

2026
2027



ZERRISSENHEIT
überwinden
PERSPEKTIVEN
teilen

Programmheft



Katholische
Erwachsenenbildung
Osnabrück e.V.



Birgit Lemper
Geschäftsstellenleitung



Dagmar Teuber-Montico
Päd. Mitarbeiterin



Maja Tabeling
Päd. Mitarbeiterin



Esther Gerbes
Päd. Mitarbeiterin



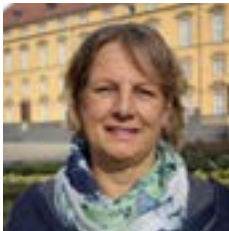
Ina Stallkamp
Sprachkurskoordinatorin



Marlies Stertenbrink
Päd. Mitarbeiterin



Aaron Schonhoff
Verwaltung



Karin Witte
Verwaltung



Lena Christoforidis
Verwaltung



Sandra de Kock
Sprachkurslehrerin



Gabriele Hagedorn
Außenstelle Twistringen



Franziska Badorreck
Päd. Mitarbeiterin
(in Elternzeit)

Zerrissenheit überwinden – Perspektiven teilen

Liebe Leserinnen und Leser,

mit unserem Titel für das Programmjahr 2026/2027 laden wir Sie ein, in über hundert Kursen Perspektiven zu teilen, um die spürbare Zerrissenheit unserer Gesellschaft in Teilen zu überwinden. Dozentinnen und Dozenten ermöglichen genauso einen neuen Blick auf die Welt wie Argumente und eingebrachte Themen der Teilnehmenden. Es ist unsere Aufgabe in der Erwachsenenbildung, Menschen zusammen zu bringen und Austausch zu ermöglichen. Dabei pflegen wir eine Kultur des Zuhörens und einer wertschätzenden Kommunikation. Jeder und jede ist bei uns herzlich willkommen. Dort wo Menschen gemeinsam lernen, entstehen Austausch, Gemeinschaft, Vielfalt und manchmal auch ein Perspektivwechsel.

*“Bildung eröffnet
Perspektiven und fördert
Gemeinschaft.“*

Dazu bieten wir Ihnen eine Veranstaltungsreihe zum Thema *„Lebensräume – Wie will ich leben?“*. In der Veranstaltung *„Hinsehen statt übersehen“* sensibilisieren wir für den Umgang mit Menschen mit geringer Literalität. Erstmals finden Sie die Maßnahme *„Schulbegleitung“* in unserem Programm, welche Menschen den Wiedereinstieg auf den Arbeitsmarkt ermöglichen möchte. Bewährte Kurse im Bereich Theologie, Gesundheit, Nachhaltigkeit, Familienbildung, digitaler und beruflicher Bildung sind natürlich auch wieder dabei.

Bildung eröffnet Perspektiven: Das Programm lebt auch von Ihren Argumenten und Ihrer Stimme. Wir freuen uns drauf, Ihre Perspektive kennenzulernen!

Mit herzlichen Grüßen

B. Lemper
Birgit Lemper



Die Geschäftsstelle der KEB Osnabrück
ist zertifiziert nach DIN EN ISO 9001 und AZAV.

Herstellung: Druckerei Levien, Osnabrück

Fotocredit: Adobe Stock, Fotolia, KEB Osnabrück, Canva

Katholische
Erwachsenenbildung
Große Rosenstraße 18
49074 Osnabrück

Tel. 0541 35 868 -71
info@keb-os.de

www.keb-os.de

Instagram: keb_osnabrueck

Glauben, Verantwortung, Kirche und Gesellschaft

- 6 Spirituelle Begegnungen zwischen Kunst und Leben
- 7 Dialogbegleiter*in Christentum-Islam
- 7 Mehr Wissen über das Pilgern in christlicher und islamischer Perspektive
- 8 Mehr Wissen über Fasten in christlicher und islamischer Perspektive
- 8 Mehr Wissen über Petrus und der Hahn
- 9 Mehr Wissen über Papst Franziskus und die Erneuerung der Kirche
- 9 Philosophische Erkenntnisse, die das Leben leichter machen
- 10 Von Viški nach Jerusalem
- 10 Dio mio! Wenn Kirche Spaß macht, entsteht ein Ort der Begeisterung
- 11 Kirchen + Kino
- 11 Ein Mensch zu sein auf Erden
- 11 Wie Frieden schaffen? Mit oder ohne Waffen?
- 12 Veranstaltungsreihe: Lebensräume - wie will ich leben?

Kompetenzen für Beruf und Ehrenamt

- 14 Digital-Forum für ehrenamtliche Digitalbegleiter*innen
- 14 Storytelling: Eine Erzählkunst
- 15 Ausbildung Gedächtnistraining
- 16 Voll logisch!
- 16 Ausbildung in Mediation
- 18 Studientage für Pädagogische Mitarbeiter*innen
- 20 Fortbildungen für Kita-Mitarbeiter*innen
- 23 Kess erziehen - Kursleiter*innen Ausbildung
- 25 Religionssensible Pflege und Seelsorge – Bedürfnisse aus muslimischer Sicht
- 25 Zertifikatskurs Weiterbildung zur Schulbegleitung
- 26 Hinsehen statt übersehen
- 27 Fortbildungen für ...
 - Aktive im Ehrenamt
 - Ehrenamtliche aus dem SkF
 - Ehrenamtliche aus dem SKM
 - die Arbeit des Hospiz
 - Ehrenamtliche in Kirchengemeinden und Hospizen

Familienbildung und Pädagogik

- 43 PEKiP-Kurse
- 44 MiniSigns®
- 45 Kompetent durch den digitalen Familienalltag - begleiten statt überfordern

Persönlichkeitsbildung und Lebensbegleitung

- 46 Digital Kompass
- 48 Digitales Erbe – einfach und praxisnah erklärt
- 48 Schnupperkurs ganzheitliches Gedächtnistraining
- 48 Selbstbewusst & Stark
- 49 Gefühle verstehen und ausdrücken
- 49 Queeres Leben – Emotionen, Offenheit und gesellschaftliche Herausforderungen
- 50 Du fehlst mir so – Dem*Der Verstorbenen einen bleibenden Platz geben
- 50 Meiner Trauer auf der Spur – Trauerwanderungen mit der Kamera
- 51 Kraftquelle Natur – Resilienz draußen erleben
- 51 Schöpfung erfahren: Achtsamkeit in der Natur

Persönlichkeitsbildung und Lebensbegleitung

- 52 Biografisches Schreiben
- 52 Midsommar-Worte
- 52 Mixed Media und Journaling
- 53 Atmosphärische Fotografien im Kloster
- 54 Yoga-Angebote
- 55 Stress begegnen mit Yoga und Schreiben
- 56 Faszien-Yoga & Lach-Yoga
- 56 Sich wohlfühlen mit Taichi Qigong
- 57 Workshop Fußgesundheits
- 57 Klimazeitstrahl 1850 – 2100 zur Ausleihe
- 58 Gesundheit im Gespräch – Vorträge
- 59 Literatur an Ort und Stelle
- 60 Lieblingsstücke selbst genäht – kreative Ideen für den Alltag
- 60 Warm durch die kalte Jahreszeit
- 61 Zweite Chance – Upcycling für deinen Kleiderschrank
- 61 Deutsch als Fremdsprache
- 82 Toleranzbox zur Ausleihe
- 98 Escape-Room zum Abruf

Anmeldung und Allgemeine Geschäftsbedingungen unter www.keb-os.de

Vereinsregister: Amtsgericht Osnabrück
Registergericht: VR 1922

Finanzamt Osnabrück-Stadt
Steuer-Nr. 66/270/03957

Übersicht
örtliche Angebote
SEITE 63

GLAUBEN, VERANTWORTUNG, KIRCHE UND GESELLSCHAFT

Spirituelle Begegnungen zwischen Kunst und Leben

Die Veranstaltung findet statt in Kooperation mit der Domgemeinde St. Petrus und dem Diözesanmuseum

Immer wieder ist unser Leben bestimmt von Sorgen, Angst, Wut, Verzweiflung oder Trauer. Wo gibt der Glaube in diesen Situationen Hilfe, Unterstützung oder gar Rettung? An diesem Abend können Sie an verschiedenen Orten in Diözesanmuseum und Dom darüber ins Gespräch kommen. Anhand von Kunstwerken reflektieren wir Situationen und Bedürfnisse im Leben und spüren nach, wie Gott uns seinen Beistand zugesagt hat. Dieser ist, gerade in schwe-

ren Lebenslagen, oft nicht leicht zu entdecken oder zu glauben. Und doch ist er da, wenn auch vielleicht anders, als erwartet.

Ref. Friederike-Andrea Dörner (Diözesanmuseum Osnabrück), Gisela Püttker (Seelsorge am Dom), Alexander Rolfes (Referent für Glaubenskommunikation)
Beginn Mi. 14.10.2026, 18:30 Uhr
Ort Diözesanmuseum Osnabrück
Kosten kostenlos
Hinweis Informationen und Anmeldungen: Gisela Püttker, Tel: 0175 1251125, Email: g.puettker@bistum-os.de
Kurs-Nr. [ZORG6012](#)

Dialogbegleiter*in Christentum-Islam

Multiplikator*innenschulung

In Kooperation mit dem Bistum Osnabrück und dem Islamkolleg Deutschland

Der interreligiöse Dialog leistet einen wichtigen Beitrag zum Zusammenleben der Menschen aus verschiedenen Kulturen und Religionen in unserem Land. Deshalb suchen wir Menschen, Christ*innen und Muslim*innen, die diesen Prozess in den Dekanaten und Gemeinden oder in muslimischen Gruppierungen oder Moscheegemeinden vor Ort begleiten und sich als Dialogbegleiter*in Christentum – Islam ausbilden lassen möchten. Als Dialogbegleiter*in

- › bauen Sie Kontakt zu Gemeinden der anderen Glaubensgemeinschaft auf,
- › sind Sie in Ihrem Umfeld zur Haltung der anderen Religion im interreligiösen Dialog oder zu Gemeinsamkeiten und Unterschieden zwischen Christentum und Islam auskunftsfähig,
- › begleiten Sie Gruppen, die eine Moschee oder eine Kirche besuchen möchten,
- › wissen Sie sich einer dialogoffenen Haltung verpflichtet.

Leitung Dr. Michael Schober (Diözesanbeauftragter für interreligiösen Dialog), Ihlam El Morabiti (Referentin für den Fachbereich „Soziale Arbeit“), Neslihan Akbulut-Belmahi (Referentin für

Gemeindepädagogik), Birgit Lemper (Religionspädagogin)

Umfang 1 Wochenende (Fr. – So.), 3 Samstage
Beginn Fr. 17.09.2027, 18:00 Uhr – So. 19.09.2027, 13:00 Uhr
Ende Sa. 20.11.2027
Ort Haus Ohrbeck, Islamkolleg Deutschland (IKD), Moschee Duisburg-Marxloh, Kath. FABI/ KEB
Kosten Die Kosten sind in der Geschäftsstelle zu erfragen
Hinweis weitere Termine: Sa. 09.10.2027, Sa. 23.10.2027
Kurs-Nr. [ZORG7002](#)

Mehr Wissen über das Pilgern in christlicher und islamischer Perspektive

Christlich-muslimischer Dialogabend

Die Veranstaltung findet statt in Kooperation mit dem Bistum Osnabrück

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

Ref. Dr. Jörg Ballnus, Institut für Islamische Theologie, Universität Osnabrück

Dr. Michael Schober, Diözesanbeauftragter für interreligiösen Dialog

Beginn Mi. 16.12.2026
18:00 – 21:00 Uhr
Ort Kath. FABI / KEB
Kosten 10 €
Kurs-Nr. [ZORG6015](#)

Mehr Wissen über Fasten in christlicher und islamischer Perspektive

Eine Begegnung der Religionen

Die Veranstaltung findet statt in Kooperation mit dem Bistum Osnabrück

Die biblischen und koranischen Texte sprechen immer wieder prominent vom Fasten. Das Fasten im Ramadan ist zudem eine der fünf Säulen des Islam. In der christlichen Tradition haben sich unterschiedliche Entwicklungen ergeben. Einerseits ist die Tradition weitgehend verlorengegangen, andererseits wird sie in neuem Kontext wiederentdeckt (z. B. Sieben Wochen ohne, Heilfasten). Dr. Jörg Ballnus und Dr. Michael Schober stellen Ihnen diese beiden aufeinander bezogenen, aber doch eigenständigen Traditionen im Gespräch mit Ihnen und Ihren eigenen Leseindrücken vor.

Ref. Dr. Jörg Ballnus, Institut für Islamische Theologie, Universität Osnabrück
Dr. Michael Schober, Diözesanbeauftragter für interreligiösen Dialog

Beginn Mi. 20.01.2027
18:00 – 21:00 Uhr
Ort Kath. FABI / KEB
Kosten 10 €
Kurs-Nr. [ZORG7001](#)

Mehr Wissen über Petrus und der Hahn

Bibelseminar zum Apostel Petrus – Glaube und Zweifel

Simon Petrus ein Jünger in der Nachfolge. Vom Fischer zum Fels, vom Gläubigen zum Zweifler. Die biblischen Evangelien beleuchten Petrus von verschiedenen Seiten und schreiben über ihn mit allen Facetten seines Lebens. Der gleiche Petrus, der mit seinen Glaubenszweifeln beschrieben wird, gründet später Gemeinden, entfacht das Feuer für Jesus Christus und stirbt für seinen Glauben. Petrus ein Vorbild für uns im Glauben? Gregor Linßen schrieb über die Figur Petrus ein Oratorium „Petrus und der Hahn“, mit dem Ziel, uns mit unserem eigenen Glauben auseinanderzusetzen. In diesem Seminar nähern wir uns einigen Bibelstellen und den komponierten Liedern und Liedtexten und setzen diese mit unserem eigenen Glauben in Verbindung. Am 31. Oktober und 01. November 2026 führt eine Gruppe von 140 Sängern und Sängerinnen gemeinsam mit dem Komponisten Gregor Linßen und Band das Oratorium Petrus und der Hahn in Wallenhorst auf.

Ref. Gisela Püttker
Birgit Lemper

Umfang 4 Termine
Beginn Mi. 02.09.2026, 18:00 Uhr
Ende Mi. 23.09.2026, 19:30 Uhr
Ort Philipp-Neri-Haus, Wallenhorst-Hollage und Dom Osnabrück
Kosten kostenlos
Hinweis weitere Termine:
09.09.2026, 16.09.2026
Kurs-Nr. [ZORG6017](#)

Mehr Wissen über Papst Franziskus und die Erneuerung der Kirche

Was bleibt nach 12 Jahren Pontifikat?

Am 21. April 2025 starb Franziskus, der erste Papst aus Lateinamerika und der erste Jesuit im Amt. Mit einem Abstand eines Jahres stellt sich die Frage neu, was von seinem zwölfjährigen Pontifikat bleibt. Er hat die Kirche verändert. Sein schlichter Stil, die schwarzen Schuhe, die abgewetzte Aktentasche, sein Kleinwagen, seine Wohnung. Alles wirkte bescheiden. War das alles nur eine Episode? Franziskus betrieb mehr als nur symbolische Veränderungen. Soziale Gerechtigkeit und Barmherzigkeit waren ihm wichtig. Er wollte eine Kirche, die sich um Obdachlose und Geflüchtete kümmert und an die Ränder der Erde geht. Kräftig hat er Zentralismus und Klerikalismus kritisiert. Was sich nachhaltig verändert? Darüber wollen wir informieren und sprechen.

Ref. Domkapitular Theo Paul
Umfang 4 Termine, jeweils 18:00 – 20:30 Uhr
Beginn Di. 17.11.2026, 18:00 Uhr
Ende Di. 08.12.2026, 19:30 Uhr
Ort Kath. FABI / KEB
Kosten 20 €
Hinweis weitere Termine:
01.12.2026, 08.12.2026
Kurs-Nr. [ZORG6018](#)

Philosophische Erkenntnisse, die das Leben leichter machen

Seit der griechisch-römischen Antike gab es zu allen Zeiten in den verschiedenen Disziplinen der Philosophie Erkenntnisse, die uns auch heute noch das Leben erleichtern können. Das gilt sicher nicht gleichermaßen für jeden Leser und auch nicht für jede Erkenntnis. Es lohnt sich aber, darüber gemeinsam zu philosophieren. Vorkenntnisse sind nicht erforderlich.

Ref. Dr. Ekkehard Thiele, Philosoph, Arzt und Psychotherapeut
Umfang 8 Termine
Beginn Mo. 26.10.2026, 18:00 Uhr
Ende Mo. 14.12.2026, 19:30 Uhr
Ort Kath. FABI / KEB
Kosten 88 €
Hinweis weitere Termine: 02.11., 09.11., 16.11., 23.11., 30.11., 07.12.2026
Kurs-Nr. [ZORG6016](#)

Von Viški nach Jerusalem

Was bedeutet jüdisches Leben heute und wie kann man es hören, spüren und verstehen?

Der interaktive Workshop bietet Einblicke in jüdische Kultur und Tradition in Vergangenheit und Gegenwart. Durch Musik mit Gitarre und Gesang werden jüdische Melodien und hebräische Buchstaben lebendig und emotional erfahrbar. Visuelle Informationen auf der Leinwand vertiefen das Verständnis und unterstützen die Wahrnehmung. Der Workshop ist offen gestaltet und lädt zu Fragen, Austausch und aktiver Beteiligung ein.

Geleitet wird der Workshop von Baruch Chauskin (geboren in Riga, Lettland), Kantor der Jüdischen Gemeinde Osnabrück und Musiker. Er ist Vorstandsmitglied der Gesellschaft für Christlich-Jüdische Zusammenarbeit Osnabrück und Initiator eines deutsch-jüdisch-lettischen Kulturdialogs in der Region Osnabrück. Als Sohn einer Familie von Holocaust-Überlebenden verbindet er persönliche Geschichte mit kultureller Bildungsarbeit.

Ziel des Workshops ist es, Begegnung zu ermöglichen und Verständnis zwischen Menschen unterschiedlicher Herkunft und Religionen zu fördern.

Termin Bitte in der Geschäftsstelle erfragen.

Hinweis Gefördert durch das Projekt ANNE III des Landes Niedersachsen

Dio mio! Wenn Kirche Spaß macht, entsteht ein Ort der Begeisterung

Fregels & Chef: Christliche Influencer kennenlernen“

Die Veranstaltung findet statt in Kooperation mit der Dompfarrei St. Petrus und Trude lädt ein

Pfarrer David Grüntjens und Gemeindefereferentin Michelle Engel aus der Citykirche St. Dionysius in Krefeld kommen nach Osnabrück und berichten davon, wie sie Gemeinde gestalten möchten, so dass Kirche wieder Spaß macht! Menschen sollen das Gefühl haben, dass sie willkommen sind, dass gemeinsam gelacht, gefeiert, geliebt, geweint, gelebt wird; das Gefühl, dass Kirche ganz direkt mit ihnen und ihrem Leben zu tun hat. Das Team setzt viele Ideen um: Öffnung des Pfarreirats, neue Gottesdienstzeiten, einen Willkommensdienst an der Kirchentür, der ausnahmslos jeden persönlich begrüßt, und allem voran: der Instagramkanal, auf dem „Fregels & Chef“ live und hautnah davon berichten, wie echt Kirche ist. Herzliche Einladung an diesem Abend die beiden live zu erleben und sich von ihnen begeistern zu lassen.

Ref. Michelle Engel, Gemeindefereferentin
David Grüntjens, Pfarrer

Termin Do. 17.09.2026, 19:00 Uhr
Ort Gertrudenkirche, Osnabrück

Kosten kostenlos, es wird um eine Spende gebeten

Hinweis Um Anmeldung wird gebeten
Kurs-Nr. [OZZV6010](#)

Kirchen und Kino

Die Veranstaltungreihe findet statt in Kooperation mit der PG Hasegrund, der PG Ankum, Eggermühlen, Kettenkamp und dem Gloria Kinocenter Ankum

Kirchen und Kino: ein Verhältnis zwischen heftiger Ablehnung und gesuchter Nähe. Dabei sind die Berührungspunkte größer als angenommen, denn zentrale Momente eines jeden Lebens: Liebe, Hoffnung, Treue, Hingabe, Vertrauen, Leiden, Sterben, Hoffnungslosigkeit, Verzweiflung, Lebens- und Liebessehnsucht sind die Themen des Films, zugleich aber auch Kernthemen christlichen Glaubens. Gründe genug, dass Christ*innen und der künstlerisch autonome Film sich gegenseitig wahrnehmen und ihr jeweils eigenes Wissen, wie denn Leben gelingen könnte, ins Gespräch bringen.

- › Sentimental Value (September)
- › Karla (Oktober)
- › Dann passiert das Leben (November)
- › Der Held vom Bahnhof Friedrichstraße (Dezember)
- › Der Tod ist ein Arschloch (Januar)
- › In die Sonne schauen (Februar)
- › Vier minus drei (März)
- › Life of Chuck (April)

Termin regelmäßig am 2. Mi. im Monat

Beginn Mi. 09.09.2026, 19:30 Uhr

Ende Mi. 14.04.2027, 19:30 Uhr

Ort Gloria Kinocenter Ankum

Kosten 8 €

Hinweis Kartenreservierungen unter Tel. 05462 962733

Ein Mensch zu sein auf Erden

Die Veranstaltung findet in Kooperation mit der Schola Kleine Kirche statt.

Ein Tag mit Liedern von Huub Oosterhuis- Zuhören | Mitsingen | Erleben

Ref. Tom Löwenthal
Kees Kock

Termin So. 11.10.2026
13:00 – 17:30 Uhr

Ort Gymnasialkirche Osnabrück (Kleine Kirche)

Kosten 20 €

Kurs-Nr. [OZTG6001](#)

Wie Frieden schaffen? Mit oder ohne Waffen?

Gewaltfreie Soziale Arbeit für Frieden und Demokratie

Mitveranstalter sind die Verbandsbildungswerke im Bistum Osnabrück

Leitung Domkapitular Theo Paul

Ref. Prof. Dr. Josef Freise

Termin Mo. 26.10.2026, 19:00 Uhr

Ort Osnabrück

Kurs-Nr. [OZZV6013](#)

VERANSTALTUNGEN DES ÖKUMENISCHEN NETZWERKS ERWACHSENENBILDUNG OSNABRÜCK

Mitveranstalter sind das Forum am Dom, FORUM Osnabrück, Kath. FABI, Haus Ohrbeck, Kath. Hochschulgemeinde (KHG), die Evangelische Hochschulgemeinde (ESG) und die Evangelische Erwachsenenbildung (EEB)

VERANSTALTUNGSREIHE: LEBENSÄUßERUNG – WIE WILL ICH LEBEN?

Die Veranstaltungsreihe lädt dazu ein, über persönliche und gesellschaftliche Vorstellungen von Lebensräumen ins Gespräch zu kommen.

Begleiten möchten wir diese Vortragsreihe mit einer Umfrage, mit der Sie sich interaktiv mit Ihren Vorstellungen und Wünschen beteiligen können. Mit nebenstehendem QR – Code gelangen Sie zur Umfrage zum ersten Vortrag im September 2026.

Wir freuen uns über Ihre Teilnahme!



Andersorte als Räume für neue Perspektiven

Wie wollen wir leben? Als Einzelne und als Gesellschaft? Diese Fragen stellen sich in einer Zeit, die von Beschleunigung, Unsicherheit und wachsendem Druck geprägt ist, mit großer Dringlichkeit. Der französische Philosoph Michel Foucault hat darauf hingewiesen, dass es in jeder Gesellschaft besondere Orte gibt: Räume, in denen gewohnte Ordnungen ins Wanken geraten, Selbstverständlichkeiten irritiert werden und neue Perspektiven entstehen können. Er nennt diese Orte Heterotopien – Andersorte. Foucault zeigt anhand von anschaulichen Beispielen – von Gärten und Festen über Schutzräume bis hin

zu Orten des Übergangs –, dass diese Andersorte mehr sind als bloße Abweichungen vom Alltag: Sie sind Räume der Kritik, der Unterbrechung und der Möglichkeiten. Der Vortrag nimmt Foucaults Idee auf und fragt welche Rolle Andersorte heute spielen können, wenn es darum geht, Zusammenhalt zu stärken und neue Formen des Miteinanders zu erproben.

Leitung Dr. Daniela Engehard, Forum am Dom
Ref. Christoph Hutter, Leiter des Referats für Ehe-, Familien-, Lebens- und Erziehungsberatung (EFLE) im Bistum Osnabrück

Termin Mi.04.11.2026, 19:00 Uhr
Ort Forum am Dom Osnabrück
Kurs-Nr. [OZZV6009](#)

In welcher Stadt will ich leben?

Podiumsdiskussion

In der Podiumsdiskussion zum Thema „In welcher Stadt will ich leben?“ wird gemeinsam mit Gästen aus unterschiedlichen Bereichen der Frage nachgegangen, was eine Stadt lebenswert macht und welche Faktoren unsere Zufriedenheit im Alltag prägen. Unterschiedliche Perspektiven – unter ande-

rem aus Quartiersmanagement, Stadtplanung und Studierendenschaft – eröffnen vielfältige Einblicke und laden zur Diskussion ein.

Leitfragen des Abends sind unter anderem:

- › Was schätze ich besonders an meinem Wohnort?
- › Was beeinflusst meine Zufriedenheit – im positiven wie im negativen Sinne?
- › Welche fünf Schlagwörter sind mir am wichtigsten, wenn es darum geht, wie die Stadt, in der ich leben möchte, sein soll?

Leitung Natalie Masch, Kath. Hochschulgemeinde, khg-os.de

Ref. Tom Herter, Quartiersmanager im Schinkel, Daniel Lindholz, Quartiermanager im Johannis-Quartier u.a.

Termin Mi. 20.01.2027, 19:00 Uhr
Ort SHAREHAUS Friedenskirche, Osnabrück

Hinweis Kontakt: Kath. Hochschulgemeinde (KHG), Lohstraße 42, Osnabrück, E-Mail: n.masch@bistum-os.de, Tel. 0175 9189551

Kurs-Nr. [OZZV7001](#)

Die Kunst mit Unsicherheit zu leben

Mitveranstalter sind das Forum für Integrale Spiritualität und Lebensbegleitung (fis) und das Ökumenische Netzwerk Erwachsenenbildung Osnabrück

Leitung Klemens Speer, Forum fis
 Christian Bode, EEB

Ref. Prof. Dr. Dr. habil. Katharina Ceming, Theologin und Philosophin

Termin Mi. 03.03.2027, 19:00 Uhr

Ort Lagerhalle, Osnabrück

Kurs-Nr. [OZZV7002](#)



Hanns Dieter Hüsch

Ein gütiges Machtwort

Alle meine Predigten

24,- €



Thomas Plaßmann

Ich hörte, Sie sind Christ?!

Cartoons zwischen Himmel und Erde

18,- €

Alle Preise zzgl. 3 € Versand.
 Ab 25 € Bestellwert versandkostenfrei. Lieferung erfolgt auf Rechnung.

Domhof 2 • 49074 Osnabrück • Tel. 0541 35738-20
bestellservice@dom-buchhandlung.de
www.dom-buchhandlung.de


Dom Buchhandlung
 Buch & Kunst & mehr

KOMPETENZEN FÜR BERUF UND EHRENAMT

Digital-Forum für ehrenamtliche Digitalbegleiter*innen

Austausch, kollegiale Unterstützung, Projektplanung

Vier Mal im Jahr bieten wir ein Treffen für alle Digitalbegleiter*innen aus allen Digital-Treffs in Stadt und Landkreis, die sich gerne mit anderen Ehrenamtlichen austauschen möchten. Neben dem Austausch kann es auch kleine Impulsreferate zu verschiedenen Themen geben.

Leitung Christian Bode, Marlies Stertenbrink, Dagmar Teuber-Montico
Umfang 2 Treffen, 15:00 – 17:15 Uhr
Beginn Mi. 19.08.2026
Ende Do. 19.11.2026
Ort Die Treffen wechseln zwischen dem Gemeindehaus

St. Ansgar, Nahner Kirchplatz 1, 49082 Osnabrück und dem Gemeindehaus der Jakobusgemeinde, Ölweg 23, 49084 Osnabrück

Kurs-Nr. [ZOME6005](#) + [ZOME6006](#)

Storytelling: Eine Erzählkunst

Mit Geschichten sichtbar werden

Im Mittelpunkt steht die Kunst des Erzählens: Wie entstehen lebendige Geschichten? Was macht sie glaubwürdig und fesselnd? Und wie lassen sich Inhalte so vermitteln, dass sie nicht nur verstanden, sondern auch gefühlt werden? Gezeigt wird, wie sich mit einfachen dramaturgischen Mitteln, passenden Bildern und klaren Botschaften Erzählungen entwickeln lassen, die Aufmerksamkeit wecken und nachhal-

tige Wirkung entfalten. Ein Angebot für alle, die ihre Öffentlichkeitsarbeit lebendiger gestalten und Menschen nicht nur informieren, sondern wirklich erreichen möchten.

Ref. Barbara Nick-Labatzki
Termin Do. 12.11.2026
 18:00 – 21:00 Uhr
Ort Kath. FABI / KEB
Kosten 25 €
Hinweis Die Veranstaltung ist für Dozent*innen und Örtliche Leitungen der KEB Osnabrück kostenfrei.

Kurs-Nr. [ZOKA6018](#)

Ausbildung Gedächtnistraining „memotio® Basic – Die Grundlage“

In Kooperation mit dem Bundesverband Gedächtnistraining e.V.

Die Ausbildung vermittelt die Grundlagen des Ganzheitlichen Gedächtnistrainings (GGT) nach BVGT e. V. auf Basis aktueller wissenschaftlicher Erkenntnisse. Im Fokus stehen ein lebensspannenübergreifender Ansatz sowie die Verbindung verschiedener Einflussfaktoren auf die geistige Fitness.

Die Teilnehmenden lernen die fünf zentralen Säulen des GGT kennen – kognitives Training, Bewegung, Ernährung, soziale Interaktion und Resilienz – und deren Bedeutung für die mentale Leistungsfähigkeit. Darüber hinaus erhalten sie einen Einblick in die Trainingsziele des kognitiven Trainings sowie passende Übungsformen.

Durch praktische Selbsterfahrung erwerben die Teilnehmenden alltagsnahe Strategien zur Förderung von Konzentration, Gedächtnis und Handlungsplanung. Sie lernen grundlegende Mnemotechniken kennen und können diese gezielt im Alltag anwenden.

Leitung Dagmar Teuber-Montico
Ref. Dr. Michaela Waldschütz
Umfang 4 Kurstage, 32 UStd.
Beginn Mo. 28.06.2027, 10:00 Uhr
Ende Do. 01.07.2027, 16:30 Uhr
Ort Kath. FABI / KEB
Kosten 850 €
Hinweis (Online-)Test zum Erwerb eines Mikrozertifikat (bei bestehender Mitgliedschaft)

Kurs-Nr. [ZOKA7005](#)

Ausbildung Gedächtnistraining „memotio® Trainer – Vom Wissen zur Praxis“

In Kooperation mit dem Bundesverband Gedächtnistraining e.V.

Diese Ausbildung qualifiziert zur Planung und Durchführung von Gruppenangeboten im Ganzheitlichen Gedächtnistraining (GGT) nach BVGT e. V. und vermittelt fundiertes Hintergrundwissen zu Gehirn, Gedächtnis und den fünf Säulen des GGT.

Die Teilnehmenden lernen, das Konzept fachlich sicher zu präsentieren, Impulsvorträge zu halten und typische Fragen kompetent zu beantworten. Sie erwerben vertiefte Kenntnisse der Trainingsziele des kognitiven Trainings und sammeln umfangreiche praktische Erfahrung mit entsprechenden Übungen.

Darüber hinaus entwickeln sie die Fähigkeit, eigene Übungen und Materialien zu erstellen sowie Angebote zielgruppengerecht zu planen, umzusetzen und zu evaluieren. Ergänzend werden grundlegende Kompetenzen in Gruppenpädagogik, Kommunikation und Präsentation vermittelt, um abwechslungsreiche und teilnehmendenorientierte Trainings zu gestalten.

Ref. Dr. Michaela Waldschütz
Umfang 5 Kurstage, 40 UStd.
Beginn Mo. 20.09.2027, 10:00 Uhr
Ende Fr. 24.09.2027, 16:30 Uhr
Ort Kath. FABI / KEB
Kosten 980 €
Hinweis Voraussetzung: Abschluss memotio®Basic – Die Grundlage; Abschlussprojekt zum Erwerb eines Zertifikats (bei bestehender Mitgliedschaft)
Kurs-Nr. [ZOKA7006](#)

Voll logisch!

Fortbildung für zertifizierte Gedächtnistrainer*innen

In Kooperation mit dem Bundesverband Gedächtnistraining e.V.

Unter Logik versteht man die Fähigkeit folgerichtig zu denken. Dies ist eine alltagsrelevante Hirnleistung und sollte daher auch im Gedächtnistraining regelmäßig geübt werden. In dieser Fortbildung lernen Sie wie Sie logische Aufgaben im Gedächtnistraining gezielt einsetzen, strukturiert durchführen und Schritt für Schritt mit Ihren Teilnehmenden auflösen. Besonderes Au-

genmerk wird hier auf den didaktischen Aspekt des strukturierten Anleitens gelegt, so dass Erfolgserlebnisse für Teilnehmende möglich werden.

Ref. Dr. Michaela Waldschütz
Beginn Fr. 02.07.2027
 10:00 – 17:30 Uhr
Ende Sa. 03.07.2027
 09:00 – 12:15 Uhr
Ort Kath. FABI / KEB
Kosten 315 €
Kurs-Nr. [ZOKA7007](#)

Ausbildung in Mediation

Ist der Kontakt wiederhergestellt findet uns die Lösung!

Mediation ist eine Methode zur Konfliktbearbeitung, in der die Konfliktparteien mit Unterstützung durch Mediator*innen Möglichkeiten entdecken, die sie im Konflikt haben, um selbstverantwortlich und gemeinsam auch in scheinbar aussichtslos verfahrenen Streitigkeiten zu einer einvernehmlichen und für alle vorteilhaften Lösung zu kommen. Mediation dient der Stärkung der Konfliktkompetenz der Betroffenen. Sie behalten die Verantwortung für die Lösung ihres Konfliktes und werden durch die Arbeit unterstützt, ihre Interessen so zu vertreten, dass anderen dadurch kein Schaden zugefügt wird. Mediator*innen schaffen als „allparteiliche Dritte“ Voraussetzungen und Rahmenbedingungen, damit Konfliktparteien ihre Konflikte bearbeiten und in einen konstruktiven Prozess der Auseinandersetzung treten können. Die Konfliktparteien erlangen die Fähigkeit,

den Konflikt eigenverantwortlich, einvernehmlich und zum beiderseitigen Vorteil zu regeln. Die Ausbildung richtet sich an Menschen, die

- › in sozialen, pädagogischen, beratenden, juristischen Berufsfeldern arbeiten
- › als Multiplikator*innen in der Kinder-, Jugend- und Erwachsenenarbeit tätig sind
- › in Institutionen, Organisationen und Firmen mit Konflikten zu tun haben
- › sich in der Teamleitung und Personalführung oder in der Betriebsratsarbeit engagieren
- › im Bereich „Mediation“ arbeiten wollen.



Leitung Nicole Rahe, Zwischentöne
Umfang 8 Module mit 160 UStd.
 Fr. und Sa. sowie eine Bildungswoche von Mo. bis Fr., die als Bildungsurlaub anerkannt ist
Beginn Fr. 30.10.2026
Ende Sa. 26.06.2027
Ort Kath. Landvolkshochschule Oesede (KLVH)
Kosten 2.990 € zzgl. Verpflegung und bei Bedarf Übernachtung
Hinweis Weitere Informationen und Anmeldemöglichkeit unter Tel. 0541 409977-64 oder www.eeb-osnabrueck.de
Kurs-Nr. [ZEEB6002](#)

Wir bringen auf den Punkt, was wirklich zählt.

Mit uns profitieren Sie ganz individuell.
 Und in der Gemeinschaft.

sparkasse-osnabrueck.de/punkt

Weil's um mehr als Geld geht.

Sparkasse Osnabrück

Für sich und andere Gutes tun.

STUDENTAGE FÜR PÄDAGOGISCHE MITARBEITER*INNEN

Autismus – mehr als nur eine Diagnose

Diese Fortbildung bietet die Möglichkeit, Autismus ganzheitlich zu verstehen und den Blick über diagnostische Zuschreibungen hinaus zu erweitern. Im Mittelpunkt stehen die individuelle Wahrnehmung, Verarbeitung und Kommunikation von Kindern und Jugendlichen im Autismus-Spektrum – mit dem Ziel, ihre Stärken zu erkennen und gezielt zu fördern.

Neben fundiertem Hintergrundwissen erhalten Sie praxisnahe Impulse für den pädagogischen Alltag. Dabei werden typische Herausforderungen ebenso thematisiert wie konkrete Handlungsmöglichkeiten im Umgang mit Reizüberflutung, Kommunikation und sozialen Situationen. Sie lernen, wie Strukturen, klare Kommunikation und ein wertschätzendes Umfeld zu mehr Sicherheit und Teilhabe beitragen können.

Ein besonderer Fokus liegt auf der Reflexion der eigenen Haltung sowie dem Austausch mit anderen Päd. Mitarbeiter*innen. Gemeinsam entwickeln wir Strategien, die sich direkt in die Praxis übertragen lassen und nachhaltige Unterstützung ermöglichen. Die Fortbildung bietet Raum für Fragen, Fallbeispiele und neue Perspektiven – für mehr Sicherheit und Handlungskompetenz im beruflichen Alltag.

Ref. Tanja Heindrichs, Erzieherin, Inklusionsfachkraft, System. Beraterin

Termin Sa. 14.11.2026
09:30 – 13:00 Uhr
Ort Kath. FABI / KEB
Kosten 45 €
Kurs-Nr. [ZOPE6013](#)

Kinder im digitalen Alltag begleiten

Medienkompetenz bei Grundschulkindern stärken

Digitale Medien sind längst Teil des Alltags von Grundschulkindern – sowohl zu Hause als auch in der Schule. Sie eröffnen vielfältige Lern- und Entwicklungsmöglichkeiten, bergen aber auch Risiken und stellen pädagogische Fachkräfte vor neue Herausforderungen.

Bei diesem Studientag steht die Frage im Fokus, wie Kinder im digitalen Raum altersgerecht begleitet und in ihrer Medienkompetenz gestärkt werden können.

Es wird grundlegendes Wissen über Chancen und Risiken vermittelt, die Handlungssicherheit im pädagogischen Alltag gestärkt und Raum für Austausch und Reflexion geboten. Ziel ist es, Pädagogischen Fachkräften Orientierung zu geben und sie dabei zu unterstützen, Kinder zu einem bewussten, verantwortungsvollen und sicheren Umgang mit digitalen Medien anzuleiten.

Hinweis: Im Rahmen des Workshops werden beispielhaft Inhalte aus der digitalen Lebenswelt von Kindern und Jugendlichen thematisiert. Dabei kann es zu inhaltlichen Bezügen zu Themen wie (se-

xualisierter) Gewalt, Suizid und Mobbing kommen. Diese Themen werden sensibel und sachlich behandelt. Eine aktive Beteiligung ist jederzeit freiwillig.

Ref. Marlies Stertenbrink,
Dipl. Pädagogin
Termin Sa. 20.02.2027
09:30 – 13:00 Uhr
Ort Kath. FABI / KEB
Kosten 45 €
Kurs-Nr. [ZOPE7001](#)

Gelassen und flexibel bleiben

Gelingende Kommunikation mit Kindern im Grundschulalter

An diesem Studientag werden Grundlagen einer lösungsorientierten Gesprächsführung vermittelt und durch praktische Methoden einer kindgerechten Konfliktgestaltung ergänzt. Dazu werden Möglichkeiten vorgestellt, wie es gelingen kann, die eigene Souveränität auch in hitzigen Situationen zu erhalten oder wiederherzustellen. Die Inhalte:

- › Der gute Grund – Hinter jedem Verhalten steht ein Bedürfnis
- › Grundsätze beziehungs- und bedürfnisorientierter Kommunikation
- › Gelassen und flexibel bleiben auch in Konflikten – wie geht das?

Es können eigene Fallbeispiele eingebracht werden, um alternative Handlungsstrategien kennenzulernen

Ref. Jon Hoffmann, Sozialpädagoge, Systemischer Familientherapeut
Termin Sa. 24.04.2027
09:30 – 13:00 Uhr

Ort Kath. FABI / KEB
Kosten 45 €
Kurs-Nr. [ZOPE7002](#)

Forschen, tüfteln, entdecken mit Alltagsmaterialien

Angebote im Nachmittagsbereich

Diese Fortbildung richtet sich an pädagogische Mitarbeitende im offenen Ganztage, die Kinder beim entdeckenden Lernen begleiten und naturwissenschaftliche Neugier gezielt fördern möchten.

Im Mittelpunkt steht die Frage, wie sich mit einfachen, kostengünstigen Alltagsmaterialien spannende Experimente gestalten lassen, die Kinder zum Staunen, Ausprobieren und Weiterdenken anregen.

Sie lernen vielfältige Praxisideen kennen, die ohne großen Aufwand im Nachmittagsbereich umgesetzt werden können. Dabei geht es nicht nur um das Durchführen von Experimenten, sondern auch darum, Kinder in ihren individuellen Lernprozessen zu begleiten, Fragen aufzugreifen und eigenständiges Denken zu fördern. Methodische Impulse helfen Ihnen, eine forschende Haltung bei Kindern zu unterstützen und Bildungsprozesse spielerisch zu gestalten.

Ref. Tanja Heindrichs, Erzieherin, Inklusionsfachkraft, System. Beraterin
Termin Sa. 29.05.2027
09:30 – 13:00 Uhr
Ort Kath. FABI / KEB
Kosten 45 €
Kurs-Nr. [ZOPE7003](#)

FORTBILDUNGEN FÜR KITA – MITARBEITER*INNEN

Hände, die sprechen – Brücken, die verbinden

Unterstützte Kommunikation im Kita-Alltag

Sprache ist ein individueller Weg – und jedes Kind findet ihn in seinem Tempo. Gebärden und Symbole bauen hier wertvolle Brücken, um Frustration zu senken und Teilhabe von Anfang an zu ermöglichen.

Die praxisnahe Fortbildung zeigt Ihnen, wie Sie unterstützte Kommunikation bedürfnisorientiert und ohne Stress in ihren Gruppenalltag integrieren.

Kerninhalte:

- › Sprachentwicklung verstehen: Grundlagen nach Wendtland und Tomasello.
- › Gebärden erleben: Praktische Einführung in Systeme wie Gebärden-unterstützte Kommunikation.
- › Symbole nutzen: Einstieg in das METACOM-System als visueller Anker.
- › Transfer im Alltag: Ideen für Morgenkreis, Mahlzeiten und Freispiel. Ihr Bonus – Praxis – Check:

Gestalten Sie die Fortbildung mit! Nach Ihrer Anmeldung erhalten Sie die Möglichkeit, eigene Lieder, Verse oder Rituale einzureichen, für die wir im Kurs gemeinsam passende Gebärden und Symbole erarbeiten. Ziele:

- › Sicherheit im Umgang mit Gebär-

- den und Symbolen gewinnen.
 - › Die Individualität der Spracheentwicklung fachlich begleiten.
 - › Konkrete Umsetzungsideen für das eigene Team entwickeln.
- Ref. Dörthe Oltmann, Erzieherin, Heilpäd. Fachkraft, System. Beraterin
Esther Gerbes, Sozialpädagogin, päd. Mitarbeiterin der KEB
- Termin Sa, 07.11.2026
09:00 – 13:00 Uhr
- Kosten 56 €
- Ort Kath. FABI / KEB
- Hinweis Zielgruppe: Pädagogische Fachkräfte (Krippe, Kita, Tagespflege, Inklusion)
- Kurs-Nr. [ZOPE6010](#)

Sexuelle Bildung in der Kita

„Man kann nicht nicht kommunizieren“ – diese prägnante Aussage von Paul Watzlawick gilt auch für sensible Themen wie Sexualität und sexuelle Gewalt. Dennoch fällt es vielen Menschen schwer, darüber zu sprechen. Gerade in Kitas und anderen pädagogischen Einrichtungen ist es jedoch essenziell, dass Fachkräfte über ein geschultes Wahrnehmungsvermögen und sichere kommunikative Kompetenzen verfügen.

Was möchte ein Kind mit seinem Verhalten ausdrücken oder signalisieren? Warum ist es wichtig, mit Kindern, Kolleg*innen und Eltern offen über Sexua-

lität und sexuelle Gewalt zu sprechen und wie kann das gelingen? Antworten auf diese Fragen zu finden, ist zentral für eine Kultur der Achtsamkeit und des respektvollen Umgangs mit persönlichen Grenzen.

Eine offene, wertschätzende und lösungsorientierte Kommunikation stärkt nicht nur die Ausdrucksfähigkeit und Handlungssicherheit der Fachkräfte, sondern schafft auch einen sicheren Rahmen für Kinder. Nur so lassen sich die oftmals stillen Dynamiken von Gewalt etwa Gefühle von Scham, Schuld, Sprachlosigkeit, Abhängigkeit oder Isolation – erkennen und durchbrechen. Damit wird eine wesentliche Grundlage für wirksamen Kinderschutz geschaffen.

Veranstaltungsinhalte

- › Umgang mit Sexualität | Aufklärungsarbeit
- › Grenzen der sexuellen Selbstbestimmung und Schutz vor sexualisierte Gewalt im pädagogischen Alltag
- › Kommunikations- und Reflexionsübungen
- › Entwicklung von Sprachfähigkeit und Handlungssicherheit
- › Impulse für die Umsetzung von Rechte- und Schutzkonzepten / Gewaltschutzkonzepten im pädagogischen / institutionellen Alltag

- Ref. Kira Lüdtke
- Termin Mi. 30.09.2026
09:00 – 15:00 Uhr
- Ort Kath. FABI / KEB
- Kosten 85 €
- Hinweis Zielgruppe: Fachkräfte aus

sozialberuflichen Arbeitsfeldern im Kita-Vorschulbereich

Kurs-Nr. [ZOPE6014](#)

Praxiswerkstatt – Mut- und Hoffnungsgeschichten aus dem Alten Testament

...einfach und ganzheitlich den Kindern erzählt - Fortbildung für Erzieher*innen

Wie es gelingen kann, mit Kindern, biblische Geschichten aus dem AT zu entdecken und darin eigene Lebensthemen zu finden wird an diesem Nachmittag durch den Austausch von Erfahrungen und durch Erproben verschiedener Methoden ganz praktisch erarbeitet.

- Ref. Kerstin Silies, Kindertagesstättenpastoral im Bistum Osnabrück
- Termin Di. 27.10.2026
14:30 – 17:30 Uhr
- Kosten 38 €
- Ort Kath. FABI / KEB
- Kurs-Nr. [ZOPE6011](#)

Heilsames Singen – meditativ – kraftvoll – lauschend

Singen zur Stressbewältigung – ein Angebot für pädagogische Fachkräfte

Einfach gemeinsam zu singen ist etwas Wunderbares. Es entspannt und vertieft den Atem. Der Kopf wird frei und der Verstand kommt zur Ruhe. Singen reduziert Stresshormone und stärkt unsere Resilienz. Singen führt nach innen und zur Quelle unserer Le-

bensfreude. Durch das mantrische, wiederholende Singen ist es möglich, immer tiefer in den gemeinsamen Klang einzutauchen und das eigene Singen neu zu entdecken und zu genießen. Singen macht froh und Singen verbindet! Dafür braucht es nur ein offenes Ohr und ein offenes Herz. Was uns erwartet:

- › Singen ohne Leistungsdruck
- › Mantren und Lieder des Herzens, begleitet von Gitarrenspiel
- › Atem- und Stimmübungen
- › Tönen, Singen und Besungen werden

Das Seminar richtet sich besonders an pädagogische Fachkräfte und an alle,

die Freude am Singen haben und die stärkende und heilsame Kraft der Musik erleben wollen.

- Ref. Kerstin Heuer
 Termin Sa. 07.11.2026
 10:00 – 17:00 Uhr
 Kosten 70 €
 Ort Franz-von-Assisi-Schule,
 Osnabrück
 Hinweis Bitte bequeme Kleidung und evtl. eine Decke/Unterlage mitbringen.
 Musikalische Vorkenntnisse sind nicht erforderlich.
 Kurs-Nr. [ZOKK6004](#)



Keine Frage des Alters!

Mit unserer Pflegemonatsgeld-Versicherung finden Sie die passende Absicherung, um die Versorgungslücke im Pflegefall ganz oder teilweise zu schließen.

Ich berate Sie gern! **Moritz-Arndt Stegmann**
 VRK Agentur in Osnabrück, Telefon 0541 35020710



KESS ERZIEHEN – KOOPERATIV-ERMUTIGEND-SOZIAL-SITUATIONSORIENTIERT ERZIEHEN KURSLEITER*INNEN-AUSBILDUNG

Die Veranstaltung wird durchgeführt in Kooperation mit dem Bistum Osnabrück, der Arbeitsgemeinschaft für katholische Familienbildung AKF e. V. und der KEB Emsland – Ostfriesland e. V.

Sie begegnen Familien, die im oft herausfordernden Alltag nach Orientierung, Entlastung und neuen Wegen im Miteinander suchen? Sie möchten Eltern darin unterstützen, liebevoll, klar und gelassen zu erziehen – auch wenn es mal turbulent wird? – Dann ist „Kess erziehen“ genau das richtige Handwerkszeug für Sie.

Kess erziehen steht für konstruktiv, ermutigend, sozial und situationsorientiert. Das Programm hilft Familien, aus ständigen Machtkämpfen auszusteigen, wieder mehr Verbindung aufzubauen und den Familienalltag mit mehr Leichtigkeit und gegenseitigem Respekt zu gestalten. Eltern gewinnen Sicherheit, finden neue Handlungsspielräume und erleben ihre Kinder wieder als kompetente Gegenüber. Kinder erfahren Orientierung, Beziehung und Ermutigung – eine tragfähige Basis fürs Aufwachsen.

Als Kess-Trainerin werden sie befähigt, Elternkurse zu geben – auf Honorarbasis oder im Rahmen ihrer pädagogischen Tätigkeit.

Zwei Ausbildungskurse bieten wir Ihnen hier im Norden in nächster Zukunft

an: Der Kurs „Weniger Stress – mehr Freude“ umfasst drei 2-3-tägige Ausbildungsblöcke. Der Kurs „Staunen. Fragen. Gott entdecken“ richtet sich an religionspädagogische Fachkräfte und kann im Rahmen einer Fortbildung von 1,5 Tagen erworben werden.

Die erfolgreiche Teilnahme an der jeweiligen Kursreihe wird mit einem Zertifikat bescheinigt, das zur Durchführung des Elternkurses berechtigt. Weitere Erläuterungen zu Inhalten, Voraussetzungen, Terminen und auch mögliche anschließende Kurstätigkeiten erhalten Sie an einem Informationsabend und auch gerne in einem persönlichen Gespräch.

Informationsabend zum KESS-Konzept und den KESS-Ausbildungskursen

- Ref. Inge Zumsande
 Anne Deeken-Köbbe
 Termin Mi. 17.02.2027, 19:00 Uhr
 Ort digital – zoom
 Kosten kostenlos
 Kurs-Nr. [ZOPE7004](#)

Stauen. Fragen. Gott entdecken.

Ref. Referententeam des AKF Bonn
Umfang 2 Tage
Beginn Mo. 12.04.2027
 09:00 – 17:00 Uhr
Ende Di. 13.04.2027
 09:00 – 13:00 Uhr
Ort Kath. FABI / KEB
Kosten bitte in der Geschäftsstelle erfragen
Kurs-Nr. [ZOPE7005](#)

Weniger Stress – mehr Freude

Ref. Christoph Horst, akf Bonn, u. a.
Block I 3-tägig mit Übernachtung,
 Mi. 22.09.2027, 09:00– 17:00 Uhr
 Do. 23.09.2027, 09:00 – 17:00 Uhr
 Fr. 24.09.2027, 09:00 – 13:00 Uhr
Ort Kolping Bildungshaus Salzbergen
Block II 2 Tage ohne Übernachtung,
 Mo. 08.11.2027, 09:00 – 17:00 Uhr
 Di. 09.11.2027, 09:00 – 17:00 Uhr
Ort Kath. FABI / KEB Osnabrück
Block III 2 Tage ohne Übernachtung,
 Do. 20.01.2028, 09:00 – 17:00 Uhr
 Fr. 21.01.2028, 09:00 – 17:00 Uhr
Ort KEB am Standort Meppen
Kosten Bitte in der KEB-Geschäftsstelle erfragen
Hinweis weitere Informationen
 Birgit Lemper, KEB Osnabrück e. V., info@keb-os.de,
 Tel. 0541 35868-71,
 Anne Deeken- Köbbe KEB Emsland- Ostfriesland e.V.,
deeken-koebbe@keb-el-o.de,

Tel. 05931 4086-0,
 Inge Zumsande, Bistum OS,
i.zumsande@bistum-os.de,
 Tel. 0541 318206
 Anmeldung unter: KEB Emsland-Ostfriesland, Tel. 05931 4086-0, www.keb-el-o.de



Religionssensible Pflege und Seelsorge – Bedürfnisse aus muslimischer Sicht

Fortbildungsangebot für Pflegekräfte, Seelsorgende Hospizbegleiter*innen und Interessierte

Die Veranstaltung findet statt in Kooperation mit dem Bistum Osnabrück, dem Bistum Rottenburg Stuttgart, der KEB Tübingen und der Eugen-Biser-Stiftung.

In einer Gesellschaft der Vielfalt wird es zunehmend wichtiger, auch den Bedürfnissen religiöser Menschen aus verschiedenen Religionen Rechnung zu tragen. Religionssensibilität ist so ein wichtiger Teil diversitätssensiblen Handelns. In der Online-Schulung geht es um die Bedürfnisse muslimischer Menschen in der Pflege und im Krankenhaus. Neben hilfreichen Basiswissen, was die praktischen Erfordernisse angeht, soll ein Einblick in die theologischen Linien gegeben werden, die die Rituale um Krankheit, Trauer und Tod bilden.

Ref. Dr. Hussein Hamdan, Islamwissenschaftler, Eugen-Biser-Stiftung
 Dr. Sonja Rupp, Fachreferentin für den interreligiösen Dialog, Diözese Rottenburg-Stuttgart
 Dr. Michael Schober, Diözesanbeauftragter für interreligiösen Dialog, Bistum Osnabrück

Beginn Do. 08.10.2026
 18:30 – 20:45 Uhr

Ort digital – zoom
Kosten 10 €
Hinweis Der Teilnahmelink wird einige Tage vor der Veranstaltung verschickt.
Kurs-Nr. [ZORG6014](#)

Zertifikatskurs Weiterbildung zur Schulbegleitung

Maßnahme mit Bildungsgutschein

Die Aufgabe einer Schulbegleitung ist es, Schüler*innen mit körperlichen, geistigen oder seelischen Beeinträchtigungen den Besuch einer Regelschule zu ermöglichen. Ein*e Schulbegleiter*in ist in der Regel über einen längeren Zeitraum hinweg für ein Kind zuständig und begleitet dieses sowohl im Unterricht als auch in den Pausen.

Schulbegleitungen sollten mit einer großen Vielfalt an Methoden und Instrumenten vertraut sein, um schnell auf spezifische Situationen reagieren zu können und dem Kind somit eine Unterstützung zu bieten. Eine enge Zusammenarbeit mit Lehrkräften, Schule und Eltern ist ebenso Voraussetzung wie eine gute Kooperation zu außerschulischen Partnern.

Mit dieser Qualifizierung werden Sie auf diese Tätigkeit vorbereitet.

› Zielgruppe / Zugangsvoraussetzungen
 Die Weiterbildung richtet sich an Menschen, die sich auf eine Tätigkeit als Schulbegleiter*in vorbereiten möchten oder bereits in diesem Feld tätig sind und ihr Praxiswissen im Rahmen dieser Weiterbildung noch vertiefen

möchten. Pädagogische, medizinische oder pflegerische Vorkenntnisse sind wünschenswert, aber nicht zwingend erforderlich. Grundlegende Computerkenntnisse erwünscht.

Leitung Maja Tabeling
Ref. Annette Janßen, u.a.
Umfang 220 UStd Theorie und 50 Zeitstunden Praxis
Termin August / September 2026
 Nächster Kursstart in 2027
Ort Kath. FABI / KEB
Kosten bitte in der KEB-Geschäftsstelle erfragen
Hinweis [Eine separate Ausschreibung mit weiteren Infos zum Kurs ist im Internet oder bei der KEB erhältlich.](#)

Hinsehen statt übersehen

Zugänge schaffen für Menschen mit geringer Literalität

Viele Menschen haben Schwierigkeiten mit dem Lesen und Schreiben – oft ohne, dass ihr Umfeld davon weiß. Im Rahmen des Projektes „Grundbildung in

Niedersachsen: Gemeinsam gegen geringe Literalität“ bieten wir eine Informationsveranstaltung für Mitarbeitende aus sozialen, gesundheitlichen und öffentlichen Einrichtungen an.

Die Veranstaltung vermittelt kompakte Grundlagen zur geringen Literalität, u.a. auf Basis der LEO-Studie, und zeigt Auswirkungen im Alltag auf. Im Mittelpunkt steht ein sensibler wertschätzender Umgang: Wie kann ich Anzeichen erkennen, ohne zu stigmatisieren? Wie vermittele ich Informationen verständlich? Wie kann ich als Einrichtung Barrieren abbauen? Ziel der Veranstaltung ist es, die Sensibilität im Umgang mit Menschen mit geringer Literalität zu stärken, Handlungsmöglichkeiten für die eigene Praxis zu entwickeln und Unterstützungsangebote besser zu vernetzen.

Ref. Sandra de Kock
 Ina Stallkamp
Termin Di. 22.09.2026
 09:30 – 13:30 Uhr
Ort Kath. FABI / KEB
Kosten kostenlos
Kurs-Nr. ZOKA6020



DR. HÖCKELMANN & PARTNER
 BERGER
 RECHTSANWÄLTE | NOTAR

<p>Dragana Peschke Fachwältin für Miet-/Wohnungseigentumsrecht Fachwältin für Bau-/Architektenrecht • Zwangsverwaltungsrecht</p>	<p>Andreas Berger Fachanwalt für Arbeitsrecht • Transport-/Speditionrecht • Datenschutz • Unternehmensrecht • OWI-/Verkehrsrecht • Strafrecht</p>	<p>Susanne Buchweitz Fachwältin für Familienrecht • Bankrecht • Verwaltungsrecht • Sozialrecht</p>	<p>Dr. Eckhard Höckelmann Notar Fachanwalt für Erbrecht Fachanwalt für Steuerrecht • Grundstücksrecht • Immobilienrecht • Versicherungsrecht • Wettbewerbsrecht</p>	<p>Gesine Avermann Fachwältin für Handels-/Gesellschaftsrecht Mediatorin • Vertragsrecht • Wirtschaftsrecht • Insolvenzrecht</p>
--	---	--	--	--

Kursangebote laufend aktuell?



Abonnieren Sie unseren Newsletter!

Fortbildungen für Aktive im Ehrenamt

In Kooperation mit dem Zentrum für ehrenamtliches Engagement
 Weitere Informationen und Anmeldung: Tel. 05401 8668-17
 Alle Kurse finden in der Kath. Landvolkhochschule Oesede, Gartbrink 5 statt.

Die Satzung im Blick behalten

Rechtsicher gestalten – von der Vereinsgründung bis zur Auflösung

Ref. Katrin Küber
Termin Di. 01.09.2026
 18:30 – 21:00 Uhr
Ort Online
Kosten kostenlos

Projekte planen, Projekt-skizzen anfertigen und Anträge stellen

Ref. Peter Klösener
Termin Do. 17.09.2026
 18:30 – 21:00 Uhr
Kosten 25 €

Vorstandsarbeit mit Spaß und Gewinn

Ref. Peter Klösener
Termin Do. 01.10.2026
 18:30 – 21:00 Uhr
Kosten 25 €

Sicher im Verein – Versicherungen im Ehrenamt

Ref. Thomas Hayat
Termin Do. 05.11.2026
 18:00 – 20:00 Uhr
Ort Online
Kosten kostenlos

Mit Engagement die Welt ein bisschen besser machen.

Fachtag Ehrenamt

Ref. Peter Klösener
Termin Fr. 06.11.2026
 19:00 – 21:00 Uhr
Kosten kostenlos

Fortbildungen für Ehrenamtliche aus der Arbeit des SkF

in Kooperation mit dem Sozialdienst kath. Frauen Osnabrück Stadt und Landkreis (SkF), Tel.: 0541 3387610

Reflexion praktischer Erfahrungen in der Betreuungsarbeit

Austauschmöglichkeit für ehrenamtliche Betreuungskräfte

Ref. Ludger Koopmann, Dipl. Sozialpädagoge
 Termin mittwochs, 17:00 – 19:15 Uhr
 Beginn Mi. 01.07.2026
 Ende Mi. 05.05.2027
 Ort Blomberg-Klinik Bad Laer
 Hinweis weitere Termine 02.09.2026, 04.11.2026, 13.01.2027, 03.03.2027

Alle Veranstaltungen finden statt beim Landkreis Osnabrück, Kleiner Sitzungssaal (Raum 2092); Anmeldung unter Tel. 0541 – 3387610

Rechte und Pflichten in der rechtlichen Betreuung

Ref. Herr Andres, Rechtspfleger, Amtsgericht Osnabrück
 Termin Di 09.06.2026
 18:00 – 20:15 Uhr

Sozialpsychiatrischer Dienst/Entlassmanagement der Krankenhäuser

Ref. Frau Klöckner, SpDi Stadt und Landkreis Osnabrück/
 Herr Stenzel, Sozialdienst im CKM Melle
 Termin Di 18.08.2026
 18:00 – 20:15 Uhr

Leben bis zuletzt

Ref. Herr Dr. Wilmsen-Neumann, Palliativmediziner
 Termin Di 06.10.2026
 18:00 – 20:15 Uhr

Ehrenamtliche im Austausch

Ref. Ehrenamtliche der Betreuungsvereine
 Termin Di 24.11.2026
 18:00 – 20:15 Uhr

Grundkurs für ehrenamtliche Betreuer*innen

Ref. Mitarbeitende Betreuungsvereine
 Termin Februar 2027
 18:00 – 20:15 Uhr

Fortbildungen für Ehrenamtliche aus der Arbeit des SKM

in Kooperation mit dem SKM – Katholischer Verein für soziale Dienste in Osnabrück e. V.

Kontakt: Werner Oenning, Tel. 0541 33144–70, w.oenning@skm-osnabrueck.de

Nähtreff – für ein plastikfreies Osnabrück

Ehrenamtliche setzen sich durch das Nähen und den Verkauf von Einkaufstaschen für ein „plastikfreies Osnabrück“ ein und fördern somit das Umweltbewusstsein von Menschen. Dabei spielt der Upcyclinggedanke, also die Wiederverwertung von gebrauchten Stoffen wie Oberhemden und Blusen, eine wesentliche Rolle.

Ref. Gaby Pohlmann
 Termin jeweils Mo. + Di.
 09:00 – 13:00 Uhr
 ab Mo. 01.08.2026 fortlaufend
 Ort MÖWE, Osnabrück

Gestaltung der Straßenzeitung abseits

Im Redaktionsteam werden die sozialen Inhalte der Straßenzeitung abseits geplant und besprochen. Die Artikel werden in journalistischen Workshops inhaltlich diskutiert.

Ref. Thomas Kater
 Termin jeweils Di. 15:00 – 16:30 Uhr
 ab Di. 18.08.2026 fortlaufend
 Ort Tageswohnung für wohnungslose Menschen, Osnabrück
 Hinweis weitere Termine unregelmäßig dienstags 15:00 – 16:30 Uhr, journalistische Workshops

Schulung der musischen und sozial-kommunikativen Fähigkeiten – Abseitschor

Im Abseitschor treffen sich Ehrenamtliche und (ehemals) Wohnungslose

Ref. Thomas Kater
 Termin jeweils Mi. 09:00 – 12:30 Uhr
 ab Mi. 19.08.2026 fortlaufend
 Ort Tageswohnung für wohnungslose Menschen, Osnabrück

Vätergruppe – „Väter netzwerken“ für Väter von beeinträchtigten Kindern

Vater sein – von den kleinen und großen Herausforderungen im Alltag

Ref. Werner Oenning
 Termin jeweils von 19:00 – 21:00 Uhr, fortlaufende Termine für das Jahr 2026/27 sind geplant
 Beginn Do. 27.08.2026
 Ort Kolpingstraße 5, Osnabrück
 Hinweis siehe Veranstaltungskalender unter www.skm-osnabrueck.de/maennerberatung

In Kooperation mit dem SKM-Osnabrück e.V. und Männer- und Väterberatung

Vätergruppe – „Väter netzwerken aktiv“

Regelmäßige Treffen für (werdende) Väter, die den Austausch suchen und sich mit ihrer Vaterrolle auseinandersetzen wollen

Ref. Werner Oenning
Termin jeweils von 19:00 – 21:00 Uhr, fortlaufende Termine für das Jahr 2026/27 sind geplant
Beginn Di. 18.08.2026
Ort Kolpingstraße 5, Osnabrück
Hinweis siehe Veranstaltungskalender unter www.skm-Osnabrueck.de/maennerberatung

In Kooperation mit dem SKM-Osnabrück e.V. und Männer- und Väterberatung

Von der Erwerbstätigkeit in den (Un)Ruhestand

Ein Gruppenangebot für Männer, die sich auf den Ruhestand vorbereiten möchten

Ref. Werner Oenning
Termin jeweils von 19:00 – 21:00 Uhr, fortlaufende Termine für das Jahr 2026/27 sind geplant
Beginn Mi. 19.08.2026
Ort Kolpingstraße 5, Osnabrück
Hinweis siehe Veranstaltungskalender unter www.skm-Osnabrueck.de/maennerberatung

In Kooperation mit dem SKM-Osnabrück e.V. und Männer- und Väterberatung



nwerk und BiEneG – Energie aus der Region

100% Ökostrom von Ihren lokalen Energiegenossenschaften. Jetzt wechseln unter www.nwerk-eg.de und www.bieneg.de!

Fortbildungen für Ehrenamtliche in der Hospizarbeit

in Kooperation mit dem Ambulanter SPES VIVA Hospizdienst, Kirchplatz 1, 49179 Ostercappeln, Tel. 05473 95 / 775 -17, Mail: hospizdienst@spes-viva.de
www.spes-viva.de

Letzte Hilfe – alles andere als Sterbehilfe

„Letzte Hilfe“? Die Normalität des Sterbens als Teil des Lebens anzusehen, ermöglicht uns Menschen eine hinwendende Haltung, um durch Dasein und Dableiben Halt zu geben, möglicherweise etwas Leiden zu lindern und dadurch Lebensqualität zu schenken.

Der Letzte Hilfe Kurs richtet sich ausdrücklich an interessierte Bürgerinnen und Bürger und zeigt ihnen, was sie für ihre An- und Zugehörigen, Kollegen, Freude oder Nachbarn am Ende des Lebens tun können. Folgende Inhalte werden vermittelt: Sterben ist ein Teil des Lebens, Vorsorgen und Entscheiden, Leiden lindern, Abschied nehmen

Ref. Bernhild Diekriede
Termin Di. 25.08.2026
 09:30 – 13:30 Uhr
Ort Bürgersaal, Bissendorf
Kosten 15 €
Hinweis Anmeldung bitte beim Ambulanten Hospizdienst SPES VIVA
Kurs-Nr. KZH006003

Ref. Annette Twenning
Termin Fr. 20.11.2026
 15:00 – 19:00 Uhr
Ort Kath. Pfarrheim Belm-Icker
Kosten 15 €
Hinweis Anmeldung bitte bis zum 12.11.2026 über den

Emmaus-Arbeitskreis Icker, Schwester Anne Voß, Tel. 05406-88 00 25 oder anne.voss51@gmail.com

Kurs-Nr. [KZH006004](#)

Alles hat seine Zeit

Qualifizierte Vorbereitung zur Sterbegleitung für ehrenamtliche Hospizmitarbeitende

In diesem Kurs werden Teilnehmende vielfältig auf diese Arbeit vorbereitet, um die persönlichen Fähigkeiten im Umgang mit Verlusterfahrungen zu erweitern, eigene Grenzen zu respektieren und so eine hilfreiche Begleitung zu werden.

Leitung Bernhild Diekriede
 Katrin Hohendorf
 Annette Twenning

Umfang 12x Do. oder Di.,
 18:00 – 21:00 Uhr
 4x Sa., 09:00 – 17:00 Uhr
 1x Sa. / So. ganztägig
 18 Treffen, 100 UStd.

Beginn voraussichtlich Ende 2026 / Anfang 2027

Kosten 210 € inkl. Verpflegung und einer Übernachtung

Ort voraussichtlich: Kath. Pfarrheim St. Marien, Bad Essen

Fortbildungen für Ehrenamtliche aus der Arbeit des Hospizes

in Kooperation mit der Hospizinitiative Melle e.V., Riemsloher Str. 5, 49324 Melle, Tel. 0177-4131959, Mail: kontakt@hospiz-melle.de, www.hospiz-melle.de

Supervision für ehrenamtliche Mitarbeiter*innen der Hospiz-Initiative Melle e.V.

Ref. Annette Lindemann
Termin Fr. 21.08.2026
17:00 – 19:30 Uhr
Ort Christl. Seniorenstift Melle

Ort Büro der Hospiz-Initiative Melle
Hinweis weitere Termine: Mo. 28.09., 26.10., 30.11., 21.12.2026

Aufbaukurs zur Vorbereitung Ehrenamtlicher in der Hospizarbeit

Hospizbegleiter*innen-Treffen

Erfahrungsaustausch der Ehrenamtlichen Mitarbeiter*innen

Ref. Claudia Büscher
Umfang jeder letzte Mo. im Monat
18:00 – 19:30 Uhr
Termin Mo. 31.08.2026

Ref. Claudia Büscher
Johanna Schmidt-kunz
Conny Vogelsberg
Umfang 3 Treffen je freitags 17:00 – 21:00 Uhr und samstags 09:00 – 17:00 Uhr
Beginn Fr. 04.09.2026, 17:00 Uhr
Ende Sa. 21.11.2026, 17:00 Uhr
Ort Christl. Seniorenstift Melle
Kosten 75 €

Fortbildungen für Ehrenamtliche in der Hospizarbeit

in Kooperation mit dem Hospizverein Lebensfreude Bad Laer e.V.

Am Bach 1, 49196 Bad Laer, Tel. 05424 6448914

Mail: info@hospizverein-bad-laer.de, www.hospizverein-bad-laer.de

Friedhofsgespräche

Manchmal haben Trauernde niemanden, mit dem sie sprechen können. Gesprächsangebot des Hospizvereins

Ref. Adriane Brandt und Team

Termin Mi. 01.07.2026, 17:00 Uhr
Mi. 05.08.2026, 17:00 Uhr
Mi. 02.09.2026, 17:00 Uhr
Mi. 07.10.2026, 17:00 Uhr
Ort Friedhof Bad Laer

Trauerspaziergang

Spaziergang für Trauernde um miteinander ins Gespräch zu kommen, in der Natur Kraft zu schöpfen und mit kreativen Impulsen Mut zu finden.

Ref. Melanie Metasch
Termin 1 Do. 02.07.2026, 19:00 Uhr
Ort Flötzing Alm Bad Laer
Termin 2 Sa. 24.10.2026, 11:00 Uhr
Ort Parkplatz Röwekamp Dissen a.T.W.

Hinweis Wegstrecke ca. 3 km

Trauerfrühstück

Ein offenes Angebot für Trauernde

Ref. Adriane Brandt und Team
Termin Mi. 05.08.2026, 09:00 Uhr
Mi. 07.10.2026, 09:00 Uhr
Mi. 02.12.2026, 09:00 Uhr

Ort Hospizverein Lebensfreude Bad Laer e.V., Bad Laer

Hinweis Bitte um vorherige Anmeldung: Tel.05424 6448914

Gesprächskreis für Angehörige von an Demenz erkrankten Personen

Ref. Ruth Schulte Doeinghaus
Termin Mi. 12.08.2026, 09:30 Uhr
Mi. 09.12.2026, 09:30 Uhr
Ort Hospizverein Lebensfreude Bad Laer e.V., Bad Laer

Hinweis Infos unter Tel. 01631578507 oder ruth.schulte-doeinghaus@web.de

Hospizbegleiter*innen-Treffen

Erfahrungsaustausch, Fortbildung und Fallbesprechungen für Ehrenamtliche Mitarbeiter*innen

Ref. Adriane Brandt und Team
Termin Mi. 15.07.2026, 15:00 Uhr
Mi. 14.09.2026, 15:00 Uhr
Do. 29.10.2026, 17:00 Uhr
Fr. 27.11.2026, 15:00 Uhr
Sa. 05.12.2026, 09:00 Uhr

Ort Hospizverein Lebensfreude Bad Laer e.V., Bad Laer

„Letzte Hilfe“-Kurs für alle Interessierten

„Das kleine 1 x 1 der Sterbebegleitung“ von schwerkranken und sterbenden Menschen

Modul 1 Sterben als ein Teil des Lebens

Modul 2 Vorsorgen und Entscheiden

Modul 3 Leiden lindern

Modul 4 Abschied nehmen

Ref. Adriane Brandt und Team
Termin Do. 22.10.2026
17:00 – 21:00 Uhr

Ort Hospizverein Lebensfreude Bad Laer e.V., Bad Laer

Kosten 15 € inkl. Broschüre / für Mitglieder des Hospizvereins kostenfrei

Hinweis erforderliche Anmeldung und Infos: Tel. 05424 6448914, die Teilnehmerzahl ist begrenzt

Heute schon gelebt

Wer Särge trägt, lernt vor allem eines: Wir haben unser Leben selbst in der Hand, bis wir es loslassen müssen. Oliver Fleischer erzählt nicht nur skurrile Anekdoten vom Rand des Grabs. Er stellt die Fragen, die sich zwischen zwei Sarggriffen aufdrängen: Was bleibt am Ende wirklich? Was ist belanglos? Und warum vergeuden wir so oft die Zeit, die uns noch bleibt?

„Das Leben zeigt sein wahres Gesicht oft erst am Abgrund. Und manchmal muss man Tote begleiten, um zu verstehen, wie man lebendig bleibt“, sagt er als Sargträger, der oft aufs Ende anderer schaut. Und weiß: Am Ende zählt das, was vorher war.

Ref. Oliver Fleischer
Termin Fr. 20.11.2026, 19:30 Uhr
Ort Westerwiederbauerstube, Bad Laer

Zwischen Lachen und Weinen – Trauer bei Kindern, Jugendlichen und im Familiensystem

Trauer zeigt sich bei Kindern und Jugendlichen oft anders als erwartet – individuell, facettenreich und tief berührend. In diesem Vortrag beleuchten wir, wie Trauer in verschiedenen Lebensphasen und Kontexten auftaucht: nicht nur bei Todesfällen, sondern auch bei Trennungen, zerbrochenen Freund-

schaften und anderen einschneidenden Verletzungen im Familiensystem.

Wie wertvoll und notwendig das Gefühl von Trauer ist, wie es uns stärkt und wie wir damit behutsam umgehen können – das werden wir gemeinsam erforschen.

Wir laden Sie ein zu einem einfühlsamen Austausch, in dem Raum für Fragen, Austausch und stille Momente der Begegnung entsteht. Der Vortrag richtet sich an Eltern, Großeltern, Fachkräfte und all jene, die Kinder, Jugendliche und Familien in Trauer begleiten oder begleiten möchten.

Ref. Katharina Frönd Diplom-Theologin, Systemische Beraterin und Therapeutin (SG), Trauerbegleiterin (BVT) mit Schwerpunkt Kinder, Jugendliche und Familien, Systemische Supervisorin i.Q.
Termin Mo. 02.11.2026, 19:00 Uhr
Ort Hotel Storck, Bad Laer

Adventlicher Bücherabend

Winterzeit – Lesezeit...aber welches Buch tut mir gut?

An diesem Abend wird eine kleine Auswahl an Lieblingsbüchern rund um das Thema Trauer und Trauerbewältigung vorgestellt.

Ratgeber, Roman, leichtes und nachdenkliches – es ist für jede und jeden etwas dabei.

Ref. Melanie Metasch
Termin Mo. 30.11.2026, 19:00 Uhr
Ort Hospizverein Lebensfreude Bad Laer e.V., Bad Laer
Hinweis Bitte um vorherige Anmeldung: Tel.05424 6448914

Supervision für Hospizbegleiter*innen

Ref. Annette Lindemann
Termin Mo. 20.08.2026, 18:00 Uhr
Mo. 04.11.2026, 18:00 Uhr

Fortbildungen für Ehrenamtliche in der Hospizarbeit

in Kooperation mit dem Ambulanten Hospiz- und Palliativ Beratungsdienst Lemförde, Am Burggraben 20, 49448 Lemförde, Tel. 05443 9970-93
Mail: info@hospiz-lemforde.de, <https://hospiz-lemfoerde.com>

Hospizbegleiter*innen-treffen: Umgang mit Sterben, Tod und Trauer

Gespräch und Austausch über Themen rund um Sterben, Tod und Trauer

Ref. Nicole Otte
Termin Do. 02.07.2026 – 01.07.2027
19:00 – 21:00 Uhr
jeden 1. Do. im Monat
Ort Gemeinderäume der Kath. Kirchengemeinde Zu den hl. Engeln Lemförde, Ambulanter Hospizdienst Lemförde
Kurs-Nr. [KZHOL6001](#)

Termin Mi. 12.08.2026 – 14.07.2027
09:30 – 11:30 Uhr
jeden 2. Mi. im Monat
Ort Gemeinderäume der Kath. Kirchengemeinde Zu den hl. Engeln Lemförde, Ambulanter Hospizdienst Lemförde
Kurs-Nr. [KZHOL6002](#)

Letzte Hilfe Kurs – Am Ende wissen wie es geht

In dem letzte Hilfe Kurs werden in vier Modulen die Themen: Sterben als ein Teil des Lebens, Vorsorgen und entscheiden, Leiden lindern und Abschied nehmen besprochen. Ergänzt wird der vierstündige Kurs mit Beispielen aus der Praxis.

Trauerfrühstück – „Mit Trauer kann man leben“

Trauernde sind herzlich eingeladen, andere Betroffene zu treffen und miteinander ins Gespräch zu kommen. Dafür wird jeweils ein Impuls angeboten.

Ref. Petra Eickhoff

Ref. Nicole Otte
Termin ist beim ambulanten Hospizdienst zu erfragen
Ort ist beim ambulanten Hospizdienst zu erfragen
Kosten kostenfrei

Seminar zur ehrenamtlichen Begleitung von Schwerstkranken, Sterbenden und ihren Angehörigen

Schon seit Jahrzehnten setzt sich die Hospizbewegung für das Leben ein und hat dabei vor allem die letzte Lebensphase im Blick. Gerade dann, wenn Krankheit, Sterben und Tod den Alltag bestimmen, braucht es Menschen, die sich fähig fühlen, diesen Lebensabschnitt zu begleiten. Dieses Seminar hat das Ziel, die persönlichen Fähigkeiten im Umgang mit Verlust und Trauererfahrungen zu erweitern, eigene Grenzen zu erkennen und zu respektieren und ein*e hilfreiche*r Begleiter*in und Gesprächspartner*in für Betroffene zu werden.

Ref.	Nicole Otte, Monique Wolf-Delissen
Umfang	100 UStd. plus 20 Std. Hospitation 11x Do. 17:30-21 Uhr 5x Fr. 15:00 – 18:30 Uhr 4x Sa. 09:00 – 17:00 Uhr
Beginn	Do. 10.09.2026, 17:30 Uhr
Ende	Fr. 21.05.2027, 15:00 Uhr
Ort	Gemeinderäumen der Kath. Kirchengemeinde Zu den hl. Engeln Lemförde, Ambulanter Hospizdienst Lemförde
Kosten	180 €
Hinweis	Infoabend Do. 20.08.2026, 19:00 Uhr Infos und Anmeldung beim Ambulanten Hospizdienst Lemförde
Kurs-Nr.	KZHOL6004

Fortbildungen für Ehrenamtliche in der Hospizarbeit

in Kooperation mit dem Hospizdienst St. Johannes und dem Malteser Hilfsdienst Alfhausen e. V., Tütinger Strasse 3, 49577 Anikum, Tel. 0171 8302381
Mail: Christa.Wuebben@malteser.org, www.malteser-alfhausen.de/dienste-und-leistungen/leben-im-alter/hospiz-und-palliativdienst.html

Hospizbegleiter*innen-Treffen

Erfahrungsaustausch, Fortbildung und Fallbesprechungen für Ehrenamtliche Mitarbeiter*innen

Ref.	Inge Hengemühle Christa Wübben
Umfang	jeder 3. Mi. im Monat 19:00 – 21:00 Uhr
Termin	19.08.2026 – 21.07.2027
Ort	Alten- und Pflegeheim

	St. Nikolaus, Anikum
Hinweis	Anmeldung erforderlich unter Tel. 01718302381

Kurs zur Vorbereitung auf die ehrenamtliche Mitarbeit in der ambulanten Hospizarbeit

Mit dieser Fortbildung möchten wir Menschen ansprechen, die sich näher mit dem Thema „Tod und Sterben“ aus-

einandersetzen möchten und in der Begleitung Schwerkranker und Sterbender eine sinnvolle Aufgabe sehen. Dabei spielt auch die Unterstützung der Angehörigen eine wichtige Rolle. Bei anschließender ehrenamtlicher Mitarbeit im Hospizdienst St. Johannes kann der Unkostenbeitrag vollständig erstattet werden.

Ref.	Christa Wübben, Inge Hengemühle, Hospizkoordinatorinnen, weitere Referenten
Umfang	18 Abenden jeweils von 19:00 – 21:30 Uhr und zwei Wochenenden im Gästehaus St. Agnes Thuine (Fr./Sa.)
Termin	17.02.2027 – 06.10.2027
Ort	Alten- und Pflegeheim St. Nikolaus Anikum
Hinweis	Anmeldung unter Tel. 01718302381

Kraft-Frühstück für Trauernde

Wir möchten einladen zu einem leckeren, gemütlichen, kostenfreien Kraft-Frühstück in geschützter Umgebung. Wir laden alle ein, die den Verlust eines Menschen betauern.

Ref.	Christa Wübben, Inge Hengemühle, Hospizkoordinatorinnen, Trauerbegleiterinnen
Termin	Sa. 17.10.2026 09:00 – 12:00 Uhr
Ort	Haus Kirchburg, Anikum
Kosten	kostenfrei, wir freuen uns über eine Spende für die Hospizarbeit
Hinweis	weitere Termine: 16.01.2027,

17.04.2027, 18.07.2027
Anmeldung unter: Tel. 0171 8302381 bis jeweils diens- tags vorher erforderlich

Trauerspaziergang am Waldlehrpfad Kunkheide in Anikum

Wir laden Sie ein zu einem Trauerspaziergang in der schönen Natur in Anikum, Dauer ca 1,5-2 Std. Gemeinsam in Bewegung sein, Innehalten, Natur erleben, Erfahrungen austauschen

Termin	jeweils samstags 01.08.2026, 07.11.2026, 06.02.2027, 08.05.2027, 07.08.2027, 06.11.2027
Ort	Waldlehrpfad Kunkheide in Anikum, Eingang Parkplatz
Hinweis	Anmeldung erforderlich: 0151 15254225; Bitte Getränk für unterwegs und wetterfeste Kleidung mitbringen

Fortbildungswochenende für Ehrenamtliche in der Hospizarbeit

Ein Wochenende für die ehrenamtlich Tätigen im Hospizdienst St. Johannes, des MHD e.V. Alfhausen

Wir werden uns an die Abschiede des vergangenen Jahres erinnern, uns fortbilden und Rück- und Ausblick halten auf die Arbeit unseres Hospizdienstes.

Ref.	Inge Hengemühle, Christa Wübben, weitere Referenten
------	---

Beginn Fr. 22.01.2027, 15:00 Uhr
Ende Sa. 23.01.2027, 18:00 Uhr
Ort Haus St. Agnes, Thuine
Hinweis Anmeldung und Auskunft bei den Koordinatorinnen oder unter Tel. 01718302381

Supervision für Ehrenamtliche in der ambulanten Hospizarbeit

Gruppensupervision für Ehrenamtliche des Hospizdienstes St. Johannes, MHD e.V.

Ref. Jutta Gladen
Termin jeweils 19:00 – 21:00 Uhr
 18.08.2026, 17.11.2026,
 17.11.2026, 24.02.2027,
 26.05.2027, 25.08.2027,
 24.11.2027
Ort Alten- und Pflegeheim
 St. Nikolaus, Ankum
Hinweis Weitere Termine nach
 Absprache, Anmeldung
 bei Christa Wübben unter
 01718302381

Fortbildungen für Mitarbeitende in Pflegeeinrichtungen

in Kooperation mit dem Malteser Hilfsdienst gGmbH

Regionalgeschäftsstelle Regionen Nordost und Nordwest, Keetstraße 40,

49393 Lohne (Oldenburg) www.malteser.de/demenz

Koordinatorin Demenzstrategie Sonja Schulte-de Vries Tel. 05952 94199880,
sonja.schulte-devries@malteser.org

Kompetenz im Umgang mit Demenz – Konfliktvermeidung und Gewaltprävention

Präventionsschulung für stationäre und teilstationäre Pflegeeinrichtungen im Rahmen von §5 SGB XI.

Oft fühlen sich Mitarbeitende von Pflegeeinrichtungen im Laufe ihres Berufslebens zwischen ihrem Anspruch und dem realen Pflegealltag hin- und hergerissen: Zeitmangel, anspruchsvolle Pflegesituationen, insbesondere im Bereich der Demenzerkrankungen, und intensive Angehörigenarbeit können dabei zu Stress und Überforderungssitua-

tionen führen. Mit dem interdisziplinären Schulungsangebot der Malteser soll diesen Situationen entgegengewirkt werden. Die Schulung ist interdisziplinär und richtet sich an Mitarbeitende in stationären und teilstationären Pflegeeinrichtungen aus allen Berufsgruppen (Pflege, Betreuung, Küche, Hauswirtschaft, Sozialdienst, Verwaltung) und Ehrenamtliche. Mit Informationen, praktischen Übungen, Tipps und Selbsterfahrung im geschützten Rahmen der Schulung werden Mitarbeitende von Pflegeeinrichtungen für den Umgang mit Menschen mit Demenz im Arbeitsalltag nachhaltig gestärkt.

Ref. Malteser-Team
Umfang 2-tägige Schulung + Vorbereitungstreffen und Reflexionseinheit 19 UStd.
Termin auf Anfrage für Inhouse-Schulungen
Kosten 3.000 € für die gesamte Schulung aller Teilnehmenden
Hinweis Kostenübernahme durch die Pflegekassen gemäß § 5 SGB XI möglich

Kompaktschulung Demenz

Die Kompaktschulung dient als Einstieg ins Thema Demenz oder zur Auffrischung vorhandene Kenntnisse. Sie erwerben grundlegendes Verständnis für Demenz und lernen, sensibel mit Menschen mit Demenz umzugehen. Die Schulungen richten sich an alle, die beruflich mit Menschen mit Demenz zu tun haben. Besonders angesprochen sind Pflegehilfskräfte und Betreuungskräfte, Pflegefachkräfte und Pflegeschülerinnen und Pflegeschüler. Aktuelle Inhalte rund um das Thema Demenz werden praxisnah und mit Raum zur Reflexion vermittelt – durch Vorträge, Diskussionen, Impulstexte, Fallbeispiele, Rollenspiele, Filme und

Elemente zur Selbsterfahrung sowie Metaplan-Technik.

Ref. Malteser-Team
Umfang 4 UStd.
Termin auf Anfrage für Inhouse-Schulungen für 8-20 Teilnehmende
Kosten 990 € für die gesamte Schulung aller Teilnehmenden
Hinweis Die Schulung kann auch als online-Schulung angeboten werden

Kompaktschulung Demenz PLUS

Das Tagesseminar vermittelt neben Basiswissen vertiefte Kenntnisse zur Biografiearbeit, Milieugestaltung und zur Situation von Angehörigen. Praktische Übungen und Selbsterfahrung fördern die Selbstreflexion und erweitern die Handlungskompetenz im Umgang mit Menschen mit Demenz.

Ref. Malteser-Team
Umfang 8 UStd.
Termin auf Anfrage für Inhouse-Schulungen für 8-20 Teilnehmende
Kosten 1.550 € für die gesamte Schulung aller Teilnehmenden

Fortbildungen für Ehrenamtliche in Hospizdiensten

Trauer im Fokus – Eine ein-führende Fortbildung zur Begleitung von Trauernden

Die Veranstaltung findet statt in Kooperation mit dem Landesstützpunkt Hospizarbeit und Palliativversorgung Niedersachsen e. V.

In unserer Gesellschaft und im Alltag findet die Trauer Einzelner oft keinen Platz. Umso wichtiger ist es, dass wir in hospizlichen Kontexten Möglichkeiten schaffen, diesen Menschen Raum zu geben. Ebenso wie bei der Begleitung von sterbenden Menschen und deren Angehörigen ist es unerlässlich, sich auch auf die Begleitung von Trauernden vorzubereiten – durch Selbstreflexion und das Aneignen grundlegender Kenntnisse über Trauerprozesse. Ein wesentlicher Teil der Fortbildung ist die Auseinandersetzung mit den eigenen Trauererfahrungen: Wie konnten bislang eigene Trauererfahrungen verarbeitet werden? Welche Kraftquellen standen zur Verfügung? Diese persönlichen Reflexionen werden durch Kenntnisse aus der Trauerforschung ergänzt.

An einem zweiten Samstag vertiefen die Teilnehmenden ihr Wissen in Gesprächsführungstechniken im Umgang mit Trauernden und beschäftigen sich mit weiteren Methoden. Sie erhalten praktische Hilfestellungen für die konkrete Arbeit in der Familie, im Trauercafé oder beim Hausbesuch. Der Bogen spannt sich von Kommunikation über praktisches Handeln bis hin zur Entwicklung konkreter Projektideen.

Wir laden Sie herzlich ein, an dieser Fortbildung teilzunehmen und gemeinsam Wege zu finden, trauernden Menschen beizustehen.

Ref. Elke Peters, Birgit Lemper, Trauerbegleiterinnen zertifiziert nach dem Bundesverband Trauerbegleitung e. V.

Beginn Sa. 07.11.2026
09:30 – 17:00 Uhr

Ende Sa. 14.11.2026
09:30 – 17:00 Uhr

Kosten bitte beim Landesstützpunkt Hospizarbeit Niedersachsen e. V. erfragen

Ort Kath. FABI / KEB

Hinweis Bitte melden Sie sich über das Anmeldeportal auf der Homepage des Landesstützpunktes Hospizarbeit und Palliativversorgung Niedersachsen e. V. an:
www.hospiz-palliativ-nds.de,
Tel. 05141 2196986

Kurs-Nr. [ZOKA6013](#)

Fortbildungen für Ehrenamtliche in Kirchengemeinden

Aktiv für die KEB – gewusst wie!

Studientag für ehrenamtliche Bildungsbeauftragte / örtliche Leitungen

Sind Sie ehrenamtlich im Gebiet der Bildungsarbeit engagiert? Oder Sie suchen ein Tätigkeitsfeld und möchten in den Bereich der Erwachsenenbildung starten? Dann finden Sie mit diesem Angebot das nötige Rüstzeug. Der Studientag hilft Ihnen, ehrenamtlich Aufgaben in der Erwachsenenbildungsarbeit einer Kirchengemeinde oder eines Verbandes zu übernehmen und richtet sich an Personen, die an Bildung interessiert sind und für die KEB tätig werden möchten oder es bereits sind. Es sind keinerlei Vorkenntnisse oder andere Voraussetzungen notwendig.

Ref. Stefan Varel, Birgit Lemper

Termin Sa. 13.03.2027
09:00 – 13:00 Uhr

Ort KEB Emsland-Ostriesland, Meppen

Kosten kostenlos

Hinweis Von Osnabrück aus besteht die Möglichkeit, Fahrgemeinschaften zu bilden

Kurs-Nr. [ZOGP7001](#)

Escape Room „Act. Change. Escape the Room“

Nachhaltigkeit und Klimaschutz spielerisch entdecken

Qualifizierung neuer Multiplikator*innen

Diese Veranstaltung findet statt in Kooperation mit dem Sozialen Seminar und dem Bistum Osnabrück

Der Escape Room bietet die Möglichkeit, Menschen eine spielerische und niederschwellige Auseinandersetzung mit den Themen Nachhaltigkeit, Umwelt- und Klimaschutz sowie globaler Gerechtigkeit und Konsum zu ermöglichen. In der Kombination aus Spiel und anschließender Reflexion sind Kreativität, clevere Kombinationsgabe und Neugierde gefragt, um einen internationalen Kriminalfall rund um das Thema Elektroschrott zu entschlüsseln. Der Escape Room eignet sich für Jugendliche und Erwachsene ab 14 Jahren und ist in einer Gruppengröße bis zu 15 Personen spielbar.

In dieser Qualifizierung werden Kenntnisse erworben, um den Raum eigenständig durchzuführen und die anschließende Reflexionseinheit zu moderieren. Die Qualifizierung richtet sich an Menschen, die Interesse an einer Dozententätigkeit bei der KEB Osnabrück haben. Die KEB hält sich vor, nach einem persönlichen Gespräch, Teilnehmende für diese Multiplikator*innenschulung auszuwählen.

Ref. Birgit Lemper, Hauke Meyerrose, Karin Schuld

Termin Fr. 06.11.2026
17:00 – 22:00 Uhr

Ort Kath. FABI / KEB

Kosten kostenlos

Kurs-Nr. [ZONU6001](#)

Informationen
ESCAPE THE ROOM

Seite 98



FAMILIENBILDUNG UND PÄDAGOGIK

PEKiP – Kurse

Für Eltern mit Kindern ab der
4. – 6. Lebenswoche bis
zum Ende des 1. Lebensjahres

Das Prager-Eltern-Kind-Programm (PEKiP®) ist ein Konzept für die Gruppenarbeit mit Eltern und ihren Kindern im ersten Lebensjahr, mit dem die körperliche und geistige Entwicklung des Säuglings gefördert werden kann. Ziel ist es, Eltern und Babys im sensiblen Prozess des Zueinanderfindens zu unterstützen.

An folgenden Orten finden regelmäßig Kurse statt:

Ref. Julia Linkemeyer
Ort Familienzentrum St. Marien,
Melle

Hinweis Informationen und Anmeldung unter Tel. 0541 35868-71

Ref. Cornelia Dallmüller
Ort Physio Aktiv, Glandorf
Hinweis Informationen und Anmeldung unter Tel. 05426 930700 oder 01711165898

Außerdem werden kurzfristig weitere Kurse ins Programm aufgenommen. Laufend aktualisierte Angebote mit genauen Daten unter www.keb-os.de.

ANSPRECHPERSONEN FÜR KITAS UND ELTERN-KIND-GRUPPEN



Esther Gerbes
Tel. 0541 35868-78
gerbes@keb-os.de



Maja Tabeling
Tel. 0541 35868-77
tabeling@keb-os.de

Sie finden auf den folgenden Seiten einen Ausschnitt unseres Angebots für Familien, Eltern, pädagogische Fachkräfte und Interessierte. Auf unserer Homepage (www.keb-os.de/Familienbildung) finden Sie weitere Kursangebote.



... von Anfang an!

Alles für einen glücklichen Start

Online & über 100 Fachmärkte – auch in deiner Nähe:

BabyOne Osnabrück, Inhaber Peter Schatzl, 49082 Osnabrück, Iburger Str. 225 (im Nahne Center) • babyone.de

MiniSigns®

Ein bindungs- und bedürfnisorientierter Baby-Gebärden-Kurs

MiniSigns® ist ein bindungsorientierter Eltern-Kind-Kurs, der Familien dabei unterstützt, die Kommunikation mit Babys und Kleinkindern auf spielerische Weise zu erweitern. Durch Lieder, Rituale, Bewegung und alltagsnahe Gebärden erhalten die Kinder zusätzliche Möglichkeiten, Bedürfnisse auszudrücken, lange bevor sie sprechen können.

Dabei geht es ausdrücklich nicht um Frühförderung im leistungsorientierten Sinn. Die Gebärden werden nicht wie Vokabeln „trainiert“, sondern von den Eltern behutsam in ihren Alltag integriert. So entstehen natürliche Kommunikationssituationen, die Freude wecken, Stress reduzieren und das gegenseitige Verstehen stärken.

Im Mittelpunkt stehen immer die Bedürfnisse des Kindes, eine achtsame Haltung sowie eine liebevolle Interaktion. Die Eltern erhalten kompakte Einblicke in die kognitive und emotionale Entwicklung im frühen Kindesalter und erfahren, wie Gebärden Selbstwirksamkeit unterstützen – ein wichtiger Baustein für das spätere Lernen und die Persönlichkeitsentwicklung. Der Kurs lädt Eltern ein, ihre Aufmerksamkeit auf die Signale ihrer Kinder zu richten und den Familienalltag mit Leichtigkeit, Spiel und Verbundenheit zu gestalten.

Ref.	Esther Gerbes, Sozialpädagogin, päd. MA der KEB
Umfang	6 Termine, jeweils 09:30 – 10:30 Uhr
Beginn	Fr. 04.09.2026, 09:30 Uhr
Ende	Fr. 09.10.2026, 10:30 Uhr
Kosten	65 €
Ort	kikoos – Kinderkompass Osnabrück, Bramsche
Hinweis	weitere Termine: Fr. 11.09.2026, 18.09.2026, 25.09.2026, 02.10.2026
Kurs-Nr.	ZKPE6010

MiniSigns®

Ein bindungs- und bedürfnisorientierter Baby-Gebärden-Kurs

MiniSigns® ist ein bindungsorientierter Eltern-Kind-Kurs, der Familien dabei unterstützt, die Kommunikation mit Babys und Kleinkindern auf spielerische Weise zu erweitern. Durch Lieder, Rituale, Bewegung und alltagsnahe Gebärden erhalten die Kinder zusätzliche Möglichkeiten, Bedürfnisse auszudrücken, lange bevor sie sprechen können.

Dabei geht es ausdrücklich nicht um Frühförderung im leistungsorientierten Sinn. Die Gebärden werden nicht wie Vokabeln „trainiert“, sondern von den Eltern behutsam in ihren Alltag integriert. So entstehen natürliche Kommunikationssituationen, die Freude wecken, Stress reduzieren und das gegenseitige Verstehen stärken.

Im Mittelpunkt stehen immer die Bedürfnisse des Kindes, eine achtsame Haltung sowie eine liebevolle Interaktion. Die Eltern erhalten kompakte Einblicke in die kognitive und emotionale Entwicklung im frühen Kindesalter und erfahren, wie Gebärden Selbstwirksamkeit unterstützen – ein wichtiger Baustein für das spätere Lernen und die Persönlichkeitsentwicklung. Der Kurs lädt Eltern ein, ihre Aufmerksamkeit auf die Signale ihrer Kinder zu richten und den Familienalltag mit Leichtigkeit, Spiel und Verbundenheit zu gestalten.

Ref.	Esther Gerbes, Sozialpädagogin, päd. MA der KEB
Umfang	3 Termine, jeweils 10:00 – 10:45 Uhr
Beginn	Mi. 16.09.2026, 10:00 Uhr
Ende	Mi. 30.09.2026, 10:45 Uhr
Kosten	30 €
Ort	digital -zoom
Hinweis	weiterer Termin 23.09.2026
Kurs-Nr.	ZKPE6011

Kompetent durch den digitalen Familienalltag – begleiten statt überfordern

Digitale Medien sind fester Bestandteil des Familienalltags. Sie bieten viele Chancen, bringen aber auch Unsicherheiten und Konflikte mit sich. In dieser Veranstaltung erhalten Eltern und Erziehende praxisnahe Impulse, wie sie Kinder und Jugendliche im digitalen Raum begleiten können. Im Mittel-

punkt steht ein bewusster, wertschätzender Umgang mit Medien: Welche Apps sind sinnvoll? Welche Regeln helfen wirklich? Und wie können Gespräche über soziale Netzwerke, Spiele und Datenschutz gelingen, ohne zu überfordern oder zu verbieten? Der Kurs vermittelt grundlegende Medienkompetenz, stärkt die eigene Handlungssicherheit und lädt zum Austausch ein. Ziel ist es, Orientierung zu geben und Familien zu ermutigen, digitale Medien gemeinsam, reflektiert und verantwortungsvoll zu nutzen.

Ref.	Marlies Stertenbrink
Termin	Di. 03.11.2026 19:00 – 21:30 Uhr
Ort	Kath. FABI / KEB
Kosten	20 €
Hinweis	Im Rahmen des Workshops werden beispielhaft Inhalte aus der digitalen Lebenswelt von Kindern und Jugendlichen thematisiert. Dabei kann es zu inhaltlichen Bezügen zu Themen wie (sexualisierter) Gewalt, Suizid sowie Mobbing kommen. Diese Themen werden sensibel und sachlich behandelt. Eine aktive Beteiligung ist jederzeit freiwillig.

Kurs-Nr. [ZOP6019](#)

PERSÖNLICHKEITSBILDUNG UND LEBENSBEGLEITUNG

Digital Kompass – Hilfe für Fragen rund um Smartphone, Tablet, Internet

Alles scheint „digitalisiert“ zu werden. Nie zuvor wurden unser Alltag und unser Berufsleben in so kurzer Zeit so tiefgreifend verändert. Völlig neue Begriffe tauchen auf. E-Rezept, Künstliche Intelligenz, Fake news und Instagram. Jeder soll plötzlich digital souverän unterwegs sein.

Viele Menschen haben Schwierigkeiten, dieser rasanten Entwicklung zu folgen. Hilfe gibt es beim Digital-Kompass durch ehrenamtliche Digital-lots*innen.

Was bieten unsere Digital-Treffs unter dem Dach des Bundesprojektes Digital-

Kompass? Spezialität des Digital-Kompass ist die Unterstützung für Beginner und Neustarter in der digitalen Welt und für langsame Lerner. Mit unseren Angeboten zur Begleitung und Unterstützung rund um Internet und Co. wendet sich der Digital-Treff im Digital-Kompass ausdrücklich auch an ältere Menschen und Starter in der digitalen Welt. Doch nicht nur Menschen Ü60 können das Wissen der Digital-lots*innen beim Digital-Treff anzapfen. Menschen jeden Alters können das Internet sicher nutzen lernen, egal ob mit dem PC, dem Tablet oder dem Smartphone. Hier bietet der Digital-Treff beste Startbedingungen für erste Schritte genauso wie für spezielle Fragen. Durch die Zusammenarbeit mit dem Verein Exil - Osnabrücker Zentrum für Flüchtlinge e.V., wird das Projekt in Osnabrück

durch einen weiteren Baustein ergänzt: die interkulturelle Begegnung.

Wenn Sie selbst als Digitalotse aktiv werden wollen, melden Sie sich gerne bei uns in der KEB-Geschäftsstelle Tel. 0541 35868-71

Digitaler Erfahrungsort und Digital-Kompass Osnabrück

Termin jeden Mo., 10:00 – 12:15 Uhr
Ort Gemeindehaus St. Ansgar, Nahner Kirchplatz 1, Osnabrück
Kontakt KEB Geschäftsstelle Osnabrück, Tel. 0541 35868-71

Digital-Kompass Osnabrück

Termin jeden Fr., 10:00 – 12:15 Uhr
Ort Gemeindehaus, ev.-luth. Jakobusgemeinde, Ölweg 23, Osnabrück
Kontakt KEB Geschäftsstelle Osnabrück, Tel. 0541 35868-71

Digital-Café Rulle

Termin jeden 1. und 3. Mo im Monat 10:00 bis 11:30 Uhr
Ort Vereinsheim TuS Rulle, Stavermann Sportpark, Prozessionsweg 3, 49134 Rulle
Kontakt KEB Rulle, Jürgen Schmidt, Tel. 05407 8575665

Digitaler Erfahrungsort Borgloh – Pankratz Digital-Treff

Termin jeden 1. und 3. Mi im Monat 15:00 – 17:00 Uhr
Beginn Mi. 06.08.2025
Ort Pankratius Haus, Alte Straße 2, 49176 Borgloh
Kontakt KEB Borgloh, Monika Heggeman, Tel. 05409 312

Digitaltreff Hagen

Termin jeden 2. und 4. Do im Monat 10:00 – 12:00 Uhr
Ort Gustav-Görsmann-Haus, Kirchstraße 5, 49170 Hagen-Gellenbeck
Kontakt KEB Hagen, Karl Große Kracht, Tel. 05401 90357

Digitaler Erfahrungsort Twistringen

Termin jeden Mi., 10:00 – 12:00 Uhr
Ort Stadtbücherei Twistringen, Lindenstraße 14, 27239 Twistringen
Kontakt Stadt Twistringen, Seniorenbeauftragte, Seniorenbeirat Tel. 04243 413-165, E-Mail: a.doepkens@twistringen.de



Sie können gerne mitbringen: Eigenes Smartphone oder Tablet, falls vorhanden.

Kommen Sie einfach zum Kennenlernen und „Schnuppern“ vorbei.

Wir freuen uns auf Sie.

Eine Übersicht über alle Digital-Treffs in Osnabrück finden Sie unter www.smart-city-os.de/digital-treff/

Digitales Erbe – einfach und praxisnah erklärt

Was passiert mit den Fotos auf dem Smartphone, wer hat Zugriff auf E-Mails oder das Onlinebanking, auf welchen Websites muss ggf. der Kontakt gelöscht werden? Das Digitale Erbe betrifft uns alle und mit der zunehmenden Digitalisierung jeden Tag mehr. Das Wesentliche lässt sich einfacher klären und vorbereiten, als viele denken. Dafür müssen Sie weder IT-Techniker noch Jurist sein.

In diesem Vortrag erhalten Sie einen verständlichen, praxisnahen Überblick darüber, was rund um das digitale Erbe wichtig ist. Schritt für Schritt wird gemeinsam erarbeitet und für den Laien einfach erklärt, welche Dinge Sie schon zu Lebzeiten regeln können, damit Angehörige im Ernstfall entlastet sind.

Neben den Inhalten steht auch der persönliche Austausch im Mittelpunkt: Es gibt Raum für Fragen, Gespräche und Erfahrungen.

Ein Angebot für alle, die vorsorgen möchten – ruhig, verständlich und mit einem guten Gefühl.

Ref. Sabine Jostmeier, Rednerin für freie Zeremonien, Trainerin Vorsorge für den Todesfall, Trauerbegleiterin
Termin Do. 18.02.2027
 18:00 – 20:15 Uhr
Ort Kath. FABI / KEB
Kosten 20 €
Kurs-Nr. [ZOKA7003](#)

Schnupperkurs ganzheitliches Gedächtnistraining

Erlebniswoche 60+

In einer entspannten Atmosphäre und ohne Leistungsdruck machen wir uns mit verschiedenen Arbeitsmaterialien den Zielen des ganzheitlichen Gedächtnistrainings vertraut. Die Übungen zielen daraufhin, Körper, Geist und Seele zu aktivieren, um Hirnleistung, Konzentration und Merkfähigkeit nachhaltig zu steigern.

Ref. Rita Elixmann-Böhmer
Termin Mo. 05.10.2026
 15:30 – 17:00 Uhr
Ort Gemeindehaus St. Joseph
 Osnabrück
Kosten 8 €, ermäßigt 4 €
Hinweis Ermäßigungen sind für Kuk-Karten-Inhaber möglich

Selbstbewusst & Stark

Selbstbehauptung und Persönlichkeitsstärkung für Frauen

Die Veranstaltung findet statt in Kooperation mit Frau & Betrieb

In diesem praxisnahen Workshop lernen Frauen, ihr Selbstbewusstsein zu stärken, klare Grenzen zu setzen und sich in herausfordernden Situationen zu behaupten. Mit einer Kombination aus theoretischem Wissen und praktischen Übungen werden Themen wie Körpersprache, Achtsamkeit, Dominanzverhalten und Strategien zur Deeskalation behandelt. Zudem geht es

um den Umgang mit Übergriffen sowie um Techniken, um sich selbst zu schützen und rechtzeitig zu handeln. Das Ziel: mehr innere Stärke, Selbstsicherheit und ein besseres Gespür für die eigene Wahrnehmung.

Ref. Gaby Bothe
Termin Sa. 05.09.2026
 14:00 – 17:00 Uhr
Ort Kath. FABI / KEB
Kosten 20 €
Kurs-Nr. [ZOKA6012](#)

Gefühle verstehen und ausdrücken

Die Sprache der Emotionen

Gefühle begleiten uns jeden Tag – ob wir sie bewusst wahrnehmen oder nicht. Sie beeinflussen unsere Entscheidungen, unsere Kommunikation, unsere Beziehungen und unser Selbstbild. Wer seine Gefühle nicht benennen oder mitteilen kann, erlebt oft Missverständnisse, innere Spannungen oder das Gefühl, nicht verstanden zu werden. Auch im Umgang mit anderen sind wir schnell überfordert, wenn wir emotionale Signale nicht deuten oder angemessen darauf reagieren können. In diesem interaktiven Workshop lernen Sie, Ihre eigene Gefühlswelt besser zu verstehen und zu benennen – ein entscheidender Schritt zu mehr innerer Klarheit, Selbstwirksamkeit und zwischenmenschlicher Verbundenheit. Gleichzeitig entwickeln Sie ein feineres Gespür für die Emotionen anderer und lernen, empathisch zu kommunizieren.

Ref. Isabel Krzikalla
Termin Di. 03.11.2026
 18:00 – 21:00 Uhr
Ort Kath. FABI / KEB
Kosten 48 €
Kurs-Nr. [ZOKA6014](#)

Queeres Leben – Emotionen, Offenheit und gesellschaftliche Herausforderungen

Mein Leben als schwuler Mann

Dieser Vortrag unterscheidet sich von vielen bestehenden Angeboten, indem er die emotionale Seite des Lebens als schwuler Mann tiefgehend aufarbeitet. Auch schwierige und belastende Erfahrungen wie Diskriminierung, Ausgrenzung oder Unsicherheit werden ehrlich thematisiert. Gleichzeitig bleibt der Vortrag offen für unterschiedliche Perspektiven und setzt mit Humor und Leichtigkeit gezielte Akzente, um Zuhörende einzuladen, Fragen zu stellen und mit Interesse zuzuhören. Die persönliche Erzählung mündet in eine fachliche Betrachtung gesellschaftlicher Strukturen. Menschen, die Veränderungen rund um queere Themen als zu schnell oder fremd erleben, werden ebenso abgeholt wie jene, die schon offen und interessiert sind. So entsteht Raum für neue Blickwinkel und einen konstruktiven, respektvollen Dialog.

Ref. Markus von der Wellen
Termin Di. 22.09.2026
 18:00 – 21:00 Uhr
Ort Kath. FABI / KEB
Kosten 30 €
Kurs-Nr. [ZOGP6004](#)

Du fehlst mir so – Dem*Der Verstorbenen einen bleibenden Platz geben

Inseltage für Trauernde auf Norderney

Du fehlst mir so. – Diesen Satz sagen oder denken Trauernde nach dem Verlust eines geliebten Menschen noch lange Zeit. Sie erleben, dass die Trauer sich verändert, aber die Lücke, die der Tod verursacht hat, bleibt. Das Ziel der Trauer ist nicht, den Verstorbenen zu vergessen, denn er ist und bleibt Teil meines Lebens. Vielmehr gilt es, ihm/ihr einen guten und bleibenden Platz in meinem Leben zu geben. Miteinander wollen wir versuchen, einen solchen Platz zu suchen, zu finden. Der besondere Ort am Meer kann für neue Gedanken und Schritte hilfreich sein. Sie dürfen den Ort genießen und Kraft schöpfen für den weiteren Weg.

Ref. Maria Jansen, Trauerbegleiterin
Birgit Lemper, Trauerbegleiterin

Umfang 4 Tage

Beginn Fr. 11.12.2026, 16:00 Uhr

Ende Mo.14.12.2026, 13:00 Uhr

Ort Gästehaus Caritas Inseloase,
Norderney

Kosten 530 € im Einzelzimmer mit
Dusche/ WC

Hinweis Die Anfahrt mit Zug/Auto
und muss eigenständig orga-
nisiert werden. Gerne unter-
stützen wir dabei, Fahr-
gemeinschaften unter den
Teilnehmenden zu bilden.
Weitere Infos unter 0541
35868-71

Kurs-Nr. [ZOKA6009](#)

Meiner Trauer auf der Spur – Trauerwanderungen mit der Kamera

Trauer ist ein Weg, den jede*r auf indi-
viduelle Weise geht. An zwei Terminen,
die unabhängig voneinander gebucht
werden können, wollen wir der eigenen
Trauer auf die Spur kommen.

Wir wandern durch die Natur, „sam-
meln“ Bilder mit der Handykamera,
wollen verschiedene Blickwinkel und
Perspektiven einnehmen und miteinan-
der in den Austausch kommen.

Ref. Melanie Metasch, Trauerbe-
gleiterin

Termin 1 Fr. 18.09.2026
17:00 – 20:00 Uhr

Ort Treffpunkt Wanderparkplatz
Noller Schlucht, Dissen

Kosten 20 €

Kurs-Nr. [ZOKA6021](#)

Termin 2 Sa.03.04.2027
10:00 – 13:00 Uhr

Ort Treffpunkt Kloster Ohrbeck,
Holzhausen

Kosten 20 €

Kurs-Nr. [ZOKA7008](#)

Hinweis Mittelschwere Wanderungen
ca. 7km
Anmeldung unter [www.
keb-os.de](http://www.keb-os.de), Kontakt Trauerbe-
gleitung Melanie Metasch,
melanie.metasch@web.de,
Mobil 01781849269, Insta:
[memories_trauerbegleitung](#)

Kraftquelle Natur – Resilienz draußen erleben

In herausfordernden Zeiten brauchen
wir Orte, die uns stärken, erden und
neue Kraft schenken. Die Natur ist ge-
nau so ein Ort.

In diesem Natur-Resilienztraining ver-
bindest du dich bewusst mit der na-
türlichen Umgebung und lernst wirk-
ungsvolle Methoden kennen, die deine
innere Widerstandskraft nachhaltig
stärken. Die Natur begleitet uns dabei
mit ihrer beruhigenden, stärkenden und
ordnenden Wirkung. Zwischen Bäu-
men, frischer Luft und weitem Himmel
entsteht Raum zum Durchatmen, Los-
lassen und Neuorientieren.

Gemeinsam entdecken wir Wege zu
mehr innerer Stabilität, Gesundheit, Le-
bensfreude und persönlichem Wachs-
tum. Durch achtsame Übungen, kleine
Rituale und alltagstaugliche Routinen
entwickelst du mehr Gelassenheit,
Klarheit und Vertrauen in dich selbst.

Ein Schritt hinaus in die Natur – und ein
Schritt näher zu dir selbst.

Ref. Liane Kirchhoff
Termin Sa. 05.09.2026
09:30 – 14:00 Uhr

Ort Waldkindergarten, Osnä-
brück-Sutthausen

Kosten 55 €

Hinweis Bitte mitbringen: Wetter-
taugliche Kleidung und
Schuhwerk, Trinkflasche
und ein Lunchpaket für ein
kleines Picknick

Kurs-Nr. [ZOKA6022](#)

Schöpfung erfahren: Acht- samkeit in der Natur

Das Verhältnis des Menschen zur au-
ßermenschlichen Natur wird von im-
mer größerer Bedeutung. Dieses vier-
teilige Seminar soll den Weg zu einem
achtsameren Umgang mit/in der Natur
ebnen und neben dem eigenen Erleben
insbesondere die Haltung der Acht-
samkeit sowie ihre Bedeutung für das
Mensch-Natur-Verhältnis hervorhe-
ben. Neben der praktischen Ausrich-
tung in der Natur (Wald) werden eben-
so theoretische Hintergründe, vor allem
schöpfungsethische und -theologische
Aspekte, in die einzelnen Seminarteile
mit einfließen. Natur- und Selbsterfah-
rung sowie Reflexion sollen dabei im
Vordergrund stehen.

Ref. Marie-Kristin Dorstewitz,
Theologie und Kultur, Natur-
und Achtsamkeitstrainerin
Deutsche Akademie für
Waldbaden und Gesundheit

Dauer 4 Termine, jeweils sonntags
13:30 – 16:30 Uhr

Beginn So. 23.08.2026, 13:30 Uhr

Ende So. 13.09.2026, 16:30 Uhr

Ort Kath. FABI/ KEB (1.Termin),
Waldgebiet in der Osnabrü-
cker Region

Kosten 93 €

Hinweis Bitte mitbringen: Wetterfes-
te Kleidung, festes Schuh-
werk und ggf. etwas zu
trinken

Kurs-Nr. [ZONU6003](#)

Biografisches Schreiben

Wo komme ich her, wo will ich hin?
Mit Freude am Schreiben die eigene
oder familiäre Lebensgeschichte ent-
decken

In dieser Veranstaltung tauchen Sie schreibend in die eigene Lebensgeschichte (Autobiografie) oder die von Familienmitgliedern ein, können Erlebtes nachvollziehen und Gelerntes eventuell auch weitergeben. Es werden Gedichte, Kurzgeschichten und andere Beiträge verfasst. Eine Arbeit, die viel verändern kann, aber nichts ändern muss! Übungen, um an Vergessenes zu erinnern und kreativ mit Sprache umzugehen, holen sowohl Anfänger*innen als auch Fortgeschrittene ab – und sollen auch Spaß machen!

Die Workshops sind so angelegt, dass Teilnehmende an beiden Terminen einsteigen können, da wir bei jedem Treffen das Thema Biografisches Schreiben von einem neuen Blickwinkel aus angehen.

Ref. Sigrid Lehmann-Wacker

Termin 1 Sa. 21.11.2026
14:00 – 18:00 Uhr

Termin 2 Sa. 13.03.2027
14:00 – 18:00 Uhr

Ort Kath. FABI / KEB

Kosten 40 €

Hinweis Erfahrungen im Schreiben sind keine Voraussetzung. Auch jüngere Menschen sind herzlich eingeladen. Weitere Termine werden auf der Internetseite bekanntgegeben.

Kurs-Nr. [ZOKA6016](#), [ZOKA7001](#)

Midsommar-Worte

Achtsames Schreiben zum Sommer-
beginn

Wenn die Tage am längsten sind, ist die perfekte Zeit, um kurz innezuhalten. Dieser Workshop ist eine Einladung, den Sommer nicht nur im Kalender, sondern auch auf dem Papier zu begrüßen.

Es geht nicht um literarische Perfektion oder „schöne“ Texte. Es geht um den Moment: Was nimmst du wahr? Was bewegt dich gerade? Wir nutzen das Schreiben als Werkzeug, um uns nach innen und außen zu verbinden. Ganz ohne den Druck, etwas abliefern zu müssen.

Was dich erwartet:

- › Raum für das, was gerade ist. Einfach sehen, wahrnehmen und sein.
- › Einfache Schreib Anregungen, die dir helfen, Gedanken fließen zu lassen.
- › Zeit unter freiem Himmel, um die Verbindung zur Natur direkt in Worte zu fassen.

Ref. Barbara Nick-Labatzki

Termin Sa. 26.06.2027
14:00 – 18:00 Uhr

Ort Kath. FABI / KEB

Kosten 40 €

Kurs-Nr. [ZOKA7002](#)

Mixed Media und Journaling

Kreativzeit für dich

Tauche ein in die Welt von Farben, Collage und Schreiben. In diesem Workshop kannst du deiner Kreativität freien Lauf lassen, Gedanken sichtbar machen

und dein ganz persönliches Journal (eine Mischung aus Kalender, Notiz- und Tagebuch) gestalten – ganz ohne Leistungsdruck. Dich erwartet kreatives Gestalten mit Farben, Collagen und verschiedenen Materialien. Ergänzt wird dies durch intuitives Schreiben, ganz frei und ohne Bewertung. Kleine Achtsamkeitsübungen unterstützen dich dabei, zur Ruhe zu kommen und neue Klarheit zu finden. Es entsteht ein Raum nur für dich – für deine Gedanken, Gefühle und das, was sich zeigen möchte. Du brauchst keine Vorkenntnisse.

Ref. Sigrid Lehmann-Wacker

Termin Do. 08.10.2026
18:00 – 21:00 Uhr

Ort Kath. FABI / KEB

Kosten 40 €

Hinweis Teilnehmer*innen können eigenes Material (Notizbuch, Farben, Aufkleber, Naturmaterialien, etc.) mitbringen. Starter-Sets werden bereitgestellt.

Kurs-Nr. [ZOKA6017](#)

Atmosphärische Fotografien im Kloster

Sakrale Gebäude, wie die Klöster mit ihren Kirchen, Kapellen und Kreuzgängen, bieten spannende, aber auch nicht ganz einfach zu fotografierende Motive: die besondere Stimmung, das wenige Licht und der oft große Unterschied zwischen Hell und Dunkel.

Mit welchen Kameraeinstellungen können diese Motive so fotografiert werden, dass sie ihre besondere Atmo-

sphäre entfalten? Und: lässt sich das mit der Kamera einfangen? Der Fokus liegt dabei auch auf Architektur, Raum-atmosphäre und Perspektive.

Dazu suchen wir das Stift Börstel im Landkreis Osnabrück auf. Erste Erfahrungen in der digitalen Fotografie sollten schon vorhanden sein, aber eine Einführung in die nötige Kamertechnik ist am ersten Abend Thema, auch werden wir uns dort schon praktisch ausprobieren.

Am Samstag fahren wir im ersten Licht zum Stift Börstel, und besprechen dort bei einem mitgebrachten Frühstück die Ergebnisse, die dann in einer ausführlichen Bildbesprechung am Sonntag diskutiert werden. Die Äbtissin Britta Rook empfängt uns um 11:15 Uhr und erklärt uns das Stiftsleben, die Geschichte des Stifts und der Kirche. Zum Abschluss des Tages ist die Gruppe herzlich zum Mittagsgebet um 12:15 Uhr auf der Nonnenempore eingeladen.

Ref. Angela von Brill, Fotografin

Termin Fr. 18.09.2026, 17:00-22:00 Uhr
Sa. 19.09.2026, 06:00 – 12:00 Uhr
So. 20.09.2026, 10:00 – 13:00 Uhr

Ort Stift Börstel
Kath. FABI / KEB

Kosten 145 €

Hinweis Bitte mitbringen: Kameraausrüstung, Stativ, Laptop, wenn vorhanden
Snack und Getränk für das Frühstück und die Pausen am Samstag.

Am Freitag und Sonntag ist für Tee, Kaffee, Wasser und Kekse gesorgt.

Kurs-Nr. [ZOKK6003](#)

YOGA FÜR MEHR ENERGIE UND RUHE

Yoga ist ein effektives Verfahren zur Entspannung und Stressreduktion. Die Körperhaltungen des Yoga (asana), die Atemübungen (pranayama) und unterschiedlichste Meditationstechniken fördern das Körperbewusstsein sowie die Konzentrationsfähigkeit und stärken so die Selbst- und Stressregulierungskompetenz.

Stadt Osnabrück

Yoga in Osnabrück – Schinkel-Ost

Ref. Natalia Owtscharow
Termin Mo. 19:00 – 20:30 Uhr
Ort Gemeindezentrum St. Maria
Rosenkranz

Yoga in Osnabrück – Haste

Ref. Maria Wille-Wulftange
Termin Mo. 16:45 – 18:15 Uhr
Ort Kita St. Antonius

Yoga in Osnabrück – Nahne

Ref. Maria Wille-Wulftange
Termin Mi. 09:00 – 10:30 Uhr
Ort Kath. Pfarrzentrum St. Ansgar

Yoga in Osnabrück – Nahne

Ref. Dorothea Singbeil
Termin Di. 17:30 – 19:00 Uhr
Ort Kath. Pfarrzentrum St. Ansgar

Yoga in Osnabrück – Voxtrup

Ref. Leonie Neumann
Termin Mo. 09:30 – 11:00 Uhr
Ort Kath. Pfarrzentrum St. Antonius

Yoga in Osnabrück – Voxtrup

Ref. Leonie Neumann
Termin Di. 17:45 – 19:15 Uhr
Ort Tagespflege Voxtrup,
Yoga – Keller

Yoga in Osnabrück – Voxtrup

Ref. Dorothea Singbeil
Termin Mo. 16:30 – 18:00 Uhr
Ort Tagespflege Voxtrup,
Yoga – Keller

Dekanat Osnabrück-Nord

Yoga in Bohmte

Ref. Oksana Fried
Termin Do. 18:30 – 19:30 Uhr
Ort Grundschule Bohmte
Hinweis Info unter Johannes Knapp
Tel. 05471 676

Yoga in Bad Essen

Ref. Martina Schierbaum
Termin 1 Di. 18:00 – 19:30 Uhr
Termin 2 Di. 19:45 – 21:15 Uhr
Ort Wimmer Schule e. V.

Yoga in Ostercappeln

Ref. Simone Rahe
Termin Do. 19:30 – 21:00 Uhr
Ort Kita St. Lambertus

Yoga in Rulle

Ref. Barbara Lüpping
Termin Di. 17:00 – 18:30 Uhr
Ort Ruller Haus

Yoga in Eggermühlen

Ref. Thorsten Bachert
Termin 1 Mo. 17:45 – 19:15 Uhr
Termin 2 Mo. 19:30 – 21:00 Uhr
Ort Kath. Pfarrzentrum
Mariä Himmelfahrt

Yoga in Neuenkirchen (Bramsche)

Ref. Helga Hanke
Termin Mo. 15:30 – 17:00 Uhr
Ort Kath. Pfarrzentrum
St. Laurentius

Yoga in Neuenkirchen-Vörden

Ref. Martina Uhe
Termin Di. 16:45 – 18:15 Uhr
Ort Kath. Kindertagesstätte
St. Elisabeth

Dekanat Osnabrück-Süd

Yoga in Kloster Oesede

Ref. Leonie Neumann
Termin Do. 09:30 – 11:00 Uhr
Ort Edith-Stein-Haus,
Kloster Oesede

Yoga in Gesmold

Ref. Martina Schierbaum
Termin 1 Mo. 17:45 – 19:15 Uhr
Termin 2 Mo. 19:30 – 21:00 Uhr
Termin 3 Mi. 09:30 – 11:00 Uhr
Termin 4 Mi. 17:45 – 19:15 Uhr
Termin 5 Mi. 19:30 – 21:00 Uhr
Ort Kath. Pfarrzentrum
St. Petrus

Yoga in Hilter-Borgloh

Ref. Martina Schierbaum
Termin 1 Do. 18:15 – 19:45 Uhr
Termin 2 Do. 20:00 – 21:30 Uhr
Termin 3 Fr. 09:30 – 11:00 Uhr
Ort Kath. Pfarrzentrum
St. Pankratius

Stress begegnen mit Yoga und Schreiben

Zeit für das Wesentliche: Bedürfnisse spüren, persönliche und neue Ressourcen nutzen

Wann hast du das letzte Mal wirklich hingehört, was du gerade brauchst? Vielleicht hast du im Alltag manchmal das Gefühl, ständig Erledigungen, Pflichten und Gedanken hinterherzurennen. Vielleicht findest du dich immer wieder in ähnlichen Stresssituationen wieder. Oder du fragst dich abends, wo schon wieder die ganze Zeit geblieben ist und was du überhaupt "geschafft" hast.

Dieses Wochenende ist die Einladung für dich, bewusst eine Pause im Alltag zu nehmen und einen neuen Blick auf dich und dein Stresserleben zu werfen.

Was dich erwartet:

- › Du bekommst an diesem Wochenende Anregungen, wie du Stress bei dir frühzeitiger wahrnehmen kannst.
- › Du lernst deine Bedürfnisse und Werte besser kennen.
- › Du weißt, was in deinem Einflussbereich liegt.

- › Du nimmst deine Stärken und Ressourcen in den Blick und erforschst, wie du sie im Umgang mit Stress nutzen kannst.
- › Du hast die Möglichkeit, verschiedene Methoden zur Regeneration, wie beispielsweise kreatives Schreiben und Yoga, auszuprobieren.

Ref. Barbara Nick-Labatzki
Sarah Staratschek

Termin Sa. 27.02.2027
10:00 – 16:00 Uhr
So. 28.02.2027
10:00 – 16:00 Uhr

Ort Gemeindehaus St. Matthias,
Osnabrück-Pye

Kosten 170 €

Hinweis Bitte mitbringen: Matte, Kissen, Decke, bequeme Kleidung und Socken. Außerdem Snack für die Pausen. Für Tee, Kaffee, Wasser und Kekse ist gesorgt.

Kurs-Nr. [ZOG7001](#)

Faszien-Yoga & Lach-Yoga

Das Plus für mehr Leichtigkeit

Dieser Yogasamstag eignet sich für alle, die gerne Faszien-Yoga in seinen verschiedenen Aspekten kennenlernen möchten. Wohltuende Wirkungen können neue Beweglichkeit, Aktivierung des Stoffwechsels und regulative Entspannung für das Nervensystem sein. Ergänzend wollen wir feines Lach-Yoga zur Erheiterung kosten.

Wissenswertes gibt es rundum an diesem Tag zur Ernährung der Faszien, welche Rolle sie bei Schmerzen einnehmen und wie wir sie massierend unterstützen können. Ausklingen lassen wir den Seminartag mit Momenten der Ruhe und gemeinsamer Meditation.

Ref. Marion Schulte

Termin Sa. 17.04.2027
10:00 – 16:00 Uhr

Ort Gemeindehaus St. Matthias,
Osnabrück Pye

Kosten 65 €

Hinweis Bitte mitbringen: Matte, Kissen, Decke, bequeme Kleidung und Socken

Kurs-Nr. [ZOG7002](#)

Sich wohlfühlen mit Taichi Qigong

Für Anfänger*innen und Fortgeschrittene

Mit den harmonischen Bewegungen des 18er Taichi Qigong – Shibashi – in die Welt des Qigong und Taichi einsteigen. Dieser Workshop bietet einfache und komplexe Bewegungssequenzen zum Lockern und Mobilisieren. Diese helfen sanft im Körper anzukommen und zu entspannen. Eine Entspannungseinheit zum Abschluss hilft die vitale Energie des Qi für Nerven- und Immunsystem zu bewahren.

Ref. Marion Schulte

Termin Sa. 19.06.2027
09:00 – 13:00 Uhr

Ort Gemeindehaus St. Matthias,
Osnabrück Pye

Kosten 45 €

Hinweis Bitte mitbringen: Matte, Kissen, Decke, Trinkflasche, bequeme Kleidung und Socken

Kurs-Nr. [ZOG7003](#)

Workshop Fußgesundheit

Trainieren statt operieren

Unsere Füße sind das Fundament unseres Körpers, die uns durch das Leben tragen und verschiedenste, sehr komplexe Anforderungen erfüllen müssen. In diesem Kurs schulen wir unsere Wahrnehmung

und lernen die spiraldynamische Funktion unserer Füße kennen. Durch Training der Fußmuskulatur können Sie einer unnatürlichen Fußstatik und der damit verbundenen chronischen Fehlbelastungen aktiv vorbeugen und entgegenwirken.

Ref. Beate Winkler

Termin Mi. 10.03.2027
17:00 – 19:15 Uhr

Ort Kath. FABI / KEB

Kosten 30 €

Kurs-Nr. [ZOG7004](#)

Hinweis Bitte mitbringen: Handtuch, bequeme Kleidung, wenn vorhanden Thera-Band

KLIMA-ZEITSTRAHL 1850-2100



ZUM VERLEIH

- › Bodenbanner
Maße 27 m x 0,53 m
- › Kosten: 20 € pro Woche
- › Arbeitsmaterial vorhanden

ENTWICKLUNG

Der Klimazeitstrahl (auch Klimafieber-Zeitstrahl oder Klimateppich genannt) wurde von Reiner Oberbeck, Lehrer an einer Schule im Raum Karlsruhe und Teachers for Future Mitglied, entwickelt und enthält viele Informationen zur Klimakrise.

METHODE

Das Bodenbanner zeigt blaue und rote Jahresstreifen, die sogenannten warming stripes, die der britische Klimawissenschaftler Ed Hawkins entwickelt hat, um die fortschreitende Erderhitzung mittels einer Farbskala verständlich und anschaulich zu machen. Anhand des Verlaufs von blauen zu roten Streifen wird sofort begrifflich, wie rasant die durchschnittliche globale Temperatur von 1850 bis 2018 – besonders in den letzten drei Jahrzehnten – angestiegen ist. Es ist ein richtiger Eye-Catcher und lädt mit vielen QR-Codes zu einer intensiven Auseinandersetzung mit dem Klimawandel ein.

"GESUNDHEIT IM GESPRÄCH"

Vortragsreihe der Niels-Stensen-Kliniken

Im Rahmen der Vortragsreihe „Gesundheit im Gespräch“ informieren Chefarzte und Verantwortliche aus dem Marienhospital Osnabrück und dem Franziskus-Hospital Harderberg über aktuelle medizinische Themen sowie über moderne Behandlungs- und Therapieformen. Im Anschluss an die Vorträge besteht die Möglichkeit zur Beantwortung von Fragen bzw. zu einer kurzen themenbezogenen Diskussion.

Die Veranstaltungen finden in der Regel im NOZ-Medienzentrum, Breiter Gang 10-16, statt und werden gleichzeitig im Internet übertragen. Der Eintritt ist frei und auch der Live-Stream kann frei zugänglich über den [YouTube-Kanal der Niels-Stensen-Kliniken](#) angesehen werden.

Fragen an die Ärzte können bereits zuvor per E-Mail über gesundheit-im-gespraech@noz.de eingereicht werden.

Bauchdeckenbruch – wann operieren?

Ref. Dr. med. Petr Ziegler
Termin Mi. 26.08.2026, 18:00 Uhr

Blutungs- oder Zyklusstörungen: Wann ist eine Behandlung anzuraten?

Ref. Dr. med. Götz Menke
Dr. med. René Gusinde
Termin Mi. 09.09.2026, 18:00 Uhr

Schultererkrankungen richtig behandeln

Ref. PD Dr. med. Olaf Rolf
Dr. med. Andreas Blana
Dr. med. Henning Brandebusemeyer
Termin Mi. 23.09.2026, 18:00 Uhr

Depressionen

Ref. Dr. med. Yvonne Walonka
Marc Eilers
Termin Mi. 07.10.2026, 18:00 Uhr

Schaufensterkrankheit: Wenn das Gehen zur Qual wird

Ref. Prof. Dr. med. Jörg Heckenkamp
Dr. med. Thorsten Theis
Termin Mi. 04.11.2026, 18:00 Uhr

Update Onkologie & Hämatologie

Ref. Prof. Dr. Dr. med. Jens Atzpodien
Dr. med. Rudolf Peceny
Termin Mi. 02.12.2026, 18:00 Uhr



Literatur

an Ort und Stelle

Veranstaltungen aus dieser Reihe laden ein, sich Zeit zu nehmen für biografisches, geschichtliches und literarisches Hintergrundwissen, für genauere Lektüre und anregende Gespräche über das Gelesene und Erlebte. Und das an einem besonderen Ort, der für Leben und Werk eines Autors/ einer Autorin wichtig war. Die intensive Textarbeit und die Spurensuche abseits touristischer Routine ergänzen einander und bringen die Orte und Stellen zum Sprechen. Die Anreise erfolgt in eigener Verantwortung.

Freud in Wien

Ref. Anita Djafari
Heike Kyek
Termin So. 30.11. – Fr. 05.12.2026
Ort Kardinal König Haus Wien
Kosten 1.275 € (EZ) / 1.250 € (DZ)

Erich Reger in Essen

Ref. Christian Schienke
Termin So. 01.08. – Fr. 06.08.2027
Ort Unperfekt Hotel, Essen
Kosten 1.295 € (EZ) / 1.073 € (DZ)

Marie Luise Kaschnitz im Breisgau

Ref. Anita Djafari
Christel Jörges
Termin So. 27.06. – Fr. 02.07.2027
Ort Bildungshaus Kloster
St. Ulrich, Bollschweil
Kosten 1.150 € (EZ) / 1.090 € (DZ)

James Joyce in Zürich

Ref. Gudrun Boch
Sean Mullan
Termin So. 05.09. – Fr. 10.09.2027
Ort Jugendherberge Richterswil
Kosten 1.375 € (EZ) / 1.245 € (DZ)

Weitere Informationen zu Inhalten erfragen Sie bitte telefonisch in der Geschäftsstelle unter 0541 35868-71, unter www.keb-os.de oder www.literatur-an-ort-und-stelle.de

Anmeldestart für 2027 ab Mitte November 2026 nach Erscheinen des Extraheftes Literatur an Ort und Stelle. Die Kosten verstehen sich pro Person.

Lieblingsstücke selbst genäht – kreative Ideen für den Alltag

In diesem Kurs dreht sich alles um kleine praktische Nähprojekte, die sich ideal für den Alltag eignen. Schritt für Schritt lernst du die Grundlagen des Nähens kennen oder kannst deine vorhandenen Kenntnisse vertiefen.

Gemeinsam nähen wir verschiedene Projekte – du kannst wählen zwischen einer Kosmetiktasche, einer Buchhülle, einem Leseknochen oder einer Lunchbag. Du wirst individuell begleitet auf deinem Weg zu deinem neuem Lieblingsstück. Zuschneiden von Stoffen, einnähen von Reißverschlüssen oder Tipps und Tricks zum Umgang mit der Nähmaschine – hier lernst du, wie schnell und einfach ein Nähprojekt umgesetzt werden kann.

Ref. Nicole Schroth
Beginn Mi. 26.08.2026
 16:30 – 18:45 Uhr
Ende Mi. 02.09.2026
 16:30 – 18:45 Uhr
Ort Philipp-Neri-Haus, Hollage
Kosten 55 €
Hinweis Eine eigene Nähmaschine und Materialien sind mitzubringen. Bei der Anmeldung bekommen Sie die Materialliste zugeschickt.
Kurs-Nr. [ZKKK6002](#)

Warm durch die kalte Jahreszeit

Stricken für Anfänger*innen

Du möchtest warm durch den Winter? Wie wäre es mit einem warmen Schal, einer Mütze oder warmen Socken? In entspannter Atmosphäre zeigen wir dir Schritt für Schritt die wichtigsten Grundlagen des Strickens, um erste kleine Projekte umzusetzen. Masche für Masche erarbeitest du dir dein erstes Winter-Accessoire.

Egal ob du noch nie eine Stricknadel in der Hand gehabt hast oder ob du einfach das Stricken wieder neu entdecken möchtest – in diesem Kurs erfährst du die wichtigsten Grundlagen zum Stricken. Am Ende hast du dein erstes eigenes Strickprojekt umgesetzt und kommst damit warm durch den Winter.

Ref. Kornelia Kagels
Beginn Do. 05.11.2026
 17:30 – 19:45 Uhr
Ende Do. 12.11.2026
 17:30 – 19:45 Uhr
Ort Kath. Pfarrheim St. Josef, Hasbergen
Kosten 55 €
Hinweis Wolle mit passender Stricknadel sind bitte mitzubringen, sowie Schere, Stopfnadel und Maschenmarkierer.
Kurs-Nr. [ZKKK6003](#)

Zweite Chance – Upcycling für deinen Kleiderschrank

Du hast Kleidung im Schrank, die du nicht mehr trägst, aber zu schade zum Wegwerfen ist? In diesem kreativen Upcycling-Kurs lernst du, wie du alten Hosen, Hemden oder T-Shirts eine zweite Chance geben kannst.

Gemeinsam entdecken wir verschiedene Techniken, um ausgediente Kleidungsstücke in individuelle Lieblingsstücke zu verwandeln. Ob aus einer alten Jeans eine stylische Tasche wird oder aus einem T-Shirt ein modernes Top – deiner Kreativität sind keine Grenzen gesetzt.

Der Kurs ist für Anfänger*innen und Fortgeschrittene geeignet – Vorkenntnisse sind nicht erforderlich. Bring einfach ein oder zwei Kleidungsstücke mit, die du umgestalten möchtest.

Ref. Maïke Rücker
Beginn Mi. 30.09.2026
 16:30 – 18:45 Uhr
Ende Mi. 07.10.2026
 16:30 – 18:45 Uhr
Ort Philipp-Neri-Haus, Hollage
Kosten 55 €
Hinweis Eine eigene Nähmaschine und Nähmaterialien (Garn, Schere, usw.) sind mitzubringen, sowie ein bis zwei Kleidungsstücke zum Upcycling.
Kurs-Nr. [ZKKK6001](#)

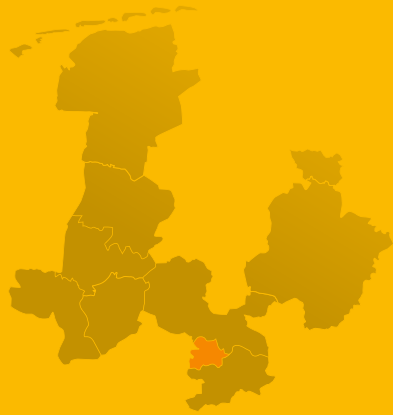
Deutsch lernen – Erstorientierung (EOK) für Schutzsuchende und Zugewanderte

Übergreifendes Ziel der Kurse ist es, Schutzsuchende und Zugewanderte in ihren speziellen Lebenssituationen zu unterstützen. Sie erhalten die Möglichkeit, landeskundliches Wissen zur Erstorientierung verbunden mit einfachen Deutschkenntnissen zu erwerben. Um dieses Ziel zu erreichen, sollen sich die Kursteilnehmenden Kenntnisse über Themengebiete aneignen, die für sie von besonderer Wichtigkeit sind, wie z.B. über Einrichtungen ihrer Umgebung incl. Behörden, Regelungen der medizinischen Versorgung sowie der in Deutschland geltenden Werten, Normen und Gepflogenheiten des Zusammenlebens. Sie erlernen dabei Grundbegriffe und sprachliche Wendungen dieser Sachgebiete, die sie in einfachen Sätzen anwenden können. Dadurch soll schutzsuchenden und zugewanderten Personen die Eintrittsphase in Deutschland erleichtert werden.

Osnabrück

Ref. Anke Lange
Umfang 300 UStd., 60 Treffen, 5x in der Woche, 12 Wochen Mo. – Fr. 09:00 – 13:15 Uhr
Beginn Mo. 03.08.2026, 09:00 Uhr
Ende: Fr. 30.10.2026, 13:15 Uhr
Ort: Kath. Pfarrheim Heilig Kreuz, Osnabrück
Kurs-Nr. [ZOSP6003](#)

Weitere Infos zu Sprachkursen:
 Ina Stallkamp, stallkamp@keb-os.de
 Tel. 0541 35868-71



Dekanat Osnabrück Stadt

- 63 Pfarrei Dom St. Petrus
- 63 Pfarrei Christus-König
- 65 Pfarrei St. Johann
- 65 Pfarrei Hl. Kreuz
- 67 Pfarrei St. Elisabeth
- 69 Pfarrei St. Joseph

ÜBERSICHT
ÖRTLICHE ANGBOTE

PFARREI DOM ST. PETRUS

Dom St. Petrus, St. Barbara, Herz Jesu, Liebfrauen, St. Matthias

DOM ST. PETRUS, INNENSTADT

Leitung: Thomas Bredemann
Tel. 0541 24965

LIEBFRAUEN, EVERSBURG

Leitung: Natascha Beckmann
Tel. 0541 125405

Veranstaltungen werden örtlich (z.B. im Pfarrbrief) und über die KEB-Homepage bekannt gegeben.

ST. MATTHIAS, PYE

Leitung: Karin Witte
Tel. 05407 859855

Seniorengesprächskreis Kolpingsfamilie

Leitung Anne Gattmann
Termin jeden 3. Mi im Monat

kfd – Veranstaltungen

Vorträge, Gespräch, Information
Leitung Carmen Meyerrose
Andrea Witte

Gemeinsame Lebensschritte für Eltern und Kind

Eltern-Kind-Gruppen
Termin dienstags, 15:30 – 17:00 Uhr
Ort Gemeindehaus St. Matthias,
Untere Waldstr. 7
Info Karin Witte, Pfarrbüro

PFARREI CHRISTUS-KÖNIG

Christus-König, St. Franziskus, Heilig Geist

CHRISTUS-KÖNIG HASTE, ST. FRANZISKUS DODES- HEIDE, HEILIG GEIST SONNENHÜGEL

Leitung:
Maria Brickwedde-Kahmann
Tel. 0541 16930
mariabrickwedde@t-online.de

Elisabeth Jacobs
Tel. 0541 65583
elisabethjacobs@osnabet.de

Aktuelles ist zu finden auf der Gemeindeforumseite <https://www.christus-koenig-os.de/gemeindeleben/gruppen-und-verbaende/>

Hatha Yoga

› siehe unter Yoga Angebote Seite 54

Kolpingsfamilie Haste/Dodesheide

Leitung Martin Hülsmann
Termin wird örtlich bekannt gegeben

kfd-Veranstaltungen

Leitung Ulla Gräuler (Christus König)
Cadja Thiem (Heilig Geist)
Maria Brickwedde (St. Franziskus)
Termin wird örtlich bekannt gegeben

Frauengesprächskreis – Richtig gut leben – Gruppe 99

Leitung Susanne Steinert
Termin jeden 3. Mi. im Monat
um 20:00 Uhr

Frauengesprächskreis – Richtig gut leben – Gruppe 92

Leitung Veronika Jungesbluth
Termin jeden 3. Di. im Monat,
19:00 Uhr
Ort Pfarrzentrum Hl. Geist,
Lerchenstr. 91

Frauengesprächskreis – Richtig gut leben – Gruppe 83

Leitung Gabriele Rott
Termin jeden 2. Di. im Monat,
19:30 Uhr
Ort Pfarrzentrum Hl. Geist,
Lerchenstr. 91

Gesprächskreis – Richtig gut leben – Rut / Frauen in der Kirche

Leitung Ulla Diekhoff
Termin jeden 1. Mi. im Monat,
19:30 Uhr
Ort Pfarrzentrum Hl. Geist,
Lerchenstr. 91

Frauengesprächskreis – Richtig gut leben – Montagskreis

Leitung Agnes Wöstmann
Termin wird örtlich bekannt gegeben
Ort wird örtlich bekannt gegeben

Mittwochtreff

Leitung Ulla Gräuler
Termin 1x im Monat (Treffen und
Ort nach Vereinbarung)

Johannes Prassek Kreis

Leitung Wilfried Sondermann
Termin wird örtlich bekannt gegeben
Hinweis ca. 6 Treffen im Jahr

Tanzkreis

Leitung Juliane Placke
Termin mittwochs, 10:00 – 11:15 Uhr
Ort Pfarrheim Hl. Geist

Trauercafé

Leitung Gisela Schmiegelt
Termin jeden 3. Di. im Monat
15:30 – 17:30 Uhr
Ort Johannes-Prassek-Haus,
Bramstr. 105

**Seniorengesprächskreis
Leben, loben, lachen**

der Christus-König-Pfarrei
Leitung Elisabeth von Beesten, Karin
Gösmann, Marion Plegge
Termin 1x Monat mittwochs
15:30 – 17:00 Uhr

PFARREI ST. JOHANN

St. Johann, Maria Königin des Friedens, St. Pius

ST. JOHANN, INNENSTADT

Leitung: Brigitte Mayer
Tel. 0541 99899751
Kolpingstr. 9
49074 Osnabrück

Veranstaltungen werden örtlich (z.B. im Pfarrbrief) und über die KEB-Homepage bekannt gegeben.

ST. PIUS, KALKHÜGEL

Leitung: N.N.

Vernetzungstreffen des Besuchsdienstes von St. Johann

Dasein – Hinhören – Begegnen

Ref. Anja Höge
Termin letzter Do. im Monat
19:00 – 21:15 Uhr

Ort wechselnd in St. Pius und in Maria Königin des Friedens.

PFARREI HEILIG KREUZ

St. Bonifatius, Heilig Kreuz, St. Maria Rosenkranz

**ST. BONIFATIUS,
WIDUKINDLAND**

Leitung: Maria Kuhlmann
Tel. 0541 150873

Alle Veranstaltungen finden, wenn nicht anders angekündigt, im Pfarrheim, Widukindplatz 1, statt. Themen, Änderungen und Ergänzungen unter www.hl-kreuz-de

kfd St. Bonifatius

Leitung Beate Kuhlmann

Frauengesprächskreis – Richtig gut leben

Termin 1x monatlich
Ort wird örtlich bekannt gegeben

Fit für die kfd

Mitarbeiterinnen im Gespräch
Termin jeden 2. Monat

Liturgischer Ausdruckstanz

Ref. Juliane Placke
Termin jeden 2. Mo. im Monat
jeweils um 15:30 Uhr

Das alles kann das Smartphone

Leitung Helmut Korte
Termin jeden 1. und 3. Mo. im Monat
jeweils 15:00 Uhr

**Neue und alte Gesellschaftsspiele
Das Gedächtnis spielerisch trainieren**

Leitung Beate Kuhlmann
Termin jeden 1. Di. im Monat
jeweils um 15:00 Uhr

Im Gespräch über Gott und die Welt

Leitung Beate Kuhlmann
Termin jeden 1. Fr. im Monat
14:30 Uhr

**Seniorengesprächskreis
Leben, loben, lachen**

Vorträge über kirchliche und gesellschaftliche Themen

Leitung Beate Kuhlmann
Termin jeden 3. Di. im Monat
14:30 – 17:00 Uhr

Hinweis Themen werden örtlich und unter www.hl-kreuz.de bekannt gegeben

HEILIG KREUZ, SCHINKEL

Leitung: Maria Lückmann
Tel. 0541 73745

**Seniorengesprächskreis
Leben, loben, lachen**

Vorträge und Gespräche über kirchliche und gesellschaftliche Themen

Leitung Mathilde Aeverbeck, Marianne Nitsche, Christiane Höving, Heidi Rüschen

Termin jeden 4. Mi. im Monat
15:00 – 17:30 Uhr

Ort Gemeindehaus Hl. Kreuz,
Schützenstraße 87

- › 26.08.2026
Gedächtnistraining und Co
- › 23.09.2026
Erntedank
- › 28.10.2026
Literatur für die dunkle Jahreszeit
- › 19.11.2026
Das Kirchenjahr – das Leben aus

dem Glauben gestalten – „Wer war der Heilige Martin“

- › 09.12.2026
Das Kirchenjahr – Leben aus dem Glauben – Impuls zum Advent
- › 13.01.2027
Gedächtnistraining mit Bingo
- › 04.02.2027
Wir feiern das Leben – und Karneval
- › 24.03.2027
Entdeckungen im Glauben – Impulse zum Hungertuch
- › 28.04.2027
„Gesund bleiben im Alter“ Ernährungsberatung
- › 26.05.2027
Wir bleiben fit
- › 27.05.2027
Wir entdecken Osnabrück – mit allen drei Seniorgruppen gemeinsam unterwegs

**ST. MARIA ROSENKRANZ,
SCHINKEL-OST**

Leitung: Walter Leineweber
Tel. 0541 388544

**Seniorengesprächskreis
Leben, loben, lachen**

Leitung Walter Leineweber
Christiane Höving

Termin ab Do. 20.08.2026
jeden 3. Do. im Monat
14:30 – 17:30 Uhr

Ort Pfarrzentrum, Windthorststr. 60

- › 20.08.2026
Rückblick auf das vergangene Jahr und Grillvergnügen
- › 17.09.2026
Unser Dom. Eine virtuelle Führung

- › 27.10.2026
Erntedank mit den Senioren der evangelischen Jakobusgemeinde in der Jakobuskirche.
- › 19.11.2026
Wer war der Hl. Martin?
- › 17.12.2026
Advent, Zeit der Besinnung.
- › 14.01.2027
Schinkel Ost – Geheimnisse der Rosenkranzkirche
- › 14.02.2027
Wir feiern Karneval
- › 18.03.2027
Der Kreuzweg. Vorbereitung auf Ostern.
- › 15.04.2027
Kurze Stuhlgymnastik. Anschließend: Sing mit uns.

PFARREI ST. ELISABETH

St. Elisabeth, St. Josef, St. Wiho

**ST. ELISABETH, WEST-
STADT**

Leitung:
Helene Dieckmann-Hoffmann
Mail: helene.dieckmann-hoffmann@web.de
Klementine Berg
Mail: KlementineBerg@gmx.de

Alle Veranstaltungen finden, wenn nicht anders angekündigt, im Gemeindehaus, Rückertstr. 1, statt.

- › 20.05.2027
Gedächtnistraining mit Bingo
- › 27.06.2027
Gemeinsamer Ausflug aller Seniorinnen und Senioren.

**kfd – Frauengesprächskreis –
Richtig gut leben**

Leitung Barbara Schürmann
Termin jeden Mi. der geraden Wochen, 18:00 Uhr

Ort Pfarrzentrum, Windthorststr. 60

Nähtreff

Leitung Ulrike Wagner
Termin jeden letzten Di. im Monat
19:30 Uhr

Seniorengesprächskreis (St. Elisabeth) Leben, loben, lachen

Leitung Margarete Raming und Annette Leimkuhle

Termin wöchentlich
Do. 13.08.2026 – 01.07.2027
15:00 – 17:30 Uhr

**60 drunter und drüber
Seniorengesprächskreis Leben,
loben, lachen**

Soziales Miteinander im Alter, Entdeckungen vor Ort und der näheren Umgebung

Leitung Jutta Beitz, Margret Gierke
Termin jeden 3. Mi. im Monat
ab Mi. 19.08.2026
15:00 – 17:30 Uhr

Erstkommunionkatechese

Christus begegnen – Christus feiern

Ref. Nadine Frühauf

Termin wird örtlich bekannt gegeben,
19:30 – 22:00 Uhr

Sonntagsgespräch

Gemeinde im Gespräch zu aktuellen
Themen in Gesellschaft und Kirche

Ref. Christof Haverkamp, Ludwig
Berg, Wolfgang Mechsner

Termin wird örtlich bekannt gegeben,
10:45 – 13:00 Uhr

**Begegnungsnachmittag für
Trauernde**

Ref. Renate Rickelmann-Osterfeld,
Jutta Schippmann-Jansen,
Martina Schöter

Termin wird örtlich bekannt gegeben,
samstags, 15:00 – 17:00 Uhr

Ort Pizzeria La Sicilia, Hörner-
weg 1, Osnabrück-Hellern,
seperater Raum

kfd St. Elisabeth

„Zerrissenheit überwinden“, Wurzeln,
die halten – was trägt mich, was hält
mich?

Ref. Klementine Berg, Helene
Dieckmann-Hoffmann,
Margret Raming, Margret
Schmidem, Hedwig Wilken

Termin jeden 2. Di. im Monat

› Fr. 21.08.2026, 18:00 Uhr
80 Jahre kfd St. Elisabeth,
Danken und Feiern, Gemeindehaus

› Di. 08.09.2026, 15:00 Uhr
Wurzeln, die halten – was trägt
mich? Einladung zum Gespräch

› Di. 13.10.2026, 17:00 Uhr
Jahreshauptversammlung

› Di. 10.11.2026, 15:00 Uhr
Einsamkeit: Mut zur Aufmerksam-
keit

› Sa 14.11.2026, 14:30 – 17:00 Uhr
Anderer Samstag für Frauen

› Do. 10.12.2026, 15:00 Uhr
Advent – Vertrautes und Neues

› Fr. 08.01.2027, 18:00 Uhr
Weltfriedenstag

› Di. 12.01.2027, 15:00 Uhr
Mit Schwung ins neue Jahr

› Di. 09.02.2027, 15:00 Uhr
Informationen zum WGT 2027 „für
Gerechtigkeit und Frieden – 100
Jahre Weltgebetstag“

› Mi.10.02.2027, 16:45 Uhr
Aschermittwoch für Frauem

› Fr. 05.03.2027, 18:00 Uhr
WGT Gottesdienst, anschl. Zusam-
mensein

› Mi. 17.03.2027, 13:30 Uhr
Kreuzweg nach Rulle

› Di. 11.05.2027, 17:00 Uhr
Lebenswege in Ost und West

› Di. 08.06.2027, 15:00 Uhr
Staudengarten der Fachoberschule
Haste

**Bibelgespräch nach der
Frauenmesse**

Leitung Klementine Berg

Termin jeden 1. Do. im Monat,
ab 08:30 Uhr

Yoga

Leitung Leonie Neumann

Termin jeden Mi. 09:00 – 10:30 Uhr

Ort Gymnastikraum

ST. JOSEF, HASBERGEN

Leitung: Hartmut Ehrenbrink
Tel. 05405 1608

Alle Veranstaltungen finden, wenn
nicht anders angekündigt, im Pfarr-
gemeindehaus, Kolpingstraße 1, statt.

Seniorengesprächskreis**Leben, loben, lachen**

Leitung Ulrike Ehrenbrink

Termin jeden 1. Di. im Monat
15:00 – 17:15 Uhr

Kreativkreis – Adventsbasar

Leitung Jutta von Heine

Termine mittwochs, 19:30 – 21:00 Uhr

Hinweis Mi. 19.08., 02.09., 16.09.,
30.09., 28.10., 11.11.,
Basar: Sa. 21.11., 18:00 –
20:00 Uhr und So. 22.11.,
14:00 – 17:00 Uhr (Basar)
weitere Termine i. d. Brücke

PFARREI ST. JOSEPH

St. Joseph, St. Ansgar, Heilige Familie, St. Antonius, Maria Hilfe der Christen

ST. JOSEPH, SCHÖLERBERG

Leitung: N.N.

Die örtliche Leitung ist z. Z. unbesetzt.
Bei Fragen melden Sie sich bitte im
Pfarrbüro.

Elternabend zur Firmvorbereitung

Leitung Stefan Schulte,
Johanna Richter

Erstkommunion-Vorbereitung

Leitung Jutta von Heine

Termin Mi. 09.09.2026, 20:00 Uhr

Hinweis weitere Termine i. d. Brücke

ST. WIHO, HELLERN

Leitung:

Helene Dieckmann-Hoffmann

Mail: helene.dieckmann-hoff-
mann@web.de

Klementine Berg

Mail: KlementineBerg@gmx.de

Seniorengesprächskreis (St. Wiho)**Leben, loben, lachen**

Im Wandel der Jahreszeiten – Gott ist
mit uns

Leitung Karla Bez, Gaby Olding

Termin jeden 2. Mi. im Monat
Mi. 12.08.2026 – 09.06.2027,
15:00 – 17:30 Uhr

Ort Martinskirche, An der Mar-
tinskirche, 49078 Osnabrück

Katechet*innentreffen zur Firmung

Leitung Stefan Schulte,
Johanna Richter

**Informations- und Austausch-
treffen der Besuchsdienste für
Kranke, Einsame und Geburts-
tagsbesuche.**

Leitung Stefan Schulte

Termin 4x jährlich, 15:00 Uhr

Ort Pfarrheime der Pfarrei St.
Joseph

Elternabend Erstkommunion

Termin Di. 01.09.2026

Katechetentreffen zur Erstkommunion

Termin 1 x monatlich

**Seniorengesprächskreis
Leben – loben – lachen**Termin jeden 3. Di. im Monat
15:00 Uhr

Ort Gemeindehaus St. Joseph

ST. ANSGAR, NAHNELeitung: Annette Pohl
Tel. 0541 54749

Alle Veranstaltungen finden, wenn nicht anders angekündigt, im Gemeindehaus, Nahner Kirchplatz 1, 49082 Osnabrück, statt.

Thematische Filmgespräche

Ref. Stefan Schulte

Termin 1x monatlich, 15:30 Uhr

Klön-Café – offenes Café für jeden mit Vorstellung aktueller Literatur

Leitung Stefan Schulte inkl. Arbeitskreis

Termin jeden letzten Di. im Monat,
15:00 – 17:00 Uhr**kfd – St. Ansgar**

Leitung C. Negwer

- › 31.08.2026
Mitarbeiterinnenrunde
- › 08.09.2026
Wallfahrt nach Telgte
- › 11.09.2026, 18:00 Uhr
Andacht Trauerstätte auf dem

Nahner Friedhof

› 29.10.2026, 19:00 Uhr
Kulinarisches im Herbst› 02.12.2026, 15:00 Uhr
Advent – Zeit der Besinnung› 13.01.2027, 19:00 Uhr
Start ins neue Jahr**Frauengesprächskreis I**

Leitung H. Hehemann

Frauengesprächskreis II

Leitung D. Ellers

**HEILIGE FAMILIE,
SCHÖLERBERG**

Leitung: Ellen Boberg

Tel. 0541 5000904

Alle Veranstaltungen finden, wenn nicht anders angekündigt, im Pfarrheim, Voxtruper Straße 83, statt. Alle Termine werden auch über die Pfarrnachrichten (Rundblick, Ausgänge, Internet) bekannt gegeben.

Seniorengesprächskreis

Vorträge und lockere Gespräche zu gesellschaftlichen und kirchlichen Themen

Leitung Ursel Rahe und Ellen Boberg

Termin jeden 2. Mi. im Monat
15:00 Uhr**Frauengesprächskreis****Richtig gut leben – Christa**

Leitung Anita Radzio

Termin jeden 3. Mi. im Monat
17:00 Uhr**Frauengesprächskreis****Richtig gut leben – Regenbogen**

Leitung Ellen Boberg

Termin jeden 1. Di. im Monat
19:30 Uhr**Frauengesprächskreis****Richtig gut leben – Sonnenblume**

Leitung Aloysia Sturm

Termin jeden 3. Di. im Monat
19:00 Uhr**Aktuelles zur Themenwelt****Frau in Kirche und Gesellschaft**

kfd-Mitarbeiterinnenrunde

Leitung Hildegard Behrens

Termin 1x im Quartal freitags
15:30 Uhr**Religiöses Gespräch: Gott und die Welt**

Leitung Stefan Schulte

Bestattungsformen und Trauerkultur in heutiger Zeit

Kolumbariums-Ausschuss

Termin 4x jährlich

kfd

- › Oktober 2026
Erntedankfeiern
- › November 2026
„Nein zu Gewalt an Frauen und Mädchen“
- › November 2026
Frauenbibelabende
- › Dezember 2026
Adventliche Besinnungen
- › 29.01.2027
Seniorenkarneval
- › 10.02.2027
Aschermittwoch der Frauen

› 05.03.2027

100 Jahre Weltgebetstag der Frauen
(Intern. Weltgebetstagskomitee)

› 08.03.2027

Internationaler Frauentag

› März 2027

Fastengedanken

› 29.04.2027

Tag der Diakonin

› Mai 2027

Frauenwallfahrt nach Rulle

Neuer Gesprächskreis zu unterschiedlichen Themen

Leitung Gerlind Kolbe

Termin 3. Do im Monat, 19:30 Uhr

Elternabend Erstkommunion

Termin Di. 23.02.2027

Katechetentreffen zur Erstkommunion

Termin 1 x monatlich

ST. ANTONIUS, VOXTRUPLeitung: Ellen Boberg
Tel. 0541 5000904

Alle Veranstaltungen finden, wenn nicht anders angekündigt, im Pfarrheim St. Antonius, Antoniusweg 17, statt. Weitere Veranstaltungshinweise, Zeiten und Themen unter www.st-joseph-os.de

Frauengesprächskreis „Theresa“

Leitung Hildegard Sudowe

Frauengesprächskreis „Barbara“

Leitung Helga Plogmann

Frauengesprächskreis „Antonia“

Leitung Andrea Eggemann

Frauengesprächskreis „Herbstzeitlosen“

Leitung Helga Jerosch

Frauengesprächskreis „K+K“ – Kultur + Kirche und „Junia“

Leitung Marlis Nettelinstrot

Liturgischer Ausdruckstanz und „Spiele – Karten – Kreis“

Leitung Doris Böhmer

Familienkreis Kolping und Kolping allgemein

Leitung Doris Janku

FamilienKreisKolping (FKK)

Leitung Ulla Flaspöler

Schreib-/ Malgruppe zu persönlichen Themen.

Über das Medium „malen und schreiben“ wollen wir Themen die uns bewegen zum Ausdruck bringen.

Leitung Gerlind Kolbe

Termin 4. Do. im Monat, 18:00 Uhr

Spielerunde (Brett- und Kartenspiele) für Erwachsene

Leitung Doris Böhmer

Termin 3. Di. im Monat

15:00 – 17:00 Uhr

Elternabend Erstkommunion

Termin Do. 03.09.2026

Katechetentreffen zur Erstkommunion

Termin 1 x monatlich

Seniorengesprächskreis Leben – loben – lachen

Termin 1. Di. im Monat, 15:00 Uhr

Hatha YogaRef. Lenonie Neumann,
Dorothea Singbeil

› siehe unter Yoga Angebote Seite 54

MARIA – HILFE DER CHRISTEN, LÜSTRINGENLeitung: Andrea Gersch
Tel. 0541 386415
andreagersch@web.de

Alle Veranstaltungen finden, wenn nicht anders angekündigt, im Gemeindehaus Arche, Stadtweg 16, statt.

Frauengesprächskreis Richtig gut leben – Johannagruppe

Leitung Maria Dühmann

Termin 2. Di. im Monat 19:00 Uhr

Frauengesprächskreis Richtig gut leben – Frauenkreis

Leitung Maria Fark, Hedwig Höne

Termin 2. Di. im Monat 17:00 Uhr

Frauengesprächskreis Richtig gut leben – Minigruppe

Leitung Bettina Marks

Termin 3. Mo. im Monat 19:30 Uhr

Ökumenischer Spielkreis Best Ager

Brett- und Kartenspieleabend für Erwachsene

Leitung Stefan Schulte

Termin 3. Mi im Monat

19:00 – 22:00 Uhr

Ökumenischer Kreis Best Ager

Treff mit verschiedenen Themen

Leitung Stefan Schulte

Termin 1x monatlich, 3. Di.

Spielenachmittag für Erwachsene

Brett- und Kartenspiele

Leitung Stefan Schulte

Termin 1. Mi. im Monat

15:00 – 17:00 Uhr

Tagesausflug der Frauen nach Nordhorn

Stadtführung und mehr

Leitung kfd

Termin Sa. 08.08.2026

Telgte – eine Frauenwallfahrt der 5 Gemeindeteile

Leitung kfd-Gruppe im Gemeindeteil

Termin Di. 08.09.2026

Rosenkranz beten – wieder entdecken

Leitung Hedwig Becker

Termin Fr. 23.10.2026, 17:00 Uhr

Filmabend

Leitung Andrea Gersch

Termin Mi. 18.11.2026, 17:00 Uhr

Advent – Eine besondere Zeit

Leitung Hedwig Becker

Termin Fr. 27.11.2026, 15:00 Uhr

Wie kann Frieden gelingen

Gebet und Austausch zum Weltfriedenstag

Leitung Andrea Gersch

Termin Di. 12.01.2027, 19:00 Uhr

Weltgebetstag der Frauen 2027 „Für Gerechtigkeit und Frieden“

Ref. Hedwig Becker

Termin Fr. 05.03.2027, 17:00 Uhr

Ort Petrusgemeinde

Mit den Frauen auf dem Weg zum Kreuz

Leitung Andrea Gersch

Termin Frühjahr 2027

Mit Maria in den Mai

Leitung Hedwig Becker

Termin Mai 2027, 17:00 Uhr

kfd i(s)st

Frauen feiern den Sommer mit allen Sinnen

Leitung kfd-Vorstand

Termin Di. 13.07.2027, 19:00 Uhr

Hatha Yoga

Ref. Leonie Neumann

› siehe unter Yoga Angebote Seite 54

Ökumenischer Buchclub

Leitung Stefan Schulte

Termin 1. Mi. im Monat, 19:00 Uhr

Repair-Cafe

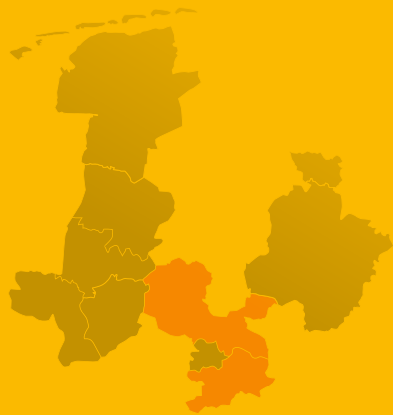
Leitung Stefan Schulte

Termin letzter Di. im Monat
16:00 – 18:00 Uhr**Elternabend Erstkommunion**

Termin Do. 25.02.2027

Katechetentreffen zur Erstkommunion

Termin 1 x monatlich



Dekanat Osnabrück Nord

- 75 Pfarreiengemeinschaft Ankum
- 76 Pfarreiengemeinschaft Fürstenau
- 79 Pfarreiengemeinschaft
Merzen, Neuenkirchen, Voltlage
- 79 Pfarreiengemeinschaft
Hasegrund
- 80 Pfarreiengemeinschaft Bohmte
- 82 Pfarreiengemeinschaft
Ostercappeln
- 83 Pfarreiengemeinschaft Belm
- 84 Pfarreiengemeinschaft
Wallenhorst

Dekanat Osnabrück Süd

- 88 Pfarreiengemeinschaft Hagen
- 88 Pfarreiengemeinschaft Bad Iburg
- 89 Pfarreiengemeinschaft
Bad Rothenfelde
- 90 Pfarreiengemeinschaft
Georgsmarienhütte-OST
- 91 Pfarreiengemeinschaft
Georgsmarienhütte-WEST
- 92 Pfarreiengemeinschaft Bissendorf
- 92 Pfarreiengemeinschaft
Wellingholzhausen
- 93 Pfarrei Melle

ÜBERSICHT
ÖRTLICHE ANGEBOTE

PFARREIENGEMEINSCHAFT ANKUM

Ankum, Eggermühlen, Kettenkamp

ANKUM

Leitung: Bernhard Baune
Tel. 05462 4039544

Alle Veranstaltungen finden, wenn nicht anders angekündigt, im Haus Kirchburg statt.

Du und Gottes Wort – Bibelgesprächskreis

Ref. Bernhard Baune
Termin 1x monatlich Di. 19:45 Uhr

Wie geht's – Wie geht's weiter?

Planungsziele und Investitionsplanung der Pfarrei St. Nikolaus mit Pfarrgemeinderat, Kirchenvorstand und Verbandsvertretern
Ref. Pfarrer Michael Franke
Termin wird örtlich bekannt gegeben, 19:30 Uhr

Ü-60 Gesprächskreis – Glaubensimpulse

Aktuelle und religiöse Themen für Seniorennachmittage
Ref. Bernhard Baune
Termin jeden 3. Di. – alle 2 Monate
15:00 – 17:00 Uhr

Angebote in der Gemeinde, zu denen weitere Informationen im Dreiklang bekannt gegeben werden:

Glaubensfreude weitergeben

Gesprächsabende mit Eltern und Paten und Katechet*innen zur Firmung
Info Pfarrer Michael Franke

Glaubensfreude weitergeben

Schulung für Erstkommunion-Katechet*innen
Info Pfarrer Michael Franke

EGGERMÜHLEN/ KETTENKAMP

Leitung: Gaby Kuhlmann
Tel. 0543 6902460

Alle Veranstaltungen finden, wenn nicht anders angekündigt, in der Mensa oder dem Kindergarten statt.

Hatha Yoga

Ref. Thorsten Bachert
› siehe unter Yoga Angebote Seite 55

Angebote in der Gemeinde, zu denen weitere Informationen örtlich bekannt gegeben werden (z.B. im Pfarrbrief):

Die Unternehmungslustigen

Ref. Georg Kuhlmann
Termin alle 2 Monate

Veranstaltungen in Kooperation mit der kfd Kettenkamp

Leitung Gabriele Kuhlmann

Heimat in froher Runde

Seniorengesprächskreis mit Veranstaltungen zu verschiedenen Themen

Info Irmgard Holtheide

Termin 4 – 5 Treffen pro Jahr

Auf dem Weg zur Erstkommunion

Gesprächsabende mit Eltern und Paten

Info Pfarrer Michael Franke

PFARREIENGEMEINSCHAFT FÜRSTENAU

Berge, Fürstenaу, Grafeld, Hollenstede, Schwagstorf

BERGE

Leitung: Maria Kolbeck

Tel. 05435 1852

**Seniorengesprächskreis –
Leben, Loben, Lachen**

Leitung Maria Kolbeck

Termin jeden 2. Di. im Monat
14:30 – 17:00 Uhr

Ort Servatiusheim Berge

- › 14.07.2026
Ökumene vor Ort
- › 11.08.2026
Pflegeheim eine gute Möglichkeit?
- › 08.09.2026
Fit im Alter – Stuhlgymnastik
- › 13.10.2026
Patientenakte-E-rezept
- › 10.11.2026
Filmnachmittag: Herbstgold 2010
- › 08.12.2026
Engel im Christentum und Islam
- › 12.01.2027
Neues Jahr „altes ich“
- › 09.02.2027
Glaubenstag

Glaubensfreude weitergeben

Schulung für Erstkommunion-
katechet*innen

Info Pfarrer Michael Franke

- › 09.03.2027
Die heilende Kraft der Kreativität
- › 13.04.2017
Humor: Schatzkiste des Lebens
- › 08.05.2027
Mai – Marienmonat
- › 11.05.2027
Fördern Spiele die Kreativität?

FÜRSTENAU

Leitung: Elisabeth Kahmann

Tel. 05901 1706

Alle Veranstaltungen finden, wenn
nicht anders angekündigt, im Canisius-
ushaus statt.

**Geistig fit bleiben – Spielerisch
das Gedächtnis trainieren**

Info Margret Wiethe, Kolpings-
familie

Termin Mi. 14.10.2026 –
Mi. 17.03.2027
14-tägig 15:00 – 17:00 Uhr

**Trauercafé – offenes Angebot für
Trauernde**

Info Helga Hagen

Termin So. 21.11.2026,
So. 21.02., So. 23.05.2027
15:00 – 16:30 Uhr

Gesprächskreis Hilfe in der Trauer

Info Helga Hagen

Termin Di. 10.11.2026,
Di. 09.02., Di. 11.05.2027
19:30 – 21:00 Uhr

KjG – Gruppenleiterrunde

Planung und Vorbereitung der Aktionen
für Kinder

Info Bennet Klausung

Termin jeden 1. Mo. im Monat
19:00 – 20:45 Uhr

Auf dem Weg zur Erstkommunion

Thematische Vorbereitung der
Katechet*innen

Info Ute von der Wellen

Auf dem Weg zur Firmung

Info Ute von der Wellen

Termin ab Sept. 2026

**Namibia, eine Reise, die Schule
gemacht hat**

Info Sabrina Wagemester (kfd)

Ref. Christiane Becker

Termin Do. 20.08.2026, 18:00 Uhr

**Arbeitskreis „Familien mit
Sternenkindern“**

Info Ute von der Wellen

Termin Juli und Nov. 2026

SCHWAGSTORF

Leitung: Angelika Wencker

Tel. 05901 1753

Alle Veranstaltungen finden, wenn
nicht anders angekündigt, im Pfarr-
heim St. Bartholomäus Schwagstorf
statt.

**Aus der Bibel leben – Worte der
frohen Botschaft**

Ref. Heike Bertke, Gem. Team

Termin monatl. jeweils 19:30 Uhr

Arbeitskreis Seniorenpastoral

Ref. Diakon Joh. Brinkmeyer

Termin Mo. 02.11.2026

Advent – Bibel lesen und verstehen

Ref. Heike Bertke, Gem. Team

Termin Mo. 30.11., Mo. 07.12. und
Mo. 14.12.2026
jeweils 19:00 Uhr

Ort Pfarrkirche

**Exerzitien in der Fastenzeit –
Glauben im Alltag erleben**

Ref. Heike Berte, Gem. Team

Termin montags 19:00 Uhr

Beginn Mo. 15.02.2027

Ende Mo. 15.03.2027

Ort Pfarrkirche

Angebote in der Gemeinde, zu denen
weitere Informationen örtlich im
Pfarrbrief „Miteinander“ bekannt
gegeben werden.

**Arbeitskreis Liturgie kfd –
Gestaltung der Gottesdienste**

Info kfd

Arbeitskreis Gestaltung von Familiengottesdiensten

Info Andrea Herrmann

Arbeitskreis Gestaltung von Minigottesdiensten

Info Henrike Richter

Vorbereitung auf die Erste Heilige Kommunion

Info Ute von der Wellen

Arbeitskreis Auf dem Weg zur Firmung

Info Ute von der Wellen

Eltern-Kind-Gruppe

Info Sabrina Volbers

Aktuelles zum Weltgebetstag

Info kfd

Info-Veranstaltung Kolping und Sozialverband

Info Helga von der Haar

Türöffner – Netzwerk einer sorgenden Gemeinde

Info Angelika Wencker

Seniorengesprächskreis Leben, loben, lachenInfo Angelika Wencker
Termin jeden 1. Fr. im Monat
09:30 – 11:00 Uhr**Arbeitskreis für Wortgottes- und Kommunionfeiern**

Liturgische Elemente an Herz-Jesu-Freitag

Info Ute von der Wellen
Termin jeden 1. Fr. im Monat
09:00 – 09:45 Uhr**Arbeitskreis für Wortgottes- und Kommunionfeiern an Sonn- und Feiertagen**

Info Christiane Becker

Arbeitskreis Vorbereitung FriedensgebetInfo Angelika Wencker
Termin jeden 3. Mo. im Monat
19:00 Uhr**Fit für die kfd-Vorstandsarbeit**Information und Gespräche
Info Roswitha Winter, kfd**Arbeitskreis Geburtstagskinder (kfd)**

Info Roswitha Winter, kfd

Arbeitskreis Sternsinger Aktion

Info Verena Bieling

Fit im Alter – SitzgymnastikRef. Petra Hartmann
Termin jeden Mo., 10:00 – 10:45 Uhr
Hinweis Info bei Angelika Wencker**PFARREIENGEMEINSCHAFT MERZEN, NEUENKIRCHEN, VOLTAGE**

Merzen, Neuenkirchen, Voltlage

MERZEN

Leitung: N.N.

kfd-AngeboteLeitung Monika Hülsmann
Termin fortlaufend Januar – Dezember

Weitere Veranstaltungen werden örtlich (z.B. im Pfarrbrief) und über die KEB-Homepage bekannt gegeben.

NEUENKIRCHEN

Leitung: N.N.

Hatha YogaRef. Helga Hanke
› siehe unter Yoga Angebote Seite 55**PFARREIENGEMEINSCHAFT HASEGRUND**

Alfhausen, Bersenbrück, Lage-Rieste, Neuenkirchen-Vörden

PFARREIENGEMEINSCHAFT**Wortgottesdienste vorbereiten und durchführen**Fortbildung und Austausch unter Ehrenamtlichen
Leitung Matthias Lemper
Termin 2x im Jahr
Ort Pfarrheim St. Vincentius, Stiftshof Bersenbrück**Gespräche am Morgen des Herz-Jesu-Freitag**

Vorträge und Diskussionen mit Referenten zu theologischen, politischen und sozialen Themen

Leitung Ursula und Bernhard Mecklenfeld

Termin jeden 1. Fr. im Monat
08:30 – 11:30 Uhr

Hinweis Kooperation mit der Kolpingsfamilie Bersenbrück

BERSENBRÜCK

Leitung: N.N.

Alle Veranstaltungen finden, wenn nicht anders angekündigt, im Pfarrheim St. Vincentius, Stiftshof statt.

Männer-Koch-Club Hasegrund

Beim Kochen über die Themen des Lebens ins Gespräch kommen

Leitung Matthias Lemper

Termin jeweils 18:00 Uhr
Mi. 30.09.2026
Mi. 25.11.2026

Ort von-Pallandt-Haus, Pfarrheim St. Johannes Lage-Rieste

Ökumenischer Seniorengesprächskreis Bersenbrück

Leitung Maria Schulte

Termin jeden 2. und 4. Di. im Monat
14:30 – 16:45 Uhr

Einführung in den Rosenkranz

Ref. Maria Schulte

Termin März 2027, 16:00 – 18:15 Uhr

PFARREIENGEMEINSCHAFT BOHMTE

Bohmte, Hunteburg, Lemförde

BOHMTE

Leitung: Barbara Sube

Tel. 05471 531

Email: barbara.sube@gmx.net

Alle Veranstaltungen finden, wenn nicht anders angekündigt, im Gemeindehaus Bohmte statt.

Digitale Welt

Fragen, Informationen und Austausch zum Umgang mit Internet und Mobiltelefon

Termin wird örtlich bekanntgegeben

Info Barbara Sube

Informationen zum Dekanatsprozess für die Pfarreiengemeinschaft

Themen und Informationen aus den Arbeitsgruppen

Ref. Mitwirkende im Dekanatsprozess

Termin Herbst 2026, Frühjahr 2027
wird örtlich bekannt gegeben

Info Barbara Sube

Angebote, zu denen weitere Informationen örtlich bekannt gegeben werden (z.B. Pfarrbrief):

Ökumenische Bibelwoche

Termin Februar/März 2027

Arbeitskreis Kinderkirche

Info Sarah Michael

Arbeitskreis Erstkommunionkatechese

Ref. Marion Berenguer

Arbeitskreis Firmkatechese

Ref. Franziska Notzon

Seniorengesprächskreis Leben, loben, lachen

Männer und Frauen um die 60 und mehr

Info Ursula Hoffkamp

Arbeitskreis O Semeador/Der Sämann

Kindertagesstätte in Brasilien - Projekt der Kirchengemeinde St. Johann

Info Markus Schlie

Hatha Yoga

Ref. Oksana Fried

› siehe unter Yoga Angebote Seite 54

HUNTEBURG

Leitung: Bernard Rönker

Tel. 05475 5238

Alle Veranstaltungen finden, wenn nicht anders angekündigt, im Pfarrheim Hunteburg statt.

Angebote, zu denen weitere Informationen örtlich bekannt gegeben werden (z.B. Pfarrbrief):

Gesprächskreis Wortgottesdienstleitung

Bibelarbeit, liturgische Elemente, Gottesdienstformen, freies Sprechen in der Gemeinde

Ref. Franziska Notzon

Arbeitskreis für Erstkommunionkatecheten

Ref. Marion Berenguer

Arbeitskreis für Katecheten in der Firmvorbereitung

Ref. Franziska Notzon

Frauengesprächskreis Richtig gut leben „Montagsrunde“

Leben als Frau in Kirche und Gemeinde, Umwelt, Ernährung, Gesundheit, Liturgische Feste gestalten

Ref. Anne Wessel

Seniorengesprächskreis Leben, loben, lachen

Im Alter aktiv am kirchlichen Gemeindeleben teilhaben

Ref. Ursula Trentmann

Fit fürs Zeltlager – Spielpädagogische Impulse

Training, Planung und Ideensammlung

Ref. Jannis Sander

Kinder im Vorschulalter

Religiöse Erziehung, frühkindliche Bildung, Ernährung, Gesundheit

Ref. Angelika Riese, Carina Sotke

Ort Regenbogenkindergarten

Gesprächskreis Hunteburg hilft Ukraine

Hilfen planen, koordinieren und organisieren, Informationen weiterleiten, Übersetzungen erstellen

Ref. Eberhard von dem Bussche-Hünnefeld

Ökumenischer Bibelgesprächskreis

Mit Verstand kreuz und quer durch die Bibel

Ref. Bernard Rönker

Gesprächskreis Ü60 für liturgische Dienste

Liturgische Dienste ausgestalten, Planung von Hilfestellungen bei kirchlichen Veranstaltungen

Ref. Christa Schütte

Arbeitskreis „Lebendige Kirche“

Erarbeitung liturgischer Gestaltungsformen zur Umsetzung spiritueller Bedürfnisse von Gemeindegliedern

Ref. Franziska Notzon

Bildungsarbeit inhaltlich gestalten

Planung, Gestaltung und Durchführung von Bildungsarbeit durch die

Kolpingsfamilie Hunteburg
 Ref. Julian Klöcker
 Termin Sa. 14.11.2026
 09:00 – 18:00 Uhr
 Ort Pfarrheim Bohmte

Liturgischer Ausdruckstanz
 Einüben von Tänzen, die in Gottes-
 diensten zur Anwendung kommen
 Ref. Jutta Rönker
 Termin wird örtlich bekannt gegeben

PFARREIENGEMEINSCHAFT OSTERCAPPELN

Ostercappeln, Schwagstorf, Bad Essen,

OSTERCAPPELN

Leitung: N.N.

Hatha Yoga

Ref. Simone Rahe
 › siehe unter Yoga Angebote Seite 50

Literatur am Vormittag

Ref. Lisa Stolze
 Termin alle 4 Wochen montags,
 09:00 – 11:30 Uhr
 Ort Rathaus Ostercappeln
 Info Barbara Häuser

BAD ESSEN

In Kooperation mit dem
 Verein Wimmer Schule e.V
 Leitung: Sandra Weber
 Tel. 05472 73993

Die genauen Daten werden örtlich be-
 kannt gegeben: www.wimmer-schule.de

Veranstaltungsort:

Wimmer Schule, Wimmer
 Str. 43, 49152 Bad Essen

Hatha Yoga

Ref. Martina Schierbaum
 › siehe unter Yoga Angebote Seite 54



TOLERANZBOX

DENKEN SIE IN SCHUBLADEN?

ZUM VERLEIH

- › Kosten: 20 € pro Woche
- › Größe: 2,20 m x 1 m x 1 m

Kontakt: KEB Osnabrück, Tel. 0541 35868-71

Ein makanter Blickfang - drehen Sie an
 Vorurteilen; auf allen Seiten können
 zahlreiche Fragen gleichzeitig gelesen
 und verändert werden. Wortkombinati-
 onen regen zum Nachdenken, Schmun-
 zeln und Austauschen an.

PFARREIENGEMEINSCHAFT BELM

Belm, Icker

BELM

Leitung: Kornelia Sube
 Tel. 05406 3270

Ökumenische Bibelnachmittage für Senior*innen

Ref. Diakon Christoph Pahlitzsch
 Termin 3. Mi. im Monat 15:30 Uhr
 Ort Haus Westerfeld

kfd-Frauengesprächskreise „richtig gut leben“

Monatliche Treffen mit unterschied-
 lichen Themen rund um Gott und die
 Welt
 Info www.kfd-belm.de

Stricken und Häkeln – Selbstge- machtes im Trend

kfd-Handarbeitsgruppe
 Termin 14-tägig 15:00 Uhr
 wird örtlich bekannt gegeben
 Ort Kath. Pfarrheim Belm

Literaturkreis

Bücher – Quellen für einen politischen
 und kulturellen Erfahrungshintergrund
 Ref. Sabine Steinhoff
 Termin 2. Mo. im Monat 20:00 Uhr
 Ort Kath. Pfarrheim Belm

Seniorentanz und Körperwahr- nehmung

Termin 14-tägig, 15:00 Uhr
 wird örtlich bekannt gegeben
 Ort Kath. Pfarrheim Belm

Angebote in der Gemeinde, zu denen
 weitere Informationen örtlich be-
 kannt gegeben werden (z.B. im Pfarr-
 anzeiger):

Gestaltung von Gottesdiensten für Kindergarten- und Schul- kinder

Ref. Regine Gelhot

Familiengottesdienste – heute noch gefragt?

Treffen für Familienmesskreise
 Ref. Regine Gelhot

Arbeitskreis zur Vorbereitung von Gottesdiensten für Krabbelkinder

Info Regine Gelhot

Arbeitskreis zur Vorbereitung auf die Erstkommunion

Info Regine Gelhot

Themenabende von KAB und Kolping

Info www.kab-belm.de
www.kolping-belm.de

PFARREIENGEMEINSCHAFT WALLENHORST

Hollage, Rulle, Wallenhorst

PFARREIENGEMEINSCHAFT

Info unter Tel. 05407 9104

Hand in Hand – Wir helfen!

Leitung Berthold Stolte
Ort Rathaus Wallenhorst

In deinen Händen Herr wird unser Leben neu

Taufkatechet*innen in der PG Wallenhorst
Ort St. Alexander Wallenhorst

Alzheimer Selbsthilfegruppe

Information und Gespräche für Angehörige von Demenzzkranken
Leitung Susanne Wolf
Termin 1 x im Monat

Café Oase für Trauernde

Ökumenische Hospizgruppe Wallenhorst
Leitung Rita Stolte
Termin jeden 2. Do. im Monat
15:30 – 17:00 Uhr
Ort Wintergarten Sozialstation
Hollage

Café Gezeiten für Trauernde

Ökumenische Hospizgruppe Wallenhorst
Ref. Susanne Tewes
Termin jeden 4. Do. im Monat
10:00 – 11:30 Uhr
Ort Ruller Haus

Neue Inhalte in der Altenpflege

Betreuung im Pflegeheim
Leitung S. Schwegmann
Ort Seniorenzentrum St. Raphael,
Hollage

Kirchliche Baugeschichte

Alte Kirche St. Alexander Wallenhorst
Verein: Förderer der Alten Kirche
Leitung Heiner Bitter

Begeistert – Firmkatechese heute

Leitung N.N.
Ort St. Alexander Wallenhorst

HOLLAGE

Leitung: Birgit Lemper
Tel. 0541 3586873

Alle Veranstaltungen finden, wenn nicht anders angekündigt, im Philipp-Neri-Haus statt.

Seniorengesprächskreis „Dienstagstreff“ – Leben, loben, lachen

Alt werden – jung und kompetent bleiben, Beschäftigung im Alter
Leitung Monika Klumpe
Termin jeden Di. 15:00 – 17:00 Uhr

Angebote in der Gemeinde, zu denen weitere Informationen örtlich bekannt gegeben werden (z.B. im Pfarrbrief):

Gemeinsam das Sakrament der Taufe erleben

Taufkatechese für Taufeltern und Paten

Mein Kind geht zur Erstkommunion

Kompetent sein als Katechet*in
Elternarbeit in der Kinder- und Jugendkatechese
Info Annegret Bosse

Messdiener sein – mehr als nur in der Messe dienen

Austausch, Information und Gespräch
Rechte und Pflichten im Zeltlager – wie gestalte ich Gruppenstunden
Info David Wessendorf, Kathleen Strunk u.a.
Termin Mi. 14-tägig

Frauengesprächskreis – Frauen 60+

Richtig gut leben – Was macht mein Leben aus? – Dem Leben Sinn geben
Info Hildegard Pulskamp

Mitarbeiterinnen der kfd gestalten Kirche

Leitung Stefanie Wellmann
Termin 4x Mo., 18:30 – 20:45 Uhr

Frauengesprächskreis – Gruppe Vielfalt – Richtig gut leben

Info Ulrike Teepe

Frauengesprächskreis – Gruppe Spätschicht – Richtig gut leben

Info Angelika Menke

Frauengesprächskreis – Freiräume – Richtig gut leben

Info Sandra Torbecke

Die Arbeit in der Bücherei

Qualifizierung für Ehrenamtliche
Info Karin Hörnschemeyer

Einführung in die Paramentik

Arbeit mit Nadel und Faden in Bezug zur Bibel
Info Hildegard Riepenhoff

Kolping 60+

Aktives Leben in der politischen und kirchlichen Gemeinde
Info Josef Thöle

RULLE

Leitung: Ulrike Witte
Tel. 05407 6935

Alle Veranstaltungen finden, wenn nicht anders angekündigt, im St. Johannes-Haus in Rulle statt.

Geistig fit bleiben

Ganzheitliches Gedächtnistraining
Ref. Helga Peterschmidt
Termin ab September 2026
jeden Mi. 10:00 – 11:30 Uhr
Ort Alte Schule Rulle

Kinderkatechese – Glaubensweitergabe

Ort Kolpinghaus

Schülerkatechese – Glaubensweitergabe

Info Gisela Knue
Ort Alte Schule Rulle

Katholisch! Jung! Und in Gemeinde!

Termin 14-tägig Sonntagabend
Ort Alte Schule Rulle

Messdiener sein – mehr als Messedienen!

Austausch, Information und Gespräch
 Termin 14-tägig Sonntagabend
 Ort Alte Schule Rulle

Seniorenmessdiener

Austausch, Information und Gespräch
 Info Georg Düsing

Ökumenekreis

Info Anne Reichelt

Kontaktcafé

Info Anne Reichelt

Aktiv für die kfd

Mitarbeiterrunde mit verschiedenen Themen
 Info Renate Ostendorf

kfd-Frauengesprächskreise „Richtig gut leben“

Info Renate Ostendorf

Lektoren – Arbeitskreis

Info Marlies Robben

Katholische Pfarrbücherei

Die Arbeit in unserer Bücherei
 Info Mareike Kombrink
 Franziska Tiesmeyer

Mit Bewegung und Spiel fit bleiben

Frauen Senioren-Gruppe
 Info Maria Hörnschemeyer
 Termin jeden Di. 15:30 – 17:00 Uhr
 Ort Kolping-Haus

Kirchenschmuck

Info Brigitte Herbert

WALLENHORST

Leitung: Franz Hollermann
 Tel. 05407 9104

Alle Veranstaltungen finden, wenn nicht anders angekündigt, im Pfarrheim St. Alexander Wallenhorst statt.

Zu den Angeboten in der Gemeinde werden weitere Informationen örtlich bekannt gegeben (Pfarrbrief).

Geistig fit bleiben

Ganzheitliches Gedächtnistraining
 Leitung Helga Peterschmidt
 Termin ab September 2026
 jeden Do. 10:00 – 11:30 Uhr
 Kosten 50 €
 Hinweis 10 Treffen

Geistig fit bleiben

Ganzheitliches Gedächtnistraining
 Leitung Frau Böhmer
 Termin ab September 2026
 jeden Fr. 10:00 – 11:30 Uhr
 Kosten 50 €
 Hinweis 10 Treffen

Anregungen u. Austausch für Kommunionhelfer

Liturgische Vertiefung
 Leitung Hubert Bartke

Fortbildung für den Lektorenkreis

Schulung mit praktischer Anwendung
 Leitung Katharina Heesen

Katechetenschulung

Fit für Erstkommunion und Firmung

Mein Kind geht zur Erstkommunion

Seminar für Eltern

Der Weg als Christ beginnt mit der Taufe

Taufkatechese für Eltern und Paten

Wo das Evangelium zu Hause ist

Abend für Erstkommunionväter

Die Bibel lesen und verstehen

Leitung Mathilde Hawighorst
 Ort Franziskushaus Lechtingen

Dienste bei liturgischen Feiern

Förderer der Messdiener St. Alexander
 Leitung Dr. Sebastian Hollermann

Die Arbeit in unserer Bücherei

Neue Formen der Leihmöglichkeiten
 Leitung Andrea Großmann

Arbeitskreis Eine-Welt-Gruppe

Information und Austausch
 Leitung Elisabeth Brüggemann

Begleitung in der letzten Lebensphase

Ökumenische Hospizgruppe
 Leitung Sabine Heiber

Liedergarten für Eltern und Kinder

Vokalpädagogische Arbeit für Familien
 Leitung Maria Hartelt
 Ort Philipp-Neri-Haus Hollage /
 Familienzentrum Lechtingen

Zusammenarbeit mit dem Frauenbund

Leitung Sigrid Egbers

Seniorentreffen mit der KAB

Vortrag mit Aussprache / Aktuelle Fragen aus der Politik

Besinnungsnachmittag der Senioren

Aktuelle theologische Fragen

Erntedankfeier im Altenheim St. Josef

Termin Di. 06.10.2026
 14:30 – 17:00 Uhr

Advent – Zeit der Besinnung

mit dem Frauenbund u. der KAB
 Termin Mi. 02.12.2026

Ökumenischer Seniorenkreis – Treff 60

Leitung Roswitha Packebusch
 Termin jeden 1. Mi. im Monat
 15:00 Uhr
 Ort Arche in Lechtingen

Zusammenarbeit mit den Kolping-Senioren

Leitung Martin Brüggemann

Erste-Hilfe für Eltern und Großeltern von Babys und Kleinkindern

Leitung Martin Brüggemann

Generationenabend für Senioren und Jugendliche

Gespräche, Diskussionen

PFARREIENGEMEINSCHAFT HAGEN

Hagen, Gellenbeck

HAGEN

Leitung: Karl Große Kracht
Tel. 05401 90357

Veranstaltungen werden örtlich (z.B. im Pfarrbrief) und über die KEB-Homepage bekannt gegeben.

Digitaltreff

Fragen zu Handy, Tablet und Computer

Termin jeden 2. und 4. Do im Monat
10:00 - 12:00 Uhr

Ort Gustav-Görsmann-Haus,
Hagen a.T.W.

Hinweis telefonische Anmeldung erbeten

GELLENBECK

Leitung: Christa Sandkämper
Tel. 05405 8428

Alle Veranstaltungen finden, wenn nicht anders angekündigt, im Gustav-Görsmann-Haus statt.

PFARREIENGEMEINSCHAFT BAD IBURG

Bad Iburg, Glane

BAD IBURG/GLANE

Leitung:
Katrin Brinkmann
Tel. 05403 2154

Auf dem Weg zur Erstkommunion

Glaubensgespräche für Eltern der Erstkommunionkinder

Ref. Elisabeth Hagedorn

Termin 4 Treffen (2x 2026, 2x 2027)
19:30 - 21:30 Uhr

Lebensquelle für den Alltag

Bibel teilen

Ref. Sr. Maria Dominik Punte

Termin 2. Mi. im Monat
19:30 - 21:00 Uhr

Ort Meditationsraum Pfarrhaus
Gellenbeck

Glaubensgesprächskreis

Ref. Sr. Maria Dominik Punte

Termin 1x monatl.
19:00 - 20:30 Uhr

Ort Meditationsraum Pfarrhaus
Gellenbeck

In Kooperation mit der kfd

Frauenkreise kfd: Miteinander den Alltag teilen

Leitung Maria Schniederbernd

Termin 1x monatl.
19:30 - 21:00 Uhr

Veranstaltungen werden örtlich (z.B. im Pfarrbrief) und über die KEB-Homepage bekannt gegeben.

PFARREIENGEMEINSCHAFT BAD ROTHENFELDE

Bad Rothenfelde, Borgloh, Dissen, Hilter, Wellendorf

BORGLOH

Leitung: Monika Heggemann
Tel. 05409 1975 o. 312

Pankratz Digital-Treff

Termin jeden 1. u. 3. Mi. im Monat
15:00 - 17:00 Uhr

Ort Pankratus Haus

Kontakt KEB Borgloh, Monika Heggemann, Tel. 05409 312

Hinweis Es finden wechselnde Vorträge statt. Bitte beachten Sie die aktuellen Ankündigungen.

Weitere Veranstaltungen werden örtlich (z.B. im Pfarrbrief) und über die KEB-Homepage bekannt gegeben.

Auf dem Weg zur Erstkommunion

Glaubensgespräche für Eltern der Erstkommunionkinder

Wie bereiten wir unsere Kinder auf die Erstkommunion vor?

Katechetenkreis Kokis

Frauengesprächskreis – richtig gut leben

Termin 1x im Monat
19:30 - 21:00 Uhr

Fit für die Verbandsarbeit

Bildung für Frauen

Ref. Vorstand kfd

Aktiv für die Jugend

Training und Schulung fürs Zeltlager
Was muss bedacht werden?
Konzepte für Hygiene, Sozialverhalten, Auffälligkeiten, erste Hilfe etc.

Aktiv für die Jugend

Fortbildungen für Gruzuz – Gruppenleiter der Zukunft

Vorbereitung auf das Sakrament der Firmung

Was sollen wir glauben?

Wie können Jugendliche über den Glauben sprechen?

Firmkatechese AK

Generation 65 plus

Seniorengesprächskreis

Yoga – Entspannung für Körper, Geist und Seele

Ref. Martina Schierbaum

› siehe unter Yoga Angebote Seite 55

Aktiv in der Gemeinde – Bücherei

Kontaktpflege Jung-Alt

PFARREIENGEMEINSCHAFT GEORGMARIENHÜTTE-OST

Harderberg, Kloster Oesede, Oesede-Hl. Geist, Oesede-St. Peter und St. Paul

Leitung: Sandra Gausmann
Tel. 05401 59414

Ansgar Witzke
Tel. 05401 859013

Fit für die Erstkommunionvorbereitung

Katechet*innenkreis – Eucharistie erklärt für Kinder

Ref. Andrea Bensmann
Ansgar Witzke

Auf dem Weg zur Erstkommunion als Familie

Elternabende zur religiösen Erziehung und Eucharistievorbereitung

Ref. Andrea Bensmann
Ansgar Witze

Auf dem Weg zur Firmung

Katechet*innenkreis

Ref. Birgit Bertelsmann
Jens Laumann

Seniorentanz

Ref. Marlies Krüssel
Termin dienstags, 14:30 – 16:00 Uhr
Ort Pfarrsaal Peter u. Paul

Hatha Yoga-Kurse

Ref. Leonie Neumann
› siehe unter Yoga Angebote Seite 55

Tod – Trauer – Neubeginn

Gesprächskreis für Menschen, die einen lieben Angehörigen verloren haben

Ref. Siegfried Reinelt
Termin jeden 4. Do. im Monat
16:00 – 18:00 Uhr

kfd-Frauengesprächskreis – richtig gut leben –

Information und Austausch zu aktuellen Themen aus Kirche und Gesellschaft

Hinweis Informationen über das Pfarrbüro St. Peter und Paul



KEB digital

PFARREIENGEMEINSCHAFT GEORGMARIENHÜTTE-WEST

Holzhausen-Ohrbeck, Alt-Georgsmarienhütte

HOLZHAUSEN

Leitung: Gisela Abraham
Tel. 05401 838495

Alle Veranstaltungen finden, wenn nicht anders angekündigt, im Pfarrheim statt.

Kreativität und ihre Bedeutung für Lebensfreude

Leitung Anne Tegeler

Engagement und Organisation der kfd

Info kfd Leitungsteam

Liturgischer Ausdruckstanz

Leitung Marlies Krüssel
Termin jeden 1. und 3. Mi. im Monat
16:00 – 18:00 Uhr

Aktiv für die kfd

Impulse und Gespräche für Mitarbeiterinnen

Info kfd Leitungsteam

Religiöses Tagesseminar für Frauen

Gymnastik – Tanzen im Sitzen

Ref. Marlies Krüssel
Termin Mo. 14-tägig
16:30 – 17:30 Uhr

Heimatkundliches – lokale Geschichten

Ref. Konrad Niederholthaus
Termin jeden 1. Do. im Monat

Frauengesprächskreise „Richtig gut leben“

Information und Austausch zu aktuellen Themen aus Kirche und Gesellschaft

Frauenkreis

Leitung Marie Theres Ellers
Termin jeden 2. Mo.

Frauen Aktiv

Leitung Marita Kulgemeyer
Termin jeden 2. Mo.

„Frauen 2000“

Leitung Martina Heuer
Claudia Wisniewski
Treffen jeden 2. Di. 20:00 – 22:00 Uhr

„Frauengruppe Mosaik“

Leitung Ursula Heitmeyer-Kuse
Termin jeden 3. Mo. 20:00 – 21:30 Uhr

Literaturreunde

Info Inga Haunhorst

PFARREIENGEMEINSCHAFT BISSENDORF

Bissendorf, Schledehausen, Wissingen

BISSENDORF

Leitung: Maria Kampmeyer
Tel. 05402 3388

Leitung: Renate Brörmann
Tel. 05401 43222

Seniengesprächskreis Leben, loben, lachen

Leitung Maria Kampmeyer
Termin 1x Mi. im Monat
15:00 – 17:15 Uhr
Ort Pfarrheim Bissendorf

In Kooperation mit kfd

Leitung Maria Kampmeyer

Fit für den Verband

Ref. kfd-Team
Ort Pfarrheim Bissendorf

SCHLEDEHAUSEN

Leitung: Ludger Wiemker
Tel. 05402 7452

WISSINGEN

Leitung: Maria Dühmann
Tel. 05402 3053

Weitere Veranstaltungen werden örtlich (z.B. im Pfarrbrief) und über die KEB-Homepage bekannt gegeben.

PFARREIENGEMEINSCHAFT WELLINGHOLZHAUSEN

Gesmold, Wellingholzhausen

GESMOLD

Leitung: Angelika Sutmöller
und Sabrina Sharp
Tel. 05422 43741

Veranstaltungen werden örtlich (z.B. im Pfarrbrief) und über die KEB-Homepage bekannt gegeben.

Hatha Yoga

Ref. Martina Schierbaum
› siehe unter Yoga Angebote Seite 55

Hospizgruppe – Leben bis zuletzt

Termin alle 4 Wochen mittwochs

Einkehrtag der Hospizgruppe

Termin Sa. 21.11.2026

Seniengesprächskreis Leben, loben, lachen

Termin regelmäßig alle 4 Wochen

Bibelkreis

Termin regelmäßig alle 4 Wochen,
abwechselnd C-Heim in Welling-
Ort abwechselnd C-Heim in Welling-
und Pfarrheim Gesmold

PFARREI MELLE

Buer, Melle, Riemsloh, Sondermühlen, St. Annen

Leitung: Birgit Konermann-Metz
Tel. 05422 45421
49324 Melle-Sondermühlen

Alexia Lütkemeyer
49324 Melle-Mitte

Barbara Fipp
49328 Melle-Riemsloh

Alle Veranstaltungen finden, wenn nicht anders angekündigt, im Gemeindehaus St. Matthäus statt.

Seniengesprächskreis Leben, loben, lachen

Treffen mit verschiedenen Themen und Referent*innen
Leitung Martina Panner
Termin 1. Di. im Monat 15:00 Uhr

Montagskreis der kfd

Treffen mit verschiedenen Themen und Referent*innen
Termin 1. Mo. im Monat 20:00 Uhr

Frauenfrühstück der kfd

Die Themen werden vor Ort mit jeweils wechselnden Referent*innen bekannt gegeben.
Termin jeden letzten Mi. im Monat
09:00 – 10:30 Uhr

Allein (-) du fehlst!

Trauerseminar für alle, die einen geliebten Menschen verloren haben.
Leitung Monika Walbaum
Termin 2x im Jahr, wird auf der Homepage bekannt gegeben.

Angebote in der Gemeinde, zu denen weitere Informationen örtlich bekannt gegeben werden (z.B. im Pfarrbrief):

Exerzitien im Alltag

Ref. Martin Walbaum

Arbeitskreis Kinderkatechese

Ref. Monika Walbaum

Arbeitskreis Erstkommunionkatechese

Ref. Patrick Poll

Auf dem Weg zur Firmung

Ref. Michael Wehrmeyer

Frauengesprächskreis Richtig gut leben

6x jährlich Treffen mit verschiedenen Themen und Referent*innen
Info Anja Kuhlmann
Ort Gemeindehaus Sondermühlen

Seniengesprächskreis Leben, loben, lachen

6x jährlich Treffen mit verschiedenen Themen und Referent*innen
Info Monika Klamer
Ort Gemeindehaus Sondermühlen



Dekanat Twistringen

95 Pfarrei Twistringen

mit den Gemeindeorten

- › Bassum
- › Harpstedt
- › Marhorst
- › Twistringen

Pfarreiengemeinschaft Diepholz

Pfarrei Stolzenau

Pfarreiengemeinschaft Syke

ÜBERSICHT
ÖRTLICHE ANGBOTE

PFARREI ST. ANNA TWISTRINGEN

Bassum, Harpstedt, Marhorst, Twistringen

BASSUM

Leitung: Barbara Zumsande
Tel. 04241 1647

Alle Veranstaltungen finden, wenn
nicht anders angekündigt, im Pfarr-
heim statt.

Seniorengesprächskreis Leben, Loben, Lachen

Info Marianne Rupprecht, Hanna
Scholz, Elke Klosterhoff

Termin 1. und 3. Mi. im Monat
15:00 – 17:30 Uhr

Arbeitskreis Seniorenbesuchskreis

Info Barbara Zumsande

Termin 4x im Jahr

Ort wird örtlich bekanntgegeben

Frauengesprächskreis Richtig gut leben

Frauentreff St. Ansgar

Treffen jeden 3. Di im Monat
20:00 – 22:15 Uhr

› Di. 18.08.2026
Bibliodrama / Bibliolog
Ref. Frau Silke Klemm

› Di. 15.09.2026
Boulen bei Christa Brunkhorst,
Lindenstraße

- › Di. 20.10.2026
Kirche ade?
Ref. Herr Alexander Rolfes
- › Di. 17.11.2026
Verschiedene Buchvorstellungen
- › Di. 15.12.2026
Erwartung und Ankunft: Advent
Ref. Barbara Zumsande
- › Di. 19.01.2027
Perlen des Glaubens, 2. Teil
Ref. Manuela Reidenbach und
Barbara Zumsande
- › Di. 16.02.2027
Vorstellen des neuen Hungertuches
Ref. Barbara Zumsande
- › Fr. 05.03.2027 18.00 Uhr
Weltgebetsstag der Frauen
Ort: ev. Kirchengemeinde in Nord-
wohlde
- › Di. 16.03.2027
„Das Stinktier kann doch nichts
dafür“ – Heiteres und Besinnliches
aus der Arche
Ref. Domkapitular em. Reinhard
Molitor
- › So. 18.04.2027 11:00 Uhr
Solokonzert Tripel-Konzert von L.
van Beethoven danach Sinfonie von
Rachmaninov / Solistin: Frau Anette
Behr-König aus Bassum
- › Sa. 22.05.2027
Klimahaus nach Bremerhaven
- › Di. 15.06.2027 15:00 Uhr
Besuch bei dem Imker Peter
Schmidt in Neubruchhausen

TWISTRINGEN

Alle Veranstaltungen finden, wenn nicht anders angekündigt, im Pfarrzentrum St. Anna Twistringen, Am Kirchhof 7, statt.

Gespräche über Leben und Glauben

Eine Tasse Kaffee...Impuls.Gespräch. Gemeinschaft.

Ref. Birgit Hosselmann
Johannes Meyer

Termin wird örtlich bekannt gegeben

Digital-Café Twistringen

Unterstützung beim Smartphone, Table oder Laptop

Ref. Johannes Meyer u.a.

Termin jeden Mi. 10:00 – 11:30 Uhr

Ort Offene Bücherei Twistringen,
Bahnhofstr. 20, Twistringen

Gemeinde 2026/2027: Der Pfarrgemeinderat und Kirchenvorstand der Pfarrei St. Anna schauen gemeinsam in die Zukunft.

Ref. Joachim Kieslich

Termin wird örtlich bekannt gegeben

Frauenstark – Frauen unterschiedlicher Kulturen gemeinsam unterwegs

Wir besprechen aktuelle Themen, machen Ausflüge, besuchen Einrichtungen, kochen, lernen Neues und üben gleichzeitig Deutsch

Ref. Gabriele Hagedorn

Termin freitags 09:00 – 11:30 Uhr

Yoga

Ref. Judith Habermann

Termin dienstags, 18:30 – 19:30 Uhr

Ort Sporthalle Bahnhofstraße
20, Twistringen

Yoga Special

Ref. Judith Habermann

Termin 1 x Monat freitags

19:00 – 22:00 Uhr

Ort Sporthalle Gymnasium

Carpe-diem-Wochenende

Ein Wochenende für Erwachsene, das eine Auseinandersetzung mit dem Glauben und dem Leben beinhaltet. Schriftimpulse, theologische Fragen und Auszeiten zur persönlichen Auseinandersetzung werden das Wochenende prägen. Weitere Informationen werden örtlich bekannt gegeben.

Auftanken! – Ein geistliches Wochenende für Frauen

Ref. Birgit Hosselmann

Termin wird örtlich bekannt gegeben

Bibelkreis

Ref. Birgit Hosselmann

Termin wird örtlich bekannt gegeben

Dem Glauben Leben geben

Liturgischer Ausdruckstanz

Ref. Gaby Hübner

Termin wird örtlich bekannt gegeben

Ort Pfarrkirche St. Anna

Kosten 2,50 € pro Treffen

Lesekreis

Ref. Birgit Hosselmann

Termin wird örtlich bekannt gegeben

Arbeitskreis Firmkatechese

Ref. Birgit Hosselmann

Firmtage: Gespräche rund um den Glauben und das Sakrament der Firmung

Info Birgit Hosselmann

Familientage im Rahmen der Erstkommunionkatechese

Eltern von Kommunionkindern setzen sich mit Fragen des Glaubens auseinander. Ermöglicht wird ein Zugang zum Glauben sowie vertieftes Wissen rund um Glaubensfragen, die sich aus der Kommunionvorbereitung der Kinder ergeben.

Ref. Doris Rattay

Auf dem Weg zur Erstkommunion

Themenabende für Eltern

Ref. Doris Rattay

Auf dem Weg zur Erstkommunion

Katechetentreffen

Ref. Doris Rattay

Gemeinde aktiv gestalten – Jugendliche machen mit!

Leitung Christoph Niermann

Aktiv für die Senioren Harpstedt

Information und Gespräch

Termin monatlich

Ort Pfarrhaus Harpstedt

Aktiv für die Frauengemeinschaft Harpstedt

Information und Gespräch

Termin monatlich

Ort Pfarrhaus Harpstedt

Aktiv für die kfd-Marhorst

Informationen und Gespräch

Ort Jugendheim Marhorst

Seniorengesprächskreis Marhorst

Leitung Hiltrud Westermann

Ort Jugendheim Marhorst

Inklusiver Freundeskreis

Erwachsene Behinderte und Nichtbehinderte zusammen im Alltag

Info Gerhard Braun

Termin 2. Sa. im Monat, 14:30 Uhr

AK „Inklusiver Freundeskreis“

Entwicklung von Veranstaltungen

Leitung Gerhard Braun

In Kooperation mit dem Malteser

Hospizgruppe Twistringen

Information und Gespräch

Ref. Silke Meyer-Sudmann

Termin letzter Do. im Monat
20:00 Uhr



ESCAPE THE ROOM

NACHHALTIGKEIT UND KLIMASCHUTZ
SPIELERISCH ENTDECKEN

DIE METHODE

„Act. Change. Escape the Room“ nutzt das Spielprinzip des Escape Rooms und eröffnet einen niedrigschwelligen und kreativen Zugang zu den Themen Nachhaltigkeit und Klimaschutz.

REFLEXION

In der Reflexion werden Bezüge zur Lebenswelt der Teilnehmenden hergestellt und Handlungsoptionen aufgezeigt.

AUF EINEN BLICK

- › Mobiler Escape Room
- › 7-10 Personen
- › ab 14 Jahren und auch für Erwachsene jeden Alters
- › 1 Stunde Spiel und 2 Stunden Reflexion
- › vor Ort in ihrer Nähe

Kontakt

KEB Osnabrück / BDKJ Diözesanverband Osnabrück / Soziales Seminar im Bistum Osnabrück

Leitung Maja Tabeling, Birgit Lemper
Termin nach Absprache
Kosten auf Anfrage

BRÖCKER



**BRÖCKER METALLBAU -
IHR ZERTIFIZIERTER METALL-
SPEZIALIST AUS OSNABRÜCK**

Bröcker Metallbau GmbH
Franz-Lenz-Str. 14
49084 Osnabrück

TEL +49 541 40 69 69 - 0
FAX +49 541 40 69 69 - 69
E-MAIL info@broecker-metallbau.de

METALLBAU & SCHLOSSEREI // REPARATUR & WARTUNG // BAUELEMENTE // SONNENSCHUTZ

 Stadtwerke
Osnabrück

**Sichere Wärme
für unsere Stadt.**

Stadtwirker für Osnabrück



Mehr Infos im Video:
Jetzt ansehen!

Geteilte Freude, **HALBER PREIS!**

**Jetzt 6 Monate günstiger
mit dem Einstiegs-Abo**

IHRE VORTEILE:

- Inspirierende Geschichten
- Impulse fürs Leben
- Flexibles Abo
- 6 Monate zum halben Preis testen

**50%
SPAREN**



JETZT BESTELLEN:
www.aussicht.online/einstiegs-abo
oder Tel. 0541 318-609