Ansprechpartnerin: N.N.
Beginn: donnerstags, wöchtlich
Ort: Pfarrheim Geeste
Gebühr: gebührenfrei

Praxistipp

99 Ideen für Kinder

ein vielseitiges

Kreativ-, Mitmach-, Spiel- und Aktionsbuch
für Kinder von 0-3 Jahren

Das Beste aus der Praxis der KEB-Gruppen erhältlich: 05931 4086-0 keb-el-o.de

Eltern-Kind-Gruppe mit Elementen der Kinderärztin Emmi Pikler für Eltern mit Kinder im Alter von ca. 9 Monate bis 2 Jahre

In Zusammenarbeit mit dem Familienzentrum Herzlake und der Pfarreiengemeinschaft

Eltern, die mit ihren kleinen Kindern spielen und kreativ sein wollen, ihre Kinder in ihrer Entwicklung begleiten und sich über Alltagsfragen von jungen Familien austauschen möchten, sind eingeladen an diesen Eltern-Kind-Gruppen teilzunehmen!

Unter der Leitung einer qualifizierten Referentin, die die Gruppenstunden inhaltlich vorbereitet und leitet, haben die Eltern die Möglichkeit, miteinander ins Gespräch zu kommen, Erfahrungen auszutauschen, das Verhalten der Kinder in der Gruppe zu beobachten und pädagogische Fragen zu klären.

Dabei erläutert die Referentin die Pädagogik von Emmi Pikler.

Emmi Pikler war Kinderärztin und entdeckte durch intensives Beobachten von Säuglingen und Kleinkindern grundlegende Erkenntnisse in der Erziehung von Kindern. Bildung, Begleitung und Erziehung sollten auf der Haltung des Annehmens und der Anerkennung geschehen.

Ref.: Karina Schmer
Beginn: Do., 21.08.25, 6 Termine
15.30 - 17.00 Uhr
Ort: Kath. Kindergarten
St. Nikolaus,
Heinrich-Kottmann Str. 2,
Herzlake
Gebühr: 50,00 €
Kurs-Nr.: M21212

Delfi - Gemeinsam durch das erste Lebensjahr

In Kooperation mit dem Familienzentrum St. Ansgar und der Pfarreiengemeinschaft

Die DELFI®-Eltern-Kind-Gruppe ist ein Angebot für Eltern mit ihrem neugeborenen Kind (ab 12 Wochen). Der Kurs vermittelt den jungen Eltern Sicherheit und Orientierung in der neuen Familienphase und stärkt ihr Vertrauen in die eigenen elterlichen Kompetenzen. Im Vordergrund steht dabei der Bindungsaufbau zwischen Eltern und Kind im ersten Lebensjahr.
„DELFI“ ist eine Wortschöpfung aus den Begriffen Denken, Entwickeln, Lieben, Fühlen, Individuell. Die Eltern lernen, wie sie ihre Kinder auf spielerische Art und Weise durch altersentsprechende Bewegungs- und Wahrnehmungsanregungen in ihrer frühkindlichen Entwicklung unterstützen können. Dazu gehören u.a. Bewegungs- und Berührungsspiele, das Säuglingshandling, Halte- und Tragegriffe, gemeinsames Singen, Schmetterlingsmassage und viele weitere Methoden zur Förderung der Sinneswahrnehmung des Kindes. Darüber hinaus bietet die DELFI®-Eltern-Kind-Gruppe eine Ruheinsel für Mutter oder Vater mit Kind sowie Raum für einen Erfahrungsaustausch zu aktuellen Themen des Elternseins und der kindlichen Entwicklung (z.B. Geburt, Elternrolle, Zahnen, Ernährung, etc.).

Ref. : Silvia Thieben
Eltern- Kind- für Kinder im Alter
von ca. 4-5 Monaten
Beginn: Mi., 27.08.25, (10 Termine)
08.45 - 10.15 Uhr
Ort: Haus Maria zum Frieden,
Meppen
Gebühr: 90,00 €
Kurs-Nr.: M21220

Eltern- Kind- für Kinder im Alter
von ca. 6-12 Monaten
Beginn: Mi., 27.08.25, (10 Termine)
10.30 - 12.00 Uhr
Ort: Haus Maria zum Frieden,
Meppen
Gebühr: 90,00 €
Kurs-Nr.: M21221

Kunterbunte Sinneswerkstatt - Eltern-Kind Gruppe für Eltern mit Kindern im Alter von etwa 12-24 Monaten

In Kooperation mit dem Familienzentrum Haren

Sensorisches Spielen umfasst alle Aktivitäten, bei denen mindestens einer, meistens aber mehrere der Sinne aktiviert und stimuliert werden. Sei es durch Sehen, Fühlen, Hören, Riechen, Schmecken, Bewegung oder Gleichgewicht.

Kinder, vor allem Kleinkinder, erforschen und verstehen ihre (Um-)Welt mit Hilfe ihrer Sinne. Durch das Erleben mit allen Sinnen werden Nervenverbindungen im Gehirn aufgebaut und dadurch viele verschiedene Lernbereiche gefördert (Grobmotorik, Feinmotorik, Problemlösungskompetenz sowie die soziale, sprachliche und kognitive Entwicklung).
Die Fantasie und Kreativität werden angeregt und gefördert.

Die Kursstunden beinhalten verschiedene Spiel- und Erfahrungsmöglichkeiten
mit Alltagsmaterialien zum Nachmachen - Wir kneten, spielen mit Schleim, matschen mit Schaum und vieles mehr.

In dieser Eltern-Kind-Gruppe bekommen Eltern wertvolle Impulse für die Erziehung; Lernen gemeinsam mit den Kindern und knüpfen weitere soziale Kontakte.

Ref.:	Teresa Schulte
Beginn:	Mo., 08.09.25, (5 Termine) 15.15 - 16.00 Uhr
Ort:	Hebammenpraxis, Blumenstraße 23, Haren
Gebühr:	55,00 €
Kurs-Nr.:	M21222

Beginn:	Mo., 08.09.25, (5 Termine) 16.15 - 17.00 Uhr
Ort:	Hebammenpraxis, Blumenstraße 23, Haren
Gebühr:	55,00 €
Kurs-Nr.:	M21223

Fachtag:

Mädchen, Junge oder einfach Kind*?

Geschlechterrolle in der Kita und Kindertagespflege hinterfragen und Vielfalt leben

Vorträge und Workshops - mehr Infos folgen

Fachtag in Kooperation mit dem Landkreis Emsland Gleichstellungsbeauftrage, nifbe, VHS Meppen und KEB

Termin:	Sa., 15.11.25, 09.30 - 15.00 Uhr
Ort:	Kossehof, Meppen

Kess
kooperativ | ermutigend | sozial | situationsorientiert
erziehen

Dozenten gesucht- Ausbildung zur Kess-erziehen Kursleitung:

KESSerziehen stärkt Mütten und Väter in einem respektvollen Erziehungsstil. Der wertschätzende Umgang fördert die Beziehung zwischen Eltern und Kinder und fördert die Entwicklung der Kinder und Heranwachsenden zu eigenständigen, verantwortungsvollen und lebensfrohen Menschen.
Haben sie eine pädagog. Grundausbildung und möchten gerne Kess Kursleiter*innen werden?

Neue Multiplikatorenschulung beginnt 2026 im Emsland.
Nähere Informationen bitte bei der KEB im Emsland erfragen

Fortbildungen Kinderschutz

Leitung: Inge Hennekes

Syst. Familientherapeutin,
Syst. Supervisorin EFLE-Beraterin,
Fachkraft nach §8a/8b SGB VII

Gewaltfreiheit

Fortbildung zum Thema: Kinderschutz- doch, wie sieht es im Alltag einer Kita wirklich aus? Können Sie als Fachkraft mit Ihrer/m Kollegin/Kollegen über dieses eher schwierige Thema sprechen?
Wie reagieren Sie oder Ihre Kollegen/Kolleginnen auf herausforderndem Verhalten von Kindern? Kommunizieren Sie beobachtetes grenzverletzendes Verhalten von Kollegen/Kolleginnen im Zweiergespräch, im Team, mit der Leitung oder wird es eher verschwiegen?

Termin: Mi., 29.10.25,
14.00 - 18.30 Uhr
Ort: KEB, Nagelshof 21b,
Meppen
Gebühr: 105,00 €
Kurs-Nr.: M21048

Kinderschutz und die Arbeit an der eigenen Biografie

Ein reflektierter Blick auf die eigene Lebensgeschichte und die eigene Prägung aber auch auf Menschen im nahen Umfeld ermöglicht oftmals ein besseres Verständnis und mehr Klarheit im Miteinander.

Diese Reflexion und Auseinandersetzung mit der eigenen Biografie unterstützt somit professionelles Arbeiten im pädagogischen Bereich und dient damit dem Kinderschutz.

Termin: Do., 06.11.25,
14.00 - 18.30 Uhr
Ort: KEB, Nagelshof 21b,
Meppen
Gebühr: 105,00 €
Kurs-Nr.: M21049

Wie sagte ich es meiner Kollegin?

Umgang mit schwierigen Gesprächen- Verantwortung und

Reflexion von Fehlverhalten

In jeder Kindertageseinrichtung kann es zu Fehlverhalten und Gewalt durch pädagogische Fachkräfte kommen. Diese Situationen dürfen nicht ignoriert oder verharmlost werden, denn Kinder haben ein Recht auf ein gewaltfreies Aufwachsen. Eltern vertrauen darauf, dass ihre Kinder in einer Einrichtung, wie Kita, Musikschule oder auch Sportverein, gut aufgehoben sind - ein Vertrauen, das entscheidend für die positive Entwicklung jedes Kindes ist.

Termin: Do., 27.11.25,
14.00 - 18.30 Uhr
Ort: KEB, Nagelshof 21b,
Meppen
Gebühr: 105,00 €
Kurs-Nr.: M21050

Wo beginnt Gewalt gegen Kinder?

Diese wichtige Frage wird gemeinsam bearbeitet, denn Gewalt gegen Kinder beginnt bereits dort, wo kindliche Grundbedürfnisse wie z.B. Respekt, Sicherheit und Vertrauen fehlen.
Doch, was bedeutet es, wenn wir beobachten, dass körperliche Unversehrtheit und / oder emotionale und soziale Unterstützung ausbleiben und wir, als Fachkräfte, professionell reagieren müssen.

Termin: Do., 15.01.26,
14.00 - 18.30 Uhr
Ort: KEB, Nagelshof 21b,
Meppen
Gebühr: 105,00 €
Kurs-Nr.: M21002 / 2026

Sexualpädagogik in der Krippe/Kinder - Kinder stark machen!

In diesem praxisorientierten Seminar erfahren Fachkräfte aus Kita und Krippe, wie sie die psycho-sexuelle Entwicklung von Kindern unterstützen und fördern können.
Wir beleuchten die „normale“ Entwicklung, identifizieren Verhaltensweisen, die Anlass zur Sorge geben, und erarbeiten präventive Maßnahmen gegen Übergriffe und sexuellen Missbrauch. Ziel des Seminares ist es die eigenen Kompetenzen in der Sexualpädagogik zu erweitern, um gemeinsam ein sicheres und unterstützendes Umfeld für Kinder zu schaffen! Zudem wird der Austausch unter Fachkräften gefördert und die Sprachkompetenz gestärkt.

Termin: Sa., 07.02.26, 09.00 - 16.00 Uhr
Ort: KEB, Nagelshof 21b, Meppen
Gebühr: 105,00 €
Kurs-Nr.: M21005 / 2026

Kollegiale Fallbesprechungen

Konkrete, aktuelle Praxissituationen und Fragen aus dem Berufsalltag des Kinderschutzes werden gemeinsam miteinander erarbeitet, um die Aufgaben qualifiziert bewältigen zu können.

Termin: Do., 26.02.26, 14.00 - 18.30 Uhr
Ort: KEB, Nagelshof 21b, Meppen
Gebühr: 105,00 €
Kurs-Nr.: M21003 / 2026

Psychohygiene und Kinderschutz - Stärke bewahren, Belastungen meistern

Dieses Seminar richtet sich an alle Fachkräfte, die in ihrer täglichen Arbeit intensiv mit zwischenmenschlichen Beziehungen und den Herausforderungen im Bereich des Kinderschutzes konfrontiert sind. Die Arbeit in diesem sensiblen und verantwortungsvollen Feld erfordert nicht nur Fachwissen, sondern auch mentale Stärke und Selbstfürsorge.

Dieses Seminar bietet praxisorientierte Ansätze, um den Anforderungen des Arbeitsalltages mit Resilienz und Klarheit zu begegnen.

Schwerpunkte des Seminars:
•Stressreduktion und Prävention
•Rollenklarheit und Netzwerkarbeit
•Netzwerkarbeit
•Resilienz stärken
•Wissenschaftliche Einblicke

Termin: Do., 12.03.26, 14.00 - 18.30 Uhr
Ort: KEB, Nagelshof 21b, Meppen
Gebühr: 105,00 €
Kurs-Nr.: M21004 / 2026

Viele Veranstaltungen können Sie auch als Inhouse-Schulung bei uns buchen!

Sprechen Sie uns an! Wir beraten Sie gerne!

nifbe Niedersächsisches Institut für frühkindliche Bildung und Entwicklung

Angebote in Kooperation mit dem nifbe Niedersächsischen Institut für frühkindliche Bildung

„Kinder schützen, fördern, beteiligen!“ Gesundheit und **Wohlbefinden in der KiTa**
Aktuelle Studien weisen darauf hin, dass die physische und psychische Gesundheit und das Wohlbefinden von Kindern belastet sind. Kinder aus sozial benachteiligten Familien und aus Familien mit Migrationshintergrund erscheinen dabei insbesondere von den Pandemie-Auswirkungen besonders betroffen zu sein. In KiTas macht sich dies durch die aus Sicht der Fachkräfte stark ansteigenden herausfordernden Verhaltensweisen von Kindern bemerkbar – von aggressivem Verhalten und dem Fehlen sozio-emotionaler Basiskompetenzen bis hin zum vollständigen Rückzug der Kinder. Dies stellt die auch schon durch den Fachkräftemangel enorm belasteten MitarbeiterInnen vor immense Herausforderungen in der tagtäglichen pädagogischen Arbeit.
Mit der landesweiten kostenlosen Qualifizierungsinitiative des nifbe ab April 2024 werden Kita-Leitungs- und Fachkräfte in Niedersachsen dabei begleitet und unterstützt, auf Grundlage der drei zentralen Säulen des Kinderrechte die Themenbereiche: fördern, schützen, beteiligen zu bearbeiten und dabei die gesundheitsfördernden Aspekte im Gesamtsystem in den Blick zu nehmen.

Angebote für KiTa-Leitungskräfte: Werkstätten
Die trägerübergreifende Leitungswerkstatt bietet für Kita-Leitungen und stellvertretende Leitungen die Möglichkeit zur fachlichen Reflexion der Führungsrolle in Umsetzung von Kinderschutzkonzepten und umfasst einen Stundenumfang von 10 UStd.

Diese Leitungswerkstätten werden in Meppen laufend angeboten.

Angebote für KiTa-Teams: **Inhouse-Qualifizierungen**
Die Qualifizierungsinitiative bietet Teams kostenlose bedarfs- und prozessorientierte Inhouse-Fortbildungen im Umfang von 28 Unterrichtsstunden an:

Weitere Infos und die Möglichkeit der Interessensbekundung für eine der Maßnahmen finden sie unter www.nifbe.de/das-institut/qualifizierungsinitiativen

Wir unterstützen Sie gerne bei der Beantragung der Maßnahmen.

Supervision für stellvertretende Krippen- und Kita-Leitungen

Supervision ist eine Beratungsmethode, die die Qualität der beruflichen Arbeit unterstützt. Dabei sollen die Arbeitssituationen, Arbeitsorganisation und aufgabenspezifische Kompetenzen in den Blick genommen werden.
Mit diesem „neuem“ Kursangebot für stellvertretende Krippen-/Kita-Leitungen werden durch die angeleitete Reflexion der beruflichen Arbeit die Handlungskompetenz und die berufliche Rolle gestärkt.
Die Supervisorin Inge Hennekes wird mit den Teilnehmenden praxis- und lösungsorientiert an aktuellen Themen der stellvertretenden Krippe-/Kita-Leitung arbeiten.

Termin:	Do., 30.10.25 + 3 weitere Termine in 2026 15.00 - 17.15 Uhr
Ort:	KEB, Nagelshof, Meppen
Gebühr:	250,00 €
Kurs-Nr.:	M21017

Katholische Erwachsenenbildung
Emsland-Ostfriesland e.V.

KEB Zertifikatskurs

Qualität für Kinder unter DREI- Die Kleinsten ganz groß

Ergebnisse neuster Forschungen belegen, wie wichtig frühe Förderung ist.
Gerade in den ersten Lebensjahren verfügen Kinder über ein erhebliches Lernpotenzial, das ausgeschöpft werden sollte, um ihnen optimale emotionale, soziale und kognitive Entwicklungschancen zu bieten.

Eine solche Förderung kann jedoch nur gelingen, wenn diese Arbeit sich an nachprüfbaren Qualitätsmaßstäben orientiert. Nun haben Kinder unter drei Jahren andere Bedürfnisse als ältere Kinder.

Deshalb müssen pädagogische Mitarbeiter*innen qualifiziert auf die Aufgaben vorbereitet und bei ihrer Arbeit begleitet werden. In diesem Kurs werden die drei großen Bereiche: Bildung, Erziehung und Betreuung bearbeitet und folgende inhaltliche Schwerpunkte gelegt:

- **Entwicklungspsychologie (0-3 Jahre)**
- **Eingewöhnung nach der Bindungstheorie**
- **Sprachentwicklung**
- **Beobachten und Dokumentieren**
- **Fördernde Rahmenbedingungen**
- **Konzeptentwicklung**

Termine immer mittwochs:
08.10.25, 05.11.25, 03.12.25 und 14.01.26, 04.02.26,.04.03.26, 08.04.26, 06.05.26 und 10.06.2026
neunmal von 14:00 - 18:15 / 45 UE
Referentin: Doris Krümberg, Elementarpädagogin, ehem. KiTa-Leitung
Gebühr: 540,00 €
Kurs-Nr.: A21203
Ort: Begegnungstätte Weißes Haus, 49751 Sögel
Anmeldeschluss: 01.09.2025

Info´s / Anmeldung:
Bei 90% Anwesenheit und einer abschließenden Prüfung kann das KEB-Zertifikat erlangt werden.

Kath. Erwachsenenbildung Emsland - Ostfriesland
Am Markt 5, 49751 Sögel
Tel. 05952 1556, E-Mail: soegel@keb-emsland.de
www.keb-soegel.de / Instagram: keb_soegel

Katholische Erwachsenenbildung
Emsland-Ostfriesland e.V.

Datenschutz und Anmeldebedingungen können sie einsehen unter: www.keb-soegel.de

Fortbildung für pädagogische Mitarbeiter*innen

in Kooperation mit dem Caritasveband, Fachbereich Tageseinrichtungen für Kinder

KIds
Unsere Kinder sicher im Netz

Die Veranstaltungsreihe Kids – Unsere Kinder sicher im Netz, die das LWH in Kooperation mit der Katholischen Erwachsenenbildung durchführt, unterstützt Eltern dabei, ihre Kinder zu einer souveränen Nutzung der KI-Technologie zu führen. Die vier Abendveranstaltungen zeichnen in verständlicher Sprache nach, wo junge Handynutzer mit Künstlicher Intelligenz in Berührung kommen und wie eine „gute“ Nutzung aussehen kann. Sie zeigen aber auch, wo Eltern genau hinsehen sollten. Jeder Abend beleuchtet ein Phänomen der aktuellen KI-Welle und schildert dessen Auswirkungen auf Kinder und Jugendliche. Eltern erhalten Tipps, wie sie mit ihren Kindern über das jeweilige Thema sprechen können, ohne Angst zu verbreiten oder eine Abwehrreaktion hervorzurufen. Jeder Abend beinhaltet die Möglichkeit zum Austausch und Fragenstellen.

Ref.: Michel Brendel, M.A.
Musikwissenschaftler,
Theologe und Journalist

Termine:
Mo., 25. 08.25, 19:30 – 21:00 Uhr
Deepfakes, Voice und Fake News
Mo., 27. 10.25, 19:30 – 21:00 Uhr
KI als Lernhelfer
Do., 22.01.26, 19:30 – 21:00 Uhr Die Macht der Algorithmen
Di., 12.05.26, 19:30 – 21:00 Uhr
Freundschaft mit KI

Ort: Ludwig-Windthorst-Haus,
Gerhard-Kues-Str. 16.,
49808 Lingen
Gebühr: 10,00 € / pro Termin

Anmeldung über: behlau@lwh.de

Ein Gebet wandert um die Welt – Weltgebetstag für Kinder

„I will give you rest: come (Mt 11,28-30) zu Deutsch: „Kommt – ich werde euch Ruhe verschaffen“

Der Weltgebetstag ist immer wieder ein besonderer Tag, denn dann wandert ein Gebet einmal um die ganze Welt! Für den nächsten WGT wurde die Bibelstelle von BewohnerInnen aus Nigeria ausgewählt. Herzlich laden wir Pädagogische Fachkräfte, ehrenamtlich Engagierte in Kindergottesdienstteams und weitere Interessierte auf eine Entdeckungsreise zum Weltgebetstag für Kinder ein!
Wir stellen den „WGT für Kinder 2026“ und die dazugehörigen Materialien, Gebete, Geschichten und Lieder für die Arbeit in der Kita oder Gemeinde vor. Herzliche Einladung auch an „Tandems“ aus (Religions)pädagogischen und pastoralen Mitarbeitenden!
Die Veranstaltung wird in Kooperation mit dem Bistum Osnabrück, Kita-Pastoral angeboten

Ref.: Kerstin Silies,
Kindertagesstättenpastoral
Bistum Osnabrück
Elena Telkmann,
Referentin im Bereich WGT

Termin: Di., 28.10.25,
14.30 - 17.30 Uhr
Ort: Ludwig-Windthorst-Haus,
Gerhard-Kues-Str. 16,
Lingen
Gebühr: 35,00 €
Kurs-Nr.: L24200

Termin: Di., 06.11.25,
14.30 - 17.30 Uhr
Ort: online in ZOOM
Gebühr: 22,00 €
Kurs-Nr.: L24201

Basis-Kurs „Alltagsintegrierte Sprachbildung und Sprachförderung

In Kooperation mit dem Landkreis Emsland - für pädagogische Fachkräfte in Krippe/Kitas im Landkreis Emsland.

Der Basiskurs ist für alle pädagogischen Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter, die sich fünf Tage intensiv mit der alltagsintegrierten Sprachbildung und Sprachförderung auseinandersetzen möchten, gedacht.

Der Kurs beinhaltet folgende Elemente:
- die frühkindlichen Meilensteine der Sprachentwicklung in den ersten 72 Monaten,
- die Sprachbildung als Querschnittsaufgabe im pädagogischen Alltag: Wie wende ich die Sprachbeobachtungsverfahren an? Wie unterstütze ich die Kinder anhand meiner Beobachtung in ihrer Sprachentwicklung?,
- Grundlagenkenntnisse zu „Deutsch als Zweitsprache“
- Sprachstandsfeststellung und die sprachförderlichen Methoden und Techniken, um selbst ein Sprachvorbild zu sein.

Dozentin: Wiebke Dornes (Systemische (Familien-) Therapeutin / Systemtherapeutin (DGSF)
Beginn: Sa., 13.09.25,
weitere Termine: Sa., 11.10., Sa., 15.11., Sa. 06.12.25 und Do., 15.01.26 jeweils 09.00 - 16.00 Uhr
Ort: KEB, Nagelshof 21b, Meppen
Gebühr: gebührenfrei
Kurs-Nr.: M21211

TUT mir gut!! Entspannung und Achtsamkeit in drei Terminen

Viele Menschen leiden unter verschiedenen Anforderungen unserer Zeit: Manchmal ist es der Leistungsdruck und manchmal ist es die Unzufriedenheit mit der derzeitigen Situation.
In diesem dreiteiligen Kurs lernen die Teilnehmenden sich und ihren Körper zu entspannen und zur Ruhe zu kommen.
Durch Entspannungstechniken und Achtsamkeitsübungen kann eine gelassene Einstellung zu Alltagsproblemen und die Bewältigung von Kopfschmerzen, Nervosität, Stress oder ähnlichen Symptomen erreicht werden.

Referentin: Sabrina Specken
Termine: Mo., 10.11., 17.11., 24.11.25 19.00 - 21.00 Uhr
Ort: KEB, Nagelshof 21b, Meppen
Gebühr: 45,00 €
Kurs-Nr.: M95002

Trauerraum – am Meer der Gezeiten auf Spiekeroog

Wenn wir einen geliebten Menschen verloren haben, ist nichts mehr wie es war. Für die vielschichtigen Gefühle, die solch ein Verlust auslöst, möchten wir uns gemeinsam Zeit nehmen.
Zeit und Raum für Trauer, Erinnerungen, Schmerz, Liebe, Wut, Hoffnung, Genuss, Humor und Neuorientierung. Thematische Impulse, Visualisierungen, Standortbestimmungen und der Austausch in der Gruppe unterstützen dabei, den eigenen Weg zu gehen.
Nicht im Preis enthalten: Anreise, Kurtaxe und die Fähre

Ref.: Inge Hennekes,, Annette Zorn Supervisorinnen, System. Familientherapeutinnen, Trauerbegleiterin
Termin: Do., 19.02.26 - So. 22.02.26
Ort: Haus Winfried, Spiekeroog
Gebühr: 840,00 €
Kurs-Nr.: M24200 / 2026

Wo die Sicherheit fehlt - Kinder depressiv erkrankter Eltern besser verstehen und unterstützen -

Hintergründe, Schutzfunktionen, Elternarbeit

Wo die Sicherheit fehlt - Kinder depressiv erkrankter Eltern besser verstehen und unterstützen - Hintergründe, Schutzfunktionen, Elternarbeit
Kinder depressiv erkrankter Eltern erleben Bezugspersonen, die ihnen nicht immer den Halt und die Unterstützung geben können, die sie in ihrer Entwicklung benötigen. Dadurch verunsichert und irritiert zeigen diese Kinder unterschiedliches Verhalten (z.B. Rückzug, Wutausbrüche).
In dieser Fortbildung werden Anregungen gegeben, wie eine Kooperation mit den Eltern gelingen kann und wie die Kinder gestärkt werden können. Weiterhin wird Wissen über depressive Störungen vermittelt und ihr Einfluss auf das Erziehungs- und Bindungsverhalten der Eltern erklärt.

Dozentin: Dr. rer. medic. Annelen Höltermann
Termin: Sa., 22.11.25 09.00 - 16.00 Uhr
Ort: KEB, Nagelshof 21b, Meppen
Gebühr: 105,00 €
Kurs-Nr.: M21203

Führen und Leiten für gelingenden Kinderschutz

für KiTa Leitung und Stellvertretung
Die Fortbildung soll explizit zwei Themenbereich in den Blick nehmen:
- Resilienz im KiTa-Alltag (Selbstfürsorge in herausfordernden Zeiten)
- Rolle und Führungsmöglichkeiten im Rahmen der Umsetzung der Kinderschutzkonzepte in der Kita

Dozentin: Inge Hennekes und Lena Wellen
Termin: Fr., 13.11. - So., 15.11.2026
Ort: Haus Alter Leuchtturm, Borkum

Weitere Info´s folgen!

Praxismentoring

Qualifizierung für sozialpädagogische Fachkräfte - 72 Ustd.

Vorbehaltich der Bewilligung durch das Land Niedersachsen

Dozentin: Wiebke Dornes
Termin: Anfang 2026
Ort: KEB, Nagelshof 21b, Meppen

Autorinnenlesung Lena Wellen „Pädagogisch wertvoll?!“

In kritischen Situationen handlungsfähig bleiben und Kita sinnvoll gestalten.

Termin: Herbst 2025
Ort: Stadtbibliothek, KÖB, Meppen

Ich erzähl dir von Jesus – Praxiswerkstatt Biblische Geschichten einfach und anschaulich erzählt

Dabei steht vor allem das Erleben im Vordergrund. Wie es gelingen kann, mit Kindern, biblische Geschichten zu entdecken und darin eigene Lebensthemen zu finden wird an diesem Nachmittag durch den Austausch von Erfahrungen und durch Erproben verschiedener Methoden ganz praktisch erarbeitet.
Die Praxiswerkstatt bietet die Möglichkeit zum Ideen-, Methoden- und Materialaustausch.

Ref.: Kerstin Silies Kindertagesstättenpastoral Bistum Osnabrück
Termin: Do., 22.01.25 14.30 - 17.30 Uhr
Ort: Ludwig-Windthorst-Haus, Lingen
Gebühr: 35,00 €
Kurs-Nr.: L24000 / 2026

Ein guter Anfang! Begleiten und Begeistern in der katholischen Kita

Berufseinstieg oder Jobwechsel - Sie sind neu in einer Katholischen Kindertagesstätte?
In vielen Regionen des Bistums Osnabrück sind Kindertagesstätten ganz bewusst in Trägerschaft der Katholischen Kirchengemeinden. Was bedeutet das und was hat das mit ihrer Arbeit vor Ort zu tun?
Was zeichnet die katholischen Einrichtungen aus? Was sind Häuser für Kinder und Familien? Wozu Religionspädagogik im Elementarbereich?
Der wichtigste Grund für all das dürfte das Recht des Kindes auf Religion und seine vielen Fragen nach dem „Warum“, „Woher“, „Wohin“ und „Wozu“ sein.
An diesen Nachmittagen gibt es die Möglichkeit, zu prüfen, wo Sie eigentlich selber stehen und wie es Ihnen gelingen könnte, als Mitarbeiter*in einer katholischen Kindertageseinrichtung das Leitbild mitzutragen, auch wenn Sie ansonsten nicht in den katholischen Strukturen verankert sind.

Ref.:	Kerstin Silies, Kindertagesstättenpastoral Bistum Osnabrück, Alexander Rolfes, Diözesanreferent für Glaubenskommunikation
Termine:	Di., 24.02.25 u. 03.03.26 14.30 - 17.30 Uhr
Ort:	Ludwig-Windthorst-Haus, Lingen
Gebühr:	70,00 €
Kurs-Nr.:	L24003 / 2026

Folge uns
auf Instagram
@keb_el-o

Gemeinsam beten –

Praxiswerkstatt- Religionssensibilität

Der Umgang mit unterschiedlichen Kulturen und Religionen ist ein Thema, welches auch in den Kitas immer präsent ist. Zum einen gibt es viele Kitas, die von Kindern unterschiedlicher Herkunft und Religionszugehörigkeit besucht werden. Zum anderen ist unabhängig davon die Auseinandersetzung mit diesen Inhalten auch ein Bestandteil im Bildungs- und Orientierungsplan für Kitas.. An diesem Nachmittag werden neben dem Austausch auch praktische Möglichkeiten für das interreligiöse Zusammenleben und das gemeinsame Beten in der Kita vorgestellt.

Ref.:	Kerstin Silies Kindertagesstättenpastoral Bistum Osnabrück
Termin:	Di., 21.04.25 14.30 - 17.30 Uhr
Ort:	Ludwig-Windthorst-Haus, Lingen
Gebühr:	35,00 €
Kurs-Nr.:	L24001 / 2026

Auf Augenhöhe - Kinder achtsam und bedürfnisorientiert begleiten

Die Bedürfnisorientierung ist eine Haltung und kein Konzept.
Bedürfnisorientiert mit Kindern zusammen zu sein bedeutet, sich auf einen Reflexionsprozess einzulassen, bei dem nicht nur die Gefühle, Bedürfnisse und Grenzen der Kinder im Fokus stehen, sondern auch die der Fachkräfte.
Inhalte:
•Konzept der Bedürfnisorientierung
•Abgrenzung von Bedürfnissen & Wünschen
•Auswirkungen von Strafen, Konsequenzen und Bedürfnisverhinderung
•Herausfordernde Alltagssituation & mögliche Lösungsansätze

Dozentin:	Wiebke Dornes Systemische (Familien-) Therapeutin / Systemtherapeutin (DGSF)
Termin:	Do., 26.02.26, 14.00 - 18.30 Uhr
Ort:	KEB, Nagelshof 21b, Meppen
Gebühr:	105,00 €

Adultismus im Kita-Alltag

- Achtsamer Umgang mit machtvoller Sprache - für pädagogische Fachkräfte

Du machst das jetzt, weil ich es sage!“ Adultismus beschreibt genau dieses Machtgefälle zwischen Erwachsenen und Kindern.
In diesem Seminar lernen Sie:
•was Adultismus ist und welche Formen von Adultismus es gibt
•welche Auswirkungen Adultismus haben kann
•wie sie ihr eigenen (Sprech-)Verhalten reflektieren können
•welche alternativen Sprech- und Handlungsweisen es gibt für einen sensibleren Umgang mit der eigenen Macht

Dozentin: Wiebke Dornes
Systemische (Familien-) Therapeutin / Systemtherapeutin (DGSF)
Termin: Sa., 11.04.25
09.00 - 16.00 Uhr
Ort: KEB, Nagelshof 21b, Meppen
Gebühr: 120,00 € /
Kurs-Nr.: M21001 / 2026

Klar in der Rolle – stark im Team

Praxisreflexion für Sozialpädagogische AssistenInnen (SPA)

SPA sind unverzichtbar in der pädagogischen Arbeit, und doch bleibt die eigene Rolle im Kita-Alltag manchmal unscharf. Wo endet die eigene Verantwortung? Wo beginnt die der Erzieher*innen? Und wie gelingt es, sich mit Fachlichkeit und Selbstbewusstsein abzugrenzen, ohne in Konkurrenz zu treten oder Zuständigkeitsbereiche zu überschreiten?

Dozentin: Suzanne von Melle
Dipl-Pädagogin, Mediatorin, BMWA, Fachkraft im Kinderschutz I Lingen
Termine: Do., 27.11., 10.02., 16.04.25
15.00 - 18.00 Uhr
Ort: LWH, Lingen
Gebühr: 154,00 €
Kurs-Nr.: L21202

Vertiefungs- und Reflexionstreffen

für Fachkräfte für Religionspädagogik im Elementarbereich

Die religiöse Orientierung und Profilierung der Kitas wird immer wichtiger, da sie Sinn und Werteorientierung gibt. Daher ist die Frage nach dem Stellenwert der religionspädagogischen Arbeit und der christlichen Haltung in der pädagogischen Arbeit unumgänglich. Eingeladen sind die Religionspädagogischen Fachkräfte der Kitas. Dieses Reflexions- und Vertiefungstreffen bietet neben einem Studienteil die Möglichkeit des Austausches und der Reflexion der religionspädagogischen Arbeit und Erfahrungen in den Kindertagesstätten.
Das Thema des Treffens stand bei Redaktionsschluss noch nicht fest.
Die Anmeldung erfolgt über folgenden Link: Link und Code Vertiefungs- und Reflexionstreffen
https://eveeno.com/Vertiefungs-und_Reflexionstreffen_2026

Ref.: Kerstin Silies
Kindertagesstättenpastoral Bistum Osnabrück
Termin: Do., 28.05. - Fr., 29.05.26
Ort: Ludwig-Windthorst-Haus, Gerhard-Kues-Str. 16, Lingen
Gebühr: 160,00 € zzgl. 19,00 € EZ- Zuschlag
Kurs-Nr.: L24002 / 2026

Fortbildungswürfel für Kindertagespersonen -

in Kooperation mit dem Landkreis Emsland gebührenfrei!

So wie du bist - Schüchterne Kinder achtsam begleiten

Ref.: Melina Wilken
Termin: Di., 02.09.25, 19.00-21.15 Uhr
Ort: FZ, Herzlake
Kurs-Nr.: M21224

Ref.: Teresa Metz-Meuter
Termin: Mi., 03.09.25, 19.00-21.15 Uhr
Ort: FZ, Emsbüren
Kurs-Nr.: L21207

Ref.: Teresa Metz-Meuter
Termin: Mo., 03.11.25, 19.00-20.15 Uhr
Ort: Emsbüren od. Salzbergen
Kurs-Nr.: L21207

Ref.: Melina Wilken
Termin: Mi., 05.11.25, 19.00-21.15 Uhr
Ort: FZ, Haren
Kurs-Nr.: M21226

Ref: Melina Wilken
Termin: Mo., 12.01.26, 19.00-21.15 Uhr
Ort: Mehgenerationshaus, Twist
Kurs-Nr.: M21008 / 2026

Ref.: Melina Wilken
Termin: Di., 05.05.25, 19.00-21.15 Uhr
Ort: FZ, St. Margareta, Meppen
Kurs-Nr.: M21010 / 2026

Ref.: Teresa Metz-Meuter
Termin: Mi., 06.05.26, 19.00-21.15 Uhr
Ort: FZ der Stadt Lingen
Kurs-Nr.: L21004 / 2026

Im Gleichgewicht bleiben - Selbstfürsorge als Schlüssel zur Resilienz in der Kindertagespflege

Ref.: Sabrina Specken
Termin: Di., 02.09.25, 19.00-21.15 Uhr
Ort: Mehrgenerationshaus, Twist
Kurs-Nr.: M21225

Ref.: Doris Krümberg
Termin: Mo., 03.11.25, 19.00-21.15 Uhr
Ort: FZ der Stadt Lingen
Kurs-Nr.: L21208

Ref.: Sabrina Specken
Termin: Mi., 05.11.25, 19.00-21.15 Uhr
Ort: FZ, St. Ansgar, Meppen
Kurs-Nr.: M21227

Ref.: Sabrina Specken
Termin: Mo., 12.01.26, 19.00-21.15 Uhr
Ort: FZ, Haselünne
Kurs-Nr.: M21009 / 2026

Ref.: Doris Krümberg
Termin: Di., 13.01.26, 19.00-21.15 Uhr
Ort: Freren, Lengerich oder Spelle
Kurs-Nr.: L21005 / 2026

Ref.: Sabrina Specken
Termin: Di., 05.05.25, 19.00-21.15 Uhr
Ort: FZ, Lathen
Kurs-Nr.: M21011 / 2026

Ref.: Doris Krümberg
Termin: Mi., 06.05.26, 19.00-21.15 Uhr
Ort: FZ. Salzbergen
Kurs-Nr.: L21006 / 2026

Um Anmeldung in den jeweiligen Familienzentren wird gebeten.

Hatha-Yoga für Anfänger*innen und Fortgeschrittene

Bewegung, bewusstes, richtiges Atmen und Meditation stärken unseren Körper und Psyche, beruhigen den Geist und verhelfen uns zu besserer Gesundheit und mehr Wohlbefinden.
In diesem Kurs erlernen Sie einfache, aber wirkungsvolle Bewegungsabläufe, Atem- und Meditationstechniken, die Ihnen helfen können gelassener, mit mehr Leichtigkeit und Achtsamkeit durch Ihren Alltag zu gehen.
Mit den Bewegungen, Atemübungen und Meditationstechniken, die aus der ganzheitlichen Yogalehre stammen, steht uns ein uraltes und trotzdem immer noch aktuelles System zur Verfügung, das uns eine bessere Lebensqualität und mehr Geistesruhe schenken kann und uns Wege zeigt, wie wir mit Stress, Ängsten, Energielosigkeit wirkungsvoll umgehen können und stressbedingte körperliche Herausforderungen mindern oder eliminieren können.

Thuine
Ref. Anneliese Grummich
Ort: Bewegungsraum der BBS Thuine, Klosterstr. 10, Thuine
Anmeldung: bei Anneliese Grummich, Telefon 0591 48143

Termine:
Kurs I (2025-2/L95201): ab Mittwoch, 20.08.2025, 17:30 – 19:00 Uhr, (8 Termine)
Kurs II (2025-2/L95206): ab Mittwoch, 29.10.2025, 17:30 – 19:00 Uhr (8 Termine)
Kurs I (2026-1/L95001): ab Mittwoch, 07.01.2026, 17:30 – 19:00 Uhr (8 Termine)
Kurs II (2026-1/L95006): ab Mittwoch, 08.04.2026, 17:30 – 19:00 Uhr (13 Termine)

Lingen
Ref. Anneliese Grummich
Ort: Fachschule St. Franziskus, In den Strubben 9, Lingen
Anmeldung: bei Anneliese Grummich, Telefon 0591 48143

Termine: Kurs I (2025-2/L95200): ab Montag, 18.08.2025, 19:00 – 20:30 Uhr, (8 Termine)
Kurs II (2025-2/L95203): ab Donnerstag, 14.08.2025, 16:00 – 17:30 Uhr (9 Termine)
Kurs III (2025-2/L95204): ab Donnerstag, 14.08.2025, 18:00 – 19:30 Uhr (9 Termine)

Kurs IV (2025-2/L95205): ab Montag, 27.10.2025, 19:00 – 20:30 Uhr, (8 Termine)
Kurs V (2025-2/L95208): ab Donnerstag, 30.10.2025, 16:00 – 17:30 Uhr (8 Termine)
Kurs VI (2025-2/L95209): ab Donnerstag, 30.10.2025, 18:00 – 19:30 Uhr (8 Termine)

Kurs I (2026-1/L95000): ab Montag, 12.01.2026, 19:00 – 20:30 Uhr, (10 Termine)
Kurs II (2026-1/L95003): ab Donnerstag, 08.01.2026, 16:00 – 17:30 Uhr (11 Termine)
Kurs III (2026-1/L95004): ab Donnerstag, 08.01.2026, 18:00 – 19:30 Uhr (11 Termine)

Kurs IV (2026-1/L95005): ab Montag, 13.04.2026, 19:00 – 20:30 Uhr, (11 Termine)
Kurs V (2026-1/L95008): ab Donnerstag, 09.04.2026, 16:00 – 17:30 Uhr (11 Termine)
Kurs VI (2026-1/L9509): ab Donnerstag, 09.04.2026, 18:00 – 19:30 Uhr (11 Termine)

Emsbüren:
Ref. Vera Bisewski
Ort: Kulturzentrum Fokus, Schulstr. 6-7, Emsbüren
Termine:
Kurs I (2025-2/L95210): ab Mittwoch, 20.08.2025, 09:00 – 10:30 Uhr (8 Termine)
Kurs II (2025-2/L95211): ab Mittwoch, 29.10.2025, 9:00 – 10:30 Uhr, (8 Termine)

Leschede
Ref. Alina Michalik
Ort: DRK-Haus, Elbergen
Termine:
Kurs I (2025-2/L95212): ab Mittwoch, 14.08.2025, 17:30 – 19:00 Uhr
(9 Termine)
Kurs II (2025-2/L95213): ab Mittwoch, 14.08.2025, 19:00 – 20:30 Uhr,
(9 Termine)
Kurs III (2025-2/L95214): ab Mittwoch, 30.10.2025, 17:30 – 19:00 Uhr
(8 Termine)
Kurs IV (2025-2/L95215): ab Mittwoch, 30.10.2025, 19:00 – 20:30 Uhr,
(8 Termine)

Salzbergen
Ref. Anelia Mihailova-Wilson
Ort: Kulturkeller, Kirchplatz, Salzbergen
Termine: dienstags, 17:30 – 19:00 Uhr

Spelle
Ref. Lilija Roo
Ort: Wöhlehof Spelle
Jeweils 10 Termine:
Kurs I (2025-2/L95216): ab Montag, 08.09.2025 bis 10.11.2025, 8:15 – 9:45 Uhr
Kurs II (2025-2/L95217): ab Montag, 08.09.2025 bis 10.11.2025, 10:00 – 11:30 Uhr
Kurs III (2025-2/L95218): ab Donnerstag, 11.09.2025 bis 13.11.2025, 18:30 – 20:00 Uhr

Kurs I (2026-1/L95010): ab Montag, 05.01.2026 bis 09.03.2026, 8:15 – 9:45 Uhr
Kurs II (2026-1/L95011): ab Montag, 05.01.2026 bis 09.03.2026, 10:00 – 11:30 Uhr
Kurs III (2026-1/L95012): ab Donnerstag, 08.01.2026 bis 12.03.2026, 18:30 – 20:00 Uhr

Kurs I (2026-1/L95013): ab Montag, 13.04.2026 – 22.06.2026, 8:15 – 9:45 Uhr
Kurs II (2026-1/L95014): ab Montag, 13.04.2026 – 22.06.2026, 10:00 – 11:30 Uhr
Kurs III (2026-1/L95015): ab Donnerstag, 16.04.2026 – 25.06.2026, 18:30 – 20:00 Uhr

Fitnessgymnastik für Frauen

Ansprechpartnerin:
Christel Hopster-Leyding
Beginn: Do., 14.08.25, wöchentlich 18.30 - 19.30 Uhr
Ort: Turnhalle Paulusschule, Haselünne
Gebühr: 57,50 €
Kurs-Nr.: M96204

Seniorengymnastik für Frauen 60Plus

Ansprechpartnerin:
Lenchen Baalmann
Beginn: Di., 19.08.25, wöchentlich 19.30 - 20.30 Uhr
Ort: Seniorenwohnheim St. Martinus, Haren
Kurs-Nr.: M96005

Wirbelsäulensport und Rückenschule

Ansprechpartnerin:
Katja Riepe
Alle Kurse finden wöchentlich statt.
Beginn: Di., 19.08.25 09.00 - 10.00 Uhr
Ort: Propsteigemeindehaus, Domhof 12, Meppen
Kurs-Nr.: M96200

Beginn: Di., 19.08.25 10.15 - 11.15 Uhr
Ort: Propsteigemeindehaus, Domhof 12, Meppen
Kurs-Nr.: M96201

Beginn: Di., 19.08.25 17.45 - 18.45 Uhr
Ort: Turnhalle, Helen-Keller-Schule, Meppen
Kurs-Nr.: M96202

Beginn: Di., 19.08.25 18.30 - 19.30 Uhr
Ort: Turnhalle, Helen-Keller-Schule, Meppen
Kurs-Nr.: M96203

Diese Kurse werden in 2026 fortgeführt, ein Einstieg ist jederzeit möglich. möglich.

ERNÄHRUNG IM ALTER – GUT VERSORGT DURCH DEN ALLTAG

Auch im hohen Alter noch fit und leistungsfähig zu sein, das wünschen sich die meisten Menschen. Die Ernährung hat einen wesentlichen Einfluss darauf.
An diesem Abend geht es speziell um die Bedürfnisse der älteren Menschen. Welche Nährstoffe sind besonders wichtig und was sollte ich bei der Auswahl der Lebensmittel beachten? Mit einfachen und alltagstauglichen Tipps gut versorgt durch den Tag.

Ref.: Dozententeam: Ernährungsberatung Consens, Emsbüren
Termin: Mi., 03.09.25 19.00 - 21.15 Uhr
Ort: Pfarrheim, Lingen-Darme
Gebühr: 19,50 €
Kurs-Nr.: L94200

Termin: Mi., 29.10.25 19.00 - 21.15 Uhr
Ort: Kita/Familienzentrum, Prinzenweg, Bawinkel
Gebühr: 19,50 €
Kurs-Nr.: L94201

Kochkurs für Männer

Ref.: Bernarda Helming
Termin: Do., 30.10. - 20.11.25 18.00 - 22.00 Uhr
Ort: Hauptschule Emsbüren
Gebühr: 36,00 € zzgl. Lebensmittelumlage
Kurs-Nr.: L92200

Feinschmeckerabend

Ref.: Bernarda Helming
Termin: Fr., 05.12.25 18.00 - 22.00 Uhr
Ort: Hauptschule Emsbüren
Gebühr: 12,00 € zzgl. Lebensmittelumlage
Kurs-Nr.: L92201

BASISKURS ERSTE-HILFE AM KIND

Nach der Geburt des Kindes haben Eltern von jetzt auf gleich eine große Verantwortung. Situationen kommen, in denen schnell reagiert werden muss. Z. B. bei Verletzungen und plötzlich auftretendem hohen Fieber.
An diesem Abend erlernen werdende und junge Eltern das Basiswissen der „ersten Hilfe am Kind“ - in Notfallsituationen besonnen handeln.

Ref.: Thomas Boyer, Notfallsanitäter

Kurs I
Termin: Do., 09.10.2025, 18:30 – 22:00 Uhr
Ort: Familienzentrum Alte Amtsvogtei, Papenstr. 15, Emsbüren
Gebühr: 29,50 €
Kurs: L21205

Kurs II
Termin: Do., 06.11.2025, 18:00 – 22:00 Uhr
Ort: Familienzentrum Kita, Arche Noah, Loosstr., Lingen
Gebühr: 29,50 €
Kurs: L21206

Kurs III
Termin: Do., 22.01.2026, 18:00 – 22:00 Uhr
Ort: Familienzentrum/Kita St. Marien, Prinzenweg, Bawinkel
Gebühr: 29,50 €
Kurs: L21007

Folge uns
auf Instagram
@keb_el-o

Lara Voss

Ernährungs-beratung

CLEVER ESSEN

Zertifizierte Ernährungsberatung in Meppen und Umgebung

Tel.: 0176 80143387
Mail: info@ernaehrung-laravoss.de
www.ernaehrung-laravoss.de

Lara Voss
ERNÄHRUNGSBERATUNG

ALTERNATIVE HAUS-APOTHEKE FÜR FAMILIEN

Bei diesem Treffen wird gezeigt, wie man sie zusätzlich alternativ bestücken kann, dass Familien sich bei Themen wie Fieber, Verletzungen, Entzündungen etc. gut selber helfen können.

Ref.: Elke Riedemann, Dipl. Sozialpädagogin, Kinderheilpraktikerin
Termin: Do., 20.11.25 19.00 - 21.15 Uhr
Ort: Kita/Familienzentrum, Prinzenweg, Bawinkel
Gebühr: 22,50 €
Kurs-Nr.: L21204

MEIN KIND IST SCHON WIEDER KRANK…..

Kennen Sie das: Das Kind ist immer wieder krank. Aus dem Kindergarten kommt die nächste Erkältung gleich wieder mit nach Hause. Irgendwie hört das gar nicht auf… Warum ist das so? Und kann ich da was machen? Ja, genau! Das kann man! Bei diesem Treffen werden Hintergründe und Zusammenhänge erklärt. Verschieden Möglichkeiten werden aufgezeigt, um dem Ganzen individuell auf den Grund zu gehen und die Gesundheit des Kindes gezielt so zu unterstützen, dass es gut und möglichst fit durch die ersten Jahre kommt. Natürlich ist Platz für eigene Themen und Fragen.

Ref.: Elke Riedemann, Dipl. Sozialpädagogin, Kinderheilpraktikerin
Termin: Di., 20.01.26 19.00 - 21.15 Uhr
Ort: Kita/Familienzentrum, Prinzenweg, Bawinkel
Gebühr: 22,50 €
Kurs-Nr.: L94000 /2026

Fortbildungen in Zusammenarbeit mit dem Malteser Hilfsdienst

Lehrgang „Pflegehilfskraft“

Ref.: Imke Kruithoff
Termin: Kurs I: Mo.,19.01.- 18.05.26 18.30 - 21.30 Uhr
Kurs-Nr.: L94001

Termin: Kurs II: Di.,18.08.- 08.10.26 08.15 - 12.15 Uhr
Kurs-Nr.: L94201

Lehrgang „Behandlungspflege der Leistungsgruppen 1 + 2“

Ref.: Imke Kruithoff
Termin: Kurs I: Mi., 20.05.- 08.06.26 18.30 - 21.30 Uhr
Kurs-Nr.: L94003 / 2026

Termin: Kurs II: Di., 27.10.- 03.11.26 08.15 - 12.15 Uhr
Kurs-Nr.: L94203 / 2026

Lehrgang „Aktivierung von Senior*innen“

Ref.: Imke Kruithoff
Termin: Do., 10.09.- 22.09.26 18.30 - 21.30 Uhr
Kurs-Nr.: L94200 / 2026

Lehrgang „Betreuungskraft nach §53b SGB XI“

Ref. Imke Kruithoff
Termin: Kurs I: Di., 20.01.- 21.04.26 18.30 - 21.30 Uhr
Kurs-Nr.: L94002 / 2026

Termin: Kurs II: Mo.,17.08.- 03.02.26 08.15 - 12.15 Uhr
Kurs-Nr.: L94202 / 2026

Die Kurse finden in der Geschäftsstelle des Malteser Hilfsdienstes statt. Informationen, auch zu den Kursgebühren und Anmeldungen zu den einzelnen Angeboten:
Malteser Hilfsdienst, Lengericher Str. 39, 49808 Lingen
Tel.: 0591 610590,
www.malteser-lingen.de

Porzellanmalerei

Das Porzellanmalen ist ein edles, altes Handwerk.
Die aufwendige Malerei bekommt durch Schattierungen und mehrmaligen Ausarbeitungen und Brennen bei ca. 800 Grad Celsius eine besondere Ausdrucksweise.
Zu Beginn der Kurse wird erlernt, die Farben anzumischen und mit Feder und Pinsel auf das Porzellan zu bringen.
Es werden verschiedene Motive u.a. nach Meißener Vorlagen angeboten.
Nachdem die Technik erlernt ist, können auch eigene Ideen unter Anleitung umgesetzt werden.

Ref.: Beate Bojer
Termin: Kurs I: Di., 30.0925, 14:30 Uhr bis 16:45 Uhr (8 Termine)
Kurs II: Mi., 01.10.25, 14:30 Uhr bis 16:45 Uhr (8 Termine)
Ort: Bürgerzentrum Gauerbach, Jägerplatz 7, Lingen
Gebühr: 87,00 €
Kurs-Nr.: L81200 / L81201

Spinnen, eine alte Handarbeitstechnik erlernen - Anfängerinnen und Fortgeschrittene

In Zusammenarbeit mit dem Heimatverein Twist.

Dieser Kurs vermittelt erste Kenntnisse in der Technik des Spinnens. Von der geschorenen Schafwolle bis zum fertigen Wollfaden werden die einzelnen Arbeitsschritte gezeigt.

Ansprechpartnerin:
Margret Franzbach
Beginn: Di., 05.08.25, monatlich 14.30 - 17.30 Uhr
Ort: Heimathaus, Twist
Gebühr: auf Anfrage
Kurs-Nr.: M83001
Der Kurs geht in 2026 weiter, bitte informieren Sie sich!

Handarbeiten in verschiedenen Techniken nach alten und neuen Mustern

Ansprechpartnerin:
Angelika Ferrenci
Beginn: Di., 05.08.25, 14tägig 09.00 - 11.15 Uhr
Ort: Mehgenerationshaus, Twist
Gebühr: gebührenfrei
Kurs-Nr.: M83002
Der Kurs geht in 2026 weiter, bitte informieren Sie sich!

Offenes Nähcafé Haren (Ems) ...ohne euch wäre das Leben nur halb so bunt... - für Menschen mit und ohne Migrationshintergrund

Ansprechpartnerin:
Mechthild Fabian
Beginn: Mi., 20.08.25, 14tägig 15.00 - 17.30 Uhr
Ort: Pfarrzentrum Bischof-Demann Haus, Martinusplatz 2, Haren
Gebühr: gebührenfrei
Kurs-Nr.: M93000

Kreatives Gestalten mit Nadel und Faden

Ansprechpartnerin:
Lammina Broens
Beginn: Di., 19.08.25, wöchentlich 09.00 - 12.00 Uhr
Ort: Haus Maria zum Frieden, Meppen
Gebühr: gebührenfrei
Kurs-Nr.: M93009

Kreatives Gestalten mit Nadel und Faden

Ansprechpartnerin:
Maria Borgmann
Beginn: auf Anfrage
Ort: Hospiz Hilfe Meppen
Gebühr: gebührenfrei
Kurs-Nr.: M93002

Patchwork selber nähen

Unter fachkundiger Anleitung lernen Sie mit Hilfe verschiedener Patchworktechniken Decken, Kissen oder auch Wandbehänge herzustellen.

Kenntnisse im Patchwork Nähen sind erforderlich!

Bitte mitbringen: Nähmaschine, Nähutensilien, Kabel etc.

Ansprechpartnerin:
Rita Moorkamp

Beginn:	Di., 05.08.25 19.00 - 22.00 Uhr
Ort:	KEB, Nagelshof 21b. Meppen
Gebühr:	auf Anfrage
Kurs-Nr.:	M93008

Beginn:	Mi., 06.08.25 09.00 - 12.00 Uhr
Ort:	Ev. Gemeindehaus Betlehem, Meppen
Gebühr:	auf Anfrage
Kurs-Nr.:	M9300

Beginn:	Mi., 20.08.25 19.00 - 22.00 Uhr
Ort:	Pfarrheim, Gr. Hesepe
Gebühr:	auf Anfrage
Kurs-Nr.:	M93006

Klöppeln für Einsteigerinnen und Fortgeschrittene

Die traditionelle Handarbeit „Klöppeln“ fasziniert immer wieder.
Sie hält Kopf und Hände fit.
In diesem Kurs erlernen Einsteigerinnen die Grundklöppeltechniken.
Fortgeschrittene Klöpplerinnen können ihre Kenntnisse durch neue Muster und Techniken vertiefen und ergänzen.
Das Klöppelmaterial (ohne Garn) wird kostenlos zur Verfügung gestellt.

Ansprechpartnerin:
Annette Schlösser

Beginn:	Mi., 10.09.25 (6 Termine) 19.30 - 21.45 Uhr
Ort:	KEB, Meppen
Gebühr:	auf Anfrage
Kurs-Nr.:	M83200

Der Kurs geht in 2026 weiter, bitte informieren Sie sich!

Patchwork selber herstellen für Anfänger und Fortgeschrittene - Wochendkurs

Ansprechpartnerin:
Angelika Jansen

Termine:	Mo., 06.10., 24.10., 25.10., 14.11. und 15.11.25
Ort:	Pfarrheim, Wesuwe
Gebühr:	auf Anfrage
Kurs-Nr.:	M93200

Kleider machen Leute - Nähkurs für Anfänger und Fortgeschrittene

Haben Sie Interesse in einer Gruppe Gleichgesinnter zu nähen?
Hier können Sie lernen:
- sich auf einem Schnittmusterbogen zurecht zu finden,
- welche Bedeutung Fadenlauf, Stoffbruch, verstürzen, einhalten und einige andere Begriffe haben,
- wir Ihr Unikat zugeschnitten und genäht wird.

Dieser Kurs ist für Anfänger/innen und Fortgeschrittene von Jung bis Alt!

Ansprechpartnerin:
Ursula Robben

Beginn:	Do., 25.09.25 19.30 - 22.30 Uhr
Ort:	Pfarrheim, Wesuwe
Gebühr:	111,00 €
Kurs-Nr.:	M93201

Beginn:	Die., 23.09.25 08.30 - 11.30 Uhr
Ort:	Pfarrheim, Wesuwe
Gebühr:	111,00 €
Kurs-Nr.:	M93202

Beginn:	Die., 23.09.25 19.30 - 22.30 Uhr
Ort:	Pfarrheim, Wesuwe
Gebühr:	111,00 €
Kurs-Nr.:	M93203

Die Kunst der Gelassenheit - In Alltag und Beruf besser mit Stress umgehen lernen

Bildungsurlaub auf Juist

Manchmal braucht es den weiten Blick, um das Naheliegende zu sehen.
Der Alltag nimmt uns ganz schön gefangen mit zahlreichen Terminen, Begegnungen und Erwartungshaltungen in Beruf, Familie, sozialem Umfeld und auch in den Bereichen, die eigentlich für Ausgleich sorgen sollen.
Das kann zu Stress führen, den wir längst nicht immer als positiv erleben. Ein stetig hoher Stresslevel kann gesundheitliche Beeinträchtigungen mit sich bringen, sich negativ auf soziale Beziehungen auswirken und ein gutes Stück Lebensfreude nehmen.
Der Bildungsurlaub auf der Nordseeinsel Juist hilft dabei, sich selbst auf die Spur zu kommen, Gelassenheit in der Kommunikation mit anderen zu entwickeln und einen achtsamen Umgang mit sich selbst und anderen einzuüben.

Kurs 1:
Leitung: Angela Waschull
Beginn: Mo., 20.05. - Fr. 24.05.26
Ort: Pax-Gästehaus, Juist
Kurs-Nr.: O94018
Kurs 2:
Leitung: N.N.
Beginn: Mo. - Fr., Herbst 2026
Ort: Pax-Gästehaus, Juist
Kurs-Nr.: O94201

Das Seminar ist nach dem niedersächsischen Bildungsurlaubsgesetz anerkannt.

Qigong auf Juist - Kurs und Entspanung

Das fünftägige Schnupperangebot „Qigong“ auf Juist“ bietet die Möglichkeit der angenehmen Kombination von wohltueneden und gesundheitsfördernden Qigong-Übungseinheiten im Wechsel mit zum Teil ausgedehnten Phasen der Entspannung in der reizvollen Umgebung der ostfriesischen Insel
Leitung: Ulrike Haberkron-Rolfes
Beginn: Mo., 16.03. - Fr. 20.03.26
Ort: Pax-Gästehaus, Juist

Inselzeit - Entspannungskurs und Mee(h)r

Ein Kurs zum Entschleunigen und achtsam mit sich umgehen, um gegenüber den stressigen Phasen des Lebens in Balance bleiben zu können. Entspannungsübungen im Wechsel mit zum Teil ausgedehnten Phasen einer Zeit für sich, in der reizvollen Umgebung der ostfriesischen Insel.
Leitung: Doris Krümberg

Kurs 1:
Beginn: Fr., 27.02. - Di. 03.03.26
Ort: Haus Meedland, Langeoog
Kurs 2:
Beginn: Mi., 27.05. - So. 31.05.26
Ort: Pax-Gästehaus, Juist

Yoga - Bewegung, Balance und Mee(h)r auf Juist

Lernen Sie Yoga als eine wohltuende und der Gesundheit förderliche ganzheitliche Bewegungs- und Entspannungsmethode kennen, die zu einer besseren beweglichkeit und Fitness sowie zu Ausgeglichenheit und geistiger Vitalität führt. Das fünftägige Schnupperangebot „ Yoga am Meer“ auf Spiekeroog bietet die Möglichkeit der angenehmen Kombination von Yoga-Übungseinheiten im Wechsel mit zum Teil ausgedehnten Phasen der Entspannung in der reizvollen Umgebung der ostfriesischen Insel.

Leitung: Gaby Eiken
Beginn: Mo., 02.03. - Fr. 06.03.26
Ort: Pax-Gästehaus, Juist

Die Gesundheitskurse beinhalten die Anreise im Bus, Fähre, Gepäcktransport, Kurtaxe, Unterbringung im EZ, Vollverpflegung und Kurs.

Eine schriftliche Anmeldung mit Ihrer eigenen Unterschrift ist notwendig.

Detailausschreibungen und Gebühren für alle Inselseminare ab 09 / 2025.

Booking.com
GIRO DELUXE
MEIN KONTO MIT EXTRA.
KURZE REISE, VIEL ENTSPANNUNG
Mit Booking.com und Giro Deluxe wird Ihre nächste Reise zum wohlverdienten Traumurlaub.
Jetzt im Giro Deluxe-Portal buchen und Vorfreude genießen.
girodeluxe.de
Sparkasse Emsland
gedruckt auf 100% Altpapier