



Katholische
Erwachsenen**bildung**
Aschendorf-Hümmling e.V.



2023 / 2024





**Das eigene Ding muss
man nicht alleine
machen.**

**Morgen
kann kommen.**

Wir machen den Weg frei.

Wir finden, die Welt braucht mehr Zuversicht. Deshalb unterstützen wir alle, die den Mut haben, ihre Zukunft selbst in die Hand zu nehmen.



**Raiffeisenbank
Ems-Vechte eG**



... zu Atem kommen



Qi Gong und Yoga Inselzeit

neue Gesundheits- und
Entspannungs-

Kurse 2024

auf **Juist** und **Spiekeroog**

| | |
|-----------------------------------|-----------------|
| : Wir über uns | 04 |
| : KEB Kontakt | 05 |
| : Allgemeine Informationen | 06 |
| : KEB Nachrichten | 07 |
| : Theologie / Gesellschaft | 08 |
| : Kommunikation | 14 |
| : KEB-online | 26+27+32 |
| : EDV / Neue Medien | 20 |
| : Pädagogik | 23 |
| : Ernährung | 29 |
| : Gesundheit | 30 |
| : Kreativität | 37 |
| : KEB im Emsland | 40 |
| : Impressionen | 41 |
| : Rad fahren - Gutes tun | 41 |
| : Ihre KEB vor Ort | 42 |
| : Ferienkalender 2023/ 2024 | 65 |

| | | | |
|--------------------------|----|--------------------------|----|
| : Sögel | 42 | : Lorup | 54 |
| : Aschendorf | 45 | : Neubörger | 55 |
| : Berßen | 46 | : Neusustrum | 55 |
| : Bockhorst | 46 | : Nieder-/ Oberlangen | 55 |
| : Börger | 47 | : Papenburg | 56 |
| : Breddenberg | 47 | : Rastdorf | 58 |
| : Dersum / Neudersum | 47 | : Renkenberge | 58 |
| : Dörpen | 48 | : Rhede | 58 |
| : Esterwegen | 49 | : Spahnharrenstätte | 59 |
| : Hasselbrock / Walchum | 51 | : Stavern | 60 |
| : Heede | 51 | : Surwold Börgermoor | 60 |
| : Hilkenbrook | 51 | : Surwold Börgerwald | 61 |
| : Lahn | 52 | : Sustrum / Sustrum-Moor | 61 |
| : Lähden / Holte-Lastrup | 52 | : Vrees | 62 |
| : Lathen | 52 | : Werlte | 62 |
| : Lathen-Wahn | 53 | : Werpeloh | 63 |
| : Lehe | 54 | : Wippering | 64 |

Liebe Freunde und Teilnehmende der KEB,

Unsere Zeit ist an Problemen nicht gerade arm. Einiges davon wird ein Teil unseres Alltages und unserer ständigen Herausforderung werden. Der niedersächsische Studientag von KEB und EEB hat sich in diesem Jahr in Osnabrück unter dem Titel „Wie weiter – Perspektiven für eine Gesellschaft im Wandel“ ebenfalls der Frage der Handlungsnotwendigkeiten gestellt. Neben der stetigen Erinnerung und auch Mahnung an die gesellschaftliche Verantwortung von Politik und Wirtschaft müssen und können wir in sehr vielen Bereichen ins Handeln kommen. Gutes tun – an sich, mit anderen und für andere, um Antworten für die Herausforderungen - gesellschaftliche Solidarität, Friedensfähigkeit und umweltbewusstes Handeln - geben zu können. Das neue Bildungsprogramm 2023/2024 der KEB ermutigt dazu. So steht in mehr als 40 Eltern-Kind-Gruppenangeboten das ‚soziale Lernen‘ an erster Stelle. Der Themenabend ‚Mit Stammtischparolen umgehen‘ ermöglicht Position zu beziehen, wenn mal wieder soziale Randgruppen als ‚Sündenböcke‘ verantwortlich gemacht werden. Durch den Ausbildungskurs für ehrenamtliche Duo-Seniorenbegleiter*innen und dem neuen ‚Medien- und Techniklotsen‘ werden soziales Leben und Hilfen für ältere Menschen gefördert. Zudem gibt es Kurse, die das ehrenamtliche Engagement in den Pfarrgemeinden stärken. Ein breites Spektrum an Erzieher*innenfortbildungen, pädagogischen Elternabenden sowie Aus- und Fortbildungskurse in der Kindertagespflege ermöglicht ein reflektiertes, auch berufliches Engagement. Digitale Bildungsangebote bieten einen modernen Zugang zu Themenabenden. Der 100 Unterrichtsstunden umfassende Office-Manager*in-Kurs macht neben anderen Medienkursangeboten fit für mehr Sicherheit und Kompetenz in der Arbeits- und Lebenswelt. Sprachkursangebote für Geflüchtete helfen, Perspektiven zu gewinnen. Wir bieten Veranstaltungen zum Umgang mit dem Umweltproblem ‚Plastik‘ und zur Gewinnung von ‚grünem Strom‘ sowie die vierte Auflage der Öko-Challenge „Ohne Auto in die Kita“, der umweltbewusste Wettbewerb für Teams ab 3 Personen in den Kitas. Entspannung ermöglichen Koch- und Kreativangebote und zahlreiche Gesundheitspräventionskurse wie Klangschalenmeditationen, Qigong, Entspannung oder Yoga, auch auf den Inseln – so kann der persönliche Akku geladen werden für ein bewusstes Leben in und mit dieser Welt.

Wecken Sie, was in Ihnen steckt – mit den KEB Bildungsangeboten.

Dazu laden wir,

Ihr Team der Katholischen Erwachsenenbildung,

unsere örtlichen Ansprechpartner, Dozent*innen und Kooperationspartner
Sie herzlich ein.

Im Namen der Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter

Lambert Brand
- Vorstandsvorsitzender -

Stefan Varel
- Leiter -



Katholische
Erwachsenen**bildung**
Aschendorf-Hümmling e.V.



@keb_soegel

Anmeldungen
Kurse in Ihrem Ort

Rufen Sie uns an !
Wir helfen Ihnen weiter

Am Markt 5 Postfach 1349
49751 Sögel 49746 Sögel
E-Mail: soegel@keb-emsland.de
www.keb-aschendorf-huemmling.de
fon 05952 - 1556 fax 05952 - 3368
Mo.-Do.: 9 - 12, 14 -17 Uhr, Fr: 9 - 12 Uhr



Lambert Brand
Vorstandsvorsitzender



Stefan Varel
*Pädagogischer Leiter /
Geschäftsführer*



Silvia Wagener
Pädagogik / Sprachkurse



Kerstin Plüster
*EKG-Kontaktstelle /
Gesundheit*



Sonja Büter
Kursplanung / Neue Medien



Alexandra Kock
Finanzverwaltung



Elisabeth Meyer
Verwaltung



Rita Lammers
Internet / Verwaltung



Monika Eveld
Kursbetreuung

: Allgemeine Informationen

Bevor es losgeht, hier nun ein Überblick über die kleinen und großen Dinge, die wichtig sind für die Teilnahme an unseren Kursen.

: Anmeldungen

sind für alle Veranstaltungen bis 3 Werktage vor Beginn erforderlich und verbindlich. Wir bestätigen die Anmeldung nicht schriftlich, sondern melden uns nur bei Kursverschiebungen oder -ausfall. Sie können je eine weitere Person anmelden. Online unter: www.keb-aschendorf-huemmling.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 3 Werktage vor Veranstaltungsbeginn (bei einigen Kursen gelten längere Abmeldefristen) im Büro der KEB erfolgen.

: 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 über unsere örtlichen Leiter*innen oder direkt beim Planen, Organisieren von Referenten, in der Werbung usw.

Rufen / mailen Sie uns einfach an!

05952 1556 o. soegel@keb-emsland.de
unter: www.keb-aschendorf-huemmling.de
- Programm / AGB finden Sie weitere Infos

Ihr KEB-Team

Wir sind Mitglied der KEB im Land Niedersachsen e.V., förderungsberechtigt gemäß dem niedersächsischen Gesetz zur Förderung der Erwachsenenbildung





Petra Bork / pixelio.de

„Medien- und Techniklotse werden“

Ehrenamtlich Senioren mit Tablet und Smartphone vertraut machen

Viele ältere Senioren haben wenig soziale Kontakte und Hilfen. Wenn aber Verwandte und Familie weit weg sind und das ein oder andere Handicap dazu kommt, dann kann es hilfreich sein sich mit Neuen Medien, wie Smartphone oder Tablet auszukennen. So können Ältere in Kontakt treten, sich informieren und an der Gesellschaft teilhaben. Der kostenfreie Kurs ‚Medien- und Techniklotse‘ bildet Ehrenamtliche fort, die Senioren diesen Zugang in ihren eigenen vier Wänden beibringen und sie beim Einstieg begleiten.

FB Kommunikation/Neue Medien



Ines Friedrich / pixelio.de

Kindertagespflege im Focus

Fort- und Ausbildungskurse zur Tagesmutter und zum Tagesvater

Drei neue 160 UStd umfassende Ausbildungskurse in der Kindertagespflege gehen ab Herbst in Esterwegen, Lathen und Papenburg an den Start. Zudem bieten wir im Programmjahr an 9 Standorten 16 Fortbildungsabende und einen Fachtag im Rahmen des ‚Fortbildungswürfels‘ mit dem Landkreis Emsland an.

Veranstaltungen unter:

FB Kommunikation



Office-Manager*in Zertifikatskurs

Medienkompetenz ausbauen

Nur ein bisschen am PC zu können reicht gerade in der Arbeitswelt häufig nicht mehr aus.

Der **Office-Manager*in Kurs** ab dem **21.11.2023** in 5 Modulen: Betriebssystem Windows, Textverarbeitung Word, Tabellenkalkulation Excel, Internet und im Visualisierungsprogramm Powerpoint, vermittelt fundiertes Grundlagenwissen der am häufigsten benötigten Programme, verbessert bestehende Kenntnisse und erweitert die praktischen Möglichkeiten im PC-Gebrauch am Arbeitsplatz und auch für die private Nutzung. Infotermin: 07.11.2023

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 und Natur sowie in der Verantwortung für sich selbst und im Einsatz für den Nächsten. Wir bieten Veranstaltungen, die Glaube und Welt zusammenbringen und neue Perspektiven aufzeigen können.



© Markus Wieser_pixelio.de

*Fortbildung
für Kindertagespfleger*innen
In Kooperation mit dem FZ Nordhümmling*

Schwamm drüber? - Vergeben und Verzeihen im Umgang mit Kindern

Es gibt schon einiges, was uns auf die Palme bringen kann. Auch Kinder können, wie wir selber auch, mit ihren Äußerungen oder Verhaltensweisen verletzend sein. Aber ‚ewig‘ auf jemanden sauer sein – das ist nicht gut und tut auch nicht gut. Von biblischen Beispielen können wir lernen, wie Verzeihen geht. Die Fortbildung für Mitarbeitende in der Kindertagespflege setzt sich mit der christlichen Tugend des Verzeihens auseinander und dem was es braucht, um wieder gut miteinander sein zu können.

Ref.: Elke Grote

Termin: Do., 07.03.24, 19.30 - 21.45 Uhr

Gebühr: 10,00 €

Ort: Esterwegen, FZ Nordhümmling

Kurs-Nr.: 24023

Anmeldung: 05955 532

Den Bibelgarten im Frühling erleben

Eine spannende Reise durch den Bibelgarten in Werlte für alle Interessierten.

Leitung: Jens Niermann

Termin: So., 02.06.24, 15.00 - 17.15 Uhr

Ort: Werlte, Bibelgarten

Kurs-Nr.: 24004

Teilnahme ohne Anmeldung möglich

Biblische Sprichwörter - zwischen Wüste und Garten Eden

Wenn man jemanden in die Wüste schickt, könnte man sich dabei auf die Bibel berufen. Gleiches gilt, wenn man darauf hofft, dass es „den Seinen der Herr im Schlaf gibt“. Viele Sprichwörter und Redewendungen sind so selbstverständlich in unseren alltäglichen Sprachgebrauch übergegangen, dass wir ihren biblischen Ursprung manchmal gar nicht mehr kennen. An diesem Vormittag begeben wir uns auf eine Entdeckungsreise durch die Bibel und schauen im Bibelgarten nach Anknüpfungspunkten für biblische Weisheiten – eine spannende Spurensuche.

Leitung: Gisela Püttker

Termin: Sa., 27.04.24, 09.00 - 12.15 Uhr

Ort: Werlte, Gemeindezentrum St. Sixtus

Kurs-Nr.: 24027

Gottes gute Schöpfung erfahrbar machen

Arbeitskreis Bibelgarten

Leitung: Jens Niermann

Kurs 1: ab 10.07.23, 19.30-21.45 Uhr
jeden 2. Mo. im Monat, 6 Termine

Kurs 2: ab 08.01.24, 19.30-21.45 Uhr
jeden 2. Mo. im Monat, 6 Termine

Ort: Werlte, Pfarrheim St. Sixtus

Kurs-Nr.: 24205 24005

Mit der Bibel durch die Zeit

Bibel teilen - Begegnung mit der Bibel im Sonntagsevangelium

offene Bibelkreisangebote, in denen sie Evangelientexte nachklingen lassen und sich darüber austauschen können, was Ihnen die frohe Botschaft der Bibel, in der sich das Leben Gottes mit den Menschen spiegelt, heute sagt. Interessierte sind willkommen.

*weitere Infos unter: KEB vor Ort
Dörpen, Papenburg, Sögel*

Ganz schön lebendig

- frische Ideen für die Kinderkirche und Familiengottesdienste

Wie können wir uns und die Familien in der Gemeinde aus dem ‚Winterschlaf‘ für unseren Glauben und unser Gemeindeleben wecken, der schon viel zu lange andauert? Die Fortbildung für Kinderkirche-Leitende und Familiengottesdienst-Leitende beschäftigt sich mit vielen Fragen und ermutigt zu einem ideenreichen Neustart.

Es werden praktische Zugänge für Krabbel- und Familiengottesdienste unter den gegebenen Umständen geboten.

- Neue Formen und Inhalte für interessante Familiengottesdienste und die Beteiligung der Gemeinde

- Durchführungsscheck für die Kinderkirche
- Mitmachlieder für die Kleinen und Songs für die Größeren

- Werbewege und ‚Lockmittel‘ für unsere Zielgruppen

- praktische Hilfen und Ideenquellen

Ref.: Anna Freckmann

Termin1: Mi., 04.10.23, 19.30-21.45 Uhr

Ort: Wipplingen, Pfarrer-Schniers-Haus

Anmeldung: 04966/990055

Termin2: Do., 14.03.24, 19.30-21.45 Uhr

Ort: Hilkenbrook, Jugendheim

Anmeldung: 04493 919551

Gebühr: 10,00 €

Kurs-Nr.: 24209 24024

Auf dem Weg zur Ehe

Der Kurs ist eine Einladung an Paare Grundfragen christlicher Ehen zu besprechen und sich damit Zeit zu nehmen für eine bewusste Auseinandersetzung mit der Entscheidung, sich kirchlich zu trauen.

Ref.: Kirsten Griep-Raming,
Martin Hagedorn

Kurs: Fr., 23.02.24, 19.30-21.00 Uhr

Sa., 24.02.24, 09.30 - 19.00 Uhr

Ort: Dörpen, Pfarrheim St. Christophorus

Gebühr: 30,00 € pro Paar

Kurs-Nr.: 24006

Anmeldung Pfarrbüro 04963 790

Bestattungskultur im Wandel

Ref.: Maria Schröer, Bernhard Jansen

Termin: Mi., 29.11.23, 19.30 Uhr

Ort: Lathen, St.-Vitus-Haus

Kurs-Nr.: 24211

Anmeldung: 05933 4589

Fortbildung für Erzieher*innen

Kinder unterstützen in der Zeit der Trauer und des Abschiedes -WiewirzugutenWegbegleiter*innen für Kinder in der Trauer werden

Kinder trauern auf vielfältige Weise, wenn es um Abschied, Trennungen oder auch den Tod geht. Die Fortbildung geht der Frage nach, wie Erzieher*innen begleitende Hilfen sein können, was Trauerprozesse bei Kindern unterstützt und wie die Freude am Leben nicht aus dem Blick gerät.

Ref.: Kerstin Plüster

Termin: Mi., 28.02.24, 09.00-16.30 Uhr

Ort: Sögel, Weißes Haus

Gebühr: 92,50 € (inkl. Verpflegung)

Kurs-Nr.: 21056

Heute glauben? - von Schwierigkeiten und Zuversicht

in der Reihe „Glauben bilden“

Dass ‚der‘ Glaube schon längst nicht mehr selbstverständlich ist, zeigen uns nicht nur die Vielen, die den Kirchen den Rücken zuwenden. Glaube ist öfter nicht so einfach. In einer hochtechnisierten und ‚erklärbaren‘ Zeit erscheint der christliche Glaube einigen als Widerspruch zur Vernunft.

Hinzu kommen negative Schlagzeilen von Kirche und denen, die gerade für den Glauben stehen wollen. Was also macht den christlichen Glauben aus? Was kann man und wie kann man glauben in unserer Welt? Woher kommt unsere Hoffnung, die doch jeder zum Leben braucht? Die drei Themenabende für Offene gehen den Fragen nach und wollen einen neuen Zugang für einen alltagstauglichen und hoffnungsfrohen Glauben anstoßen.

Es erwarten Sie drei spannende Vortrags- und Gesprächsabende.

Ref.: Inga Zumsande, n.n.

Ort: Sustrum-Moor, Pfarrheim

Heute noch christlich glauben? - zwischen Vorgaben, Widersprüchen und Gefühlen

Termin: März 2024,

wird rechtzeitig bekannt gegeben

Macht Glaube Hoffnung?

Termin: März 2024,

wird rechtzeitig bekannt gegeben

Wie Glauben leben und weitergeben?

Termin: März 2024,

wird rechtzeitig bekannt gegeben

Information u. Anmeldung: 05939 910195
kostenfreie Teilnahme!

Sinnfragen und Religiosität im Alter

für Teilnehmer*innen aus dem Ausbildungskurs Duo-Seniorenbegleiter*in A 43038

Ref.: Kirsten Griep-Raming
Termin: Mo, 25.09.23, 19.30 Uhr
Ort: Lathen, St.-Vitus-Haus
Kurs-Nr.: 24208

*Fortbildung für ehrenamtliche Mitarbeiter*innen der Kirchengemeinden*

Kirchenfloristik und Liturgie

Blumenschmuck i. Kirchenraum gestalten
Blumenschmuck ziert unsere Kirchenräume und möchte die frohe Botschaft des christlichen Glaubens unterstützend zum Ausdruck bringen. Das Kirchenjahr ist in unterschiedliche Zeiten untergliedert, so sollte sich auch der Blumenschmuck im Kirchenraum den prägenden liturgischen Zeiten anpassen. Das Seminar ist in zwei Teile gegliedert. In einer ersten liturgischen Einheit wird den Teilnehmenden vermittelt, wie die Liturgie durch entsprechenden Blumenschmuck sinnvoll unterstützt werden kann. In einer zweiten Einheit lernen die Teilnehmenden ganz praktisch, Blumengestecke selber kostengünstig zu gestalten.

Leitung: Inga Schmitt, Karin Hoffmann
Kurs: Di., 04.06.24, 19.00-22.00 Uhr
+ Sa., 08.06.24, 09.30-12.30 Uhr
Ort: Sögel, Weißes Haus
Gebühr: 48,00 € (inkl. Materialkosten)
Kurs-Nr.: 24025
Anmeldung unter 05952 1556

Religion und Glaube - als Thema in der Seniorenkreisarbeit

- für Seniorenkreisleitende

Religion und der Glaube begleiten uns durchs Leben. Davon können viele Senioren berichten. In der Seniorenkreisarbeit gibt es viele Möglichkeiten und Alltagssituationen, wie Geburtstage, Namentage und kirchliche Feiertage, um an den reichhaltig vorhandenen Schatz der Senioren anzuknüpfen zu können. Dies kann mit Liedern, Erzählungen aus dem Leben, Gebeten, der ‚Lieblingserzählung aus der Bibel‘ oder einem einfachen Bibelquiz geschehen. Das Seminar bietet auch auf der Grundlage von Teilnehmererfahrungen neue Ideen und praktische Antworten darauf, wie gezielt und mit welchen Hilfen Religion und Glaube in der Seniorenkreisarbeit lebendig werden kann.

Termin: Sa., 04.05.24, 09.00-14.30 Uhr
Ort: Börger, St.-Josef-Stift
Gebühr: 18,00 € (inkl. Mittagessen)
Kurs-Nr.: 24026

Mit der Trauer leben lernen - Mut und Hoffnung für neue Wege

Mit der Trauer leben lernen - aus tiefer Trauer zurück ins Leben finden. Jede Trauer ist individuell für sich betrachtet immer besonders und traurig. Trauer ist immer eine Herausforderung. Das Leben scheint dabei manchmal auf den Kopf gestellt – vieles scheint nicht mehr so einfach zu sein und wir kommen schnell an unsere eigenen Grenzen. Mitmenschen geben gut gemeinte Tipps – die aber häufig nicht passen und manchmal sogar verletzend wirken.

Trauer ist aber auch immer eine Chance zu persönlichem Wachstum und Weiterentwicklung. Dieser Abend gibt Impulse, nimmt den Druck und ermutigt dazu einen eigenen, passenden Trauerweg nach dem Tod eines vertrauten Menschen zu finden.

Ref.: Kerstin Plüster
Gebühr: 9,00 €
Termin1: Mi., 11.10.23, 19.30 Uhr
Ort: Sögel, Weißes Haus
Anmeldung: 05952 1556
Termin2: Mi., 07.02.24, 19.00 Uhr
Ort: Sustrum-Moor, Pfarrheim
Anmeldung: 05939 910195
Termin3: Mi., 14.02.24, 19.30 Uhr
Ort: Dörpen, Pfarrheim St. Christophorus
Anmeldung: 04963 907607
Kurs-Nr.: 24210 24021 43022

Bestattungskultur im Wandel

„Der letzte Weg“ eines Menschen führt schon länger nicht mehr automatisch zum Friedhof. Bestattungsformen und -orte, Einstellungen und Möglichkeiten sowie die zur Seite stehenden oder auch nur dienstleistenden Personen sind vielfältiger geworden – aber auch besser oder verständlicher? Der Veranstaltung beleuchtet diesen Wandel, seine Ursachen und die damit verbundenen Herausforderungen

Ref.: Doris Brinker
Termin: Do., 22.02.24, 19.30 Uhr
Ort: Börgermoor, Mehrgenerationenhaus
Kurs-Nr.: 24022 Anmeldung: 04965 746

Kooperation Bistum Osnabrück + KEB
Projekt Glaube im Gespräch

GLAUBEN BILDEN

individuelle Kursformate nach selbstgewählten Themen:

**2-6 Termine nach Absprache
> Vortrag und Diskussion**

Ort und Termine: nach Absprache
Info: Stefan Varel, KEB 05952 1556

Hospizgruppen in Aschendorf - Hümmling

**Hospizbewegung e.V.
Papenburg und Umgebung**

Christina Bögemann 015128706261

**Lebenshilfe zur Trauerbewältigung
- Arbeitskreis Selbsthilfe Hospiz**

offener Gesprächskreis, Anmeldung ist nicht erforderlich,

Leitung: Klara Brinkmann

Kurs 1: ab 03.07.23, 6 Termine

Kurs 2: ab 08.01.24, 6 Termine
montags 19.00 Uhr (1. Mo / Monat)

Ort: Papenburg, Dechant-Schütte-Str. 86

Kurs-Nr.: 43219 43019

Trauertreff Trostquelle

Anmeldung: Hospizverein 0173 2772135

Leitung: Klara Brinkmann

Kurs 1: ab 06.07.23, 6 Termine

Kurs 2: ab 04.01.24, 6 Termine
donnerstags 19.00 Uhr
(1. Do / Monat)

Ort: Papenburg,
Dechant-Schütte-Str. 86

Kurs-Nr.: 43218 43018

**Bestattungskultur im Wandel -
das Kolumbarium in Papenburg**

Ref.: Marlies Korfhage

Termin: Do., 21.09.23, 14.30 Uhr

Ort: Sustrum-Moor, Pfarrheim

Kurs-Nr.: 24207

Anmeldung: 05939 910195

**Plastik - Fluch oder Segen
- Plastikmüll und Mikroplastik
auf der Spur**

Immer mehr Plastik – vom Heilsbringer der Vergangenheit zum Problem der Gegenwart und Zukunft für Umwelt, Tiere und Menschen. Wo steckt mittlerweile überall Plastik und Mikroplastik drin? Was muss sich ändern, damit sich was ändert? Informationen, Experimente, Diskussion und Ideen zu Politik, Wirtschaft und persönlichem Handeln. *Hinweis:*

Eigene Kosmetikprodukte u. Bodenproben können mitgebracht und analysiert werden.

Ref.: Nils Kreienhop Gebühr: 10,00 €

Termin: Do., 18.04.24, 19.30 Uhr

Ort: Wippenen, Pfarrer-Schniers-Haus

Anmeldung unter: 04966 990055

Kurs-Nr.: 53004



**Werte gut verpackt:
in Reportagen, Interviews, Kommentaren.**

Für alle, die Halt im Glauben finden, ist der Kirchenbote ein wahrer Schatz. In spannenden Beiträgen liefert er Woche für Woche die Hintergründe zu den aktuellen Themen. Jetzt bestellen und bequem im Abo lesen: www.kirchenbote.de oder 0541 318-610.



WIR SIND KATHOLISCH.

Kirchenbote des Bistums Osnabrück · Schillerstraße 15 · 49074 Osnabrück · Telefon 0541 318-610

**Ohne Auto
in die Kita**

**Öko-Challenge 2024
Wir machen mit!**

**für Erzieher*innen
Mai - August 2024**

Idee: Möglichst häufig mit dem Rad anstatt mit dem Auto zur Arbeit in die KiTa / Krippe fahren – mit mehreren Kolleg*innen als Team. Spritkosten und Co²-Emissionen sparen, eine Menge gesunder Bewegung sowie positive Erfahrungen und, mit etwas Glück, schöne Preise gewinnen. Bei der Öko-Challenge können sowohl Personen mit kurzen als auch mit weiteren Anfahrtstrecken ohne Nachteil sinnvoll mitmachen.

Wettbewerb: Team-Anmeldung pro KiTa oder Krippe (mindestens 3 Pers.) - monatl. Übermittlung der Gesamtkilometerleistung + Zahl der Fahrradtage - Nach Übermittlung an die KEB werden die Werte in den Wettbewerb mit anderen KiTa-Teams und Krippen gesetzt. - 3 Preise werden vergeben

VA-Rahmen: Einstieg: Sögel, Do. 18.04.2024, 15.00-18.00 Uhr online über ZOOM Kurs-Nr.:53005 - Einführungsseminar für Teamvertreter*in Abschluss: Do. 26.09.2024, 15.00-18.00 Uhr, mit Preisverleihung in Sögel Info: Info- und Mutmach-Digitalpost Ref.: Stefan Varel (KEB) + Team

TN-Gebühr: 16,00€ / TN

Projekt-Partner:

**Volks- und Raiffeisenbanken
im nördlichen Emsland**

Balkon-Solaranlagen (PV) - grünen Strom selber machen

Alle reden von der Energiewende. Dabei muss es zu Hause nicht immer gleich die große Solaranlage sein. Einfach selber tätig werden, um grünen Strom zu produzieren ist möglich - mit einer Balkon-Photovoltaikanlage (Balkon-PV). Der Themenabend geht darauf ein, wie effektiv eine Balkon-PV ist, was sie kostet, wo günstige Standorte sind, was für die Installation zu beachten ist und auf die Fragen der Teilnehmenden.

Ref.: Jürgen Plüster
Gebühr: 12,00 €

Termin1: Do., 21.09.23, 20.00 Uhr
Ort: Börgermoor, Mehrgenerationenhaus
Anmeldung unter 04965 746

Termin2: Do., 12.10.23, 20.00 Uhr
Ort: Breddenberg, Jugendheim
Anmeldung unter 05955 9879176

Termin3: Do., 09.11.23, 19.30 Uhr
Ort: Spahnharrenstätte, Lüns-Hus
Anmeldung unter 05951 3416

Termin4: Do., 23.11.23, 20.00 Uhr
Ort: Lathen, St.-Vitus-Haus
Anmeldung unter 05933 4589

Kurs-Nr.: 53202 53204 53203 53201

Termin5: Do., 14.03.24, 20.00 Uhr
Ort: Esterwegen FZ Nordhümmling
Anmeldung unter 05955 532

Termin6: Do., 18.04.24, 20.00 Uhr
Ort: Aschendorf, Amandushaus
Anmeldung unter 04962 1357

Termin7: Do., 06.06.24, 19.30 Uhr
Ort: Stavern, Jugendheim
Anmeldung unter 05965 939859

Kurs-Nr.: 53001 53002 53003

Klimafit und naturnah - Beete und Gärten gestalten

*Artenvielfalt fördern und Erholung
im Garten finden.*

Zunehmende Trockenheit und intensive Sonneneinstrahlung sind Herausforderungen für den eigenen Garten, die es zu berücksichtigen gilt. Anhand von Beispielen und auf der Grundlage von Teilnehmerfragen werden Ideen zur Neugestaltung, zur Planung und Pflege des Gartens oder von Teilbereichen gegeben. Die Teilnehmenden können Fotos aus dem Garten und Fragen vorab senden an: soegel@keb-emsland.de

Ref.: Thomas Beelmann
Gebühr: 12,00 €

Termin1: Mi., 06.03.24, 19.30 Uhr
Ort: Aschendorf, Amandushaus
Termin2: Mi., 13.03.24, 19.30 Uhr

Ort: Dörpen, Pfarrheim St. Christophorus
Termin3: Do., 14.03.24, 19.30 Uhr
Ort: Sögel, Weißes Haus

Kurs-Nr.: 52001 52002 52003



*Ein Zuhause
zum Wohlfühlen!*

**PFLEGEZENTRUM
ST. KILIAN**

Zum Dorfplatz 9

26897 Esterwegen

 0 59 55/ 93 50-0

www.pflege-emsland.de

Miteinander reden und zuhören, sich verändern - gemeinsam lernen

Zahlreiche Angebote und Gruppen, die offen sind für Ihre Ideen, Ihre Fragen, Ihr Zuhören und Ihr Mittun.

Weitere Angebote finden Sie in der Rubrik: *Ihre KEB vor Ort*



Deutsch von Anfang an - Sprachkurs für geflüchtete Frauen

Wichtig für die Menschen, die vor Vertreibung und Unterdrückung geflüchtet sind, ist das Erlernen der deutschen Sprache, damit sie in der unbestimmten Zeit, in der sie und ihre Familien bei uns leben zunehmend zurecht kommen können und eine Perspektive entwickeln können.

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.

Leitung: Doris Krümborg + Team
Kurs: ab 19.09.2023, 50x
di.+ mi., 08.30 - 11.30 Uhr,
Ort: Sögel, Weißes Haus
Kurs-Nr.: A71201

gefördert durch:



Niedersächsisches Ministerium
für Wissenschaft und Kultur

In Kooperation mit dem SKF Esterwegen

Deutsch sprechen lernen - für Frauen aus osteurop. Ländern

Viele Menschen aus osteuropäischen Ländern arbeiten in großen Betrieben des nördlichen Emsland. Damit die oftmals jungen Familien sich hier besser zurecht und einfinden können ist es gerade auch für die Frauen wichtig sich auf Deutsch verständigen zu können.

Leitung: Tatjana Maurer
Kurs : ab 06.09.23,09.00-11.00 Uhr
mittwochs, 10 Termine
Ort: Esterwegen, Max-Kolbe-Haus
Kurs-Nr.: 71202

Niederländisch Schnupperkurs - Sprache und Kultur f. Einsteiger*innen

Holland liegt gleich vor der Haustür. Schon mit geringen Sprachkenntnissen - zum Einholen von Informationen, fürs Einkaufen, Urlaub machen und für kurze Gespräche - lassen sich die reizvollen Ort- und Landschaften sowie die niederländische Kultur unserer Nachbarn wunderbar erschließen. Dieser Sprach-Schnupperkurs bietet kulturelle Einblicke, praktische Übungen für den Urlaubsalltag und macht Lust auf mehr.

Ref.: Dirk Jan van der Lugt
Gebühr: 73,00 €

Kurs1: ab 05.10.23, 8 Termine
donnerstags, 18.45 - 20.15 Uhr
Ort: Sustrum-Moor, Feuerwehrhaus
Anmeldung: 05939 910195

Kurs2: ab 25.01.24, 8 Termine
donnerstags, 19.30 - 21.00 Uhr
Ort: Dörpen, Christophorushaus
Anmeldung unter 04963 907607

Kurs3: ab 11.04.24, 8 Termine
donnerstags, 19.30 - 21.00 Uhr
Ort: Sögel, KEB-Geschäftsstelle
Anmeldung: 05952 1556
Kurs-Nr.: 78201 78002 78001

Niederländisch - Sprache und Kultur Vertiefungskurs

Für alle, die noch ein bisschen mehr wollen. Typischen Situationen begegnen, Redewendungen und mehr für einen entspannten Aufenthalt in den Niederlanden .

Ref.: Dirk Jan van der Lugt
Kurs: ab 05.10.23, 6 Termine
donnerstags, 20:30 - 22:00 Uhr

Gebühr: 57,00 €
Ort: Sustrum-Moor, Feuerwehrhaus
Kurs-Nr.: 78202
Anmeldung: 05939 910195

Literaturkreis - Literatur im Gespräch

Leitung: n.n.
Kurs 1: ab di., 11.07.23, 15.00-17.00 Uhr
Kurs 2: ab di., 02.01.24, 15.00-17.00 Uhr
Ort: Sögel, Bücherei
Kurs-Nr.: 43217 43017

Einander helfen - Familien mit behinderten Kindern

Eine kontinuierliche Teilnahme an diesem Gesprächskreis ist jederzeit möglich.
Kontaktaufnahme: 05952 / 990773

Leitung: Rita Lammers
Kurs 1: ab 15.08.23, 20.00 Uhr
Kurs 2: ab 16.01.24, 20.00 Uhr
jeden 3. Di. im Monat
Ort: Sögel, KEB-Geschäftsstelle
Kurs-Nr.: 43224 43030

Sonntagstreffen - Themen für Menschen mit und ohne Handicap

Eine kontinuierliche Teilnahme an diesem offenen Gesprächskreis ist jederzeit möglich.

Leitung: Andreas Bröcher, Pastor
Kurs 1: ab so., 09.07.23, 6 Termine
Kurs 2: ab so., 14.01.24, 6 Termine
15.00-16.30 Uhr
Ort: Papenburg, Pfarrheim St. Josef
Kurs-Nr.: 43216 43016

Gemeinsam statt einsam - das Leben mit Freude ernst nehmen

Gesprächskreis für Alleinstehende
Leitung: Thekla Schrand
Kurs 1: ab 12.07.23, 15.00 Uhr
Kurs 2: ab 10.01.24, 15.00 Uhr
jeden 2. Mittwoch im Monat
Ort: Esterwegen, Max-Kolbe-Haus
Kurs-Nr.: 43220 43020

Heiteres Gedächtnistraining - fit sein und fit bleiben

Leitung: Angelika Fondalinski-Lakeberg
Kurs 1: ab 12.09.23, 4 Termine
Kurs 2: ab 09.01.24, 6 Termine
dienstags, 09.45-12.00 Uhr
Ort: Sögel, Gemeindezentrum St. Jakobus
Kurs-Nr.: 43221 43021

Seniorengesprächskreise: „leben, loben, lachen“

Offene Seniorenkreisangebote bieten neben dem Gemeinschaft erleben viele interessante Themen und Aktivitäten. Gruppen in Kooperation mit der KEB:
Rhede, Lorup, Vrees, Aschendorf, Dörpen, Sögel, Stavern, Dersum, Berßen, Werlte, Spahnharrenstätte, Holte-Lastrup, Lathen-Wahn

Kreativ - trotz Handicap - Workshop

Leitung: Rita Lammers
Kurs: ab 09.09.23, 4 Termine
samstags, 14.00 Uhr
Ort: Sögel, Weißes Haus
Kurs-Nr.: 43226

Die Musikbaustelle - ein integrativer Workshop

Leitung: Rita Lammers
Termin: Sa., 16.09.23, 09.00 Uhr
Ort: Sögel, Autohaus Osters
Kurs-Nr.: 43225

Wohnen im Alter - Herausforderung und Möglichkeiten zwischen Wohnform und Pflege

Wie wollen und können wir wohnen, wenn wir älter werden? Mit zunehmenden Alter können auch gesundheitliche Einschränkungen einhergehen und der Bedarf an Hilfen kann steigen. Der Themenabend mit Expertinnen vom Senioren- und Pflegestützpunkt (SPN) des Landkreis Emsland greift unterschiedliche Wohnformen im Alter auf, fragt danach wie Unterstützungen und welche Formen von Pflege ermöglicht werden können.

Ref.: Referent*innen SPN
Termin: Mi., 08.05.24, 19.30 Uhr
Ort: Lathen, St.-Vitus-Haus
Gebühr: 6,00 €
Kurs-Nr.: 43041
Anmeldung: 05933 4589

Argumentieren gegen Stammtischparolen - Möglichkeiten und Vorgehen zu ziviler Courage

Wer kennt das nicht? Da haut jemand eine Parole raus und ich bin so perplex, dass ich nicht reagiere. Hinterher fallen mir dann viele gute Reaktionen ein. Stammtischparolen begegnen uns oft und unerwartet. Sie überrumpeln uns gerade dann, wenn wir nicht damit rechnen und das zu vielen aktuellen gesellschaftlichen Themen. Dabei wollen wir doch klar Position beziehen. Der Vortrags- und Gesprächsabend nimmt Stammtischparolen unter die Lupe, schaut auf Reaktionsmöglichkeiten und hilft klar Position zu beziehen.

Ref.: Marlies Stertenbrink
Termin: Do., 18.04.24, 19.30 Uhr
Ort: Lathen, St.-Vitus-Haus
Gebühr: 11,00 €
Kurs-Nr.: 16001
Anmeldung unter 05933 4589

Angebote mit dem

SKFM

**- Betreuungsverein
Papenburg**



SKFM 04961 660780

Arbeitskreis: Perspektiven im „Sozialen Kaufhaus“

Leitung: Maike Bruns

Kurs1: rechtzeitige vorherige Bekanntgabe!

Kurs2: rechtzeitige vorherige Bekanntgabe!

Ort: Aschendorf, Heimathaus

Kurs3: rechtzeitige vorherige Bekanntgabe!

Kurs4: rechtzeitige vorherige Bekanntgabe!

Ort: Papenburg, SKFM-Geschäftsstelle

Kurs-Nr.: 43236 43040 43235 43039

Arbeitskreis: Perspektiven in der „Tafel“-Arbeit

Ort: Esterwegen, Informationszentrum

Kontakt: Roswitha Niemeyer

Kurs1: wird rechtzeitig bekannt gegeben

Kurs2: wird rechtzeitig bekannt gegeben

Kurs-Nr.: 43229 43033

Ort: Dörpen, Pfarrheim St. Christophorus

Kontakt: Heinz Klasen

Kurs3: rechtzeitige vorherige Bekanntgabe!

Kurs4: rechtzeitige vorherige Bekanntgabe!

Kurs-Nr.: 43232 43036

Ort: Aschendorf, Amandushaus

Kontakt: Ulla Naujok

Kurs5: ab mo., 31.07.23, 17.30 Uhr, 2x

Kurs6: rechtzeitige vorherige Bekanntgabe!

Kurs-Nr.: 43203 43003

Ort: Papenburg, SKFM-Geschäftsstelle

Kontakt: Ulla Naujok

Kurs7: rechtzeitige vorherige Bekanntgabe!

Kurs8: rechtzeitige vorherige Bekanntgabe!

Kurs-Nr.: 43231 43035

Ort: Sögel, Gemeindezentrum St. Jakobus

Kontakt: Annegret Brüggemann

Kurs9: rechtzeitige vorherige Bekanntgabe!

Kurs10: rechtzeitige vorherige Bekanntgabe!

Kurs-Nr.: 43233 43037

Ort: Werlte, Kath. Gemeindezentrum

Kontakt: Johann Kröger

Kurs11: rechtzeitige vorherige Bekanntgabe!

Kurs12: rechtzeitige vorherige Bekanntgabe!

Kurs-Nr.: 43230 43034

Menschen begleiten

- Betreuungsarbeit im Gespräch

Leitung: Jens-Peter Dohmes

Kurs1: Di., 11.07.23, 18.00-20.15 Uhr

Kurs2: wird rechtzeitig bekannt gegeben

Ort: Papenburg, SKFM-Geschäftsstelle

Kurs-Nr.: 43228 43032

Vorsorgevollmacht

und Patientenverfügung

Die Veranstaltung thematisiert die Eigenverantwortlichkeit des Menschen und seine Begrenzung durch beschränkt steuerbare Lebenssituationen und -phasen. Dabei geht es um den Autonomieerhalt durch beschränkte und vertrauensvolle Vollmächtsüberschreibungen. Der Kursabend geht auf viele Fragestellungen zur Vorsorgevollmacht und Patientenverfügung ein und ermöglicht einen bewussten und verantwortungsvollen Umgang mit dem Thema.

Ref.: Petra Engeln-Wismann

SKFM Papenburg

Gebühr: 6,00 €

Termin1: Do., 12.10.23, 19.30 Uhr

Ort: Dörpen, Pfarrheim St. Christophorus

Anmeldung unter 04963 907607

Termin2: Do, 09.11.23, 19.30 Uhr

Ort: Renkenberge, Gemeindehaus

Anmeldung unter 05933 934681

Termin3: Mi, 15.11.23, 19.00 Uhr

Ort: Lathen-Wahn, Pfarrheim

Anmeldung unter 05933 903695

Termin4: Do., 30.11.23, 20.00 Uhr

Ort: Esterwegen, FZ Nordhümmling

Anmeldung unter 05955 532

Kurs-Nr.: 43223 43227 43215 43222

Termin5: Do., 22.02.24, 20.00 Uhr

Ort: Lathen, St.-Vitus-Haus

Anmeldung unter 05933 4589

Termin6: Mi., 06.03.24, 19.30 Uhr

Ort: Bockhorst, Mehrgenerationenhaus

Anmeldung unter 04967 939054

Termin7: Mi., 13.03.24, 19.30 Uhr

Ort: Börgermoor, Mehrgenerationenhaus

Anmeldung unter 04965 746

Termin8: Do., 25.04.24, 19.00 Uhr

Ort: Sustrum-Moor, Pfarrheim

Anmeldung unter 05939 910195

Kurs-Nr.: 43025 43031 43023 43024

Zertifikatskurs
mit dem Landkreis



Ausbildung zum/zur **DUO - Seniorenbegleiter*in**

Gemeinsam statt einsam

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.

Nach der Qualifizierung haben Sie die Möglichkeit sich durch das Seniorenservicebüro weiter in Ihrer ehrenamtlichen Tätigkeit begleiten zu lassen.

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

Leitung: Angela Waschull,

+ Fachreferententeam

Kurs : ab Mi., 06.03.24, 19.30 Uhr

9 Termine,

werden rechtzeitig bekannt gegeben

31 UStd + 20 Praxisstunden

Ort: Aschendorf, Amandushaus

Gebühr: kostenfrei

finanziert durch das Land Niedersachsen

Kurs-Nr.: 43044

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: Mi., 21.02.24, 19.00 Uhr

Ort: Aschendorf, Amandushaus

Gebühr: kostenfrei

Kurs-Nr.: 43043

Sinnfragen und Religiosität **im Alter**

*für Teilnehmer*innen aus dem Kurs Duo-
Seniorenbegleiter*in A 43038*

Ref.: Kirsten Griep-Raming

Termin: Mo, 25.09.23, 19.30 Uhr

Ort: Lathen, St.-Vitus-Haus

Kurs-Nr.: 24208

Ehrenamtliche/r Medien- und Techniklotse

- Senioren fit machen mit Tablet, Smartphone und Internet

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.

Vielen Älteren fehlt noch dieser Zugang.

„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.

Kursinhalte sind:

- Internetverbindungen zu Hause und unterwegs
- Das Tablett einrichten, Benutzerkonten und Einstellungen
- Tablett-Navigation, sich im Tablet zurecht finden
- Passwörter
- Apps installieren und sich darin zurechtfinden
- Kommunikation: in Kontakt kommen mit E-Mails, Messenger und Videotelefonie
- Browser und Suchmaschinen
- Vertiefungsmodul

- Einführung

Ref.: Stefan Varel, Werner Heyart

Termin: Mi., 04.10.23, 10.00 - 11.30 Uhr

Medien- und Techniklotse

Ref.: Werner Heyart

Kurs: ab 13.11. - 08.12.23, 7 Termine
mo./mi.+Fr., 09.00 - 12.15 Uhr

Gebühr: kostenfrei

Ort: Aschendorf, Amandushaus

Kurs-Nr.: 54205 54206

*Die Veranstaltungen sind kostenfrei
Anmeldung und Informationen
bei der KEB: 05952 1556*

Angebote mit dem
SKF Esterwegen



Anmeldungen:
SKF 05955 / 2871

Erste Hilfe am Kleinkind

Ref.: angefragt
Kurs: Herbst 2023, 18.30-22.00 Uhr, 2x
wird rechtzeitig bekannt gegeben
Ort: Esterwegen, Max-Kolbe-Haus
Kurs-Nr.: 94218

Das soziale Kaufhaus im Gespräch

Leitung: Marianne Hanneken
Termin: Do., 31.08.23, 18.00 Uhr
Ort: Esterwegen, Max-Kolbe-Haus
Kurs-Nr.: 21267

Verschiedene Handarbeitstechniken

Leitung: Karin Kober
Kurs1: ab 13.07.23, 15.00-17.00 Uhr
Kurs2: ab 11.01.24, 15.00-17.00 Uhr
donnerstags, 14-tägig
Ort: Esterwegen, Max-Kolbe-Haus
Kurs-Nr.: 83201 83001

Deutsch sprechen lernen - für Frauen aus osteurop. Ländern

Leitung: Tatjana Maurer
Kurs: ab 06.09.23, 09.00-11.00 Uhr
mittwochs, 10 Termine
Ort: Esterwegen, Max-Kolbe-Haus
Kurs-Nr.: 71202

Erben und Vererben

Alles Wichtige und zu Bedenkende rund
ums Vererben und Erben, damit das The-
ma ‚Erben‘ und die Absichten, die damit
verbunden sind zu Lebzeiten gut geregelt
werden können.

Ref.: n.n.
Termin: November 2023,
wird rechtzeitig bekanntgegeben
Ort: Sögel, Begegnungsstätte Weißes Haus
Gebühr: 6,00€
Kurs-Nr.: 15201

Religion und Glaube - als Thema in der Senioren- kreisarbeit - für Seniorenkreisleitende

Religion und der Glaube begleiten uns
durchs Leben. Davon können viele Seni-
oren berichten. In der Seniorenkreisarbeit
gibt es viele Möglichkeiten und Alltagssitu-
ationen, wie Geburtstage, Namentage und
kirchliche Feiertage, um an den reichhaltig
vorhandenen Schatz der Senioren anzu-
knüpfen zu können. Dies kann mit Liedern,
Erzählungen aus dem Leben, Gebeten,
der ‚Lieblingserzählung aus der Bibel‘ oder
einem einfachen Bibelquiz geschehen.
Das Seminar bietet auch auf der Grundl-
age von Teilnehmererfahrungen neue Ideen
und praktische Antworten darauf, wie ge-
zielt und mit welchen Hilfen Religion und
Glaube in der Seniorenkreisarbeit lebendig
werden kann.

Termin: Sa., 04.05.24, 09.00-14.30 Uhr
Ort: Börger, St.-Josef-Stift
Gebühr: 18,00 € (inkl. Mittagessen)
Kurs-Nr.: 24026

In Kooperation
mit dem Landkreis Emsland:

Fortbildungswürfel für Tagesmütter /-väter

Um die Pflegeerlaubnis des Landkreis
Emsland aufrecht zu erhalten, müssen
anerkannte Kindertagespflegepersonen
entsprechende Fortbildungen nachweisen.
Die folgenden, kostenfreien Fortbildungs-
abende ermöglichen dies.

Von Angsthasen und Klammeraffen

Sögel, Esterwegen, Aschendorf,
Papenburg

Kinderkrankheiten & Co: Symptome erkennen und sicher handeln

Aschendorf, Papenburg, Sögel,
Esterwegen,

Vielfältige Bücher in der Kindertagespflege

Dörpen, Rhede, Papenburg, Werlte

Durch Wahrnehmung lernen, aber vor Reizüberflutung schützen!

- Online-
Papenburg, Werlte, Dörpen, Rhede

Fachtag: „Du schaffst das! Stärkung von Resilienz und Selbstwertgefühl“

Ref.: Doris Krüberg
Termin: Sa., 15.06.24, 09.00-15.00 Uhr
Ort: Sögel, Mensa Schule am Schloss
Kurs-Nr.: 21069

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

Die Qualifizierung zur/zum Betreuer*in in der Kindertagespflege kann flexiblen, auch alleinstehenden oder älteren Personen Perspektiven für ein interessantes neues Tätigkeitsfeld eröffnen. Das Seminar vermittelt Kompetenzen und Umgangssicherheit.

- Grundlagen der Erziehung und der kindlichen Entwicklung
- rechtliche und gesellschaftliche Rahmenbedingungen als Tagesmutter
- Grundlagen der Kommunikation
- Gesundheitsfragen, • Ernährungsfragen
- Alltagsgestaltung mit Kindern
- Medienverhalten von Kindern im Alltag

Die Fortbildungen schließen mit dem DJI-Zertifikat ab, das Voraussetzung für die Pflegeerlaubnis ist.

Gebühr: 70,00 € (= ermäßigte Gebühr, setzt Bereitschaft zur Aufnahme in die Vermittlungskartei des Familienzentrums voraus.)
160 UStd, Infoabend kostenfrei

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

Kursangebote:

Kurs1: ab mi., 11.10.23, 19.00 Uhr
Ref.: Kerstin Högemann,
Silvia Wagener + Team
Ort: Papenburg, FZ David
Infoabend: Mi., 27.09.23, 20.00 Uhr
Kurs-Nr.: 21258 21257

Kurs2: ab mo., 09.10.23, 19.00 Uhr
Ref.: Ulrike Lübbers,
Silvia Wagener + Team
Ort: Esterwegen, FZ Nordhümmling
Infoabend: Di., 19.09.23, 20.00 Uhr
Kurs-Nr.: 21264 21263

Kurs3: in Vorbereitung ab 2024
wird rechtzeitig bekanntgegeben
Ref.: Silvia Wagener + Team
Ort: wird rechtzeitig bekanntgegeben

Infoabend: wird rechtzeitig bekanntgegeben

die Kurse beinhalten einen Lehrgang
1. Hilfe am Kleinkind

Unsere Leistungen für Sie!
Wir freuen uns auf Ihren Besuch!

Waschanlage & Tankstelle

Werkstatt

KFZ-Verkauf
*Online/
telefonisch/
Per Video-Chat*

Service

Lackiererei & Karosserie

Abschlepp- & Bergungsdienst
24

Reifenservice

Service & Ford

Ford Autohaus **OSTERS** GmbH **Service**

Püttkesberge 5 · 49751 Sögel · 05952 – 1254 · www.autohaus-osters.de

Computerkurse nach Maß

Unser praxisorientiertes Kursprogramm lädt Sie ein, sich in kleinen Lerngruppen mit Computern und ihrem praktischen Nutzen im Alltag, in der Freizeit, für das eigene Hobby oder für den Beruf vertraut zu machen.



Office-Manager*in Kurs für Berufstätige und Wiedereinsteiger*innen

Der Lehrgang besteht aus fünf Bausteinen (insgesamt 103 Unterrichtsstunden) und schließt mit dem Zertifikat der KEB im Land Niedersachsen ab. Die Gültigkeitsdauer der einzelnen Bausteine (Baustein I, II und IV mit Prüfung) bis zur Erlangung des Zertifikats beträgt zwei Jahre.

Nähere Informationen erhalten Sie in unserer Geschäftsstelle unter 05952 1556

Zertifikatskurs Officemanager*in

Eine umfassende EDV - Basisqualifikation, die Sie fit macht im Umgang und in der Nutzung von Computern für den Beruf, für Ihre Aufgaben oder auch im Alltag. In 5 Modulen mit insgesamt 103 Unterrichtsstunden gelangen Sie zum Zertifikatsabschluss Office-Manager*in und bringen sich auf den aktuellen Stand der Computernutzung. Der Kurs schließt mit einem Zertifikat der KEB Niedersachsen ab.

Leitung: Hans-Jürgen Meyer

Infoabend:

Termin: Di., 07.11.23, 19.00-20.00 Uhr
Gebühr: kostenfrei Kurs-Nr.: A54202

Bausteine: PC Manager*in

I Praktisches Basiswissen für die Computernutzung - Betriebssystem Windows

Dieser Kurs bietet fundierte Grundkenntnisse im Bereich der PC-Anwendung. Kursinhalte sind:

- Grundlagen Hardware / Software
- Grundlagen Windows 10
- Arbeiten mit dem Explorer, Ordnern und Dateien (erstellen – speichern – öffnen)
- Such- und Hilfefunktion, Zwischenablage
- Systemsteuerung / Anpassung / Programme + Prüfungsmöglichkeit

Kurs: ab 28.11.23, 4 Termine
dienstags, 19.00-22.00 Uhr

II Textverarbeitung Word

Das Programm praktisch kennenlernen und Kenntnisse vervollständigen.

- Texte schreiben, speichern, drucken, formatieren und bearbeiten (Rechtschreibung/Grammatik; Nummerierung /Aufzählung etc.; Einfügen von Grafiken, Sonderzeichen etc.)
- Suchen und Ersetzen
- Erstellen von Tabellen und Spalten
- Serienbriefe + Prüfungsmöglichkeit

Kurs: ab 09.01.24, 7 Termine
dienstags, 19.00-22.00 Uhr

III Internet und Outlook

Kurs: ab 27.02.24, 5 Termine
dienstags, 19.00-22.00 Uhr

IV Tabellenkalkulation Excel

Grundlagen der Tabellenkalkulation, Erstellen, Speichern, Öffnen und Drucken von Tabellen, Formatierungsfunktionen, Rechenoperationen (Grundrechenarten, Prozentrechenarten), Arbeiten mit absoluten und relativen Bezügen, Funktionen (Min, Max, Mittelwert, Summe, Anzahl, Logische Operation: WENN-Funktion), Anfertigen von Grafiken, Erstellen von Diagrammen

Kurs: ab 16.04.24, 7 Termine
dienstags, 19.00-22.00 Uhr
mit Prüfungsmöglichkeit

V Präsentieren mit Power Point

Erstellen einer Präsentation, Grafik einfügen u. bearbeiten, Präsentationslayout u. Vorlagen, Folien grafisch gestalten, Bildschirmpräsentation erstellen und durchführen.

Voraussetzung: EDV-Grundlagen und Word Kenntnisse

Kurs: ab 04.06.24, 3 Termine
dienstags, 19.00-22.00 Uhr

Gebühr: 520,00 € (inkl. Lizenzabgaben
und Prüfungsgebühren)

Kurs-Nr.: A54203
Kursort: Sögel, KEB-Computertreff

Bausteine auch einzeln buchbar !

Excel - effektiv nutzen

Excel – ein Tabellen- und Kalkulationsprogramm mit phantastischen Möglichkeiten und einigen Tücken. So lässt sich das Anlegen von Tabellen für alle möglichen und nützlichen Sachverhalte mühselig von Hand oder mit Automatisierungsfunktionen wesentlich einfacher gestalten. Mit der Einbindung von Grafiken zur Visualisierung verhält es sich ebenso. Aber auch Serienbrief-funktionen, die Strukturierung von Listen und Sortiermöglichkeiten erleichtern die Arbeit, das Hobby oder Ehrenamt. Machen Sie sich Excel fit - für eine verbesserte Nutzung und für effektivere Ergebnisse.

Voraussetzung: einfache Computerkenntnisse

Ref.: Hans-Jürgen Meyer
 Kurs: ab 27.09.23, 3 Termine
 mittwochs, 19.30-22.00 Uhr
 Ort: Sögel, KEB Computertreff
 Gebühr: 60,00 €
 Kurs-Nr.: 54204

Wenn`s hakt - Computerworkshop für die KiTa-Arbeit

Nobody ist perfekt – selbst wenn man schon recht gut vertraut ist mit den vielfältigen PC-Anwendungen, die in der KiTa mittlerweile anfallen. Es kann schon mal haken, wenn neue Formen von Anwendungen im Textverarbeitungsbereich word oder beim Erstellen einer Tabelle notwendig sind oder wenn neue Herausforderungen auftreten. Auch kann es sinnvoll sein eine nicht zufriedenstellende Praxis positiv zu ändern. Plakate, Elternbriefe, das Einfügen von Tabellen oder Bildern z.B. vom Handy oder der Fotokamera, müssen keine Zauberei sein und manchmal geht es mit ein paar Tricks viel einfacher und weniger umständlich oder sie wollen nur das Dateienchaos neu zu ordnen, damit alle, die in der KiTa mit dem PC arbeiten sich zurechtfinden können. Das Praxisseminar bietet bedarfsorientiert PC-Praktiker*innen mit unterschiedlichem Kenntnisstand die Möglichkeit an konkreten Lösungen zu arbeiten.

Ref.: Hans-Jürgen Meyer
 Termin: mi., 08.11. + 15.11.2023
 09.00-16.30 Uhr
 Ort: Sögel, KEB-Computertreff
 Gebühr: 188,00 € (7-9TN:218,00€, inkl. Verpfl.)
 Kurs-Nr.: 54201



Der kleine Helfer beim Wandern und Radfahren - GPS mit dem Smartphone

In unserem Kurs zeigen wir Ihnen, wie Sie mit Ihrem Smartphone Outdoor-Touren planen, durchführen und auswerten können. Fast Jede/r hat ein Smartphone. Die Navigation-Apps dazu sind preiswert bis kostenlos, also einfach loslegen, oder? Bei näherer Betrachtung merkt man aber, dass die Smartphone-Navigation auch ihre Tücken hat. Wir zeigen Ihnen in diesem Kurs, wie man mit kostenlosen PC-Programmen Rad- oder Wandertouren am PC erstellt und diese Karten auf das Smartphone für unterwegs lädt. Auch lernen Sie wie Sie fertige Touren verschiedener Anbieter aus dem Internet herunterladen und ggf. verändern. Dazu verraten wir Ihnen praktische Tipps und Tricks, damit Sie Ihre selbsterstellten Touren ohne Überraschung genießen können.

Ref.: n.n.
Kurs: Herbst 2023, 2 Termine
wird rechtzeitig bekanntgegeben
19.30-21.45 Uhr
Ort: Sögel, KEB-Computertreff
Gebühr: 38,00 €
Kurs-Nr.: 54

Kursleiter*innen gesucht

Sie möchten Ihr Wissen
und Können an andere
weitergeben?



Melden Sie sich bei uns!
05952 1556
soegel@keb-emsland.de

Ehrenamtliche/r Medien- und Techniktotse - Senioren fit machen mit Tablet, Smartphone und Internet

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.

Vielen Älteren fehlt noch dieser Zugang. „Medien- und Techniktotsen“ 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.

Kursinhalte sind:

► Internetverbindungen zu Hause und unterwegs ► Das Tablett einrichten, Benutzerkonten und Einstellungen ► Tablett-Navigation, sich im Tablet zurecht finden ► Passwörter ► Apps installieren und sich darin zurechtfinden ► Kommunikation: in Kontakt kommen mit E-Mails, Messenger und Videotelefonie ► Browser und Suchmaschinen ► Vertiefungsmodul

Einführung

Ref.: Stefan Varel, Werner Heyart
Termin: Mi., 04.10.23, 10.00 - 11.30 Uhr

Medien- und Techniktotse

Ref.: Werner Heyart
Kurs: ab 13.11. - 08.12.23, 7 Termine
mo./mi.+Fr., 09.00 - 12.15 Uhr

Gebühr: kostenfrei

Ort: Aschendorf, Amandushaus
Kurs-Nr.: 54205 54206

*Die Veranstaltungen sind kostenfrei
Anmeldung und Informationen
bei der KEB: 05952 1556*

Infos zu Gebührenermäßigungen

Informationen zum **Prämiengutschein** oder den **Zuschuss über die Koordinierungsstelle Frauen und Wirtschaft** des Landkreis Emsland erhalten Sie auch telefonisch bei der KEB unter 05952 1556.

Erzieher*innen-Bildung Eltern-Kind-Gruppen - Kontaktstelle Elternbildung

Kinder - eine spannende und manchmal aufregende Herausforderung. Im Fachbereich Pädagogik und zusätzlich unter der Rubrik *Ihre KEB vor Ort* finden Sie zahlreiche Angebote für Eltern, Kinder und Erziehende, um ein bewusstes Leben mit Kindern zu gestalten.



Fortbildung für Erzieher*innen

*in Kooperation
mit dem Caritasverband, Fachbereich
Tageseinrichtungen für Kinder*

Ohne Auto in die KiTa - Öko-Challenge für Erzieher*innen - Info's S. 12

Leitung: Stefan Varel + Team
Kurs: Do., 25.04.24, online
+ 26.09.24
Ort: Sögel, Weißes Haus
jeweils 15.00 - 18.00 Uhr
Gebühr: 16,00 € pro TN, inkl. Kaffee
mind. 3 TN je Einrichtung
Kurs-Nr.: 53005

Kinder unterstützen in der Zeit der Trauer und des Abschiedes -WiewirzugutenWegbegleiter*innen für Kinder in der Trauer werden

Ref.: Kerstin Plüster
Termin: Mi., 28.02.24, 09.00-16.30 Uhr
Ort: Sögel, Weißes Haus
Gebühr: 92,50 € (inkl. Verpflegung)
Kurs-Nr.: 21056

Kinder sind von Geburt an Lernende - Die Lernfreude von Kindern begleiten

Ref.: Monika Mangel, *Dipl.-Soz.pädagogin*
Termin: Do., 21.09.23, 09.00-16.30 Uhr
Ort: Sögel, Weißes Haus
Gebühr: 95,00 € (inkl. Verpflegung)
Kurs-Nr.: 21255

Qualifizierung für sozialpädagogische Fachkräfte zur Praxismentorin / zum Praxismentor

Praktikanten und angehende
Erzieher*innen fachgerecht in der KiTa
begleiten und anleiten lernen.
Ausführliche Kursausschreibung anfordern
Leitung: Doris Krümborg
+Silvia Klass

Kurs1: ab 05.10.23 - 25.01.24

Kurs2: ab 29.02.24 - 23.05.24

jeweils 9 Termine
donnerstags, 09.00-16.30 Uhr

Ort: Sögel, Weißes Haus

Kurs-Nr.: 21274 21070

Praxisreflexionen

ermöglichen die fachliche Betrachtung professioneller Arbeit im Kita-Alltag. Wir bieten Praxisreflexionen im bezug auf die Kindertagesstättenarbeit für Einrichtungsleitende, für in der Integrationsarbeit Engagierte und Krippenfachkräfte an

Praxisreflexion

- für Fachkräfte in integrativen Einrichtungen u. Einzelintegration

Ref.: Elke Wessels
*Heilpädagogin,
Systemische Familienberaterin*
Kurs: ab 05.10.23, 6 Termine
+ 09.11.+07.12.23
+11.01.+15.02.+14.03.24
donnerstags, 14.30 - 17.00 Uhr
Ort: Sögel, Weißes Haus
Gebühr: 220,00€(7-9 TN:258,00€,inkl. Kaffee)
Kurs-Nr.: 21254

Praxisreflexion

- für pädagogische Fachkräfte in Krippen

Ref.: Marlies Liesen-Krause
*Dipl.-Heilpädagogin,
Montessori - Pädagogin*
Kurs: ab 04.10.23, 6 Termine
+08.11.+06.12.23
+10.01.+14.02.+13.03.24
mittwochs, 14.30 - 17.00 Uhr
Ort: Sögel, Weißes Haus
Gebühr: 220,00€(7-9TN:258,00€,inkl. Kaffee)
Kurs-Nr.: 21253

Praxisreflexion

- für Leitungskräfte in Kindertageseinrichtungen

Ref.: Helene Suhrbier
Supervisorin, Dipl.-Sozialpädagogin
Kurs: ab Fr., 16.02.24, 5 Termine
09.00 - 11.30 Uhr
Ort: Sögel, Weißes Haus
Gebühr: 240,00€(7-9TN:295,00€,inkl. Kaffee)
Kurs-Nr.: 21053

KiTa mit Integrationsgruppe oder inklusiv arbeitende KiTa?

- Integration als Gemeinschaftsaufgabe?

Ref.: Elke Wessels
Termin: Do., 25.04.24, 09.00 - 16.30 Uhr
Ort: Sögel, Weißes Haus
Gebühr: 92,50 € (inkl. Verpflegung)
Kurs-Nr.: 21052

Mit den eigenen Ressourcen im Kita-Alltag haushalten - wie kann das gelingen?

Ref.: Doris Krümborg
Termin: Di., 10.10.23, 09.00 - 16.30 Uhr
Ort: Sögel, Weißes Haus
Gebühr: 92,50 € (inkl. Verpflegung)
Kurs-Nr.: 21251

Bedürfnisorientiertes Arbeiten mit Kindern über 3 Jahren

Ref.: Doris Krümborg
Termin: Di., 06.02.24, 09.00-16.30 Uhr
Ort: Sögel, Weißes Haus
Gebühr: 92,50 € (inkl. Verpflegung)
Kurs-Nr.: 21051

Herausforderungen in der integrativen Arbeit der Kita begegnen - Ideenpool und konstruktive Lösungsansätze

Ref.: Elke Wessels
Termin: Do., 02.11.23, 09.00 - 16.30 Uhr
Ort: Sögel, Weißes Haus
Gebühr: 92,50 € (inkl. Verpflegung)
Kurs-Nr.: 21252

Sprachauffälligkeiten in der Kita begegnen - Late Talker und Co erkennen und unterstützen

Ref.: N. N.
Termin: Do., 07.03.24, 09.00 - 16.30 Uhr
Ort: Sögel, Weißes Haus
Gebühr: 92,50 € (inkl. Verpflegung)
Kurs-Nr.: 21054

Sicherheit und Gesundheit in und um die Kindertagesstätte

Ref.: Annette Tiaden
Termin: Di., 16.04.24, 15.00-18.15 Uhr
Ort: Sögel, Weißes Haus
Gebühr: 32,00 € (inkl. Kaffee)
Kurs-Nr.: 21055

Die sexuelle Entwicklung von Kindern - als Herausforderung für die pädagogische Begleitung in der Kita *Team*

Ref.: Birgitt Ridder-Stockamp
Termin: Mo., 01.02.24, 09.00-16.15 Uhr
Ort: Esterwegen, FZ Nordhümmling
Kurs-Nr.: 21068

Wenn`s hakt - Computerworkshop für die KiTa-Arbeit

Nobody ist perfekt – selbst wenn man schon recht gut vertraut ist mit den vielfältigen PC-Anwendungen, die in der KiTa mittlerweile anfallen. Es kann schon mal haken, wenn neue Formen von Anwendungen im Textverarbeitungsbereich word oder beim Erstellen einer Tabelle notwendig sind oder wenn neue Herausforderungen auftreten. Auch kann es sinnvoll sein eine nicht zufriedenstellende Praxis positiv zu ändern. Word, als gängiges Textverarbeitungsprogramm bietet als Basis für weiterführende PC-Programme viele Möglichkeiten. Plakate, Elternbriefe, das Einfügen von Tabellen oder Bildern z.B. vom Handy oder der Fotokamera, müssen keine Zauberei sein und manchmal geht es mit ein paar Tricks viel einfacher und weniger umständlich oder es ist einfach nur notwendig mit einer guten Idee das Dateienchaos neu zu ordnen, damit alle, die in der KiTa mit dem PC arbeiten sich zurechtfinden können. Das Praxisseminar bietet bedarfsorientiert PC-Praktiker*innen mit unterschiedlichem Kenntnisstand die Möglichkeit an konkreten Lösungen zu arbeiten.

Ref.: Hans-Jürgen Meyer
Termin: mi., 08.11. + 15.11.2023
09.00-16.30 Uhr
Ort: Sögel, KEB-Computertreff
Gebühr: 188,00 € (7-9TN:218,00€, inkl. Verpf.)
Kurs-Nr.: 54201

Kursleiter*innen gesucht

Sie möchten Ihr Wissen und Können an andere weitergeben?



Melden Sie sich bei uns!

05952 1556

soegel@keb-emsland.de



Eltern - Kind - Gruppen Kontaktstelle

Angebote, Hilfen, Unterstützung

Mi. 09.00-12.00 Uhr 05952 / 1556



Kerstin Plüster
(päd. Mitarbeiterin)

Für die zahlreichen Eltern-Kind-Gruppen in unserer Region bietet die Kontaktstelle:

- Fortbildungsangebote und Elternabende zu Themen wie Erziehung, Gesundheit, Kreativität oder Persönlichkeitsentwicklung
- Beratungsangebote vor Ort
- regelmäßige Sprechstunde: mittwochs 9.00-12.00 Uhr
- Regionale Workshops
- Arbeitshilfen und vieles mehr...

Gemeinsame Lebensschritte für Eltern und Kinder

Zahlreiche Gruppen mit den Schwerpunkten: *erstes soziales Lernen, Persönlichkeitsentwicklung von Kindern, gegenseitiger Austausch und Hilfen in Bildungsträgerschaft u. Begleitung der KEB.*

Ort und Termine siehe unter Rubrik „Orte“

Erste Hilfe am Kleinkind

Ref.: Sonja Kruihoff
Termin: Sa., 14.10.23, 09.00-15.30 Uhr
Ort: Wipplingen, Pfarrer-Schniers-Haus
Gebühr: 39,00 € (8-9TN: 45,00€)
Kurs-Nr.: 94219
Anmeldung: 04966 990055

Erste Hilfe am Kleinkind

In Kooperation mit dem SKF Esterwegen
Ref.: angefragt
Kurs: Herbst 2023, 18.30-22.00 Uhr, 2x
Ort: Esterwegen, Max-Kolbe-Haus
Kurs-Nr.: 94218
Anmeldung: 05955 2871

Kinderkrankheiten natürlich behandeln

Ref.: Lena Kossenjans
Termin1: Di., 07.11.23, 20.00 Uhr
Ort: Werpeloh, Mehrgenerationenhaus
Gebühr: 10,00 €
Anmeldung unter 05952 9693566
Termin2: Di., 16.04.24, 19.30 Uhr
Ort: Hilkenbrook, Jugendheim
Gebühr: 10,00 €
Anmeldung unter 04493 919551
Termin3: Di. 12.03.24, 19.30 Uhr
Ort: Wipplingen, Pfarrer-Schniers-Haus
Gebühr: 10,00 €
Anmeldung unter 04966 990055
Kurs-Nr.: 94217 94013 94014

Babysitterkurs - für Jugendliche ab 13 Jahren

Als Babysitter zu jobben macht Spaß, bedeutet aber auch eine Menge Verantwortung. Für die Kinderbetreuung gibt es wichtige Themen, in denen ihr euch fit machen solltet. So z.B. in Bezug auf

- die Entwicklung des Kindes
- die Pflege und Ernährung
- Beschäftigungs- und Spielmöglichkeiten
- Verhalten in Problemsituationen
- rechtliche Fragen

Neben praktischem Ausprobieren, Tipps und Informationen sowie den Austausch untereinander bietet der Kurs allen eine Handreiche über die wichtigsten Inhalte und eine Teilnahmebescheinigung.
Gebühr: 28,00 €

Leitung: Kristina Lubas
Kurs1: Fr., 29.09.23, 15.00 - 18.00 Uhr
Sa., 30.09.23, 09.00 - 14.30 Uhr
Ort: Werlte, FZ St. Sixtus
Anmeldung unter 05951 1332
Kurs2: Fr., 16.02.24, 15.00 - 18.00 Uhr
Sa., 17.02.24, 09.00 - 14.30 Uhr
Ort: Esterwegen, FZ Nordhümming
Anmeldung unter 05955 532
Kurs-Nr.: 21256 21058

Leitung: Malte Krüßel
Kurs3: Fr., 17.11.23, 15.00 - 18.00 Uhr
Sa., 18.11.23, 09.00 - 14.30 Uhr
Ort: Papenburg, FZ St. Michael
Anmeldung unter 04961 71339
Kurs4: Fr., 01.03.24, 15.00 - 18.00 Uhr
Sa., 02.03.24, 09.00 - 14.30 Uhr
Ort: Hilkenbrook, Jugendheim
Anmeldung unter 04493 919551
Kurs-Nr.: 21265 21073

Hast Du
mehr verdient,
als Du jetzt
bekommst?



Wir suchen Pflegefachkräfte/ Pflegeassistent*in (m/w/d)

Wir sind ein Zusammenschluss von 11 Einrichtungen der Altenpflege - von stationären Einrichtungen über ambulante Wohngemeinschaften, Tagespflegen bis hin zu ambulanten Pflegediensten im Bereich Hümmling, Sögel, Lathen und Haren.

Wir wollen den Herausforderungen in der Altenpflege heute und in Zukunft menschlich und kompetent begegnen.

Bewerbung an:

Caritas St. Martinus Pflege GmbH / Personalabteilung

Mittelstr. 1-3 - 49733 Haren (Ems)

Tel.: 05933/55-0

oder per E-Mail an:

VSchoenfeld@seniorenzentrum-haren.de

www.caritas-os.de/martinus-pflege

pädagogische Online-Abende

für Eltern und Kindertagespflegepersonen

Ref.: Jessica Bruns Gebühr: 10,00€

Großes Geschrei - Trennungsängste bei Kindern meistern

Termin: Di., 05.09.23, 20.00-22.15 Uhr

Kurs: 21259

Abenteuer Esstisch - wenn mein Kind nicht essen möchte

Termin: Di., 26.09.23, 20.00-22.15 Uhr

Kurs: 21260

Vom Zappelphilipp und „Hansguck-in-die-Luft“

- Was ist eigentlich AD(H)S und wie gehen wir damit um?

Termin: Di., 07.11.23, 20.00-22.15 Uhr

Kurs-Nr.: 21261

Selfcare für Eltern - glückliche Eltern glückliches Kind

Termin: Di., 28.11.23, 20.00-22.15 Uhr

Kurs-Nr.: 21262

Schlaf Kindlein Schlaf - Tipps und Tricks bei Einschlafproblemen

Termin: Di., 23.01.24, 20.00-22.15 Uhr

Kurs-Nr.: 21059

Geschwisterstreit - wie kann ich bei Konflikten reagieren

Termin: Di., 06.02.24, 20.00-22.15 Uhr

Kurs-Nr.: 21060

Kleinkinder und Medien - was Erziehende wissen sollten

Termin: Di., 12.03.24, 20.00-22.15 Uhr

Kurs-Nr.: 21061

*In Kooperation mit dem LK Emsland
Fortbildungswürfel für Kindertagespflegepersonen - kostenfrei!*

Vielfältige Bücher in der Kindertagespflege

Ref.: Karin Peter

Termin1: Mo., 04.09.23, 19.30-21.45 Uhr

Ort: Dörpen, FZ St. Elisabeth

Anmeldung: FZ 04963 916649

Termin2: Di., 14.11.23, 19.30-21.45 Uhr

Ort: Rhede, FZ St. Nikolaus

Anmeldung: FZ 04964 959700

Termin3: Mi., 21.02.24, 19.30-21.45 Uhr

Ort: Papenburg, FZ Regenbogenland

Anmeldung: FZ 04961 992231

Termin4: Mo., 15.04.24, 19.30-21.45 Uhr

Ort: Werlte, FZ St. Sixtus

Anmeldung: FZ 05951 1332

Kurs-Nr.: 21271 21270 21062 21065

Kinderkrankheiten & Co: Symptome erkennen und sicher handeln

Ref.: Andrea Maya Deeters

Termin1: Mo., 04.09.23, 19.30-21.45 Uhr
Ort: Aschendorf, FZ St. Amandus
Anmeldung: FZ 04962 700

Termin2: Di., 14.11.23, 19.30-21.45 Uhr
Ort: Papenburg, FZ St. Michael
Anmeldung: FZ 04961 71339

Termin3: Mi., 21.02.24, 19.30-21.45 Uhr
Ort: Sögel, FZ St. Jakobus
Anmeldung: FZ 0152 28222233

Termin4: Mo., 15.04.24, 19.30-21.45 Uhr
Ort: Esterwegen, FZ Nordhümmling
Anmeldung: FZ 05955 532

Kurs-Nr.: 21269 21268 21063 21064

Durch Wahrnehmung lernen, aber vor Reizüberflutung schützen! - Online-

Ref.: Sabrina Kampen

Termin1: Mo., 04.09.23, 19.30-21.45 Uhr
Ort: Papenburg FZ David
Anmeldung: FZ 04961 7088

Termin2: Di., 14.11.23, 19.30-21.45 Uhr
Ort: Werlte, FZ St. Sixtus
Anmeldung: FZ 05951 1332

Termin3: Mi., 21.02.24, 19.30-21.45 Uhr
Ort: Dörpen, FZ St. Elisabeth
Anmeldung: FZ 04963 916649

Termin4: Mo., 15.04.24, 19.30-21.45 Uhr
Ort: Rhede, FZ St. Nikolaus
Anmeldung: FZ 04964 959700

Kurs-Nr.: 21275 21276 21071 21072

Von Angsthasen und Klammeraffen

Ref.: Elke Wessels

Termin1: Mo., 04.09.23, 19.30-21.45 Uhr
Ort: Sögel, FZ St. Jakobus
Anmeldung: FZ 0152 28222233

Termin2: Di., 14.11.23, 19.30-21.45 Uhr
Ort: Esterwegen, FZ Nordhümmling
Anmeldung: FZ 05955 532

Termin3: Mi., 21.02.24, 19.30-21.45 Uhr
Ort: Aschendorf, FZ St. Amandus
Anmeldung: FZ 04962 700

Termin4: Mo., 15.04.24, 19.30-21.45 Uhr
Ort: Papenburg, FZ David
Anmeldung: FZ 04961 7088

Kurs-Nr.: 21272 21273 21066 21067



Bike Park KOOPMANN

... die große E-Bike- & Fahrradauswahl im Emsland!



Koopmann
Technik
Nähmaschinen

SÖGEL | Gewerbepark Püttkesberge
Tel. (05952) 200480 | www.bikepark24.de

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: 05952 1556
soegel@keb-emsland.de

Fortbildung für Mitarbeiter*innen
in der Kindertagespflege

Fachtag

Anmeldung / Info: KEB 05952 1556

„Du schaffst das! Stärkung von Resilienz und Selbstwertgefühl“

Kindliche Resilienz und die Herausbildung kindlicher Selbstwirksamkeit ist auf Unterstützung angewiesen. Was bedeutet das für die Begleitung von Kindern in der Kindertagespflege? Wie können Kinder als Person anerkannt und verstanden werden und was hat das auch mit unserem eigenen Verhalten zu tun? Wie können wir Kinder stärken und unterstützen, damit sie Entwicklungsanforderungen und Krisensituationen bewältigen können? Der Fachtag führt in das Thema Resilienz und die Förderung des Selbstwertgefühls bei Kindern im Spektrum der Kindertagespflege ein.

Ref.: Doris Krümberg

Termin: Sa., 15.06.24, 09.00-15.00 Uhr

Ort: Sögel, Mensa Schule am Schloss

Kurs-Nr.: 21069

Schwamm drüber?

- Vergeben und Verzeihen im Umgang mit Kindern

*Religionspädagogische Fortbildung
für Mitarbeitende in der Kindertagespflege*

Es gibt schon einiges, was uns auf die Palme bringen kann. Auch Kinder können, wie wir selber auch, mit ihren Äußerungen oder Verhaltensweisen verletzend sein. Aber ‚ewig‘ auf jemanden sauer sein – das ist nicht gut und tut auch nicht gut. Von biblischen Beispielen können wir lernen, wie Verzeihen geht. Die Fortbildung für Mitarbeitende in der Kindertagespflege setzt sich mit der christlichen Tugend des Verzeihens auseinander, und dem was es braucht, um wieder gut miteinander sein zu können.

Ref.: Elke Grote, *Religionspädagogin*

Termin: Do., 07.03.24, 19.30 - 21.45 Uhr

Gebühr: 10,00 € Kurs-Nr.: 24023

Ort: Esterwegen, FZ Nordhümmling

Anmeldung: 05955 532

Kinderkrankheiten & Co: Symptome erkennen und sicher handeln

Ref.: Albine Ritter

Termin: Mi., 28.02.24, 19.30 Uhr

Ort: Neubörger, Pfarrheim

Gebühr: 10,00 € Kurs-Nr.: 94017

Anmeldung: 04966 9688844

Kochideen für Sie, die Familie und Paare zum Genießen

Neue Ideen entdecken?
Schnelle und gute Küche?
Sich und andere verwöhnen?
Neue Seiten an sich entdecken?
- Kochen macht's möglich!



Fingerfood - Dips und Snacks für Gäste

schnell gemacht, vielseitig, ansprechend und lecker.

Ref.: Rita Tieben
Gebühr: 12,00 € zzgl. Lebensmittelumlage
Termin1: Mi., 27.09.23, 19.30 Uhr
Ort: Neuborger, Mehrgenerationenhaus
Anmeldung unter 04966 9688844
Termin2: Do., 05.10.23, 19.30 Uhr
Ort: Sögel, Erich-Kästner-Schule
Anmeldung unter 05952 1556
Termin3: Do., 22.02.24, 19.30 Uhr
Ort: Esterwegen, FZ Nordhümmling
Anmeldung unter 05955 532
Kurs-Nr.: 92208 92206 92007

Männer - und der Wille zum Grillen

ein Koch-/Grillabend für Männer

Ref.: Rita Tieben
Termin: Do., 23.05.24, 19.30 Uhr
Ort: Neuborger, Tennis Clubhaus
Gebühr: 12,00 € zzgl. Lebensmittelumlage
Kurs-Nr.: 92006
Anmeldung unter 04966 9688844

Für Männer und Frauen - leckere Ideen für die Grillparty

Ref.: Rita Tieben
Termin: Mi., 15.05.24, 19.30 Uhr
Ort: Wipplingen, Gemeindezentrum
Gebühr: 12,00 € zzgl. Lebensmittelumlage
Kurs-Nr.: 92009
Anmeldung unter 04966 990055

Neue Ideen aus der wunderbaren Herbstküche

Ref.: Rita Tieben
Termin: Do., 16.11.23, 19.30 Uhr

Frisch auf den Tisch - leichte Frühlingskost

Ref.: Rita Tieben
Termin: Do., 25.04.24, 19.30 Uhr
Ort: Sögel, Erich-Kästner-Schule
Gebühr: 12,00 € zzgl. Lebensmittelumlage
Kurs-Nr.: 92207 94008
Anmeldung unter 05952 1556

Länderküche- das Beste aus Kochtöpfen um die ganze Welt

Ref.: Rita Tieben
Termin: Mi., 13.03.24, 19.30 Uhr
Ort: Sustrum-Moor, Pfarrheim
Gebühr: 12,00 € zzgl. Lebensmittelumlage
Kurs-Nr.: 92005
Anmeldung unter 05939 910195

Die orientalische Küche - ein besonderer Kochabend

Die orientalische Küche bietet eine Vielzahl von Speisen, die äußerst lecker und leicht nachzukochen sind. Zudem gibt es viele Hinweise zur Kultur der Speisen und zur leichten Beschaffung der Zutaten.

- Vorspeisen / Hauptgerichte / Nachtische -
Ref.: Fedaá Al-Shiab
Gebühr: 12,00 € zzgl. Lebensmittelumlage
Termin1: Do., 28.09.23, 19.30 Uhr
Ort: Renkenberge, Gemeindehaus
Anmeldung unter 05933 934681
Termin2: Mi., 04.10.23, 19.00 Uhr
Ort: Dörpen, Schulzentrum
Anmeldung unter 04963 907607
Termin3: Mi., 11.10.23, 19.00 Uhr
Termin4: Mi., 22.11.23, 19.00 Uhr
Ort: Bockhorst, Mehrgenerationenhaus
Anmeldung unter 04967 939054
Termin5: Mi., 08.11.23, 19.30 Uhr
Ort: Aschendorf, Amandushaus
Anmeldung unter 04962 1357
Kurs-Nr.: 92201 92205 92204 92203 92202
Termin6: Do., 07.03.24, 19.30 Uhr
Ort: Sögel, Erich-Kästner-Schule
Anmeldung unter 05952 1556
Termin7: Mi., 13.03.24, 19.00 Uhr
Ort: Lathen-Wahn, Pfarrheim
Anmeldung unter 05933 903695
Termin8: Do., 18.04.24, 19.30 Uhr
Ort: Spahnharrenstätte, Lüns-Hus
Anmeldung unter 05951 3416
Termin9: Mi., 24.04.24, 19.00 Uhr
Ort: Dörpen, Schulzentrum
Anmeldung unter 04963 907607
Kurs-Nr.: 92003 92001 92004 92002

Wohlbefinden stärken Entspannung finden Hilfe ermöglichen

Für die eigene Gesundheit oder die anderer etwas tun - in kleinen Gruppen miteinander lernen, ohne Stress.

Viele dieser Kursangebote können wir auch mit Ihnen in Ihrem Ort anbieten
Rufen Sie uns an! KEB 05952 1556



Fantasiereisen mit Klang - Körper; Geist und Seele zum Schwingen bringen

Einfache Übungen zur Körperwahrnehmung als bewussten Ausgleich für die Anstrengungen des Alltags und um körperliche und seelische Anspannungen zu verringern.

Mitzubringen: weiche Unterlage, Kissen, Decke, bequeme Kleidung

Leitung: Kerstin Frye
Gebühr: 10,00 €

Termin1: Di. 14.09.23, 19.30 - 21.45 Uhr
Ort: Spahnharrenstätte, Pfarrhaus

Anmeldung unter 05951 3416

Termin2: Di. 23.01.24, 19.00 - 21.15 Uhr
Ort: Börgermoor, Mehrgenerationenhaus

Anmeldung unter 04965 746

Termin3: Di. 05.03.24, 19.00 - 21.15 Uhr
Ort: Renkenberge, Gemeindehaus

Anmeldung unter 05933 934681

Kurs-Nr.: 95206 95005 95014

Kinderkrankheiten natürlich behandeln

Ref.: Lena Kossenjans
Gebühr: 10,00€

Termin1: Di., 07.11.23, 20.00 Uhr
Ort: Werpeloh, Mehrgenerationenhaus

Anmeldung unter 05952 9693566

Termin2: Di., 16.04.24, 19.30 Uhr
Ort: Hilkenbrook, Jugendheim

Anmeldung unter 04493 919551

Termin3: Di. 12.03.24, 19.30 Uhr
Ort: Wippingen, Pfarrer-Schniers-Haus

Anmeldung unter 04966 990055

Kurs-Nr.: 94217 94013 94014

Fantasiereisen mit Klang - Entspannte Momente in der kalten Jahreszeit

Einfache Übungen zur Körperwahrnehmung als bewussten Ausgleich für die Anstrengungen des Alltags und um körperliche und seelische Anspannungen zu verringern.

Mitzubringen: weiche Unterlage, Kissen, Decke, bequeme Kleidung

Leitung: Kerstin Frye
Ort: Sustrum-Moor, Pfarrheim

Kurs1: ab 05.10.23, 7 Termine
donnerstags, 19.00 - 20.00 Uhr

Gebühr: 52,50 €

Kurs2: ab 11.01.24, 8 Termine
donnerstags, 19.00 - 20.00 Uhr

Gebühr: 60,00 €

Kurs-Nr.: 95201 95003

Anmeldung unter 05939 910195

Qigong

- ein Weg zur Stabilisierung der Gesundheit u. des seel. Wohlbefindens

Neben der Beseitigung von Verspannungen soll ein größeres Maß an seelischer Ausgleichlichkeit, körperlichem Wohlbefinden, Kraft und Energie für den Alltag erlangt werden.

Mitzubr.: Decke, warme Socken, beq. Kleidung

Leitung: Ulrike Haberkorn-Rolfes

Ort: Sögel, Gemeindezentrum St. Jakobus
montags, 08.15-09.30 Uhr

Kurs 1: ab 28.08.23, 10 Termine

Kurs 2: ab 05.02.24, 10 Termine

Gebühr: 90,00 €, *anteilige Kostenerstattung durch Krankenkasse möglich, bitte vorab klären*

Kurs 3: ab 06.05.24, 5 Termine

Gebühr: 45,00 €

Kurs-Nr.: 94215 94002 94003

Anmeldung unter 05952 1556

Ort: Lathen, Kiga St.-Vitus
montags, 19.00-20.15 Uhr

Kurs 4: ab 28.08.23, 10 Termine

Kurs 5: ab 05.02.24, 10 Termine

Gebühr: 90,00 €, *anteilige Kostenerstattung durch Krankenkasse möglich, bitte vorab klären*

Kurs 6: ab 06.05.24, 5 Termine

Gebühr: 45,00 €

Kurs-Nr.: 94216 94015 94016

Anmeldung unter 05952 1556

- Schnupperkurs

Mitzubr.: Decke, warme Socken, beq. Kleidung

Kurs: ab 06.02.24, 4 Termine
dienstags 19.30 - 21.00 Uhr

Ort: Bockhorst, Mehrgenerationenhaus

Gebühr: 35,00 €

Kurs-Nr.: 94007

Anmeldung unter 04967 939054

Locker leichter werden - ein bewegter Gewichtsreduzierungs- kurs

Manchmal ist es einfach zuviel - doch ‚Diäten‘, Hunger und ‚Pülverchen‘ sind zu- meist nicht die Lösung. Dieser Kurs ist überaus abwechslungsreich und geht in einer kleinen Gruppe auf die individuellen Bedürfnisse der einzelnen Teilnehmenden ein. Damit einhergehend wird eine gesunde Ernährung angestrebt, die zu einer Gewichtsreduzierung führen kann.

Leitung: Andrea Spelsberg

Kurs1: ab 28.09.-14.12.23, 10 Termine

donnerstags 09.00 - 10.30 Uhr

Kurs2: ab 25.01.-18.04.24, 10 Termine

donnerstags 09.00 - 10.30 Uhr

Kurs3: ab 07.03.-30.05.24, 10 Termine

donnerstags 19.30 - 21.00 Uhr

Ort: Sögel, Weißes Haus

Gebühr: 148,00 €

Kurs-Nr.: 97201 97001 97004

Kinderkrankheiten & Co: Symptome erkennen und sicher handeln

Ref.: Albine Ritter

Termin: Mi., 28.02.24, 19.30 Uhr

Ort: Neubörger, Pfarrheim

Gebühr: 10,00 €

Kurs-Nr.: 94017

Anmeldung: 04966 9688844

„Bist du sauer?“ Säure-Basen im Gleichgewicht

Leitung: Andrea Spelsberg

Termin: Do 18.01.24, 19.00 - 21.15 Uhr

Ort: Sögel, Gemeindezentrum St. Jakobus

Gebühr: 10,00 €

Kurs-Nr.: 97002

Mit Basenfasten genüsslich entgiften - die sanfte Alternative zum Heilfasten

Leitung: Andrea Spelsberg

Kurs: ab 22.02.24, 5 Termine

do/Di., 19.30 - 21.00 Uhr

2x sa., 10.00 - 11.30 Uhr

Ort: Sögel, Weißes Haus

Gebühr: 80,00 €

Kurs-Nr.: 97003

Wir sind
mittendrin.

nvb
einfach gut versorgt

Ökostrom und Erdgas für die Region

Wir, die **nvb Nordhorne Versorgungsbetriebe**, liefern als kommunales Stadtwerk **seit über 120 Jahren** zuverlässig Energie zu fairen Konditionen an zufriedenen Kundinnen und Kunden.

Mit einem Wechsel in unsere **cleveren Strom- und Erdgastarife** sparen Sie sogar bares Geld und tun ganz nebenbei etwas Gutes für die Umwelt!

Jetzt wechseln unter www.nvb.de
oder QR-Code scannen



nvb Nordhorne Versorgungsbetriebe GmbH · Gildkamp 10 · 48529 Nordhorn
Telefon 05921 301-222 · E-Mail kundenservice@nvb.de · nvb.de

Mit Yoga gestärkt in die Woche!

Online Yoga - Basiskurs

Yoga ermöglicht eine Balance – zwischen Kraft und Flexibilität für den Körper, sowie Ruhe und Entspannung für den Geist. Die Gesamtheit von Bewegung in Verbindung mit dem Atem und Meditation macht den Unterschied von Yoga zu Gymnastik und anderen Bewegungsformen. Dieser Kurs ist für Einsteiger*innen aber auch für Fortgeschrittene. Alle Abende werden über die Onlineplattform ZOOM durchgeführt. Voraussetzung ist ein Laptop oder ein Handy mit Kamera und Mikro.

Für die Abende werden warme Socken, bequeme Kleidung (Zwiebel-Look), Matte und Decke und ein großes Handtuch benötigt.

Ref.: Sonja Eilermann

Gebühr: 49,00 €

Anmeldung unter 05952 1556 KEB

- Kurs1: ab 28.08.23, 5 Termine
Kurs3: ab 30.10.23, 5 Termine
Kurs5: ab 08.01.24, 5 Termine
Kurs7: ab 12.02.24, 5 Termine
Kurs9: ab 08.04.24, 5 Termine
Kurs11: ab 13.05.24, 5 Termine
Kurs-Nr.: 1) 95202 3)95204 5)95006
7) 95008 9) 95010 11) 95012

jeweils montags, 17.00 - 18.30 Uhr

- Kurs2: ab 28.08.23, 5 Termine
Kurs4: ab 30.10.23, 5 Termine
Kurs6: ab 08.01.24, 5 Termine
Kurs8: ab 12.02.24, 5 Termine
Kurs10: ab 08.04.24, 5 Termine
Kurs12: ab 13.05.24, 5 Termine
Kurs-Nr.: 2) 95203 4) 95205 6) 95007
8) 95009 10) 95011 12) 95013

jeweils montags, 18.45 - 20.15 Uhr

Entspannung im Alltag -Schnupperkurs

Leitung: Doris Krümberg

Kurs1: ab 07.11.23, 4 Termine
dienstags 19.30 - 21.00 Uhr

Ort: Hilkenbrook, Jugendheim
Anmeldung unter 04493 919551

Kurs2: ab 07.02.24, 4 Termine
mittwochs 19.00 - 20.30 Uhr

Ort: Börgermoor, Mehrgenerationenhaus
Anmeldung unter 04965 746

Gebühr: 38,00 €

Kurs-Nr.: 95207 95004

Qigong

- Kurs und Entspannung auf Juist

Das fünftägige Schnupperangebot „Qigong“ auf Juist“ bietet die Möglichkeit der angenehmen Kombination von wohltuenden und gesundheitsfördernden Qigong-Übungseinheiten im Wechsel mit zum Teil ausgedehnten Phasen der Entspannung in der reizvollen Umgebung der ostfriesischen Insel.

Leitung: Miriam Roppel

Kurs1: März 2024, 16 UStd

Ort: Spiekeroog, Haus Winfried

Leitung: Ulrike Haberkon-Rolfes

Kurs2: April 2024, 16 UStd

Ort: Juist, Pax-Gästehaus

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

Kurs3: Mo.-Fr. 16.-20.10.23, 16 UStd

Ort: Spiekeroog, Haus Winfried

Kurs4: März 2024, 16 UStd

Ort: Spiekeroog, Haus Winfried

Kurs5: April 2024, 16 UStd

Ort: Juist, Pax-Gästehaus

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

Kurs: 16 UStd

März 2024

Ort: Juist, Pax-Gästehaus

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

**Detailausschreibungen
für alle Seminare ab September 2023**

Kooperationsveranstaltungen
mit dem

**Malteser-
Hilfsdienst**  **Malteser
Sögel**

Anmeldungen zu diesen kostenpflichtigen
Kursen unter: 05952 / 9120
malteser.hilfsdienst@ewetel.net

Diese Kursangebote finden alle in der
Malteser Dienststelle in Sögel statt:

**Ausbildung
zur Schwesternhelferin / zum
Pflegerdientsthefher**

Ref.: Angela Borchers
Kurs: ab 24.08.23, 28 Termine
do./fr./mo./di., 08.15 - 12.15 Uhr
Kurs-Nr.: 94202

**Betreuungsassistent
nach § 53c SGB XI**

Ref.: Angela Borchers
Kurs: ab 29.08.23, 40 Termine
di./do., 18.30 - 21.30 Uhr
5x sa., 08.30 - 11.30 Uhr
Kurs-Nr.: 94207

**Delegierbare
Behandlungspflege**

Ref.: Angela Borchers
Kurs1: ab 09.10.-13.10.23, 4 Termine
Mo./Di./Do./Fr., 08.15 - 12.15 Uhr
Ref.: Elisabeth Menne
Kurs2: ab 03.06.24, 5 Termine
mo./mi., 18.30 - 21.30 Uhr
Kurs-Nr.: 94204 94005

**Hauswirtschaftliche
Betreuung**

Ref.: Elisabeth Menne
Kurs: ab 04.04.24, 10 Termine
do./di., 18.30 - 21.30 Uhr
Kurs-Nr.: 94004

Palliativbegleiter

Ref.: Angela Borchers
Kurs1: ab 04.09.23, 10 Termine
mo./mi., 18.30 - 21.30 Uhr
Ref.: Elisabeth Menne
Kurs2: ab 04.04.24, 8 Termine
do./fr./mo./di., 08.15 - 12.15 Uhr
Kurs-Nr.: 94203 94006



Pflegen – Helfen – Beraten – Betreuen

Von Mensch zu Mensch

**Wir sind ganz in Ihrer Nähe
- rufen Sie uns gerne an!**

Caritas Pflegedienst Hümmling, Ansprechpartnerin Kerstin Cordes
Hauptstr. 1 in 49757 Werlte, Tel.: 05951/99 51 347

Betreutes Wohnen Sögel, Ansprechpartnerin Kerstin Cordes
Schloßallee 8 in 49751 Sögel, Tel.: 05952/ 94 19 95 10

Caritas Pflegedienst Lathen, Ansprechpartnerin Katrin Rolfes
Eschring 3 in 49762 Lathen, Tel.: 05933/ 92 565

Caritas St. Martinus Pflegedienst Haren, Ansprechpartnerin Sabine Ahlers
Mittelstr. 1-3 in 49733 Haren, Tel.: 05932/ 55-133



**Ein gutes Gefühl
auch für Ihre Angehörigen**
Malteser Hausnotruf

- ✓ Sicherheit rund um die Uhr
- ✓ Einfache Technik mit Armband oder Kette
- ✓ Bedarfsgerechte medizinische Hilfe
- ✓ Benachrichtigung der Angehörigen
- ✓ Befristet buchbar
- ✓ Jederzeit monatlich kündbar

Hümmling: ☎ 05952 9120

Papenburg: ☎ 04961 974220

🌐 www.malteser-hausnotruf.de

weitere Kooperationsveranstaltungen mit

Malteser- Hilfsdienst Malteser Sögel

Anmeldungen zu diesen kostenpflichtigen Kursen unter: 05952 / 9120
malteser.hilfsdienst@ewetel.net

Diese Kursangebote finden alle in der Malteser Dienststelle in Sögel statt:

Kursstandort: Malteser Dienststelle Sögel

Aktivierung von Senioren

Ref.: Angela Borchers
Kurs: ab 06.11.23, 4 Termine
mo./mi., 18.30 - 21.30 Uhr
Kurs-Nr.: 94220

Betreuung Bettlägriger - Aktivierung mit Strukturmodell

Ref.: Monika Schulz
Kurs: Di., 29.08.+ Do., 31.08.23,
18.30 - 21.30 Uhr
Kurs-Nr.: 94208

Unser Adventskalender

Ref.: Monika Schulz
Kurs: Di., 24.10.+ Do., 26.10.23,
18.30 - 21.30 Uhr
Kurs-Nr.: 24203

„Platt in de Pleeg“ - Plattdeutsch in der Pflege

Ref.: Monika Schulz
Termin: Sa ,15.06.24, 09.00 - 16.30 Uhr
Kurs-Nr.: 43028

Was uns trägt - spirituelle Begleitung von Menschen mit Demenz

Ref.: Monika Schulz
Kurs: Di., 12.03.+ Do., 14.03.24,
18.30 - 21.30 Uhr
Kurs-Nr.: 43026

Oma's Kindheit - mit Demenz- erkrankten das Leben erinnern

Ref.: Monika Schulz
Kurs: Di., 23.04.+ Mi., 24.04.24,
18.30 - 21.30 Uhr
Kurs-Nr.: 43027

Kreative Selbstfürsorge

Ref.: Monika Schulz
Termin: Sa ,08.06.24, 09.00 - 16.00 Uhr
Kurs-Nr.: 43029

Kooperationsveranstaltungen mit dem

Malteser-Hilfsdienst in Papenburg e.V. Malteser

Anmeldungen zu diesen kostenpflichtigen Kursen unter: 0541 95745 -17 / -18
ausbildung@malteser-papenburg.de

Kursstandort: Malteser Papenburg

Ausbildung zur / zum Pflegediensthelfer*in

Ref.: Heike Kötter
Kurs: ab 21.08.23, 34 Termine
mo./mi., 19.30 - 22.00 Uhr
+ sa., 8.00 - 13.45 Uhr
Kurs-Nr.: 94205

Delegierbare Behandlungspflege

Ref.: Heike Kötter
Kurs: ab 13.02.24, 7 Termine
di. + do., 19.30-22.00 Uhr
Kurs-Nr.: 94011

Ausbildung zur / zum Pflegediensthelfer*in - incl. delegierbare Behandlungspflege

Ref.: Heike Kötter
Kurs: ab 08.01.24, 41 Termine
mo./mi., 19.30 - 22.00 Uhr
+ sa., 8.00 - 13.45 Uhr
Kurs-Nr.: 94012

Aktivierung von Senioren

Ref.: Petra Spillmann
Kurs1: ab 14.11.23, 5 Termine
di./do., 19.00 - 21.30 Uhr
Kurs2: ab 04.04.24, 5 Termine
donnerstags, 19.30 - 21.30 Uhr
Kurs-Nr.: 94201 94008

Hauswirtschaftliche Betreuung

Ref.: Petra Spillmann
Kurs: ab 28.05.24, 8 Termine
di./do., 08.30 - 13.00 Uhr
Kurs-Nr.: 94009

Betreuungsassistent nach § 53c SGB XI

Ref.: Petra Spillmann
Kurs1: ab 23.08.23, 35 Termine
mi./do./mo., 08.30 - 13.00 Uhr
Kurs2: ab 25.01.24, 32 Termine
do./mo./mi., 08.30 - 13.00 Uhr
Kurs-Nr.: 94214 94010



AMBULANTER PFLEGEDIENST

ST. KILIAN

An der Kirche 5

26897 Esterwegen

Telefon: 0 59 55 - 935 750

Fax: 0 59 55 - 935 751

E-Mail: kilian@sznh.de

www.kilian-pflege.de

Entdecken, was in Dir steckt Gestalten Kreativ sein

Kreativität hat viele Gesichter. Neues schaffen - eigene Ideen entwickeln und umsetzen macht Spaß und lässt Sie ungeahnte Fertigkeiten an sich entdecken.

Ein bisschen Abstand vom Alltag gewinnen, sich Zeit nehmen, mit netten, gleich interessierten Leuten zusammenkommen oder auch einander unterstützen.

Nehmen Sie sich Zeit, sie zu entdecken.



© Rainer Sturm_pixelio.de

Mode für mich - Nähkurs für Teilnehmerinnen mit und ohne Vorkenntnisse

Das kleine Einmaleins vom Zuschneiden und Nähen einfacher Kleidungsstücke. Schnittmuster werden vorgestellt.

Mitzubringen: Nähmaschine, Maßband, Stecknadeln, evtl. Schnittmuster, Schneiderkreide

Leitung: Monika Baalman

Ort: Sögel, Weißes Haus

Gebühr: 54,00 €

Kurs 1: mo., ab 06.11.23, 5 Termine
montags, 20.00 - 22.15 Uhr

Kurs-Nr.: 83203

Kurs2: ab 08.01.24, 5 Termine
montags, 20.00 - 22.15 Uhr

Kurs-Nr.: 83003

Kurs3: ab 12.02.24, 5 Termine
montags, 20.00 - 22.15 Uhr

Kurs-Nr.: 83004

Kurs4: ab 08.04.24, 5 Termine
montags, 20.00 - 22.15 Uhr

Kurs-Nr.: 83005

Kurs5: ab 13.05.24, 5 Termine
montags, 20.00 - 22.15 Uhr

Nähen lernen für Kids ab 12 Jahren - Einsteigerkurs

Nähen macht Spaß, übt die Kreativität und ermöglicht den unverwechselbaren Ausdruck eigener Individualität. Der Kurs beinhaltet das Zuschneiden und Nähen einfacher Kleidungsstücke und gibt Einblick, welche Stoffe geeignet sind. Der erste Termin ist eine Einführung. Teilnehmer/innen üben das Nähen und bekommen die Nähmaschine erklärt.

Mitzubringen:

Nähmaschine, Schneiderschere, Nähgarn, Maßband, Stecknadeln, Schneiderkreide, Stoff, Schnitt

Leitung: Maria Schischkin

Kurs: fr. 1.12.+8.12., 17.00-19.00 Uhr;
sa. 2.12.+9.12., 10.00-12.15 Uhr

Ort: Dörpen, Pfarrheim St. Christophorus
Anmeldung unter 04963 907607

Gebühr: 45,00 €

Kurs-Nr.: 83204

Klimafit und naturnah - Beete und Gärten gestalten

Artenvielfalt fördern und Erholung im Garten finden.

Mit dem eigenen Garten sind oftmals viele Wünsche verbunden: Vom Erholungsfaktor und einer Wohlfühloase für den Menschen bis hin zum wichtigen naturnahen Lebensraum für Bienen, Schmetterlinge, Vögel und Kleintiere. Zunehmende Trockenheit und intensive Sonneneinstrahlung sind dabei Herausforderungen, die es zu berücksichtigen gilt. Anhand von Beispielen und auf der Grundlage von Teilnehmerfragen werden Ideen zur Neugestaltung, zur Planung und Pflege des heimischen Gartens oder von Garten - Teilbereichen an diesem Kursabend gegeben. Die Teilnehmenden können Fotos aus dem Garten und Fragen im Vorfeld senden an: soegel@keb-emsland.de

Ref.: Thomas Beelmann

Gebühr: 12,00 €

Termin1: Mi., 06.03.24, 19.30 Uhr

Ort: Aschendorf, Amandushaus

Anmeldung unter 04962 1357

Termin2: Mi., 13.03.24, 19.30 Uhr

Ort: Dörpen, Pfarrheim St. Christophorus

Anmeldung unter 04963 907607

Termin3: Do., 14.03.24, 19.30 Uhr

Ort: Sögel, Weißes Haus

Anmeldung unter 05952 1556

Kurs-Nr.: 52001 52002 52003



Der Näh-Club

Ein Kurs für alle, die gern nähen und als Hobbyschneiderinnen ihre Fähigkeiten verbessern wollen. Voraussetzungen: Näh- und Zuschnaidekenntnisse

Leitung: Josy Kley
donnerstags, 18.30-21.30 Uhr

Kurs1: ab 14.09.23, 6 Termine
Gebühr: 18,00 €

Kurs2: ab 08.02.24, 10 Termine
Gebühr: 30,00 €

Ort: Sögel, Weißes Haus
Kurs-Nr.: 83202 83002

Weihnachtsdekorationen aus Naturmaterialien

Kleine Geschenke und Dekorationen für die Weihnachtszeit zum selber gestalten. Schöne Accessoires können unter Anleitung aus Naturmaterialien selber erstellt werden.

Mitzubringen: Gefäße, Kerzen, Kugeln, Schalen, Strohunterlagen, Klebepistole, Schere, Draht. Es können auch zusätzlich Materialien zum Selbstkostenpreis bei der Dozentin erworben werden

Leitung: Marlene Knelangen
Termin1: Di., 21.11.23, 19.30 Uhr
Ort: Bockhorst, Mehrgenerationenhaus
Anmeldung: 04967 939054

Termin2: Mi., 22.11.23, 19.30 Uhr
Ort: Neubörger, Pfarrheim
Anmeldung: 04966 9688844

Termin3: Di., 28.11.23, 19.00 Uhr
Ort: Sustrum-Moor, Pfarrheim
Anmeldung: 05939 910195

Gebühr: 10,00 €, zzgl. Material
Kurs-Nr.: 82202 82203 82204

Skat spielen lernen

Leitung: Alfons Vogel
Kurs: ab 11.10.2023, 5 Termine
mittwochs, 19.00 - 21.00 Uhr
Ort: Sögel, Weißes Haus
Kurs-Nr.: 89201

Natur trifft Seife

...Wohlfühl für Ihre Haut

Christiane Hatting
Heilpraktikerin

Sprakeler Str. 16
49751 Sögel
05952 / 9 68 09 01

info@natur-trifft-seife.de
www.natur-trifft-seife.de



Kreativ - trotz Handicap - Workshop

Leitung: Rita Lammers
Kurs: sa., 09.09.23, 13.00 Uhr, 4x
Ort: Sögel, Weißes Haus
Kurs-Nr.: 43226

Laterne basteln

Leitung: Claudia Görken-Schlangen
Termin: Di., 24.10.23, 15.00 Uhr
Ort: Hilkenbrook, Kindergarten
Kurs-Nr.: 82201

Tolle Schultüten selbstgemacht

Leitung: Claudia Görken-Schlangen
Termin: Di., 04.06.24, 20.00 Uhr
Ort: Hilkenbrook, Kindergarten
Kurs-Nr.: 82001

Palmstöcke basteln und selber herstellen

Leitung: Marlene Knelangen
Termin: Mi., 06.03.24, 19.30 Uhr
Ort: Hilkenbrook, Jugendheim
Gebühr: 10,00 €, zzgl. Material
Kurs-Nr.: 82002
Anmeldung unter: 04493 919551

Plastik - Fluch oder Segen - Plastikmüll und Mikroplastik auf der Spur

Immer mehr Plastik – vom Heilsbringer der Vergangenheit zum Problem der Gegenwart und Zukunft für Umwelt, Tiere und Menschen. Wo steckt mittlerweile überall Plastik und Mikroplastik drin? Was muss sich ändern, damit sich was ändert? Informationen, Experimente, Diskussion und Ideen zu Politik, Wirtschaft und persönlichem Handeln.

Hinweis:

Eigene Kosmetikprodukte u. Bodenproben können mitgebracht und in einem experimentellen Teil analysiert werden

Ref.: Nils Kreienhop
Gebühr: 10,00 €

Termin: Do., 18.04.24, 19.30 Uhr
Ort: Wipplingen, Pfarrer-Schniers-Haus
Anmeldung unter: 04966 990055

Kurs-Nr.:53004

Kursleiter*innen gesucht

Sie möchten Ihr Wissen
und Können an andere
weitergeben?



Melden Sie sich bei uns!

05952 1556

soegel@keb-emsland.de

Praxistips

Leben, Loben, Lachen



**erprobte Ideen
für die Arbeit mit Senioren**

Aktionsbuch

erhältlich: 05952 1556
soegel@keb-emsland.de

Informationen und Anmeldungen für diese Veranstaltung bei der

Kath. Erwachsenenbildung
Emsland Mitte e.V.
Nagelshof 21b,
49716 Meppen
Tel. 05931 4086-0
E-Mail: kurs@keb-emsland.de

Glückspiel-Frei! Selbsthilfegruppe/Gesprächskreis

Die Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung (BZgA) hat am 24. Juni 2021 veröffentlicht, dass in Deutschland 430.000 „Glücksspieler*innen“ von einem sogenannten „problematischen Verhalten“ oder einer Glücksspielsucht betroffen sind.

Raus aus der Spielsucht, nur wie?!

Die Spielsucht – eine Gefahr, die oft unterschätzt wird und doch das Leben vieler Menschen beherrscht.

Betroffene verlieren dabei meist nicht nur Geld, sondern unter den Folgen der Krankheit leidet ihr gesamtes Umfeld.

Im Anschluss bzw. zusätzlich zu den erforderlichen Therapien kann es Betroffenen helfen, sich einer Selbsthilfegruppe bzw. einem Gesprächskreis anzuschließen.

Hier können Sie sich mit Gleichgesinnten austauschen und aus den Erfahrungen Anderen wertvolle Informationen/Tipps für ihre eigene Lebensbewältigung mitnehmen.

Die Gruppe Glückspiel-Frei trifft sich wöchentlich dienstags um 18:30 Uhr in der KEB Geschäftsstelle Meppen.

Neue Teilnehmende sind herzlich willkommen.

Kurs : 2204/23

Bei Interesse melden Sie sich bitte bei der

KEB Emsland Mitte

unter Tel. 05931 4086-0

oder

E-Mail: meppen@keb-emsland.de

Fahr' Rad - tue Gutes ?!

Das ‚moderne‘ Fahrrad ist ziemlich genauso alt wie das ‚moderne‘ Auto. Seit knapp 150 Jahren können wir beide in zahlreichen Varianten nutzen.

Doch während die 48,8 Millionen PKW's (lt. UBA) in Deutschland erheblich zum Problem des klimaschädlichen CO_2 Ausstoßes beitragen, könnte das Fahrrad dagegen ein zunehmend größer werdendes Puzzelteil sein für die klimafreundliche Lösung, an der wir gemeinsam arbeiten müssen.



Alexander Hauk / pixelio.de

Unter den 11.895 km, die jede/r Fahrzeughalter in Niedersachsen in 2020 zurückgelegt hat, gibt es zahlreiche besonders emissionsintensive Kurzstrecken. Davon könnten die meisten ohne große zusätzliche Zeitinvestition mit dem Fahrrad zurückgelegt werden: Vom Brötchen holen, zum Kinder wegbringen, vom Einkaufen zum Freunde besuchen ... Nicht zuletzt die Fahrt zur Arbeit kann enorm viel CO_2 sparen. Dazu gibt es umsonst gesunde Bewegung und schon ab 15 Minuten Strecke Stressabbau gratis.

Versuch's mal - tu' Dir (und Deiner Umwelt) Gutes

Die im weiteren KEB-Programmheft folgenden Spots geben Informationen und wollen zum Nach-/ Umdenken anregen

Angebote mit der **Freiwilligen Agentur**

Seniorengesprächskreis „leben, loben, lachen“

Leitung: Hannelore Buschen
Kurs1: di., 29.08. + 26.09.23, 2 Termine
jeweils 09.30-11.45 Uhr
Kurs2: ab Frühjahr 2024,
jeweils 09.30-11.45 Uhr
Orte: Stavern, Klein Berßen, Sögel
Kurs-Nr.: 43208 43008

Heiteres Gedächtnistraining - fit sein und fit bleiben

Leitung: Angelika Fondalinski-Lakeberg
Kurs1: ab 12.09.23, 4 Termine
Kurs2: ab 09.01.24, 6 Termine
dienstags, 09.45-12.00 Uhr
Ort: Sögel, Gemeindezentrum St. Jakobus
Kurs-Nr.: 43221 43021

Angebote mit der

Kirchengemeinde St. Jakobus

Bibel teilen - Glauben und Leben verbinden

Leitung: Richard Pomberg
Kurs1: ab 12.09.23, 4 Termine
Kurs2: wird rechtzeitig bekannt gegeben
dienstags 18.30-20.00 Uhr
Ort: Sögel, Bücherei
Kurs-Nr.: 24201 24001

Kirchenfloristik und Liturgie - Blumenschmuck im Kirchenraum gestalten

*Fortbildung f. ehrenamtliche Mitarbeiterinnen
u. Mitarbeiter der Kirchengemeinden*

Leitung: Inga Schmitt, Karin Hoffmann
Kurs: Di., 04.06.24, 19.00-22.00 Uhr
+ Sa., 08.06.24, 09.30-12.30 Uhr
Ort: Sögel, Weißes Haus
Gebühr: 48,00 € (inkl. Materialkosten)
Kurs-Nr.: 24025

weitere Infos: FB Theologie/Gesellschaft

Literaturkreis - Literatur im Gespräch

Leitung: n.n
Kurs1: ab di., 11.07.23, 15.00-17.00 Uhr
Kurs2: ab di., 02.01.24, 15.00-17.00 Uhr
Ort: Sögel, Bücherei
Kurs-Nr.: 43217 43017

weitere Infos: FB Kommunikation

Angebot mit dem **SKFM - AK:**

Perspektiven in der „Tafel“-Arbeit

Leitung: Annegret Brüggemann
Kurs1: rechtzeitige vorherige Bekanntgabe!
Kurs2: rechtzeitige vorherige Bekanntgabe!
Ort: Sögel, Tafel Sögel
Kurs-Nr.: 43233 43037

Niederländisch Schnupperkurs - Sprache und Kultur f. Einsteiger*innen

Holland liegt gleich vor der Haustür. Schon mit geringen Sprachkenntnissen - zum Einholen von Informationen, fürs Einkaufen, Urlaub machen und für kurze Gespräche – lassen sich die reizvollen Ort- und Landschaften sowie die niederländische Kultur unserer Nachbarn wunderbar erschließen. Dieser Sprach-Schnupperkurs bietet kulturelle Einblicke, praktische Übungen für den Urlaubsaltag und macht Lust auf mehr.

Ref.: Dirk Jan van der Lugt
Kurs: ab 11.04.24, 8 Termine
donnerstags, 19.30-21.00 Uhr
Ort: Sögel, KEB-Geschäftsstelle
Gebühr: 73,00 €
Kurs-Nr.: 78001

Skat spielen lernen

Ein Einstieg für alle, die schon immer mal das beliebte Kartespiel kennen lernen wollten.

Leitung: Alfons Vogel
Kurs: ab 11.10.2023, 5 Termine
mittwochs, 19.00-21.00 Uhr
Ort: Sögel, Weißes Haus
Kurs-Nr.: 89201

Kreativ - trotz Handicap - Workshop

Leitung: Rita Lammers
Kurs: ab 09.09.23, 4 Termine
samstags, 14.00 Uhr
Ort: Sögel, Weißes Haus
Kurs-Nr.: 43226

Die Musikbaustelle - ein integrativer Workshop

Leitung: Rita Lammers
Termin: Sa., 16.09.23, 09.00 Uhr
Ort: Sögel, Autohaus Osters
Kurs-Nr.: 43225

weitere Infos: FB Kommunikation

Einander helfen

- Familien mit behinderten Kindern

Leitung: Rita Lammers
 Kurs1: ab 15.08.23, 20.00 Uhr
 Kurs2: ab 16.01.24, 20.00 Uhr
 jeden 3. Di. im Monat
 Ort: Sögel, KEB-Geschäftsstelle
 Kurs-Nr.: 43224 43030

weitere Infos: FB Kommunikation

Computer-Kurse

Zertifikatskurs Office-Manager*in

- **Infoabend** am 07.11.2023
- I. **Praktisches Basiswissen** ab 8.11.23
- II. **Textverarbeitung Word** ab 9.1.24
- III. **Internet und Outlook** ab 27.2.24
- IV. **Tabellenkalkulation Excel** ab 16.4.24
- V. **Präsentieren m. Powerpoint** ab 4.6.24

Wenn's hakt - Computerworkshop für die KiTa-Arbeit

ab 08.11.23, 2x

Excel effektiv nutzen

ab 27.09.23, 3x

weitere Infos: FB neue Medien

Deutsch von Anfang an - Sprachkurs für geflüchtete Frauen

Wichtig für die Menschen, die vor Vertreibung und Unterdrückung geflüchtet sind, ist das Erlernen der deutschen Sprache, damit sie in der unbestimmten Zeit, in der sie und ihre Familien bei uns leben, zunehmend zurecht kommen und eine Perspektive entwickeln können.

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.

Leitung: Doris Krümborg + Team
 Kurs: ab 19.09.2023, 50x
 di.+ mi., 08.30-11.30 Uhr,
 Ort: Sögel, Weißes Haus
 Kurs-Nr.: A71201

gefördert durch:



**Niedersächsisches Ministerium
für Wissenschaft und Kultur**

„Bist du sauer?“

Säure-Basen im Gleichgewicht

Leitung: Andrea Spelsberg
 Termin: Do., 18.01.24, 19.00-21.15 Uhr
 Ort: Sögel, Gemeindezentrum St. Jakobus
 Gebühr: 10,00 € Kurs-Nr.: 97002

Mit Basenfasten genüsslich entgiften - die sanfte Alternative zum Heilfasten

Leitung: Andrea Spelsberg
 Kurs: ab 22.02.24, 5 Termine
 2x do./Di., 19.00-21.00 Uhr
 2x sa., 10.00-11.30 Uhr
 Ort: Sögel, Weißes Haus
 Gebühr: 80,00 €
 Kurs-Nr.: 97003

Qigong

- ein Weg zur Stabilisierung der Gesundheit u. des seel. Wohlbefindens

Mitzubr.: Decke, warme Socken, beq. Kleidung

Leitung: Ulrike Haberkorn-Rolfes
 montags, 08.15-09.30 Uhr
 Ort: Sögel, Gemeindezentrum St. Jakobus
 Kurs1: ab 28.08.23, 10 Termine
 Kurs2: ab 05.02.24, 10 Termine
 Gebühr: 90,00 €, *anteilige Kostenersatzung durch Krankenkasse möglich, bitte vorab klären*
 Kurs3: ab 06.05.24, 5 Termine
 Gebühr: 45,00 €
 Kurs-Nr.: 94215 94002 94003

Locker leicht werden - ein bewegter Gewichtsreduzierungskurs

Manchmal ist es einfach zu viel - doch ‚Diäten‘, Hunger und ‚Pülverchen‘ sind zumeist nicht die Lösung. Dieser Kurs ist überaus abwechslungsreich und geht in einer kleinen Gruppe auf die individuellen Bedürfnisse der einzelnen Teilnehmenden ein. Damit einhergehend wird eine gesunde Ernährung angestrebt, die zu einer Gewichtsreduzierung führen kann.

Leitung: Andrea Spelsberg
 Kurs1: ab 28.09.23, 10 Termine
 donnerstags 09.00-10.30 Uhr
 Kurs2: ab 25.01.24, 10 Termine
 donnerstags 09.00-10.30 Uhr
 Kurs3: ab 07.03.24, 10 Termine
 donnerstags 19.30-21.00 Uhr
 Ort: Sögel, Weißes Haus
 Gebühr: 148,00 €
 Kurs-Nr.: 97201 97001 97004

weitere Infos: FB Gesundheit

In Kooperation

mit dem **Landkreis Emsland**

Fortbildungswürfel f. Tagespflegepersonen

Von Angsthäsen und Klammeraffen

Ref.: Elke Wessels

Termin: Mo., 04.09.23, 19.30-21.45 Uhr

Kinderkrankheiten & Co: Symptome erkennen und sicher handeln

Ref.: Andrea Maya Deeters

Termin: Mi., 21.02.24, 19.30-21.45 Uhr

Ort: Sögel, FZ St. Jakobus

Anmeldung: FZ 0152 28222233

Kurs-Nr.: 21272 21063

Ohne Auto in die KiTa - Öko-Challenge für Erzieher*innen

Leitung: Stefan Varel + Team

Kurs: do., 25.04. + 26.09.24,
15.00-18.00 Uhr

Gebühr: 16,00 € pro TN, inkl. Kaffee
mind. 3 TN je Einrichtung

Ort: Sögel, Weißes Haus

Kurs-Nr.: 53005

„Du schaffst das! Stärkung von Resilienz und Selbstwertgefühl“

Fachtag für Kindertagespflegepersonen

Ref.: Doris Krümborg

Termin: Sa., 15.06.24, 09.00-15.00 Uhr

Ort: Sögel, Mensa Schule am Schloss

Kurs-Nr.: 21069

Mit der Trauer leben lernen - Mut und Hoffnung für neue Wege

Ref.: Kerstin Plüster

Termin: Mi., 11.10.23, 19.30 Uhr

Ort: Sögel, Weißes Haus

Gebühr: 9,00 €

Kurs-Nr.: 24210

weitere Infos: FB Pädagogik

Nichts ist vergleichbar mit dem einfachen Vergnügen einer Radtour.

*J.F. Kennedy,
amerik. Präsident*

Rad fahren - Gutes tun

Der Näh-Club

Leitung: Josy Kley

Kurs1: ab 14.09.23, 6 Termine

Gebühr: 18,00 €

Kurs2: ab 08.02.24, 10 Termine

Gebühr: 30,00 €

donnerstags, 18.30-21.30 Uhr

Ort: Sögel, Weißes Haus

Kurs-Nr.: 83202 83002

Mode für mich

Leitung: Monika Baalman

Ort: Sögel, Weißes Haus

20.00-22.15 Uhr

Kurs1: mo., ab 06.11.23, 5 Termine

Kurs2: mo., ab 08.01.24, 5 Termine

Kurs3: mo., ab 12.02.24, 5 Termine

Kurs4: mo., ab 08.04.24, 5 Termine

Kurs5: mo., ab 13.05.24, 5 Termine

Gebühr: 54,00 €

Kurs-Nr.: 83203 83003 83004 83005 83006

Klimafit und naturnah - Beete und Gärten gestalten

Artenvielfalt fördern und Erholung im Garten finden

Ref.: Thomas Beelmann

Termin: Do., 14.03.24, 19.30 Uhr

Ort: Sögel, Weißes Haus

Gebühr: 12,00 €

Kurs-Nr.: 52003

weitere Infos: FB Kreativität

Neue Ideen aus der „Wunderbaren Herbstküche“

Ref.: Rita Tieben

Termin: Do., 16.11.23, 19.30 Uhr

Kurs-Nr.: 92207

Frisch auf den Tisch - leichte Frühlingsskost

Ref.: Rita Tieben

Termin: Do., 25.04.24, 19.30 Uhr

Kurs-Nr.: 92008

Fingerfood

- Dips und Snacks für Gäste

Ref.: Rita Tieben

Termin: Do., 05.10.23, 19.30 Uhr

Kurs-Nr.: 92206

Die orientalische Küche - ein besonderer Kochabend

Ref.: Fedaa Al-Shiab

Termin: Do., 07.03.24, 19.30 Uhr

Kurs-Nr.: 92003

Ort: Sögel, Erich-Kästner-Schule

Gebühr: 12,00 € zzgl. Lebensmittelumlage

weitere Infos: FB Ernährung

örtl. Leiterin: Margret Krange
Tel.: 04962 / 1357

Seniorengesprächskreis „leben, loben, lachen“

Regelmäßige wöchentl. Treffen f. Senioren

Leitung: Cornelia Huth
Kurs1: ab 02.08.23, fortlaufend
Kurs2: ab 03.01.24, fortlaufend
mittwochs, 15.00-17.15 Uhr
Ort: Aschendorf, Amandushaus
Kurs-Nr.: 43204 43004

In Kooperation mit dem **LK Emsland**

Ausbildung zum/zur

DUO - Seniorenbegleiter*in

Leitung: Angela Waschull,
+ Fachreferententeam
Kurs : ab Mi., 06.03.24, 19.30 Uhr
9 Termine,
werden rechtzeitig bekannt gegeben
31 UStd + 20 Praxisstunden
Ort: Aschendorf, Amandushaus
Gebühr: kostenfrei
finanziert durch das Land Niedersachsen
Kurs-Nr.: 43044

DUO Seniorenbegleiter*in - Einführung

Leitung: Stefan Varel, Angela Waschull,
Kerstin Knoll
Termin: Mi., 21.02.24, 19.00 Uhr
Ort: Aschendorf, Amandushaus
Gebühr: kostenfrei
Kurs-Nr.: 43043

Ehrenamtliche/r Medien- und Techniklotse

- Senioren fit machen mit Tablet,
Smartphone und Internet - Einführung

Ref.: Stefan Varel, Werner Heyart
Termin: Mi., 04.10.23, 10.00-11.30 Uhr

Medien- und Techniklotse

Ref.: Werner Heyart
Kurs: ab 13.11. - 08.12.23, 7 Termine
mo./mi.+Fr., 09.00-12.15 Uhr
Ort: Aschendorf, Amandushaus
Gebühr: kostenfrei
Kurs-Nr.: 54205 54206

*Die Veranstaltungen sind kostenfrei
Anmeldung u. Informationen: 05952 1556*

weitere Infos: FB Kommunikation

Balkon-Solaranlagen (PV) - grünen Strom selber machen

Ref.: Jürgen Plüster
Termin: Do., 18.04.24, 20.00 Uhr
Ort: Aschendorf, Amandushaus
Gebühr: 12,00 €
Kurs-Nr.: 53002
weitere Infos: FB Schöpfung/Nachhaltigkeit

In Kooperation mit dem **LK Emsland**

Fortbildungswürfel für Kindertagespflegepersonen

Kinderkrankheiten & Co: Symptome erkennen und sicher handeln

Ref.: Andrea Maya Deeters
Termin: Mo., 04.09.23, 19.30-21.45 Uhr

Von Angsthäsen und Klammeraffen

Ref.: Elke Wessels
Termin: Mi., 21.02.24, 19.30-21.45 Uhr

Ort: Aschendorf, FZ St. Amandus
Kurs-Nr.: 21269 21066

Anmeldung: FZ 04962 700

weitere Infos: FB Pädagogik

Angebote mit dem **SKFM**

Arbeitskreis: Perspektiven im Sozialen Kaufhaus

Leitung: Maike Bruns
Kurs1: wird rechtzeitig bekannt gegeben
Kurs2: wird rechtzeitig bekannt gegeben
Ort: Aschendorf, Heimathaus
Kurs-Nr.: 43236 43040

Arbeitskreis: Perspektiven in der „Tafel“-Arbeit

Kontakt: Ulla Naujok
Kurs1: ab mo., 31.07.23, 17.30 Uhr, 2x
Kurs2: rechtzeitige vorherige Bekanntgabe!
Ort: Aschendorf, Amandushaus
Kurs-Nr.: 43203 43003

weitere Infos: FB Kommunikation

Klimafit und naturnah - Beete und Gärten gestalten

*Artenvielfalt fördern und Erholung
im Garten finden*

Ref.: Thomas Beelmann
Termin: Mi., 06.03.24, 19.30 Uhr
Ort: Aschendorf, Amandushaus
Gebühr: 12,00 €
Kurs-Nr.: 52001

weitere Infos: FB Kreativität

Die orientalische Küche - ein besonderer Kochabend

Ref.: Fedaa Al-Shiab
Termin: Mi., 08.11.23, 19.30 Uhr
Ort: Aschendorf, Amandushaus
Gebühr: 12,00 € zzgl. Lebensmittelumlage
Kurs-Nr.: 92202

weitere Infos: FB Ernährung

Seniorengesprächskreis

„leben, loben, lachen“

Regelmäßige Treffen für Senioren

Leitung: Waltraud Untied

Kurs1: ab Mi., 16.08.23, 17.00 Uhr, 3x

Kurs2: wird rechtzeitig bekannt gegeben

Ort: Berßen, Bürgerhaus

Kurs-Nr.: 43211 43011

Ohne Auto in die KiTa
Dabei sind 2022 159
Erzieher*innen 53.614 km
von Mai bis August
im Emsland mit dem Rad
zur Arbeit gefahren

Rad Fahren - Gutes tun

: Bockhorst

örtl. Leiterin: Claudia Brake

Tel.: 04967 / 939054

Die orientalische Küche - ein besonderer Kochabend

Ref.: Fedaá Al-Shiab

Termin1: Mi., 11.10.23, 19.00 Uhr

Termin2: Mi., 22.11.23, 19.00 Uhr

Ort: Bockhorst, Mehrgenerationenhaus

Gebühr: 12,00 € zzgl. Lebensmittelumlage

Kurs-Nr.: 92204 92203

weitere Infos: FB Ernährung

Vorsorgevollmacht und Patientenverfügung

Ref.: Petra Engeln-Wismann

Termin: Mi., 06.03.24, 19.30 Uhr

Ort: Bockhorst, Mehrgenerationenhaus

Gebühr: 6,00 €

Kurs-Nr.: 43031

weitere Infos: FB Kommunikation

Angebote mit der **Eltern-Kind-Gruppe**

Gemeinsame Lebensschritte für Eltern und Kinder

Leitung: Daniela Hanneken

Kurs1: ab 21.08.23, wöchentlich

Kurs2: ab 08.01.24, wöchentlich

montags, 15.30-17.30 Uhr

Ort: Bockhorst, Mehrgenerationenhaus

Kurs-Nr.: 21225 21025

Qigong - ein Weg zur Stabilisierung der Gesundheit und des seelischen Wohlbefindens - Schnupperkurs

Mitzubr.: Decke, warme Socken, beq. Kleidung

Leitung: Ulrike Haberkorn-Rolfes

Kurs: ab 06.02.24, 4 Termine

dienstags 19.30-21.00 Uhr

Ort: Bockhorst, Mehrgenerationenhaus

Gebühr: 35,00 €

Kurs-Nr.: 94007

weitere Info: FB Gesundheit

*Die Lebensqualität steigt,
wo die Beine etwas mehr
und die Ellenbogen etwas
weniger gebraucht werden.*

*Erhard Eppler,
Sozialdemokrat*

Rad fahren - Gutes tun

Weihnachtsdekorationen aus Naturmaterialien

Leitung: Marlene Knelangen

Termin: Di., 21.11.23, 19.30 Uhr,

Ort: Bockhorst, Mehrgenerationenhaus

Gebühr: 10,00 €, zzgl. Material

Kurs-Nr.: 82202

weitere Info: FB Kreativität

Religion und Glaube**- als Thema in der Seniorenkreisarbeit
für Seniorenkreisleitende**

Ref.: Angelika Fondalinski-Lakeberg
 Termin: Sa., 04.05.24, 09.00-14.30 Uhr
 Ort: Börger, St.-Josef-Stift
 Gebühr: 18,00 € (inkl. Mittagessen)
 Kurs-Nr.: 24026
weitere Infos: FB Theologie/Gesellschaft

*Angebote mit der **Eltern-Kind-Gruppe*****Gemeinsame Lebensschritte
für Eltern und Kinder**

Leitung: Anastasia Kuckshinrichs
 Kurs1: ab 22.08.23, wöchentlich
 Kurs2: ab 09.01.24, wöchentlich
 dienstags, 09.30-11.30 Uhr
 Ort: Börger, Clubhaus
 Kurs-Nr.: 21231 21031

: Breddenberg

örtl. Leiterin: Anke Lindemann-Kordes
 Tel.: 05955 / 9879176

**Balkon-Solaranlagen (PV)
- grünen Strom selber machen**

Ref.: Jürgen Plüster
 Termin: Do., 12.10.23, 20.00 Uhr
 Ort: Breddenberg, Jugendheim
 Gebühr: 12,00 €
 Kurs-Nr.: 53204
weitere Infos: FB Schöpfung/Nachhaltigkeit

*Angebote mit der **Eltern-Kind-Gruppe*****Gemeinsame Lebensschritte
für Eltern und Kinder**

Leitung: Kristina Grefer
 Kurs1: ab 22.08.23, wöchentlich
 Kurs2: ab 09.01.24, wöchentlich
 dienstags, 09.30-11.30 Uhr
 Ort: Breddenberg, Jugendheim
 Kurs-Nr.: 21229 21029

: Dersum / Neudersum

*Angebote mit der **Eltern-Kind-Gruppe*****Gemeinsame Lebensschritte
für Eltern und Kinder**

Ort: Dersum, EKG-Raum
 Leitung: Stefanie Coßmann
 Kurs1: ab 22.08.23, wöchentlich
 Kurs2: ab 09.01.24, wöchentlich
 dienstags, 09.30-11.30 Uhr
 Kurs-Nr.: 21210 21010
 Leitung: Jana Coßmann
 Kurs3: ab 24.08.23, wöchentlich
 Kurs4: ab 04.01.24, wöchentlich
 donnerstags, 15.00-17.00 Uhr
 Kurs-Nr.: 21235 21035
 Leitung: Sandra Bögemann
 Kurs5: ab 24.08.23, wöchentlich
 Kurs6: ab 04.01.24, wöchentlich
 donnerstags, 09.30-11.30 Uhr
 Kurs-Nr.: 21237 21037

Leitung: Rita Borgmann
 Kurs7: ab 23.08.23, wöchentlich
 Kurs8: ab 03.01.24, wöchentlich
 mittwochs, 16.00-17.30 Uhr
 Kurs-Nr.: 21236 21036
 Leitung: Stefanie von Ohr
 Kurs9: ab 10.08.23, wöchentlich
 Kurs10: ab 04.01.24, wöchentlich
 donnerstags, 10.00-12.00 Uhr
 Kurs-Nr.: 21242 21042

**Seniorengesprächskreis
„leben, loben, lachen“***Regelmäßige Treffen für Senioren*

Leitung: Thekla Müter
 Kurs1: ab 12.07.23, 6 Termine
 Kurs2: ab 10.01.24, 6 Termine
 mittwochs, 15.00-17.15 Uhr
 Ort: Dersum, Pfarrhaus
 Kurs-Nr.: 43207 43007

örtl. Leiterin: Elisabeth Sandker
Tel.: 04963 / 907607

Bibel teilen - Glauben und Leben verbinden

Leitung: Elisabeth Kuper
Kurs1: ab 27.07.23, 6 Termine
Kurs2: ab 25.01.24, 6 Termine
donnerstags, 19.30-21.45 Uhr
Ort: Dörpen, Pfarrheim St. Christophorus
Kurs-Nr.: 24204 24003

Mit der Trauer leben lernen - Mut und Hoffnung für neue Wege

Ref.: Kerstin Plüster
Termin: Mi., 14.02.24, 19.30 Uhr
Ort: Dörpen, Pfarrheim St. Christophorus
Gebühr: 9,00 €
Kurs-Nr.: 43022

Angebote mit den

Eltern-Kind-Gruppen

Gemeinsame Lebensschritte für Eltern und Kinder

Ort: Dörpen, Pfarrheim St. Christophorus
Leitung: Kira Cordes
Kurs1: ab 04.07.23, wöchentlich
Kurs2: ab 09.01.24, wöchentlich
dienstags, 09.30-11.30 Uhr
Kurs-Nr.: 21219 21019
Leitung: Hanna Tamminga
Kurs3: ab 05.07.23, wöchentlich
Kurs4: ab 03.01.24, wöchentlich
mittwochs, 15.30-17.30 Uhr
Kurs-Nr.: 21214 21014
Leitung: Jana Sandmann
Kurs5: ab 06.07.23, wöchentlich
Kurs6: ab 04.01.24, wöchentlich
donnerstags, 09.30-11.30 Uhr
Kurs-Nr.: 21218 21018
Leitung: Joanna Albers
Kurs7: ab 06.07.23, wöchentlich
Kurs8: ab 04.01.24, wöchentlich
donnerstags, 15.30-17.30 Uhr
Kurs-Nr.: 21217 21017
Leitung: Wiebke Müller
Kurs9: ab 13.07.23, wöchentlich
Kurs10: ab 04.01.24, wöchentlich
donnerstags, 15.30-17.30 Uhr
Kurs-Nr.: 21216 21016
Leitung: Gitta von Hebel
Kurs11: ab 07.07.23, wöchentlich
Kurs12: ab 05.01.24, wöchentlich
freitags, 15.30-17.30 Uhr
Kurs-Nr.: 21215 21015

Nähen lernen für Kids ab 12 Jahren - Einsteigerkurs

Mitzubringen: Nähmaschine, Schneiderschere,
Nähgarn, Maßband, Stecknadeln, Stoff, Schnitt
Schneiderkreide

Leitung: Maria Schischkin
Kurs: fr., 1.12.+8.12., 17.00-19.00 Uhr;
sa., 2.12.+9.12., 10.00-12.15 Uhr
Ort: Dörpen, Pfarrheim St. Christophorus
Gebühr: 45,00 €
Kurs-Nr.: 83204
weitere Infos: FB Kreativität

In Kooperation mit dem **Landkreis Emsland**

Fortbildungswürfel für Kindertagespflegepersonen

Vielfältige Bücher in der Kindertagespflege

Ref.: Karin Peter
Termin: Mo., 04.09.23, 19.30-21.45 Uhr

Durch Wahrnehmung lernen, aber vor Reizüberflutung schützen! -Online-

Ref.: Sabrina Kampen
Termin: Mi., 21.02.24, 19.30-21.45 Uhr
Ort: Dörpen, FZ St. Elisabeth
Anmeldung: FZ 04963 916649
Kurs-Nr.: 21271 21071
weitere Infos: FB Pädagogik

Angebote mit dem **SKFM**

Arbeitskreis: Perspektiven in der „Tafel“-Arbeit

Leitung: Heinz Klasen
Termin1: ab Herbst 2023
Termine werden bekannt gegeben
Termin2: ab Frühjahr 2024
Termine werden bekannt gegeben
Ort: Dörpen, Pfarrheim St. Christophorus
Kurs-Nr.: 43232 43036

Vorsorgevollmacht und Patientenverfügung

Ref.: Petra Engeln-Wismann
Termin: Do., 12.10.23, 19.30 Uhr
Ort: Dörpen, Pfarrheim St. Christophorus
Gebühr: 6,00 €
Kurs-Nr.: 43223

Seniorengesprächskreis „leben, loben, lachen“

Regelmäßige Treffen für Senioren
Leitung: Maria Schmees
Kurs 1: ab 04.07.23, 6 Termine
Kurs 2: ab 02.01.24, 6 Termine
dienstags, 15.00-17.15 Uhr
Ort: Dörpen, Pfarrheim St. Christophorus
Kurs-Nr.: 43210 43010

Die orientalische Küche - ein besonderer Kochabend

Ref.: Fedaâ Al-Shiab
Termin1: Mi., 04.10.23, 19.00 Uhr
Termin2: Mi., 24.04.24, 19.00 Uhr
Ort: Dörpen, Schulzentrum
Gebühr: 12,00 € zzgl. Lebensmittelumlage
Kurs-Nr.: 92205 92002
weitere Infos: FB Ernährung

Auf dem Weg zur Ehe

Ref.: Kirsten Griep-Raming,
Martin Hagedorn
Kurs: Fr., 23.02.24, 19.30-21.00 Uhr
Sa., 24.02.24, 09.30-19.00 Uhr
Ort: Dörpen, Pfarrheim St. Christophorus
Gebühr: 30,00 € pro Paar
Kurs-Nr.: 24006
Anmeldung Pfarrbüro 04963 790

Klimafit und naturnah - Beete und Gärten gestalten

*Artenvielfalt fördern und Erholung
im Garten finden*
Ref.: Thomas Beelmann
Termin: Mi., 13.03.24, 19.30 Uhr
Ort: Dörpen, Pfarrheim St. Christophorus
Gebühr: 12,00 €
Kurs-Nr.: 52002
weitere Infos: FB Kreativität

Niederländisch Schnupperkurs - Sprache und Kultur für Einsteiger*innen

Ref.: Dirk Jan van der Lugt
Kurs: ab 25.01.24, 8 Termine
donnerstags, 19.30-21.00 Uhr
Ort: Dörpen, Christophorushaus
Gebühr: 73,00 €
Kurs-Nr.: 78002
weitere Infos: FB Kommunikation

örtl. Leiterin: Hedwig Scheumann
Tel.: 05955 / 532

Angebote mit den

Eltern-Kind-Gruppen

Gemeinsame Lebensschritte für Eltern und Kinder

Leitung: Christina Lübben
Kurs1: ab 24.08.23, wöchentlich
Kurs2: ab 11.01.24, wöchentlich
donnerstags, 09.30-11.30 Uhr
Ort: Esterwegen, KiTa St. Anna
Kurs-Nr.: 21224 21024

In Kooperation mit dem FZ Nordhümmling

Die sexuelle Entwicklung von Kindern - als Herausforderung für die pädagogische Begleitung in der Kita

*Fortbildung f. Erzieher*innen-Team*

Ref.: Birgitt Ridder-Stockamp
Termin: Mo., 01.02.24, 09.00-16.15 Uhr
Ort: Esterwegen, FZ Nordhümmling
Kurs-Nr.: 21068

weitere Infos: FB Pädagogik

Balkon-Solaranlagen (PV) - grünen Strom selber machen

Ref.: Jürgen Plüster
Termin: Do., 14.03.24, 20.00 Uhr
Ort: Esterwegen, FZ Nordhümmling
Gebühr: 12,00 €
Kurs-Nr.: 53001
weitere Infos: FB Schöpfung/Nachhaltigkeit

Fingerfood - Dips und Snacks für Gäste

Ref.: Rita Tieben
Termin: Do., 22.02.24, 19.30 Uhr
Ort: Esterwegen, FZ Nordhümmling
Gebühr: 12,00 € zzgl. Lebensmittelumlage
Kurs-Nr.: 92007
weitere Infos: FB Ernährung

Vorsorgevollmacht und Patientenverfügung

Ref.: Petra Engeln-Wismann
Termin: Do., 30.11.23, 20.00 Uhr
Ort: Esterwegen, FZ Nordhümmling
Gebühr: 6,00 €
Kurs-Nr.: 43222
weitere Infos: FB Kommunikation

Angebote mit dem **SKFM**

Arbeitskreis: Perspektiven in der „Tafel“-Arbeit

Leitung: Roswitha Niemeyer
Kurs1: wird rechtzeitig bekannt gegeben
Kurs2: wird rechtzeitig bekannt gegeben
Ort: Esterwegen, Informationszentrum
Kurs-Nr.: 43229 43033

In Kooperation mit d. **Landkreis Emsland**

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

Ref.: Ulrike Lübbers, 160 UStd
Silvia Wagener + Team
Gebühr: 70,00 € (= ermäßigte Gebühr, setzt Bereitschaft zur Aufnahme in die Vermittlungskartei des Familienzentrums voraus.)
Kursstart: ab Mo., 09.10.2023, 19.00 Uhr
Ort: Esterwegen, FZ Nordhümmling
Infoabend: Di., 19.09.23, 20.00 Uhr
Kurs-Nr.: 21264 21263
weitere Infos: FB Kommunikation

Fortbildungswürfel für Kindertagespflegepersonen

Von Angsthasen und Klammeraffen

Ref.: Elke Wessels
Termin: Di., 14.11.23, 19.30-21.45 Uhr

Kinderkrankheiten & Co: Symptome erkennen und sicher handeln

Ref.: Andrea Maya Deeters
Termin: Mo., 15.04.24, 19.30-21.45 Uhr
Ort: Esterwegen, FZ Nordhümmling
Anmeldung: FZ 05955 532
Kurs-Nr.: 21273 21064

Schwamm drüber? - Vergeben und Verzeihen im Umgang mit Kindern

Religionspädagogische Fortbildung für Mitarbeitende in der Kindertagespflege
Ref.: Elke Grote, Religionspädagogin
Termin: Di., 07.03.24, 19.30-21.45 Uhr
Ort: Esterwegen, FZ Nordhümmling
Gebühr: 10,00 €
Kurs-Nr.: 24023

Babysitterkurs - für Jugendliche ab 13 Jahren

Leitung: Kristina Lubas
Kurs: Fr., 16.02.24, 15.00-18.00 Uhr
Sa., 17.02.24, 09.00-14.30 Uhr
Ort: Esterwegen, FZ Nordhümmling
Gebühr: 28,00 €
Kurs-Nr.: 21058

weitere Infos: FB Pädagogik

Angebote mit dem **SKF Esterwegen**

Anmeldung zu den Kursen:
SKF 05955 / 2871



Das soziale Kaufhaus im Gespräch

Leitung: Marianne Hanneken
Termin: Do., 31.08.23, 18.00 Uhr
Ort: Esterwegen, Max-Kolbe-Haus
Kurs-Nr.: 21267

Verschiedene Handarbeitstechniken

Leitung: Karin Kober
Kurs1: ab 13.07.23, 15.00-17.00 Uhr
Kurs2: ab 11.01.24, 15.00-17.00 Uhr
donnerstags, 14-tägig
Ort: Esterwegen, Max-Kolbe-Haus
Kurs-Nr.: 83201 83001

Deutsch sprechen lernen - für Frauen aus osteurop. Ländern

Leitung: Tanja Maurer
Kurs: ab 06.09.23, 09.00-11.00 Uhr
mittwochs, 10 Termine
Ort: Esterwegen, Max-Kolbe-Haus
Kurs-Nr.: 71202

Erste Hilfe am Kleinkind

Ref.: angefragt
Kurs: Herbst 2023, 18.30-22.00 Uhr, 2x
wird rechtzeitig bekannt gegeben
Ort: Esterwegen, Max-Kolbe-Haus
Kurs-Nr.: 94218

Gemeinsam statt einsam - das Leben mit Freude ernst nehmen

Gesprächskreis für Alleinstehende
Leitung: Thekla Schrand
Kurs 1: ab 12.07.23, 15.00 Uhr
Kurs 2: ab 10.01.24, 15.00 Uhr
jeden 2. Mittwoch im Monat
Ort: Esterwegen, Max-Kolbe-Haus
Kurs-Nr.: 43220 43020

weitere Infos: FB Kommunikation

Beim ADFC Klimatest 2022 mit 1/4 Millionen Teilnehmenden sind die Bedingungen fürs Radfahren in 1114 Kommunen nur mit der Note Ø 3,96 bewertet worden

Rad fahren - Gutes tun

Angebote mit den

Eltern-Kind-Gruppen

Gemeinsame Lebensschritte für Eltern und Kinder

Leitung: Heike Glandorf
 Kurs1: ab 21.08.23, wöchentlich
 Kurs2: ab 08.01.24, wöchentlich
 montags 15.00-17.30 Uhr
 Ort: Hasselbrock, Alte Schule
 Kurs-Nr.: 21223 21023

Das ländliche Wetringen mit 8.200 Einwohner hat beim ADFC Klimatest die Note 2,0 bekommen - nichts ist unmöglich

Rad fahren - Gutes tun

: Heede

Wenn ich einen Erwachsenen auf einem Fahrrad sehe, ist mir um die Zukunft der Menschheit nicht bange.

*H. G. Wells
 Science-Fiction Autor*

Rad fahren - Gutes tun

Angebote mit den

Eltern-Kind-Gruppen

Gemeinsame Lebensschritte für Eltern und Kinder

Leitung: Lisa von Ohr
 Kurs1: ab 25.07.23, wöchentlich
 Kurs2: ab 09.01.24, wöchentlich
 dienstags, 15.30-17.30 Uhr
 Ort: Heede, Pfarrheim
 Kurs-Nr.: 21226 21026

: Hilkenbrook

örtl. Leiterin: Julia Schwarte
 Tel.: 04493 / 919551

Angebote mit den

Eltern-Kind-Gruppen

Gemeinsame Lebensschritte für Eltern und Kinder

Leitung: Nina Böckmann
 Kurs: ab 09.01.24, wöchentlich
 dienstags, 09.30-11.30 Uhr
 Ort: Hilkenbrook, Jugendheim
 Kurs-Nr.: 21057

Mein Kind im Kindergarten - gut geschützt im Kindergarten

Leitung: Claudia Görken-Schlangen
 Termin: Di., 15.08.23, 20.00 Uhr
 Ort: Hilkenbrook, Kindergarten
 Kurs-Nr.: 21266

Palmstöcke basteln und selber herstellen

Leitung: Marlene Knelangen
 Termin: Mi., 06.03.24, 19.30 Uhr
 Ort: Hilkenbrook, Jugendheim
 Gebühr: 10,00 €, zzgl. Material
 Kurs-Nr.: 82002

weitere Infos: FB Kreativität

Laternen basteln

Leitung: Claudia Görken-Schlangen
 Termin: Di., 24.10.23, 15.00 Uhr
 Ort: Hilkenbrook, Kindergarten
 Kurs-Nr.: 82201

Tolle Schultüten selbstgemacht

Leitung: Claudia Görken-Schlangen
 Termin: Di., 04.06.24, 20.00 Uhr
 Ort: Hilkenbrook, Kindergarten
 Kurs-Nr.: 82001

Kinderkrankheiten natürlich behandeln

Ref.: Lena Kossenjans
 Termin: Di., 16.04.24, 19.30 Uhr
 Ort: Hilkenbrook, Jugendheim
 Gebühr: 10,00 €
 Kurs-Nr.: 94013

Entspannung im Alltag - Schnupperkurs

Leitung: Doris Krümborg
 Kurs: ab 07.11.23, 4 Termine
 dienstags 19.30-21.00 Uhr
 Ort: Hilkenbrook, Jugendheim
 Gebühr: 38,00 €
 Kurs-Nr.: 95207

weitere Infos: FB Gesundheit

: Hilkenbrook

Ganz schön lebendig

- frische Ideen für die Kinderkirche und Familiengottesdienste

Ref.: Anna Freckmann
Termin: Do., 14.03.24, 19.30-21.45 Uhr
Ort: Hilkenbrook, Jugendheim
Gebühr: 10,00 €
Kurs-Nr.: 24024

weitere Infos: FB Theologie/Gesellschaft

Babysitterkurs

- für Jugendliche ab 13 Jahren

Leitung: Malte Krüßel
Kurs: Fr., 01.03.24, 14.00 - 18.00 Uhr
Sa., 02.03.24, 09.00 - 13.30 Uhr
Gebühr: 28,00 €
Ort: Hilkenbrook, Pfarrheim
Kurs-Nr.: 21073

weitere Infos: FB Pädagogik

: Lähden / Holte-Lastrup

Angebote mit der

Eltern-Kind-Gruppe

Gemeinsame Lebensschritte für Eltern und Kinder

Leitung: Inga Lübken
Kurs1: ab 03.07.23, wöchentlich
Kurs2: ab 15.01.24, wöchentlich
montags, 15.30-17.30 Uhr

Ort: Lähden, Pfarrhaus
Kurs-Nr.: 21206 21006

Seniorengesprächskreis

„leben, loben, lachen“

Regelmäßige Treffen für Senioren

Leitung: Hedwig Thaler
Kurs1: ab 20.07.23, 5 Termine
donnerstags, 14.30-16.45 Uhr
Kurs2: wird rechtzeitig bekannt gegeben
Ort: Holte-Lastrup, Pfarrheim
Kurs-Nr.: 43212 43012

: Lahn

*Fahrrad fahren
ist veganes Reiten.*

*Friedrich Küppersbusch,
Journalist*

Rad fahren - Gutes tun

Angebote mit der

Eltern-Kind-Gruppe

Gemeinsame Lebensschritte für Eltern und Kinder

Leitung: Doris Hanneken
Kurs1: ab 23.08.23, wöchentlich
Kurs2: ab 10.01.24, wöchentlich
mittwochs, 15.30-17.30 Uhr

Kurs-Nr.: 21209 21009

: Lathen

örtl. Leiter: Werner Nögel
Tel. 05933 / 4589

Vorsorgevollmacht und Patientenverfügung

Die Veranstaltung thematisiert die Eigenverantwortlichkeit des Menschen in beschränkt steuerbaren Lebenssituationen. Dabei geht es um den Autonomieerhalt durch beschränkte und vertrauensvolle Vollmachtsüberschreibungen. Der Kursabend ermöglicht einen verantwortungsvollen Umgang mit dem Thema.

Ref.: Petra Engeln-Wismann
Termin: Do., 22.02.24, 20.00 Uhr
Ort: Lathen, St.-Vitus-Haus
Gebühr: 6,00 € Kurs-Nr.: 43025
weitere Infos: FB Kommunikation

Qigong

- ein Weg zur Stabilisierung der Gesundheit u. des seel. Wohlbefindens

Leitung: Ulrike Haberkorn-Rolfes
Ort: Lathen, Kiga St.-Vitus
montags, 19.00-20.15 Uhr

Kurs1: ab 28.08.23, 10 Termine
Kurs2: ab 05.02.24, 10 Termine
Gebühr: 90,00 €, *anteilige Kostenersatzung durch Krankenkasse möglich, bitte vorab klären*

Kurs3: ab 06.05.24, 5 Termine
Gebühr: 45,00 €
Kurs-Nr.: 94216 94015 94016
*Anmeldung unter 05952 1556
weitere Infos: FB Gesundheit*

Bestattungskultur im Wandel

Ref.: Maria Schröer,
Bernhard Jansen
Termin: Mi., 29.11.23, 19.30 Uhr
Ort: Lathen, St.-Vitus-Haus
Kurs-Nr.: 24211
weitere Infos: FB Theologie/Gesellschaft

Balkon-Solaranlagen (PV) - grünen Strom selber machen

Alle reden von der Energiewende. Dabei muss es zu Hause nicht immer gleich die große Solaranlage sein. Einfach selber tätig werden, um grünen Strom zu produzieren ist möglich - mit einer Balkon-Photovoltaikanlage (Balkon-PV). Der Themenabend geht darauf ein, wie effektiv eine Balkon-PV ist, was sie kostet, wo günstige Standorte sind, was für die Installation zu beachten ist und auf die Fragen der Teilnehmenden.

Ref.: Jürgen Plüster
Termin: Do., 23.11.23, 20.00 Uhr
Ort: Lathen, St.-Vitus-Haus
Gebühr: 12,00 €
Kurs-Nr.: 53201
weitere Infos: FB Schöpfung/Nachhaltigkeit

Angebote mit der

Eltern-Kind-Gruppe

Gemeinsame Lebensschritte für Eltern und Kinder

Leitung: Marion Regenbrecht
Kurs1: wird rechtzeitig bekannt gegeben
Kurs2: wird rechtzeitig bekannt gegeben
Ort: Lathen, St.-Vitus-Haus
Kurs-Nr.: 21233 21033

Sinnfragen und Religiosität im Alter

*für Teilnehmer*innen aus dem Ausbildungskurs
Duo-Seniorenbegleiter*in A 43038*

Ref.: Kirsten Griep-Raming
Termin: Mo, 25.09.23, 19.30 Uhr
Ort: Lathen, St.-Vitus-Haus
Kurs-Nr.: 24208
Anmeldung unter 05952 1556

Argumentieren gegen Stammtischparolen - Möglichkeiten und Vorgehen zur Stärkung ziviler Courage

Wer kennt das nicht? Da haut jemand eine Parole raus und ich bin so perplex, dass ich nicht reagiere. Hinterher fallen mir dann viele gute Reaktionen ein. Stammtischparolen begegnen uns oft und unerwartet. Sie überrumpeln uns gerade dann, wenn wir nicht damit rechnen. Dabei wollen wir doch klar Position beziehen. Der Vortragsabend nimmt Stammtischparolen unter die Lupe, schaut auf Reaktionsmöglichkeiten und hilft klar Position zu beziehen.

Ref.: Marlies Stertenbrink
Termin: Do., 18.04.24, 19.30 Uhr
Ort: Lathen, St.-Vitus-Haus
Gebühr: 11,00 € Kurs-Nr.: 16001

weitere Infos: FB Kommunikation

Wohnen im Alter - Herausforderung und Möglichkeiten zwischen Wohnform und Pflege

Ref.: Referent*in SPN
Termin: Mi., 08.05.24, 19.30 Uhr
Ort: Lathen, St.-Vitus-Haus
Kurs-Nr.: 43041

weitere Infos: Kommunikation

örtl. Ansprechpartnern: Silvia Menke
Tel. 05933 / 903695

Vorsorgevollmacht und Patientenverfügung

Ref.: Petra Engeln-Wismann
Termin: Mi, 15.11.23, 19.00 Uhr
Gebühr: 6,00 €
Ort: Lathen-Wahn, Pfarrheim
Kurs-Nr.: 43215

weitere Infos: FB Kommunikation

Die orientalische Küche - ein besonderer Kochabend

Ref.: Fedaá Al-Shiab
Termin: Mi., 13.03.24, 19.00 Uhr
Gebühr: 12,00 € zzgl. Lebensmittelumlage
Ort: Lathen-Wahn, Pfarrheim
Kurs-Nr.: 92001

weitere Infos: FB Ernährung

: Lathen-Wahn

Seniorengesprächskreis „leben, loben, lachen“

Regelmäßige Treffen für Senioren

Leitung: Anni Timmer

Kurs1: ab 04.07.23, 14.30-17.00 Uhr

Kurs2: ab 02.01.24, 14.30-17.00 Uhr

jeden 1. Dienstag im Monat

Ort: Lathen-Wahn, Pfarrheim

Kurs-Nr.: 43237 43042

Angebote mit der

Eltern-Kind-Gruppe

Gemeinsame Lebensschritte für Eltern und Kinder

Leitung: Kerstin Jönen

Ort: Lathen-Wahn, Kindergarten

Kurs1: ab 05.07.23, wöchentlich

Kurs2: ab 10.01.24, wöchentlich
mittwochs, 15.30-17.00 Uhr

Kurs-Nr.: 21203 21003

Kurs3: ab 22.08.23, wöchentlich

Kurs4: ab 09.01.24, wöchentlich
dienstags, 15.30-17.00 Uhr

Kurs-Nr.: 21212 21012

: Lehe

Angebote mit der

Eltern-Kind-Gruppe

Gemeinsame Lebensschritte für Eltern und Kinder

Leitung: Jana Sebers

Kurs1: ab 03.07.23, wöchentlich

Kurs2: ab 08.01.24, wöchentlich
montags, 09.30-11.30 Uhr

Ort: Lehe, Pfarrheim

Kurs-Nr.: 21202 21002

Leitung: Imke Cloppenburg

Kurs3: wird rechtzeitig bekannt gegeben

Kurs4: wird rechtzeitig bekannt gegeben

Ort: Lehe, Turnhalle

Kurs-Nr.: 21234 21034

Die Co² Emissionen im Stra-
ßenverkehr haben in 2022
weiter zugenommen.
Sei ein Vorbild - reduziere
Deinen Beitrag um 10%+X

Rad fahren - Gutes tun

: Lorup

Angebote mit den

Eltern-Kind-Gruppen

Gemeinsame Lebensschritte für Eltern und Kinder

Leitung: Sabrina Rieken

Kurs1: ab 17.08.23, wöchentlich

Kurs2: ab 04.01.24, wöchentlich
donnerstags, 10.00-12.00 Uhr

Kurs-Nr.: 21204 21004

Leitung: Elke Korte

Kurs3: ab 23.08.23, wöchentlich

Kurs4: ab 10.01.24, wöchentlich
mittwochs, 10.00-11.30 Uhr

Kurs-Nr.: 21213 21013

Ort: Lorup, Krull's Hus

Seniorengesprächskreis „leben, loben, lachen“

Regelmäßige Treffen für Senioren

Leitung: Frieda Schwarte

Kurs1: ab 29.08.23, 5 Termine

Kurs2: ab 30.01.24, 6 Termine
dienstags, 15.00-17.15 Uhr

Ort: Lorup, Krull's Hus

Kurs-Nr.: 43205 43005

örtl. Leiterin: Anne Langen
Tel.: 04966 / 9688844

Männer - und der Wille zum Grillen

ein Koch-/Grillabend für Männer
Ref.: Rita Tieben
Termin: Do., 23.05.24, 19.30 Uhr
Ort: Neubörger, Tennis Clubhaus
Gebühr: 12,00 € zzgl. Lebensmittelumlage
Kurs-Nr.: 92006

Fingerfood - Dips und Snacks für Gäste

Ref.: Rita Tieben
Termin: Mi., 27.09.23, 19.30 Uhr
Ort: Neubörger, Mehrgenerationenhaus
Gebühr: 12,00 € zzgl. Lebensmittelumlage
Kurs-Nr.: 92208

weitere Infos: FB Ernährung

Kinderkrankheiten & Co: Symptome erkennen und sicher handeln

Ref.: Albine Ritter
Termin: Mi., 28.02.24, 19.30 Uhr
Ort: Neubörger, Pfarrheim
Gebühr: 10,00 €
Kurs-Nr.: 94017
weitere Infos: FB Gesundheit

Weihnachtsdekorationen aus Naturmaterialien

Leitung: Marlene Knelangen
Termin: Mi., 22.11.23, 19.30 Uhr,
Ort: Neubörger, Pfarrheim
Gebühr: 10,00 €, zzgl. Material
Kurs-Nr.: 82203
weitere Infos: FB Kreativität

Angebote mit den

Eltern-Kind-Gruppen Gemeinsame Lebensschritte für Eltern und Kinder

Leitung: Helen Küpker
Kurs1: ab 23.08.23, wöchentlich
Kurs2: ab 10.01.24, wöchentlich
mittwochs, 15.30-17.30 Uhr
Ort: Neusustrum, Jugendheim
Kurs-Nr.: 21211 21011

*Fahrradfahren
ist ein ideales Herz-
Kreislauftraining und fördert
die Fitness*

Herzstiftung.de

Rad fahren - Gutes tun

*Fahr so viel, oder so wenig
oder so weit oder so kurz
wie du Dich fühlst,
aber fahr.*

*Eddy Merckx,
Radsportler*

Rad fahren - Gutes tun

Angebote mit der

Eltern-Kind-Gruppe Gemeinsame Lebensschritte für Eltern und Kinder

Leitung: Anna Robin-Rhode
Kurs1: ab 23.08.23, wöchentlich
mittwochs, 09.30-11.30 Uhr
Kurs2: ab 10.01.24, wöchentlich
mittwochs, 09.30-11.30 Uhr
Ort: Niederlangen, Neerlänger Hus
Kurs-Nr.: 21208 21008
Leitung: Nele Fabian
Kurs3: ab 05.07.23, wöchentlich
mittwochs, 09.30-11.30 Uhr
Kurs4: ab 03.01.24, wöchentlich
mittwochs, 09.30-11.30 Uhr
Ort: Niederlangen-Siedlung,
Dorfgemeinschaftshaus, Alte Schule
Kurs-Nr.: 21207 21007

In Kooperation mit dem **LK Emsland**
Fortbildungswürfel für Kindertagespflegepersonen

Durch Wahrnehmung lernen, aber vor Reizüberflutung schützen! -Online-

Ref.: Sabrina Kampen
Termin: Mo., 04.09.23, 19.30-21.45 Uhr

Von Angsthäsen und Klammeraffen

Ref.: Elke Wessels
Termin: Mo., 15.04.24, 19.30-21.45 Uhr

Ort: Papenburg FZ David
Kurs-Nr.: 21275 21067
Anmeldung: FZ 04961 7088

Kinderkrankheiten & Co: Symptome erkennen und sicher handeln

Ref.: Andrea Maya Deeters
Termin: Di., 14.11.23, 19.30-21.45 Uhr
Ort: Papenburg, FZ St. Michael
Kurs-Nr.: 21268
Anmeldung: FZ 04961 71339

Vielfältige Bücher in der Kindertagespflege

Ref.: Karin Peter
Termin: Di., 21.02.24, 19.30-21.45 Uhr
Ort: Papenburg, FZ Regenbogenland
Kurs-Nr.: 21062
Anmeldung: FZ 04961 992231

Bibel teilen - Begegnung mit der Bibel im Sonntagsevangelium

Leitung: Andreas Bröcher
Kurs1: ab 13.07.23, 2x im Monat
Kurs2: ab 11.01.24, 2x im Monat
do., 10.00-11.00 Uhr od.
20.00-21.00 Uhr
Ort: Papenburg, Niels-Stensen-Haus
Kurs-Nr.: 24202 24002

Babysitterkurs - für Jugendliche ab 13 Jahren

Leitung: Malte Krüßel
Kurs: Fr., 17.11.23, 14.00 - 18.00 Uhr
Sa., 18.11.23, 09.00 - 13.30 Uhr
Gebühr: 28,00 €
Ort: Papenburg, FZ St. Michael
Kurs-Nr.: 21265
Anmeldung: FZ 04961 71339

weitere Infos: FB Pädagogik

Sonntagstreffen - Themen für Menschen mit und ohne Handicap

offener Gesprächskreis

Leitung: Andreas Bröcher, Pastor
Kurs1: ab so., 09.07.23, 6 Termine
Kurs2: ab so., 14.01.24, 6 Termine
15.00-16.30 Uhr

Ort: Papenburg, Pfarrheim St. Josef
Kurs-Nr.: 43216 43016



Angebote mit dem **SKFM**
- Info/Anmeldung **04961 660780**

Arbeitskreis: Perspektiven im Sozialen Kaufhaus

Leitung: Maike Bruns
Kurs1: ab Herbst 2023,
wird rechtzeitig bekannt gegeben
Kurs2: ab Frühjahr 2024,
wird rechtzeitig bekannt gegeben

Ort: Papenburg, SKFM-Geschäftsstelle
Kurs-Nr.: 43235 43039

Arbeitskreis: Perspektiven in der „Tafel“-Arbeit

Leitung: Ulla Naujok
Ort: Papenburg, SKFM-Geschäftsstelle
Kurs1: rechtzeitige vorherige Bekanntgabe!
Kurs2: rechtzeitige vorherige Bekanntgabe!
Kurs-Nr.: 43231 43035

Menschen begleiten - Betreuungsarbeit im Gespräch

Leitung: Jens-Peter Dohmes
Termin1: Di., 11.07.23, 18.00-20.15 Uhr
Termin2: wird rechtzeitig bekannt gegeben
Ort: Papenburg, SKFM-Geschäftsstelle
Kurs-Nr.: 43228 43032

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

Ref.: Kerstin Högemann, 160 UStd
Silvia Wagener + Team
Gebühr: 70,00 € (= ermäßigte Gebühr, setzt
Bereitschaft zur Aufnahme in die Vermittlungskartei des Familienzentrums voraus.)
Kursstart: ab mi., 11.10.23, 19.00 Uhr
Ort: Papenburg, FZ David
Infoabend: Mi., 27.09.23, 20.00 Uhr
Kurs-Nr.: 21258 21257

weitere Infos: FB Kommunikation

Babysitterkurs - für Jugendliche ab 13 Jahren

Leitung: Malte Krüßel
 Kurs: Fr., 17.11.23, 15.00 - 18.00 Uhr
 Sa., 18.11.23, 09.00 - 14.30 Uhr
 Gebühr: 28,00 €
 Ort: Papenburg, FZ St. Michael
 Kurs-Nr.: 21265
 Anmeldung unter 04961 71339

weitere Infos: FB Pädagogik Angebote

mit der

**Hospizbewegung e.V. Papenburg
und Umgebung**

Lebenshilfe zur Trauerbewältigung - Arbeitskreis Selbsthilfe Hospiz

offener Gesprächskreis,
Anmeldung ist nicht erforderlich
 Leitung: Klara Brinkmann
 Kurs1: ab 03.07.23, 6 Termine
 Kurs2: ab 08.01.24, 6 Termine
 montags 19.00 Uhr (1.Mo / Monat)
 Ort: Papenburg, Dechant-Schütte-Str. 86
 Kurs-Nr.: 43219 43019

Trauertreff Trostquelle

Anmeldung: Hospizverein 0173 2772 135
 Leitung: Klara Brinkmann
 Kurs1: ab 06.07.23, 6 Termine
 Kurs2: ab 04.01.24, 6 Termine
 donnerstags 19.00 Uhr
 (1.Do / Monat)
 Ort: Papenburg,
 Dechant-Schütte-Str. 86
 Kurs-Nr.: 43218 43018

*Das Fahrrad ist das zivilisierteste
Transportmittel, dass der Mensch
kennt. Andere Verkehrsmittel wer-
den täglich alpträumhafter.
Nur das Fahrrad bleibt rein im
Herzen.*

Iris Murdoch, Schriftstellerin

Rad fahren - Gutes tun

Angebote mit dem



Malteser

Malteser Hilfsdienst Papenburg

Anmeldungen zu diesen kostenpflichtigen
Kursen unter: 0541 95745 -17 / -18 MHD

Ort: Papenburg, MHD-Haus

Ausbildung zur / zum Pflegediensthelfer*in

Ref.: Heike Kötter
 Kurs: ab 21.08.23, 34 Termine
 mo./mi., 19.30-22.00 Uhr
 + sa., 08.00-13.45 Uhr
 Kurs-Nr.: 94205

Delegierbare Behandlungspflege

Ref.: Heike Kötter
 Kurs: ab 13.02.24, 7 Termine
 di. + do., 19.30-22.00 Uhr
 Kurs-Nr.: 94011

Ausbildung zur / zum Pflegediensthelfer*in - incl. delegierbare Behandlungspflege

Ref.: Heike Kötter
 Kurs: ab 08.01.24, 41 Termine
 mo./mi., 19.30-22.00 Uhr
 + sa., 08.00-13.45 Uhr
 Kurs-Nr.: 94012

Aktivierung von Senioren

Ref.: Petra Spillmann
 Kurs1: ab 14.11.23, 5 Termine
 di./do., ab 19.30-22.00 Uhr
 Kurs2: ab 04.04.24, 5 Termine
 donnerstags, 19.30-21.30 Uhr
 Kurs-Nr.: 94201 94008

Hauswirtschaftliche Betreuung

Ref.: Petra Spillmann
 Kurs: ab 28.05.24, 8 Termine
 di./do., 08.30-13.00 Uhr
 Kurs-Nr.: 94009

Betreuungsassistent nach § 53c SGB XI

Ref.: Petra Spillmann
 Kurs1: ab 23.08.23, 35 Termine
 mi./do./mo., 08.30-13.00 Uhr
 Kurs2: ab 25.01.24, 32 Termine
 do./mo./mi., 08.30-13.00 Uhr
 Kurs-Nr.: 94214 94010

weitere Infos: FB Gesundheit

: Rastdorf

Angebote mit der

Eltern-Kind-Gruppe

Gemeinsame Lebensschritte für Eltern und Kinder

Leitung: Martina Büter

Kurs1: ab 04.07.23, wöchentlich

Kurs2: ab 09.01.24, wöchentlich
dienstags, 16.00-17.30 Uhr

Ort: Rastdorf, Turnhalle

Kurs-Nr.: 21201 21001

Radfahren hilft beim Abbau
von Stresshormonen und
steigert die Produktion von
Glückshormonen

tk.de

Rad fahren - Gutes tun

: Renkenberge

örtl. Leiterin: Alexandra Kock

Tel.: 05933 / 934681

Vorsorgevollmacht und Patientenverfügung

Ref.: Petra Engeln-Wismann

Termin: Do., 09.11.23, 19.30 Uhr

Gebühr: 6,00 €

Ort: Renkenberge, Gemeindehaus

Kurs-Nr.: 43227

weitere Infos: FB Kommunikation

Die orientalische Küche - ein besonderer Kochabend

Ref.: Fedaá Al-Shiab

Termin: Do., 28.09.23, 19.30 Uhr

Ort: Renkenberge, Gemeindehaus

Gebühr: 12,00 € zzgl. Lebensmittelumlage

Kurs-Nr.: 92201

weitere Infos: FB Ernährung

Angebote mit der

Eltern-Kind-Gruppe

Gemeinsame Lebensschritte für Eltern und Kinder

Leitung: Anna Ahillen

Kurs1: ab 24.08.23, wöchentlich

Kurs2: ab 11.01.24, wöchentlich
donnerstags, 15.00-17.00 Uhr

Ort: Renkenberge, Renkenberger Hus

Kurs-Nr.: 21227 21027

Fantasiereisen mit Klang - Körper, Geist und Seele zum Schwingen bringen

Mitzubringen: weiche Unterlage, Kissen, Decke,
bequeme Kleidung

Leitung: Kerstin Frye

Termin: Di. 05.03.24, 19.00-21.15 Uhr

Ort: Renkenberge, Gemeindehaus

Gebühr: 10,00 €

Kurs-Nr.: 95014

weitere Infos: FB Gesundheit

: Rhede

Angebote mit der

Eltern-Kind-Gruppe

Gemeinsame Lebensschritte für Eltern und Kinder

Leitung: Sandra Gahse

Kurs1: ab 22.08.23, wöchentlich
dienstags, 09.30-11.30 Uhr

Kurs2: ab 09.01.24, wöchentlich
dienstags, 09.30-11.30 Uhr

Kurs-Nr.: 21228 21028

Leitung: Karolin de Weerd

Kurs3: ab 14.08.23, wöchentlich

Kurs4: ab 08.01.24, wöchentlich
montags, 09.00-11.00 Uhr

Kurs-Nr.: 21239 21039

Gemeinsame Lebensschritte für Eltern und Kinder

Leitung: Christina Büning

Kurs5: ab 06.07.23, wöchentlich

Kurs6: ab 11.01.24, wöchentlich
donnerstags, 15.00-17.00 Uhr

Kurs-Nr.: 21238 21038

Ort für alle Kurse: Rhede, Altes Pfarrhaus

Seniorengesprächskreis „leben, loben, lachen“

Regelmäßige Treffen für Senioren
 Leitung: Sabine Broos
 Kurs1: ab 04.07.23, 6 Termine
 Kurs2: ab 02.01.24, 6 Termine
 dienstags, 15.00-17.15 Uhr
 Ort: Rhede, Anker
 Kurs-Nr.: 43201 43001

Seniorenarbeit vor Ort

Leitung: Sabine Broos
 Termin: Di., 24.10.23, 15.00-17.15 Uhr
 Ort: Rhede, Anker
 Kurs-Nr.: 43202

In Kooperation mit dem LK Emsland

Fortbildungswürfel für Kindertagespflegepersonen

Vielfältige Bücher in der Kindertagespflege

Ref.: Karin Peter
 Termin: Di., 14.11.23, 19.30-21.45 Uhr

Durch Wahrnehmung lernen, aber vor Reizüberflutung schützen! -Online-

Ref.: Sabrina Kampen
 Termin: Mo., 15.04.24, 19.30-21.45 Uhr

Ort: Rhede, FZ St. Nikolaus
 Kurs-Nr.: 21270 21072
 Anmeldung: FZ 04964 959700

weitere Infos: FB Pädagogik

: Spahnharrenstätte

örtl. Leiterin: Rita Tieben
 Tel.: 05951 / 3416

Seniorengesprächskreis „leben, loben, lachen“

Regelmäßige Treffen für Senioren
 Leitung: Heike Meyer
 Kurs1: ab 11.07.23, monatlich
 Kurs2: ab 09.01.24, monatlich
 dienstags, 14.30-17.30 Uhr
 Ort: Spahnharrenstätte, Pfarrhaus
 Kurs-Nr.: 43206 43006

Angebote mit der

Eltern-Kind-Gruppe

Gemeinsame Lebensschritte für Eltern und Kinder

Leitung: Anja Scheperjans
 Kurs1: ab 24.08.23, wöchentlich
 donnerstags, 09.30-11.30 Uhr
 Kurs2: ab 11.01.24, wöchentlich
 donnerstags, 09.30-11.30 Uhr
 Ort: Spahnharrenstätte, Jugendheim
 Kurs-Nr.: 21230 21030

Fantasiereisen mit Klang - Körper, Geist und Seele zum Schwingen bringen

Mitzubringen: weiche Unterlage, Kissen, Decke,
bequeme Kleidung

Leitung: Kerstin Frye
 Termin: Do. 14.09.23, 19.30 - 21.45 Uhr
 Ort: Spahnharrenstätte, Pfarrhaus
 Gebühr: 10,00 €
 Kurs-Nr.: 95206

weitere Infos: FB Gesundheit

Balkon-Solaranlagen (PV) - grünen Strom selber machen

Ref.: Jürgen Plüster
 Termin: Do., 09.11.23, 19.30 Uhr
 Ort: Spahnharrenstätte, Lüns-Hus
 Gebühr: 12,00 €
 Kurs-Nr.: 53203
 weitere Infos: FB Schöpfung/Nachhaltigkeit

Die orientalische Küche - ein besonderer Kochabend

Ref.: Fedaá Al-Shiab
 Termin: Do., 18.04.24, 19.30 Uhr
 Ort: Spahnharrenstätte, Lüns-Hus
 Gebühr: 12,00 € zzgl. Lebensmittelumlage
 Kurs-Nr.: 92004

weitere Infos: FB Ernährung

örtl. Leiter: Erhard Dopp
Tel.: 05965 / 939859

Seniorengesprächskreis „leben, loben, lachen“

Regelmäßige Treffen für Senioren

Leitung: Hildegard Schulte
Kurs1: ab 20.09.23, 4 Termine
mittwochs, 15.00 - 17.15 Uhr
Kurs2: ab 17.01.24, 6 Termine
mittwochs, 15.00 - 17.15 Uhr
Ort: Stavern, Jugendheim
Kurs-Nr.: 43209 43009

25% der Autofahrten sind
kürzer als 2km; 50% kurzer
als 5km (ADFC)
2000 € Gesundheitskosten
pro Kopf und Jahr sind bei
75 Min. Radfahren pro Wo-
che einsparbar (WHO)

Rad fahren - Gutes tun

: Surwold - Börgermoor

örtl. Leiterin: Maria Kossenjans
Tel.: 04965 / 746

Fantasiereisen mit Klang - Körper, Geist und Seele zum Schwingen bringen

*Mitzubringen: weiche Unterlage, Kissen, Decke,
bequeme Kleidung*

Leitung: Kerstin Frye
Termin: Di. 23.01.24, 19.00-21.15 Uhr
Ort: Börgermoor, Mehrgenerationenhaus
Gebühr: 10,00 €
Kurs-Nr.: 95005

Entspannung im Alltag

- Schnupperkurs

Leitung: Doris Krümborg
Kurs: ab 07.02.24, 4 Termine
mittwochs 19.00 - 20.30 Uhr
Ort: Börgermoor, Mehrgenerationenhaus
Gebühr: 38,00 €
Kurs-Nr.: 95004

weitere Infos: FB Gesundheit

Angebote mit den

Eltern-Kind-Gruppen

Gemeinsame Lebensschritte für Eltern und Kinder

Leitung: Nana Efken-Hinrichs
Kurs1: ab 14.08.23, wöchentlich
montags, 15.30-17.30 Uhr
Kurs2: ab 08.01.24, wöchentlich
montags, 15.30-17.30 Uhr
Ort: Stavern, Kiga St. Michael
Kurs-Nr.: 21241 21041

Balkon-Solaranlagen (PV) - grünen Strom selber machen

Ref.: Jürgen Plüster
Termin: Do., 06.06.24, 19.30 Uhr
Ort: Stavern, Jugendheim
Gebühr: 12,00 €
Kurs-Nr.: 53003
weitere Infos: FB Schöpfung/Nachhaltigkeit

Vorsorgevollmacht und Patientenverfügung

Ref.: Petra Engeln-Wismann
Termin: Mi., 13.03.24, 19.30 Uhr
Gebühr: 6,00 €
Ort: Börgermoor, Mehrgenerationenhaus
Kurs-Nr.: 43023
weitere Infos: FB Kommunikation

Balkon-Solaranlagen (PV) - grünen Strom selber machen

Ref.: Jürgen Plüster
Termin: Do., 21.09.23, 20.00 Uhr
Ort: Börgermoor, Mehrgenerationenhaus
Gebühr: 12,00 €
Kurs-Nr.: 53202
weitere Infos: FB Schöpfung/Nachhaltigkeit

Bestattungskultur im Wandel

Ref.: Doris Brinker
Termin: Do., 22.02.24, 19.30 Uhr
Ort: Börgermoor, Mehrgenerationenhaus
Kurs-Nr.: 24022
weitere Infos: FB Theologie/Gesellschaft

*Du bist nur eine Fahrrad-
fahrt von der guten Laune
entfernt.*

*Sarah Bentley,
Radsportlerin*

Rad fahren - Gutes tun

Angebote mit den

Eltern-Kind-Gruppen

Gemeinsame Lebensschritte für Eltern und Kinder

Leitung: Tanja Gerdes

Kurs1: ab 03.07.23, wöchentlich
montags, 15.30-17.30 Uhr

Kurs2: ab 15.01.24, wöchentlich
montags, 15.30-17.30 Uhr

Ort: Börgerwald, Pfarrhaus

Kurs-Nr.: 21205 21005

: Sustrum / Sustrum - Moor

örtl. Leiterin: Kerstin Frye

Tel.: 05939 / 910195

Angebote mit den

Eltern-Kind-Gruppen

Gemeinsame Lebensschritte für Eltern und Kinder

Leitung: Carina Sieve

Kurs1: ab 23.08.23, wöchentlich

Kurs2: ab 10.01.24, wöchentlich
mittwochs, 09.30-11.30 Uhr

Ort: Sustrum, Pfarrheim

Kurs-Nr.: 21232 21032

Niederländisch

Schnupperkurs - Sprache und Kultur für Einsteiger*innen

Ref.: Dirk Jan van der Lugt

Kurs: ab 05.10.23, 8 Termine
donnerstags, 18.45-20.15 Uhr

Ort: Sustrum-Moor, Feuerwehrhaus

Gebühr: 73,00 €

Kurs-Nr.: 78201

- Sprache und Kultur Vertiefungskurs

Ref.: Dirk Jan van der Lugt

Kurs: ab 05.10.23, 6 Termine
donnerstags, 20:30-22:00 Uhr

Gebühr: 57,00 €

Ort: Sustrum-Moor, Feuerwehrhaus

Kurs-Nr.: 78202

weitere Infos: FB Kommunikation

Weihnachtsdekorationen aus Naturmaterialien

Leitung: Marlene Knelangen

Termin: Di., 28.11.23, 19.00 Uhr,

Ort: Sustrum-Moor, Pfarrheim

Gebühr: 10,00 €, zzgl. Material

Kurs-Nr.: 82204

weitere Info: FB Kreativität

Heute glauben? - von Schwierigkeiten und Zuversicht

in der Reihe „Glauben bilden“

Ref.: Inge Zumsande, n.n.

Ort: Sustrum-Moor, Pfarrheim

Heute noch christlich glauben? – zwischen Vorgaben, Widersprüchen und Gefühlen

Termin: März 2024,

wird rechtzeitig bekannt gegeben

Macht Glaube Hoffnung?

Termin: März 2024,

wird rechtzeitig bekannt gegeben

Wie Glauben leben und weitergeben?

Termin: März 2024,

wird rechtzeitig bekannt gegeben

kostenfreie Teilnahme!

Bestattungskultur im Wandel - das Kolumbari in St. Michael Papenburg

Ref.: Marlies Korfhage

Termin: Do., 21.09.23, 14.30 Uhr

Ort: Sustrum-Moor, Pfarrheim

Kurs-Nr.: 24207

„Macht dem Herrn die Wege bereit“ - der Weg in den Advent

Ref.: Kerstin Frye

Termin: Do., 30.11.23, 14.30 Uhr

Ort: Sustrum-Moor, Pfarrheim

Kurs-Nr.: 24206

weitere Infos: FB Theologie/Gesellschaft

Fantasiereisen mit Klang

Leitung: Kerstin Frye

Ort: Sustrum-Moor, Pfarrheim

Kurs: ab 05.10.23, 7 Termine
donnerstags, 19.00 - 20.00 Uhr

Gebühr: 52,50 €

Kurs-Nr.: 95201

weitere Infos: FB Gesundheit

Vorsorgevollmacht und Patientenverfügung

Ref.: Petra Engeln-Wismann
Termin: Do., 25.04.24, 19.00 Uhr
Gebühr: 6,00 €
Ort: Sustrum-Moor, Pfarrheim
Kurs-Nr.: 43024

Mit der Trauer leben lernen - Mut und Hoffnung für neue Wege

Ref.: Kerstin Plüster
Termin: Mi., 07.02.24, 19.00 Uhr
Ort: Sustrum-Moor, Pfarrheim
Gebühr: 9,00 €
Kurs-Nr.: 24021

Fantasiereisen mit Klang

Leitung: Kerstin Frye
Ort: Sustrum-Moor, Pfarrheim
Kurs: ab 11.01.24, 8 Termine
donnerstags, 19.00 - 20.00 Uhr
Gebühr: 60,00 €
Kurs-Nr.: 95003
weitere Infos: FB Gesundheit

Länderküche- das Beste aus Kochtöpfen um die ganze Welt

Ref.: Rita Tieben
Termin: Mi., 13.03.24, 19.30 Uhr
Ort: Sustrum-Moor, Pfarrheim
Gebühr: 12,00 € zzgl. Lebensmittelumlage
Kurs-Nr.: 92005
weitere Infos: FB Ernährung

Seniorgesprächskreis „leben, loben, lachen“

Regelmäßige Treffen für Senioren
Leitung: Marita Meyer
Kurs1: 28.09.23, 4 Termine
donnerstags, 15.00-17.15 Uhr,
Kurs2: 18.01.24, 6 Termine
donnerstags, 15.00-17.15 Uhr,
Ort: Vrees, Heimathaus
Kurs-Nr.: 43214 43014

Angebote mit den

Eltern-Kind-Gruppen

Gemeinsame Lebensschritte für Eltern und Kinder

Leitung: Marlen Unverfehrt
Kurs1: ab 06.07.23, wöchentlich
Kurs2: ab 11.01.24, wöchentlich
donnerstags 09.30-11.30 Uhr
Ort: Vrees, Bürgerhaus
Kurs-Nr.: 21222 21022

Seniorgesprächskreis „leben, loben, lachen“

Regelmäßige Treffen für Senioren
Leitung: Tanja Esters
Kurs1: 21.09.23, 4 Termine
donnerstags, 15.00-17.15 Uhr,
Kurs2: 18.01.24, 6 Termine
donnerstags, 15.00-17.15 Uhr,
Ort: Werlte, Pfarrheim St. Sixtus
Kurs-Nr.: 43213 43013

Angebote mit dem SKFM

Arbeitskreis: Perspektiven in der „Tafel“-Arbeit

Leitung: Johann Kröger
Kurs1: Herbst 2023, wird rechtzeitig
bekannt gegeben
Kurs2: Frühjahr 2024, wird rechtzeitig
bekannt gegeben
Ort: Werlte, Kath. Gemeindezentrum
Kurs-Nr.: 43230 43034

weitere Info: FB Kommunikation

Biblische Sprichwörter - zwischen Wüste und Garten Eden

Wenn man jemanden in die Wüste schickt, könnte man sich dabei auf die Bibel berufen. Gleiches gilt, wenn man darauf hofft, dass es „den Seinen der Herr im Schlaf gibt“. Viele Sprichwörter und Redewendungen sind so selbstverständlich in unseren alltäglichen Sprachgebrauch übergegangen, dass wir ihren biblischen Ursprung manchmal gar nicht mehr kennen. An diesem Vormittag geben wir uns auf eine Entdeckungsreise durch die Bibel und schauen im Bibelgarten nach Anknüpfungspunkten für biblische Weisheiten – eine spannende Spurensuche.

Leitung: Gisela Püttker
Termin: Sa., 27.04.24, 09.00 - 12.15 Uhr
Ort: Werlte, Gemeindezentrum St. Sixtus
Kurs-Nr.: 24027

Anmeldung unter 05951 20157

Gottes gute Schöpfung erfahrbar machen

Arbeitskreis Bibelgarten

Leitung: Jens Niermann

Kurs1: ab 10.07.23, 19.30-21.45 Uhr
jeden 2. Mo. im Monat, 6 Termine

Kurs2: ab 08.01.24, 19.30-21.45 Uhr
jeden 2. Mo. im Monat, 6 Termine

Ort: Werlte, Pfarrheim St. Sixtus

Kurs-Nr.: 24205 24005

weitere Infos: FB Theologie/Gesellschaft



Den Bibelgarten im Frühling erleben

Eine spannende Reise durch den Bibelgarten in Werlte für alle Interessierten.

Leitung: Jens Niermann

Termin: So., 02.06.24, 15.00-17.15 Uhr

Ort: Werlte, Bibelgarten

Kurs-Nr.: 24004

Teilnahme ohne Anmeldung möglich

Babysitterkurs - für Jugendliche ab 13 Jahren

Leitung: Kristina Lubas

Kurs: Fr., 29.09.23, 15.00-18.00 Uhr
Sa., 30.09.23, 09.00-14.30 Uhr

Ort: Werlte, FZ St. Sixtus

Gebühr: 28,00 €

Kurs-Nr.: 21256

Anmeldung unter 05951 1332

*Ich liebe Fahrradfahren,
weil es meinen Kopf für
neue Ideen freimacht.*

*Christina Bacher,
Jugendbuchautorin*

Wer bist Du ? - Entspannung suchen

In Kooperation

mit dem **Landkreis Emsland**

Fortbildungswürfel für Kindertagespflegepersonen

Durch Wahrnehmung lernen, aber vor Reizüberflutung schützen! -Online-

Ref.: Sabrina Kampen

Termin: Di., 14.11.23, 19.30-21.45 Uhr

Vielfältige Bücher in der Kindertagespflege

Ref.: Karin Peter

Termin: Mo., 15.04.24, 19.30-21.45 Uhr

Ort: Werlte, FZ St. Sixtus

Kurs-Nr.: 21276 21065

Anmeldung: FZ 05951 1332

weitere Infos: FB Pädagogik

Angebote mit der

Eltern-Kind-Gruppe

Gemeinsame Lebensschritte für Eltern und Kinder

Ort: Werpeloh, Mehrgenerationenhaus

Leitung: Astrid Hüntelmann

Kurs1: ab 03.07.23, wöchentlich

Kurs2: ab 08.01.24, wöchentlich
montags 09.30-11.30 Uhr

Kurs-Nr.: 21221 21021

Kurs3: ab 05.07.23, wöchentlich

Kurs4: ab 03.01.24, wöchentlich
mittwochs 16.00-17.30 Uhr

Kurs-Nr.: 21220 21020

Kinderkrankheiten natürlich behandeln

Ref.: Lena Kossenjans

Termin: Di., 07.11.23, 20.00 Uhr

Ort: Werpeloh, Mehrgenerationenhaus

Gebühr: 10,00 €

Kurs-Nr.: 94217

Anmeldung unter 05952 9693566

weitere Infos: FB Pädagogik

örtl. Leiterin: Anita Gerdes
Tel.: 04966 / 990055

Leckere Ideen für die Grillparty - für Männer und Frauen

Ref.: Rita Tieben
Termin: Mi., 15.05.24, 19.30 Uhr
Ort: Wipplingen, Gemeindezentrum
Gebühr: 12,00 € zzgl. Lebensmittelumlage
Kurs-Nr.: 92009
weitere Infos: FB Ernährung

Plastik - Fluch oder Segen - Plastikmüll u. Mikroplastik auf der Spur



Alexandra H. / pixelio.de

Immer mehr Plastik – vom Heilsbringer der Vergangenheit zum Problem der Gegenwart und Zukunft für Umwelt, Tiere und Menschen. Wo steckt mittlerweile überall Plastik und Mikroplastik drin? Was muss sich ändern, damit sich was ändert? Informationen, Experimente, Diskussion und Ideen zu Politik, Wirtschaft und persönlichem Handeln. *Hinweis:* Eigene Kosmetikprodukte u. Bodenproben können mitgebracht und analysiert werden
Ref.: Nils Kreienhop
Termin: Do., 18.04.24, 19.30 Uhr
Ort: Wipplingen, Pfarrer-Schniers-Haus
Gebühr: 10,00 €
Kurs-Nr.: 53004

Erste Hilfe am Kleinkind

Ref.: Sonja Kruiithoff
Termin: Sa., 14.10.23, 09.00-15.30 Uhr
Ort: Wipplingen, Pfarrer-Schniers-Haus
Gebühr: 39,00 € (8-97N: 45,00 €)
Kurs-Nr.: 94219

Ganz schön lebendig - frische Ideen für die Kinderkirche und Familiengottesdienste

Wie können wir uns und die Familien in der Gemeinde aus dem ‚Winterschlaf‘ für unseren Glauben und unser Gemeindeleben wecken, der schon viel zu lange andauert? Die Fortbildung für Kinderkirche-Leitende und Familiengottesdienst-Leitende beschäftigt sich mit vielen Fragen und ermutigt zu einem ideenreichen Neustart.

Es werden praktische Zugänge für Krabbel- und Familiengottesdienste unter den gegebenen Umständen geboten.

- Neue Formen und Inhalte für interessante Familiengottesdienste und die Beteiligung der Gemeinde
- Durchführungsscheck für die Kinderkirche
- Mitmachlieder für die Kleinen und Songs für die Größeren
- Wettbewerbe und ‚Lockmittel‘ für unsere Zielgruppen
- praktische Hilfen und Ideenquellen

Ref.: Anna Freckmann
Termin: Mi., 04.10.23, 19.30-21.45 Uhr
Ort: Wipplingen, Pfarrer-Schniers-Haus
Gebühr: 10,00 €
Kurs-Nr.: 24209
weitere Infos: FB Theologie/Gesellschaft

Angebote mit der Eltern-Kind-Gruppe Gemeinsame Lebensschritte für Eltern und Kinder

Leitung: Martina Robin
Kurs1: ab 01.08.23, wöchentlich dienstags, 09.30-11.30 Uhr
Kurs2: ab 09.01.24, wöchentlich dienstags, 09.30-11.30 Uhr
Ort: Wipplingen, Gemeindezentrum
Kurs-Nr.: 21240 21040

Kinderkrankheiten natürlich behandeln

Ref.: Lena Kossenjans
Termin: Di. 12.03.24, 19.30 Uhr
Ort: Wipplingen, Pfarrer-Schniers-Haus
Gebühr: 10,00 €
Kurs-Nr.: 94014
weitere Infos: FB Gesundheit

Ferienkalender 2023 / 2024

| Alle Angaben ohne Gewähr | Herbst | Weihnachten | Winter | Ostern Frühjahr | Himmelfahrt - Pfingsten | Sommer |
|---|------------------------|----------------|----------------|--------------------|-------------------------|----------------|
| Baden-Württemberg ⁽⁵⁾ | 30.10.- 03.11. | 23.12.- 05.01. | - | 23.03.- 05.4. | 21.05.- 31.05. | 25.07.- 07.09. |
| Bayern | 30.10.- 03.11. | 23.12.- 05.01. | 12.02.-16.02. | 25.03.-06.04. | 21.05.- 01.06. | 29.07.- 09.09. |
| Berlin | 02.10./23.10.- 04.11. | 23.12.- 05.01. | 05.02.- 10.02. | 25.03.-05.04. | 10.05. | 18.07.- 30.08. |
| Brandenburg ⁽²⁾ | 23.10.- 04.11. | 23.12.- 05.01. | 05.02.-09.02. | 25.03.- 05.04. | - | 18.07.- 31.08. |
| Bremen | 02.10./ 16.10.- 30.10. | 23.12.- 05.01. | 01.02.- 02.02. | 18.03.- 28.03. | 10.05./ 21.05. | 24.06.- 02.08. |
| Hamburg | 02.10./ 16.10.- 27.10. | 22.12.- 05.01. | 02.02. | 18.03.- 28.03. | 10.05./ 21.05.- 24.05. | 18.07.- 28.08. |
| Hessen ⁽³⁾ | 23.10.- 28.10. | 27.12.- 13.01. | - | 25.03.- 13.04. | - | 15.07.- 23.08. |
| Mecklenburg-Vorpommern | 9.-14.10./30.10.-1.11. | 21.12.- 03.01. | 05.02.- 16.02. | 25.03.- 03.04. | 10.05./ 17.05.- 21.05. | 22.07.- 31.08. |
| Niedersachsen | 02.10./ 16.10.- 30.10. | 27.12.- 05.01. | 01.02.- 02.02. | 18.03.- 28.03. | 10.05./ 21.05. | 24.06.- 02.08. |
| Nordrhein-Westfalen ⁽⁴⁾ | 02.10.- 14.10. | 21.12.- 05.01. | - | 25.03.- 06.04. | 21.05. | 08.07.- 20.08. |
| Rheinland-Pfalz ⁽⁶⁾ | 16.10.- 27.10. | 27.12.- 05.01. | - | 25.03.- 02.04. | 21.05.- 29.05. | 15.07.- 23.08. |
| Saarland ⁽²⁾ | 23.10.- 03.11. | 21.12.- 02.01. | 12.02.- 16.02. | 25.03.- 05.04. | 21.05.- 24.05. | 15.07.- 23.08. |
| Sachsen | 02.10.- 14.10./ 30.10. | 23.12.- 02.01. | 12.02.- 23.02. | 28.03.- 05.04. | 10.05./ 18.05.- 21.05. | 20.06.- 02.08. |
| Sachsen-Anhalt ⁽¹⁾ | 02.10./ 16.10.- 30.10. | 21.12.- 03.01. | 05.02.- 10.02. | 25.03.-30.03. | 21.05.- 24.05. | 24.06.- 03.08. |
| Schleswig-Holstein ⁽¹⁾ | 16.10.- 27.10. | 27.12.- 06.01. | - | 02.04.- 19.04. | 10.05.- 11.05. | 22.07.- 31.08. |
| Thüringen ⁽²⁾ | 02.10.- 14.10. | 22.12.- 05.01. | 12.02.- 16.02. | 25.03.- 06.04. | 10.05. | 20.06.- 31.07. |

() = Zahl der beweglichen Ferientage

auf den niedersächsischen Nordseeinseln und den Inseln Sylt, Föhr, Amrum, Helgoland und den Heiligen gelten Sonderregelungen

Angaben ohne Gewähr



DRUCK IST WEIT MEHR
ALS FARBE AUF PAPIER!



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



#fair

Gut *fair* sichert?



vrk⁺

Versicherer im Raum der Kirchen

Ich berate Sie gern!

Werner Runde

Generalagentur

Telefon 05951 902424

werner.runde@vrk-ad.de



Weil Kultur uns alle inspiriert.

Kultur fördern lässt Menschen daran teilhaben.

Diesem gesellschaftlichen Engagement fühlt sich die Sparkassen-Finanzgruppe seit jeher verpflichtet. Das stärkt jeden Einzelnen – regional und bürgernah. Wir bringen mehr Neugier in unsere Gesellschaft.

Mehr Infos unter:
mehralsgeld.sparkasse.de/kulturfoerderung



gedruckt auf 100% Altpapier

Weil's um mehr als Geld geht.



Sparkasse
Emsland