

Diakonie 
Saar

**Evangelische
Familienbildungsstätte**



**PROGRAMM
2025**



➤ www.familienbildung-saar.de



➤ www.facebook.com/FamilienbildungSaar/



➤ www.instagram.com/familienbildungs Saar/

Evangelische Familienbildungsstätte der Diakonie Saar

Mainzer Str. 269, 66121 Saarbrücken

☎ 0681 61348, 📠 0681 61340

✉ fambild-sb@dwsaar.de

➤ www.familienbildung-saar.de

➤ www.facebook.com/FamilienbildungSaar/

➤ www.instagram.com/familienbildungs Saar/

Bürozeiten: Montag bis Freitag, 9–12 Uhr



Die Evangelische Familienbildungsstätte der
DIAKONISCHES WERK AN DER SAAR gGmbH
ist zertifiziert nach ISO 9001.

Programmübersicht

Vorworte 10

1 Rund um die Geburt

Kugelrund – Schwangerentreff und Geburtsvorbereitung	14
Baby-Bauch-Musik (NEU!)	15
Yoga für Mamas und Babys von 2 bis 8 Monaten (NEU!)	16
Elternkurs „Das Baby verstehen“ für werdende oder neue Mütter und Väter	17
Geburtsvorbereitungskurs	18
Rückbildungskurs	19
Gesprächskreis für Sterneltern	20
Babyclubs im Stadtteil	21

2 Eltern und Kinder

PEKIP: Prager Eltern-Kind-Programm	24
Babymassage	25
Babytreff für Eltern und Babys bis 6 Monate (NEU!)	26
Krabbelclub für Eltern und Babys von 6 bis 12 Monaten (NEU!)	27
Kreativraum für Kinder von 1 bis 3 Jahren (NEU!)	28
Bewegungsraum für Kinder von 1 bis 3 Jahren (NEU!)	29
Eltern-Kind-Gruppe in Uchtelfangen	30
Musik und Spiel – die musikalische Stunde für Kinder von 1 bis 2 Jahren	31

Kinder tanzen! – ein Tanzkurs für Kinder von 2 bis 4½ Jahren	32
Selbstverteidigung und Selbstbehauptung für Kinder von 4 bis 7 Jahren	33
Notfalltraining für Kids	34
Märchenzauber – Zaubermärchen	35
Projekt Elternschule: „Erziehen und Lernen fördern“	36

ELTERNSCHULE ONLINE

Kinder im Fokus – wie wir sie bei Trennung und Scheidung stärken können (NEU!)	37
---	----

ELTERNSCHULE IN DER FAMILIENBILDUNGSSTÄTTE

„Dafür bist du noch zu klein“ – die Wirkung von Glaubenssätzen (NEU!)	38
Die Landkarte der Glaubenssätze in der Erziehung (NEU!)	39
Eltern-Kind-Workshop: Auf dem Weg zum Glück (NEU!)	39
Naturheilkundliche (Reise-)Apotheke für Kinder (NEU!)	40
Selbstfürsorge im Familienalltag (NEU!)	40
Gemeinsam stark in der digitalen Welt – Medienkompetenz für die ganze Familie (NEU!)	41

ELTERNSCHULE IM KINDERHAUS MALSTATT

Wirksam Grenzen setzen	42
Starke Wurzeln für starke Kinder – wie Eltern ihre Kinder fördern und unterstützen	42
Entwicklung von Gefühlen – Umgang mit Wut	43

ELTERNSCHULE IN DER BILDUNGSWERKSTATT KIRCHBERG

Sinnvoller Medienkonsum	43
Kinder in emotionalen Krisen begleiten	44
Sinnvoll Grenzen setzen	44

ANGEBOTE FÜR ELTERN UND KINDER IM STADTTEIL

Veranstaltungen der Gemeinwesenarbeit (GWA) Saarbrücken-Dudweiler	44
Veranstaltungen des Kinderbildungszentrums Malstatt (KIBIZ)	45
Veranstaltungen der Gemeinwesenarbeit (GWA) Brebach	46

ANGEBOTE DES VERBANDES ALLEINERZIEHENDER MÜTTER UND VÄTER

Elterncafé	48
Freitagskochen	48
Sonntagstreff	48

3 Medienkompetent im Alltag

Einstiegskurs: Mein Smartphone und ich – einfach und sicher	50
Einstiegskurs: Mein Tablet und ich – einfach und sicher ..	51
Einzelberatung: Rat und Tat für PC, Smartphone und Tablet	51
Digitaler Stammtisch	52
Virtuelles Mehrgenerationenhaus	53
KI verstehen und einsetzen – alltagspraktische Tipps und Anwendungen	54
KI im Alltag ausprobieren und entdecken (NEU!).....	56

4 Lebensphasen, Gesellschaft, Theologie

Mascha Kaléko – Sehnsucht nach dem Anderswo (NEU!)	58
Geschichte und Geschichten von Hexen und weisen Frauen	58
Knack den Kern – Workshop zu Cashews in der Elfenbeinküste und Benin (NEU!)	59
KOMMUNIKATION UND PERSÖNLICHE ENTWICKLUNG	
Wohlbefinden und Aufblühen im Alltag – Schritt für Schritt zum kleinen Glück	60
Einführung in die Gewaltfreie Kommunikation nach M. Rosenberg	61
Jahreskurs 2025: Wo fängt Frieden an?	62
Vertiefungskurs: Wo fängt Frieden an?	63
Die Kunst, kluge Entscheidungen zu treffen	63
Die Kunst des Zuhörens	64
Resilienztraining mit Gewaltfreier Kommunikation (NEU!)	64
Gesprächskreis „Frauen reden mit Frauen“	65
Gesprächskreis für Trauernde	65
Senioren-Sommer-Woche im BürgerInnenZentrum Brebach	66
Gemeinsam kochen mit allen Sinnen	66
VORSORGE, BETREUUNG UND PFLEGE	
Rechtzeitig vorsorgen – den Nachlass regeln	67
Infoabend: Patientenverfügung – muss ich das haben?	67
Infoabend: Dem Schreckgespenst Demenz die Stirn bieten	68
Mut-Mach-Reihe zum Umgang mit Menschen mit Demenz	69

Demenz – was dann? Ein Infoabend für Interessierte ...	70
Infoabend: Vorsorgevollmacht und Betreuungsverfügung	70
Infoabend: „Zuhause leben bis zuletzt“	71

SPRACH- UND INTEGRATIONSKURSE

Alltags-Deutsch-Kurse für Zugewanderte	71
Integrationssprachkurse nach der Integrationskursverordnung (IntV) Berufsbezogene Sprachförderung nach der Deutschförderverordnung (DeuFöV)	72
Erstorientierungskurse in der Landesaufnahme-einrichtung Lebach	72

SENIORENBERATUNG ESCHBERG

Fitnesskurs für Seniorinnen und Senioren	74
Seniorenberatung	74

5 Gesundheit, Bewegung & Entspannung

Workshop: Erste Hilfe am Hund (NEU!)	76
Selbstverteidigung für Frauen (NEU!)	76
Vitametik – die manuelle Methode bei Stress, Verspannungen und Schmerzen	77
Frühjahrskur und Detox (NEU!)	77
Gut gerüstet durch die Erkältungszeit (NEU!)	78
Klang-Meditation	78
Progressive Muskelentspannung	79
Mini-Yoga-Auszeit (NEU!)	79
Yoga Präventionskurs	80
Qigong Yangsheng und Achtsamkeit	81
Die Welt der ätherischen Öle – natürliche Lösungen für ein gesundes Leben	82
Genusswandern nicht nur für Singles	82
Kräuter in der Natur entdecken	83

Workshops zu Gesundheit, Ernährung,
Gesundheitssport 84

Die Woche der Stille im Saarland im November 84

ANGEBOTE DES BÜRGERINNEN- ZENTRUMS BREBACH

Nordic Walking 85

Yoga im Sitzen 85

Qigong 85

Ganzheitliches Gedächtnistraining 86

6 Kreativität

Nähkurse für Anfängende und Fortgeschrittene..... 88

7 Fortbildung und Ehrenamt

FORTBILDUNGEN FÜR PÄDAGOGISCHE FACHKRÄFTE

Kollegiale Beratung“ – Fallbesprechungen
schnell und effektiv (NEU!)92

Mit Leichtigkeit zum Ziel (NEU!)93

Agile Methoden – frischer Wind für
Ihre Arbeit mit Gruppen & Teams94

Sicher Auftreten mit Präsenz und Ausstrahlung95

Das Zürcher Ressourcen Modell (ZRM®)
Anerkannter Grundkurs96

Arbeitskreis „Zeitgemäße Bildung“96

Alltägliche Gespräche neu gedacht: Die Kraft
der systemischen Kommunikation (NEU!)97

Ausbildungskurs zur Kursleitung
„Starke Kinder haben Mut!“98

FORTBILDUNGEN FÜR DIE KINDERTAGESPFLEGE

Treff Kindertagespflege99

Kinderbetreuung & Kindertagespflege 100

FORTBILDUNGEN FÜR MITARBEITENDE IN EV. KINDERTAGESEINRICHTUNGEN 100

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

Vorsorgevollmacht – Vorstellung verschiedener
Vorsorgemöglichkeiten 101

Einführung in die rechtliche Betreuung 102

Patientenverfügung – selbstbestimmt leben
bis zuletzt! 102

ANGEBOTE FÜR HAUPT- UND EHREN- AMTLICHE DER KIRCHENGEMEINDEN

Schulungen im Bereich sexualisierter Gewalt 103

Arbeitskreis offene kirchliche Altenarbeit
im Kirchenkreis Saar-West 104

Arbeitskreis „Senioren und Demenz“
im Kirchenkreis Saar-Ost 105

Austauschrunde für Ehrenamtliche
im Kirchenkreis Saar-Ost 105

Fortbildungen zur Unterstützung geflüchteter
und zugewanderter Menschen 106

FORTBILDUNGEN DER LAG EV. ERWACHSENENBILDUNG IM SAARLAND 107

8 Anhang

Das Team der Familienbildungsstätte 109

Unsere Referent*innen 110

Kontakt und Anmeldung 116



Zu diesem Programm

Liebe Leserinnen und Leser,

haben Sie sich schon einmal gefragt, warum wir niemals aufhören zu lernen? Die Antwort liegt in dem rasanten Wandel der Welt, der kontinuierliches Lernen erforderlich macht – und natürlich in unserer Neugierde. Lernen ist eine un-aufhörliche Reise, die uns hilft, uns weiterzuentwickeln und Herausforderungen zu meistern – und diese Reise möchten wir mit unserem vielfältigen Programmangebot gemeinsam mit Ihnen gestalten.

Unsere Angebote richten sich an alle Generationen: Für die Kleinsten haben wir eine bunte Mischung an Kursen, um die Welt spielerisch zu entdecken. Seniorinnen und Senioren können sich auf ein breites Spektrum an digitalen Lernmöglichkeiten freuen, die den sicheren Umgang mit neuen Technologien ermöglichen. Und natürlich haben wir auch an die Generationen dazwischen gedacht. Ob Sie Ihre persönlichen oder beruflichen Kompetenzen erweitern, neue Hobbys entdecken oder einfach nur eine Auszeit vom Alltag suchen möchten – bei uns finden Sie sicher das passende Angebot.

Schauen Sie auf unserer Webseite vorbei, abonnieren Sie unseren Newsletter und folgen Sie uns auf Facebook und Instagram (FamilienbildungSaar), um immer über aktuelle Angebote informiert zu bleiben. Oder sprechen Sie uns direkt an – wir sind gerne persönlich für Sie da!

Wir freuen uns darauf, Sie und Ihre Familie bei uns begrüßen zu dürfen und gemeinsam die Freude am lebenslangen Lernen zu erleben.

Ihre

Anke Jung – Leiterin der Ev. Familienbildungsstätte



Grußwort

der Ministerin für
Bildung und Kultur,
Christine Streichert-Clivot

Liebe Leserin, lieber Leser,

wer stehen bleibt und nur auf Bewährtes setzt, lässt die Gelegenheit verstreichen, sein Leben mit neuen Erfahrungen zu bereichern. Doch möglicherweise ist dieses Programm, das Sie gerade in den Händen halten, ein Schritt zu Ihrem persönlichen Glück. Beim nächsten Schritt, dem Besuch eines Kurses, treffen Sie auf die unterschiedlichsten Menschen. Sie gewinnen nicht nur neue Erkenntnisse und neue Fertigkeiten, sondern möglicherweise auch neue Freundinnen und Freunde. Vielleicht handelt es sich um einen Gesundheitskurs. Dann tun Sie auch etwas für Ihr persönliches Wohlbefinden und haben bereits einen dreifachen Gewinn.

Wer fit ist, kann besser lernen. Und das war nie wichtiger als heute. Wer ahnte vor nicht allzu langer Zeit, wie sehr das Internet oder Smartphones unser Leben beeinflussen? An diesen Techniken wird deutlich, wie rasant sich unsere Welt verändert. Wer Schritt halten will, sei es im Beruf oder in der Freizeit, muss immer wieder Neues lernen und sich neue Fertigkeiten aneignen.

Nutzen Sie die große Bandbreite der Weiterbildungsangebote und suchen Sie für sich die passende Veranstaltung heraus. Ich wünsche Ihnen viel Freude beim Besuch eines Kurses.

Ihre

Christine Streichert-Clivot – Ministerin für Bildung und Kultur

Lassen Sie sich FAIR.führen und FAIR.wöhnen!



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

Besuchen Sie uns im Internet:



➤ www.familienbildung-saar.de



➤ www.facebook.com/FamilienbildungSaar/



➤ www.instagram.com/familienbildungs Saar/

1 RUND UM DIE GEBURT



■ Kugelrund – Schwangerentreff und Geburtsvorbereitung

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

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

👤 **Denise Ostwaldt**

🏠 Haus der Diakonie, Johannisstraße 6, Saarbrücken

In Kooperation mit der Schwangerenberatung der Diakonie Saar und mit Unterstützung des Regionalverbandes Saarbrücken.

Kosten: keine

Anmeldung: ☎ 0681 65743

- **Kurs 25-01-01** dienstags, 10–11.30 Uhr, fortlaufender Kurs, Einstieg jederzeit möglich

■ Baby-Bauch-Musik (NEU!)

Du bist schwanger? Und du hast Freude an Musik? Dann erlebe und genieße mit diesem Kursangebot eine besondere, musikalische Baby-Bauch-Zeit: für Dich zur Entspannung und für dein Baby, dessen Hörsinn sich im zweiten Schwangerschaftsdrittel zu entwickeln beginnt! Wir singen, hören Musik, bewegen uns sanft zu Musik und experimentieren mit Klängen und Rhythmen. Dein Baby kann dich und die Musik dabei hören und spüren. Eure Bindung wird intensiviert.

Der Kurs eignet sich für jede schwangere Frau ab dem zweiten Trimester, solange du dich wohl fühlst! Es sind keine Vorkenntnisse nötig.

👤 **Julia Schüly**

🏠 Familienbildungsstätte

Kosten: 60 Euro für 6 Termine

Anmeldung: ☎ 0681 61348

- **Kurs 25-01-02** samstags, 1. Februar–22. März, 10–11 Uhr
- **Kurs 25-01-03** samstags, 23. August–27. September, 10–11 Uhr
- **Kurs 25-01-04** samstags, 8. November–13. Dezember, 10–11 Uhr

1

2

3

4

5

6

7

8

■ Yoga für Mamas und Babys von 2 bis 8 Monaten (NEU!)

Me-Time und Baby-Time: Sie möchten etwas für sich tun und Ihr Baby soll dabei sein? Dann sind Sie in diesem Kurs genau richtig.

Der Kurs bietet ganz viel Yoga-Input maßgeschneidert für alles, was im Alltag einer jungen Mama nach Entspannung und Bewegung ruft: Schultern, Rücken, Bauch und Beckenboden. Ihr Baby wird durch kleine Bewegungsspiele und Massagen eingebunden, immer in liebevollem Kontakt durch Blicke, Küsschen und Lachen. So können Sie etwas für sich tun und gleichzeitig dem Baby emotionale Sicherheit geben.

Bei Schlaf, Hunger oder anderen Bedürfnissen des Babys steht selbstverständlich die Fürsorge im Vordergrund. Die Anregungen aus dem Kurs lassen sich als Morgenritual oder zum Einschlafen wiederholen.

👤 **Cornelia Werhann, Yogalehrerin**

🏠 Familienbildungsstätte

Kosten: 75 Euro für 6 Termine

Anmeldung: ☎ 0681 61348

- **Kurs 25-01-05** donnerstags, 16. Januar – 20. Februar, 9.30–10.30 Uhr
- **Kurs 25-01-06** donnerstags, 6. März – 10. April, 9.30–10.30 Uhr
- **Kurs 25-01-07** donnerstags, 28. August – 2. Oktober, 9.30–10.30 Uhr

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

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

👤 **Ulrike Stitz, Hebamme**

🏠 Familienbildungsstätte

Kosten: 20 Euro pro Paar/Einzelperson für 4 Termine

Anmeldung: ☎ 0681 61348

oder bei Ulrike Stitz, ☎ 0170 1898046

- **Kurs 25-01-08** montags, 6. und 13. Januar, 18.30–20.45 Uhr und montags, 20. und 27. Januar, 18.30–20 Uhr
- **Kurs 25-01-09** montags, 12. und 19. Mai, 18.30–20.45 Uhr und montags, 26. Mai und 2. Juni, 18.30–20 Uhr
- **Kurs 25-01-10** montags, 6. und 13. Oktober, 18.30–20.45 Uhr und montags, 20. und 27. Oktober, 18.30–20 Uhr

Verschenken Sie doch mal einen Kurs

der Evangelischen Familienbildungsstätte!
Informationen unter ☎ 0681 61348

1

2

3

4

5

6

7

8

■ Geburtsvorbereitungskurs

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

👤 **Ulrike Stitz, Hebamme**

🏠 Hebammenpraxis Ulrike Stitz, Hauptstraße 96,
Saarbrücken-Jägersfreude

Kosten: auf Anfrage

Anmeldung: ☎ 0170 1898046

- **Kurs 25-01-11** dienstags, ab 7. Januar,
18.30–20.30 Uhr
- **Kurs 25-01-12** dienstags, ab 13. Mai,
18.30–20.30 Uhr
- **Kurs 25-01-13** dienstags, ab 7. Oktober,
18.30–20.30 Uhr

■ Rückbildungskurs

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

👤 **Ulrike Stitz, Hebamme**

🏠 Hebammenpraxis Ulrike Stitz, Hauptstraße 96,
Saarbrücken-Jägersfreude

Kosten: auf Anfrage

Anmeldung: ☎ 0170 1898046

- **Kurs 25-01-14** mittwochs, ab 8. Januar,
9–10.15 Uhr
- **Kurs 25-01-15** mittwochs, ab 14. Mai,
9–10.15 Uhr
- **Kurs 25-01-16** mittwochs, ab 8. Oktober,
9–10.15 Uhr

Besuchen Sie uns im Internet:

👉 www.familienbildung-saar.de

■ Gesprächskreis für Sterneltern

Als Sternenkind werden verstorbene Kinder bezeichnet, insbesondere wenn sie vor, während oder bald nach der Geburt verstorben sind. Vielleicht sind Sie als Eltern selbst vom Verlust Ihres Kindes betroffen und möchten sich gerne mit anderen Sterneltern austauschen. Hier können Sie Menschen treffen, die Ihr Schicksal, Ihre Gefühle und Gedanken nachempfinden können. Die Initiatorinnen schreiben: „Du möchtest verstanden werden und dich nicht für deine Trauer verstecken müssen? Dann bist du bei uns herzlich willkommen.“

👤 **Kathrin Bayer**

🏠 Familienbildungsstätte

Anmeldung: ✉ selbsthilfe@sternenelternsaarland.de

Infos: 📍 www.sternenelternsaarland.de

■ **Kurs 25-01-17** jeden 1. Mittwoch im Monat,
19.30– 21.30 Uhr

Digitale Selbsthilfe-Plattform für Sterneltern

Jedes Jahr erleben zahlreiche Familien im Saarland das schmerzvolle Schicksal, ihr Kind während der Schwangerschaft oder kurz nach der Geburt zu verlieren. Die digitale Plattform des Vereins SternenEltern Saarland e.V. bietet betroffenen Familien Raum für Austausch, Unterstützung und hilfreiche Informationen. 📍 www.sterneneltern.saarland/



■ Babyclubs im Stadtteil

In wöchentlichen Treffen werden Mütter und Väter in der neuen Lebenssituation unterstützt, können Fragen stellen und sich austauschen. Sie erhalten Informationen zum ersten Lebensjahr des Kindes und altersgemäße Spiel- und Entwicklungsanregungen. Das Baby ist dabei. Außerdem wird an allen Standorten regelmäßig eine kostenlose gesundheitliche Elternberatung angeboten:

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

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

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

Kosten: keine

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

St. Johanner Babyclubs

👤 **Korinna Benthien**

🏠 Haus der Diakonie, Johannisstraße 6

Anmeldung: ☎ 0681 65743

■ **Kurs 25-01-18** mittwochs, 11.30–13 Uhr

■ **Kurs 25-01-19** mittwochs, 13.15–14.45 Uhr

Brebacher Babyclub

👤 **Banu Sivapalan**

🏠 Kinderhaus 2, Saarbrücker Straße 60

Anmeldung: ☎ 0681 9508327

■ **Kurs 25-01-20** donnerstags, 10–11.30 Uhr

1

2

3

4

5

6

7

8

2 ELTERN UND KINDER

Malstatter Babyclub

👤 Isabelle Kuhn
🏠 Kinderbildungszentrum KIBIZ, St.-Josef-Straße 11
Anmeldung: ☎ 0681 4163000
■ **Kurs 25-01-21** dienstags, 10–11.30 Uhr

Völklinger Babyclub

👤 Conny Nicola
🏠 Gemeinwesenarbeit & Kinderhaus, Marktstraße 15
Anmeldung: ☎ 06898 3090914
■ **Kurs 25-01-22** donnerstags, 9.30–11 Uhr

Dudweiler Babyclub

👤 Jeebani Anthony
🏠 Gemeinwesenarbeit Dudweiler, Am Markt 115
Anmeldung: ☎ 06897 7780130
■ **Kurs 25-01-23** freitags, 9.30–11 Uhr

Burbacher Babyclub

👤 Jennifer Clemens
🏠 Haltestelle, Bergstraße 6, 1. Etage
Anmeldung: ☎ 06 81 761950
■ **Kurs 25-01-24** freitags, 9–10.30 Uhr



Reduzierung der Kursgebühren ab dem 2. Kind:

Eltern, die mit mehreren Kindern am Kurs teilnehmen, zahlen in der Regel ab dem zweiten Kind nur die halbe Kursgebühr zuzüglich ggf. anfallender Materialkosten.

■ PEKiP: Prager Eltern-Kind-Programm

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



- **Kurs 25-02-01** Termine und weitere Infos auf Anfrage

Sollten unsere Angebote ausgebucht sein, finden Sie weitere PEKiP-Kurse bei unserer Kooperationspartnerin Anja Müller, Praxis für Familie und Gesundheit, Kaiserstr. 38, 66121 Saarbrücken-Schafbrücke:

☎ 0681 9580239, ✉ info@ekkf.de, 🌐 www.ekkf.de

■ Babymassage

Die zarten Streicheleinheiten vermitteln Ihrem Kind auch ohne Worte, nur durch die schlichte Berührung, das Gefühl von Liebe, Respekt und Akzeptanz. Die Babymassage ist ein wunderbares Hilfsmittel, durch die Stimulation der Haut und bestimmter Reflexzonen Ihr Kind zu beruhigen und seine Entwicklung im positiven Sinne zu beeinflussen. Sie hat viele positive Auswirkungen, unter anderem wirkt sie schlaffördernd und lindert Koliken.

Bitte ein großes Handtuch mitbringen.

👤 **Elina Junker**
 🏠 Familienbildungsstätte
 Kosten: 49 Euro für 6 Termine
 Anmeldung: ☎ 0681 61348

- **Kurs 25-02-02** mittwochs, 5. Februar–12. März, 14–15 Uhr
- **Kurs 25-02-03** mittwochs, 3. September–8. Oktober, 14–15 Uhr

1

2

3

4

5

6

7

8

■ Babytreff für Eltern und Babys bis 6 Monate (NEU!)

Der Kurs richtet sich an Neugeborene bis zum 6. Lebensmonat und bietet Eltern eine verständnisvolle und fachlich fundierte Erziehungs- und Lernbegleitung. In einem anregungsreichen Spielraum werden die Babys mit ihren einzigartigen Begabungen wahrgenommen und in ihrem Tempo gefördert. In einer entspannten Atmosphäre können auch die Eltern ihre Erfahrungen austauschen und nützliche Tipps erhalten. Es wird viel Zeit und Raum für Gespräche und Informationsaustausch eingeräumt.

👤 [Emilia Pitaro](#)

🏠 Familienbildungsstätte

Kosten: 75 Euro für 10 Termine

Anmeldung: ☎ 0681 61348

■ **Kurs 25-02-04** montags, ab 20. Januar,
9.15–10.45 Uhr

■ **Kurs 25-02-05** montags, ab 15. September,
9.15–10.45 Uhr

Ein Einstieg ist auf Anfrage auch in laufende Kurse möglich.

■ Krabbelclub für Eltern und Babys von 6 bis 12 Monaten (NEU!)

Durch alters- und entwicklungsgerechte Anregungen werden die Babys in ihren Entwicklungsverläufen begleitet und unterstützt. Während des Kurses singen, spielen, bewegen, fühlen, lauschen und entdecken die Babys die kleine-große Welt zusammen. Der Schwerpunkt liegt vor allem in der sozialen Interaktion mit Gleichaltrigen. Durch Lieder, Fingerspiele und Aktionen werden Neugierde, Entdeckungslust und Begeisterung für das soziale Miteinander der Kleinen geweckt.

👤 [Emilia Pitaro](#)

🏠 Familienbildungsstätte

Kosten: 75 Euro für 10 Termine

Anmeldung: ☎ 0681 61348

■ **Kurs 25-02-06** montags, ab 20. Januar,
11.15–12.45 Uhr

■ **Kurs 25-02-07** montags, ab 15. September,
11.15–12.45 Uhr

Ein Einstieg ist auf Anfrage auch in laufende Kurse möglich.

1

2

3

4

5

6

7

8

Besuchen Sie uns im Internet:

🖱 www.familienbildung-saar.de

■ Kreativraum für Kinder von 1 bis 3 Jahren (NEU!)

Im Kreativraum gehen Eltern mit ihrem Kind auf Erkundungstour: Gemeinsam wird gefühlt, gematscht, gekleckert und in großen sensorischen Behältern mit vielen verschiedenen Materialien gespielt. Auch das Spielen mit Farben oder mit den Fingern gehört dazu. Dabei steht das freie Ausprobieren mit allen Sinnen im Vordergrund. Dadurch werden sensorische und künstlerische Erfahrungen gesammelt. Spaß steht hier an erster Stelle.

 Isabelle Kuhn

 Familienbildungsstätte

Kosten: 32 Euro für 6 Termine inklusive Materialkosten

Anmeldung: ☎ 0681 61348

- **Kurs 25-02-08** dienstags, ab 14. Januar–18. Februar, 13–14 Uhr
- **Kurs 25-02-09** dienstags, ab 11. März–15. April, 13–14 Uhr
- **Kurs 25-02-10** dienstags, ab 29. April–3. Juni, 13–14 Uhr
- **Kurs 25-02-11** dienstags, ab 19. August–23. September, 13–14 Uhr
- **Kurs 25-02-12** dienstags, ab 28. Oktober–2. Dezember, 13–14 Uhr

■ Bewegungsraum für Kinder von 1 bis 3 Jahren (NEU!)

Kinder sind von Natur aus neugierig. In einer vorbereiteten Bewegungslandschaft können sie mit ihren Eltern spielerisch die Welt erkunden: Es werden Materialien bereitgestellt, die zum Purzeln, Klettern, Krabbeln, Rollen und Entdecken im eigenen Tempo einladen. Bewegung und Spiel wecken Begeisterung und fördern die Freude am Denken, Sprechen und kreativen Gestalten. Gleichzeitig stärken die Kinder ihr Selbstvertrauen und bauen motorische, sensorische und soziale Fähigkeiten aus.

 Isabelle Kuhn

 Familienbildungsstätte

Kosten: 29 Euro für 6 Termine

Anmeldung: ☎ 0681 61348

- **Kurs 25-02-13** mittwochs, ab 15. Januar–19. Februar, 16–17 Uhr
- **Kurs 25-02-14** mittwochs, ab 12. März–16. April, 16–17 Uhr
- **Kurs 25-02-15** mittwochs, ab 30. April–4. Juni, 16–17 Uhr
- **Kurs 25-02-16** mittwochs, ab 20. August–24. September, 16–17 Uhr
- **Kurs 25-02-17** mittwochs, ab 29. Oktober–3. Dezember, 16–17 Uhr

1

2

3

4

5

6

7

8

■ Eltern-Kind-Gruppe in Uchtelfangen

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

Ein Angebot in Kooperation mit der Evangelischen Kirchengemeinde Uchtelfangen.

👤 **Manuela Darsch**

🏠 Ev. Kirchengemeinde Uchtelfangen,
Saarbrücker Straße 107, 66557 Illingen-Uchtelfangen

Kosten: 30 Euro für 5 Termine

Anmeldung: ☎ 0681 61348 oder bei

Manuela Darsch, ☎ 06825 44617

■ **Kurs 25-02-18** dienstags, ab 7. Januar,
9.15 bis 10.45 Uhr

■ **Kurs 25-02-19** dienstags, ab 19. August,
9.15 bis 10.45 Uhr

Die Kurse finden fortlaufend statt, Einstieg ist jederzeit möglich.

■ Musik und Spiel – die musikalische Stunde für Kinder von 1 bis 2 Jahren

Eine Stunde, in der Eltern für ihre Kinder singen, mit ihnen spielen und sich zu Musik bewegen. Einfache, kindgerechte Instrumente wie Rasselröhre, Glöckchen oder Klanghölzer sowie verschiedene Materialien wie Tücher oder Bälle und natürlich ganz viel Musik ergänzen die Stunde.

👤 **Korinna Benthien**

🏠 Familienbildungsstätte

Kosten: 48 Euro für 8 Termine

Anmeldung: ☎ 0681 61348 oder bei

Korinna Benthien, ✉ korinna0610@gmail.com

■ **Kurs 25-02-20** montags, 20. Januar–24. März,
15–15.45 Uhr

■ **Kurs 25-02-21** montags, 28. April–30. Juni,
15–15.45 Uhr



Zeppelinstr. 31
66557 Illingen/Uchtelfangen

Mess- und Trocknungstechnik GmbH

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

☎ **06825**
800 88-0

zewe-gmbh.de

1
2
3
4
5
6
7
8

■ Kinder tanzen! – ein Tanzkurs für Kinder von 2 bis 4 ½ Jahren

Tanzen ist Bewegen zu Musik und macht schon den Kleinsten ganz viel Spaß. Hier setzt unser Kurs an und lädt Kinder zum Tanzen ein, immer zusammen mit Mama oder Papa, die aktiv mittanzen. So stärken Sie die Bindung und verbringen eine schöne Zeit mit Ihrem Kind.

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

👤 **Korinna Benthien**

🏠 Familienbildungsstätte

Kosten: 52 Euro für 8 Termine

Anmeldung: ☎ 0681 61348 oder bei

Korinna Benthien, ✉ korinna0610@gmail.com

■ **Kurs 25-02-22** montags, 20. Januar–24. März, 16–16.45 Uhr

■ **Kurs 25-02-23** montags, 28. April–30. Juni, 16–16.45 Uhr



■ Selbstverteidigung und Selbstbehauptung für Kinder von 4 bis 7 Jahren

Der Kurs vermittelt Kindern im Alter von 4 bis 7 Jahren mit einer erwachsenen Begleitperson Fähigkeiten zur Selbstverteidigung und Selbstbehauptung. Die Kinder lernen spielerisch, potenzielle Gefahrensituationen zu erkennen und einzuordnen. Durch das Setzen von rechtzeitigen Grenzen und das Erlernen angemessener Verhaltensweisen – wie Körpersprache und einfache Selbstverteidigungstechniken – werden die Kinder befähigt, Gefahren zu vermeiden oder in solchen Situationen angemessen zu handeln.

👤 **Behrous Arastafar**

🏠 Familienbildungsstätte

Kosten: 50 Euro für ein Kind mit erwachsener Begleitperson

Anmeldung: ☎ 0681 61348

■ **Kurs 25-02-24** Samstag, 29. März, 10.30–13 Uhr

■ **Kurs 25-02-25** Samstag, 9. August, 10.30–13 Uhr

1

2

3

4

5

6

7

8

■ Notfalltraining für Kids

Bereits Kinder können in kindgerechter Form die Grundlagen von Erste Hilfe-Maßnahmen erlernen und anwenden. So können sie in Unfallsituationen – ob beim Spielen, in der Schule oder auf dem Spielplatz – eine großartige Hilfe sein, insbesondere wenn kein Erwachsener in der Nähe ist.

In unserem Notfallkurs machen wir Kinder stark für solche unvorhergesehenen Situationen. Auf spielerische Weise können Kinder so auch bemerkenswerte Fähigkeiten, Möglichkeiten und Stärken entdecken.

Der Kurs findet ohne Eltern statt.

👤 **Isabelle Kuhn**

🏠 Familienbildungsstätte

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

Anmeldung: ☎ 0681 61348

Infos: ➡ www.erste-hilfe-kurse-saarland.de

Notfalltraining für Vorschul-Kids

■ **Kurs 25-02-26** Donnerstag, 17. Juli, 14–15.30 Uhr

Notfalltraining für Kinder von 8 bis 10 Jahren

■ **Kurs 25-02-27** Donnerstag, 17. Juli, 16–18 Uhr

■ Märchenzauber – Zaubermärchen

Wenn es in der Vorweihnachtszeit draußen kalt und früh dunkel wird, gibt es nichts Schöneres, als es sich mit Tee und Plätzchen im Warmen gemütlich zu machen. An diesem Nachmittag entführt die Märchenerzählerin Kinder ab 4 Jahre mit einer erwachsenen Begleitperson in die Zauberwelt der phantastischen Geschichten, in die sie sich beim Zuhören hineinträumen können. Nach dem Erzählen besteht das Angebot, das Gehörte in einem pädagogischen Rollenspiel zu vertiefen.

👤 **Hella Brust**

🏠 Familienbildungsstätte

Kosten: 5 Euro für ein Elternteil mit Kind, 2 Euro für jedes weitere Kind, inklusive Tee und Gebäck

Anmeldung: ☎ 0681 61348

■ **Kurs 25-02-28** Sonntag, 30. November, 15–17.15 Uhr

Digitale Elternbildung für Eltern mit Kindern von 0 bis 3 Jahren

Die Internetseite „Digitale Elternbildung“ enthält Selbstlernmodule rund um Erziehungsfragen und den Familienalltag. Damit gibt es einen kostenlosen Zugang zu nichtkommerziellen, vertrauenswürdigen und fachlich fundierten Inhalten, die Eltern in Übergangssituationen unterstützen.

Sie finden dort Texte, Literaturtipps und kurze YouTube-Filme. ➡ www.digitale-elternbildung.de

■ Projekt Elternschule: „Erziehen und Lernen fördern“

Die Familienbildungsstätte organisiert Einzelveranstaltungen und Kurse in Kindertagesstätten, Grundschulen und Gemeinweseneinrichtungen. Themen können sein:

- Bindung/Trennung
- Schlafen in der Krippe?
- Verwöhnen? – aber richtig!
- Wirksam Grenzen setzen
- Entwicklung von Gefühlen – Umgang mit Wut
- Übergang von der Kita in die Schule
- Wege aus der Brüllfalle – ein Filmabend mit Diskussion
- Herausforderndes Verhalten von Kindern
- Kinder in Trennungs- und Scheidungssituationen
- Umgang mit Medien
- Autonomieentwicklung von Kindern und Jugendlichen
- Resilienz – Kinder für Krisen stärken!
- Hochsensibilität bei Kindern
- Bedürfnisorientierte Erziehung
- Gesunde Ernährung
- Stress- und Krisenprophylaxe bei akutem Notfall am Kind
- Umgang mit Stress – Tipps für Eltern im Umgang mit Kindern
- Elternkurs: „Starke Eltern – Starke Kinder“ für Eltern mit Klein- und Schulkindern
- Mental Load – die Last der alltäglichen Verantwortung
- Starke Kinder, starke Zukunft: Wie Erziehung zur Eigenverantwortung gelingt
- Doktorspiele und kindliche Sexualität
- Schulanfang – eine Herausforderung für Kinder und Eltern
- Kinder brauchen Grenzen

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

Anmeldung und Infos unter: ☎ 0681 61348
Gefördert vom saarländischen Bildungsministerium

■ Kurs 25-02-29

ELTERNSCHULE ONLINE

■ Kinder im Fokus – wie wir sie bei Trennung und Scheidung stärken können (NEU!)

„Meine Eltern trennen sich!“ Was bedeutet diese Situation für Kinder? Der Themenabend nimmt in den Blick, wie sich die Kinder auf diese grundlegende Veränderung ihrer Lebenssituation einstellen, miterleben, einordnen und eine Balance finden und halten. Wir beschäftigen uns mit folgenden Fragen: Wie erleben Kinder die Trennung? Welche Fragen und Ängste bewegen die Kinder? Was wünschen sich Kinder in dieser Situation von ihren Eltern?

👤 [Nicole Burkert-Arbogast](#)

🏠 online

Kosten: keine

Anmeldung: ☎ 0681 61348

■ **Kurs 25-02-30** Donnerstag, 6. Februar,
19–21.15 Uhr

Veranstaltungen im Rahmen der Elternschule werden in Kooperation mit dem Referat Kindertageseinrichtungen der Diakonie Saar durchgeführt und über das Projekt Elternschule des saarländischen Bildungsministeriums gefördert.

ELTERNSCHULE IN DER FAMILIENBILDUNGSSTÄTTE

■ „Dafür bist du noch zu klein“ – die Wirkung von Glaubenssätzen (NEU!)

Glaubenssätze sind wie unsichtbare Fäden, die unser Denken, Fühlen und Handeln beeinflussen. Somit spielen sie auch in der Erziehung von Kindern eine entscheidende Rolle. Doch wie können wir diese inneren Überzeugungen identifizieren und positiv gestalten? In diesem Workshop erfahren Sie, was Glaubenssätze sind und welche Wirkung sie auf unsere Kinder haben. In einer praktischen Übung werden wir einen Glaubenssatz transformieren und die Wirkung auf die Eltern-Kind-Beziehung untersuchen.

👤 [Dr. Natalie Fuß](#)

🏠 Familienbildungsstätte

Kosten: keine

Anmeldung: ☎ 0681 61348

■ **Kurs 25-02-31** Samstag, 15. März, 10–12.15 Uhr

■ Die Landkarte der Glaubenssätze in der Erziehung (NEU!)

In der interaktiven Workshopreihe tauchen wir tiefer in die Welt der unbewussten Überzeugungen ein, die unser Verhalten als Eltern und Erziehungspersonen prägen. Erfahren Sie, wie Ihre eigenen Glaubenssätze die Beziehung zu Ihren Kindern beeinflussen und lernen Sie, wie Sie hinderliche Muster erkennen und transformieren. Gemeinsam entwickeln wir Strategien, um eine liebevolle, respektvolle und authentische Einstellung zu uns und unseren Kindern zu fördern

👤 [Dr. Natalie Fuß](#)

🏠 Familienbildungsstätte

Kosten: keine

Anmeldung: ☎ 0681 61348

■ **Kurs 25-02-32** samstags, 10. Mai, 24. Mai, 14. Juni, 10–12.15 Uhr

■ Eltern-Kind-Workshop: Auf dem Weg zum Glück (NEU!)

„Glücklich sein“ ist zu einem wichtigen Ziel im Leben geworden. In dem Workshop wird mit den Kindern und Eltern mithilfe von Phantasie Reisen, Bildern und der Gestaltung einer persönlichen Schatzkarte erarbeitet, was für sie „Glück“ bedeutet. Was macht sie glücklich? Wo fühlen sie sich wohl und geborgen? Und was können die Kinder und Eltern selbst tun, um Glück zu empfinden? Zum Abschluss basteln die Kinder mit ihren Eltern ihren persönlichen Glücksbringer.

Die Veranstaltung richtet sich an Eltern mit Grundschulkindern.

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

🏠 Familienbildungsstätte

Kosten: keine

Anmeldung: ☎ 0681 61348

■ **Kurs 25-02-33** Samstag, 17. Mai, 10–12 Uhr

1

2

3

4

5

6

7

■ Naturheilkundliche (Reise-)Apotheke für Kinder (NEU!)

Sommerzeit – Reisezeit. Doch was ist, wenn das Kind krank wird? Speziell für Kinder ist einiges zu beachten und einzupacken. In diesem Vortrag erhalten Sie einen guten Überblick, praktische Tipps und ein verständliches Handout, was in der Kinder-Reiseapotheke gegen die üblichen Symptome von Husten über Fieber bis zu Durchfall sinnvoll ist.

 [Verena Arnoldi](#)
 Familienbildungsstätte
 Kosten: keine
 Anmeldung: ☎ 0681 61348

■ **Kurs 25-02-34** Donnerstag, 5. Juni,
18–20.15 Uhr

■ Selbstfürsorge im Familienalltag (NEU!)

Selbstfürsorge bedeutet, bewusst auf das eigene körperliche, emotionale und mentale Wohlbefinden zu achten. Insbesondere im Familienalltag kommt Selbstfürsorge jedoch oft zu kurz. Doch sie ist wichtig, um langfristig für die Familie sorgen zu können. Sie ist die Voraussetzung, um alle Bedürfnisse in der Familie in Balance zu halten. In dem Workshop schauen wir auf wichtige Aspekte der Selbstfürsorge und geben Tipps, die im manchmal hektischen Familienalltag helfen, Energie aufzuladen und ein inneres Gleichgewicht zu finden.

 [Susanne Wilhelm](#)
 Familienbildungsstätte
 Kosten: keine
 Anmeldung: ☎ 0681 61348

■ **Kurs 25-02-35** Donnerstag, 11. September,
19–21.15 Uhr

■ Gemeinsam stark in der digitalen Welt – Medienkompetenz für die ganze Familie (NEU!)

Eltern stehen zunehmend vor der Herausforderung, ihre Kinder im Umgang mit Medien zu begleiten. Dazu gehören Sicherheit im Internet, altersgerechte Bildschirmzeiten und sinnvolle Mediennutzung sowie Tools und Strategien für Eltern, um die digitale Welt aktiv mitzugestalten. Neben diesen Themen erarbeiten wir konkrete Tipps, wie Sie als Familie die Chancen der digitalen Welt nutzen und mögliche Risiken minimieren können. Gemeinsam wollen wir einen Weg finden, wie Medien bewusst und sinnvoll in den Alltag integriert werden.

 [Nicole Burkert-Arbogast](#)
 Familienbildungsstätte
 Kosten: keine
 Anmeldung: ☎ 0681 61348

■ **Kurs 25-02-36** Donnerstag, 20. November,
19–21.15 Uhr

1

2

3

4

5

6

7

8

ELTERNSCHULE IM KINDERHAUS MALSTATT

In entspannter Atmosphäre werden jeweils an einem Vormittag verschiedene Erziehungsthemen erläutert und diskutiert. Es können Erfahrungen ausgetauscht, Fragen geklärt und Kontakte geknüpft werden. Bei Bedarf werden weitere Termine angeboten.

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

🏠 Kinderhaus Malstatt, Neustraße 22

Kosten: keine

Anmeldung: Kinderhaus Malstatt, ☎ 0681 9471342

■ **Wirksam Grenzen setzen**

Der Workshop startet mit der Frage nach dem Sinn und der Berechtigung von Grenzen. Darauf aufbauend überlegen wir, was dazu gehört, in der Erziehung von Kindern Grenzen wirksam zu setzen. Dazu gehören immer auch Konsequenzen. Wie sehen wertschätzende Konsequenzen aus? Wie kann ich eine Grenzübertretung mit meinem Kind besprechen? Ziel des Workshops ist es, mehr Gelassenheit im Umgang mit Regelverletzungen zu erlangen.

■ **Kurs 25-02-37** Donnerstag, 20. Februar, 9–11 Uhr

■ **Starke Wurzeln für starke Kinder – wie Eltern ihre Kinder fördern und unterstützen**

Eltern spielen eine entscheidende Rolle in der Entwicklung ihrer Kinder. Sie unterstützen ihre Kinder, Selbstvertrauen zu entwickeln und emotional stabil aufzuwachsen. Dazu gehört eine gezielte Stärkung der Widerstandsfähigkeit gegenüber Herausforderungen, Stress und Rückschlägen. So können sich Kinder auch in schwierigen Situationen positiv weiterentwickeln. In dem Workshop wollen wir den Fragen nachgehen: Wie können Eltern ihre Kinder emotional unterstützen und ihr Selbstvertrauen stärken? Wie können Eltern ihre Vorbildfunktion nutzen?

■ **Kurs 25-02-38** Donnerstag, 26. Juni, 9–11 Uhr

■ **Entwicklung von Gefühlen – Umgang mit Wut**

Was ist das für ein Gefühl? Wie gehe ich damit um? Was mache ich mit widersprüchlichen Gefühlen? An diesem Abend erfahren Eltern, wie sie ihre Kinder darin unterstützen, sich ihrer Gefühle bewusst zu sein, sie wahrnehmen und ausdrücken zu können. Denn ein bewusster Umgang mit den eigenen Gefühlen stärkt das Selbstbewusstsein und die soziale Kompetenz. Ein besonderes Augenmerk liegt auf dem Umgang mit dem starken Gefühl Wut.

■ **Kurs 25-02-39** Donnerstag, 13. November, 9–11 Uhr

ELTERNSCHULE IN DER BILDUNGS- WERKSTATT KIRCHBERG



Die folgenden Veranstaltungen der Elternschule finden in Kooperation mit der Bildungswerkstatt Kirchberg der Landeshauptstadt Saarbrücken statt.

👤 **Carsten Freels**

🏠 Bildungswerkstatt Kirchberg der Landeshauptstadt Saarbrücken, Kirchbergstraße 16, 66111 Saarbrücken

Kosten: keine

Anmeldung: ☎ 0681 61348

■ **Sinnvoller Medienkonsum**

Heutzutage konsumieren Kinder und Erwachsene immer mehr (vor allem digitale) Medien. In dieser Elternschule erarbeiten wir klare und sinnvolle Ideen zu einem Medienkonsum für die Kinder, der nützlich und gesund ist. Es werden Ideen vermittelt, wie man einen gesunden Medienkonsum klar und sicher für seine Kinder steuern kann.

■ **Kurs 25-02-40** Dienstag, 18. Februar, 9–11 Uhr

1

2

3

4

5

6

7

8

■ Kinder in emotionalen Krisen begleiten

Häufig kommt es zu Situationen, in denen sich Eltern und ihre Kinder mit den Gefühlslagen überfordert fühlen. In dieser Elternschule besprechen wir, welche emotionalen Krisen es gibt, wie man darin am besten handeln kann, so dass es für Kinder und ihre Eltern gut ist. Außerdem arbeiten wir heraus, wer eigentlich gerade eine emotionale Krise hat.

■ **Kurs 25-02-41** Dienstag, 24. Juni, 9–11 Uhr

■ Sinnvoll Grenzen setzen

Das Thema Grenzen setzen und Grenzen einhalten ist in vielen Familien oftmals mit andauernden Konflikten verbunden. In dieser Elternschule werden Sie ganz praktisch erfahren, wie das mit den Grenzen am besten funktionieren kann.

■ **Kurs 25-02-42** Dienstag, 30. September, 9–11 Uhr

ANGEBOTE FÜR ELTERN UND KINDER IM STADTTEIL

Veranstaltungen der Gemeinwesenarbeit (GWA) Saarbrücken-Dudweiler

🏠 Gemeinwesenarbeit Dudweiler, Bürgerhaus,
Am Markt 115, 66125 Saarbrücken-Dudweiler
Infos und Anmeldung: ☎ 06897 7780130

Offener Treff

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

👤 Tina Krauss und Ginetta Jeyard

■ **Kurs 25-02-43** jeden 3. Mittwoch im Monat, 15–17 Uhr

Spielkreis

Für Kinder von 1 bis 3 Jahren

👤 Tina Krauss

■ **Kurs 25-02-44** donnerstags, 10–11.30 Uhr

Musikwerkstatt

Für Kinder von 1½ bis 3 Jahren

👤 Bianka Ott

■ **Kurs 25-02-45** dienstags, 15–16.30 Uhr

Frauenfrühstück

Gesprächsrunden und Ausflüge etc., ohne Kinder

👤 Frenzy Lenz

🏠 Rathausstraße 18, Dudweiler

Kosten: keine

Anmeldung: ☎ 06897 7780122

■ **Kurs 25-02-46** alle 2 Wochen dienstags,
9.30–11.30 Uhr

Veranstaltungen des Kinderbildungszentrums Malstatt (KIBIZ)

🏠 KIBIZ Malstatt, St. Josef-Straße 11

Infos und Anmeldung: ☎ 0681 4163000

Spielkreis

Für Familien mit Kindern im Alter von 2 bis 4 Jahren

👤 Gudrun Berberich

■ **Kurs 25-02-47** dienstags, 14–15.30 Uhr

Eltern-Kind-Turnen

Für Familien mit Kindern im Alter von 1 bis 3 Jahren

👤 Gudrun Berberich

■ **Kurs 25-02-48** dienstags, 17–18 Uhr

Krabbelgruppe

Für Familien mit Kindern im Alter von 1 bis 3 Jahren

👤 Verena Priesnitz

■ **Kurs 25-02-49** donnerstags, 10–11.30 Uhr

Kinderturnen

Für Kinder von 4 bis 6 Jahren

👤 Gudrun Berberich

🏠 Turnhalle Kirchberg

■ **Kurs 25-02-50** dienstags, 15.45–16.45 Uhr

Veranstaltungen der Gemeinwesenarbeit (GWA) Brebach

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

👤 Team GWA Brebach, Bereich Kinder und Familien

Infos und Anmeldung: ☎ 0681 9508327 oder

☎ 0172 4584498

Krabbelgruppe

Für Familien mit Kindern im Alter von 1 bis 3 Jahren

■ **Kurs 25-02-51** dienstags, 9.30–11.30 Uhr

Eltern-Kind-Frühstück

Für Eltern mit oder ohne Kinder

■ **Kurs 25-02-52** mittwochs, 10–11.30 Uhr

Minitreff

Für Kinder von 3 bis 6 Jahren, ohne Eltern

■ **Kurs 25-02-53** donnerstags, 16–18 Uhr

Mama-Kind-Sprachcafé

Für Familien mit Kindern vor der Einschulung,
mit Kinderbetreuung

■ **Kurs 25-02-54** donnerstags, 9.30–11 Uhr

Offener Treff

Für Kinder von 6 bis 13 Jahren

■ **Kurs 25-02-55** montags, 16–18 Uhr

■ **Kurs 25-02-56** donnerstags, 16–18 Uhr

■ **Kurs 25-02-57** freitags, 12.30–17 Uhr
(für Kinder der 3. und 4. Klasse)

Familienbildungsangebote e:du und HIPPY

Für Familien, die ihre Kinder im Alter zwischen 18 Mo-
naten und 6 Jahren zusätzlich in ihrer Entwicklung un-
terstützen möchten.

■ **Kurs 25-02-58** Termine nach individueller
Absprache

KOMM IN DIE PFLEGE

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

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

Unsere Ausbildungs-
standorte:
Neunkirchen,
Saarbrücken und
Schwalbach.



Stiftung
kreuznacher diakonie
www.kreuznacherdiakonie.de

ANGEBOTE DES VERBANDES ALLEINERZIEHENDER MÜTTER UND VÄTER



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

🏠 VAMV Landesverband Saar e.V.,
Gutenbergstraße 2 a, 66117 Saarbrücken
Kosten: keine
Anmeldung: ☎ 0681 33446
Infos: 🌐 www.vamv-saar.de

■ Elterncafé

Erfahrungsaustausch und Zeit zum Abschalten, erstes Kennenlernen und die Möglichkeit, Informationen zu sammeln. Kinder sind herzlich willkommen! Ohne Voranmeldung.

■ **Kurs 25-02-59** Jeden 1. und 3. Mittwoch,
16–18 Uhr

■ Freitagskochen

Gemeinsam Zeit verbringen und leckere Speisen zubereiten, während die Kids mit Spiel und Spaß beschäftigt sind. Das erwartet euch bei unserer neuen Aktion „Freitagskochen“. Anmeldung erforderlich.

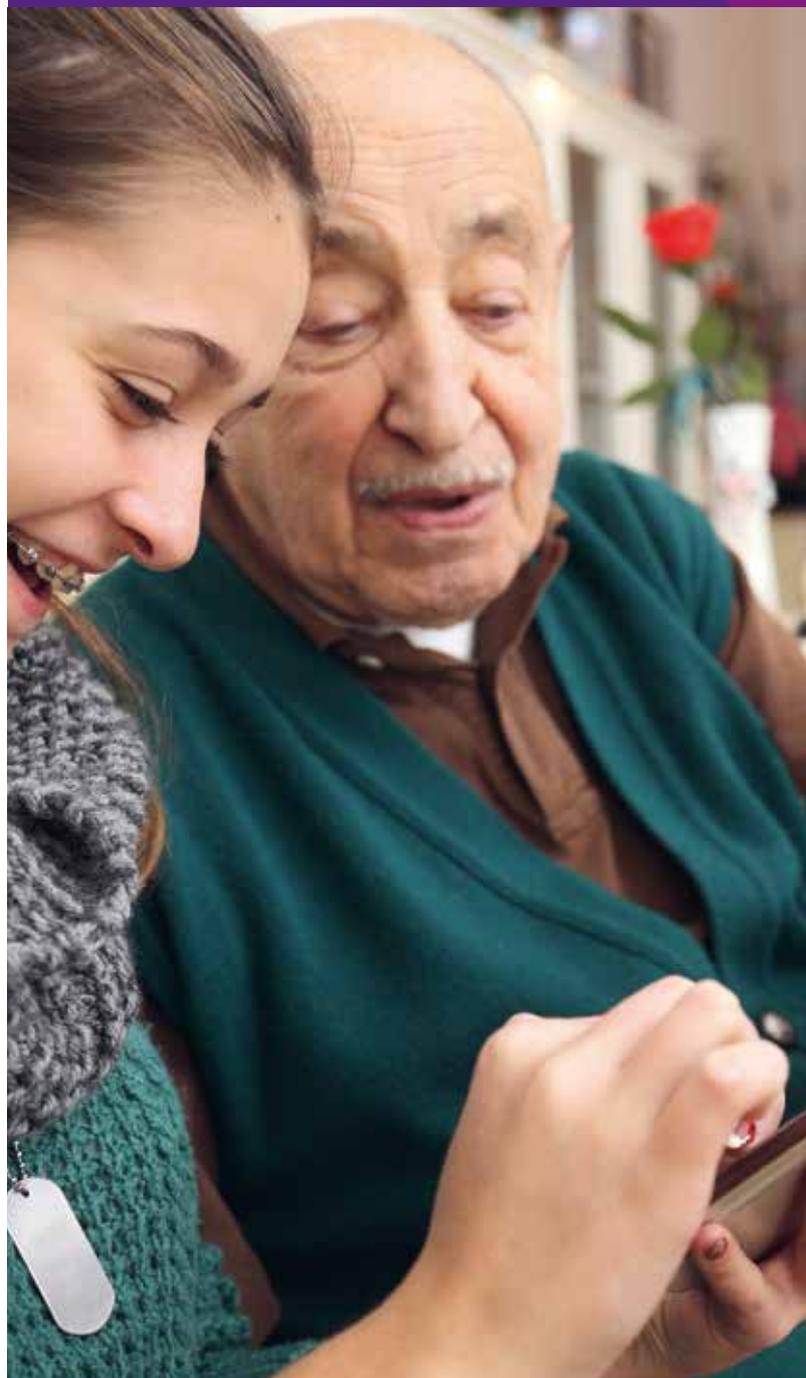
■ **Kurs 25-02-60** Jeden letzten Freitag im Monat,
ab 17 Uhr

■ Sonntagstreff

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

■ **Kurs 25-02-61** Jeden 1. und 3. Sonntag,
ab 11 Uhr

3 MEDIENKOMPETENT IM ALLTAG



■ Einstiegskurs: Mein Smartphone und ich – einfach und sicher

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

👤 **Korinna Benthien**

🏠 Familienbildungsstätte

Kosten: 40 Euro für 2 Termine, max. 6 Teilnehmende

Anmeldung: ☎ 0681 61348

- **Kurs 25-03-01** montags, 31. März und 7. April, 13.30–15.45 Uhr
- **Kurs 25-03-02** montags, 3. und 10. November, 13.30–15.45 Uhr

Verschenken Sie doch mal einen Kurs

der Evangelischen Familienbildungsstätte!
Informationen unter ☎ 0681 61348

■ Einstiegskurs: Mein Tablet und ich – einfach und sicher

Ein Tablet ist ein Computer mit einem Bildschirm, der durch Berührung mit den Fingern bedient wird. Kleine Programme, sogenannte Apps, bieten schnellen Zugriff auf Informationen oder nützliche Funktionen für den Alltag. Mit Tablets kann man auch elektronische Bücher lesen, Musik hören, Bilder und Filme ansehen. Ein Kurs für Menschen mit wenig oder keinen Vorkenntnissen. Bitte bringen Sie zu allen Terminen Ihr eigenes Tablet und Ladekabel mit. Dieser Kurs behandelt ausschließlich Tablets mit dem Betriebssystem Android.

👤 **Korinna Benthien**

🏠 Familienbildungsstätte

Kosten: 40 Euro für 2 Termine, max. 6 Teilnehmende

Anmeldung: ☎ 0681 61348

- **Kurs 25-03-03** dienstags, 11. und 18. Februar, 13.30–15.45 Uhr
- **Kurs 25-03-04** dienstags, 28. Oktober und 4. November, 13.30–15.45 Uhr

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

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

👤 **Korinna Benthien**

🏠 Familienbildungsstätte

Kosten: 35 Euro für eine Einzelberatung von 45 Minuten

Anmeldung: ☎ 0681 61348

- **Kurs 25-03-05** Termine nach Vereinbarung



■ Digitaler Stammtisch

Sie interessieren sich für Tablet, Smartphone, PC und die sichere Nutzung des Internets? Sie brauchen kostenfreies Material zu bestimmten Themen wie Einkaufen, E-Mail, WhatsApp und Co.? Dann kommen Sie zu unseren Stammtischen. Hier tauschen wir uns vor Ort aus und schalten bei Bedarf Expertinnen und Experten per Videokonferenz zu.

👤 **Wolf-Dieter Scheid**

🏠 Familienbildungsstätte

Kosten: keine, max. 10 Teilnehmende

Infos und Anmeldung: ☎ 0681 61348 oder bei Wolf-Dieter Scheid ☎ 0681 59096754

- **Kurs 25-03-06** Mittwoch, 15. Januar, 9.30–11.45 Uhr
- **Kurs 25-03-07** Mittwoch, 12. Februar, 9.30–11.45 Uhr
- **Kurs 25-03-08** Mittwoch, 9. April, 9.30–11.45 Uhr
- **Kurs 25-03-09** Mittwoch, 7. Mai, 9.30–11.45 Uhr
- **Kurs 25-03-10** Mittwoch, 11. Juni, 9.30–11.45 Uhr
- **Kurs 25-03-11** Mittwoch, 17. September, 9.30–11.45 Uhr
- **Kurs 25-03-12** Mittwoch, 8. Oktober, 9.30–11.45 Uhr
- **Kurs 25-03-13** Mittwoch, 10. Dezember, 9.30–11.45 Uhr



■ Virtuelles Mehrgenerationenhaus

Seit September 2019 ist die Evangelische Familienbildungsstätte Standort für ein „Virtuelles Mehrgenerationenhaus“ der Landesmedienanstalt Saarland (LMS). Das Projekt hat sich in den letzten Jahren im Saarland etabliert und verbindet Generationen über digitale Barrieren hinweg. Die Teilnehmenden am Projekt treffen sich einmal pro Monat und erproben gemeinsam in unserem Haus den Umgang mit einem Tablet. In der Zeit zwischen den Treffen schreiben sie sich Nachrichten per E-Mail oder Messenger und diskutieren Themen ihrer Wahl. Ziel des Projektes ist es, den Begegnungsraum vor Ort um interaktive Kommunikationsmöglichkeiten zu erweitern und ein „Virtuelles Mehrgenerationenhaus“ zu errichten.

Infos: 🖱 www.lmsaar.de/vmgh-treff

- **Kurs 25-03-14** Termine nach Absprache, jeweils mittwochs 16–18 Uhr

Unsere aktuellen Angebote abrufbereit im Internet:
www.elektromeyer.de

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

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

ELEKTRO **R. MEYER** -VORTEILE

15.000 m² Gesamtbetriebsfläche • 7.000 m² bebaute Fläche

Über 200 Mitarbeiter bieten Ihnen in 3 Häusern:

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

BERATUNG, SERVICE
großgeschrieben ...

... und trotzdem
günstige Preise!

66265 Heusweiler
Telefon: 0 68 06/6 00 60

66113 Saarbrücken
Telefon: 06 81/99 19 20

66126 Altenkessel-Rockershausen
Telefon: 0 68 98/9 86 20

■ KI verstehen und einsetzen – alltagspraktische Tipps und Anwendungen

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

👤 **Wolf-Dieter Scheid**

🏠 Familienbildungsstätte

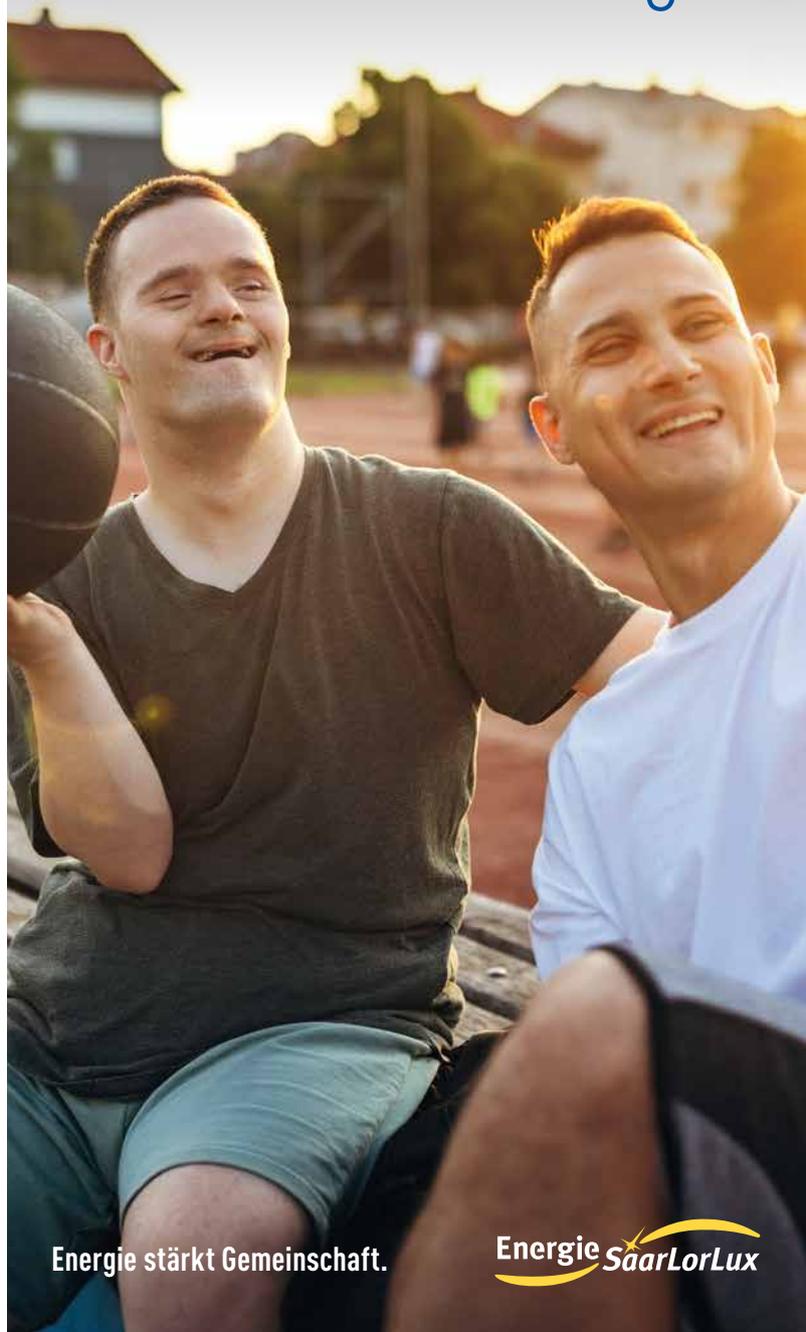
Kosten: 10 Euro

Anmeldung: ☎ 0681 61348

■ **Kurs 25-03-15** Mittwoch, 5. Februar,
9.30–11.45 Uhr

■ **Kurs 25-03-16** Mittwoch, 3. September,
9.30–11.45 Uhr

Deine
Energie
#vonhier für morgen



Energie stärkt Gemeinschaft.

Energie  SaarLorLux

4 LEBENSPHASEN, GESELLSCHAFT, THEOLOGIE



■ KI im Alltag ausprobieren und entdecken (NEU!)

Seit 2024 ist die LAG Ev. Erwachsenenbildung im Saarland einer von zehn bundesweiten Standorten im Projekt „KI für ein gutes Altern“.

Dank der Förderung durch die BAGSO haben wir einen KI-Koffer mit Technik zum Ausprobieren angeschafft. Dazu gehören eine Smartwatch, ein digitales Vogelhaus, eine Demenzkatze, ein Smartphone und viele Dinge mehr. Gerne kommen wir in Ihre Einrichtung oder Gemeinde, um die Technik und Anwendungen für Smartphone oder Tablet mit Interessierten vor Ort zu entdecken.

Gefördert vom Bundesministerium für Familie, Senioren, Frauen und Jugend und in Kooperation mit der Bundesarbeitsgemeinschaft der Seniorenorganisationen (BAGSO).

Infos: Wolf-Dieter Scheid,

✉ wd.scheid@lag-eeb-sl.de, ☎ 0681 59096754

■ Kurs 25-03-17



■ Mascha Kaléko – Sehnsucht nach dem Anderswo (NEU!)

Mascha Kalékos Lyrik wird von allen verstanden und geliebt, weil sie kunstvoll und zeitlos von alltäglichen Dingen und menschlichen Erfahrungen erzählt. Hella Brust beleuchtet ihr Leben und zitiert aus ihren Gedichten.

👤 Hella Brust

🏠 Familienbildungsstätte

Kosten: 8 Euro

Anmeldung: ☎ 0681 61348

■ **Kurs 25-04-01** Mittwoch, 12. März,
19–20.30 Uhr

■ Geschichte und Geschichten von Hexen und weisen Frauen

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

👤 Hella Brust

🏠 Familienbildungsstätte

Kosten: 8 Euro

Anmeldung: ☎ 0681 61348

■ **Kurs 25-04-02** Mittwoch, 29. Oktober,
19–20.30 Uhr

■ Knack den Kern – Workshop zu Cashews in der Elfenbeinküste und Benin (NEU!)

Um Cashews und Kinderrechte in der Elfenbeinküste geht es bei einem Workshop, zu dem die Evangelische Familienbildungsstätte gemeinsam mit der Fairtrade Initiative Saarbrücken einlädt. Frau Tenvoungognon Soro berichtet über den Cashewanbau in ihrem Heimatland Elfenbeinküste. Ingrid von Osterhausen und Peter Weichardt zeigen, wo man im Saarland faire Cashews aus Afrika kaufen und wie man sich für Fairen Handel engagieren kann. Die Veranstaltung schließt mit einer Verkostung von fairen Cashewkernen aus Benin durch die Fairtrade Initiative Saarbrücken ab.

👤 Tenvoungognon Soro, Ingrid von Osterhausen,
Peter Weichardt

🏠 Familienbildungsstätte

Kosten: keine

Anmeldung: ☎ 0681 61348

■ **Kurs 25-04-03** Mittwoch, 8. Oktober, 18–20 Uhr

**Verschenken Sie doch mal
einen Kurs**

der Evangelischen Familienbildungsstätte!
Informationen unter ☎ 0681 61348

KOMMUNIKATION UND PERSÖNLICHE ENTWICKLUNG

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

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

In dieser Veranstaltungsreihe lernen Sie das Fünf-Säulen-Modell des Wohlbefindens nach Martin Seligman und entsprechende Methoden kennen, um sich selbst zu reflektieren und Wege für einen Alltag mit Momenten des Glücks und des Wohlbefindens zu erzielen. Es erwarten Sie Wissenswertes, Geheimnisse und Werkzeuge zum Thema Glück. Bringen Sie Neugier, Mut zur Selbstreflexion und zum Ausprobieren mit. Sie selbst sind der Schlüssel zu Ihrem Glück! Die Veranstaltung beginnt am Weltglückstag und wird begleitet von einer 14-tägigen Glücks-Challenge.

👤 Heike Weber

🏠 Familienbildungsstätte

Kosten: 120 Euro für 3 Termine inkl. Materialkosten
(auf Anfrage auch einzeln buchbar zu 45 Euro pro Termin)

Anmeldung: ☎ 0681 61348

Infos: 🖱 www.heikeweber.com

■ **Kurs 25-04-04** donnerstags, 20. März–3. April,
18–20 Uhr

■ Einführung in die Gewaltfreie Kommunikation nach M. Rosenberg

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

👤 Christine Wanjura

🏠 Familienbildungsstätte

Kosten: 150 Euro

Anmeldung: ☎ 0681 61348

- **Kurs 25-04-05** Samstag, 18. Januar und
Sonntag, 19. Januar, 10–17 Uhr
- **Kurs 25-04-06** Samstag, 8. November und
Sonntag, 9. November, 10–17 Uhr

#Mitbestimmen
Ich will meine eigene Bank.

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

meine-vvb.de

meine VVB

■ Jahreskurs 2025: Wo fängt Frieden an?

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

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

Voraussetzung ist die vorherige Teilnahme an einem Einführungsseminar in die Gewaltfreie Kommunikation.

👤 [Christine Wanjura](#)

🏠 Familienbildungsstätte

Kosten: 560 Euro für 8 Termine

Anmeldung: ☎ 0681 61348

- **Kurs 25-04-07** samstags, 8. Februar, 8. März, 5. April, 10. Mai, 14. Juni, 13. September, 11. Oktober, 22. November, 10–17 Uhr

■ Vertiefungskurs: Wo fängt Frieden an?

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

👤 [Christine Wanjura](#)

🏠 Familienbildungsstätte

Kosten: 350 Euro für 5 Termine (auf Anfrage auch einzeln buchbar zu 75 Euro pro Termin)

Anmeldung: ☎ 0681 61348

- **Kurs 25-04-08** samstags, 25. Januar, 29. März, 24. Mai, 27. September, 15. November, 10–17 Uhr

■ Die Kunst, kluge Entscheidungen zu treffen

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

👤 [Klaus Weber](#)

🏠 Familienbildungsstätte

Kosten: 25 Euro

Anmeldung: ☎ 0681 61348

Infos: 🖱 www.siewissenesselbst.de

- **Kurs 25-04-09** Mittwoch, 19. Februar, 18–20.15 Uhr

1

2

3

4

5

6

7

8

■ Die Kunst des Zuhörens

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

Nach einer Einführung in das Zuhören werden Sie das Hören und Gehörtwerden mit einfachen Beispielen üben. Anhand von kleinen Ärgernissen des Alltags, größeren Ärgernissen in Familie und Beruf und mit anstehenden Entscheidungen können Sie vertiefend Erfahrungen sammeln, was sich verändern kann, wenn Sie mit Ihrem Anliegen „nur“ gehört werden.

 **Christine Wanjura**
 Familienbildungsstätte
 Kosten: 90 Euro für 3 Termine
 Anmeldung: ☎ 0681 61348

■ **Kurs 25-04-10** donnerstags, 6. März, 20. März und 10. April, 18.30–20.45 Uhr

■ Resilienztraining mit Gewaltfreier Kommunikation (NEU!)

An drei Abenden wird anhand von praktischen Übungen aufgezeigt, wie Sie in herausfordernden Situationen im Beruf und im Privatleben gelassener bleiben und Ihre psychische Widerstandsfähigkeit stärken können.

 **Christine Wanjura**
 Familienbildungsstätte
 Kosten: 90 Euro für 3 Termine
 Anmeldung: ☎ 0681 61348

■ **Kurs 25-04-11** donnerstags, 4.–18. September, 18.30–20.45 Uhr

■ Gesprächskreis „Frauen reden mit Frauen“

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

 **Inge Valentin, Erwachsenenbildnerin**
 Ev. Gemeindehaus Püttlingen-Köllerbach,
 Sprenger Straße 24, 66346 Püttlingen
 Kosten: keine
 Anmeldung: Inge Valentin, ☎ 06898 28658

■ **Kurs 25-04-12** Jeden 2. und 4. Mittwoch im Monat, 9.30–11 Uhr, fortlaufender Kurs

■ Gesprächskreis für Trauernde

Immer wieder müssen wir den Verlust geliebter Menschen erleben. Wir brauchen Zeit und Raum, um uns mit diesem Verlust auseinanderzusetzen, ihn anzunehmen und einen neuen Anfang zu finden. Der Gesprächskreis möchte die Teilnehmenden auf einem Stück Weg begleiten und ihnen Gelegenheit geben, Trauer auszusprechen, zu Gefühlen und Ängsten zu stehen und sie zu zeigen. Der Gesprächskreis wird in Zusammenarbeit mit der Evangelischen Kirchengemeinde Wiebelskirchen durchgeführt. Er umfasst sechs Abende.

 **Pfarrerin Britt Goedeking und Diakonin Heidi Bischof**
 Evangelisches Gemeindezentrum,
 Martin-Luther-Straße 16, 66540 Wiebelskirchen
 Kosten: keine
 Anmeldung: Pfarrerin Britt Goedeking, ☎ 0178 2187870,
 britt.goedeking@t-online.de, oder Diakonin Heidi Bischof, ☎ 0151 41896850,  heidi.bischof@ekir.de

■ **Kurs 25-04-13** donnerstags, 25. September, 16. und 23. Oktober, 6., 20. und 27. November, 17–19 Uhr

■ Senioren-Sommer-Woche im BürgerInnenZentrum Brebach

Im Spätsommer veranstaltet das BürgerInnenZentrum Brebach, wie schon in den vergangenen Jahren, eine Sommer-Woche für Seniorinnen und Senioren. Die Veranstaltungen reichen von kreativen Angeboten über Ausflüge bis hin zu Bewegungskursen.

🏠 BürgerInnenZentrum Brebach, Saarbrücker Str. 62, 66130 Saarbrücken-Brebach
 Kosten: auf Anfrage
 Anmeldung: ☎ 0681 87764 oder
 ✉ bzb@dwsaar.de

■ **Kurs 25-04-14** Zeitraum und genaue Zeiten der Angebote bitte erfragen

■ Gemeinsam kochen mit allen Sinnen (geschlossene Gruppe)

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

👤 [Dorothee Fuchs](#)
 🏠 Saarbrücken Eschberg
 Kosten: keine
 In Kooperation mit den ambulanten Hilfen im Haus der Diakonie in Saarbrücken, ☎ 0681 3898321

■ **Kurs 25-04-15** Jeden letzten Freitag im Monat, 10–13 Uhr

VORSORGE, BETREUUNG UND PFLEGE

■ Rechtzeitig vorsorgen – den Nachlass regeln

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

👤 [Alma Abegg](#)
 🏠 Familienbildungsstätte
 Kosten: keine
 Anmeldung: ☎ 0681 61348

■ **Kurs 25-04-16** Mittwoch, 29. Januar, 18–20.15 Uhr

■ Infoabend: Patientenverfügung – muss ich das haben?

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

👤 [Barbara Emanuel](#)
 🏠 Familienbildungsstätte
 Kosten: keine
 Anmeldung: ☎ 0681 61348

■ **Kurs 25-04-17** Donnerstag, 20. Februar, 18–20 Uhr

■ Infoabend: Dem Schreckgespenst Demenz die Stirn bieten

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

👤 [Nicole Klingenberg](#)

🏠 Familienbildungsstätte

Kosten: 10 Euro

Anmeldung: ☎ 0681 61348

■ **Kurs 25-04-18** Donnerstag, 6. Februar,
18–19.30 Uhr

■ **Kurs 25-04-19** Donnerstag, 9. Oktober,
18–19.30 Uhr

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

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

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

👤 [Nicole Klingenberg](#)

🏠 Familienbildungsstätte

Kosten: 49 Euro für 5 Termine

Anmeldung: ☎ 0681 61348

■ **Kurs 25-04-20** donnerstags, 6., 13., 20. März,
3. und 10. April, 18–19.30 Uhr

■ **Kurs 25-04-21** 30. Oktober, 6., 13., 27. November
und 4. Dezember, 18–19.30 Uhr

1
2
3
4
5
6
7
8

Besuchen Sie uns im Internet:

👉 www.familienbildung-saar.de

■ Demenz – was dann?

Ein Infoabend für Interessierte

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

👤 [Andreas Sauder](#)

🏠 Familienbildungsstätte

Kosten: keine

Anmeldung: ☎ 0681 61348

■ **Kurs 25-04-22** Mittwoch, 5. November, 18–20 Uhr

■ Infoabend: Vorsorgevollmacht und Betreuungsverfügung

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

👤 [Barbara Emanuel](#)

🏠 Familienbildungsstätte

Kosten: keine

Anmeldung: ☎ 0681 61348

■ **Kurs 25-04-23** Mittwoch, 10. September, 18–20 Uhr

■ Infoabend: „Zuhause leben bis zuletzt“

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

👤 [Paul Herrlein](#)

🏠 Familienbildungsstätte

Kosten: keine

Anmeldung: ☎ 0681 61348

■ **Kurs 25-04-24** Mittwoch, 19. November, 18–20 Uhr

SPRACH- UND INTEGRATIONSKURSE

■ Alltags-Deutsch-Kurse für Zugewanderte

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

Einige Kurse werden mit Kinderbetreuung angeboten.

👤 Sarah Berweiler, Gisela Dobmann,
Viktoria Maslennikov

🏠 Familienbildungsstätte

Kosten: keine

Anmeldung: ☎ 0681 61348

■ **Kurs 25-04-25** Termine und weitere Infos
auf Anfrage

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

Die Kursformate für neuzugewanderte und bereits länger in Deutschland lebende Menschen zum Erlernen der deutschen Sprache werden von der Fachabteilung Offene Soziale Arbeit (OSA) der Diakonie Saar an verschiedenen Standorten durchgeführt.

Anmeldung, Informationen und Start-Termine:

Für den Standort Saarbrücken: ☎ 0681 700705

Für den Standort Neunkirchen: ☎ 06821 25025

Für den Standort Völklingen: ☎ 06898 91476-0

Informationen unter ➔ www.diakonie-saar.de/ich-brauche-hilfe/integrationskurse-und-berufssprachkurse



■ Erstorientierungskurse in der Landes- aufnahmeeinrichtung Lebach

Nach ihrer Ankunft können volljährige Geflüchtete in der Landesaufnahmestelle Lebach Erstorientierungskurse (EOK) besuchen. Zielsetzung ist eine beginnende erfolgreiche Integration durch den frühzeitigen Einstieg in das Erlernen der deutschen Sprache und des Aufbaus von Selbstständigkeit und Selbstvertrauen aufgrund besserer Kommunikationsfähigkeit im neuen sozialen Umfeld.

Anmeldung, Informationen und Start-Termine:

Flüchtlingsberatungsstelle der Diakonie Saar:

☎ 06881 4783, ➔ www.diakonie-saar.de/ich-brauche-hilfe/fluechtlingsberatung-in-der-anker-einrichtung

WIR FÜR SIE

Die Seniorenhilfe der Stiftung kreuznacher diakonie in Ihrer Nähe:

Caroline Fliedner Haus

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

Wohnpark Katharina von Bora

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

Haus am Steinhübel

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

Wichernhaus

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

Luise Deutsch Haus

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



Stiftung
kreuznacher diakonie
www.kreuznacherdiakonie.de

SENIORENBERATUNG ESCHBERG

📍 Mecklenburgring 53, 66121 Saarbrücken

Anmeldung für alle Angebote und Infos:

☎ 0681 8319372

■ Fitnesskurs für Seniorinnen und Senioren

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

👤 Christina Klinkenberg, staatl. geprüfte Fitnessfachwirtin (BSA, IHK), Heilpraktikerin Psychotherapie (HPG)

Kosten: 38 Euro für 10 Termine

- **Kurs 25-04-26** mittwochs, ab März, 9–10.30 Uhr (10 Termine)
- **Kurs 25-04-27** mittwochs, ab August, 9–10.30 Uhr (10 Termine)

Starttermine bitte bei der Seniorenberatung Eschberg erfragen.

■ Seniorenberatung

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

Kosten: keine

- **Kurs 25-04-28** montags, 15–17 Uhr sowie mittwochs und freitags, 10–12 Uhr

5 GESUNDHEIT, BEWEGUNG & ENTSPANNUNG



■ Workshop: Erste Hilfe am Hund (NEU!)

Hunde sind treue Familienbegleiter, die uns in vielen Situationen zur Seite stehen. Doch auch sie können in Not geraten. Unser Erste-Hilfe-Kurs vermittelt Ihnen die wichtigsten Kenntnisse, um in Notfallsituationen richtig reagieren zu können.

Inhalte: Erste-Hilfe-Material, Rettungskette und das Verhalten im Notfall, lebenswichtige Funktionen, Verschlucken, Bewusstlosigkeit, Insektenstich und Zeckenbiss, Pfotenverband, Reanimation, Vergiftung, Schockzustand, Nasenbluten, Augen-, Gelenk- und Knochenverletzungen und vieles mehr.

Der Kurs ist sowohl für Erwachsene als auch für Kinder ab 10 Jahren geeignet und findet ohne Hunde statt.

👤 **Isabelle Kuhn**

🏠 Familienbildungsstätte

Kosten: 45 Euro

Anmeldung: ☎ 0681 61348

■ **Kurs 25-05-01** Samstag, 8. März, 14 bis 17.30 Uhr

■ Selbstverteidigung für Frauen (NEU!)

Gewalt gegen Frauen zeigt sich in vielen Formen – von respektlosen Bemerkungen bis hin zu sexuellen Übergriffen. Das frühzeitige Erkennen von Grenzverletzungen und der gezielte Einsatz von Selbstverteidigungstechniken können bereits Schutz bieten. Sollte es dennoch zu Angriffen kommen, sind klare und einfache Abwehrstrategien entscheidend. Dabei geht es darum, den festen Willen und die Entschlossenheit zu entwickeln, sich konsequent zu verteidigen. Gerade diese innere Stärke führt häufig dazu, dass Täter von ihrem Vorhaben ablassen.

👤 **Behrouz Arastafar**

🏠 Familienbildungsstätte

Kosten: 50 Euro

Anmeldung: ☎ 0681 61348

■ **Kurs 25-05-02** Samstag, 22. November, 16.30–19 Uhr

■ Vitametik – die manuelle Methode bei Stress, Verspannungen und Schmerzen

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

Die Vitametik ist eine manuelle Behandlungsmethode, die da ansetzt, wo sich Stress bei vielen Menschen zuerst niederschlägt: in einer Daueranspannung der Nacken- und Rückenmuskulatur. Angespannte Muskeln, besonders im Nacken und entlang der Wirbelsäule, können auf Nerven drücken, so dass der Informationsfluss zwischen Gehirn und Körperzellen nicht mehr frei fließen kann. Mögliche Folgen davon können zum Beispiel sein: Nackenschmerzen, Schulter-/Armbeschwerden, Kreuz- und Kopfschmerzen. In dem Vortrag erfahren Sie mehr über diese Methode.

👤 **Marion Crauser**

🏠 Familienbildungsstätte

Kosten: 5 Euro

Anmeldung: ☎ 0681 61348

■ **Kurs 25-05-03** Mittwoch, 19. März, 18–19 Uhr

■ **Kurs 25-05-04** Mittwoch, 12. November, 18–19 Uhr

■ Frühjahrskur und Detox (NEU!)

In diesem Vortrag soll die Bedeutung von Detox geklärt werden und wie wir unseren Körper zur „Ausleitung von Schlacken und Entgiftung“ mittels Frühjahrspflanzen optimal unterstützen können. Es wird hilfreiche und praktische Tipps zur Frühjahrskur geben. Zusammen wollen wir Frühjahrskräuter kosten, um deren geniale Wirkung auch geschmacklich erfassen zu können.

👤 **Verena Arnoldi**

🏠 Familienbildungsstätte

Kosten: 29 Euro inkl. Handout

Anmeldung: ☎ 0681 61348

■ **Kurs 25-05-05** Donnerstag, 27. März, 18–20.15 Uhr

■ Gut gerüstet durch die Erkältungszeit (NEU!)

In diesem Workshop werden viele gute Möglichkeiten der Vorbeugung sowie der Immunstärkung vorgestellt. Falls uns dann doch eiskalt ein Infekt erwischt, werden auch hierfür mehrere naturheilkundliche Ideen erörtert. Im praktischen Teil wollen wir gemeinsam einen Erkältungstee mischen und ein Erkältungsbadesalz herstellen.

👤 Verena Arnoldi

🏠 Familienbildungsstätte

Kosten: 29 Euro inkl. Handout und Materialkosten

Anmeldung: ☎ 0681 61348

■ **Kurs 25-05-06** Donnerstag, 9. Oktober,
18–20.15 Uhr

■ Klang-Meditation

Bei einer Klang-Meditation mit dem Instrument Monochord, der Stimme, eröffnen sich Wege: Wir erfahren, was sich im Moment zeigen möchte – in Bildern, in Körpergefühlen, im absichtslosen Sein. Nach den Klängen lauschen wir in die Stille, dem Nachklang in uns.

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

👤 Ingrid Niegel

🏠 Familienbildungsstätte

Kosten: 40 Euro für 4 Termine

Anmeldung: ☎ 0681 61348

■ **Kurs 25-05-07** freitags, 24. Januar–7. März
(14-tägig), 19–20 Uhr

■ **Kurs 25-05-08** freitags, 31. Oktober–
12. Dezember (14-tägig), 19–20 Uhr

Auf Anfrage: Klang-Einzel-Behandlung möglich.
Info: ☎ 0179 5174174 oder ✉ i.niegel@t-online.de

■ Progressive Muskelentspannung

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

👤 Isabelle Kuhn

🏠 Familienbildungsstätte

Kosten: 60 Euro für 6 Termine

Anmeldung: ☎ 0681 61348

■ **Kurs 25-05-09** dienstags, 11. März–15. April,
18–19 Uhr

■ **Kurs 25-05-10** dienstags, 28. Oktober–
2. Dezember, 18–19 Uhr

■ Mini-Yoga-Auszeit (NEU!)

In diesem Workshop werden wir eine wärmende, herzöffnende und stressreduzierte Sequenz mit Fokus auf Rückwärtsbeugen üben. Zur Verbesserung der Ausrichtung werden Hilfsmittel wie Blöcke, Gurte, Stühle usw. eingesetzt. Bitte helle Kleidung tragen und eine eigene Yogamatte, Handtuch und weiße Socken mitbringen.

👤 Nicole Schmidt

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

Kosten: 60 Euro für 2 Termine

Anmeldung: ☎ 0681 61348

Infos: 🖱 www.heilpraxis-schmidt-saar.de

■ **Kurs 25-05-11** Freitag, 4. April, 18.30–20.30 Uhr
und Samstag, 5. April, 10–12.30 Uhr

■ **Kurs 25-05-12** Freitag, 28. November, 18.30–
20.30 Uhr und Samstag,
29. November, 10–12.30 Uhr

■ Yoga Präventionskurs

Der B.K.S. IYENGAR-Methode folgend werden die Übungen den individuellen Bedürfnissen und Fähigkeiten der Teilnehmenden angepasst. Entspannung und Regeneration sind fester Bestandteil jeder Übungsstunde. Der Kurs ist in idealer Weise geeignet, die Gesundheit zu erhalten und dem ganzen Menschen einen Basisschutz zu geben, der auch Elemente von Selbstsicherheit und Selbstvertrauen beiträgt. Der Einsatz von Hilfsmitteln wie Blöcke, Gurte, Stühle usw. soll den individuellen Bedürfnissen der Schüler gerecht werden und vor allem zur optimalen Ausrichtung in der Stellung führen. Die regelmäßige Wiederholung der Haltungen führt zu Sicherheit und Vertrautheit. Eine Bezuschussung durch die gesetzlichen Krankenkassen ist möglich. Bitte helle Kleidung tragen und eine eigene Yogamatte, Handtuch und weiße Socken mitbringen.

👤 **Nicole Schmidt**

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

Kosten: 130 Euro für 10 Termine

Anmeldung: ☎ 0681 61348

Infos: 🐉 www.heilpraxis-schmidt-saar.de

■ **Kurs 25-05-13** donnerstags, 4. September – 20. November, 16.30 – 18 Uhr

■ Qigong Yangsheng und Achtsamkeit

„Wurzeln in die Erde, ruhend wie ein Baum, bewegen wie Wasser“. Mit Hilfe der Vorstellungsbilder dieses chinesischen Sprichwortes werden wir in die Übungen des Qigong Yangsheng nach Prof. Guori eintauchen. Stille und Achtsamkeit lassen wir mit einfließen und finden somit zu einem gesunden inneren und äußeren Gleichgewicht. Der Kurs ist gleichermaßen für Anfängende und Geübte geeignet. Eine Bezuschussung durch die gesetzlichen Krankenkassen ist möglich.

👤 **Cäcilia Koch-Franosch**

🏠 Familienbildungsstätte

Kosten: 135 Euro für 10 Termine

Anmeldung: ☎ 0681 61348 oder bei

Cäcilia Koch-Franosch, ☎ 06897 71128

Infos: 🐉 www.qigong-mit-freude.de

■ **Kurs 25-05-14** donnerstags, 9. Oktober – 11. Dezember, 18.30 – 20 Uhr



Ökumenische Gesellschaft für ambulante Pflege im Saarland GmbH

**Kirchliche Sozialstation
Neunkirchen/Spiesen-Elversberg**
Telefon 06821 920100
E-Mail info@sozialstation-neunkirchen.de

**Ökumenische Sozialstation
Burbach / Alt Saarbrücken**
Telefon 0681 47800 oder 0681 52636
info@sozialstation-burbach-alt-saarbruecken.de

Unsere Leistungen

- Wir pflegen Sie zu Hause
- Wir unterstützen Sie im Haushalt und im Alltag
- Wir erbringen Krankenkassenleistungen (z. B. Medikamentengabe, Verbandswechsel etc.)
- Wir schulen pflegende Angehörige
- Wir beraten zu allen Fragen der Pflege

Wir bilden aus! Die Ausbildung startet jährlich im Oktober.

Mehr Infos auch unter: www.oegap.de

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

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

 Patricia Steimer

 Familienbildungsstätte

Kosten: 25 Euro inkl. Roll-On und Handout

Anmeldung: ☎ 0681 61348

■ **Kurs 25-05-15** Samstag, 22. März,
9.30–12.30 Uhr

■ **Kurs 25-05-16** Samstag, 15. November,
9.30–12.30 Uhr

■ Genusswandern nicht nur für Singles

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

 Heike Benekam

Kosten: keine

Anmeldung: ☎ 0681 61348 oder bei Heike Benekam:

✉ goodnews2013@gmx.de

■ **Kurs 25-05-17** sonntags, 10.30–15 Uhr

■ Kräuter in der Natur entdecken

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

 Gabriele Geiger

 Blieskastel-Mimbach, Wanderparkplatz Morchestal-Grünbachtal

Kosten: 15 Euro

Anmeldung: ☎ 0681 61348

Entgiftende Kräuter

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

■ **Kurs 25-05-18** Mittwoch, 2. April,
17.30–19.45 Uhr

Essbare Kräuterschätze

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

■ **Kurs 25-05-19** Mittwoch, 4. Juni,
17.30–19.45 Uhr

Heilsame Kräuter und Früchte im Spätsommer entdecken

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

■ **Kurs 25-05-20** Mittwoch, 1. Oktober,
17.30–19.45 Uhr

■ Workshops zu Gesundheit, Ernährung, Gesundheitssport

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

👤 **Petra Schöneberg**

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

Infos und Anmeldung: ☎ 0681 61348

■ Die Woche der Stille im Saarland im November

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

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

Weitere Informationen finden Sie auf

➡ www.stille-im-saarland.de

ANGEBOTE DES BÜRGERINNEN-ZENTRUMS BREBACH

🏠 Saarbrücker Straße 62, 66130 Saarbrücken-Brebach
Anmeldung für alle Angebote und Infos: ☎ 0681 9508326

■ Nordic Walking

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

👤 **Elfi Seibert, Nordic-Walking-Trainerin**

Kosten: keine

■ **Kurs 25-05-21** dienstags, 9.30–10.30 Uhr

■ Yoga im Sitzen

Der Yoga-Kurs richtet sich an ältere oder bewegungseingeschränkte Menschen. Die Yoga-Übungen werden im Sitzen durchgeführt und dienen der Stärkung, Dehnung und Entspannung des Körpers.

👤 **Hannah Huth, Yoga-Lehrerin**

Kosten: 50 Euro für 10 Termine

■ **Kurs 25-05-22** freitags, 11–12 Uhr

■ Qigong

Qigong ist Teil der Traditionellen Chinesischen Medizin und kann mit einfachen Übungen Stress reduzieren und die Gesundheit fördern. Alle Übungen werden im Sitzen oder Stehen durchgeführt.

👤 **Ingrid Bill, Qigong-Lehrerin**

Kosten: keine

■ **Kurs 25-05-23** mittwochs, 11–12 Uhr

6 KREATIVITÄT

■ Ganzheitliches Gedächtnistraining

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

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

Kosten: 40 Euro für 10 Termine

■ **Kurs 25-05-24** mittwochs, 16–17 Uhr



■ Nähkurse für Anfängende und Fortgeschrittene

Nähen als kreatives Hobby ist auch Kontakt, gegenseitige Beratung und die Entwicklung eines individuellen Stils. Alle nähren etwas Unterschiedliches – wie und was ihnen gefällt. Sie erhalten fachliche Anleitung beim Zuschneiden, Nähen und Ändern Ihrer Kleidung und individuelle Beratung in Bekleidungsfragen. Die Kursleiterinnen gehen individuell auf Sie ein, auch wenn Sie noch nie genäht haben. Beim ersten Treffen bitte mitbringen: Stoffreste bzw. Stoff, falls vorhanden Musterbögen, Nähutensilien (Schere, Nähgarn, Stecknadeln).

Nähkurse in Saarbrücken

👤 **Roswitha Kohler, Damenschneidermeisterin**

🏠 Familienbildungsstätte

Kosten: 80 Euro für 10 Termine

Anmeldung: ☎ 0681 61348

- **Kurs 25-06-01** dienstags, ab 21. Januar, 18–21 Uhr
- **Kurs 25-06-02** dienstags, ab 29. April, 18–21 Uhr
- **Kurs 25-06-03** dienstags, ab 9. September, 18–21 Uhr

👤 **Natella Don**

🏠 Familienbildungsstätte

Kosten: 80 Euro für 10 Termine

Anmeldung: ☎ 0681 61348

- **Kurs 25-06-04** montags, ab 20. Januar, 17–20 Uhr
- **Kurs 25-06-05** montags, ab 28. April, 17–20 Uhr
- **Kurs 25-06-06** montags, ab 15. September, 17–20 Uhr

Nähkurse in Völklingen

👤 **Karin Büchner**

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

Kosten: 80 Euro für 10 Termine,

zzgl. 10 Euro Raummiete

Info und Anmeldung: Karin Büchner, ☎ 06898 26967

- **Kurs 25-06-07** mittwochs, 8.30–11.30 Uhr
Die Kurse finden fortlaufend statt, Einstieg ist jederzeit möglich.

Nähkurse in Heusweiler

👤 **Carmela Hufschmidt, Bekleidungsfertigerin**

🏠 Kursatelier Nähräume, Saarlouiser Straße 5

Kosten: auf Anfrage

Info und Anmeldung: Carmela Hufschmidt,

☎ 0152 33549807

- **Kurs 25-06-08** Kurse finden täglich, jeweils 8.30–11.30 Uhr (Montag bis Freitag) und 18–21 Uhr (Montag und Mittwoch) statt.

Besuchen Sie uns im Internet:

👉 www.familienbildung-saar.de

Newsletter der Evangelischen Familienbildungsstätte

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

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

☛ www.familienbildung-saar.de/newsletter

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



FORTBILDUNGEN FÜR PÄDAGOGISCHE FACHKRÄFTE

■ Kollegiale Beratung – Fallbesprechungen schnell und effektiv (NEU!)

Die Kollegiale Beratung ist eine sehr strukturierte Form, über einen Fall oder eine Problemstellung zu beraten. Die Gespräche finden auf Augenhöhe und ohne externe Unterstützung statt. In der Regel genügt schon ein Zeitfenster von ca. 45 Minuten, um zu neuen Einsichten und Lösungen zu gelangen. Mit wenig Aufwand lässt sich die Methode in Fach- und Leitungsteams einführen und etablieren. Unterschiede der Professionen und Perspektiven können dabei als Ressourcen genutzt werden.

Schwerpunkte: Umsetzungsmöglichkeiten und Tipps (online und offline, im eigenen Team oder mit Außenstehenden), Raum zum Üben, Einführung der Methode in meinem Team. Zeitumfang: Halbtägige Einführung und Erprobung der Methode in Präsenz und drei Folgetermine von je 1 ½ Stunden (online oder in Präsenz) zum Üben und Klären von Fragen.

👤 **Judith Rachel**

🏠 Familienbildungsstätte und online

Kosten: 225 Euro für 4 Termine

Anmeldung: ☎ 0681 61348

Infos: 🖱 www.judithrachel.de

- **Kurs 25-07-01** Freitag, 21. März, 9–13 Uhr,
und freitags, 4. April, 16. Mai und
27. Juni, 9–10.30 Uhr

■ Mit Leichtigkeit zum Ziel (NEU!)

In diesem Workshop lernen Sie Methoden kennen, um Ziele leicht und nachhaltig zu verfolgen und zu erreichen: Das Zürcher Ressourcen Modell (ZRM®) und die Hypnosystemik basieren auf den neuesten Erkenntnissen der Hirnforschung und zeigen auf, wie man unbewusste Bedürfnisse mit dem bewussten Denken in Einklang bringen kann. Durch spielerische Übungen wird eine motivierende innere Haltung entwickelt. Die Teilnehmenden lernen, wie sie diese Ansätze im Berufs- und Alltagsleben integrieren und anwenden können, um Herausforderungen leichter zu begegnen.

👤 **Klaus J. Weber**

🏠 Familienbildungsstätte

Kosten: 260 Euro

Anmeldung: ☎ 0681 61348

Infos: 🖱 www.siewissenesselbst.de

- **Kurs 25-07-02** Montag, 12. Mai, 9–17 Uhr

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

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

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

👤 **Karin Straub**
 🏠 Familienbildungsstätte
 Kosten: 180 Euro
 Anmeldung: ☎ 0681 61348

■ **Kurs 25-07-03** Freitag, 22. August, 9–17 Uhr

■ Sicher Auftreten mit Präsenz und Ausstrahlung

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

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

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

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

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

👤 **Judith Rachel**
 🏠 Familienbildungsstätte
 Kosten: 260 Euro
 Anmeldung: ☎ 0681 61348
 Infos: 🖱 www.judithrachel.de

■ **Kurs 25-07-04** Donnerstag, 18. September, 9–17 Uhr und Freitag, 19. September, 9–15 Uhr

Besuchen Sie uns im Internet:

🖱 www.familienbildung-saar.de

■ Das Zürcher Ressourcen Modell (ZRM®) Anerkannter Grundkurs

Das ZRM® wurde an der Universität Zürich entwickelt und hat sich als effektives Training für Motivation und Selbstmanagement wissenschaftlich erwiesen. In einem lustvollen und spielerischen Prozess, der konsequent an persönlichen Ressourcen orientiert ist, lernen die Teilnehmenden, wie Motivation und Selbststeuerung leicht funktionieren können. Durch die Arbeit mit Verstand, Unbewusstem und Körper erreicht man nachhaltige und beeindruckende Ergebnisse. Dieser Prozess kann für jedes Thema und für jede Zielgruppe durchgeführt werden. Ob in der Arbeit mit Jugendlichen, mit Führungskräften oder beispielsweise in der Teamentwicklung, die Grundzüge sind immer gleich. Dadurch ist ZRM® universell einsetzbar. Sie erhalten nach Abschluss des Kurses eine anerkannte Teilnahmebescheinigung.

👤 Klaus J. Weber

🏠 Familienbildungsstätte

Kosten: 590 Euro; bei Anmeldung bis 26. September erhalten Sie 10% Frühbucherrabatt (531 Euro).

Anmeldung: ☎ 0681 61348

Infos: ➡ www.siewissenesselbst.de

■ **Kurs 25-07-05** Donnerstag, 6. November und
Freitag, 7. November, 9–18 Uhr

■ Arbeitskreis „Zeitgemäße Bildung“

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

■ **Kurs 25-07-06** Termine und weitere Infos
auf Anfrage

■ Alltägliche Gespräche neu gedacht: Die Kraft der systemischen Kommunikation (NEU!)

Alltägliche Gespräche sind die kleinen, oft routinierten Interaktionen, die wir täglich führen – sei es mit Familie und Freund*innen, wie auch im beruflichen Kontext. Diese Gespräche mögen auf den ersten Blick banal wirken, doch sie spielen eine wichtige Rolle in unserem sozialen Leben. Sie stärken Beziehungen, vermitteln Informationen und sorgen für zwischenmenschliche Verbindungen. Alltägliche Gespräche haben das Potenzial, tiefer zu gehen, wenn wir bewusst zuhören und uns öffnen. Haltung und Methoden der systemischen Kommunikation helfen, alltägliche Gespräche positiv zu verändern.

In der zweitägigen Fortbildung möchten wir mit Ihnen ein Bewusstsein für den Kontext der Gesprächsteilnehmer schaffen und die grundlegenden Prinzipien Wertschätzung, Allparteilichkeit und Neutralität kennenlernen. Strukturen eines systemischen Gesprächs und systemische Fragetechniken stehen im Mittelpunkt des zweiten Fortbildungstages.

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

👤 Nicole Burkert-Arbogast, Susanne Wilhelm

🏠 PrakSys, Raum für Entwicklung, Preußenstraße 19,
66111 Saarbrücken

Kosten: 360 Euro

Info und Anmeldung: PrakSys, ☎ 0681 96816581,

✉ info@praksys.de

■ **Kurs 25-07-07** Freitag, 28. März und Samstag,
29. März, 9–17 Uhr

■ Ausbildungskurs zur Kursleitung „Starke Kinder haben Mut!“

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

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

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

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

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

🏠 PrakSys, Raum für Entwicklung, Preußenstraße 19, 66111 Saarbrücken

Kosten: 280 Euro zzgl. 60 Euro für das Handbuch

Info und Anmeldung: PrakSys, ☎ 0681 96818399,

✉ info@starkekinderhabenmut.de,

🌐 www.starkekinderhabenmut.de

- **Kurs 25-07-08** Freitag, 27. Juni und Samstag, 28. Juni sowie Freitag, 26. September, 9–17 Uhr

FORTBILDUNGEN FÜR DIE KINDERTAGESPFLEGE

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

■ Treff Kindertagespflege

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

👤 **Annemarie Botzet-Infantino**

🏠 Familienbildungsstätte oder online

Kosten: 7 Euro pro Termin

Anmeldung: ☎ 0681 61348 ✉ fambild-sb@dwsaar.de

- **Kurs 25-07-09** Dienstag, 4. Februar, 18.30–20.45 Uhr (online)
- **Kurs 25-07-10** Dienstag, 6. Mai, 18.30–20.45 Uhr (Familienbildungsstätte)
- **Kurs 25-07-11** Dienstag, 2. September, 18.30–20.45 Uhr (Familienbildungsstätte)
- **Kurs 25-07-12** Dienstag, 2. Dezember, 18.30–20.45 Uhr (online)

1

2

3

4

5

6

7

8

■ Kinderbetreuung & Kindertagespflege

Die Servicestelle Kinderbetreuung & Kindertagespflege bietet gemeinsam mit der Evangelischen Familienbildungsstätte allen qualifizierten Kindertagespflegepersonen ein breites Spektrum an Fortbildungen an.

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

➤ www.service-kinderbetreuung.de

Info und Anmeldung: Servicestelle Kinderbetreuung & Kindertagespflege, ☎ 0681 8308626,
✉ info@service-kinderbetreuung.de

FORTBILDUNGEN FÜR MITARBEITENDE IN EV. KINDERTAGESEINRICHTUNGEN

Das Jahresprogramm 2025 des Referats Kindertageseinrichtungen der Diakonie Saar kann angefordert werden unter ☎ 0681 77033 oder per E-Mail ✉ refkita@dwsaar.de.

Download: ➤ www.diakonie-saar.de/referat-kindertageseinrichtungen

Fachberatung: Annette Burkhardt-Walsch
Fachberatung für Sprach-Kitas: Ulrike Licht

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

Das Fortbildungsprogramm 2025 kann angefordert werden beim Betreuungsverein Saarbrücken und Saar e.V. im Haus der Diakonie Saarbrücken.

🏠 Haus der Diakonie, Johannisstraße 6,
66111 Saarbrücken

Die Veranstaltungen des Betreuungsvereins stehen allen Interessierten offen.

Anmeldung für alle Termine:

☎ 0681 3898333 oder ☎ 0681 3898334 und
✉ betreuungsverein@dwsaar.de

■ Vorsorgevollmacht – Vorstellung verschiedener Vorsorgemöglichkeiten

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

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

🏠 Haus der Diakonie, Johannisstraße 6,
66111 Saarbrücken

■ **Kurs 25-07-13** Donnerstag, 13. Februar,
17–19 Uhr

1

2

3

4

5

6

7

8

■ Einführung in die rechtliche Betreuung

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

🏠 Saarbrücker Schloss, Kleiner Saal

- **Kurs 25-07-14** Dienstag, 1. April, Donnerstag, 3. April und Dienstag, 8. April, 18–20 Uhr
- **Kurs 25-07-15** Montag, 17. November, Donnerstag, 20. November und Montag, 24. November, 18–20 Uhr

■ Patientenverfügung – selbstbestimmt leben bis zuletzt!

Der Referent setzt sich mit dem existenziellen Thema des selbstbestimmten Lebens bis zum Lebensende aus seiner Sicht als Betreuungsrichter auseinander. Anhand konkreter Beispiele soll diesen Fragen nachgespürt, Fallstricke und auch für den Laien verständliche Lösungsansätze aufgezeigt werden.

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

- **Kurs 25-07-16** Dienstag, 28. Oktober, 17–19 Uhr

ANGEBOTE FÜR HAUPT- UND EHREN-AMTLICHE DER KIRCHENGEMEINDEN

■ Schulungen im Bereich sexualisierter Gewalt

Basismodul

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

Kosten: 20 Euro

- **Kurs 25-07-17** Termine auf Anfrage

Intensivmodul

Für Haupt- und Ehrenamtliche mit intensivem, regelmäßigem Kontakt zu Schutzbefohlenen. Voraussetzung ist die vorherige Teilnahme an einer Basisschulung.
 Inhaltsschwerpunkte: Entwicklung kindlicher und jugendlicher Sexualität, Schutzkonzept, Prävention ausführlich, Intervention ausführlich, Recht, Seelsorge, theologische Aspekte des christlichen Menschenbildes

Kosten: 40 Euro

- **Kurs 25-07-18** Termine auf Anfrage

Leitungsmodul

Für Mitarbeitende mit Leitungsverantwortung. Voraussetzung ist die vorherige Teilnahme an einer Basisschulung.
 Inhaltsschwerpunkte: Schulung von Leitungspersonen zu sexualisierter Gewalt, Schutzkonzept, rechtlicher Rahmen, Vermutungsstufen, Intervention, Dokumentation, Interventionsplan, Meldepflicht, Prüfung von Strafanzeigen, Ansprechstellen

Kosten: 20 Euro

- **Kurs 25-07-19** Termine auf Anfrage

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

■ Arbeitskreis offene kirchliche Altenarbeit im Kirchenkreis Saar-West

Mehrmals im Jahr trifft sich der Arbeitskreis zu verschiedenen Themen. Pfarrer Horst Gaevert, Synodalbeauftragter für die kirchliche Altenarbeit im Kirchenkreis, trägt interessante Informationen zu den Themen mit Anregungen für die Altenarbeit in den Kirchengemeinden vor Ort zusammen. Interessierte erhalten eine Einladung mit weiteren Informationen.

👤 **Pfarrer Horst Gaevert**

🏠 Versöhnungskirche Völklingen

Kosten: keine

Anmeldung: ☎ 0681 61348 oder bei Pfarrer Gaevert, ☎ 06898 4541, ✉ horst.gaevert@ekir.de

Thema: Licht und Schatten

■ **Kurs 25-07-20** Montag, 17. Februar, 14–17 Uhr

Thema: Elemente

■ **Kurs 25-07-21** Montag, 19. Mai, 14–17 Uhr

Thema: Noch offen

■ **Kurs 25-07-22** Montag, 25. August, 14–17 Uhr

Thema: Maria

■ **Kurs 25-07-23** Montag, 17. November, 14–17 Uhr

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

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

Kosten: keine

Infos: Anke Jung, ☎ 0681 61348,

✉ anke-jung@dwsaar.de

■ **Kurs 25-07-24** Termine auf Anfrage

■ Austauschrunde für Ehrenamtliche im Kirchenkreis Saar-Ost

Der Arbeitskreis Ehrenamt im Kirchenkreis Saar-Ost bietet für interessierte Ehrenamtliche der Kirchengemeinden regelmäßig einen Stammtisch an. Hier kann man sich austauschen über die Arbeit in den Gemeinden und erhält aktuelle Informationen zur Ehrenamtsarbeit der Evangelischen Kirche. Der Stammtisch trifft sich an jedem 2. Donnerstag im Quartal im Gemeindecfé der Evangelischen Kirchengemeinde Neunkirchen, Sebachstraße 1, 66539 Neunkirchen-Furpach.

Nähere Informationen sind erhältlich bei:

Arbeitskreis Ehrenamt im Kirchenkreis Saar-Ost,

Michael Schneider, ☎ 06821 952284,

✉ ms-neunkirchen@t-online.de oder bei

Bärbel Hoffmann, ☎ 0171 6923636,

✉ baerbel.hoffmann@ekir.de

■ Fortbildungen zur Unterstützung geflüchteter und zugewanderter Menschen

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

Welche Themen sind interessant für Sie?

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

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

Weitere Informationen:

Diakonie Saar

Abteilung Offene Soziale Arbeit

Rembrandtstraße 17-19, 66540 Neunkirchen

☎ 06821 956-160/161, ✉ osa@dwsaar.de

FORTBILDUNGEN DER LAG EV. ERWACHSENENBILDUNG IM SAARLAND

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

Die Angebote qualifizieren zur themen- und zielgruppenspezifischen Arbeit, sie befähigen zum kompetenten Umgang mit Gruppen und Gremien durch die Vermittlung methodisch-didaktischer Kenntnisse und sie fördern die Entwicklung persönlicher Kompetenzen, insbesondere die Fähigkeit zur Kommunikation und Selbstreflexion. Ein Schwerpunkt bildet die Arbeit mit Medien wie PC und Internet.

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

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

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

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

Infos: ☎ 0681 59096754

✉ wd.scheid@lag-eeb-sl.de oder schriftlich:

Mainzer Straße 269, 66121 Saarbrücken



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



Kathrin Schorr ist als pädagogische Mitarbeiterin hauptsächlich für den Eltern-Kind-Bereich sowie die Öffentlichkeitsarbeit zuständig. Seit Abschluss ihres Masterstudiums Erziehungs- und Bildungswissenschaft (M.A.) im Frühjahr 2017 arbeitet sie bei der Diakonie Saar.



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



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

1

2

3

4

5

6

7

8



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



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



Verena Arnoldi. Die Krankenschwester und Heilpraktikerin hat Weiterbildungen in Naturheilkunde, Aromatherapie und Physiotherapie (Pflanzenheilkunde). Ihr Fokus liegt auf einer ganzheitlichen, komplementären Behandlung.



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



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



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



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



Annemarie Botzet-Infantino ist langjährig als Kindertagespflegerin tätig und leitet den Treff Kindertagespflege.



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



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



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



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



Manuela Darsch ist ausgebildete Yoga-Lehrerin und Spielkreisleiterin und bietet in Illingen-Uchtelfangen Eltern-Kind-Gruppen an.



Natella Don. Die erfahrene Hobbynäherin leitet Nähkurse in Saarbrücken.



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



Carsten Freels hat Erziehungswissenschaften, Psychologie und Soziologie studiert und ist unter anderem in den Bereichen Resilienz, kindliche Traumata und Kreativitätsförderung bei Kindern fortgebildet.



Dr. Natalie Fuß. Ihre Leidenschaft für Themen der persönlichen Weiterentwicklung führte sie zur Ausbildung als systemische Personal- und Business-Coachin. Diese möchte sie nicht nur selbst anwenden, sondern auch anderen zugänglich machen.



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



Gabriele Geiger ist Heilpraktikerin und Kräuterexpertin.



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



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



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



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



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



Isabelle Kuhn ist Kunsttherapeutische Beraterin, Lehrkraft für Erste Hilfe, Entspannungstherapeutin, Expertin für Progressive Muskelrelaxation und Eltern-Kind-Kursleiterin.



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



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



Denise Ostwaldt. Die Dipl. Sozialpädagogin ist Mitarbeiterin der Schwangerenberatung der Diakonie Saar.



Emilia Pitaro hat Pädagogik der Kindheit studiert und eine Ausbildung als Erzieherin sowie mehrjährige Berufserfahrung in der frühkindlichen Bildung. Derzeit absolviert sie eine PEKiP-Ausbildung.



Judith Rachel, M.A., ist Coachin und Moderatorin mit Erfahrung im Sozial- und Bildungsbereich. Sie hat Politikwissenschaft und Pädagogik studiert und ist in Theaterpädagogik, Systemischer Beratung und Organisationsentwicklung qualifiziert.



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



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



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



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



Julia Schüly. Die ausgebildete Lehrkraft für Elementare Musikpraxis bietet Musikkurse mit Babys, Kleinkindern, Grundschulern und Erwachsenen an. Außerdem ist sie in der Weiterbildung und als Autorin für musikpraktische Literatur tätig.



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



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



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



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



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



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



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

■ KONTAKT

Evangelische Familienbildungsstätte Saarbrücken
der Diakonie Saar

🏠 Mainzer Straße 269, 66121 Saarbrücken

☎ 0681 61348, 📠 0681 61340

✉ fambild-sb@dwsaar.de



➔ www.familienbildung-saar.de



➔ www.facebook.com/FamilienbildungSaar/



➔ www.instagram.com/familienbildungs Saar/

Bürozeiten: Montag bis Freitag, 9–12 Uhr

Anke Jung, Leitung

Kathrin Schorr, Pädagogische Mitarbeiterin

Birgit Metzger, Verwaltung

Landesarbeitsgemeinschaft
für Evangelische Erwachsenenbildung

🏠 Mainzer Straße 269, 66121 Saarbrücken

☎ 0681 59096754

✉ wd.scheid@lag-eeb-sl.de

Wolf-Dieter Scheid, Pädagogischer Mitarbeiter

Birgit Metzger, Sekretariat, Anmeldung

■ ANMELDUNG

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

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

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

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

Vereinigte Volksbank eG

DE72 5909 2000 3057 0100 36 | BIC GENODE51SB2

■ ANFAHRT

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



HINWEIS

Um die Qualität unserer Veranstaltungen weiter zu verbessern, führen wir regelmäßig nach Abschluss einer Veranstaltung oder eines Kurses anonymisierte Befragungen von Teilnehmenden durch. Zu diesem Zweck kann Ihnen ein Link zu einer Online-Befragung zugesandt werden. Ihre Teilnahme ist freiwillig. Ihre Antworten sind anonym und nicht personenbezogen auswertbar.

Veranstaltungsinformationen der Evangelischen Familienbildungsstätte

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

Impressum

Herausgegeben von der
Evangelischen Familienbildungsstätte der Diakonie Saar
Mainzer Straße 269
66121 Saarbrücken

Saarbrücken 2024

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

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

Auflage: 4000



Bildnachweis: Holger Kiefer (S. 11), Adobe Stock/Prostockstudio (S. 13), Adobe Stock/Monkey Business (S. 23), Adobe Stock/mickyso (S. 49), Adobe Stock/artrachen (S. 57), Adobe Stock/Robert Kneschke (S. 75), Adobe Stock/HighwayStarz (S. 87), Adobe Stock/Contrastwerkstatt (S. 91), alle anderen: privat.

Du tust was für die Welt, wir tun was für Dein Geld!



Auch in Zeiten der Veränderung stehen wir hinter Dir und kümmern uns bestens um Deine Finanzen.

Instagram: [@fuerdeinwahresleben](https://www.instagram.com/fuerdeinwahresleben)



 Sparkasse
Saarbrücken