



Birgit Lemper Geschäftsstellenleitung



Dagmar Teuber-Montico Päd. Mitarbeiterin



Franziska Badorreck Päd. Mitarbeiterin



Esther Gerbes Familienbildungsservice



Maja Tabeling Familienbildungsservice



Sandra de Kock Sprachkurslehrerin



Lena Christoforidis Verwaltung



Aaron Schonhoff Verwaltung



Karin Witte Verwaltung



Gabriele Hagedorn Außenstelle Twistringen

Katholische Erwachsenenbildung Große Rosenstraße 18 49074 Osnabrück

> Tel. 0541 35 868 71 Fax 0541 35 868 76 info@keb-os.de www.keb-os.de logikeb osnabrueck

## Du bist wer!

So lautet das neue Leitbild der KEB im Lande Niedersachsen. Diese Zusage richtet sich an Sie alle und soll sich in allen Kursen unseres neuen Jahresprogramms 2023/24 wiederfinden. Wir möchten Bildung auf Augenhöhe mit relevanten Themen und Veranstaltungsformen für eine zukunftsfähige Gesellschaft gestalten. In einer komplexen Gesellschaft sind wir Menschen aktuell herausgefordert, die Transformation zu leisten. Du bist wer! Diese Zusage gilt allen unseren Teilnehmenden und Dozierenden. Egal ob Sie einen

Sprachkurs besuchen oder sich für eine berufliche Fortbildung interessieren. Die Zusage "Du bist wer" können auch schon die Kleinsten mit ihren Eltern in *gerechte und* Eltern-Kind-Gruppen und Bildungsangeboten der Kitas erleben. Im Biografischen Schreiben kann ich mich dieser

"Haltung für eine nachhaltige Gesellschaft"

Zusage vergewissern, genauso wie in einem spirituellen Angebot oder einem Yoga-Kurs. Die zentralen Vorträge beschäftigen sich mit einer Haltung für eine gerechte und nachhaltige Gesellschaft. Kurse finden Sie analog und digital - zentral in Osnabrück sowie in ihrer regionalen Vielfalt vor Ihrer Haustür.

Wählen Sie selbst, welches für Sie das richtige Angebot ist.

Herzliche Einladung!

Brigitte Mayer

Brigitte Mayer

Birgit Lemper

Katholische Erwachsenenbildung Osnabrück e.V.

Vorstand Brigitte Mayer, Ellen Boberg, Natalie Giesen

Geschäftsführung Birgit Lemper

Vereinsregister: Amtsgericht Osnbrück Steuer-Nr. 66/270/03957 Registergericht: VR 1922 Finanzamt Osnabrück-Stadt

IBAN DE83 2655 0105 0000 9748 08

Herstellung Druckerei Levien, Osnabrück

Fotocredit: Adobe stock, Fotolia, KEB Osnabrück

4 ) Angebote der KEB Osnabrück (5

## Religion, Glauben, Kirche und Gesellschaft

- 6 Die GANZF Bibel
- 7 Mehr Wissen über Meditations- und Entspannungstechniken
- 7 Mehr Wissen über die Bibelmethode Bibliolog
- 8 Mehr Wissen über ökofeministische Theologie
- 8 Mehr Wissen über ethische und tiefergehende Fragen zum assistierten Suizid
- 9 Ausstellung #beziehungsweise: jüdisch und christlich – näher als du denkst
- 10 Zentrale Vorträge

#### Online-Kurse unter



www.wolke-b.de

# Kompetenzen für Beruf und Ehrenamt

- 11 Aufbaukurs für Yoga-Dozent\*innen
- 12 Fortbildung für Yoga-Dozent\*innen Herz, Atem & Achtsamkeit
- 12 Fortbildung für Entspannung- und Balance-Trainer\*innen
- 12 Einstieg in Instagram
- 13 Kurz und gut texten
- 14 Studienfahrt für Örtliche Leitungen
- 14 Erwachsenenbildung in der Gemeinde
- 15 Trauer im Fokus Fortbildung für Ehrenamtliche
- 15 Ausbildungskurs Gedächtnistrainer\*in
- 16 Fortbildung für Gedächtnistrainer\*innen
- 16 Digitaler Donnerstag für Ehrenamtliche
- 17 Dozentenschulung Arbeiten mit dem digitalen Whiteboard
- 17 Fit for kid
- 18 Kommunikationsprofi
- 18 Fortbildungen für ...
  - die Arbeit des Hospiz
  - Ehrenamtliche aus dem SkF
  - Ehrenamtliche aus dem SKM

# Familienbildung und Pädagogik

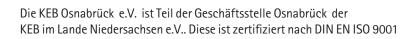
- 26 PEKiP-Kurse
- 26 BAMBINI-Kurse
- 27 Liedergartengruppen
- 28 Liedergarten-Dozent\*innen Liedergartentag
- 29 Praxismentoring für Erzieher\*innen
- 30 Fit for kid Qualifizierung zum/zur Pädagogischen Mitarbeiter\* in
- 31 Studientage für Pädagogische Mitarbeiter\*innen an Grundschulen
- 32 Lerncoaching Basic-Workshop

# Persönlichkeitsbildung und Lebensbegleitung

- 33 Aufräumen im Alter
- 34 Endlich aufgeräumt im Familienalltag
- 34 Leben mit der Klimakrise
- 35 Escape-Room Schöpfungsverantwortung
- 36 Yoga-Angebote
- 39 Forum Gesundheit Vorträge
- 40 Workshop Fußgesundheit
- 40 Fit durch die Erkältungszeit
- 41 Biografisches Schreiben
- 41 Kreatives Schreiben: Schreib dich frei
- 42 Resilienz für pflegende Angehörige
- 12 Angebote für Trauernde
- 44 Workshop Fotografie
- Literatur an Ort und Stelle
- 46 Gewaltfreie Kommunikation und Mediation
- 47 Digital Kompass
- 48 Deutsch als Fremdsprache

Übersicht örtliche Angebote SEITE 52

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







## **DIE GANZE BIBEL**

# Einführung in alle Schriften des Alten und Neuen Testaments

Haben Sie sich immer schon mal vorgenommen, die gesamte Bibel zu lesen? Ein ambitioniertes Unterfangen... Ein Schritt dahin wäre es, zunächst den Gesamtzusammenhang der Bibel kennen zu lernen. Der Kurs stellt alle 73 Bücher vor und gibt Einführungen in ihre Herkunft und Deutung. Ein einmaliges Angebot für alle, die dem Wort Gottes auf die Spur kommen wollen...!

Leitung Birgit Lemper
Dr. Uta Zwingenberger

Umfang 2 Wochenenden,

2 Samstage und

15 Abende

(je Mi. 18:00 – 21:00 Uhr)

Termin Fr. 26.01.2024 - So. 24.11.2024

Kosten 450 €

Ort Haus Ohrbeck (WE und

Samstage) und Kath. FABI /

KEB (Mi.-Abende)

Hinweis Eine Ausschreibung mit

weiteren Infos und allen Terminen ist bei der KEB

erhältlich.

Kurs-Nr. ZORG4001

## Mehr Wissen über Meditations- und Entspannungstechniken

#### Entfalte deine Kräfte

"Du wolltest schon immer wissen, was in Dir steckt? Ob im Sport, im Beruf oder im Alltag? Deine Ziele können sein, weniger Stress zu empfinden oder mühelos Deine Leistung anzukurbeln!"

Durch mentales Training können wir vieles erreichen. Unser Referent Jens Friedrichs führt Sie mit Fachwissen durch diese Themen. Sie gewinnen einen spannenden Einblick in einfache Meditations- und Entspannungstechniken, die sofort behilflich sind, Ihre persönlichen Ziele zu erreichen! Lassen Sie sich überraschen, wie wertvoll mentales Training ist. An diesem Abend wechseln sich Theorie und Anwendung in einem ausgeglichenen Maße ab.

Ref. Jens Friedrichs, Lerntrainer

für Entspannungs- und Achtsamkeitstechniken

Termin Do. 21.09.2023

17:00 - 21:00 Uhr

Ort Kath. FABI / KEB

Kosten 35€

Hinweis Bitte ein Meditationskissen

(kleines Kissen) mitbringen.

Kurs-Nr. ZORG3009

## Mehr Wissen über die Bibelmethode Bibliolog

Eine Bibelerfahrung für alle – mit Bibliolog neue Perspektiven entdecken

Die Methode des Bibliologs lädt ein, mit einem biblischen Text in Resonanz

zu treten. Dabei ist es unerheblich, ob sich die Teilnehmenden bereits in der Bibel auskennen oder es die erste Begegnung mit einem biblischen Text ist. Indem Sie sich unter Anleitung in verschiedene Rollen hineinversetzen. können Sie den Text von innen heraus wahrnehmen und Teil der Geschichte werden. Das bringt in den Teilnehmenden etwas zum Klingen: ein Gefühl, eine Stimmung, ein Bild, eine Antwort, eine Frage. Diese unterschiedlichen Erwiderungen werden zu Gehör gebracht. Der biblische Text kann so aus verschiedenen Perspektiven betrachtet und wahrgenommen werden. Dabei gibt es keinen Anspruch auf die eine "richtige" Auslegung. Vielmehr geht es darum, die Vielfalt der unterschiedlichen Äu-Berungen nebeneinander gelten und Gottes Wort auf sich wirken zu lassen. Wir laden Sie dazu ein, biblische Texte auf diese besondere Art miteinander zu erleben.

Ref. Silke Klemm, Bibliologtrai-

nerin

Umfang 2x 18:00 – 20:00 Uhr

Beginn Fr. 10.11.2023 Ende Fr. 17.11.2023

Ort Kath. FABI / KEB

Kosten 15 € Kurs-Nr. ZORG3008

Umfang 2x 18:00 - 20:00 Uhr

Beginn Fr. 12.01.2024 Ende Fr. 19.01.2024

Ort Bramsche, Gemeinderäume

am Kirchstandort Hl. Geist

Kurs-Nr. ZKRG4001

## Mehr Wissen über ökofeministische Theologie

G\*tt als Poet\*in der Welt: Feministische Prozesstheologien im Gespräch

Die Veranstaltung findet statt in Kooperation mit dem Referat Frauenseelsorge und der kfd im Bistum Osnabrück

Es geht an den beiden Abenden um die Auseinandersetzung mit einem eher "traditionell" geprägten Gottesbild und neuen Ansätzen Gott zu denken. Wir können Gott als empathischen und "mit/leidenschaftlichen" Gott entdecken, der selbst im Werden ist und der Schöpfung Raum zur eigenen Kreativität gibt. Anregungen dazu geben prozesstheologische Ansätze, z.B. von Catherine Keller und Perspektiven der Schöpfungsspiritualität z.B. von Sallie McFague und von der Enzyklika Laudato si. "Wie verändern diese Ansätze den Blick auf mein Gottesbild?" und "Wie kann dieses Gottesbild mich in meinem Glauben verändern?" sind Fragen, denen wir uns gemeinsam stellen werden.

Dr. Farina Dierker, Referentin Ref.

in der Frauenseelsorge

Umfang 2x 18:00 – 21:00 Uhr

Beginn Di. 14.11.2023 Ende Di. 28.11.2023 Ort Kath. FABI / KEB

Kosten 15 €

Hinweis Es ist ein Seminar nicht nur

für Frauen. Herzliche Einladung an alle Interessierten!

Kurs-Nr. ZORG3010

## Mehr Wissen über ethische und tiefergehende Fragen zum assistierten Suizid

Die Veranstaltung findet statt in Kooperation mit dem Bistum Osnabrück

Das Bundesverfassungsgericht hat im Februar 2020 ein Menschenrecht auf selbstbestimmtes Sterben festgeschrieben, das auch das Recht beinhaltet, freiwillig angebotene Suizidbeihilfe in Anspruch zu nehmen. Danach wurde lange über eine gesetzliche Regelung gestritten, wobei ethische Überlegungen über rein rechtliche Fragen hinausgehen. Auch Christen bringen sich in diese gesellschaftliche Debatte auf der Basis ihres Verständnisses von Würde und Leben - und Leiden - mit ein.

Während sich der erste Teil dieser Reihe auf ethische Probleme und Lösungsansätze rund um Suizidassistenz, Lebensschutz und gesellschaftliche Folgen konzentriert, widmet sich der zweite Abend existentiellen Fragen zum Leben und Leiden, die hinter den oft ambivalenten Sterbewünschen stehen. Welche Erwartungen an das Leben und welche leidvollen Erfahrungen schmerzen in Krisen, mitunter bis zur Unerträglichkeit – und gibt es Hoffnung für unsere Sehnsucht?

Ref. Dr. Martin Splett, Klinikseel-

sorger sowie Referent für Hospizarbeit und Trauerseelsorge im Bistum Osnabrück

Umfang 2x Do. 18:00 - 21:00 Uhr

Beginn Do. 22.02.2024 Ende Do. 29.02.2024 Ort Kath. FABI/KEB

Kosten 15 € Kurs-Nr. ZORG4003

## Besuchen Sie die Ausstellung

## #beziehungsweise: jüdisch und christlich näher als du denkst

06. - bis 30. November 2023

"Forum am Dom" (Domhof 12, Osnabrück) - barrierefrei

Öffnungszeiten: Di - So, 10:00 - 18:00 Uhr. Eintritt frei

Die Ausstellung, die zurückgeht auf die gleichnamige ökumenische Kampagne, lädt dazu ein, die enge Verbindung von Judentum und Christentum zu entdecken. In diesem Sinn bietet sie niederschwellige Zugänge für Jugendarbeit, Schule und Erwachsenenbildung.

Feierliche Eröffnung am Mo. 06.11.2023 um 19:30 Uhr durch Rabbinerin Dr. Ulrike Offenberg, Jüdische Gemeinde Hameln und Dr. Katrin Großmann, Zentralkomitee der deutschen Katholiken Berlin

forum 🤼





Für alle, die Halt im Glauben finden, ist der Kirchenbote ein wahrer Schatz. In spannenden Beiträgen liefert er die Hintergründe zu den aktuellen Themen und Aufgaben in Kirche und Gesellschaft. Von Weltnachrichten bis zum Gemeindeleben.

Jetzt bestellen und bequem im Abo lesen: www.kirchenbote.de oder 0541 318-610.

## ZENTRALE VORTRÄGE

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



"Einsamkeit - die übersehene Epidemie"

Ref. Dr. Christoph Hutter

Termin Mi. 04.10.2023 19:30 Uhr

Ort Forum am Dom

Kosten: 5 Euro pro Vortrag



Wie ich der wurde, den ich mag Gespräch mit Pierre Stutz

Ref. Pierre Stutz

Termin So. 22.10.2023 14:30 Uhr

Ort Kulturzentrum Lagerhalle, Rolandsmauer 26, 49074 Osnabrück

Hinweis kostenfrei

#### "Leben müssen – sterben dürfen" Christliche Orientierungen zwischen Recht und Freiheit zur Suizidbeihilfe

Ref. Prof. Dr. Elmar Kos, Friedemann Pannen, Wiebke Schrader, Anke Hennig

Termin Mo. 30.11.2023 19:30 Uhr Ort Kath. FABI / KEB, Großer Saal



# Der große Riss: Wie die Gesellschaft auseinanderdriftet und was wir dagegen tun müssen

Ref. Prof. Dr. Jean-Pierre Wils
Termin Do. 14.03.2024 19:30 Uhr

Ort Forum am Dom

#### Vorausschau:

Künstliche Intelligenz – Chancen und Grenzen

Ethik und kritische Theorien der KI

Termin

Warum bleibe ich in der Kirche?

Demokratie unter Druck

Termin

Herbst 2024

Leben auf Kosten der nächsten Generation

Termin

Herbst 2024

Hinweis: Bei fast allen Veranstaltungen ist auch eine digitale Teilnahme möglich. Weitere Informationen und Anmeldung dazu finden Sie unter www.keb-os.de.



## Aufbaukurs zur Ausbildung zum/zur Yoga-Dozent\*in in der Erwachsenenbildung

#### Zertifikatskurs

Der Aufbaukurs richtet sich an Absolvent\*innen des KEB-Zertifikatskurses "Ausbildung zum/zur Yoga-Dozent\*in in der Erwachsenenbildung". Und an bereits tätige Yoga-Dozent\*innen, die Dialog suchen, ihre Kompetenzen erweitern möchten oder eine Weiterbildung für die Krankenkassen-Zertifizierung benötigen.

Diese Aufbauqualifikation kann der nächste Schritt auf Ihrem Yoga-Weg sein. Sie vertiefen Ihr erworbenes Wissen aus der Basisqualifikation und bereichern Ihre eigene Yogapraxis. Yogawissen ist etwas für das ganze Leben und wird Sie in die Lage versetzen, nicht nur auf Ihre Gesundheit zu achten, sondern auch Ihren inneren Frieden zu entfalten. Damit kommen Sie in die Lage, Yoga auch an andere Menschen zu vermitteln und diese Freude zu teilen.

Leitung Maja Tabeling
Ref. Marion Schulte u.a.

Umfang 6 Wochenenden, 80 UStd.

Beginn Sa. 16.03.2024 Ende So. 27.10.2024

Ort Yoga-Schule Osnabrück,

Bielefelder Straße 24

Kosten 1.250 € Kurs-Nr. ZOGE4001

## Yoga Wochenende Herz, Atem & Achtsamkeit

Ein Angebot zur Auffrischung & Vertiefung für Yoga-Dozent\*innen,Yoga-Lehrer\*innen oder Yoga Interessierte mit Erfahrung

Ref. Marion Schulte

Umfang 12 UStd.

Beginn Sa. 17.02.2024 Ende So. 18.02.2024

Ort Yoga-Schule Osnabrück,

Bielefelder Straße 24

Kosten 185 € Kurs-Nr. ZOGE4002

# Entspannungs- und Balance Wochenende

Ein Angebot zur Auffrischung & Vertiefung für Entspannungs- und Balance-Trainer\*innen oder die, die es werden möchten

**Ref.** Marion Schulte

Umfang 12 UStd.

Beginn Sa. 16.11.2024 Ende So. 17.11.2024

Ort Gemeindehaus St. Matthias,

Osnabrück Pye

Kosten 165 € Kurs-Nr. ZOGE4003

## Einstieg in Instagram

#### Aufbau und Pflege eines Instagram-Kanals

Es lohnt sich, auf Instagram aktiv zu sein! Social-Media-Profile sind für viele, vor allem jüngere Menschen, die erste Anlaufstelle in ihrer Informationssuche. Umso wichtiger ist ein ansprechender Auftritt in den sozialen Netzwerken, um einen guten ersten Eindruck zu hinterlassen. Die Teilnehmenden lernen, wie sie Instagram für ihre Öffentlichkeitsarbeit nutzen können, um ihre Botschaften gezielt zu kommunizieren. Gemeinsam gehen wir die ersten Schritte: Wir erstellen und optimieren eigene Instagram-Profile und bereiten Beiträge und Stories vor. Wir schauen uns Redaktionspläne an und nutzen Vorlagen über das kostenfreie Design-Programm Canva. Die Veranstaltungsreihe ist geeignet für alle, die beruflich oder im Ehrenamt einen Instagram-Kanal betreuen oder aufbauen wollen.

Ref. Franziska Badorreck Umfang 4 x 18:30 – 20:00 Uhr

 Beginn
 Do. 23.11.2023

 Ende
 Fr. 09.02.2024

 Ort
 digital - Zoom

Kosten 60 €

Hinweis Benötigt wird ein Smart-

phone mit installierter

Instagram-App. weitere Termine: Do. 07.12.2023,

Do. 18.01.2024 Kurs-Nr. ZOME3005

## Kurz und gut texten

# Schreiben ist Übungssache: Positiv aus dem Alltag berichten

Schreiben kann doch jede\*r – oder? Wer regelmäßig Texte schreibt, weiß: Die Botschaft eines Textes auf den Punkt zu bringen, ist gar nicht so einfach. Ob Sie aus dem Vereinsleben berichten wollen oder aus dem Alltag der Kirchengemeinde, für Webseiten schreiben oder für die örtliche Presse: Einen Text unterhaltsam und lesenswert zu gestalten, kann eine ganz schöne Herausforderung sein.

In diesem Kurs Iernen Sie Regeln und Merkmale kennen, wie ein Text gelingen kann. In diesem Prozess entwickeln

Weil's um mehr als Geld geht.

Sie Ihren eigenen Schreibstil. Sie bekommen Techniken an die Hand, kurze und gute Texte zu schreiben und positiv aus dem Alltag zu berichten. Offen für alle, die beruflich und privat nicht länger um den heißen Brei schreiben wollen.

Ref. Laura Baumann Termin Fr. 03.11.2023,

09:00 - 12:00 Uhr

**Sparkasse** 

Osnabrück

Ort Kath. FABI / KEB

Kosten 30 € Kurs-Nr. ZOKA3013

Ref. Laura Baumann Termin Do. 07.03.2024, 09:00 – 12:00 Uhr

Ort Kath. FABI / KEB

Kosten 30 € Kurs-Nr. ZOKA4003



## Glöven in't Klooster – Spurensuche in Ostfriesland

#### Studienfahrt für ehrenamtlich Tätige und örtlich Leitende der KEB

Die Reformation war auch in Ostfriesland eine Zäsur und brachte einige Phänomene für den christlichen Glauben, das Glaubensleben und liturgische Verständnis mit sich. Während das ehemals vielfältige und weitverzweigte Klosterleben verschwand, entwickelte sich in den protestantischen Kirchen Ostfrieslands eine blühende Orgellandschaft.

Termin Fr. 22.09.2023,

10:30 - 16:30 Uhr

Ort Weener, Dechant-Friese-

Haus und Georgskirche,

Klosterstätte Ihlow

Kosten Für Ehrenamtlich Tätige und

Örtlich Leitende der KEB ist die Veranstaltung kostenfrei. Für andere Interessierte wird ein Kostenbeitrag von 30 €

erhoben.

Hinweis Anreise 07:45 Uhr mit dem

Bus ab Osnabrück,

Kurt-Schumacher-Damm 52,

Kauflandparkplatz

Kurs-Nr. 024213 / Periode 2023-2

KEB Sögel

## Erwachsenenbildung und Politik

Studientag "Aktiv für die KEB" für neue örtliche Leiter\*innen der KEB und Interessierte

Inhaltliche, methodische und praktische Fragen rund um die Organisation von Bildungsveranstaltungen

Ref. Birgit Lemper Termin Sa. 06.04.2024.

09:00 - 13:00 Uhr

Ort Kath. FABI / KEB

Hinweis Für örtliche Leiter\*innen der

KEB kostenfrei; für andere

Interessierte 20 €

Kurs-Nr. ZOGP4001

#### RECHTSANWÄLTE | NOTAR Dragana Peschke Gesine Avermann Susanne Buchweitz Dr. Eckhard Höckelmann Fachanwältin für Miet-/ Fachanwalt für Arbeitsrecht Fachanwältin für Notar Fachanwältin für Handels-Gesellschaftsrecht Wohnungseigentumsrecht Transport-/Speditionsrecht **Familienrecht** Fachanwalt für Erbrecht Fachanwältin für Bau-/ Mediatorin Datenschutz Bankrecht Fachanwalt für Steuerrecht Architektenrecht Grundstücksrecht Vertragsrecht Unternehmensrecht Verwaltungsrecht Zwanasverwaltunasrecht OWI-/Verkehrsrecht • Immobilienrecht Sozialrocht Wirtschaftsrecht Versicherungsrecht Insolvenzrecht Wettbewerbsrecht Herrenteichsstraße 5 | 49074 Osnabrück | Telefon: 0541/580545-0 | www.HBP-net.de

## Trauer im Fokus – Er wird alle Tränen von ihren Augen abwischen (Offb 21,4)

#### Fortbildung für Ehrenamtliche in Kirchengemeinden und Hospizen

In zahlreichen Situationen des Gemeindelebens und der Hospizarbeit begegnen wir trauernden Menschen. Wir sind überfordert, die richtigen Worte zu finden. Oft sind wir unsicher im Umgang mit trauernden Menschen und trauen uns nicht, gezielt auf diese Menschen zuzugehen, sie einzuladen, anzurufen oder zu besuchen. In Gesellschaft und Alltag hat die Trauer der Einzelnen häufig keinen Platz. Umso wichtiger ist es, dass wir in unseren gesellschaftlichen und kirchlichen Kontexten Möglichkeiten bieten, diesen Menschen einen Raum zu geben. Wie dies in der einfachen Begegnung, in einem Besuchsdienst, in unseren Vereinen und Gruppen, bei Bibelgesprächen oder in einem Trauercafé, in Familiensystemen, die von schwerer Krankheit betroffen sind. aussehen kann, darüber wollen wir in der Fortbildung nachdenken. Dabei ist es wichtig, sich zunächst mit den eigenen Erfahrungen zu beschäftigen. Wie konnte die Trauer bearbeitet werden? Welche Kraftquellen standen zur Verfügung? Diese persönlichen Erfahrungen werden mit zahlreichen Grundkenntnissen aus der Trauerforschung unterfüttert. An einem zweiten Wochenende lernen die Teilnehmenden Wichtiges aus der Gesprächsführung im Umgang mit Trauernden und beschäftigen sich mit weiteren Methoden und bieten Hilfestellungen für die ganz konkrete

Arbeit in Familie, Trauercafé oder beim Hausbesuch. Dabei geht es über die Kommunikation, zum praktischen Tun, bis hin zur konkreten Projektidee.

Ref. Silke Hülsmann, Birgit Lemper,
Pastorale Mitarbeiterinnen
und Trauerbegleiterinnen
zertifiziert nach dem Bundesverband Trauerbegleitung e. V.

#### Modul 1

Termin Do. 11.04.2024

17:00 – 20:00 Uhr Sa. 13.04.2024 09:00 – 16:00 Uhr

#### Modul 2

Termin Do. 25.04.2024

17:00 – 20:00 Uhr Sa. 27.04.2024 09:00 – 16:00 Uhr

Kosten 90 € (45 € pro Modul inklu-

sive Verpflegung)

Ort Kath. FABI / KEB

Kurs-Nr. ZOKA4005

## Ausbildung zum/zur Gedächtnistrainer\*in

#### Zertifikatskurs/Bildungsurlaub

Die Ausbildung ist geeignet für alle, die eine haupt- oder ehrenamtliche Tätigkeit ausüben oder anstreben in den Bereichen Erwachsenenbildung, Senioren- oder Altenpflege und die eine Zusatzqualifikation als Trainer\*in erwerben möchten. Angesprochen sind ebenso Personen, die ein neues, interessantes Betätigungsfeld suchen und ein eigenes Angebot als Gedächtnistrainer für unterschiedlichste Gruppen aufbauen möchten, z.B. im Freizeit-

und Sportbereich, Sozialpädagogik, Ergotherapie, Sportübungsleitung, als Lehrer\*in oder Erzieher\*in usw.

Leitung Dagmar Teuber-Montico Ref. Karin Platje, Dr. Michaela Waldschütz

Umfang 3 Kursblöcke á 5 Kurstage je Mi.-So., 09:00 – 17:00 Uhr

Termin 21.02. - 25.02.2024

(Grundkurs)

24.04. - 28.04.2024 (Aufbaukurs 1) 07.08. - 11.08.2024

(Aufbaukurs 2) Kath. FABI / KEB

Ort Kath. FABI / KER Kosten auf Anfrage Hinweis Info-Abend am

Mi. 04.10.2023, 18:30 Uhr

Kurs-Nr. ZOKA4006-4008

In Kooperation mit dem Bundesverband Gedächtnistraining e.V.

## Denken und Bewegen -Fitness für Körper, Geist und Seele

Fortbildung zur Zertifikatsverlängerung von Gedächtnistrainer\*innen (BVGT)

Zwischen Muskulatur und Gehirn bestehen vielfache Wechselwirkungen. Bewegung fördert die Durchblutung des Gehirns, was zu verbesserten Denkleistungen führt. Die Anregung der motorischen Bahnen im Gehirn wirkt sich positiv auf den gesamten Organismus aus. In diesem Seminar werden Bewegungsspiele sowie unterschiedliche Koordinationsübungen angeboten,

bei denen der Kopf stets bewusst aktiv sein muss. Sie lernen Übungen für Körper und Köpfchen kennen, die Sie leicht in ihren Alltag einbauen können. Bei gleichzeitiger Aktivierung von Körper und Geist erweitern und optimieren Sie Ihr Netzwerk Gehirn – und das mit Spaß (anerkannt zur Verlängerung eines BVGT-Zertifikats).

Ref. Karin Platje

Termin Do. 23.05. - Fr. 24.05.2024

Ort Kath. FABI / KEB

Kosten 275€

Hinweis In den Kurskosten sind die

Verpflegung und die Verwaltungsgebühr des BVGT

enthalten

Kurs-Nr. ZOKA4009

## **Digitaler Donnerstag**

Austausch, kollegiale Supervision und Fortbildung für ehrenamtliche Internetlots\*innen

Zusätzlich zu den Beratungsterminen für Nutzerinnen und Nutzer bieten wir am jeweils ersten Donnerstag im Monat ein Treffen für alle Internetlotsen und Interessierte an dieser Aufgabe an.

Leitung Dagmar Teuber-Montico und Christian Bode (EEB)

Termin in der Regel jeden 1. Do im

Monat

Ort in der Regel im Gemein-

dehaus St. Ansgar, Nahner Kirchplatz 1, 49082 Osna-

brück

Kurs-Nr. ZOME3003

## Einführung in die Arbeit mit dem Digitalen Whiteboard

#### Alles rund um die digitalen Möglichkeiten des Whiteboards

Viele Einrichtungen bieten Ihnen als Dozent\*in inzwischen ein digitales Whiteboard. Doch ist das Arbeiten mit diesem Board für viele nicht so vertraut wie mit der Tafel, dem Beamer oder dem Flipchart. Wir möchten Ihnen in dieser Fortbildung die Möglichkeit geben, die Vielfalt der Arbeit mit dem digitalen Whiteboard kennenzulernen und somit eine neue Art der Visualisierung und Sicherung des Lernstoffs zu ermöglichen.

Ref. Gabriele Danne-Wessels

Termin Fr. 15.09.2023

17:00 – 20:00 Uhr Kath. FABI / KEB

Hinweis Für Dozierende der KEB

kostenfrei; für andere Inter-

essierte 25 €

Kurs-Nr. ZOPE3007

Ort

## FIT FOR KID – Qualifizie– rung zum/zur Pädagogi– schen Mitarbeiter\*in

#### Zertifikatskurs

Der Kurs "Fit for kid" bietet die Möglichkeit, sich für die Arbeit als Pädagogische\*r Mitarbeiter\*in zu qualifizieren.

Pädagogische Mitarbeiter\*innen in niedersächsischen Grundschulen übernehmen z.B. folgende Aufgaben:

- Betreuung und Unterstützung der Schüler\*innen in den Lern- und Übungszeiten
- Beaufsichtigung / Betreuung von Klassen bei kurzfristigen Ausfällen von Lehrkräften
- Unterstützung einer Lehrkraft im Unterricht
- Planung und Durchführung unterrichtsergänzender Angebote
- ) Zweite Begleitkraft im Schwimmunterricht

Für diese Tätigkeiten können Fachkräfte mit einer pädagogischen Ausbildung (z.B. Erzieher\*in, Sozialassistent\*in, Sozialpädagoge\*in) oder Personen mit umfänglicher Erfahrung in der Arbeit mit Kindern und Jugendlichen eingesetzt werden.

Auch Lehrpersonen aus anderen Herkunftsländern mit guten Deutschkenntnissen, mindestens auf dem Niveau B2 oder einer vergleichbaren Ausbildung, können als Pädagogische Mitarbeiter\*in tätig werden.

#### Kursangebote siehe Seite 30

Kurs-Nr. ZOPE3003 und ZOPE4002

## Kommunikation – überzeugend und erfolgreich

#### Fortbildung für Beruf und Alltag

In dieser modular aufgebauten Seminarreihe lernen Sie

- ) Ihre Selbst-Stärke zu entwickeln,
- sich sicher und souverän zu präsentieren, Konflikten zu begegnen und konstruktive Lösungen zu finden,
- erfolgreiche Gespräche mit Kunden und Kollegen oder auch dem Chef zu führen und
- ) sichere Verhandlungsführung. Nach Durchlaufen beider Teile sind Sie in der Lage, jeder beruflichen Herausforderung sicher zu begegnen, sich

dementsprechend vorzubereiten oder auch ganz spontan selbstsicher zu reagieren. Sowohl Tricks und Kniffe der Gesprächsführung als auch die neusten Präsentationstechniken stehen Ihnen zur Verfügung. Sie kennen Ihre Stärken und können diese dementsprechend einsetzen, um Ihre Ziele zu erreichen.

Ref. Henning Kürbis
Umfang 7x 09:00 – 17:00 Uhr
Termin voraussichtlich Herbst 2024

Ort Kath. FABI / KEB Kosten auf Anfrage

Hinweis Weitere Infos und alle

Termine im Internet oder telefonisch bei der KEB

erhältlich

## 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

## Letzte Hilfe Kurs – Ängste mildern durch Information

Die Hospiz-Initiative Melle e.V. bietet zum zweiten Mal einen Kursnachmittag an zu Themen wie schwere Krankheit, Sterben, Tod, Trauer, Abschied, quasi das "kleine 1 mal 1 der Sterbebegleitung". Es soll um Basisinformationen zu diesen wichtigen Themen gehen, angereichert durch Beispiele aus der Praxis, aus Erfahrungen. Bereiche über die wir nicht so gerne sprechen, dadurch jedoch unser Sterben nicht verhindern. Seit einigen Jahren werden in Deutschland solche Kurse angeboten, um An- und Zugehörige zu ermutigen, diese Phase des Lebens mit auszuhalten, mit zu gestalten.

Ref. Johanna Schmidtkunz

Doris W. Luelf

Termin ist bei der Hospizinitiative zu

erfragen

Kosten 10 €

Ort Melle - wird örtlich bekannt

gegeben

## Hospizbegleiter\*innen-Treffen

Erfahrungsaustausch der Ehrenamtlichen Mitarbeiter\*innen

Ref. Johanna Schmidtkunz Umfang jeder letzte Mo. im Monat

18:00 - 19:30 Uhr

Termin Mo. 31.07.2023
Ort Büro der Hospiz-Initiative

Melle

Hinweis weitere Termine: Mo. 28.08., 25.09., 30.10., 27.11

## Männer trauern anders Was ihnen hilft und gut tut

Ref. Thomas Achenbach

Ort Melle – wird örtlich bekannt

gegeben

## 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

## Fortbildung zum/zur ehrenamtlichen Hospizhelfer\*in

Mit dieser Fortbildung möchten wir Menschen ansprechen, die sich näher mit dem Thema "Tod und Sterben" auseinandersetzen möchten und in der Begleitung Schwerkranker und Sterbender eine sinnvolle Aufgabe sehen. Dieses Seminar verstehen wir als Vorbereitung auf die Arbeit im Umgang mit schwerkranken und sterbenden Menschen. Dabei spielt auch die Unterstützung der Angehörigen eine wichtige Rolle. Nach Beendigung des Seminars können Sie sich zu einer Mitarbeit im Hospizdienst entscheiden.

Ref. Adriane Brandt, Silke Hülsmann, Astrid Hauke, Astrid Graf, Ramona Wahlmeyer, Steffen Brockmeyer, Kerstin Thormann, Birgit Lemper Umfang 1x Wochenende

Fr. 16:00 – So. 13:00 Uhr 11x Mo. 18:00 – 21:00 Uhr 1x Di. 18:00 – 20:00 Uhr 1x Fr. 15:00 – 18:00 Uhr 2x Sa. 09:00 – 15:30 Uhr 1x Sa. 15:00 – 18:00 Uhr Beginn Fr. 21.08.2023, 18:00 Uhr Ende Sa. 09.12.2023, 13:00 Uhr

Ende Sa. 09.12.2023, 13:00 Uhr
Ort Haus Ohrbeck (WE) ohne
Übernachtung, Hospizverein

Lebensfreude Bad Laer e.V., Am Bach 1, 49196 Bad Laer

Hinweis Informationen und Anmeldung beim Hospizverein

Lebensfreude

Kurs-Nr. KZHOB3001

## 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. 05.07.2023 Ende Mi. 08.05.2024

Ort Bad Laer, Blomberg-Klinik,

Remseder Str. 3

Hinweis weitere Termine

06.09.2023, 01.11.2023, 03.01.2024, 06.03.2024

## Café Krümel-Elterncafé

für Schwangere und Eltern mit Kindern bis 3 Jahren Eltern-Kind-Arbeit

Ref. Maria Lückmann, Dipl. Sozi-

alarbeiterin/-pädagogin

Termin jeden Mi. 09:00 – 11:15 Uhr Ort Osnabrück, SkF, Annas Treff,

Johannisstr. 87

# Rechte und Pflichten in der rechtlichen Betreuung

Ref. Frau Lill, Rechtspflegerin

Termin Di. 22.08.2023

Ort

18:00 – 20:15 Uhr Landkreis Osnabrück, Kleiner

Sitzungssaal (Raum 2092)

Hinweis Anmeldung unter 0541-

3387610

## Einführung in die "leichte Sprache"

Ref. N.N.

Termin Di. 19.09.2023

18:00 - 20:15 Uhr

Ort Landkreis Osnabrück, Kleiner

Sitzungssaal (Raum 2092)

Hinweis Anmeldung unter 0541-

3387610

# Erfahrungen mit dem neuen Betreuungsgesetz

**Ref.** Betreuungsvereine und

Betreuungsstelle

Termin Di. 14.11.2023

18:00 – 20:15 Uhr

Ort Landkreis Osnabrück, Kleiner

Sitzungssaal (Raum 2092)

Hinweis Anmeldung unter 0541-

3387610

## Grundkurs für ehrenamtliche Betreuerinnen und Betreuer

**Ref.** Mitarbeitende Betreuungs-

vereine

Termin Di. 06.02.2024

18:00 - 20:15 Uhr

Ort Landkreis Osnabrück, Kleiner

Sitzungssaal (Raum 2092)

Hinweis Anmeldung unter 0541-

3387610

## 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 montags und diens-

tags, 09:00 - 13:00 Uhr

Beginn Mo. 07.08.2023 Ende fortlaufend

Ort MÖWE, Hauswörmanns-

weg 88, 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 dienstags
15:00 – 16:30 Uhr

Beginn Di. 22.08.2023 Ende fortlaufend

Ort Tageswohnung für wohnungslose Menschen, Bramscher Straße 11,

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 mittwochs
09:00 – 12:30 Uhr

Beginn Mi. 23.08.2023 Ende fortlaufend

Ort Tageswohnung für woh-

nungslose Menschen, Bramscher Straße 11,

Osnabrück

## Vätergruppe – "Väter netzwerken" für Väter von beeinträchtigten Kindern

Vater sein – von den kleinen und gro-Ben Herausforderungen im Alltag

Ref. Werner Oenning,

Termine 24.08., 21.09., 12.10., 16.11.,

14.12.2023, jeweils von 19:00 - 21:00 Uhr, fortlaufende Termine für das Jahr

2024 sind geplant

Ort Johannisstraße 24.

Osnabrück

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

## Vätergruppe – "Väter netzwerken aktiv"

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

Ref. Jens Fechtemeier und Wer-

ner Oenning

Termin 12.09., 10.10., 14.11.2023,

jeweils von 19:00 - 21:00 Uhr, fortlaufendeTermine für

das Jahr 2024 sind geplant

Ort Johannisstraße 24.

Osnabrück

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,

Martin Walbaum

Beginn Sa. 21.06.2023

19:00 -21:00 Uhr

fortlaufende Treffen sind

geplant

Ort SKM-Geschäftsstelle, Johan-

nisstr. 24, 49074 Osnabrück

In Kooperation mit der SKM-Männerberatung und der Diözesan-Männerseelsorge

## Auszeit - Männer am Meer

Männer und ihre Gesundheit – Von den alltäglichen Belastungen, gesundheitlichen Problemen und der Selbstfürsorge

Ref. Werner Oenning,

Martin Walbaum

Termin voraussichtlich 2024 Ort Nordseeinsel Norderney

In Kooperation mit der SKM-Männerberatung und der Diözesan-Männer-

seelsorge



#### **ZUKUNFT BAUEN**

- Planung und Bauleitung
- Projektentwicklung
- Neubau, Sanierung und Baulanderschließung

#### **HEIMAT GEBEN**

- Wohnungen für Jung und Alt Vermittlung und Verkauf
- Vermietung und Verwaltung stephanswerk.de

# **IHRE ERSTE ADRESSE** FÜR HAUSTECHNIK!



HEINRICH ALTENHOFF
Seit 1842

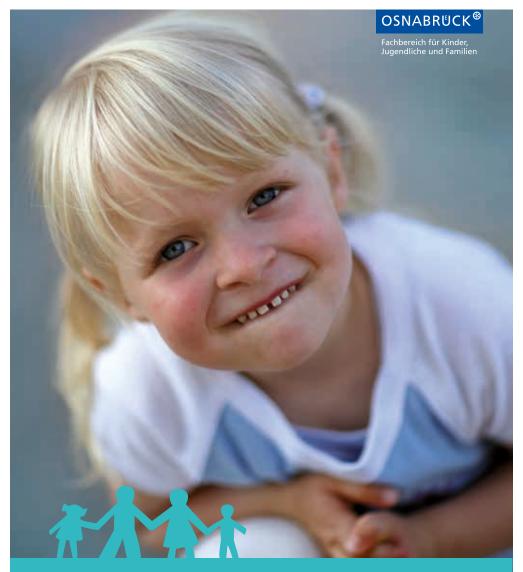
## Heinrich Altenhoff GmbH

Pagenstecherstraße 34 49090 Osnabrück

Telefon 0541 - 62826

Telefax 0541 - 62848

info@heinrich-altenhoff.de www.heinrich-altenhoff.de



# Wir suchen Pflegeeltern!

Adoptions- und Pflegekinderdienst im Fachdienst Familie – Sozialer Dienst
Hannoversche Str. 6–8 | 49084 Osnabrück | Telefon (0541) 323-2429 | www.osnabrueck.de/soziales



## 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. Abonnieren Sie gerne auch unseren kostenlosen Newsletter (www.keb-os.de/Service) zu pädagogischen Themen.

#### 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.

Umfang / Kosten: 10 Treffen á 90 min. / ca. 90 €

An folgenden Orten finden regelmäßig Kurse statt:

Ref. Julia Linkemeyer

Ort Familienzentrum St. Marien,

Melle

Hinweis Informationen und Anmel-

dung unter 0175 7659843

Ref. Cornelia Dallmöller
Ort Physio Aktiv, Glandorf

Hinweis Informationen und Anmel-

dung unter 05426 930700

Osnabrücker Straße 10

oder 01711165898

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

#### **BAMBINI**

Eine Gruppe von Eltern mit ihren Kindern trifft sich wöchentlich zu einem festen Zeitpunkt immer am selben Ort. Es wird gespielt, gesungen, geredet. Die Informationen oder Anregungen sind durch die pädagogisch qualifizierten Referentinnen aufgearbeitet und die Methoden werden angeleitet. Es gibt vielfältige Anregungen in allen Bereichen der kindlichen Entwicklung und zu Themen der Erziehung. Dazu werden Möglichkeiten aufgezeigt, Kinder altersgerecht zu unterstützen und zu fördern. Ziel ist es, eine gute Eltern-Kind-Beziehung und Eltern in ihren Kompetenzen zu stärken. Daher sind viele praktische Anregungen für Zuhause enthalten.

Je nach Qualifizierung der Leitung und Gegebenheiten vor Ort sind besondere thematische Ausrichtungen der BAM-BINI-Gruppen möglich:

- Purzelbaum-BAMBINI
- Bauernhof-BAMBINI
- Natur-, Wald- und Wiesen-BAMBINI
- Musik-und Kreativ-BAMBINI

In jeder Kirchengemeinde können BAMBINI-Gruppen stattfinden. Bitte nehmen Sie Kontakt zu uns auf.

#### LIEDERGARTENGRUPPEN

Liedergarten für Eltern und Kinder im Alter von 12 Monaten bis zu 3 Jahren

Vokalpädagogische Arbeit mit Familien

Der Liedergarten findet statt in Kooperation mit dem Bistum Osnabrück.

Basierend auf einem Konzept des Chorverbandes NRW e.V. soll das Singen in den Familien gefördert und die Entwicklung der Kinder durch frühes musikalisches Erleben gestärkt werden. Eltern und Kinder bekommen die Möglichkeit, in ihrer Kirchengemeinde vielseitige musikalische und erste religiöse Erfahrungen zu sammeln.

Kosten 30 € im Monat, die Kursgebühr wird bei der jeweiligen Kirchengemeinde entrichtet und wird auch in den Schulferien (außer den Sommerfe-

rien) durchgezahlt

Hinweis In jeder Kirchengemeinde in der Stadt und dem Landkreis Osnabrück können Liedergartengruppen stattfinden. Bitte nehmen sie Kontakt zu uns auf.

## Stadt Osnabrück:

#### Osnabrück, St. Johann

Ref. Claudia Otten

Umfang jeden Di. 15:00-15:45 Uhr

Beginn 29.08.2023

Ort Osnabrück, St. Johann

#### Osnabrück, St. Joseph

**Ref.** Tessa Witthans-Apel

Ort Osnabrück, Pfarrei St. Joseph



## Landkreis Osnabrück:

#### Alfhausen

Ort Räumlichkeiten von Klang &

Sinne, Thiener Str. 19

#### Bad Iburg

Ort Pfarrzentrum St. Clemens

Rathausstr. 12

#### Bramsche

Ort Forum Martinum

Lindenstraße 28

#### Rulle

Ort Alte Schule Rulle

Klosterstr. 15

#### Kloster Oesede

Ort Edith-Stein-Haus

Klosterstr. 17

#### Merzen

Ort Kath. Pfarrheim Merzen

Westerholter Straße 6

28 ) Familienbildung und Pädagogik Familienbildung und Pädagogik

## Liedergartentag 2023

#### Fortbildung für Liedergartenlehrer\*innen und Erzieher\*innen

Auch in diesem Jahr sind alle Liedergartenleiter\*innen aus den Gemeinden des Bistums Osnabrück herzlich eingeladen zu einem Liedergartentag. In diesem Jahr steht der Austausch untereinander im Vordergrund. Außerdem soll es um die Gestaltung christlicher Elemente und neue Ideen für die Liedergartengruppen gehen. Auch interessierte Erzieher\*innen können an diesem Tag teilnehmen – alle musikalischen Elemente des Liedergartens sind auch in der Krippe und in der Regelgruppe gut einzusetzen.

Ref. Maria Hartelt, KMD, Diö-

zesankinderchorbeauftragte

Termin Sa. 18.11.2023 10:00 – 16:00 Uhr

Ort Wallenhorst-Hollage, NEUES Philipp-Neri-Haus, Hollager

Straße 120

Kosten 15 € (inkl. Stehkaffee und

Kaltgetränke) In der Mittagspause besteht die Möglichkeit, sich in einem Imbiss oder bei einer naheliegenden

Bäckerei selbst zu versorgen.

Hinweis Infos bei Maria Hartelt,

Tel. 05407 816447; Mail: maria.hartelt@bistum-osnabrueck.de Anmeldung bei der KEB

Osnabrück

Kurs-Nr. ZOLI3002



# Praxismentoring für Erzieher\*innen

In Kooperation mit der Berufsfachschule Franz-von-Assisi-Schule Osnabrück

Bei dieser Qualifizierung handelt es sich um eine berufsbegleitende Qualifizierung für sozialpädagogische Fachkräfte zum/zur Praxismentor\*in in Kindertageseinrichtungen. Dem Praxismentoring kommt eine zentrale Stellung bei der Professionalisierung sozialpädagogischer Fachkräfte zu. Zu den Aufgaben des Praxismentorings gehören insbesondere die fachliche Anleitung, Beratung und Unterstützung der Auszubildenden für die Dauer der Praxisphasen in den Kindertageseinrichtungen. Ziel dieser Fortbildung ist es, die Praxisanleitung zu professionalisieren, das Praxismentoring als Instrument der Qualitätssicherung, Zusammenarbeit zwischen Lernort Praxis und Lernort Schule durch regionale Vernetzungen zu unterstützen.

Ref. Fachreferentinnen der Franz-von Assisi-Schule

Ort Kath. FABI / KEB

Hinweis Voraussetzung für die Teilnahme ist die Qualifikation als staatlich anerkannte/r Erzieher\*in bzw. die Anerkennung als sozialpädagogische Fachkraft nach § 4 Nds. KiTaG. Kosten kostenlos

Die Kosten für die Qualifizierung werden über das Niedersächsische Kultusministerium gefördert

( 29

#### Grundqualifizierung

Die Grundqualifizierung umfasst 5 Module mit folgenden Schwerpunkten

Modul 1 Identität als Praxismentor\*in entwickeln

Modul 2 Praktische Ausbildung planen und begleiten

Modul 3 Auszubildende in der pädagogischen Arbeit beobachten und beurteilen

Modul 4 Auszubildende beraten

Modul 5 Mit Auszubildenden reflektieren

Umfang 48 UStd.

Termin 1 Fr. 06.10.2023 – So. 22.09.2024

Termin 2 Mo. 08.01.2024 -

Fr. 31.05.2024

#### Zusatzqualifikation

Die Zusatzqualifizierung umfasst 3 Module mit folgenden Schwerpunkten und baut auf die Grundqualifizierung auf.

Modul 1 Bezogen auf Praxismentoring beraten und reflektieren

Modul 2 Praxismentoring organisieren

Modul 3 Netzwerke und Ausbildungskonzepte entwickeln und verankern

Umfang 24 UStd.

Termin 1 Sa. 20.04.2024 – So. 22.09.2024

Termin 2 Mo. 03.06.2024 – Mo. 30.09.2024

30 ) Familienbildung und Pädagogik Familienbildung und Pädagogik ( 31

## FIT FOR KID – Qualifizierung zum/zur Pädagogischen Mitarbeiter\*in

#### Zertifikatskurs

Der Kurs "Fit for kid" bietet die Möglichkeit, sich für die Arbeit als Pädagogische/r Mitarbeiter\*in zu qualifizieren.

Pädagogische Mitarbeiter\*innen in niedersächsischen Grundschulen übernehmen z.B. folgende Aufgaben:

- Betreuung und Unterstützung der Schüler\*innen in den Lern- und Übungszeiten
- Beaufsichtigung/Betreuung von Klassen bei kurzfristigen Ausfällen von Lehrkräften
- Unterstützung einer Lehrkraft im Unterricht
- Planung und Durchführung unterrichtsergänzender Angebote
- ) Zweite Begleitkraft im Schwimmunterricht

Für diese Tätigkeiten können Fachkräfte mit einer pädagogischen Ausbildung (z.B. Erzieher\*in, Sozialassistent\*in, Sozialpädagoge\*in) oder Personen mit umfänglicher Erfahrung in der Arbeit mit Kindern und Jugendlichen eingesetzt werden.

Auch Lehrpersonen aus anderen Herkunftsländern mit guten Deutschkenntnissen, mindestens auf dem Niveau B2 oder einer vergleichbaren Ausbildung, können als Pädagogische Mitarbeiter\*in tätig werden.

#### Kurs 1

Leitung Maja Tabeling
Ref. Annette Janßen, u.a.
Umfang 30 Termine, 120 UStd.

je Mi. und Fr. 08:45 - 12:00 Uhr Beginn Mi. 06.09.2023 Ende Fr. 26.01.2024

Ort Gemeindehaus St. Matthias,

Osnabrück-Pye

Kosten 850 € Kurs-Nr. ZOPE3003

#### Kurs 2

Leitung Maja Tabeling
Ref. Annette Janßen, u.a.
Umfang 24 Termine, 120 UStd.
je Fr. 08:30 – 11:45 Uhr

und Sa. 9:00 – 15:30 Uhr

 Beginn
 Fr. 09.02.2024

 Ende
 Fr. 21.06.2024

 Ort
 Kath. FABI / KEB

Kosten 850 €

Hinweis Infoabend Do. 09.11.2023

um 19:30 Uhr in der Kath.

FABI / KEB

Kurs-Nr. ZOPE4002

Hinweis: Eine separate Ausschreibung mit weiteren Infos zu beiden Kursen ist im Internet oder bei der KEB erhältlich

# STUDIENTAGE FÜR PÄDAGOGISCHE MITARBEITER\*INNEN

## Lernen macht Freude -Schüler\*innen für das Lernen begeistern

In diesem Seminar erhalten Sie Tipps für die konkrete Anwendung und Vermittlung in der Grundschule. Lernen kann man lernen – das Gehirn lernt den ganzen Tag. Neurodidaktische Lernmethoden verhelfen dazu, dass diese Lernprozesse bewusst angesteuert werden.

**Ref.** Jens Friedrichs, Mental Trainer

Termin Sa. 07.10.2023 09:30 - 13:00 Uhr

Ort Kath. FABI / KEB

Kosten 35 € Kurs-Nr. ZOPE3004

# Improvisationstheater für die Grundschule

Improvisationstheater ist eine schnell zu lernende Theaterart, die ohne Kostüme, ohne Requisiten und ohne Text fast überall gespielt werden kann. Es geht um spontanes Agieren, um die Wahrnehmung der anderen, um das Entdecken der gemeinsamen Kreativität und vor allem um Spaß. So ist es eine niedrigschwellige theaterpädagogische Methode, die sich auch für Kinder im Grundschulalter ab 8 Jahren eignet und sich schnell in die Praxis umsetzen lässt.

Ref. Anne Harpenau, Lena Poppe Termin Sa. 18.11.2023

09:30 - 13:00 Uhr

Ort Kath. FABI / KEB Kosten 75 € Kurs-Nr. 70PF3008

## Emotionale und soziale Kompetenzen von Grundschulkindern fördern

Erfolg, Glück und sogar Gesundheit hängen weniger vom Intelligenzquotienten ab als von einem bewussten Umgang mit seinen Gefühlen, der emotionalen Intelligenz. Kinder müssen lernen, mit ihren Emotionen umzugehen. Dabei muss so manch eine Wut- oder Aggressionsphase ausgehalten werden. Dies braucht Geduld und Ausdauer, aber auch Unterstützung durch die Erwachsenen. Emotionale Kompetenz bedeutet, mit seinen eigenen Gefühlen und den Gefühlen anderer kompetent umgehen zu können. Dies ist ein wichtiger Erziehungsauftrag der Eltern, aber auch der Schule.

Bin ich wütend oder fröhlich, traurig oder müde? Wie entwickeln Kinder ein Gespür für ihre Gefühle? Und wie können sie von Seiten der Schule dabei unterstützt werden? Wie entsprechend auf Wut und Aggression von Seiten der Kinder reagiert werden kann.

Ref. Katja Werries, Dipl. Psycho-

login, System. Familienthe-

rapeut in

Termin Sa. 27.04.2024

09:30 - 13:00 Uhr Kath. FABI / KEB

Kosten 35 € Kurs-Nr. ZOPE4001

Ort

## Lerncoaching – Basic-Workshop

#### Vom Schwerlerner zum Gernlerner

Vielleicht kennst Du das: Wissensinhalte sind schwer zugänglich für Dich und herkömmliche Schulmethoden bringen Dich nicht weiter. Oder kennst Du die Situation: Zuhause hast Du alles gewusst, aber dann, wenn Du nach vorne musst ist alles wie gelöscht! Wie Du das mit einfachen, aber wirksamen Lerntechniken in den Griff bekommst. lernst du in diesem Seminar. Als Trainer für angewandte Neurodidaktik vermittelt dir der Referent spannende Wege, um sich Wissen anzueignen, mit Verständnis zu vertiefen und Wissensinhalte zum richtigen Zeitpunkt vollständig abzurufen.

Ref. Jens Friedrichs, Mental Trainer
Umfang 2x Sa. 09:00 - 13:00 Uhr

Beginn Sa. 11.11.2023 Ende Sa. 25.11.2023

Ort KHG Katholische Hochschul-

gemeinde, Lohstr. 16

Kosten 70 € Kurs-Nr. ZOPE3005





## Aufräumen im Alter

## Das Zuhause entrümpeln und organisiert vorsorgen

In Schweden nennt man es "Döstädning": Es ist die Kunst, im Alter aufzuräumen und ein organisiertes Zuhause zu hinterlassen. Was im ersten Moment vielleicht befremdlich klingt, ist ein großer Wunsch vieler älterer Menschen: Statt die Hinterbliebenen mit Gerümpel zu belasten, nehmen sie ihr Zuhause selbst in die Hand und räumen auf. Dieser Prozess kann sowohl emotional als auch sehr befreiend sein.

Ordnungsexpertin Denise Brauer ("Brauer bringt Ordnung") stellt in ihrem zweiteiligen Online-Kurs verschiedene Aufräummethoden vor, mit denen Sie eine Grundordnung für das Alter schaffen können. Dabei geht es nicht

nur um das Aufräumen der Wohnung oder des Hauses selbst, sondern auch um Aktenordner und Papiere: Welche Papiere sind wichtig, welche Unterlagen benötigen die Kinder (Stichwort Hinterbliebenenordner) für den Fall der Fälle und welche Papiere gehören zusammen in einen Aktenordner?

Im ersten Termin lernen die Teilnehmenden drei wirksame Aufräummethoden kennen und suchen sich einen Bereich aus, den sie aufräumen möchten. Im zweiten Teil sprechen sie wertfrei über Erfolge und Herausforderungen, berichten von Erfahrungen und gehen gemeinsam in den Austausch.

Ref. Denise Brauer

Umfang 2x Mo. 18:00 - 19:30 Uhr

Beginn Mo. 13.11.2023 Ende Mo. 04.12.2023 Ort digital - Zoom

Kosten 25 € Kurs-Nr. ZOKA3014



## Endlich aufgeräumt!

#### Mit einem Ordnungscoach den Familienalltag erleichtern

Familien haben besondere Ansprüche an ihr Zuhause: Schön und aufgeräumt, funktional und alles griffbereit. In der Realität sieht das oft anders aus: Geschirr, Wäsche und Gerümpel stapeln sich irgendwie immer wie von allein in Haus und Wohnung. Ordnungscoach Denise Brauer ("Brauer bringt Ordnung"), Mutter eines Grundschulkindes, setzt ihre Lösungen für diese Probleme im Alltag um: Wie starte ich im Kleinen für ein aufgeräumtes Zuhause?

Mit Tipps, die sich leicht im stressigen Familienalltag umsetzen lassen, zeigt sie im ersten Teil ihres Online-Kurses Schritte in eine Grundordnung. Gemeinsam misten wir aus: Es geht nicht nur um überflüssige Gegenstände, sondern auch um die analoge und digitale Ordnung von Papieren.

Beim zweiten Termin berichten die Teilnehmenden offen über ihre Aufräumerfahrungen und diskutieren über Wege, die neu gewonnene Ordnung zu erhalten. Hier werden auch Vorher-Nachher-Fotos der Teilnehmenden präsentiert.

Ref. Denise Brauer

Umfang 2x Di. 19:30 - 21:00 Uhr

Beginn Di. 27.02.2024 Ende Di. 19.03.2024

Ort digital - Zoom

Kosten 25 € Kurs-Nr. ZOKA4004



## Leben mit der Klimakrise

#### Tipps und Ideen für das private Umfeld

Um katastrophale Entwicklungen zu vermeiden, muss der Klimaschutz global und auf allen Ebenen gestärkt werden. Gleichzeitig müssen wir einsehen, dass wir viele Klimaveränderungen bereits jetzt nicht mehr aufhalten können und Wege finden müssen, damit umzugehen.

- Wie wandelt sich das Klima in den nächsten Jahrzehnten?
- Was kann ich im privaten Umfeld tun, um besser auf Starkregen, Hitze und Dürre vorbereitet zu sein?

Um diese und weitere Fragen geht es an diesem Abend.

Ref. Timo Kluttig, Klimafolgenan-

passungsmanager beim Landkreis Osnabrück

Termin Do. 23.11.2023

19:00 - 21:15 Uhr

Ort Kath. FABI / KEB

Kosten 5€

Kurs-Nr. ZONU3002



## **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

#### V

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

Leitung Maja Tabeling, Birgit Lemper

Termin nach Absprache
Kosten auf Anfrage

Kontakt





nwerk und BiEneG - Energie aus der Region

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

## 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.



## Online-Angebot -Yoga von Zuhause

Der Kurs wird online über die Plattform Zoom übertragen. Die Vorteile:

- Es entstehen keine Fahrtzeiten und -kosten.
- Der Lieblingsplatz wird zum Kursraum – ob zu Hause oder im Urlaub.
- ) Kein Nachhauseweg durch Dunkelheit und Regen nach der entspannenden Kursstunde – der Abend darf einfach direkt gemütlich weitergehen.
- Üben in sicherem Abstand und dennoch gemeinsam in einer Gruppe Gleichgesinnter.

**Ref.** Elke Sewöster

**Umfang** 10 Treffen, donnerstags

Termin Do. 05.10.2023

18:30 - 19:45 Uhr

Ort digital - Zoom

Kosten 80 €

Hinweis Benötigt wird eine Yoga-

oder Gymnastikmatte, eine Decke, ein Hocker oder Stuhl und wenn vorhanden, ein Sitzkissen oder Meditations-

bänkchen.

Der Kurs richtet sich als Präventionskurs grundsätzlich an Menschen, bei denen keine Kontraindikation vorliegt.

## Stadt Osnabrück

#### Yoga in Osnabrück - Schinkel

Ref. Dorothea Singbeil
Termin Di. 09:30 – 11:00 Uhr

Ort N.N.

#### Yoga in Osnabrück – Dodesheide

Ref. Helga Hanke

**Termin** Mi. 17:30 – 19:00 Uhr

Ort Kita Hl. Geist

## Yoga in Osnabrück - Haste

Ref. Maria Wille-Wulftange Termin Mo. 16:45 – 18:15 Uhr Ort Johannes-Prassek-Haus

#### 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,
Yoqa – Keller

#### Yoga in Osnabrück - Voxtrup

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

Hinweis: Ausweichtermin

Mo. 14:30 - 16:00 Uhr

## 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 Rulle

Ref. Barbara Lüpping
Termin Di. 17:00 – 18:30 Uhr
Ort Kolpinghaus Rulle

#### Yoga in Bersenbrück

Ref. Marion Schulte
Termin Mo. 17:30 – 19:00 Uhr
Ort Kath. Kindergarten Zur Freude

## Yoga in Bersenbrück

Ref. Marion Schulte
Termin Mo. 19:15 – 20:45 Uhr
Ort Kath. Kindergarten Zur Freude

#### 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 – 1

Termin Di. 16:45 – 18:15 Uhr Ort Kath. Pfarrzentrum St. Paulus Apostel

#### 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.

## Dekanat Osnabrück-Süd

#### Yoga in Holzhausen

Ref. Leonie Neumann
Termin Mi. 20:00 – 21:30 Uhr
Ort Kath. Pfarrzentrum
St. Antonius von Padua

#### Yoga in Holzhausen

Ref. Birgit Wittenberg
Termin Mo. 18:30 – 20:00 Uhr
Ort Kath. Pfarrzentrum
St. Antonius von Padua

#### Yoga in Kloster Oesede

Ref. Leonie Neumann
Termin Do. 09:00 – 10:30 Uhr
Ort Kath. Pfarrzentrum
St. Johann/St. Marien

#### Yoga in Melle

Ref. Christel Kreyenhagen
Termin Di. 18:00 – 19:30 Uhr
Ort Kath. Pfarrzentrum
St. Matthäus

#### Yoga in Gesmold

Ref. Martina Schierbaum
Termin 1 Mi. 09:30 – 11:00 Uhr
Termin 2 Mi. 17:45 – 19:15 Uhr
Termin 3 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



# Die Pflege zu Hause kann anstrengend sein.

Praktische Ideen, wie Sie effektiv helfen und dabei auf Ihren Rücken achten, gibt Ihnen unser Online-Portal, der BARMER Pflegecoach.

Schauen Sie sich das Thema "Bewegung wirksam unterstützen" an: rund um die Uhr, kostenlos und ohne Anmeldung.



www.barmer.de/pflegecoach

## "FORUM GESUNDHEIT"

## VORTRAGSREIHE DER NIELS-STENSEN-KLINIKEN

Im Rahmen der Vortragsreihe "Forum Gesundheit" informieren Chefärzte und Verantwortliche aus dem Krankenhaus St. Raphael Ostercappeln 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 sind kostenlos und finden aktuell online statt.
Online Teilnahme über: www.niels stensen kliniken.de/forum gesundheit

Weitere Infos zu dieser Reihe unter Telefon: 0541 502-2292.

## Lifestyle – kann ich mein Brustkrebsrisiko senken?

Ref. PD Dr. Thorsten Heilmann Termin Do. 17.08.2023, 19:00 Uhr

## Künstliche Hüft- und Kniegelenke

Ref. PD Dr. Olaf Rolf

Dr. Jürgen Apel

Termin Do. 21.09.2023, 19:00 Uhr

## Aktuelles aus der Chirugie

Aktuelles aus dem Lungen-

Dr. Ludger Hillejan

Termin Do. 16.11.2023, 19:00 Uhr

Dr. Petra Hoffknecht

Dr. Christoph Hünermann

zentrum

Ref.

Ref. Dr. Martin Gerdes

Termin Do. 14.12.2023, 19:00 Uhr

## Aktuelles aus der Pneumologie

Ref. Dr. Christoph Hünermann
Termin Do. 12.10.2023, 19:00 Uhr



# Schnupperkiste bestellen und 9€ sparen!









## 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.

Beate Winkler Ref. Termin 1 Do. 12.10.2023 Termin 2 Do. 23.11.2023 Termin 3 Do. 11.01.2024

jeweils 18:00 - 20:15 Uhr

Kath. FABI / KEB Ort

Kosten 15 €

Kurs-Nr. Z0GE3017, Z0GE3018, ZOGE4006

## Fit durch die Erkältungszeit

Husten, Schnupfen, Heiserkeit -Das könnte ein grippaler Infekt sein.

Hat es einen erwischt, sollen eine Vielzahl von unterschiedlichen Produkten Linderung verschaffen. Vitamine, Schüsslersalze, Pflanzenextrakte, Tees und synthetische Wirkstoffe sind nur einige Stichworte. Daneben existieren eine Vielzahl an überlieferten Hausmittelchen. Doch was nützt wirklich und was schadet vielleicht sogar? Was genau ist überhaupt ein Arzneimittel und was nicht? Zwei junge Pharmazeuten lichten mit Ihnen diesen Produktdschungel und geben etwas Orientierung.

Hannah Lemper und Ref. Clemens Müller

Termin Sa. 14.10.2023

10:00 - 12:15 Uhr Kath. FABI / KEB

Kosten 15€ Kurs-Nr. ZOGE3019

Ort

## **Biografisches Schreiben** Wo komme ich her, wo will ich hin?

#### Workshop-Reihe für Anfänger\*innen und Fortgeschrittene

In dieser Workshop-Reihe 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, als auch handfeste Tipps, wie bei der Ahnenforschung vorzugehen ist, holen jede\*n da ab, wo er oder sie gerade steht - und sollen auch Spaß machen!

Die Workshop-Reihe ist so angelegt, dass Teilnehmende jederzeit einsteigen können, da wir bei jedem Treffen das Thema Biografisches Schreiben von einem neuen Blickwinkel aus angehen.

Ref. Sigrid Lehmann-Wacker

Termin 1 Sa. 02.09.2023

14:00 - 18:00 Uhr

Termin 2 Sa. 14.10.2023 14:00 - 18:00 Uhr

Termin 3 Sa. 04.11.2023

14:00 - 18:00 Uhr Termin 4 Sa. 02.12.2023

14:00 - 18:00 Uhr

Ort Kath, FABI / KEB Kosten 40 €

Hinweis Erfahrungen im Schreiben

sind keine Voraussetzung. Auch jüngere Menschen sind

herzlich eingeladen.

Kurs-Nr. ZOKA3008 - 3011

## **Kreatives Schreiben:** Schreib dich frei

#### Tagebuch, Journaling und Co.: Innere Struktur und Gelassenheit durch Schreiben

Wir selbst sind oft unsere größten Kritiker. Dieser Kurs gibt Starthilfe, seine eigenen Gedanken und Gefühle zu ordnen, zu reflektieren und sich selbst etwas Gutes zu tun. Gemeinsam bauen wir in einem geschützten Rahmen die Angst vor dem weißen Blatt Papier ab. Mit verschiedenen Methoden geben wir einen Einstieg, wie freies Schreiben gelingen kann. Wie geht es mir heute? Was sind meine Ziele? Warum bin ich so gestresst? Freies Schreiben hilft, sich seinen unbewussten Gefühlen und Gedanken bewusst zu machen. Ob Tagebuch, Notizbuch, Journal oder Kalender: Schreiben macht glücklich!

Ref. Laura Baumann Termin 1 Di. 10.10.2023

09:00 - 12:00 Uhr

Termin 2 Mi. 07.02.2024

09:00 - 12:00 Uhr Kath. FABI / KEB

Kosten 30 €

Ort

Kurs-Nr. 70KA3012 + 70KA4002

( 43

## Das Geheimnis innerer Stärke – Resilienz für pflegende Angehörige

Resilienz meint die innere Stärke eines Menschen, Schwierigkeiten und Schicksalsschläge im Leben zu überwinden. In iedem Menschen ist diese Stärke bereits angelegt, sie kann entdeckt, entwickelt und trainiert werden. Mit dieser Kraft kann es gelingen, Krisen zu bestehen. Menschen, die ihre Angehörigen pflegen, sind oft vielfach belastet, sodass es sehr hilfreich sein kann, die Perspektive einmal auf die Kraftquelle Resilienz zu lenken. Das Seminar ist speziell für Menschen konzipiert, die eine nahestehende Person pflegen und wieder neue Energie und innere Stärke für den Alltag bekommen möchten.

Ref. Sandra Kötter, Resilienzund Entspannungstrainerin,

Trauerbegleiterin (BVT)

Termin Mi. 06.09.2023 09:00 – 16:30 Uhr

**Ort** Kath. FABI / KEB **Kosten** 80 € inkl. Mittagessen

Kurs-Nr. ZOKA3004

# Kraftquelle Resilienz in Zeiten der Trauer

Resilienz meint die innere Stärke eines Menschen, Schwierigkeiten und Schicksalsschläge im Leben zu überwinden. Mit dieser Kraft kann es gelingen, Krisen zu bestehen, sogar gestärkt aus ihnen hervorzugehen. In Zeiten der

Trauer scheint diese Kraft für Trauernde oft im Verborgenen zu liegen. Ein bewusstes Hinwenden auf die eigenen inneren Stärken kann helfen, in aller Dunkelheit helle Momente zu sehen, Kraftquellen und Augenblicke, die gut tun, zu erleben.

Ref. Sandra Kötter, Resilienz-

und Entspannungstrainerin,

Trauerbegleiterin (BVT)

Termin Do. 12.10.2023

09:00 - 16.30 Uhr

Ort Kath. FABI / KEB

**Kosten** 80 € inkl. Mittagessen

Kurs-Nr. ZOKA3005

## "DU FEHLST MIR SO" – Den Verstorbenen einen bleibenden Platz geben

"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, die Verstorbenen zu vergessen, denn sie sind und bleiben Teil unseres Lebens. Vielmehr gilt es, ihnen einen guten und bleibenden Platz in unserem Leben zu geben. 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

Termin Fr. 11.10.2024, 16:00 Uhr - Mo. 14.10.2024, 13:00 Uhr

Ort Gästehaus Caritas Inseloase, Marienstr. 18. Nordernev

Kosten 520 € für Übernachtung im

Einzelzimmer / 580 € im Doppelzimmer zur Alleinnutzung Inkl. Verpflegung

(Vollpension)

Hinweis Weitere Infos bei der KEB

unter Tel. 0541-35868-71

Kurs-Nr. ZOKA4001

## Trauer zulassen und drüber reden – eine Herzenswegreise mit Klangschalen und Malen

Angebot für trauernde Eltern von tod- und fehlgeborenen Kindern

Das vierteilige Seminar möchte trauernden Eltern einen Resonanzraum bieten für eine oft nicht gelebte und in der Gesellschaft tabuisierte Trauer über ihre "Sternenkinder". Mit kreativen Zugängen mit Klangschalen und durch Malen können Sie sich dem Thema Trauer nähern und mit anderen Betroffenen ins Gespräch kommen. Der Ton der Klangschale berührt deine Seele, er öffnet und begleitet deinen Herzensweg. Trauer braucht Wärme und der Klang beruhigt und umhüllt dich sanft. Wenn bereits alles gesagt ist oder dir die Worte verloren gegangen sind, bietet auch das Malen am 3. Abend die Möglichkeit, deiner Trauer auch in anderer Weise zu begegnen. Mit Farben und Formen kannst du sichtbar machen, was du wahrnimmst und was dich beschäftigt. Die Bilder helfen, deinen Gefühlen Gestalt zu geben und deine Seele sprechen zu lassen. Im freien, spontanen Malen ohne Bewertung und Deutung findest du Raum für Trost und Heilung.

Ref. Christiana Kipp, Heilpraktikerin für Psychotherapie, Fachkrankenschwester für Psychiatrie und Klangmassagenpraktikerin, Trauerbegleiterin

> fizierte Malbegleiterin nach Laurence Fotheringham Birgit Lemper, Trauerbeglei-

> Michaela Jedlitschka. Zerti-

terin (BVT)

Umfang 4x Di. 18:00 - 20:30 Uhr

Beginn Di. 29.08.2023 Ende Di. 10.10.2023

Ort Kath. FABI / KEB und Atelier

Seelenkraft.art, Mindener Str. 87, Bissendorf

Kosten 150 € (inkl. aller Farben und

Materialien für das Malen am 3. Termin)

Hinweis weitere Termine:

12.09., 26.09.2023, 18:00 – 21:00 Uhr im Atelier

Seelenkraft.art

Kurs-Nr. ZOKA3015

## 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 Atmosphäre entfalten? Und: lässt sich das mit der Kamera einfangen? Der Fokus liegt dabei auch auf Architektur, Raumatmosphäre und Perspektive.

Ref. Angela von Brill, Fotografin Termin Fr. 24.05.2024

17:00-22:00 Uhr,

Kameratechnik und fotografieren im Kreuzgang

Sa. 24.05.2024 06:00 -12:00 Uhr.

Exkursion zu den Klöstern

So. 25.05.2024 10:00 -13:00 Uhr, ausführliche Bildbesprechungen

Ort Kath. FABI / KEB, Kreuz-

gang St. Johann Osnabrück, Kloster Malgarten, Kloster

Lage-Rieste

Kosten 145€

Hinweis Bitte mitbringen: Kame-

raausrüstung, 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. ZOKK4001





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 wichtig war. Die intensive Textarbeit und die Spurensuche abseits touristischer Routine ergänzen einander und bringen die Orte und Stel-Ien zum Sprechen. Die Anreise erfolgt in eigener Verantwortung.

## **Gerhard Hauptmann** auf Hiddensee

Ref. Ort

Renate Hadank Termin So. 10.03. - Fr. 15.03.2024 Übernachtung: Hotel Hitthim, Kloster Hotel- und Gastronomie GmbH. Hafenweg 8 Seminarraum: Kirchengemeinde Kloster/

Hiddensee

## **Annemarie Schimmel** in Erfurt

Ref. Dr. Konrad 7aiss

Ort

Termin So. 07.04. - Fr. 12.04.2024 Bildungshaus St. Ursula,

( 45

Katholische Heimvolkshochschule. Trommsdorffstraße

29. Erfurt

## Freud in Wien

Ref. Termin Ort

Heide Kyek und Anita Djafari Mo. 19.08. - Sa. 24.08.2024 Kardinal König Haus, Bildungszentrum der Jesuiten und der Caritas gemeinnützige GmbH, Kardinal-Köniq-Platz 3, Wien

#### Hinweis:

Weitere Informationen zu Inhalten, Kosten und organisatorischen Fragen unter www.keb-os.de

## **GEWALTFREIE KOMMUNIKATION UND MEDIATION**



Ausbildung in Mediation auf der Grundlage der Gewaltfreien Kommunikation nach Marshall B. Rosenberg

Die Ausbildung ist eine Kooperationsmaßnahme des Bildungswerks ver.di und der EEB Osnabrück

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.

Ref. Nicole Rahe Leitung Christian Bode Umfang 9 Module

7 x 2 Tage:

Fr. 10:00 - 18:00 Uhr und Sa. 09:00 - 17:00 Uhr

2 x 5 Tage:

Mo. 10:00 - 18:00 Uhr und Di. - Fr. 09:00 - 17:00 Uhr

Ende Ort

Beginn Fr. 20.11.2023, 18:00 Uhr Sa. 16.11.2024, 17:00 Uhr Christuskirchengemeinde

Belm (Wochenenden) Kath. FABI / KEB

Kosten 4.224 €

Hinweis Weitere Informationen und Anmeldemöglichkeit unter 0541 35740-30 oder Bettina.fuchs@bw-verdi.de.

## Digital Kompass - Hilfe für Fragen rund um Smartphone, Tablet, Internet

Wie wir uns informieren, wie wir einkaufen, wie wir lernen, wie wir miteinander kommunizieren, ärztlichen Rat einholen, arbeiten, unseren Urlaub planen. Medien konsumieren oder Dienstleistungen der öffentlichen Verwaltung in Anspruch nehmen - wohl nie zuvor wurde unser Alltag und unser Berufsleben in so kurzer Zeit so tiefgreifend verändert. Viele Menschen können dieser Entwicklung nicht mehr folgen.

Hilfe gibt es beim Digital-Kompass durch ehrenamtliche Internetlots\*innen und Fachreferent\*innen.

#### Was ist der Digital-Kompass?

Spezialität des Digital-Kompass ist die Unterstützung für Menschen mit wenig Erfahrung in der digitalen Welt und für langsame Lerner\*innen.

Mit Angeboten rund um Internet und Co. wendet sich der Digital-Kompass ausdrücklich auch an ältere Menschen. Doch nicht nur Menschen über 60 können das Wissen der Internetlots\*innen beim digitalen Stammtisch anzapfen. Menschen jeden Alters soll ermöglicht werden das Internet sicher nutzen zu können egal ob mit dem PC, dem Tablet oder dem Smartphone. Hier bietet der Digital Kompass gute Startbedingungen für erste Schritte genauso wie für spezielle Fragen. Durch die Zusammenarbeit mit dem Exil e.V. Osnabrück wird das Projekt in Osnabrück durch einen

weiteren Baustein ergänzt: die interkulturelle Begegnung.

Wenn Sie selbst als Internetlots\*in aktiv werden möchten - melden Sie sich gerne bei Dagmar Teuber-Montico Tel. 0541 3586874

Leitung Dagmar Teuber-Montico und Ehrenamtliche der Digital Kompass Standorte

Termin 1 montags, 10:00 - 12:00 Uhr Gemeindehaus St. Ansgar, Ort

Nahner Kirchplatz 1

Kurs-Nr. ZOMED3001 Termin 2 donnerstags,

10:00 - 12:00 Uhr

Ort Gemeinschaftszentrum Lerchenstr., Nettequartier,

Lerchenstr. 135

Kurs-Nr. ZOMED3003

Termin 3 freitags, 10:00 - 12:00 Uhr Ort Gemeindehaus, ev.-luth. Jakobusgemeinde, Ölweg 23, Osnabrück

Kurs-Nr. ZOMED3004

Hinweis Mitzubringen: Eigenes

Smartphone oder Tablet, falls vorhanden / Ein Laptop kann gestellt werden.



## Erstorientierung und Deutsch lernen für Asylbewerber\*innen- EOK

Übergreifendes Ziel der Kurse ist es, Asylbewerber\*innen in ihren speziellen Lebenssituationen zu unterstützen. Sie erhalten die Möglichkeit, landeskundliches Wissen zur Erstorientierung verbunden mit einfachen Deutschkenntnissen zu erwerben. Um dieses 7iel zu erreichen, sollen sich die Kursteilnehmenden Kenntnisse über Themengebiete aneignen, die für sie von besonderer Wichtigkeit sind, wie z.B. über Einrichtungen ihrer Umgebung inkl. Behörden, Regelungen der medizinischen Versorgung sowie der in Deutschland geltenden Werte, Normen und Gepflogenheiten des Zusammenlebens. Sie erlernen dabei Grundbegriffe und sprachliche Wendungen dieser Sachgebiete, die sie in einfachen Sätzen anwenden können. Dies soll den Asylbewerber\*innen die Eintrittsphase in Deutschland erleichtern.

#### Osnabrück

Ref. Heinrich Funke, Uli Rücking

Olaf Perrey

Umfang 300 UStd., 75x, 5x in der

Woche, 17 Wochen

Mo. - Fr. 09:00 - 12:15 Uhr

Beginn Mo. 14.08.2023 Ende Do. 30.12.2023 Ort Teuteburgschule

#### Melle

Ref. Marianne Franke

Umfang 200 UStd., 40 Treffen, 2-3x

in der Woche, 16 Wochen

Mo. (14-tägig), Mi. und Fr. von 09:00 - 13:15 Uhr

Beginn Mo. 18.08.2023 Ende Fr. 22.12.2023

Ort Kath. Pfarrheim St. Matthäus

#### Ostercappeln/ Bad Essen

**Ref.** Sandra de Kock

Umfang 300 UStd., 49 Treffen, 4x in

der Woche, 12 Wochen Mo., Di., Mi. und Do. von

08:30 - 13:30 Uhr

Beginn Do. 17.08.2023

Ende Do. 23.11.2023

Ort voraussichtlich

Kath. Pfarrheim

# Deutsch als Fremdsprache – Alphabetisierung

Im Alphabetisierungskurs werden die Teilnehmenden lateinisch alphabetisiert und lernen gleichzeitig Deutsch. Darüber hinaus lernen die Teilnehmenden Lernstrategien kennen und lernen, wie sie sich selbst und untereinander helfen können. Zudem sollen die Teilnehmenden erfahren, was in ihnen steckt und dass auch sie am gesellschaftlichen Leben aktiv teilnehmen können.

#### Melle

Ref. Marianne Franke

Umfang 100 UStd., 33 Treffen, 2-3x

in der Woche, 13 Wochen Mo. (14-tägig), Mi. und Fr. von 09:00 – 11:30 Uhr

Beginn Mo. 08.01.2024 Ende Fr., 19.04.2024

Ort Kath. Pfarrheim St. Matthäus

## Deutsch als Fremdsprache – Einstiegskurs für geflüch– tete Ukrainer\*innen A1

Im Kurs werden Grundbegriffe und sprachliche Redewendungen vermittelt, die die Geflüchteten in den jeweiligen Situationen anwenden können. Wesentliche Themen sind: Alltag in Deutschland, Einkaufen, Wohnen, Mobilität, Gesundheit, Kindergarten/ Schule, Arbeit, Mediennutzung, Sitten und Gebräuche, regionale Besonderheiten. Sprechen über sich und andere und soziale Kontakte. Die mündliche Kommunikation über die jeweiligen Themen steht im Mittelpunkt des Unterrichts, die Vermittlung von Grammatikkenntnissen erfolgt im Zusammenhang des jeweiligen Themas. Der Kurs arbeitet überwiegend mit dem Buch "Einfach los! Deutsch für Asylbewerber" A1. Am Ende des Kurses wird das Ziel angestrebt, dass die Teilnehmer\*innen mit dem Zertifikat A1 den Kurs abschließen.

#### Osnabrück

**Ref.** Anke Lange

Umfang 500 UStd., 85x, 5x in der

Woche, 21 Wochen

Mo. - Fr. 09:00 - 13:15 Uhr

Beginn Mo. 08.01.2024 Ende Fr. 21.06.2024

Ort Eversburg oder Schinkel

# Deutsch als Fremdsprache – Aufbaukurs für geflüchtete Ukrainer\*innenA1+/A2

Die geflüchteten Personen werden an vier Tagen in der Woche über die Erarbeitung der Inhalte verschiedener Themengebiete Deutschkenntnisse erlangen, die für ihren Alltag in Deutschland von besonderer Bedeutung sind. Der Kurs baut auf den Grundbegriffen und sprachlichen Redewendungen auf, die in einem EOK oder A1 Kurs vermittelt wurden. Am Ende des Kurses wird das Ziel angestrebt, dass die Teilnehmerinnen mit dem Zertifikat A2 den Kurs abschließen. Zugangsvoraussetzungen: Eine entsprechende Einstufung nach einem persönlichen Beratungsgespräch, evt. A1 Prüfungsabschluss oder Teilnahmebescheinigung über einen FOK oder A1 Kurs.

#### Osnabrück

**Ref.** angefragt

Umfang 300 UStd., 75x, 5x in der

Woche, 21 Wochen

Mo. - Fr. 09:00 - 12:15 Uhr

Beginn Mo. 11.12.2023 Ende Fr. 21.06.2024 Ort Teuteburgschule

#### Melle

**Ref.** Sandra de Kock

Marianne Franke

Umfang 365 UStd., 73 Treffen, 2x in

der Woche, 32 Wochen Mo – Fr 09:00 – 13:15 Uhr Di und Do 09:00 – 13:15 Uhr (nach den Sommerferien)

Beginn Mo. 26.06.2023

Ende Do. 18.04.2024

Ort Kath. Pfarrheim St. Matthäus

#### Ostercappeln/ Bad Essen

**Ref.** Sandra de Kock

Umfang 336 UStd., 56 Treffen, 4x in

der Woche 6UE, 14 Wochen-

Mo., Di., Mi. und Do. von 08:30 - 13:30 Uhr

BeginnMo. 27.11.2023EndeDo. 29.02.2024Ortvoraussichtlich

Kath. Pfarrheim

#### Hunteburg

Ref. Bernhard Rönker Umfang 200 UStd., 93 Treffen,

3x in der Woche 2-4UE,

31 Wochen

Beginn Mo. 04.09.2023 Ende Do. 21.06.2024 Ort voraussichtlich

Kath. Pfarrheim

## Deutsch als Fremdsprache – Aufbaukurs für geflüchtete Ukrainer\*innen B1

Die geflüchteten Personen werden an vier oder fünf Tagen in der Woche über die Erarbeitung der Inhalte verschiedener Themengebiete Deutschkenntnisse erlangen, die für ihren Alltag in Deutschland von besonderer Bedeutung sind. Der Kurs baut auf den Grundbegriffen, sprachlichen Redewendungen und den Grammatikkenntnissen auf, die in einem A2 Kurs vermittelt wurden. Am Ende des Kurses wird das Ziel angestrebt, dass die Teilnehmer\*innen mit dem Zertifikat B1 den Kurs abschließen. Zugangsvoraussetzungen: Eine entsprechende Einstufung nach

einem persönlichen Beratungsgespräch und nach Möglichkeit ein A2 Zertifikat nach dem Europäischen Referenzrahmen.

#### Melle

**Ref.** Marianne Franke

Umfang 180 UStd., 41 Treffen, 5x in

der Woche, 9 Wochen

Mo. - Fr. 09:00 - 13:15 Uhr

(Mo. 14-tägig)

Beginn Di. 23.04.2024 Ende Do. 27.06.2024

Ort Kath. Pfarrheim St. Matthäus

#### Ostercappeln/ Bad Essen

Ref. Sandra de Kock

Umfang 318 UStd., 49 Treffen, 4x in

der Woche, 12 Wochen Mo., Di., Mi. und Do. 08:30 – 13:30 Uhr

Letzten 3 Wochen auch Fr Prüfungsvorbereitung (18

UE)

Beginn Mi. 03.04.2024
Ende Do. 28.06.2024
Ort voraussichtlich
Kath. Pfarrheim

## Deutsch für Frauen mit Kinderbetreuung

Die geflüchteten Frauen werden zunächst an 3 Tagen in der Woche mit 3 Unterrichtsstunden über die Erarbeitung der Inhalte verschiedener Themengebiete Deutschkenntnisse erlangen, die für ihren Alltag in Deutschland von besonderer Bedeutung sind. Im Kurs werden Grundbegriffe und sprachliche Redewendungen vermittelt, die sie in den jeweiligen Situationen anwenden können. Der Kurs läuft in enger Verknüpfung mit der Caritas und Diakonie, in Kooperation mit diesen Einrichtungen wird der Kursgruppe eine sozialpädagogische Begleitung angeboten. Außerdem werden die Frauen durch Sozialarbeiterinnen den Sozialraum der jeweiligen Kommune und der Stadt Osnabrück entdecken. Dies soll den Frauen bei der Bewältigung von Alltagsproblemen helfen, sich besser und selbständiger zu orientieren, um eine Teilhabe am gesellschaftlichen Leben besser zu ermöglichen.

#### Melle

Ref. Martin Becker

Umfang 180 UStd., 3x in der Woche,

Mi., Do., Fr. 08:45 - 11:15 Uhr

Beginn Mi. 21.06.2023
Ende Do. 22.12.2023
Ort Diakonisches Werk,
Riemsloher Str. 5. Melle

#### Melle

Ref. Martin Becker

Umfang 154 UStd., 51 x, 3x in der

Woche, Mi. Do. Fr. 08:45 – 11:15 Uhr

Beginn Mi. 08.01.2024 Ende Do. 21.06.2024 Ort Diakonisches Werk,

Riemsloher Str. 5, Melle

## Deutsch für den pädagogischen Beruf

Dieser Sprachkurs begleitet Personen, die sich auf einen Pädagogischen Beruf vorbereiten möchten. Besonders Lehrpersonen oder Personen mit vergleichbaren Berufen aus anderen Herkunftsländern können als Pädagogische/r Mitarbeiter\*in an Grundschulen tätig werden oder eine Ausbildung zum/zur Sozialassistent\*in beginnen. Voraussetzung dafür sind gute Deutschkenntnisse mindestens auf dem Niveau B1/B2. In diesem Sprachkurs lernen Sie pädagogische Fachbegriffe und das Deutsche Schulsystem besser verstehen. Folgende Inhalte werden unterrichtet: Berufsbezogene Sprachvermittlung auf dem Niveau B2, das deutsche Schulsystem, die demokratische Grundordnung Deutschlands, Kinderrechte, Arbeiten in Deutschland, Sozialraum- und Berufsorientierung.

#### Osnabrück

**Ref.** Sandra de Kock

Umfang 170 UStd., 49 Treffen, 1x in

der Woche 6 UE, 28 Wochen

Mo. 08:30 - 13:30 Uhr

Beginn Mo. 21.08.2023 Ende Mo. 17.06.2024

Ort Franz von Assisi-Schule oder

Kath, FABI / KEB





## Dekanat Osnabrück Stadt

54 Pfarrei Dom St. Petrus

mit den Gemeindeorten

- ) Dom St. Petrus, Innenstadt
- ) St. Barbara, Westerberg
- ) Herz Jesu, Innenstadt
- ) Liebfrauen, Eversburg
- > St. Matthias, Pye

55 Pfarrei Christus-König mit den Gemeindeorten

- ) Christus-König, Haste
- > St. Franziskus, Dodesheide
- ) Heilig Geist, Sonnenhügel
- 58 Pfarrei St. Johann mit den Gemeindeorten
- ) St. Johann, Innenstadt
- Maria Königin des Friedens, Sutthausen
- > St. Pius, Kalkhügel

59 Pfarrei Hl. Kreuz

mit den Gemeindeorten

- ) Heilig Kreuz, Schinkel
- ) St. Maria Rosenkranz, Schinkel-Ost
- ) St. Bonifatius, Widukindland

62 Pfarrei St. Elisabeth

mit den Gemeindeorten

- **)** St. Elisabeth, Weststadt
- > St. Wiho, Hellern
- ) St. Josef, Hasbergen

64 Pfarrei St. Joseph

mit den Gemeindeorten

- ) St. Joseph, Schölerberg
- > St. Ansgar, Nahne
- ) Heilige Familie, Schölerberg
- ) St. Antonius, Voxtrup
- Maria Hilfe der Christen, Lüstringen

54 ) Dekanat Osnabrück Stadt Dekanat Osnabrück Stadt ( 55

#### 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: Gisela Lingemann Tel. 0541 129537

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

## ST. MATTHIAS, PYE

Leitung: Pfarrbüro St. Matthias Tel. 0541 123315

#### kfd – Veranstaltungen

Vorträge, Gespräch, Information Leitung Carmen Meyerrose Andrea Witte

#### Seniorengesprächskreis Kolpingsfamilie

Leitung Anne Gattmann
Termin 1x im Monat Mi. oder Do.

# Gemeinsame Lebensschritte für Eltern und Kind

Eltern-Kind-Gruppen
Info Karin Witte, Pfarrbüro

## **Unterwegs auf Gottes Spuren**



Beatrice von Weizäcker

## Vater unser, Gebet meiner Sehnsucht

Ein persönliches Buch, das dazu herausfordert, die vertrauten Worte des Vaterunsers neu zu entdecken.

18,-€



Erich Koslowski

#### Wie fang ich an

Gebete für heute. Eine Ermutigung, sich heute aufs Beten einzulassen

28,-€

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



## PFARREI CHRISTUS-KÖNIG

Christus-König, St. Franziskus, Heilig Geist

## CHRISTUS-KÖNIG, HASTE

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

## HEILIG GEIST, SONNENHÜGEL

Leitung: Elisabeth Jacobs Tel. 0541 65583

elisabethjacobs@osnanet.de

Aktuelles ist zu finden auf der Gemeindehomepage https://www.christus-koe-nig-os.de/gemeindeleben/gruppen-und-verbaende/

#### Frauengesprächskreis – Richtig gut leben – Gruppe 99

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

Hinweis Bitte Homepage und Pfarr-

brief beachten

#### Frauengesprächskreis – Richtig gut leben – Gruppe 92

Leitung Veronika Jungesbluth Termin jeden 3. Di. im Monat,

19:00 Uhr

Ort Pfarrzentrum Hl. Geist, Lerchenstr. 91

Hinweis Termine werden örtlich bekannt gegeben

## Frauengesprächskreis – Richtig gut leben – Gruppe 83

Leitung Gabriele Rott

Termin jeden 2. Di. im Monat,

19:30 Uhr

Ort Pfarrzentrum Hl. Geist,

Lerchenstr. 91

#### Frauengesprächskreis – Richtig gut leben – "Die Sonntagsfrauen"

Leitung Hildegard Herschbach
Termin jeden 1. So. im Monat
Ort wird örtlich bekannt gegeben

#### kfd in der Pfarrei Christus König

- Sept. 2023
   375 Jahre Westfälischer Frieden "Königin Christina von Schweden"
- Do. 19.10.2023Wir lieben Bücher Buchvorstellungen
- Do. 09.11.2023 Gedenken an die Verstorbenen
- Di. 21.11.2023
  Einkehrtag im Kloster Nette
- Di. 28.11.2023 Lichterfeier im Kloster Nette
- Mi. 06.12.2023
  Advent Zeit der Besinnung
- Mi. 13.12.2023Advent Zeit der Besinnung

56 ) Dekanat Osnabrück Stadt Dekanat Osnabrück Stadt C 57

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

Leitung Ulla Diekhoff

Termin jeden 1. Mi. im Monat, in der Regel 19:30 Uhr

Ort Pfarrzentrum Hl.Geist,

Lerchenstr. 91

) 06.09.2023

Der Frieden in Osnabrück / Maria Richter

) 04.10.2023

Frauen in der Politik – damals und heute / Gisela Pütker

) 01.11.2032

Zeigt euch! Namenlose Frauen der Bibel / Angelika Hanesch und Gisela Pütker

) 06.12.2023

Kreativität und ihre Bedeutung für die Lebensfreude / Heike Kremer

10.01.2024

Dorothee Sölle – feministische Dichterin und Theologin / Elisabeth Jacobs

) 07.02.2024

WGT der Frauen: Palästina: Ich bitte euch...ertragt einander in Liebe / Angelika Hanesch und Helene Dieckmann-Hoffmann

) 06.03.2024

Kreuzweg der Frauen / Ulla Diekhoff

) 03.04.2024

Welche Themen beschäftigen uns aktuell? / N.N.

aktuell? / N.N. ) 05.06.2024

Das Kolumbarium in St. Josef, Belm / Gabriele Rott

) 06.07.2024 Lesen, lesen, lesen – was muss frau gelesen haben? / N.N.

#### Kolpingsfamilie Haste/Dodesheide

Leitung Martin Hülsmann

Termin wird örtlich bekannt gegeben
Ort wird örtlich bekannt gegeben

#### Bibelgesprächskreis

Ort

Texte des Neuen Testaments und aktuelle kirchliche Themen

Leitung Elisabeth Schulze

Termin 1x im Monat donnerstags ab

Do. 03.08.2023, 16:00 – 18:15 Uhr Grothausweg 11

# Gesprächskreis Aktuelles in Kirche und Weltpolitik

Leitung Elisabeth Schulze
Termin 1x im Monat freitags

19:00 - 21:15 Uhr (evtl. bis

22:00 Uhr)

Ort Grothausweg 11

## Frauengesprächskreis – Richtig gut leben – Montagskreis

Leitung Agnes Wöstmann

Termin wird örtlich bekannt gegeben Ort wird örtlich bekannt gegeben

#### Hatha Yoga

) siehe unter Yoga Angebote Seite 36

#### **Tanzkreis**

Leitung Juliane Placke

Termin mittwochs, 10:00 – 11:15 Uhr

donnerstags, 10:00 - 11:15 Uhr

Ort Pfarrheim Hl. Geist

#### Johannes Prassek Kreis

Leitung Wilfried Sondermann

Termin wird örtlich bekannt gegeben
Ort wird örtlich bekannt gegeben

Hinweis ca. 6 Treffen im Jahr

#### Mittwochtreff

Leitung Ulla Gräuler

Termin wird örtlich bekannt gegeben
Ort wird örtlich bekannt gegeben

Hinweis 1x im Monat (Treffen und Ort nach Vereinbarung)

#### Montagskreis

Leitung Agnes Wöstmann

Termin wird örtlich bekannt gegeben
Ort wird örtlich bekannt gegeben

# 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

 16.08.2023
 Bildvortrag über Königgrötz – Stadt in Tschechien / Uta Butke

) 20.09.2023 Informationen über Anspruch und Antrag zum Reha-Sport / Marion Plegge

 ) 10.10.2023
 Ökumenisches Gespräch – christliche Gemeinschaft entdecken

21.11.2023 (Di.) Einkehrtag im Kloster Nette

13.12.2023Advent – Zeit der Besinnung



Dekanat Osnabrück Stadt Dekanat Osnabrück Stadt Stadt Company Company

#### PFARREI ST. JOHANN

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

#### ST. JOHANN, INNENSTADT

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

Alle Veranstaltungen finden, wenn nicht anders angekündigt, im Kapitelhaus, Johannisfreiheit 12 statt.

#### Die Bibel lebendig werden lassen Bibliodrama

Bibelseminar für Interessierte

Ref. Roberto Piani

Termin 1x monatlich, letzter Di.

20:00 - 22:30 Uhr

Ort Kapitelsaal St. Johann

#### Frauengesprächskreis – Richtig gut leben – Mittwochs-Frauen

Offener Gesprächskreis für Frauen zum Thema Frauen in Kirche und Gemeinde

Info Stefanie LünnemannTermin 1 x monatlich, jeden 3. Mi.

20:00 - 22:00 Uhr

# Frauengesprächskreis Richtig gut leben

Leitung Margret Pope und Anneliese

Flaspöhler

Termin wird örtlich bekannt gegeben

0rt

wird örtlich bekannt gegeben

## MARIA KÖNIGIN DES FRIEDENS, SUTTHAUSEN

Leitung: N.N.

Die örtliche Leitung ist z. Z. unbesetzt. Bei Fragen melden Sie sich bitte im Pfarrbüro, Tel. 0541 59193 oder bei Brigitte Mayer.

## ST. PIUS, KALKHÜGEL

Leitung: Christel Mönkediek Tel. 0541 85139

Alle Veranstaltungen finden, wenn nicht anders angekündigt, im Gemeindesaal, Knappsbrink 50 statt.

#### kfd Veranstaltungen

Leitung Marion Fischer
Claudia Deckert

#### Fit für die kfd

Ref. kfd-Team

Termin Di. 26.09.2023, 15:30 Uhr

# Jahreshauptversammlung der kfd St. Pius

Termin Di. 26.09.2023,15:00 Uhr

#### Frauengesprächskreis – Richtig gut leben – Rackelis

Leitung Claudia Deckert

Termin wird örtlich bekannt gegeben Ort wird örtlich bekannt gegeben

#### Frauengesprächskreis – Richtig gut leben – Club Tangente

Leitung Marion Fischer

Andrea Deeken

Termin wird örtlich bekannt gegeben
Ort wird örtlich bekannt gegeben

#### Seniorengesprächskreis Leben, loben, lachen

Leitung Christel Mönkediek

- Do. 17.08.2023, ab 13:30 Uhr Nachhaltigkeit im Garten
- Do. 19.10.2023, ab 15:00 Uhr spielerisches Gedächtnistraining
- Do. 07.12.2023, ab 15:00 Uhr besinnliche Adventszeit

# Gemeinsame Lebensschritte für Eltern und Kinder

Eltern-Kind-Gruppen
Info Jeanette Kater

## Gedächtnistrainer\*innen im Austausch

Mit dem Gedächtnis auf du und du Ref. Christel Mönkediek Termin jeden 1. Di. im Monat 10:00 – 12:00 Uhr

#### Vernetzungstreffen des Besuchsdienstes von St. Johann

Dasein – Hinhören – Begegnen

Ref. Anja Höge Termin 1x im Monat 19:00 – 21:15 Uhr

#### 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.

#### 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

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

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

#### Das alles kann das Smartphone

Leitung Helmut Korte

Termin jeden 1. und 3. Mo. im Mo-

nat, jeweils um 15:00 Uhr

Dekanat Osnabrück Stadt Dekanat Osnabrück Stadt Conduction (61)

#### Seniorengesprächskreis Leben, loben, lachen

Vorträge über kirchliche und gesellschaftliche Themen Leitung Beate Kuhlmann

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

- ) 19.09.2023 Besuch mit Führung der Sonderausstellung "Dem Frieden ein Gesicht geben"
- ) 10.10. / 17.10.2023 Ökumenischer Seniorennachmittag - Erntedank
- ) 21.11.2023 "Vergiss mein nicht"
- ) 05.12.2023 Der Adventskalender
- 16.01.2024 Stunde der Wintervögel
- ) 02.02.2024 Glaubenstag der Senioren
- 13.02.2024Karneval der SeniorengruppenBoni Ro Heilig Kreuz
- ) 20.02.2024 Karneval
- ) 19.03.2024 Der soziale Laden "Jedes Kind braucht einen Engel"
- ) 09.04.2024 Digitale Helfer\*innen im Alltag
- 16.04.2024 Digitale Helfer\*innen im Alltag
- ) 16.05.2024 Was verbindet uns mit Pfingsten?
- ) 21.05.2024 Mit Maria in den Mai
- 18.06.2024 Fahrt in die Welt

29.06.2024 Ausflug aller Senior\*innen

# Im Gespräch über Gott und die Welt

Termin jeden 1. Fr. im Monat um 14:30 Uhr

#### HEILIG KREUZ, SCHINKEL

Leitung: Maria Lückmann Tel. 0541 73745

#### Seniorengesprächskreis Leben, loben, lachen

Vorträge und Gespräche über kirchliche und gesellschaftliche Themen

Leitung Roswitha Schminder, Sigrid Wirth, Christiane Höving

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

Ort Pfarrheim Hl. Kreuz, Schützenstraße 87

- ) 23.08.2023 "Wiedersehen macht Freude"
- ) 27.09.2023 Schönheit der Schöpfung - Erntedank (mit kfd)
- ) 25.10.2023 Märchen und Rätsel
- ) 22.11.2023 "Rund um die Beerdigung"...
- ) 13.12.2023 Advent - Zeit der Besinnung (mit kfd)
- ) 24.01.2024 Spielenachmittag mit Gedächtnisspielen Bingo
- ) 27.03.2024 "Die Auferstehung" Wir bereiten uns auf Ostern vor

) 24.04.2024 "Jedes Kind braucht einen Engel" – Infos zum Sozialen Laden

- 22.05.2024 "Maria Marienkönigin"
- > 29.06.2024 Ausflug aller Senior\*innen

## ST. MARIA ROSENKRANZ, SCHINKEL-OST

Leitung: Walter Leineweber Tel. 0541 388544

Alle Veranstaltungen finden, wenn nicht anders angekündigt, im Pfarrzentrum, Windthorststr. 60 statt.

#### Sticken oder Stricken - gewusst wie!

Handarbeitskreis
Leitung Anneli Flohre
Termin jeden 2. Mo. im Monat,
15:00 - 17:15 Uhr

#### Seniorengesprächskreis Leben, loben, lachen

Leitung Walter Leineweber,
Termin Do. 17.08.2023 – 29.06.2024
jeder 3. Do. im Monat
14:30 – 17:30 Uhr

- 17.08.2023
  Einstieg nach den Ferien
- 21.09.2023"Wen oder was erkennst du"? –Gedächtnistraining
- ) 12.10.2023 Erntedank mit den Senioren der evangelischen Jakobusgemeinde
- 16.11.2023
   "Ein Räuchernachmittag" verschiedene Harze und Weihrauch

21.12.2023 Advent, Zeit der Besinnung

> 18.01.2024 Spielenachmittag mit Bingo

- ) 21.03.2024 "Die Auferstehung – christliche Hoffnung" – wir bereiten uns auf Ostern vor
- ) 18.04.2024 Leben bis zuletzt – Infos zur Vorsorgevollmacht
- 21.05.2024 "Mit Maria in den Mai" (Lied in Rosenkranz-Schublade)
- 29.06.2024
  Ausflug aller Senior\*innen

#### Frauentreff - Richtig gut leben

Leitung Claudia Lampe, Petra Göcken Termin jeden 1. Mo. im Monat, 19:00 – 21:00 Uhr

# kfd – Frauengesprächskreis – Richtig gut leben

Leitung Barbara Schürmann Termin jeden Mi. der geraden Wochen

- 23.08.2023
  Urlaubszeit, Stress oder Erholung?
- ) 06.09.2023 Gesellschaftsspiele
- 20.09.2023 Medienberichte – Ängste, Sorgen
- ) 18.10.2023 Wir feiern Erntedank
- ) 31.10.2023 Herbstliche Lieder und Texte
- ) 15.11.2023 Nordische Sagen und Mythen
- ) 29.11.2023 Ist Advent für uns noch eine "stille" Zeit?

Dekanat Osnabrück Stadt Dekanat Osnabrück Stadt Conabrück Stad

- 13.12. 2023 Advent, Zeit der Besinnung
- ) 10.01. 24 Was wünschen wir uns vom neuen Jahr?
- ) 24.01.2024 Was hat uns im vergangenen Jahr beschäftigt?
- ) 07.02.2024 Karneval – eine fröhliche Zeit!
- ) 21.02.2024 Informationen zum Weltgebetstag der Frauen

- ) 06.03.2024 Mein Leben als Frau – Internationaler Frauentag
- ) 20.03.2024 Ostergrüße an kranke kfd-Frauen
- 17.04.2024 Endlich Frühling
- 15.05.2024 Wir begrüßen den Mai mit Lieder und Texten
- ) 29.05.2024 Was bedeutet mir das Treffen mit dem kfd-Frauenkreis?

## PFARREI ST. ELISABETH

St. Elisabeth, St. Josef, St. Wiho

## ST. ELISABETH, WEST-STADT

Leitung:

Helene Dieckmann-Hoffmann Mail: helene.dieckmann-hoff mann@web.de

Klementine Berg

Mail: Klementine Berg@gmx.de

Alle Veranstaltungen finden, wenn nicht anders angekündigt, im Gemeindehaus, Rückertstr. 2 statt.

# Seniorengesprächskreis (St. Elisabeth) Leben, loben, lachen

Leitung Margarete Raming und Annette Leimkuhle Termin Do. 08.06. – 14.12.2023

15:00 - 18:00 Uhr

) Leben: Was dem Leben Orientierung Sinn und Halt gibt

- Loben: Was das Leben prägt und wie wir damit umgehen
- Lachen: Was das Leben erfeut und wie wir unsere Dankbarkeit äußern können

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

Leitung Jutta Beitz

Termin jeden 3. Mi. im Monat 15:00 – 18:00 Uhr

- ) Wege des Friedens Ausstellung
- ) Osnabrücker Geschäfte früher Ausstellung
- ) Feste und Rieten, die Kraft geben

#### Männer und mehr

Männer in Gesellschaft und Kirche

Ref. Ludwig Berg

Termin Mi. 19:00 – 22:00 Uhr

#### Frauen in Gesellschaft und Kirche

Ref. NN

Termin Di. 15:00 - 18:00 Uhr

#### Erstkommunionkatechese

Christus begegnen – Christus feiern

Ref. Nadine Frühauf

Termin wird örtlich bekannt gegeben,

19:30 - 22:00 Uhr

#### Sonntagsgespräch

Gemeinde im Gespräch zum Westfälischen Frieden

Ref. Ludwig Berg

Termin 04.06.2023 – 11.06.2023,

10:45 - 13:00 Uhr

# Begegnungsnachmittag für Trauernde

Ref. Klementine Berg, Martina

Schöter, Franz Efken

Termin Sa. 18.11.2023, 15:00 – 17:00 Uhr

Ort wird örtlich bekannt gegeben

#### kfd St. Elisabeth

Leben teilen – Begegnungen schaffen
Ref. Klementine Berg, Helene
Dieckmann-Hoffmann,
Margret Raming, Renate Rickelmann-Osterfeld, Margret
Schmiddem, Hedwig Wilken

- Sa. 26.08.2023, 11:00 17:30 Uhr kfd Diözesantag, Lingen
- Di. 12.09.2023, 17:00 Uhr Jahreshauptversammlung
- Di. 10.10.23, 17:00 Uhr Film und Gespräch
- Mi. 08.11.2023, 18:00 Uhr FrauenMahlZeit mit drei Vertrete-

- rinnen der christlichen Kirchen
- Mi. 22.11.2023, 18:00 Uhr Buß- und Bettag, geschichtliche Hintergründe und Bedeutung für die heutige Zeit
- Sa. in 2023, 14:30 17:00 Uhr Anderer Samstagnachmittag für Frauen
- Do. 14.12.2023, 15:00 Uhr Advent mit allen Sinnen
- Di. 09.01.2024, 18:00 Uhr Friedensgottesdienst
- Di. 30.01.2024, 15:00 Uhr Informationen zum WGT Land Palästina
- Mi. 14.02.2024, 16:30 Uhr Aschermittwoch der Frauen
- Fr. 01.03.2024, 18:00 Uhr WGT Gottesdienst, Frauen aus Palästina (Bonnuskirche)
- Mo. 11.03.2024, 18:00 Uhr Gedanken zur Fastenzeit (Gemeindehaus oder St. Elisabeth Kirche)
- Mi. 20.03.2024, 13:30 Uhr Wallfahrt von Haste nach Rulle
- Di. 09.04.2024, 15:00 Uhr Frühlingserwachen
- Fr. 26.04.2024, 17:00 Uhr kfd lädt Frauen des Jahrgangs 1957 ein
- Di. 14.05.2024, 15:00 Uhr Maria anders begegnen, Maiandacht
- Di. 11.06.2024, 17:00 Uhr Bewusstes Gehen und Wahrnehmen in der Natur (Eingang Heger Holz/ ehem. Parkhotel)

Dekanat Osnabrück Stadt Dekanat Osnabrück Stadt Stadt Constant Osnabrück Stadt (65

#### Bibelgespräch nach der Frauenmesse

Leitung NN

Termin jeden 1. Do. im Monat,

ab 08:30 Uhr

#### Yoga

Leitung Leonie Neumann

Termin jeden Mi. 09:00 – 10:30 Uhr

Ort Gymnastikraum

#### Tanzen

Leitung kfd-Team

Termin freitags 14-tägig,

10:30 - 12:00 Uhr

## ST. JOSEF, HASBERGEN

Leitung: Hartmut Ehrenbrink Tel. 05405 1608

Alle Veranstaltungen finden, wenn nicht anders angekündigt, im Pfarrgemeindehaus, Kolpingstraße 1 statt.

#### Seniorengesprächskreis Leben, loben, lachen

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

#### Seniorengesprächskreis

Gedächtnistraining mit Gesellschaftsspielen (ehemalig Handarbeitsgruppe)

Leitung Ursula Hoffmann

Termin jeden 2. und 4. Di. im Monat

15:00 - 17:15 Uhr

#### ST. WIHO, HELLERN

#### Leitung:

Helene Dieckmann-Hoffmann Mail: helene.dieckmann-hoff mann@web.de

Klementine Berg

Mail: KlementineBerg@gmx.de

Alle Veranstaltungen finden, wenn nicht anders angekündigt, im Pfarrheim, An der Wihokirche 14 statt.

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

Leben und Glauben im Alter

Leitung Helga Lepper und Elisabeth Vinke

Termin Mi. 05.07. – 13.12.2023 Uhr 15:00 – 18:00 Uhr

- ) Dem Frieden ein Gesicht geben
- ) Gesunde Bewegung im Alter
- Advent christlich gestalten

## PFARREI ST. JOSEPH

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

#### Einfach Christ sein Ökumenisch, kritisch, anders

Monatlich werden unterschiedliche Themen und Formate in St. Joseph und der Lutherkirche angeboten. Leitung Team mit Stefan Schulte und Julia Telscher -Bultmann

Termin monatlich, 19:00 Uhr Hinweis Die Termine werden im

Rundblick veröffentlicht. Jeder Abend steht für sich.

# Bibel teilen – methodisches Lesen – gemeinsames Deuten

Bibelkreis

Ref. Harald Niermann

Termin Mi. 09.08.2023, jeden 2. Mi.

im Monat, 20:00 Uhr

#### Ökumenischer Spieleabend

In geselliger Runde werden neue Gesellschaftsspiele erprobt.

Leitung Stefan Schulte, Rüdiger Hune Termin Monatlich 19:30 Uhr – wer-

den örtlich bekannt gegeben.
Ort St. Jospeh und Lutherkirche

im Wechsel

#### Deutschkurs für Geflüchtete

Leitung Sara Pohlmann

Termin jeden Fr. 16:30 – 18:00 Uhr

## ST. JOSEPH, SCHÖLERBERG

Leitung: Markus Wohlfarth Tel. 0541 9987733

Alle Veranstaltungen finden, wenn nicht anders angekündigt, im Gemeindehaus, Miquelstraße 25 statt.

#### Seniorengemeinschaft – St. Joseph

Religiöse und aktuelle Themen im Gespräch

Leitung Harald Niermann

Termin 1x monatlich Di. 15:00 Uhr

Frauengesprächskreis Richtig gut leben – Barbara

Leitung Elisabeth Bohmeyer
Termin 1x monatlich 20:00 Uhr

#### Frauengesprächskreis Richtig gut leben – Thoma

Leitung Marlies Jarvers

#### Frauengesprächskreis Richtig gut leben – 70 Plus

Leitung Ilse Krone

Termin 1x monatlich Mi. 15:00 Uhr

Termin 1x monatlich Di. 20:00 Uhr

#### Frauengesprächskreis Richtig gut leben – Josephinen

Leitung Andrea Anke

Termin 1x monatlich Mi. 20:00 Uhr

## Frauengesprächskreis Richtig gut leben – Stumpe/ Sellmeyer

Leitung Andrea Stumpe

Termin 1x monatlich Di. 20:00 Uhr

#### Frauengesprächskreis Richtig gut leben – Elisabeth

Leitung Christel Stübbe

Termin 1x monatlich Mi. 19:00 Uhr

#### Fit für die kfd

Frauengesprächskreis zu aktuellen und religiösen Themen

Leitung Andrea Deeken

Termin 1x monatlich Mi.15:00 Uhr

# Eucharistieverständnis – Zeichen der Gegenwart Gottes

Elternabende zur Eucharistie und Buße Ref. Ulrich Müller, Gisela Eiken-Fabian Termin Sept. u. Nov. 2023, März 2024

#### Die Firmung ist auch ein Sakrament

Vorbereitung auf dem Weg zur Firmung

Ref. Nicolai Speer

Termin ab Herbst 2023 1x im Monat

Dekanat Osnabrück Stadt Dekanat Osnabrück Stadt Stadt Constant Osnabrück Stadt (67

## ST. ANSGAR, NAHNE

Leitung: Annette Pohl Tel. 0541 54749

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

#### **Kolping**

Leitung Stefan Schulte, Renate Adick

#### Hospiz - Leben und Sterben

Ref. Stefan Schulte, Frau Finke Termin Di. 10.10.2023, 19:00 Uhr

#### Reihe Filmgespräche

Ref. Katrin Brinkmann,

Stefan Schulte

Termin 1x monatlich, Herbst 2023

bis Frühjahr 2024

## Aktuelle Brettspiele testen

Ref. Stefan Schulte, Spielpädagoge Termin wird örtlich bekannt gegeben

### Religiöses Gespräch

Wie die Kirchengeschichte uns in der heutigen Pastoral helfen kann

**Ref.** Stefan Schulte und weitere

Referenten

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

Leitung Stefan Schulte inkl. Arbeits-

kreis

Termin jeden letzten Di. im Monat,

15:00 - 17:00 Uhr

#### Frauengesprächskreis I

Leitung H. Hehemann

#### Frauengesprächskreis II

Leitung D. Ellers

#### Kfd – St. Ansgar

Leitung C. Negwer

- ) 23.08.2023 Filmabend zum Thema: Frauen in der Politik. ab 19:30 Uhr
- ) 28.08.2023 Fit für die kfd - Mitarbeiterinnenrunde
- 31.08.2023 "Was ich schon immer mal Frau Oberbürgermeisterin fragen wollte..." – Gesprächsabend mit Frau Katharina Pötter, ab 18:00 Uhr
- 12.09.2023
  Wallfahrt nach Telgte
- 23.09.2023 Frauenpilgertag
- 26.09.2023 Rund um die Kartoffel, ab 19:00 Uhr
- 12.10.2023 Cocktail-Abend, ab 19:30 Uhr
- 31.10.2023 Fit für die kfd - Mitarbeiterinnenrunde
- ) 04.12.2023 Durch das Kirchenjahr - Advent, ab 15:00 Uhr

#### Geistig fit bleiben

Ganzheitliches Gedächtnistraining für Fortgeschrittene

Ref. Rita Elixmann-Böhmer Termin jeden Do. 16:00 - 17:30 Uhr

## 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, Aushänge, Internet) bekannt gegeben.

#### Seniorengesprächskreis

Vorträge und lockere Gespräche zu gesellschaftlichen und kirchlichen Themen

Leitung Kunigunda Winkler Termin wird örtlich bekannt gegeben

# Religiöses Gespräch: Gott und die Welt

Leitung Stefan Schulte
Termin wird örtlich bekannt gegeben

## 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 Gisela Eiken-Fabian

Termin 1x im Quartal freitags

15:30 Uhr

## Bestattungsformen und Trauerkultur in heutiger Zeit

Kolumbariums-Ausschuss Termin 4x jährlich

#### kfd

Alle Termine werden auch über die Pfarrnachrichten (Rundblick, Aushänge, Internet) bekannt gegeben.

- 12.09.2023
  Frauenwallfahrt nach Telgte
- Okt./Nov. 2023 Vortrag zum Thema ,Resilienz'
- ) 25.11.2023 "Nein zu Gewalt an Frauen und Mädchen"
- Nov. 2023 Frauenbibelabende
- Dez. 2023
  Adventliche Besinnungen
- 14.02.2024 Aschermittwoch der Frauen
- ) 01.03.2024
   Weltgebetstag der Frauen (Palästina)
- ) 08.03.2024 Internationaler Frauentag
- März 2024 Fastengedanken
- 29.04.2024 Tag der Diakonin
- Sommer 2024
  Einkehrtag im Kloster Nette

68 Dekanat Osnabrück Stadt Dekanat Osnabrück Stadt Conabrück S

- Herbst 2024 Besinnungswochenende für Frauen in der KLVH
- ) Okt. 2024 Erntedankfeiern
- Nov. 2024
  Der "Stille Monat" Gespräch-sabende mit dem Pastoralteam

## ST. ANTONIUS, VOXTRUP

Leitung: 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

#### kfd St. Antonius

Leitung Andrea Eggemann

#### Fit für die kfd

Mitarbeiterinnenrunde Termin Mi. 30.08. 2023 16:00 Uhr

## Wallfahrt nach Telgte im Gemeindeverbund

Termin Di. 12.09. 2023 12:50 Uhr Ort Am Riedenbach

# Wir gedenken der verstorbenen kfd-Frauen 2023

Termin Mi. 01.11.2023 19:00 Uhr
Ort St. Antoniuskirche
Hinweis anschl. Jahreshaupstversammlung der kfd

#### "Nein zu Gewalt an Frauen und Mädchen"

Termin Fr. 25.11.2023 18:00 Uhr Ort Kleine Kirche

#### Frauengesprächskreis II

Leitung Hanne Greywe Termin jeden 2. Mo. im Monat

### Frauengesprächskreis "Theresa"

Leitung Hildegard Sudowe

- Do. 24.08.2023, 15:00 Uhr "Wie möchte ich mal beerdigt werden?"
- Do. 28.09.2023, 18:00 Uhr Liebe geht auch durch den Magen
- Do. 26.10.2023, 19:00 Uhr Filmabend zum Thema "Zukunft"
- Do. 23.11.2023, 19:00 Uhr Pilgern kann das jede von uns?
- Do. 14.12.2013, 19:00 Uhr Was bedeutet uns noch der Advent? Besinnung oder Kommerz

#### Frauengesprächskreis "Barbara"

Leitung Helga Plogmann

#### Frauengesprächskreis "Antonia"

Leitung Andrea Eggemann

# Frauengesprächskreis "Klatschmohn"

Leitung Monika Albers Birgit Kruse

#### Frauengesprächskreis "Kastaniengruppe"

Leitung Beate Albers Claudia Elstro

#### Frauengesprächskreis "Herbstzeitlosen"

Leitung Helga Jerosch Termin jeweils um 20:00 Uhr

- Mi. 12.07.2023
   Natur und Schöpfung ihre Schönheit neu entdecken per Fahrrad
- Mi. 09.08.2023
  Ein Blick in die Welt der Tiere
- Mi. 13.09.2023 Schule damals und heute
- Mi. 09.10.2023 Kräuter und Gewürze können unsere Gesundheit positiv beeinflussen?
- Mo. 04.12.2023 Geht Liebe doch durch den Magen? Kulinarischer Blick in die Vergangenheit

## Frauengesprächskreis "K+K" – Kultur + Kirche

Leitung Marlis Nettelnstrot Termin Di. 15.08.2023

Ort Maria Himmelfahrt – in Warendorf Kirche und Kirmes

Hinweis Weitere Treffen werden im Rundblick bekanntgegeben

#### Liturgischer Ausdruckstanz

Leitung Barbara Vogelsang Magdalena Walter

Termin ab Aug. 2023 fortlaufend Do. 09:30 – 11:00 Uhr

**Kosten** 4 € pro Treffen

### Hatha Yoga

Ref. Lenonie Neumann, Dorothea Singbeil

> siehe unter Yoga Angebote Seite 36

#### Offener Seniorengesprächskreis

Info Anna Rethschulte

Termin 1. Di im Monat ab 15:00 Uhr

#### Kolping Seniorenkreis

Leitung Heinz Meyer

Termin wird örtlich bekannt gegeben

#### Familienkreis St. Antonius

Leitung Doris Janku, Jutta Schwack Termin Treffen nach Absprache

## Familienkreis Kolping - FKK

Leitung Ulla Flaspöler

Termin 1x monatlich nach Absprache

#### AK – Flüchtlinge – Hilfe zur Selbsthilfe

Leitung Werner Mönkediek Termin 1. Do im Monat

## MARIA – HILFE DER CHRISTEN, LÜSTRINGEN

Leitung: 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 Düthmann

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 Dekanat Osnabrück Stadt

### Frauengesprächskreis Richtig gut leben – Minigruppe

Leitung Bettina Marks

Termin 3. Mo. im Monat 19:30 Uhr

# Telgte – eine Frauenwallfahrt der 5 Gemeindeteile

Leitung kfd-Gruppe im Gemeindeteil Termin Di. 12.09.2023

## Rosenkranz beten – wieder entdecken

Leitung Hedwig Becker

Termin Fr. 06.10.2023 17:00 Uhr

#### Filmabend

Leitung Andrea Gersch

Termin Mi. 08.11.2023 17:00 Uhr

#### Ein Nachmittag mit Geflüchteten

Austausch und Ausblick

Leitung Stefan Schulte

**Termin** Sa. 18.11.2023, 15:00 Uhr

#### Advent – Eine besondere Zeit

Leitung Hedwig Becker

Termin Fr. 01.12.2023 15:00 Uhr

#### Wie kann Frieden gelingen

Gebet und Austausch zum Weltfrie-

denstag

Leitung Andrea Gersch

**Termin** Di. 09.01.2023 19:00 Uhr

# Weltgebetstag der Frauen 2024 aus Palästina

Ref. Hedwig Becker

Termin Fr. 03.03.2023 17:00 Uhr
Ort Gemeindeteil Maria – Hilfe

der Christen

#### Mit den Frauen auf dem Weg zum Kreuz

Leitung Andrea Gersch Termin Frühjahr 2024

#### Mit Maria in den Mai

Leitung Hedwig Becker

Termin Mai 2024 17:00 Uhr

#### Frauenkundgebung in Ahmsen

Leitung Ulrike Meyer gen. Potthoff

Termin Juni 2024

#### kfd i(s)st

Frauen feiern den Sommer

Gebet und Austausch

Leitung kfd-Vorstand

Termin Di. 09.07.2023 19:00 Uhr

#### Hatha Yoga

Ref. Leonie Neumann

) siehe unter Yoga Angebote Seite 36

## Ökumenischer Buchclub

Leitung Stefan Schulte

Termin 1x monatlich, letzter Mi.

19:00 Uhr

Ort Arche



LFW Studienreisen Oeseder Str. 66 49124 Georgsmarienhütte Tel. 05401 44168 www.lfw.de info@lfw.de

#### Studienreisen - Städtereisen - Konzertreisen



Paris - Die Schöne an der Seine	23.09 29.09.2023	1.780,-€
Rom - Die ewige Stadt	03.10 08.10.2023	1.290,- €
Abano Terme - Kur und Kultur	08.10 18.10.2023	1.899,- €
Burgund - Romanik, Wein, Kunst	14.10 22.10.2023	1.790,- €
Toskana - Kultur im Herzen Italiens	20.10 27.10.2023	1.890,- €
Indien - Leben wie ein Maharadscha	21.11 04.12.2023	2.390,- €
Silvester in Riga (Flug)	29.12.23 - 03.01.24	1.890,-€
Silvester in Leipzig (Bus)	30.12.23 - 02.01.24	1.360,-€
Silvester in Wien (Flug)	29.12.23 - 02.01.24	im Prog.
Silvester in Antwerpen (Bus)	29.12.23 - 01.01.24	im Prog.
Sivester in Hamburg (Bus)	30.12.23 - 02.01.24	im Prog.
Ägypten - Pyramiden und Pharaonen	19.02 29.02.2024	im Prog.
Hamburg - Lust für Augen und Ohren	02.03 03.03.2024	560,- €
Marokko - Märchenhaft - Königlich	07.03 15.03.2024	1.490,-€
Andalusien - Das Erbe des Orients	11.03 19.03.2024	1.890,-€

Wir organisieren auch individuell angepasste Gruppenreisen für Kirchengemeinden, Bildungseinrichtungen, Vereine und Verbände.

LFW-Studienreisen, Oeseder St.66, 49124 GMHütte Tel. 05401 - 44168, email: info@lfw.de, Homepage: www.lfw.de





