

# Frühjahrs- Programm 2019



[seelter lound]  
Gemeinde  
Saterland



Katholische  
Erwachsenen**bildung**  
Bildungswerk Saterland e.V.



## Anmeldung

Ich möchte mich verbindlich zu folgenden Bildungsveranstaltungen anmelden: Datum: \_\_\_\_\_

Kurs: \_\_\_\_\_ Nr.: \_\_\_\_\_ Gebühr: \_\_\_\_\_ €

Kurs: \_\_\_\_\_ Nr.: \_\_\_\_\_ Gebühr: \_\_\_\_\_ €

Kurs: \_\_\_\_\_ Nr.: \_\_\_\_\_ Gebühr: \_\_\_\_\_ €

---

Name: \_\_\_\_\_ Vorname: \_\_\_\_\_

Straße: \_\_\_\_\_ Ort: \_\_\_\_\_

Tel.: \_\_\_\_\_ Unterschrift: \_\_\_\_\_

Ich überweise die Gebühren auf das Konto der

### **Raiffeisenbank Scharrel**

(BLZ 280 652 86) IBAN DE81 2806 5286 0101 1006 00  
Konto-Nr. 101 100 600 BIC GENODEF1SAN

**Aus Datenschutzgründen bitte im geschlossenen Umschlag zurücksenden.**



## Anmeldung

Ich möchte mich verbindlich zu folgenden Bildungsveranstaltungen anmelden: Datum: \_\_\_\_\_

Kurs: \_\_\_\_\_ Nr.: \_\_\_\_\_ Gebühr: \_\_\_\_\_ €

Kurs: \_\_\_\_\_ Nr.: \_\_\_\_\_ Gebühr: \_\_\_\_\_ €

Kurs: \_\_\_\_\_ Nr.: \_\_\_\_\_ Gebühr: \_\_\_\_\_ €

---

Name: \_\_\_\_\_ Vorname: \_\_\_\_\_

Straße: \_\_\_\_\_ Ort: \_\_\_\_\_

Tel.: \_\_\_\_\_ Unterschrift: \_\_\_\_\_

Ich überweise die Gebühren auf das Konto der

### **Raiffeisenbank Scharrel**

(BLZ 280 652 86) IBAN DE81 2806 5286 0101 1006 00  
Konto-Nr. 101 100 600 BIC GENODEF1SAN

**Aus Datenschutzgründen bitte im geschlossenen Umschlag zurücksenden.**

Anregungen:

---

---

---

---

---

Abgeben beim Pfarrzentrum,  
Kirchengemeinde St. Jakobus, Saterland  
oder mit der Post schicken  
oder faxen: 0 44 92 / 71 96

Bitte  
freimachen

**Postkarte**

**Bildungswerk Saterland e.V.**

**Rosenstraße 14**

**26683 Scharrel**



Anregungen:

---

---

---

---

---

Abgeben beim Pfarrzentrum,  
Kirchengemeinde St. Jakobus, Saterland  
oder mit der Post schicken  
oder faxen: 0 44 92 / 71 96

Bitte  
freimachen

**Postkarte**

**Bildungswerk Saterland e.V.**

**Rosenstraße 14**

**26683 Scharrel**

## Inhalt:

Vorwort	1
Ansprechpartnerinnen	2
Vorstand des Bildungswerkes	3
Allgemeine Geschäftsbedingungen	4
Gesellschaft und Politik	5
Reise M. Kessens	7
Pädagogik/Psychologie	8
Eltern-Kind-Gruppen	11
Kindergärten	12
Montessori Pädagogik im BW Garrel	13
Lebensgestaltung und Theologie	14
EDV und neue Technologien	16
Sprachen	17
Gesundheitslehre/Sport	18
Kultur und Kreativität	21
Ernährungslehre und Kochen	23
Bildung und Freizeit für die ältere Generation	24
Seniorenbeirat Saterland	26
Hospizarbeit Malteser Hilfsdienst	28
Förderhinweise	31
Terminkalender	33

Das  
aktuelle Programm  
finden Sie  
im Internet unter:

[www.bildungswerk-saterland.de](http://www.bildungswerk-saterland.de)

Alle Kurse können auch  
über das Internet  
gebucht werden.



*[seelter lound]*  
Gemeinde  
Saterland

## **Liebe Mitbürgerinnen und Mitbürger des Saterlandes,**

mit dem Programmheft für das erste Halbjahr 2019 möchten wir Ihnen das neue Kursprogramm des Bildungswerkes Saterland vorstellen.

Wie in den vergangenen Jahren, so ist auch diesmal wieder ein vielfältiges Programm zusammengetragen worden. Zu unterschiedlichen Gebieten und Themen konnten Referenten gewonnen und Angebote platziert werden. Wir freuen uns sehr darüber, wenn das Programm gut angenommen und die Kurse gut belegt werden. Gern nehmen wir auch Anregungen und Vorschläge entgegen, die unser Kursangebot erweitern können.

Heute sprechen wir von einem „lebenslangen Lernen“, das heißt, unsere Welt entwickelt sich mit den vielen neuen Erkenntnissen so schnell weiter, dass wir diese Erkenntnisse in das Allgemeinwissen einfügen müssen. In der heutigen Zeit ist der Umgang mit den technischen Geräten, mit dem Computer, dem Smartphone und dem Tablet nicht mehr wegzudenken. Wer diese Geräte nutzen will, der muss sich auch mit den Programmen befassen und lernen, wie die Geräte mit ihren Einstellungen zu bedienen sind. Aber nicht nur auf dem IT-Sektor verändert sich so einiges, auch im politisch-gesellschaftlichen Bereich gibt es Veränderungen. Durch Bildung können wir zu aktiven Teilnehmern, in der sich verändernden Welt, werden.

Deshalb bietet das Bildungswerk seine Kurse in verschiedensten Bereichen an. Dabei ergeben sich immer wieder auch neue Kontakte zwischen den Teilnehmern, die sich als Lerngemeinschaft erfahren und ihr neu erworbenes Wissen für ihre Entfaltung nutzen oder sich mit neuen Kenntnissen beruflich oder privat weiterqualifizieren möchten.

Ich bedanke mich an dieser Stelle bei allen Referenten/innen, die wir für unser Programm gewinnen konnten, dass sie unsere Bildungsarbeit unterstützen, und bei allen, die für die Zusammenstellung des Programms sowie dessen Durchführung Sorge tragen. Vielen Dank.



Ich hoffe, dass Ihnen unser Frühjahrsprogramm zusagt.

Ihr Ludger Fischer (1. Vorsitzender)

## Ihre Ansprechpartnerinnen:

**Sabine Harms,**  
Tel.: 04498 2689



**Birgit Walker,**  
Tel.: 04498 91008



**Stefanie Schwieger,**  
Gemeinde Saterland  
Tel.: 04498 940102

**Mo – Fr: 08:30 Uhr – 12:30 Uhr**  
**Mo, Di: 14:00 Uhr – 15:30 Uhr**  
**Do: 14:00 Uhr – 18:00 Uhr**

**Heidi Freymuth,**  
Pfarrzentrum Ramsloh  
Tel.: 04498 707730

**Di – Fr: 09:00 Uhr – 12:30 Uhr**  
**Do: 15:00 Uhr – 18:00 Uhr**



# Vorstand des Bildungswerkes Saterland e. V.

Vorsitzender: **Pfarrer  
Ludger Fischer  
Ramsloh**



2. Vorsitzender: **Bürgermeister  
Thomas Otto  
Ramsloh**



Kassenführerin: **Barbara Lenz  
Scharrel**

Pädagogische Leitung:

**Nicola Fuhler  
KEB-Geschäftsstelle Friesoythe  
Lange Str. 1 a  
26169 Friesoythe**

Pädagogische Verantwortung:

**Birgit Walker  
04491 933016  
b.walker@bildungswerk-friesoythe.de**

Geschäftsstelle des Bildungswerkes

**Kath. Kirchengemeinde St. Jakobus  
Pfarrzentrum Ramsloh  
Marktstraße 1, 26683 Saterland**

Bankverbindungen:

Raiba Scharrel  
**(BLZ 280 652 86)  
Kto.-Nr.: 101 100 600**

**IBAN DE81 2806 5286 0101 1006 00  
BIC GENODEF1SAN**

## Das Bildungswerk Saterland e.V. ist

- ◆ Mitglied der "Arbeitsgemeinschaft für Katholische Erwachsenenbildung im Offiziatsbezirk Oldenburg e.V."
- ◆ Mitglied der „Katholischen Erwachsenenbildung (KEB) im Lande Niedersachsen e. V.“
- ◆ als förderungsberechtigt gem. §§ 3 und 5 des Niedersächsischen Erwachsenenbildungsgesetzes durch Erlass des niedersächsischen Kultusministers vom 22. Dezember 1970 I/4/E 6907/70 anerkannt.



## Allgemeine Geschäftsbedingungen

Jede/r ist als Hörer/in oder Teilnehmer/in willkommen. Arbeitsgemeinschaften und Kurse können nur bei mindestens sieben Teilnehmern/innen durchgeführt werden.

### **Kindeswohlgefährdung und Schutzauftrag:**

Die Katholische Erwachsenenbildung nimmt ihre Verantwortung sehr ernst. Alle eingesetzten Dozentinnen und Dozenten, die Kursarbeit mit Kindern und Jugendlichen ohne Anwesenheit der Erziehungsberechtigten durchführen, haben dem Bildungswerk Saterland e. V. ein erweitertes Führungszeugnis vorgelegt.

### **Anmeldung:**

Anmeldungen sind telefonisch, persönlich, schriftlich, online oder per E-Mail möglich. Anmeldungen sind immer verbindlich. Mit der Anmeldung erkennen Sie die Geschäftsbedingungen an. Anschließende Nichtteilnahme, unregelmäßiger Besuch oder vorzeitiges Ausscheiden entbinden nicht von der Zahlung der Gebühr. Bitte melden Sie sich auch für später beginnende Veranstaltungen möglichst frühzeitig an. Aus Kostengründen erhalten Sie in der Regel keine Anmeldebestätigung!

Auf Nachfrage gewährt das Bildungswerk Saterland e. V. einen Familienrabatt von 30 % und für Teilnehmer/-innen ab 65 Jahren oder mit Rentenausweis einen Rabatt von 20 %.

### **Abmeldung:**

Eine Abmeldung ist, bis auf wenige Ausnahmen, bis sieben Tage vor Kursbeginn möglich. Danach ist im Regelfall die gesamte Kursgebühr fällig. Die Kursleiter sind nicht berechtigt Abmeldungen entgegenzunehmen. Das **Fernbleiben vom Kurs gilt nicht als Abmeldung**. Unregelmäßige Teilnahme oder vorzeitiges Ausscheiden entbindet nicht von der Zahlung der vollen Kursgebühr.

### **Datenschutz:**

Wir unterstehen dem kirchlichen Datenschutzgesetz (KDG), das sich eng an die EU-DSGVO anlehnt. Mit Ihrer Anmeldung für Kurse des Bildungswerkes erheben wir personenbezogene Daten wie Name, Adresse, Email, Telefonnummer, Kontodaten, Diese verwenden wir nur im Rahmen der Kursverwaltung und für die Information über vergleichbare Kurse. Die Daten werden nicht an Dritte weitergegeben, außer in anonymisierter Form für statistische Zwecke oder im Fall einer gesetzlichen Überprüfung. Sie haben das Recht auf Auskunft über Ihre bei uns gespeicherten Daten und das Recht, diese löschen oder anonymisieren zu lassen, wenn sie nicht mehr benötigt werden. Ausführliche Informationen zum Datenschutz in unserer Einrichtung finden Sie in der Datenschutzerklärung auf der Internetseite:

[www.bildungswerk-saterland.de](http://www.bildungswerk-saterland.de).

Das Bildungswerk Saterland e. V. kann für Verluste oder Diebstahl sowie Unfälle keinerlei Haftung übernehmen.

Gern nehmen wir Anregungen oder Vorschläge für die Bildungsarbeit entgegen. Eine Teilnahmebescheinigung wird auf Wunsch ausgestellt.

Die Teilnahmegebühr ist in bestimmten Fällen steuermäßig absetzbar.



### Resilienz - Der kompetente Umgang mit Belastungen

Resilienz ist eine Art seelische Widerstandsfähigkeit; das Immunsystem der Seele.

In einer Gesellschaft, deren Alltag uns permanent überfordert, ist Resilienz - der kompetente Umgang mit Belastungen - eine nahezu überlebenswichtige und uns gesunderhaltende Fähigkeit.

Der Vortrag richtet sich an alle Menschen, die ihre persönlichen Widerstandskräfte aufbauen und stärken wollen, für den Einsatz als Führungskraft oder Mitarbeiter im Unternehmen oder einfach für die eigene Gesundheit.

Mitzubringen: Schreibblock, Stift  
Anmeldung: Birgit Walker,  
Tel.: 04498 91008

Termin: Donnerstag, 04.04.2019,  
19:00 - 21:15 Uhr

Gebühr: 10,00 €

Leitung: Claudia Hollander

Ort: Pfarrheim Strücklingen,  
Kolpingstr. 2 b

Kurs: S1001

### Rhetorik - Die Fähigkeit gut zu reden und wirkungsvoll zu präsen- tieren

Mit guter Rhetorik ist es möglich, Menschen wirklich zu überzeugen und Reden zu halten, denen die Teilnehmenden gerne zuhören und die Inhalte letztendlich im Gedächtnis behalten.

Man kann Rhetorik definieren als: "Die Kunst wirksam zu reden und zu überzeugen."

Inhalte:

- Ausstrahlung, Körpersprache und Auftritt
- (Selbst-) Sicherheit ausstrahlen, obwohl man sich nicht so fühlt
- natürlich bleiben und einen persönlichen Stil finden
- das Präsentationsraster, Strukturelemente einer guten Rede
- Erfolgsfaktoren für die Präsentation/ Rede
- Umgang mit Störungen, Reaktion auf Einwände und kritische Fragen
- Selbsteinschätzung/Fremdwahrnehmung der rhetorischen Kompetenzen
- Praxisbeispiele der Teilnehmenden

Mitzubringen: Schreibblock, Stift

Anmeldung: Stefanie Schwieger, Tel.: 04498 940102, Heidi Freymuth, Tel.: 04498 707730, Sabine Harms, Tel.: 04498 2689

Beginn: Montag, 06.05.2019

Dauer: 3 x, 18:30 - 21:30 Uhr

Gebühr: 54,00 €

Leitung: Claudia Hollander

Ort: Haupt- und Realschule  
Saterland, Schulstr. 3

Kurs: S1002

## Präventionsschulung für ehrenamtliche Mitarbeiter/innen in der Kirche

Um Sensibilität, Fachkompetenz und Handlungssicherheit im Umgang mit sexualisierter Gewalt zu unterstützen, sind für alle ehren-, haupt- und nebenamtlichen MitarbeiterInnen der katholischen Kirche im Bischöflich Münsterschen Offizialat Präventionsschulungen vorgesehen. Es soll eine Kultur des Hinschauens und aktiven Handelns angeregt werden.

Die sechsstündige Basisschulung ist für folgende Personengruppen gedacht:

- nebenberufliche oder ehrenamtliche Tätigkeit/Mitarbeit
- Tätigkeit im Rahmen eines Vorpraktikums oder Orientierungs-Praktikums
- Tätigkeit im Rahmen eines Bundesfreiwilligendienst (BFD), Freiwilliges Soziales Jahr (FSJ), Freiwilliges Ökologisches Jahr (FÖJ)
- Mitarbeitende mit pädagogischer, therapeutischer, betreuender, beaufsichtigender, pflegender oder seelsorgerischer Tätigkeit

Ziel der Schulung ist es, aufmerksamer für die Bedürfnisse von Kindern und Jugendlichen zu werden, um sensibel zu sein für deren Sorgen und Nöte und um Wege aufzuzeigen, die Hilfe bieten.

Anmeldung: Birgit Walker, Tel.: 04498 91008

Termin: Samstag, 30.03.2019,  
09:00 - 17:00 Uhr

Ort: Pfarrheim Strücklingen,  
Kolpingstr. 2 b

Kurs: S1003

## Die Kräutermanufaktur im Mai

Von Maiwipfeln und Lindenblüten, Salbei und Rosmarin. Alles über Ernte, Verarbeitung und Verwendung in der Küche und der Hausapotheke. Aus buntem Allerlei darf probiert und selbst hergestellt werden, z.B. Tee, Tinktur, Pastillen und Sirup.

Anmeldung: Stefanie Schwieger, Tel.: 04498 940102, Heidi Freymuth, Tel.: 04498 707730, Sabine Harms, Tel.: 04498 2689

Termin: Dienstag, 07.05.2019,  
19:00 - 22:00 Uhr

Gebühr: 24,00 €

zzgl. 12,00 € Materialkosten

Leitung: Petra Walker

Ort: Haupt- und Realschule  
Saterland, Schulstr. 3

Kurs: S1004

## Naturkosmetik für alle Lebenslagen

Mit neuen Rezepten und Ideen wird auf verschiedene Hautprobleme eingegangen. Aus Moringa- und Arganöl, kostbarem Rosenwachs und Wildrosenöl werden unter anderem Dusch-Mousse und Gesichtsserum hergestellt. Alle Ideen sind auch wunderbar als Geschenk geeignet.

Anmeldung: Birgit Walker, Tel.: 04498 91008

Termin: Donnerstag, 13.06.2019,  
19:00 - 22:00 Uhr

Gebühr: 24,00 €

zzgl. 12,00 € Materialkosten

Leitung: Petra Walker

Ort: Pfarrheim Strücklingen,  
Kolpingstr. 2 b

Kurs: S1005



## Entdeckungen in Äthiopien- endlos spannend

Natur und Kultur am Horn von Afrika

13-tägige Flugreise vom 4. bis 16. Oktober 2019



**BEGEGNUNGEN & BESONDERHEITEN:** (kurzfristige Änderungen möglich)

### PROGRAMM

Besuch in der Deutschen Gemeinde in Addis Abeba

Typische Äthiopische Kaffee-Zeremonie: Rösten, mahlen, aufbrühen

Besuch der Beth Israel Gemeinde – zu Gast bei den äthiopischen Juden

Begegnung mit den Pavianen im Simien Nationalpark

Besuch einer Grundschule – Einblick in den äthiopischen Schulalltag

Einblick in den Alltag: Gemeinsames Kochen & Dinner zu Hause bei einer Äthiopischen Familie

Besuch mit Rundgang auf dem Merkato – Afrikas größtem Markt

Gespräch mit der von Karl-Heinz Böhm gegründeten Hilfsorganisation „Menschen für Menschen“

Abendessen mit großem Äthiopischen Buffet, mit Aufführungen von traditionellen Tänzen

Neben dem ausführlichen touristischen Programm mit deutschsprachiger Reiseleitung, erwarten Sie interessante Begegnungen. Holen Sie sich die ausführliche Reisebeschreibung in den Geschäftsstellen der Bildungswerke oder bei Martin Kessens ([martin.kessens@ewetel.net](mailto:martin.kessens@ewetel.net))

Reisebegleitung: Martin Kessens



### Preise:

ab 16 voll zahlenden Teilnehmern:	2.845,00 €
ab 12:	+ 220,00 €
ab 8:	+ 425,00 €
Einzelzimmerzuschlag:	+ 425,00 €

Diese Preise sind Frühbucherpreise und gelten bis zum 30. Juni 2019. Danach erhöht sich der Reisepreis um je 150,00 €.



## Pädagogik und Psychologie

### Erste-Hilfe-Maßnahmen bei Kindernotfällen

für Eltern und Großeltern und Interessierte

Säuglinge, Kleinkinder und auch Kinder im Kindergarten- und Schulalter stellen in Notfallsituationen eine besondere Herausforderung dar. Es fehlt die übliche Routine. Kinder vermitteln dabei auch immer das Bedürfnis nach besonderer Anteilnahme und Schutz. Im Gegensatz zum Erwachsenen-Notfall unterscheiden sich Notfallsituationen im Kindesalter durch die besondere Anatomie, die Kommunikation, das Erleben und die Verarbeitung von Notfallsituationen und die häufig unterschiedlichen Verletzungen und Erkrankungen.

Im Seminar werden die Teilnehmer mit den heute gültigen Grundsätzen der Erstversorgung eines kindlichen Notfallpatienten vertraut gemacht. Den Teilnehmern werden insbesondere einfache Maßnahmen und Tipps bei Verletzungen im Spiel und Sport aufgezeigt, die Herangehensweise bei einer unklaren Bewusstlosigkeit erläutert sowie kindtypische, atemabhängige Notfälle, wie der Asthma-Anfall, das Kruppsyndrom (Pseudokrupp) und das Verschlucken von Gegenständen. Der Krampfanfall, hier speziell der Fieberkrampf, wird ebenso zur Sprache kommen wie die unbeabsichtigte Einnahme von Medikamenten und möglichen Giften im Haushalt.

Begleitend zu den einzelnen Notfällen werden Präventionsmaßnahmen, das spezielle Verhalten in verschiedenen Altersgruppen und die besondere Kommunikation mit Kindern an Fallbeispielen erläutert. Insbesondere Fragen der Teilnehmer zum Themenbereich werden dabei ausführlich beantwortet.

Anmeldung: Birgit Walker, Tel.: 04498 91008

Termin: Dienstag, 19.03.2019,  
19:00 - 21:15 Uhr

Gebühr: 20,00 € ,  
für Elternpaare 30,00 €

Leitung: Reinhilde Bauken-Wittstruck  
Ort: Pfarrheim Strücklingen,

Kolpingstr. 2 b

Kurs: S1101

### Spielerische Bewegungserziehung von 1- 3 Jahren

Spielerische Bewegungserziehung von 1- 3 Jahren (PARENS II)

Den Eltern wird die Gelegenheit gegeben, ihre Kleinkinder unter pädagogischer Anleitung in geschützter Atmosphäre optimal zu fördern.

Die Teilnehmerinnen und Teilnehmer lernen:

- Spiele kennen, die die Entwicklung der Motorik der Kleinstkinder fördern.
- Experimentier- und Gestaltungsspiele kennen, die die Entwicklung der Phantasie, der Kreativität und der Tiefenwahrnehmung fördern.
- Lieder kennen, die die Entwicklung der Musikalität und des rhythmischen Empfindens der Kleinstkinder fördern.

Anmeldung: Birgit Walker, Tel.: 04498 91008

Beginn: Montag, 14.01.2019

Dauer: 12 x, 15:00 - 16:30 Uhr

Gebühr: 84,00 €

Leitung: Birgit Kramer

Ort: Kindergarten St. Jakobus,  
Marktstr. 1

Kurs: S1102



## PARENS-Kurse

PARENS® ist ein Konzept der Kath. Erwachsenenbildung, dass Eltern mit ihren Kindern im ersten Lebensjahr optimal begleiten will. Die PARENS®-Stunden bieten Eltern die Gelegenheit, die Bindung zu ihren Kleinstkindern zu intensivieren und unter pädagogischer Anleitung in geschützter Atmosphäre optimal zu fördern. PARENS® beinhaltet folgende Schwerpunkte:

- Wertorientierte Begleitung
- Soziale Kontakte herstellen bzw. stärken
- Eltern lernen gemeinsam mit ihren Babys Sing- und Bewegungsspiele
- Kennenlernen von gezielten Sinnesanregungen
- Einführung in Bewegungsanregungen und in Elemente der Babymassage
- Austausch und Begleitung durch eine PARENS-Referentin
- Wichtige Informationen im ersten Lebensjahr
- Anlegen eines Beobachtungstagebuches

Der PARENS®-Fortsetzungskurs richtet sich an Eltern mit ihren Babys im zweiten Lebenshalbjahr, ein Einstieg ist auch möglich, ohne einen Anfängerkurs besucht zu haben. Die Bindung zum Baby wird weiter gefördert und gestärkt, die Inhalte sind dem Alter des Kindes angepasst.

**Anmeldungen für die PARENS® Kurse nimmt Birgit Walker unter Tel.: 04498 91008 entgegen.**



## PARENS® Fortsetzungskurs

Für Eltern mit Babys, die im Juni/Juli/August 2018 geboren sind.

Beginn: Dienstag, 26.02.2019  
Dauer: 10 x, 10:15 - 11:45 Uhr  
Gebühr: 70,00 €  
Leitung: Birgit Kramer  
Ort: Turnhalle Strücklingen,  
Jahnstraße 2  
Kurs: S1110

## PARENS® Anfängerkurs

Für Eltern mit Babys, die im Sept/Okt/Nov 2018 geboren sind

Beginn: Dienstag, 26.02.2019  
Dauer: 10 x, 08:45 - 10:15 Uhr  
Gebühr: 70,00 €  
Leitung: Birgit Kramer  
Ort: Turnhalle Strücklingen,  
Jahnstraße 2  
Kurs: S1111

## PARENS® Fortsetzungskurs

Für Eltern mit Babys, die im Sept/Okt/Nov 2018 geboren sind.

Beginn: Dienstag, 28.05.2019  
Dauer: 10 x, 08:45 - 10:15 Uhr  
Gebühr: 70,00 €  
Leitung: Birgit Kramer  
Ort: Turnhalle Strücklingen,  
Jahnstraße 2  
Kurs: S1112

## PARENS® Anfängerkurs

Für Eltern mit Babys, die im Dez 2018 Jan/Feb 2019 geboren sind

Beginn: Dienstag, 28.05.2019  
Dauer: 10 x, 10:15 - 11:45 Uhr  
Gebühr: 70,00 €  
Leitung: Birgit Kramer  
Ort: Turnhalle Strücklingen,  
Jahnstraße 2  
Kurs: S1113

## Eltern-Kind-Gruppen

### Gemeinsame Lernschritte für Mütter/Väter mit Kindern

Dienstags, 09:30 Uhr  
Information: 04498 7069928

Leitung: Sarah Perk  
Ort: Pfarrheim Strücklingen,  
Kolpingstr. 2 b  
Kurs: S1121

### Gemeinsame Lernschritte für Mütter/Väter mit Kindern

Donnerstags, 15:30 Uhr  
Information: 04498 919416

Leitung: Anna Lehmann  
Ort: Kindergarten St. Georg,  
Kirchweg 1  
Kurs: S1122

### Gemeinsame Lernschritte für Mütter/Väter mit Kindern

Freitags, 09:30 Uhr  
Information: 04498 7069635

Leitung: Helena Klassen  
Ort: Pfarrheim Ramsloh,  
Marktstr. 3  
Kurs: S1123



## Eltern-Kind-Gruppen im Saterland

**Interessierte Mütter und Väter mit ihren Babys und Kleinkindern  
möchten wir zur Teilnahme an  
Eltern-Kind-Gruppen einladen.**

**Kontaktstelle für Eltern-Kind-Gruppen:  
Lange Str. 1 a, 26169 Friesoythe  
Päd. Leitung: Birgit Walker  
Informationen unter Tel.: 04491 933016**

### **F1200 Die Arbeit in Eltern-Kind-Gruppen**

Regionales Arbeitskreistreffen der Eltern-Kind-Gruppen-Leitungen  
der Kontaktstelle Friesoythe

Inhalte:

- Leiten von Eltern-Kind-Gruppen
- Kennenlernen der Strukturen
- Organisation und Zusammenarbeit mit der KEB-Kontaktstelle
- Ausfüllen der Teilnehmerlisten und Themenlisten
- Beantragung von Zuschüssen

**Termin:** Mittwoch, 23.01.2019, 20:00 Uhr

**Leitung:** Birgit Walker

**Ort:** Bildungswerk Friesoythe, Lange Str. 1a



Gemeinsam für die Kinder - Pädagogische Gespräche für Eltern und Erzieher/innen

Das Bildungswerk bietet in Zusammenarbeit mit folgenden Kindertagesstätten pädagogische Gespräche für Eltern und Erzieher/innen an:

Kindergarten St. Jakobus, Ramsloh  
Kindergarten Pustebume, Ramsloh  
Kindergarten Unterm Regenbogen, Scharrel  
Kindergarten St. Marien, Sedelsberg  
Kindergarten St. Georg, Strücklingen

Nähere Informationen erhalten Sie in Ihrer Kindertagesstätte.

Das aktuelle Programm finden Sie im Internet unter:

[www.bildungswerk-saterland.de](http://www.bildungswerk-saterland.de)

Alle Kurse können auch über das Internet gebucht werden.

# Montessoripädagogik

Die Montessori Pädagogik steht im Kontrast zu konventionellen Lehrmethoden, denn Montessori versuchte mit einem neuen Ansatz Kinder in ihrer Entwicklung zu fördern. Das Motto "Hilf mir, es selbst zu tun!" beschreibt diesen Ansatz sehr gut. Maria Montessoris Hauptziel lag darin, Kinder zu Selbstständigkeit und Selbstvertrauen zu erziehen. Wie sie dieses Lernkonzept umsetzte, wird in den folgenden Veranstaltungen den Teilnehmenden nähergebracht.

Alle Seminare werden von **Melanie Sitzmann** geleitet und finden an der **Grundschule Beverbruch**, Beverbrucher Damm 34, 49681 Beverbruch statt. Frau Sitzmann ist Grund- und Hauptschullehrerin und hat ein Montessoridiplom.

Information und Anmeldung: Bildungswerk Garrel, Tel.: 04474 919385

## **„Kinder sind anders!“ - Einführung in die Montessoripädagogik für Eltern und andere Pädagogen**

**Termin: Montag, 25.03.2019, 19:30 Uhr**

"Hilf mir, es selbst zu tun!" Das ist einer der wichtigsten Leitsätze der Montessori-Pädagogik. Maria Montessori war Naturwissenschaftlerin und Ärztin, beobachtete über mehr als 50 Jahre Kinder und zog daraus wichtige pädagogische Schlüsse. Ihre Pädagogik orientiert sich unmittelbar am Kind und seinem Bedürfnis nach spontaner Aktivität, Selbstbestimmung und dem Streben nach Unabhängigkeit vom Erwachsenen. Dieser Vortrag will in die Grundsätze der Montessori-Pädagogik einführen und auf den folgenden Praxiskurs vorbereiten.

## **„Mit allen Sinnen lernen“ - Einführung in das Montessori-Material**

**Termin: Montag, 15.04.2019, 19:30 Uhr**

In diesem Kurs haben die Kursteilnehmer die Möglichkeit, das didaktische Material von Montessori kennenzulernen und praktisch zu erproben. Es werden Materialien zu den Übungen des täglichen Lebens, dem Sinnesmaterial, Mathematik, Deutsch und kosmisches Material angeboten und der Umgang damit geübt. Viele Materialien stehen im Haushalt zur Verfügung und können schnell in den Alltag integriert und umgesetzt werden.

## **„Hilf mir es selbst zu tun“ - Montessoripädagogik im Kindergarten**

**Termin: Donnerstag, 26.09.2019, 09:00 Uhr**

Dieser Kurs soll Anregungen geben, wie sich die Grundsätze der Montessori-Pädagogik in den Kindergartenalltag umsetzen lassen. Es werden Montessori-Materialien vorgestellt und der Umgang damit geübt. Darüber hinaus sollen Ideen, Aktivitäten, Spiele und Materialien vorgestellt werden, die sich im Alltag einfach umsetzen lassen. In Montessori Einrichtungen werden Kinder im Kindergartenalter schon mit Buchstaben und Zahlen konfrontiert und bei Interesse des Kindes entsprechend durch kindgerechtes Material gefördert. Es ist keine Seltenheit, dass junge Kinder bereits vor dem Schuleintritt Lesen, Schreiben und auch Rechnen können. Nicht zuletzt ist die Montessori Pädagogik eine der möglichen Antworten auf die aktuelle Bildungsdiskussion.

## **Kleine Kinder lieben große Zahlen-Mathematik mit der Montessori-Methode begreifen**

**Termin: Montag, 23.09.2018, 19:30 Uhr**

Dem Kind das „Ganze“ geben heißt, wir geben schon dem kleinen Kind das Dezimalsystem an die Hand. Dabei sehen wir, wie begeistert kleine Kinder von der Mathematik sind. Nach einer kleinen Einführung in den Zahlenraum bis 10, soll in diesem Kurs das Dezimalsystem so erarbeitet werden, wie wir es mit Kindern begreifen. Wir nehmen die Addition, Subtraktion, Division und Multiplikation in die Hand und bewegen uns beim Rechnen ganz viel. Dieser Kurs richtet sich an Erzieher, Grundschullehrer und andere pädagogisch Interessierte.



## Lebensgestaltung und Theologie

### Im Gespräch mit der Bibel

Die Bibel wird auch als "Wort Gottes" bezeichnet. Was aber hat dieses Wort Gottes mit meinem Leben zu tun? Kann es mir helfen, dass mein Leben in guten Bahnen verläuft, dass ich Glück und Zufriedenheit finde?

Eingeladen zu diesen Bibelabenden sind alle, die Interesse haben am Wort Gottes und die, zusammen mit anderen, Antworten auf ihre Fragen des Glaubens und des Lebens suchen.

Anmeldung: Stefanie Schwieger, Tel.: 04498 940102, Heidi Freymuth, Tel.: 04498 707730, Sabine Harms, Tel.: 04498 2689

Beginn: Freitag, 25.01.2019  
Dauer: 5 x, 19:30 - 21:00 Uhr  
Leitung: Pastor Ludger Fischer  
Ort: Pfarrhaus Ramsloh,  
Marktstr. 1  
Kurs: S1400



### Jesus segnet uns Erstkommunionvorbereitung

Elternabend zur Vorbereitung auf die erste heilige Kommunion für Kinder aus Scharrel und Sedelsberg.

Termin: Donnerstag, 17.01.2019,  
20:00 - 22:15 Uhr  
Leitung: Mechthild Fickers  
Ort: Bonifatiushaus Scharrel,  
An der Kirche 4  
Kurs: S1401

### Jesus segnet uns Erstkommunionvorbereitung

Elternabend zur Vorbereitung auf die erste heilige Kommunion für Kinder aus Ramsloh.

Termin: Donnerstag, 24.01.2019,  
20:00 - 22:15 Uhr  
Leitung: Mechthild Fickers  
Ort: Pfarrheim Ramsloh,  
Marktstr. 3  
Kurs: S1402

### Jesus segnet uns Erstkommunionvorbereitung

Elternabend zur Vorbereitung auf die erste heilige Kommunion für Kinder aus Strücklingen.

Termin: Donnerstag, 31.01.2019,  
20:00 - 22:15 Uhr  
Leitung: Mechthild Fickers  
Ort: Pfarrheim Strücklingen,  
Kolpingstr. 2 b  
Kurs: S1403

## Jesus segnet uns Erstkommunionvorbereitung

Väterabend zur Vorbereitung auf die erste heilige Kommunion für Kinder aus Strücklingen.

Termin: Freitag, 08.02.2019,  
20:00 - 22:15 Uhr

Leitung: Mechthild Fickers  
Ort: Pfarrheim Strücklingen,  
Kolpingstr. 2 b

Kurs: S1404

## Jesus segnet uns Erstkommunionvorbereitung

Väterabend zur Vorbereitung auf die erste heilige Kommunion für Kinder aus Ramsloh.

Termin: Freitag, 15.02.2019,  
20:00 - 22:15 Uhr

Leitung: Mechthild Fickers  
Ort: Pfarrheim Ramsloh,  
Marktstr. 3

Kurs: S1405

## Jesus segnet uns Erstkommunionvorbereitung

Väterabend zur Vorbereitung auf die erste heilige Kommunion für Kinder aus Scharrel und Sedelsberg.

Termin: Dienstag, 19.02.2019,  
20:00 - 22:15 Uhr

Leitung: Mechthild Fickers  
Ort: Bonifatiushaus Scharrel,  
An der Kirche 4

Kurs: S1406

## Jesus segnet uns Erstkommunionvorbereitung

Elternabend zur Vorbereitung auf die erste heilige Kommunion für Kinder aus Ramsloh.

Termin: Donnerstag, 07.03.2019,  
20:00 - 22:15 Uhr

Leitung: Mechthild Fickers  
Ort: Pfarrheim Ramsloh,  
Marktstr. 3

Kurs: S1407

## Jesus segnet uns Erstkommunionvorbereitung

Elternabend zur Vorbereitung auf die erste heilige Kommunion für Kinder aus Strücklingen.

Termin: Donnerstag, 14.03.2019,  
20:00 - 22:15 Uhr

Leitung: Mechthild Fickers  
Ort: Pfarrheim Strücklingen,  
Kolpingstr. 2 b

Kurs: S1408

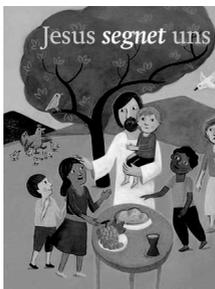
## Jesus segnet uns Erstkommunionvorbereitung

Elternabend zur Vorbereitung auf die erste heilige Kommunion für Kinder aus Scharrel und Sedelsberg.

Termin: Donnerstag, 21.03.2019,  
20:00 - 22:15 Uhr

Leitung: Mechthild Fickers  
Ort: Bonifatiushaus Scharrel,  
An der Kirche 4

Kurs: S1409



## EDV und neue Technologien

### Android Smartphones und ihre Vielfältigkeit

In diesem Kurs werden die vielfältigen Möglichkeiten, die ein Android-Smartphone bietet, erläutert.

Ein Smartphone ist mehr als ein Handy - es ist ein internetfähiger Kleincomputer, der Fotos macht, Sprachnotizen aufnimmt oder was auch immer der Besitzer von einem mobilen Endgerät erwartet. Die Teilnehmenden lernen hier, ihr Gerät zu konfigurieren, über WLAN im Internet zu surfen, ein Google-Konto und nützliche Apps anzulegen.

Bitte Android-Smartphone mitbringen.  
Anmeldung: Stefanie Schwieger, Tel.: 04498 940102, Heidi Freymuth, Tel.: 04498 707730, Sabine Harms, Tel.: 04498 2689

Termin: Mittwoch, 30.01.2019,  
19:00 - 22:00 Uhr

Gebühr: 16,00 €

Leitung: Christian Scharf

Ort: Haupt- und Realschule  
Saterland, Schulstr. 3

Kurs: S1500

### Fit am Computer - Einführungskurs

Eine praxisorientierte Einführung für Computerneulinge und alle, die noch nicht lange am Computer gearbeitet haben und jetzt endlich mehr wissen möchten. In diesem Schnupperkurs können Sie Ihre ersten Erfahrungen mit dem PC machen und lernen, ihn als Werkzeug für den privaten und eventuell auch den beruflichen Gebrauch zu nutzen. Sie können sich in aller Ruhe mit der Handhabung eines Computers vertraut machen. Eine Kurzeinführung ins Internet gehört ebenfalls dazu. Vorkenntnisse sind nicht erforderlich.

Anmeldung: Stefanie Schwieger, Tel.: 04498 940102, Heidi Freymuth, Tel.: 04498 707730,  
Sabine Harms, Tel.: 04498 2689

Beginn: Donnerstag, 25.04.2019

Dauer: 5 x, 19:00 - 21:15 Uhr

Gebühr: 75,00 €

Leitung: Patrick Hoffmann

Ort: Haupt- und Realschule  
Saterland, Schulstr. 3

Kurs: S1501

### Facebook für Anwender

Facebook verändert stetig seine Bedienung. Oft blickt man durch die Einstellungsmöglichkeiten nicht mehr durch und dann kann es passieren, dass eine Meldung plötzlich öffentlich für jeden zu sehen ist. An diesem Abend wird gezeigt, wie man in Facebook seine Privatsphäre schützt und welche Knöpfe gedreht werden müssen, um das Potential der Plattform voll ausnutzen zu können.

Voraussetzungen: Bestehendes Facebook-Konto und gute Erfahrungen mit dem Internet

Anmeldung: Stefanie Schwieger, Tel.: 04498 940102, Heidi Freymuth, Tel.: 04498 707730, Sabine Harms, Tel.: 04498 2689

Termin: Donnerstag, 06.06.2019,  
19:00 - 21:15 Uhr

Gebühr: 12,00 €

Leitung: Patrick Hoffmann

Ort: Haupt- und Realschule  
Saterland, Schulstr. 3

Kurs: S1502



## Deutsch als Fremdsprache

Wer in Deutschland dauerhaft leben möchte, sollte schnell mit dem Erlernen der deutschen Sprache beginnen. Dieser Kurs bietet allen die Möglichkeit, die deutsche Sprache zu erlernen.

Mit dem Besuch des Kurses möchten wir helfen, sich in der Nachbarschaft, in Vereinen, beim Einkaufen, im Beruf und bei Behörden besser verständigen zu können.

Anmeldung: Birgit Walker, Tel.: 04498 91008

Beginn: Donnerstag, 24.01.2019

Dauer: 10 x, 19:00 - 20:30 Uhr

Gebühr: 39,00 €

Leitung: Hanane Högemann

Ort: Pfarrheim Ramsloh,  
Marktstr. 3

Kurs: S1600



## Gesundheitslehre und Sport

### Autogenes Training

Viele Menschen leiden unter Leistungsdruck und den verschiedenartigen Anforderungen unserer Zeit. Sie fühlen sich überlastet, entwickeln Schlafstörungen oder können sich schlecht konzentrieren. Das autogene Training kann Abhilfe schaffen. Die Teilnehmenden lernen systematisch ihren Körper zu entspannen und zu einer tiefen inneren Ruhe zu gelangen. Eine gelassene Einstellung zu Alltagsproblemen und die Bewältigung von Stress, Nervosität, Kopfschmerzen, Angst usw. können durch das autogene Training erreicht werden. Im Kurs wird die Fähigkeit zur Selbstentspannung so trainiert, dass sie jederzeit zu kurzen Erholungsphasen eingesetzt werden kann.

Mitzubringen: ISO-Matte, Decke, Kissen, dicke Socken.

Anmeldung: Birgit Walker, Tel.: 04498 91008

Beginn: Montag, 14.01.2019

Dauer: 7 x, 19:00 - 20:30 Uhr

Gebühr: 56,00 €

Leitung: Mechthild Kruse

Ort: Kindergarten St. Georg,  
Kirchweg 1

Kurs: S1700



### Alarm im Darm Vortrag

Ist der Darm gesund, geht es dem Menschen gut!

Was kann zur Aktivierung des Wohlbefindens beitragen?

Wer beabsichtigt, sein inneres Gleichgewicht wieder zu erlangen, sollte die Heil- und Regulierungskräfte des Körpers stärken. Nun lautet die Frage, was der Einzelne tun muss und welche Vorteile sich daraus ergeben.

Aufgrund von Stressbelastungen, psychischen Problemen und einem Ungleichgewicht der Darmflora kann es zu massiven Störungen des körpereigenen Immunsystems kommen, wodurch früher oder später Krankheiten entstehen, die eine Einschränkung unserer Lebensqualität mit sich bringen.

Anmeldung: Birgit Walker, Tel.:04498 91008

Termin: Mittwoch, 15.05.2019,  
19:30 - 21:45 Uhr

Gebühr: 10,00 €

Leitung: Maria Jansen

Ort: Pfarrheim Strücklingen,  
Kolpingstr. 2 b

Kurs: S1701



## YoungGo - Reaktivtraining

Effektiv und schonend die Muskeln trainieren.

Statt Walking-Stöcken kommen hantel-ähnliche Schwunggeräte zum Einsatz, die mit einer beweglichen Masse gefüllt und Indoor wie auch Outdoor einsetzbar sind. Durch das Hin- und Herschwingen der Schwunggeräte, wird die Masse mit Muskelkraft gezielt beschleunigt und abgebremst. Mit dieser Methode wird der ganze Körper vielseitig und gelenkschonend gekräftigt: die Rumpfstabilität wird erhöht, Schultergürtel, Arme, Nacken-, Hals-, Brust-, Rücken- und Bauchmuskulatur bis in die Tiefen mit trainiert. Im Bereich der Gewichtsreduktion, Körperstraffung und Körperformung ist das Training besonders wirksam, da auch das Bindegewebe gestärkt wird. Diese Sportart ist für jede/n geeignet, da man die Intensität der Übungen gut variieren kann und es leicht erlernbar ist. Bitte bequeme Kleidung und Laufschuhe tragen. Die Schwunggeräte werden für den Kurs gestellt. Treffpunkt Parkplatz: Haupt- und Realschule Saterland.

Anmeldung: Stefanie Schwieger, Tel.: 04498 940102, Heidi Freymuth, Tel.: 04498 707730, Sabine Harms, Tel.: 04498 2689

Beginn: Montag, 18.02.2019

Dauer: 6 x, 15:00 - 16:00 Uhr

Gebühr: 30,00 €

Leitung: Maria Jansen

Ort: Haupt- und Realschule  
Saterland, Schulstr. 3

Kurs: S1702

## YoungGo - Reaktivtraining

Beginn: Dienstag, 30.04.2019

Gebühr: 30,00 €

Leitung: Maria Jansen

Ort: Haupt- und Realschule  
Saterland, Schulstr. 3

Kurs: S1703



## Yoga

Yoga ist ein seit Jahrtausenden erprobtes Übungssystem, um Körper, Geist und Seele in Harmonie zu bringen.

Im Hatha Yoga lernen Sie, den Alltagsstress hinter sich zu lassen und Körper und Geist zu entspannen. Leicht erlernbare Körperstellungen (Asanas) führen zu mehr Flexibilität, unterstützen die Körperhaltung und das Lösen von Verspannungen. Atemübungen stärken die Lebensenergie, wirkungsvolle Entspannungsübungen führen zu mehr Gelassenheit. Yoga ist für jeden geeignet. Vorkenntnisse sind nicht erforderlich.

Mitzubringen: ISO-Matte, Decke, Kissen, dicke Socken, bequeme Kleidung

Anmeldung: Birgit Walker,  
Tel.: 04498 91008

### Yoga am Nachmittag

Beginn: Montag, 21.01.2019  
Dauer: 10 x, 17:00 - 18:30 Uhr  
Gebühr: 80,00 €  
Leitung: Sabine Harms  
Ort: Pfarrheim Strücklingen,  
Kolpingstr. 2 b  
Kurs: S1704



### Yoga für Anfänger

Beginn: Dienstag, 22.01.2019  
Dauer: 10 x, 19:00 - 20:30 Uhr  
Gebühr: 80,00 €  
Leitung: Sabine Harms  
Ort: Kindergarten St. Georg,  
Kirchweg 1  
Kurs: S1705

### Yoga mit Grundkenntnissen

Beginn: Mittwoch, 23.01.2019  
Dauer: 10 x, 19:00 - 20:30 Uhr  
Gebühr: 80,00 €  
Leitung: Sabine Harms  
Ort: Kindergarten St. Georg,  
Kirchweg 1  
Kurs: S1706

### Yoga für Anfänger

Beginn: Dienstag, 23.04.2019  
Dauer: 9 x, 19:00 - 20:30 Uhr  
Gebühr: 72,00 €  
Leitung: Sabine Harms  
Ort: Kindergarten St. Georg,  
Kirchweg 1  
Kurs: S1707

### Yoga mit Grundkenntnissen

Beginn: Mittwoch, 24.04.2019  
Dauer: 8 x, 19:00 - 20:30 Uhr  
Gebühr: 64,00 €  
Leitung: Sabine Harms  
Ort: Kindergarten St. Georg,  
Kirchweg 1  
Kurs: S1708

### Yoga am Nachmittag

Beginn: Montag, 29.04.2019  
Dauer: 7 x, 17:00 - 18:30 Uhr  
Gebühr: 56,00 €  
Leitung: Sabine Harms  
Ort: Pfarrheim Strücklingen,  
Kolpingstr. 2 b  
Kurs: S1709

## Kultur und Kreativität

Anmeldungen für Kreativkurse soweit nicht anders angegeben:

Christine Ackermann, Tel.:  
04492/921303 oder 0176/31397352,  
per E-Mail:  
christin.ackermann@googlemail.com  
www.bildungswerk-saterland.de

### Nähen für Anfänger und Fortgeschrittene

Individuelle Dekorationen, Accessoires und Kleidungsstücke sind immer gefragter, Nähen liegt im Trend. In diesem Kurs können die verschiedensten Sachen genäht werden, z. B. trendige Taschen/Handtaschen, Shirt, Rock, kleine Wohnraumdekorationen, Kuschelkissen, trendige Geschenke u.v.m..  
Mitzubringen: Nähmaschine, Stecknadeln, Schere, Nähadel, Maßband, evtl. Stoff. Wenn nicht die Möglichkeit besteht, eine Nähmaschine mitzubringen, bitte bei der Anmeldung angeben, es kann dann evtl. eine zur Verfügung gestellt werden.

Beginn: Montag, 28.01.2019  
Dauer: 5 x, 19:30 - 21:45 Uhr  
Gebühr: 52,50 €  
zzgl. Materialkosten  
Leitung: Christine Ackermann  
Ort: ehemals Creativ-Lädchen,  
Schulweg 31  
Kurs: S1800

### Nähen für Kinder und Jugendliche ab 8 Jahren

Nähkurs für Kinder ab 8 Jahren  
Nähen liegt absolut im Trend.  
In diesem Kurs werden Grundlagen vermittelt und mit viel Spaß und Kreativität kleine oder auch etwas größere Objekte hergestellt.  
Mitzubringen: Nähmaschine, Stecknadeln, Schere, Nähadel, Maßband, evtl. Stoff (dieser kann aber auch im Kurs erworben werden),  
Wenn nicht die Möglichkeit besteht eine Nähmaschine mitzubringen, bitte bei der Anmeldung angeben, es kann dann eine zur Verfügung gestellt werden.

Beginn: Samstag, 16.02.2019  
Dauer: 4 x, 15:00 - 17:15 Uhr  
Gebühr: 48,00 €  
zzgl. Materialkosten  
Leitung: Christine Ackermann  
Ort: ehemals Creativ-Lädchen,  
Schulweg 31  
Kurs: S1801

### Palmstock basteln

Varianten für Palmstöcke. Als Biedermeiersträuße gearbeitet. Buchsbaum muss nicht mitgebracht werden (wird später gesteckt). Mitzubringen: Heißklebepistole, Zange.  
Anmeldung: Birgit Walker, 04498 91008

Termin: Donnerstag, 21.03.2019,  
19:00 - 22:00 Uhr  
Gebühr: 8,00 €  
zzgl. Materialkosten  
Leitung: Marianne Thieken  
Ort: Pfarrheim Strücklingen,  
Kolpingstr. 2 b  
Kurs: S1802



## Nähen für Anfänger und Fortgeschrittene

Individuelle Dekorationen, Accessoires und Kleidungsstücke sind immer gefragter, nähen liegt im Trend. In diesem Kurs können die verschiedensten Sachen genäht werden, z. B. trendige Taschen/Handtaschen, Shirt, Rock, kleine Wohnraumdekorationen, Kuschelkissen, trendige Geschenke u.v.m..

Mitzubringen: Nähmaschine, Stecknadeln, Schere, Nähnadel, Maßband, evtl. Stoff. Wenn nicht die Möglichkeit besteht, eine Nähmaschine mitzubringen, bitte bei der Anmeldung angeben, es kann dann evtl. eine zur Verfügung gestellt werden.

Beginn: Mittwoch, 08.05.2019

Dauer: 5 x, 19:30 - 21:45 Uhr

Gebühr: 52,50 €

zzgl. Materialkosten

Leitung: Christine Ackermann

Ort: ehemals Creativ-Lädchen,  
Schulweg 31

Kurs: S1803



## Ernährungslehre und Kochen

Anmeldungen für Kochkurse soweit nicht anders angegeben:

Christine Ackermann, Tel.:  
04492/921303 oder 0176/31397352,  
per E-Mail:  
christin.ackermann@googlemail.com

www.bildungswerk-saterland.de

### Frische Frühlingsgerichte mit Kräutern

Frische Kräuter machen aus vielen Gerichten wahre Geschmackserlebnisse. Es wird eine Auswahl an verschiedenen Gerichten zubereitet. Dazu werden Kräuter aus dem Garten und der Natur verwendet.

Mitzubringen: Behälter für Reste.

Termin: Montag, 04.03.2019,  
19:00 - 22:00 Uhr

Gebühr: 10,00 €  
zzgl. Lebensmittelkosten

Leitung: Christine Ackermann  
Ort: Haupt- und Realschule  
Saterland, Schulstr. 3

Kurs: S1804

### Brunch zu Ostern

Brunch, eine tolle Alternative zu Frühstück und Mittagessen. In diesem Kurs werden verschiedene Rezepte kombiniert, die zu einem Frühstück und zu einem Mittagessen gehören könnten, ergänzt mit österlichen Kreationen. Mitzubringen: Behälter für Reste.

Termin: Montag, 25.03.2019,  
19:00 - 22:00 Uhr

Gebühr: 10,00 €  
zzgl. Lebensmittelkosten

Leitung: Christine Ackermann  
Ort: Haupt- und Realschule  
Saterland, Schulstr. 3

Kurs: S1805

### Sommerküche

Mit viel Gemüse wird eine frische und farbenfrohe Vielfalt gezeigt. Dabei werden herzhaftere Salate, sommerliche Aufläufe und Suppen zum Teil mit einem mediterranen Geschmackserlebnis zubereitet.

Mitzubringen: Behälter für Reste.

Termin: Montag, 17.06.2019,  
19:00 - 22:00 Uhr

Gebühr: 10,00 €  
zzgl. Lebensmittelkosten

Leitung: Christine Ackermann  
Ort: Haupt- und Realschule  
Saterland, Schulstr. 3

Kurs: S1806



## Bildung und Freizeit für die ältere Generation

### Altersgerecht sanieren ohne Stolperfalle - Wie Senioren daheim sicher wohnen können

In Zusammenarbeit mit dem Seniorenbeirat Saterland.

Altersgerechtes sowie barrierefreies Wohnen steht im Mittelpunkt des Vortrages. Es werden Gefahrenquellen und Hilfsmittel, sowie alltägliche Tipps und Tricks aufgezeigt.

Außerdem werden Finanzierungsmöglichkeiten vorgestellt, die für Senioren zur Verfügung stehen, unabhängig von einem Pflegegrad. Es gibt Tipps zur Modernisierung und barrierefreien Anpassung im eigenen Haus oder der eigenen Wohnung. Es wird über finanzielle Unterstützung berichtet, z.B. durch Zuschüsse zu Umbaumaßnahmen für altersgerechtes Wohnen. Bei diesen Zuschüssen handelt es sich nicht um Finanzierungen im Rahmen der Pflegeversicherung, sondern das Land Niedersachsen bezuschusst Modernisierungsmaßnahmen, die den Abbau von Barrieren in der Wohnung und im Umfeld des Hauses zum Ziel haben.

Anmeldung: Rosa Strohschnieder, Tel.: 04498 658 (Seniorenbeirat)

Termin: Dienstag, 19.03.2019,  
19:00 - 21:15 Uhr

Leitung: Elisabeth Hermes  
Ort: Pfarrheim Strücklingen,  
Kolpingstr. 2 b

Kurs: S1901

## Schüler schulen Senioren am Smartphone/iPhone, Tablet oder Computer

In Zusammenarbeit mit dem Seniorenbeirat Saterland

Zehntklässler der Hauptschule mit ihrem Klassenlehrer Herrn Norda, schulen Senioren am Smartphone/iPhone, Tablet oder Computer. Die Schüler betreuen die Seniorinnen und Senioren individuell. Jeder Teilnehmer erhält seinen eigenen „Schützling“, der ihm mit Rat und Tat zur Seite steht. Denn ein Smartphone/iPhone ist mehr als ein Handy, es ist ein internetfähiger kleiner Computer. Egal, ob nun die vorhandenen Grundkenntnisse am PC gefestigt oder am Smartphone/iPhone ein Google-Konto erstellt werden soll. Da nur eine begrenzte Anzahl an Schülern zur Verfügung steht, ist die Reihenfolge der Anmeldung ausschlaggebend.

Anmeldung: Rosa Strohschnieder, Tel.: 04498 658 (Seniorenbeirat)

Die Veranstaltung ist kostenlos.

Termin: Mai 2019 (das genaue Datum wird noch bekanntgegeben)

Leitung: Gunnar Norda  
Ort: Haupt- und Realschule  
Saterland, Schulstr. 3  
Kurs: S1902



## Senioren in einer lebendigen Gemeinde

1. Donnerstag im Monat, 14:30 Uhr

Leitung: Annemarie Henken  
Ort: Pfarrheim Ramsloh,  
Marktstr. 3  
Kurs: S1903

## Senioren in einer lebendigen Gemeinde

Dienstags, 14:30 Uhr, 14-täglich

Leitung: Elisabeth Sibum  
Ort: Bonifatiushaus Scharrel,  
An der Kirche 4  
Kurs: S1904

## Senioren in einer lebendigen Gemeinde

1. Mittwoch im Monat, 14:30 Uhr

Leitung: Sr. Elsmarie Roskamp  
Ort: Canisius-Haus Sedelsberg,  
Kaplan-Meyer-Str.3  
Kurs: S1905

## Senioren in einer lebendigen Gemeinde

Donnerstags, 14:30 Uhr

Leitung: Inge Lindemann  
Ort: Canisius-Haus Sedelsberg,  
Kaplan-Meyer-Str.3  
Kurs: S1906

## Senioren in einer lebendigen Gemeinde

1. Mittwoch im Monat, 15:00 Uhr

Leitung: Pastorin Nicole Ochs-Schultz  
Ort: Evangelisches Gemeindehaus  
Sedelsberg, Hauptstraße  
Kurs: S1907

## Senioren in einer lebendigen Gemeinde

Donnerstags, 14.30 Uhr, 14-täglich

Leitung: Ursula Schulte  
Ort: Pfarrheim Strücklingen,  
Kolpingstr. 2 b  
Kurs: S1908

## Aktiv sein im Alter

Montags, 15:30 Uhr

Leitung: Helena Warnke  
Ort: Evangelisches Gemeindehaus  
Sedelsberg, Hauptstraße  
Kurs: S1909

## Arbeitskreis für und mit Senioren

Die Teilnehmenden reflektieren ihr ehrenamtliches Engagement im Seniorenbereich und die Bedeutung für den persönlichen Lebensbereich. Halten Normen und Werte stand?  
1x mtl. dienstags, 20 Uhr

Leitung: Sr. Elsmarie Rokamp  
Ort: Canisius-Haus Sedelsberg,  
Kaplan-Meyer-Str.3  
Kurs: S1910

## Aufgaben und Ziele ehrenamtlicher Helfer/innen

Die Teilnehmenden erhalten die Gelegenheit, sich mit den Möglichkeiten einer ehrenamtlichen Besuchsarbeit in der Kirchengemeinde vertraut zu machen, eigene Vorstellungen und Erwartungen zu reflektieren und Fragen der Zusammenarbeit in einer Gruppe zu klären.

1. Donnerstag im Monat, 20:15 Uhr

Leitung: Sr. Elsmarie Rokamp  
Ort: Canisius-Haus Sedelsberg,  
Kaplan-Meyer-Str.3  
Kurs: S1911



## Der Seniorenbeirat der Gemeinde Saterland

1. Der Seniorenbeirat bietet an jedem **1. Mittwoch im Monat Sprechzeiten** im Dachgeschoss des Rathauses von 10-12 Uhr an (Raumnummer D06). In dieser Zeit haben die Saterländer Senioren die Möglichkeit **Notfallmappen** für 2,00 € zu kaufen, der reguläre Preis beträgt 5,00 €. In den Notfallmappen sind Vordrucke zur Vorsorgevollmacht und zur Patientenverfügung abgeheftet. Ein **Notfall-Pass** in einer Schutzhülle mit Aufkleber für die Windschutzscheibe kostet 1,00 € und kann während der Zeit erworben werden. Außerdem steht eine **MitMachBox** zum Ausleihen mit vielen Anregungen für die aktive Anwendung bereit. Erstellt wurde sie von der „Bundesarbeitsgemeinschaft der Senioren“ und „Deutschlands Initiative für gesunde Ernährung und Bewegung“ zur Förderung der Gesundheit. Denn Folgen von Fehlernährung, Bewegungsmangel und Übergewicht senken die Lebensqualität, Krankheiten nehmen zu und die Kosten des Gesundheitssystems steigen. Die Box beinhaltet drei Ordner zu den Themen: Essen – Bewegen – Wissen und zusätzlich noch einen Ordner Quiz.



Von links: Olling, Thedering, Strohschnieder, Knelangen, Schweigatz, Thiemann, Deeken

2. Der Seniorenbeirat Saterland ist Ansprechpartner für die Vermittlung der **ehrenamtlichen Seniorenbegleiter** auch **DOS** genannt. Es gibt noch freie Kapazitäten. Interessierte Personen können sich unmittelbar an uns wenden. Ein bisschen Gesellschaft beim Kaffeetrinken oder Spazierengehen bringen Abwechslung und Freude in den Tagesablauf alleinstehender älterer Menschen.



Das Angebot der DUO-ehrenamtliche Seniorenbegleitung richtet sich an ältere Damen und Herren, die sich Gesellschaft und Unterstützung im Alltag wünschen, aber nicht pflegebedürftig sind. Wer im Alter allein lebt, braucht soziale Kontakte. Hier können die DUOs oder auch die **Seniorenhelfer** Abhilfe schaffen. Durch Gesellschaft, Zeit zum Zuhören, Begleitung zu Veranstaltungen, zu Arztbesuchen oder zu Behörden, gemeinsame Gestaltung der Freizeit, gemeinsame Spaziergänge oder Einkäufe unterstützen sie die älteren Bürger in ihrem Alltag und nehmen Anteil an ihrem Leben. Die Arbeit der Ehrenamtlichen ist kostenlos, jedoch werden die Fahrtkosten für eventuelle Fahrten nach einer Kilometerpauschale abgerechnet. Ansprechpartner sind Herr Hermann Knelangen (Telefon 04492-1416), Herr Berthold Thiemann (Telefon 04498-492) und Frau Rosa Strohschnieder (Telefon 04498-658).

3. Die **Lebensmittelausgabe der „Tafel Friesoythe“** findet jeden Mittwoch von 17:00 – 17:30 Uhr in der Grundschule Scharrel für Berechtigte statt, die im Besitz eines Ausweises sind, der von der Caritas ausgestellt wird. Der Seniorenbeirat ist stolz darauf, dass sie die Lebensmittelausgabe ins Saterland geholt hat und knapp 30 Ehrenamtliche zur Durchführung mobilisieren konnte.
4. Über ein Jahr lang wurde an einem Samstag im Monat **Tanztee** im Strücklinger Hof bei Kallage/Helmke, Hauptstraße 640 in Strücklingen von 15:00 – 17:00 Uhr angeboten. Es spielte die Live-Band „Sunshine Trio“ flotte Melodien. Ab 2019 bietet der Seniorenbeirat ein **neues Tanzvergnügen** zum gleichen Preis von 3,00 € mit **DJ Alwin** an – altbekannte und aktuelle Lieder vom Plattenteller. Bei Musik und Unterhaltung schmeckt der Kaffee, Tee und Kuchen noch besser.  
Tanzvergnügen gibt es am: **19. Januar – 23. Februar – 23. März – 13. April**



# Hospizarbeit

Der ambulante Hospizdienst Malteser Friesoythe wurde am 4. Oktober 2001 gegründet, um sich für einen würdevollen Umgang mit Sterbenden, Tod und Trauer einzusetzen.

Aufgaben des Malteser-Hospizdienstes:

- Begleitung von Schwerkranken und Sterbenden
- Palliativberatung
- Begleitung der Angehörigen
- Trauerbegleitung
- Begleitung von Kindern mit lebensverkürzenden Erkrankungen und auch ihrer Familien
- Fachliche Fortbildungen

**Für alle folgenden Angebote des Malteser Hospizdienstes erhalten Sie nähere Informationen unter Tel.: 04491 940611 oder 940612.**

**Die Räume des Malteser Hospizdienstes finden Sie im Medizinischen Versorgungszentrum, 4. Etage St.-Marien-Str. 3, 26169 Friesoythe.**

## Hospizdienst Malteser Friesoythe

Treffen der ehrenamtlichen Hospizmitarbeiter:  
Jeden 1. Donnerstag im Monat, 18:30 Uhr

Leitung: Marlen Schmidt  
Ort: Hospizdienst Malteser Friesoythe

## Kinderhospizarbeit Malteser Friesoythe

Treffen alle 2 Monate, montags, 09:30 Uhr  
Leitung: Karin Kellermann/ Martina Kramer  
Ort: Hospizdienst Malteser Friesoythe

## **Trauergruppe "Lebensbogen"**

Die geschlossene Trauergruppe bietet einen geschützten Rahmen und ist ein Begleitungsangebot für trauernde Menschen, um eine schwierige Lebensphase gestärkt zu durchleben. Sie trifft sich 6-8 Mal im Jahr. Anmeldung erforderlich.

Leitung: Birgit Buschermöhle/ Andrea Schwantje  
Ort: Hospizdienst Malteser Friesoythe

## **Trauergruppe "Emmaus"**

Trauernde Kinder können sich durch Gespräche und kreative Beschäftigung im Trauerbewältigungsprozess begleiten lassen. Der Hospizdienst unterstützt das Umfeld durch Einzelgespräche und Hausbesuche. Mit Kindern und Jugendlichen werden auch Einzelgespräche geführt.

Termine an zwei Nachmittagen im Monat und Einzelgespräche nach Terminabsprache, telefonische Anmeldung ist erforderlich. Die Trauergruppen werden von qualifizierten ehrenamtlichen Mitarbeitern und Mitarbeiterinnen begleitet, die eine Zusatzqualifikation absolviert haben. Die Gespräche unterliegen der Schweigepflicht.

Leitung: Birgit Buschermöhle  
Ort: Ev. Gemeindehaus, Am Grünen Hof 29

## **Hospiz- und Angehörigen-Café Brücke der Hoffnung für Trauernde**

Wir bieten allen Hospiz-Interessierten und Trauernden die Gelegenheit, Kontakte mit anderen zu erleben und Erfahrungen auszutauschen. Wir laden Sie ein, in entspannter Atmosphäre bei Kaffee und Kuchen einmal durchzuatmen. Hier finden Sie Raum, etwas für sich zu tun. Veranstaltungsort: auf Anfrage.

Treffen: jeden zweiten Freitag im Monat 15:00-17:00 Uhr.

Nähere Informationen: Hospizbüro 04491 940 -611 oder -612.

Leitung: Martha Lammers  
Ort: auf Anfrage

## **Elternfrühstück**

Nähere Informationen und Anmeldung beim Hospizbüro 04491 940 -611 oder -612

Leitung: Karin Kellermann  
Ort: Hospizdienst Malteser Friesoythe

# Fortbildung zum/zur ehrenamtlichen Hospizhelfer/in,

Christliche Sterbebegleitung verfolgt das Ziel, Menschen auf ihrer letzten Wegstrecke zu begleiten, indem sie ihre Nöte und Ängste aufgreift und Hilfe und Unterstützung anbietet.

Wir sprechen Menschen an, die sich näher mit dem Thema "Tod und Sterben" auseinandersetzen möchten und in der Begleitung Schwerkranker und Sterbender eine sinnvolle Aufgabe sehen. Nach erfolgreichem Abschluss des Seminars können Sie sich zu einer aktiven oder auch passiven Mitarbeit in allen Hospizdiensten des Landkreises Cloppenburg entscheiden.

Inhalte dieses Kurses:

- ✓ Meine eigene Einstellung zum Thema Sterben
- ✓ Anfänge und Bedeutung der Hospizbewegung
- ✓ Bedürfnisse und Lebensqualität Sterbender
- ✓ Hilfen aus dem christlichen Glauben für die Sterbenden und die Sterbebegleitung
- ✓ Sterbestadien und die psychische Situation von Sterbenden
- ✓ Die Angst vor der Begegnung mit dem Sterbenden
- ✓ Kommunikation mit Schwerkranken und Sterbenden
- ✓ Sterben und Sterbehilfe in der Rechtsprechung
- ✓ Ethische Aspekte
- ✓ Testament schreiben und ändern mit Schwerkranken
- ✓ Beweggründe für die Sterbebegleitung



Anmeldungen und Informationen im Hospizbüro unter Tel.: 04491 940 -611 oder -612 (von 09:00 bis 12:00 Uhr).

Termin wird örtlich bekannt gegeben.

Leitung:  
Ort:

Dozententeam  
Hospizdienst Malteser Friesoythe, MVZ am St. Marienhospital,  
4. Etage/ St.-Marien-Str. 3, 26169 Friesoythe

## Bildungsprämie

Das Bildungswerk ist eine von bundesweit ca. 530 anerkannten Beratungsstellen, die die begehrten Bildungsprämien-Gutscheine ausstellen.

Das Bundesministerium für Bildung und Forschung verlängert die Förderphase des Programms Bildungsprämie. Die mittlerweile schon laufende 3. Förderphase wurde überarbeitet. Anträge auf Erstattung von Prämiegutscheinen aus dieser Förderphase können weiterhin bis zum 31. Dezember 2020 gestellt werden.

Werden die nachfolgend genannten Voraussetzungen erfüllt, fördert der Bund Ihre berufliche Weiterbildung zu 50% (max. jedoch mit 500,00 €).

### Sie können eine entsprechende Bildungsprämie erhalten, wenn

- Sie mindestens 15 Std. in der Woche erwerbstätig sind.
- Ihr zu versteuerndes Einkommen 20.000 € (40.000 € bei gemeinsamer Veranlagung) nicht übersteigt.
- Ihre gewünschte Weiterbildung berufsbezogen ist und bei einem Bildungsanbieter durchgeführt wird, der ein Qualitätsmanagementsystem nachweisen kann.
- Sie während der Mutterschutzfrist, in Elternzeit oder Pflegezeit unterhalb der genannten Einkommensgrenzen liegen und über einen gültigen Arbeitsvertrag im Umfang von mindestens 15 Stunden wöchentlicher Arbeitszeit verfügen.
- Sie als Beschäftigte/r oder Selbstständige/r Einkommen haben, welches trotz der Mindestarbeitszeit unter den Regelleistungen der Grundsicherung liegt und Sie daher zu Ihrem Erwerbseinkommen aufstockende Leistungen nach dem Sozialgesetzbuch II erhalten.
- Anlässlich des ab dem 1. Juli 2017 in Kraft tretenden Flexirentengesetzes (Gesetz zur Flexibilisierung des Übergangs vom Erwerbsleben in den Ruhestand und zur Stärkung von Prävention und Rehabilitation im Erwerbsleben) können auch Rentnerinnen und Rentner bzw. Pensionärinnen und Pensionäre einen Prämiegutschein erhalten, sofern sie mindestens 15 Stunden wöchentlich erwerbstätig sind und die Einkommensgrenzen einhalten.

### Keinen Prämiegutschein erhalten:

- Beschäftigte in öffentlich geförderten Beschäftigungsverhältnissen.
- Schülerinnen und Schüler, Azubis, Studierende.
- Alle anderen Personen, die die oben genannten Anforderungen nicht erfüllen.

Weiterbildungsinteressierte können künftig pro Kalenderjahr einen Prämiegutschein erhalten. Vereinbaren Sie einen Beratungstermin bei uns.

**Informationen finden Sie auch im Internet unter [www.bildungspraemie.info](http://www.bildungspraemie.info).**

### Mitzubringen zum Beratungsgespräch:

- Einkommensteuerbescheid für das letzte oder vorletzte Jahr , alternativ Gehaltsnachweise der letzten drei Monate
- einen Beschäftigungsnachweis
- gültigen Personalausweis/Reisepass
- Wenn möglich haben Sie vielleicht schon eine Idee für eine Weiterbildung und mögliche Bildungsanbieter.

### Ihre Ansprechpartnerinnen:



**Maria Wilken ☎ 04471/9108-27**



**Nicola Fuhler ☎ 04491/9330-10**





## Beratung und Förderung für Berufsrückkehrerinnen

### Was kann gefördert werden?

Wenn Sie bei einem Bildungsträger im Oldenburger Münsterland eine berufliche Qualifizierung mitmachen möchten, dann **beantragen Sie telefonisch vor Beginn der Maßnahme** bei der **Koordinierungsstelle Frauen & Wirtschaft im Oldenburger Münsterland** einen Zuschuss zur Kursgebühr. Dem Antrag muss vor Beginn der Maßnahme stattgegeben werden. Der Eigenanteil an den Fortbildungskosten beträgt mindestens 50%. Eine zuschussberechtigte Person kann maximal 400,- € pro Jahr geltend machen. Bewilligte Anträge werden nach Vorlage der bezahlten Rechnung und der Teilnahmebescheinigung (Kopien) ausgezahlt.

### Zuschussberechtigte Personen

Für berufliche Qualifizierungskurse auf dem freien Weiterbildungsmarkt erhalten Frauen und Männer in Elternzeit, Berufsrückkehrerinnen, erwerbslose Frauen und Frauen mit geringfügigem Einkommen auf Antrag einen Zuschuss zur Kursgebühr. Auf diese Leistung besteht kein Rechtsanspruch. Dieses Angebot richtet sich an zuschussberechtigte Personen ohne Leistungsbezug nach SGB II und SGB III im Oldenburger Münsterland. Sozialversicherungspflichtig Beschäftigte und Selbständige haben keinen Anspruch auf Förderung.

### **Antragstellung und Information:**

Anette Schlarman, Tel: 04441/ 898-2622

Nadine Bornemann, Tel: 04471/ 15-305

**Sprechzeiten:** Montag bis Freitag von 8:30 – 12:30 Uhr

### Beratung

Gerne beraten wir Sie kostenlos in Cloppenburg und in Vechta zum Wiedereinstieg in den Beruf!

Kontakt:

In **Cloppenburg**, Eschstr. 29: **Renate Hitz**, Tel: 04471/ 15-383

In **Vechta**, Ravensberger Str. 20: **Gaby Middelbeck**, Tel: 04441/898-2621

Eine Einrichtung in Trägerschaft des Landkreises Cloppenburg und des Landkreises Vechta, gefördert aus Mitteln des Europäischen Sozialfonds und des Landes Niedersachsen.



EUROPÄISCHE UNION



<b>Terminkalender:</b>			
14.01.2109	S1102	Spielerische Bewegungserziehung	Ramsloh, Kindergarten St. Jakobus
14.01.2109	S1700	Autogenes Training	Strücklingen, Kindergarten
17.01.2018	S1401	Erstkommunionvorbereitung	Scharrel, Bonifatiushaus
21.01.2019	S1704	Yoga am Nachmittag	Strücklingen, Pfarrheim
22.01.2019	S1705	Yoga für Anfänger	Strücklingen, Kindergarten
23.01.2019	S1706	Yoga mit Grundkenntnissen	Strücklingen, Kindergarten
24.01.2019	S1402	Erstkommunionvorbereitung	Ramsloh, Pfarrheim
24.01.2019	S1600	Deutsch als Fremdsprache	Ramsloh, Pfarrheim
25.01.2019	S1400	Im Gespräch mit der Bibel	Ramsloh, Pfarrheim
28.01.2019	S1800	Nähen für Anfänger und Fortgeschrittene	Sedelsberg, eh. Creativ-Lädchen
30.01.2019	S1500	Android Smartphones und ihre Vielfältigkeit	Ramsloh, HRS
31.01.2019	S1403	Erstkommunionvorbereitung	Strücklingen, Pfarrheim
08.02.2019	S1404	Erstkommunionvorbereitung	Strücklingen, Pfarrheim
15.02.2019	S1405	Erstkommunionvorbereitung	Ramsloh, Pfarrheim
16.02.2019	S1801	Nähen für Kinder und Jugendliche	Sedelsberg, eh. Creativ-Lädchen
18.02.2019	S1702	YoungGo	Ramsloh HRS
19.02.2019	S1406	Erstkommunionvorbereitung	Scharrel, Bonifatiushaus
26.02.2019	S1111	PARENS® Fortsetzungskurs	Strücklingen, Turnhalle
26.02.2019	S1110	PARENS® Anfängerkurs	Strücklingen, Turnhalle
04.03.2019	S1804	Frische Frühlingsgereichte	Ramsloh HRS
07.03.2019	S1407	Erstkommunionvorbereitung	Ramsloh, Pfarrheim
14.03.2019	S1408	Erstkommunionvorbereitung	Strücklingen, Pfarrheim
19.03.2019	S1101	Erste-Hilfe-Maßnahmen am Kleinkind	Strücklingen, Pfarrheim
19.03.2019	S1901	Altersgerecht sanieren	Strücklingen, Pfarrheim
21.03.2019	S1802	Palmstock basteln	Strücklingen, Pfarrheim
21.03.2019	S1409	Erstkommunionvorbereitung	Scharrel, Bonifatiushaus



25.03.2019	S1805	Brunch zu Ostern	Ramsloh HRS
30.03.2019	S1003	Präventionsschulung	Strücklingen, Pfarrheim
04.04.2019	S1001	Resilienz	Strücklingen, Pfarrheim
23.04.2019	S1707	Yoga für Anfänger	Strücklingen, Kindergarten
24.04.2019	S1708	Yoga mit Grundkenntnissen	Strücklingen, Kindergarten
25.04.2019	S1501	Fit am Computer	Ramsloh HRS
29.04.2019	S1709	Yoga am Nachmittag	Strücklingen, Pfarrheim
30.04.2019	S1703	YoungGo	Ramsloh HRS
06.05.2019	S1002	Rhetorik	Ramsloh HRS
07.05.2019	S1004	Die Kräutermanufaktur im Mai	Ramsloh HRS
08.05.2019	S1803	Nähen für Anfänger und Fortgeschrittene	Sedelsberg, eh.Creativ-Lädchen
15.05.2019	S1701	Alarm im Darm	Strücklingen, Pfarrheim
28.05.2018	S1112	PARENS® Anfängerkurs	Strücklingen, Turnhalle
28.05.2018	S1113	PARENS® Fortsetzungskurs	Strücklingen, Turnhalle
06.06.2019	S1502	Facebook für Anwender	Ramsloh HRS
13.06.2019	S1005	Naturkosmetik für alle Lebenslagen	Strücklingen, Pfarrheim
17.06.2019	S1806	Sommerküche	Ramsloh HRS

Das aktuelle Programm finden Sie im Internet unter:

[www.bildungswerk-saterland.de](http://www.bildungswerk-saterland.de)

Alle Kurse können auch über das

Internet gebucht werden.



## Anmeldung

Ich möchte mich verbindlich zu folgenden Bildungsveranstaltungen anmelden: Datum: \_\_\_\_\_

Kurs: \_\_\_\_\_ Nr.: \_\_\_\_\_ Gebühr: \_\_\_\_\_ €

Kurs: \_\_\_\_\_ Nr.: \_\_\_\_\_ Gebühr: \_\_\_\_\_ €

Kurs: \_\_\_\_\_ Nr.: \_\_\_\_\_ Gebühr: \_\_\_\_\_ €

---

Name: \_\_\_\_\_ Vorname: \_\_\_\_\_

Straße: \_\_\_\_\_ Ort: \_\_\_\_\_

Tel.: \_\_\_\_\_ Unterschrift: \_\_\_\_\_

Ich überweise die Gebühren auf das Konto der

### **Raiffeisenbank Scharrel**

(BLZ 280 652 86) IBAN DE81 2806 5286 0101 1006 00  
Konto-Nr. 101 100 600 BIC GENODEF1SAN

**Aus Datenschutzgründen bitte im geschlossenen Umschlag zurücksenden.**



## Anmeldung

Ich möchte mich verbindlich zu folgenden Bildungsveranstaltungen anmelden: Datum: \_\_\_\_\_

Kurs: \_\_\_\_\_ Nr.: \_\_\_\_\_ Gebühr: \_\_\_\_\_ €

Kurs: \_\_\_\_\_ Nr.: \_\_\_\_\_ Gebühr: \_\_\_\_\_ €

Kurs: \_\_\_\_\_ Nr.: \_\_\_\_\_ Gebühr: \_\_\_\_\_ €

---

Name: \_\_\_\_\_ Vorname: \_\_\_\_\_

Straße: \_\_\_\_\_ Ort: \_\_\_\_\_

Tel.: \_\_\_\_\_ Unterschrift: \_\_\_\_\_

Ich überweise die Gebühren auf das Konto der

### **Raiffeisenbank Scharrel**

(BLZ 280 652 86) IBAN DE81 2806 5286 0101 1006 00  
Konto-Nr. 101 100 600 BIC GENODEF1SAN

**Aus Datenschutzgründen bitte im geschlossenen Umschlag zurücksenden.**

Anregungen:

---

---

---

---

---

Abgeben beim Pfarrzentrum,  
Kirchengemeinde St. Jakobus, Saterland  
oder mit der Post schicken  
oder faxen: 0 44 92 / 71 96

Bitte  
freimachen

**Postkarte**

**Bildungswerk Saterland e.V.**

**Rosenstraße 14**

**26683 Scharrel**



Anregungen:

---

---

---

---

---

Abgeben beim Pfarrzentrum,  
Kirchengemeinde St. Jakobus, Saterland  
oder mit der Post schicken  
oder faxen: 0 44 92 / 71 96

Bitte  
freimachen

**Postkarte**

**Bildungswerk Saterland e.V.**

**Rosenstraße 14**

**26683 Scharrel**





Katholische  
Erwachsenen**bildung**

*Bildungswerk Saterland e. V.*

Kath. Kirchengemeinde St. Jakobus  
Marktstr. 1 · 26683 Ramsloh · [www.bildungswerk-saterland.de](http://www.bildungswerk-saterland.de)