



Evangelische
Familien-Bildungsstätte

GEMEINSAM IN VIELFALT



2024/25
Jahresprogramm



UNSER HAUS IST OFFEN FÜR ALLE!

Herzlich willkommen.

Unter unserem diesjährigen Motto „GEMEINSAM IN VIELFALT“ erwartet Sie auf den nächsten Seiten ein vielfältiges, buntes und abwechslungsreiches Bildungs- und Begegnungsangebot für alle Altersgruppen. Wir haben über 500 interessante Kursangebote geplant, in denen Alltagswissen, frühkindliche Bildung, Elternbildung, gesellschaftliche und religionspädagogische Themen sowie Entspannung, Bewegung und Kreativität in vielfältiger Gemeinschaft vermittelt werden.

In gegenseitiger Achtung zusammenkommen und miteinander lernen und sich entwickeln und hierbei in Gemeinschaft eine Vielfältigkeit zu erfahren ist uns wichtig. Die Arbeit der FABI orientiert sich an den Bedürfnissen von Menschen in ihren unterschiedlichen Lebensphasen, Lebensformen und Lebenswelten. Menschen erleben es als Stärkung, wenn Sie in Gemeinschaft und Offenheit neues für sich erfahren und erlernen können. Dieses geschieht auf der Basis von christlichen Werten. Toleranz, Achtung, Vertrauen und Gemeinschaft sind Werte, die uns wichtig sind und sich auch in unseren Kursangeboten widerspiegeln.

Wir entwickeln fortlaufend neue Angebote. Aktuelle Informationen und neue die neusten Angebote finden Sie jederzeit auf unserer Internetseite. Auch beraten wir Sie gerne telefonisch oder persönlich in unserer Geschäftsstelle. Sollten Sie selbst eine Idee für ein Kursangebot haben, sprechen Sie uns gerne an! Wir freuen uns auf die Begegnung mit Ihnen.

Ihr Team der
Ev. Familien-Bildungsstätte Celle



Henning Schlüse
Leitung



Sarah Röhrbein
Stell. Leitung



Sabine Grünheit-Rakowski



Sylke Jürrens-Preuschafft



Aavje Feldmann



Michaela Bernhardt

WIR SIND FÜR SIE DA

Montag bis Freitag von 10 bis 12 Uhr

Montag bis Donnerstag von 15 bis 17 Uhr

Ev. Familien-Bildungsstätte • Fritzenwiese 9 • 29221 Celle

Telefon: 0 51 41-90 90 365 und 90 90 366

Fax: 0 51 41-90 90 369

E-Mail: info@fabi-celle.de

wellcome

Telefon: 0 51 41-90 90 375

E-Mail: Sabine.Gruenheit-Rakowski@evlka.de

Familienlotsen

Telefon: 0 51 41-90 90 370

E-Mail: sylke.juerrens-preuschafft@evlka.de



Besuchen Sie uns auf Facebook und Instagram [@fabi-celle](https://www.facebook.com/fabi-celle)

Sie haben Ihren Wunschkurs gefunden und nun überlegen Sie, wie die Bezahlung abgewickelt wird?

Wir ziehen die Kursgebühr erst dann ein, wenn der Kurs begonnen hat. So müssen wir im Fall eines Ausfalls keine Rückerstattung leisten.

Wichtig! Sollten Sie in Ausnahmefällen eine Überweisung tätigen, bitte dies auch erst nach Kursbeginn!

IBAN: DE 75 2695 1311 0091 1949 36

BIC: NOLADE21 GFW

Anmeldung

Bitte melden Sie sich zu allen Veranstaltungen schriftlich über unsere Homepage oder per Anmeldekarte an. (Eine Kirchenzugehörigkeit zur evangelischen Kirche ist nicht notwendig!)

Die Anmeldung ist verbindlich. Bitte notieren Sie sich Ihren Kursbeginn, wir senden **keine** Anmeldebestätigung. Sie werden von uns nur benachrichtigt, wenn die Veranstaltung voll belegt ist, sie verschoben wird oder abgesagt werden muss.

Ein Platzerhalt bei einer Unterbrechung Ihrer Kursteilnahme ist nur durch eine weitergehende Zahlung der Kursgebühr möglich.

Abmeldung/Stornierung

Sie können sich bis **14 Tage vor** Kursbeginn schriftlich abmelden. Danach erheben wir die Kursgebühr in vollem Umfang. Eine Erstattung der Kursgebühr bei Krankheit oder durch Vorlage eines ärztlichen Attestes ist nach der Abmeldefrist nicht möglich.

Bei Kursen, die eine kürzere Vorlaufzeit haben als 14 Tage, ist die Abmeldefrist von 7 Tagen vor Kursbeginn. Bei beruflichen Fort-

bildungen, Qualifikationen, und Weiterbildungen gelten die individuellen Absprachen, die mit den verbindlichen Vereinbarungen einhergehen.

Gebühren

Die Teilnahmegebühr buchen wir mit Ihrer Einzugsermächtigung von Ihrem Konto jeweils nach Kursbeginn am 1. oder 15. des Monats ab. Die einmalige Einzugsermächtigung gilt für alle Ihre Kurse, bis Sie diese widerrufen. In den einzelnen Teilnahmegebühren sind die Mehrwertsteuer-Beträge bereits enthalten.

Sollten Sie Fragen zu optionalen Zahlungsmöglichkeiten haben, sprechen Sie uns gerne an! Sollten Sie ohne Rücksprache gebuchte Kurse nicht zahlen, steht uns das Mahnverfahren offen.

Materialkosten

Je nach Kurskonzept können von der Kursleitung Materialkosten erhoben werden. Diese finden Sie in den einzelnen Kursaus-schreibungen. Sollten zusätzliche Materialkosten notwendig sein, teilen wir Ihnen dies vorab per E-Mail mit. Den Kursleitungen steht offen, im laufenden Kurs mit Ihnen ggf.

Materialkosten zu besprechen, je nachdem ob sie für sie Material anschaffen muss. Material wird in diesem Fall nur angeschafft, wenn dies vorab mit Ihnen abgesprochen wurde!

Die Materialkosten sind direkt bei der Kursleitung in bar am ersten Kurstermin zu zahlen. Sollten Sie sich **nicht 14 Tage vor Kursbeginn** abmelden bzw. nicht zum Kurs erscheinen, ziehen wir die Materialkosten zur Deckung der Auslage der Kursleitung per Bank einzug ein. Hier müssen wir dann die MwSt. von 19% aufschlagen!

Ermäßigung

Bei Geschwistern innerhalb eines Kurses ermäßigt sich die Gebühr ab dem zweiten Kind um 50 Prozent. Empfänger*innen von Sozialgeld oder Bürgergeld erhalten eine Ermäßigung von 50 Prozent der Kursgebühr (nicht bei Fortbildungen). Sollten Sie in Bezug auf die angesetzten Preise eine Ermäßigung außerhalb der geltenden Regelungen benötigen, ist dieses auf Anfrage und unter bestimmten Bedingungen möglich.

Ermäßigungen von Kinderkursen durch die Ev. Landeskirche Hannovers sind solange möglich, wie uns die hierzu zugeteilten Mittel ausreichen. Eine Ermäßigung ist durch formlosen Antrag, z.B. per E-Mail, möglich.

Bildungsprämien sind in einigen Bundesländern noch verfügbar! Bitte erkundigen Sie sich selbstständig vor Kursbeginn.

Rückzahlung

Für nicht besuchte Kursstunden kann keine Rückzahlung geleistet werden. Bei Online-Kursen gibt es aufgrund instabiler Internetverbindung Ihrerseits keine Rück-erstattung.

Bitte informieren Sie sich vorab, ob der Kurs Ihren inhaltlichen Vorstellungen entspricht. Schnuppertermine sind aufgrund der Planbarkeit nicht möglich.

Bescheinigungen

Eine Teilnahmebescheinigung können Sie auf Wunsch nach Ende des Kurses kostenlos von der Kursleitung erhalten. Für vorherige Trimester stellen wir Teilnahmebescheinigungen gegen eine Vorauszahlung von € 5,- aus.

Parken

Die Parksituation am Gebäude der Ev. FABI Celle ist begrenzt. Das Parken ist grundsätzlich nur mit einem von der FABI ausgestellten Parkausweis erlaubt. Der Parkausweis beschränkt sich auf die Dauer Ihres Kurses. Sollten Sie hierzu Fragen haben, sprechen Sie uns gerne an! Sollten Sie ohne unsere Kenntnis dort (länger) parken, können Sie zu Ihren Kosten abgeschleppt werden. Die Teilnahme an einem Kurs sichert Ihnen keinen Parkplatz!

Bitte nutzen Sie auch die kostenlosen Parkplätze auf dem Schützenplatz (10 Minuten Fußweg!)

Haftung und Datenschutz finden Sie auf der Seite 160

LEITBILD

Grundlage unserer Arbeit ist die Gewissheit, dass Gott die Menschen in Ihrer Einmaligkeit mit ihren Stärken und Schwächen liebt. Christliche Werte wie Nächstenliebe, Solidarität, Toleranz und Gemeinschaft leiten die Angebote der Ev. Familien-Bildungsstätte.

Vor diesem Hintergrund fördern wir das Miteinander, das geprägt ist von gegenseitiger Wertschätzung und Vertrauen, Lebenslust und dem Gefühl von Geborgenheit und übertragen es auf die jeweiligen Kurse.

In einer positiven Atmosphäre geht es nicht um bewertete Leistungen, sondern um ein gemeinsames Thema. Ein gemeinsames Tun, bei dem sich der/die Einzelne in seinen/ihren Bedürfnissen ernst genommen und aufgehoben fühlen.




INHALTSVERZEICHNIS

Allgemeine Geschäftsbedingungen	4
Informationen	6
FABI mobil – Bildung auf Bestellung	10
Schwangerschaft, Geburt und erstes Lebensjahr	12
wellcome	26
DELFI®	28
Leben mit Kindern	30
Familienlotsen	50
Meine Zeit mit Oma und Opa	52
Kinderleicht erziehen – online	54
Kinder und Jugendliche	62
Kompetenz – Kontakte	90
Von Frauen für Frauen	100
Interkulturell und miteinander	106
Fortbildung und Fachtage	108
Gesundheit und Wohlbefinden	126
Bewegung und Wohlbefinden	130
Kreatives – Tanz – Musik	144
Kursleitungen	157
AGB – Haftung	160
Impressum	162
Anmeldekarte	163
Spendenkarte	165

FÖRDERER UND KOOPERATIONSPARTNER

Die Ev. Familien-Bildungsstätte ist Mitglied des Forums Familienbildung der Ev. Arbeitsgemeinschaft Familie e.V., Berlin (www.eaf-bund.de) sowie der Landesarbeitsgemeinschaft der Familien-Bildungsstätten in Niedersachsen (www.familienbildung-nds.de).

Die Familien-Bildungsstätte Celle ist eine Einrichtung des Ev.-luth. Kirchenkreises Celle, begleitet und gefördert durch den Beirat der Familien-Bildungsstätte, in dem auch die katholische Kirche, der Landkreis und die Stadt Celle vertreten sind. Vorsitzende des Beirates ist Jasmin Kunz.

Die mit  gekennzeichneten Veranstaltungen führen wir in Kooperation mit der Evangelischen Erwachsenenbildung Niedersachsen und in deren pädagogischer Verantwortung durch.

DANKE!

WIR FREUEN UNS ÜBER
IHRE UNTERSTÜTZUNG.

IHRE SPENDE HILFT!



Für unsere **Arbeit mit Kindern und Familien** sind wir trotz öffentlicher Zuschüsse auf Spenden angewiesen. Für die Projekte wellcome (S. 27) und Erziehungs-Familienlotsen (S. 50) sowie für einige Kinderkurse benötigen wir regelmäßig finanzielle Mittel. Damit Familien mit geringerem Einkommen eine Gebührenermäßigung erhalten – dafür brauchen wir Ihre Unterstützung.

Bitte fördern Sie die Arbeit der Ev. Familien-Bildungsstätte mit einer Spende.

Spendenkonto:

Kirchenamt Celle

IBAN: DE38 2695 1311 0000 0024 10

Stichwort: Ev. Familien-Bildungsstätte

Oder verwenden Sie unseren Vordruck auf der letzten Seite des Programmheftes.

FABI mobil

Wir kommen zu Ihnen! Sie möchten eine interessante Veranstaltung zu einem wichtigen Thema gestalten?

Hier finden Sie eine kleine Themenauswahl: Vorträge und Workshops

Vorträge

- Augenschule / Entspannung mit alltäglichen Übungen
- Neidisch sind immer nur die anderen – Vom Sinn und Nutzen eines ungleichen Gefühls
- Reifen – Wege zur Weisheit
- Wir sind alle verschieden – und das ist auch gut so!
- After-Work-Cooking (bis zu sieben TeilnehmerInnen)
- Verstehe eine(r) die Frauen
- Verstehe eine(r) die Männer (Männer kommunizieren anders als Frauen)
- Lachyoga (Übungen für Glückshormone)
- Eine Reise durch die Bibel
- Fit im Kopf – Gedächtnistraining
- Konflikte – ja bitte
- Entspannung im Alltag
- Merkfähigkeit steigern – Tipps und Hilfen für den Alltagsgebrauch
- Mut zum Nein-Sagen
- Jetzt rede ich – von der Kunst des selbstbewussten Auftretens
- Gesunde Ernährung – bewusste Lebensweise
- Schmerz – ein positives Signal
- Handlettering

Workshops:

- **Achtsamkeit:** Tagesworkshop mit Supervisions-Anteilen für MitarbeiterInnen und Teams in sozialen und pflegerischen Einrichtungen
- **Resilienz:** Tagesworkshop mit Supervisions-Anteilen für MitarbeiterInnen und Teams in sozialen und pflegerischen Einrichtungen
- **Empathie:** ein besseres Verständnis für andere ...
- **Stressbewältigung:** Tagesworkshop mit Supervisions-Anteilen für MitarbeiterInnen und Teams. Dementielle Erkrankungen – Auswirkungen, Denkmuster, Verhaltensweisen, Herausforderungen
- Den Alltag gestalten mit Menschen mit Demenz Fortbildung zur Alltagsunterstützung AZUA Sitz- und Fingertänze Spiel, Spaß und Bewegung mit dem Rollator.
- Inklusion in pädagogischen Einrichtungen
- Die Geburt ist nicht der Anfang.
- Beziehung statt Erziehung. Ideen und Anregungen von Jasper Juul für den Kita-Alltag

Mobile Werkstatt

- Kreative Angebote für alle Altersgruppen und zu jedem Anlass
- Fortbildungsangebote rund um den Bereich – Besuchsdienstarbeit / Seniorenbegleitung

Fortlaufende Kurse:

- Musikkindergarten
- Mit DELFI® durch das erste Lebensjahr
- Mit allen Sinnen spielen (für Eltern und Kinder)
- Ganztagsangebote für Schulen

Oder Ihr Wunschthema für Ihre Einrichtung, Kirchengemeinde oder Ihr Team bei uns in der FABI oder anderswo.
Termin und Gebühren nach Vereinbarung.

SIE SUCHEN INTERESSANTE
THEMEN FÜR
IHRE VERANSTALTUNG?
RUFEN SIE UNS AN!
WIR KOMMEN ZU IHNEN.

Schwangerschaft & Geburt – erstes Lebensjahr



- Geburtsvorbereitung / Einer für Alles
- Upgrade für Mehrgebärende **NEU**
- LOVE – Leben – Orientieren – Vorbereiten – Eltern werden
- Bald Papa? Dann mal los!
- Hurra! Und dann ist das Baby da!
- Stillcafé
- Die Geburt – Was ich nochmal loswerden wollte! **NEU**
- Beikost – Ein Einheitsbrei oder Deine individuelle Mahlzeit?
- TöpfchenTeamwork – Was mein Baby ab Geburt alles kann!
- Offener Treffpunkt: TöpfchenTeamwork
- Rückbildungsgymnastik am Vormittag
- In Balance – Yoga, Beckenboden mit Baby
- Babymassage
- Greenbirth – Mitgliederversammlung
- Greenbirth – Workshop
- DELFI®
- DELFI® für Großeltern
- wellcome

Geburtsvorbereitung / Einer für Alles

Ein umfassender Kurs für werdende Eltern, Schwangere allein oder mit Vertrauensperson. Die wichtigsten Themen werden praxisnah, verständlich und kompakt vermittelt.

- Schwangerschaft (Untersuchungen, Beschwerden, Mutterpass, Entwicklung)
- Klinikoffen, Wehenverarbeitung und Schmerzerleichterung.
- Geburtsverläufe, -positionen und -komplifikationen.
- Umfangreiche Infos und Vorbereitung zu Wochenbett und Stillen mit praktischen Übungen für einen optimalen Stillstart.
- Handling und Bonding mit dem Neugeborenen.
- Alltagspraktische Tipps zu Gesundheit, Pflege und Prävention rund um das Baby.
- Regler Austausch und Kommunikation untereinander.
- Zumeist kann im Anschluss der Kreißsaal und die Wochenbettstation des AKH Celle gemeinsam besucht werden.

Die Anmeldegebühr von € 15,- wird mit der Anmeldung fällig und wird nicht erstattet. Die regulären Teilnahmegebühren werden direkt mit der Krankenkasse abgerechnet und müssen nur bei Nichterscheinen privat getragen werden.

Die Partnergebühr: € 100,- (wird meist von der Krankenkasse erstattet), die Chipkarte der Krankenkasse und den Mutterpass zu Beginn mitbringen. Außerdem bequeme Kleidung, Schreibzeug und einen Imbiss für die Mittagspause.

0001	Samstag 09.00 - 16.00 Uhr Sonntag 09.00 - 16.00 Uhr	Termine: 10.08.2024 11.08.2024
0002	Samstag 09.00 - 16.00 Uhr Sonntag 09.00 - 16.00 Uhr	Termine: 21.09.2024 22.09.2024
0003	Samstag 09.00 - 16.00 Uhr Sonntag 09.00 - 16.00 Uhr	Termine: 09.11.2024 10.11.2024
0004	Samstag 09.00 - 16.00 Uhr Sonntag 09.00 - 16.00 Uhr	Termine: 11.01.2025 12.01.2025
0005	Samstag 09.00 - 16.00 Uhr Sonntag 09.00 - 16.00 Uhr	Termine: 08.02.2025 09.02.2025
0006	Samstag 09.00 - 16.00 Uhr Sonntag 09.00 - 16.00 Uhr 2 x 7 Stunden Leitung: Sarah Pautz Ort: FABI	Termine: 22.03.2025 23.03.2025 Gebühr: € 15,-

Hinweis:

Es werden für jeden Monat Geburtsvorbereitungskurse geplant und in unserem online Programm veröffentlicht.

Ab 2025 sind weitere Kurse mit Antje Marwede in Eschede geplant. Sollten Sie kein passendes Kursangebot finden, schreiben Sie uns bitte eine E-Mail an info@fabi-celle.de

Wir führen eine Warteliste, so dass wir ggf. ein zusätzliches Angebot organisieren können!

Upgrade für Mehrgebärende **NEU**

- Auffrischung über die wichtigsten und relevanten Themen.
 - Austausch über vorangegangene Geburten und Erfahrungen.
 - Umfassende Stillberatung für einen optimalen Stillstart.
 - Geschwisterliebe. Alltagstipps und praktische Anregungen im Umgang mit mehreren Kindern.
 - Kinderkrankheiten und Gefahrenpotentiale. Geburtsverletzungen und Beckenboden.
 - Kurze Infos und netter Austausch - ein Upgrade für alle Mehrgebärende.
- Bitte mitbringen: Mutterpass und Krankenkassenkarte.

0020 dienstags 09.00 - 10.30 Uhr **Beginn:** 06.08.2024
 7 x 1,5 Stunden **Gebühr:** € 10,-
 Leitung: Sarah Pautz

LOVE

Leben - Orientieren - Vorbereiten - Eltern werden

Eine Schwangerschaft ist immer ein besonderer Lebensabschnitt. Ob es die erste ist oder jede weitere - jede ist einzigartig!

Um diese Zeit aktiv zu gestalten und dabei nicht in der Fülle der Informationen unterzugehen, laden wir ein zu einem schwangerschafts begleitenden Kurs mit vielen informativen, gesundheitsorientierten Inhalten rund um Schwangerschaft, Entbindung und die erste Zeit mit Kind. Unterstützt durch verschiedene ReferentInnen zu Themen wie Schwangerschaft, Stillen, Tragen, Babypflege, Bindung, Erste Hilfe am Kind, Gesundheit und Entbindung sollen Eure Interessen und Fragestellungen besprochen werden.

Vor allem freuen wir uns, euch in dieser spannenden Zeit zusammenzubringen und in kleiner Runde wertvolle Kontakte zu ermöglichen.

Für Frauen ab der 16. SSW. Bei Paaranmeldungen beträgt die Gebühr € 140,-.

0025 donnerstags 17.30 - 19.00 Uhr **Beginn:** 07.11.2024

0026 donnerstags 17.30 - 19.00 Uhr **Beginn:** 20.02.2025

7 x 1,5 Stunden

Gebühr: € 90,-

Leitung: Sarah Röhrbein

Paar-Gebühr: € 140,-



Der einfachste Weg zu Ihrem
Geburtsvorbereitungskurs

Bald Papa? Dann mal los!

Die bevorstehende Geburt eines Kindes ist ein bedeutsames Ereignis im Leben – nicht nur für die Frau, sondern auch für den Mann.

Besonders beim ersten Kind gibt es viele Fragen. Um die Ankunft des Babys vorzubereiten, gibt es zahlreiche Angebote.

Männer sollten zur Vorbereitung auf Vaterwerden nicht nur an einem Geburtsvorbereitungskurs teilnehmen, es ist auch empfehlenswert, dass sie während der Schwangerschaft über folgende Fragen nachdenken bzw. sich mit Männern in ähnlicher Situation austauschen.

- Vater sein heißt für mich?
- Welche Personen könnten einen positiven Einfluss auf mein Vatersein haben? Beispiele: Bruder, Vater, Freund, Kollege ...
- Was tue ich, wenn ich Vater bin?
Beispiele: Spielen, Vorlesen, „Kinderwagen tunen“ ...
- Was würde ich gerne meinem Sohn/meiner Tochter vermitteln?

Machen Sie sich zu diesen Fragen ein paar Notizen vor oder kurz nach der Geburt Ihres Kindes. Wenn Sie diese Gedankenspiele ein Jahr danach noch einmal wiederholen und mit Ihren Notizen „von damals“ vergleichen, werden Sie sicher feststellen, wie Sie in Ihrer Rolle als Vater gewachsen sind, und was sich an Ihrer Haltung verändert hat.



Bald Papa? Dann mal los!

Du wirst Vater - Herzlichen Glückwunsch:

Informationen und Austausch

- Zu der Vorfreude auf das Kind.
- Zu der Veränderung in der Partnerschaft als Vater und Mutter oder Vater und Vater.
- Zu der Verantwortung, die das mit sich bringt.
- Zu einem neuen Lebensabschnitt als Mann.
- Zu dem Aufbau einer Beziehung zu einem Kind.
- Zu neuen Erfahrungen im Kreißaal oder im Geburtshaus.
- Zu den neuen Gedanken, Beruf und Vatersein zu vereinbaren.

Weitere Informationen über Henning Schlüse, Tel. 05141-9090367.

0029 Frühjahr 2025

gebührenfrei

Leitung: Axel Hengst

Ort: Auf Anfrage

Hurra! Und dann ist das Baby da!

Vorbereitungskurs für die Themen rund um das Baby im ersten Lebensjahr

Liebe werdende Eltern,

Stillen - Handling - Tragen - Babygesundheit

Unter diesen Stichpunkten möchte ich helfen, euch auf die ersten Wochen und Monate mit eurem Baby vorzubereiten.

Wichtige Informationen rund um das Stillen in den ersten Tagen, Handling des Babys und Tragen im Tragetuch mit praktischen Übungen zu allen drei Themen werden abgerundet durch viele Informationen zu Babypflege, medizinischen Themen und alltagspraktischen Tipps rund um das Baby und Elternsein.

Bei Paaranmeldungen beträgt die Gebühr € 80,-

Bitte mitbringen: ggf. eigenes Tragetuch.

0027 Samstag 09.00 - 15.00 Uhr **Termin:** 23.11.2024

0028 Samstag 09.00 - 15.00 Uhr **Termin:** 10.05.2025

Weitere Termine auf Anfrage

Leitung: Kathrin Mayele

Gebühr: € 45,-

Paar-Gebühr: € 80,-



Herzlich willkommen in der „Guten Stube“

Willkommen in der „Guten Stube“ – einem einladenden Raum in unserer FABI, der im Sommer 2022 liebevoll hergerichtet wurde, um Gemütlichkeit und Entspannung zu vermitteln.

Ein geräumiger Teppichbereich mit gemütlichen Stillkissen lädt Eltern mit ihren Kindern zum Entspannen ein. Eine liebevoll zusammengestellte Auswahl an Kinderbüchern sowie interessanter Fachliteratur zu verschiedenen Themen rund um Schwangerschaft, Geburt und frühe Kindheit, bietet Inspiration und Wissen. Verschiedene Sitzgelegenheiten und Kinderspielzeuge stehen bereit, um das Ambiente zu vervollständigen und ein Gefühl von Zuhause zu vermitteln. Hier ist Platz für Begegnung und Ruhe gleichermaßen. Die „Gute Stube“ ist für alle Teilnehmenden zugänglich, die sich nach den Kursen zurückziehen oder einfach etwas länger verweilen möchten.

Regelmäßig finden auch Kurse in diesem Raum statt, wie z.B. unser „Stillcafé“, das in Kooperation mit dem AKH-Celle angeboten wird. Unsere erfahrene Kursleiterin Kathrin Mayele, Still- und Laktationsberaterin sowie Kinderkrankenschwester auf der Frühgeborenenstation des AKHs, empfängt dort Mütter und ihre Babys mit liebevoller Unterstützung. Sie bietet Stillberatung und einen Raum für den Austausch.

Ein weiteres dort stattfindendes Angebot ist der schwangerschaftsbegleitende Kurs „LOVE“ (Lieben Orientieren Vorbereiten Eltern werden). Bei LOVE treffen sich werdende Eltern, um sich gegenseitig kennenzulernen und auszutauschen. Bei jedem Treffen ist eine Referentin wie Hebamme, Physiotherapeutin oder Kinderkrankenschwester vor Ort, um Themen wie Babygesundheit, Stillen, Motorik und Handling zu behandeln und Fragen zu beantworten.

Die „Gute Stube“ ist auch der Ort für das kostenlose Angebot „Coach dein Leben“, bei dem im vertraulichen Rahmen Herausforderungen des Lebens gemeinsam betrachtet werden. Unsere Coachin und Sozialpädagogin Kristine Bianga unterstützt dabei, Lösungen für unterschiedliche Probleme zu finden.

Die „Gute Stube“ verkörpert den familiären Charakter unserer FABI und steht allen offen, die eine entspannte und unterstützende Umgebung suchen.

Stillcafé

Eine Kooperation mit dem AKH Celle

Gerade stillende Mütter geben jeden Tag viel und dürfen sich dabei nicht vergessen!

Das Angebot eines Stillcafés soll allen Müttern den Raum geben, einmal aufzutanken und die Möglichkeit bieten, Fragen zu stellen und Gespräche zu diversen Themen rund um das Stillen, das Leben mit dem Baby in der Familie und Einführung in die Beikost zu ermöglichen. Als Still- und Laktationsberaterin steht Kathrin Mayele euch gerne auch bei Unsicherheiten und Stillschwierigkeiten zur Seite, damit ihr eine gelungene Stillzeit und ein gut gedeihendes Baby genießen könnt.

Auch Schwangere und Nicht-Stillende Mütter mit Fragen und dem Wunsch nach Austausch mit anderen Müttern sind herzlichst Willkommen.

Das Stillcafé ist einerseits ein offenes Angebot, andererseits ist es wichtig die Treffen gut planen zu können. Daher bitten wir um schriftliche oder telefonische Anmeldung, info@fabi-celle.de oder Tel. 05141 - 9090365

Die Teilnahme an einem Treffen kostet € 4,-.

Das Stillcafé wird gefördert durch das AKH Celle

Bitte mitbringen: ggf. eigenes Tragetuch

0040 donnerstags 15.00 - 17.00 Uhr **Beginn:** 22.08.2024

0041 donnerstags 15.00 - 17.00 Uhr **Beginn:** 16.01.2025

0042 donnerstags 15.00 - 17.00 Uhr **Beginn:** 08.05.2025

Leitung: Kathrin Mayele **Gebühr:** € 4,- pro Treffen

Die Geburt - Was ich nochmal loswerden wollte!

NEU

Neun Monate wartet man auf das kleine Wunder! Neun Monate plant man die Ankunft des neuen Lebens auf dieser Welt!

Und dann wird doch alles anders als gedacht! Die Geburt war nicht so wie erhofft, das Kennenlernen geprägt von stressigen Faktoren oder vermeintlich kleine Dinge des Alltags wollen einfach nicht so klappen. Von außen prasselt der Druck herein und bei einem wächst innerlich die Unsicherheit und Unzufriedenheit. Wenn dir dies bekannt vorkommt oder du ähnliche Dinge erlebst, hast du hier im geschützten Raum die Chance deine Gedanken fließen zu lassen und durch das gemeinsame Gespräch Ideen und Handlungsmöglichkeiten zu entwickeln, die dir helfen können.

Gesprächstermine (Einzelgespräche) können individuell mit Inka Pietack vereinbart werden!

Einfach eine E-Mail an info@fabi-celle.de

0030 Gesprächstermine auf Anfrage Gebühr: € 15,-

Leitung: Inka Pietack

Beikost

Ein Einheitsbrei oder Deine individuelle Mahlzeit?

So individuell wie wir Menschen sind, sind unsere Kinder ebenfalls. Ich gebe einen ersten Überblick, welche Wege es für die Beikosteinführung gibt.

Folgenden Fragen möchte ich dabei auf den Grund gehen:

- Wann sollte mit der Beikost begonnen werden?
- 17 Wochen, 180 Tage? Was ist richtig?
- Was sind Beikostreifezeichen?
- Muss man automatisch das Stillen reduzieren bzw. das Fläschchen ersetzen, sobald Beikost eingeführt wird?
- Beikost mit oder ohne Brei und braucht es wirklich einen Beikostplan?
- Welche Lebensmittel darf mein Baby (nicht) essen?
- Wie viel sollte mein Baby essen und trinken?
- Die Angst vor dem Verschlucken.
- Du kannst dein Baby sehr gerne mitbringen.

Ich freue mich schon auf euch und bin gespannt, welche Frage ihr noch habt.

0045	Donnerstag 09.30 - 11.00 Uhr	Termin:	22.08.2024
0046	Donnerstag 09.30 - 11.00 Uhr		12.09.2024
0047	Donnerstag 09.30 - 11.00 Uhr		26.09.2024
0048	Donnerstag 09.30 - 11.00 Uhr		24.10.2024
0049	Donnerstag 09.30 - 11.00 Uhr		14.11.2024
0050	Donnerstag 09.30 - 11.00 Uhr		12.12.2024
0051	Donnerstag 09.30 - 11.00 Uhr		16.01.2025
0052	Donnerstag 09.30 - 11.00 Uhr		13.02.2025
0053	Donnerstag 09.30 - 11.00 Uhr		13.03.2025
0054	Donnerstag 09.30 - 11.00 Uhr		10.04.2025
0055	Donnerstag 09.30 - 11.00 Uhr		08.05.2025
0056	Donnerstag 09.30 - 11.00 Uhr		05.06.2025
0057	Donnerstag 09.30 - 11.00 Uhr		26.06.2025

1x 1,5 Stunden

Gebühr: € 8,-

Leitung: Charlotte Manegold



Erfüllung von Bedürfnissen

Die Bindung zwischen Eltern und Kindern ist von grundlegender Bedeutung für eine gesunde Entwicklung. Frühzeitige Förderung dieser Bindung kann sich positiv auf das Wohlbefinden und die Entwicklung des Kindes auswirken. Von Geburt an kommunizieren Babys ihre Bedürfnisse durch verschiedenste Signale wie z.B. Weinen, Lächeln oder Körperbewegungen. Wenn Eltern sensibel auf diese Signale reagieren und die Bedürfnisse ihres Babys erfüllen, entsteht eine sichere Bindung. Das bedeutet, dass das Kind lernt, dass es sich auf seine Eltern verlassen kann, um seine Bedürfnisse zu befriedigen und um das Gefühl von Sicherheit zu erlangen.

In diesem Kontext möchten wir gerne das „Töpfchen Teamwork“ vorstellen. Beim „Töpfchen Teamwork“ geht es darum, auch das Bedürfnis der Kinder nach Ausscheidung zu verstehen und zu unterstützen, was allerdings nicht das totale -windelfrei sein- impliziert. Vielmehr möchten wir Eltern ermutigen, auch dieses natürliche Bedürfnis ihrer Kinder wahrzunehmen und zu begleiten. Wir bieten Kurse und Treffen an, in denen Eltern sich mit einer erfahrenen Referentin austauschen können. Dabei geht es darum, das Thema auf eine offene und entspannte Weise zu behandeln, ohne Druck oder Zwang.

Das „Töpfchen Teamwork“ ist auch ein Thema im Rahmen unseres schwangerschaftsbegleitenden Kurses LOVE (Lieben Orientieren Vorbereiten Eltern werden). Hier können werdende Eltern mehr über die Bedürfnisse ihrer zukünftigen Kinder erfahren und sich darauf vorbereiten.

„Töpfchen Teamwork“ ist kein Schwarz/Weiß-Thema, sondern der bedürfnisorientierte Blick auf das Kind. Ziel ist es, die Bindung zu stärken und das Wohlbefinden des Kindes zu fördern, ohne Zwänge oder starre Regeln. Jede Familie kann ihren eigenen passenden Weg finden.

TöpfchenTeamwork – Was mein Baby ab Geburt alles kann!

Einsteigerkurs in die Ausscheidungskommunikation mit Babys

Babys kommunizieren von Geburt an über all ihre Bedürfnisse mit uns - auch über ihre Ausscheidungen. Als Traglinge sind sie bemüht, sich selbst und ihr Nest nicht zu beschmutzen und wollen daher außerhalb von Windeln ausscheiden. Was das bedeutet und welche Vorteile das hat, ab Geburt ins TöpfchenTeamwork einzusteigen, erfährst du in diesem Kurs. Wir besprechen biologische Hintergründe zur Ausscheidungskommunikation und wie und wann du starten kannst. Ich zeige dir verschiedene Abhaltepositionen, Fachliteratur und nützliche Kleidung/ Utensilien, die dir das TöpfchenTeamwork ab Geburt leicht machen. Und natürlich ist genug Raum für alle deine Fragen zum Thema!

0060 Dienstag 09.00 - 11.00 Uhr **Termin:** 10.09.2024

0061 Samstag 09.00 - 11.00 Uhr 09.11.2024

0062 Dienstag 09.00 - 11.00 Uhr 27.05.2025

Leitung: Britta Alps

Gebühr: € 16,-

Offener Treffpunkt

TöpfchenTeamwork - Was mein Baby ab Geburt alles kann!

Windelfrei aka TöpfchenTeamwork ab Geburt - schon mal gehört, gesehen oder darüber nachgedacht? Du suchst gleichgesinnte Eltern zum Austausch? Wir bieten euch einen Raum dafür, ein offenes Ohr und vielleicht haben wir auch den ein oder anderen passenden Ratschlag für euren „windelfreien“ Alltag.

Anmeldungen bitte an britta.alps@gmail.com bis spätestens am Montag vorher!

0063 Donnerstag 09.00 - 10.30 Uhr **Termin:** 19.09.2024

0064 Donnerstag 09.00 - 10.30 Uhr 21.11.2024

0065 Donnerstag 09.00 - 10.30 Uhr 23.01.2025

0066 Donnerstag 09.00 - 10.30 Uhr 20.03.2025

0067 Donnerstag 09.00 - 10.30 Uhr 22.05.2025

0068 Donnerstag 09.00 - 10.30 Uhr 17.07.2025

Leitung: Britta Alps

gebührenfrei



Rückbildungsgymnastik am Vormittag

Du hast entbunden und möchtest jetzt Deinem Körper etwas Gutes tun? Dann bist Du hier genau richtig! In der Schwangerschaft und bei der Geburt wird Dein Körper stark beansprucht. Du kannst ihn jetzt bei der Rückbildung unterstützen. Dabei helfe ich Dir - gemeinsam machen wir Deinen Körper wieder fit! Dein Baby ist herzlich willkommen!

Die Anmeldegebühr von € 15,- wird mit der Anmeldung fällig und wird nicht erstattet. Die regulären Teilnahmegebühren werden direkt mit der Krankenkasse abgerechnet und müssen nur bei Nichterscheinen privat getragen werden.

Bitte zur ersten Stunde die Chipkarte der Krankenkasse und 30,00 € Kautions mitbringen.

- | | | |
|-------------|---|--|
| 0070 | dienstags 10.45 - 12.00 Uhr
8 x 1,25 Stunden
Leitung: Sarah Pautz | Beginn: 06.08.2024
Gebühr: € 15,- |
| 0071 | dienstags 09.00 - 10.15 Uhr
8 x 1,25 Stunden | Beginn: 17.09.2024 |
| 0072 | dienstags 10.30 - 11.45 Uhr
7 x 1,25 Stunden | Beginn: 22.10.2024 |
| 0073 | dienstags 09.00 - 10.15 Uhr
8 x 1,25 Stunden | Beginn: 14.01.2025 |
| 0074 | dienstags 10.30 - 11.45 Uhr
8 x 1,25 Stunden | Beginn: 14.01.2025 |
| 0075 | dienstags 09.00 - 10.15 Uhr
8 x 1,25 Stunden
Leitung: Heike Rachner | Beginn: 29.04.2025
Gebühr: € 15,- |

In Balance - Yoga mit Baby

Hier könnt ihr den Alltag hinter euch lassen und eine innere Balance finden. Leichte Bewegungsabläufe aus dem Yoga ermöglichen eine bessere Körperwahrnehmung, wir nehmen unsere Atmung bewusster wahr und einfache Beckenbodenübungen verbessern Blasenfunktion und Körperhaltung.

Babys im ersten Lebensjahr können mitgebracht werden.

Bitte mitbringen: Sportsachen und Getränke.

- | | | |
|-------------|---|--|
| 0080 | freitags 10.45 - 11.45 Uhr | Beginn: 23.08.2024 |
| 0081 | freitags 10.45 - 11.45 Uhr | Beginn: 25.10.2024 |
| 0082 | freitags 10.45 - 11.45 Uhr | Beginn: 17.01.2025 |
| 0083 | freitags 10.45 - 11.45 Uhr | Beginn: 28.02.2025 |
| 0084 | freitags 10.45 - 11.45 Uhr
6 x 1 Stunde
Leitung: Kathleen Baumann | Beginn: 09.05.2025
Gebühr: € 42,- |

Babymassage

Die Erfahrung von liebevoller, bewusster Berührung in der Säuglingszeit bildet eine wesentliche Grundlage für die Entwicklung von Vertrauen und Selbstbewusstsein deines Babys. Der intensive Körperkontakt ist besonders in den ersten Lebensmonaten von großer Bedeutung und unterstützt die Entwicklung der Fähigkeit, sich in sich selbst und in der Welt aufgehoben zu fühlen.

Die Babymassage kann in unserer hektischen Zeit zu einer Säule der Ruhe werden. Durch die regelmäßige Wiederholung mit immer wiederkehrendem Ablauf, entwickelt sich für das Kind ein rhythmisches und spielerisches Ritual und erzeugt dadurch das Gefühl von Sicherheit und Verlässlichkeit.

Die Kursstunden beinhalten vielseitigen Themen und Hintergrundinformationen der harmonischen Babymassage. Neben dem Erlernen der Massagegriffe und ihre Wirkung, betrachten wir u.a die von im Säuglingsalter häufig auftretenden Beschwerden wie Blähungen, Unruhe oder Einschlafproblemen und ihre positive Beeinflussung.

Durch die harmonische Babymassage wird die natürliche, gesunde Entwicklung gefördert und kann euch als Eltern mehr Sicherheit im Umgang mit dem Säugling geben.

Bei Beginn des Kurses sollte euer Baby zwischen 6 Wochen und 6 Monaten alt sein.

Bitte bringt für den Kurs folgende Dinge mit:

- Wasserdichte Unterlage (z.B. Einmal-Wickel-Unterlage)
- Großes Badehandtuch oder eine (Baby-)Decke
- und natürlich Wickelzubehör, etwas zu Essen und zu Trinken für Euer Kind
- bei Bedarf Schnuller/Lieblingsspielzeug
- bequeme Kleidung für euch.

0090	montags 11.00 - 12.15 Uhr 6 x 1,25 Stunden	Beginn: 26.08.2024 Gebühr: € 67,50
0091	montags 11.00 - 12.15 Uhr 6 x 1,25 Stunden	Beginn: 04.11.2024 Gebühr: € 67,50
0092	montags 11.00 - 12.15 Uhr 6 x 1,25 Stunden	Beginn: 13.01.2025 Gebühr: € 67,50
0093	montags 11.00 - 12.15 Uhr 5 x 1,25 Stunden	Beginn: 03.03.2025 Gebühr: € 52,50
0094	montags 11.00 - 12.15 Uhr 6 x 1,25 Stunden Leitung: Janina Hertwig	Beginn: 28.04.2025 Gebühr: € 67,50 Materialkosten: € 2,- pro Treffen/pro Person

Greenbirth - Mitgliederversammlung

0100 Samstag 12.30 - 21.00 Uhr

Sonntag 09.00 - 14.30 Uhr

Leitung: Olkeda Rudolf

Termine: 17.05.2025

18.05.2025

gebührenfrei

Workshop Greenbirth

Was Kinder uns über die ersten 1000 Tage im Spiel erzählen

Ein Workshop initiiert durch GreenBirth e.V.

Der Workshop ist für PädagogInnen in Kinderkrippen, Kindergärten und Grundschulen konzipiert.

Das Thema ist insbesondere für die Prävention in Kitas von Bedeutung, womit auch Lehrende und Lernende in der ErzieherInnen-Ausbildung angesprochen werden.

Die Kita ist häufig der Ort, an dem die Kinder ihre frühesten Themen schon aus der prä- und perinatalen Zeit verarbeiten. Es gilt dabei, die angebotenen Signale wahrzunehmen und mit neuer Perspektive hilfreich zu begleiten. So können Entwicklungen mit evtl. belastendem Hintergrund wahrgenommen werden. Der präventive Charakter rückt so in den Fokus in der Arbeit mit Kindern.

Gelingt es, das Lebensfenster eines Kindes während der Schwangerschaft, Geburt und/oder der Zeit danach, zusammen mit den Eltern einzuordnen, werden oft Entwicklungsräume für die Kinder nachhaltig frei. Das Potential, das in ihnen angelegt ist, kann sich entfalten. Mit Fallbeispielen aus der Praxis werden in diesem Workshop derartige Prozesse veranschaulicht und diskutiert.

Eine Teilnahmebescheinigung kann ausgestellt werden.

0101 Samstag 09.00 - 12.00 Uhr

Leitung: Frieder Pfrommer

Termin: 17.05.2025

Gebühr: € 35,-

FRAU HECKER WAR EINE GROßE HILFE. ES HAT MIR ANGST GEMACHT, MIT DEM BABY ALLEIN ZU SEIN, ALS MEIN MANN DIENSTLICH VERREISEN MUSSTE. SIE KONNTE MIR DIESE ANGST NEHMEN. ICH KONNTE SIE IMMER ANRUFEN ODER KONTAKTIEREN, SIE HAT MIA UND MICH ZUM KINDERARZT BEGLEITET. SIE IST EINE AUFGESCHLOSSENE, HERZLICHE PERSON UND ICH BIN FROH SIE, WENN AUCH NUR KURZ, KENNEN LERNEN ZU DÜRFEN. SO HAT FRAU HECKER JETZT WIEDER KAPAZITÄTEN FREI, UM EINER ANDEREN FAMILIE ZU HELFEN.

Auszüge aus einer Dankschreibung von einer Mutter an ihre wellcome Ehrenamtliche: Du warst mein wöchentlicher Lichtblick, mein Rettungsanker. Du hast mir einen Moment zum Durchatmen geschenkt. Dafür bin ich Dir unendlich dankbar. Die Kinder haben dich auch so gern. Sie werden dich vermissen.

Praktische Hilfe nach der Geburt Du hast ein Baby bekommen?

Du hättest so gern mal eine Stunde für dich?
Vielleicht

- zum Atem holen,
- um mit deinem älteren Kind etwas zu unternehmen oder
- um mal allein einen Termin wahrnehmen zu können?



Gönn dir eine kurze Auszeit!

Unsere wellcome Mitarbeiterinnen kommt zu dir ins Haus - egal, wie wenig aufgeräumt es ist. Du zahlst eine Aufnahmegebühr von € 10,- sowie € 5,- pro Stunde bei Inanspruchnahme (Ermäßigung unbürokratisch und individuell möglich).

wellcome gibt es an über 230 Standorten bundesweit.

Lokaler Pate: Priv.-Doz. Dr. med. Stephan Seeliger, MBA, Chefarzt der Klinik für Kinder- und Jugendmedizin des AKH Celle. Weitere Informationen zu wellcome erhältst du unter www.welcome-online.de.

Du wünschst dir Unterstützung durch wellcome?

Ruf mich gerne an!

wellcome Koordinatorin

Sabine Grünheit-Rakowski

Tel.05141-9090375

E-Mail:

sabine.gruenheit-rakowski@evlka.de



Sie möchten wellcome Mitarbeiterin werden?

In einem persönlichen Gespräch erfahren Sie alles über diese befriedigende Aufgabe. Regelmäßige Treffen mit anderen Ehrenamtlichen, der Kontakt zur wellcome Koordinatorin und kostenlose Fortbildungen unterstützen Sie in Ihrem Engagement. Versicherungsschutz besteht, Fahrtkosten werden erstattet.

Sie möchten Spenden?

Das Projekt wird vom Kirchenkreis Celle, der Stadt Celle und dem Land Niedersachsen gefördert. Wir sind dennoch auf Spenden angewiesen. Wir freuen uns über Ihre Unterstützung mit einer Spende auf das Spendenkonto beim Kirchenamt Celle.

IBAN: DE38 2695 1311 0000 0024 10

Stichwort: Ev. Familien-Bildungsstätte

DANKE!



DELFI®
Denken Entwickeln
Lieben Fühlen Individuell

Babys ab der sechsten Lebenswoche können mit ihren Eltern das gesamte spannende erste Lebensjahr über an DELFI®-Kursen mit Babys im gleichen Alter teilnehmen. Die Babys genießen es, in einem wohlig warmen Raum mit ihren Müttern/Vätern ihre Umgebung zu entdecken. Die zertifizierte DELFI®-Kursleiterin gibt dem Entwicklungsstand der Babys entsprechende Anregungen zu Streichelmassagen, Finger- und Berührungsspielen und Halte- und Tragegriffen. Spielerisch wird die individuelle Bewegungs- und Sinnesentwicklung der Kleinsten unterstützt. Dazu gehören interessante Materialien zum „Begreifen“ und Experimentieren. Der Spaß miteinander und die Freude aneinander stehen im Mittelpunkt.

Gleichzeitig gewinnen Sie als Eltern Vertrauen in die eigenen Fähigkeiten und Sicherheit im Umgang mit Ihrem Baby. Gespräche über Entwicklung, Ernährung und praktische Tipps geben eine zusätzliche Orientierung wie auch der Erfahrungsaustausch zu aktuellen Themen wie z.B. die neue Elternrolle, die Erlebnisse rund um die Geburt, Schlafen, Wachen und Weinen. Babys mit Einschränkungen sind willkommen.

DELFI® umfasst drei aufeinander folgende Kurse. Die ersten zwei Kurse umfassen jeweils 12 Treffen á 1,5 Stunden (60 Minuten Kernzeit). Der dritte Block wird individuell angepasst. Die Teilnahmegebühr kann bei Bedarf über das Bildungs- und Teilhabepaket abgerechnet werden.

12x 1,5 Stunden

Gebühr: € 115,-





Jedes Jahr freuen wir uns über die große Nachfrage an DELFI® Kursen. Mit dem Ziel möglichst vielen Familien ein Angebot stellen zu können, orientieren wir uns an den Anmeldungen, die bei uns eingehen. Die Kurse werden für jeden Geburtsmonat geplant. Bitte melden Sie sich für den errechneten Geburtsmonat an. Es werden daher je nach Warteliste weitere Kurse geplant. Infomieren Sie sich einfach online unter www.fabi-celle.de



Der einfachste Weg zu Ihrem DELFI® Kurs

Leben mit Kindern



- Mit allen Sinnen spielen
- Die Entdeckerkiste
- Die Sinneswerkstatt
- Bewegung macht Spaß und schlau
- Kulinarisch mit den Aller kleinsten
- Kulinarisch für die ganze Familie **NEU**
- Sprechfuchse **NEU**
- Kreativ mit den Aller kleinsten
- Spielend ins zweite Lebensjahr **NEU**
- Yoga für Kinder **NEU**
- Schnupperworkshop: Yoga für Papa & Kind **NEU**
- Yoga für Eltern **NEU**
- Kinder und Eltern gemeinsam entspannt
- Ein voll verrückter Samstag **NEU**
- Elternabend: **NEU**
Religion macht Ah! Fragen von Kindern über
Gott und die Welt
Kinder fragen nach dem Tod
- Märchenhafte Weihnachtszeit
- Wir basteln für Weihnachten
- Willkommen Geschwisterchen
- Erste Hilfe bei Kindernotfällen
- Flohmarkt in der FABI
- Ein Vormittag bei der Polizei
- Blind Date für Familien
- Treffpunkt für Mehrlingseltern
- Treffpunkt für Eltern, die alleinerziehend sind
- QueerNest **NEU**
- QueerNest – Das ElternPicknick **NEU**
- Zukunft ist JETZT!
- Coach dein Leben
- Wiedereinstiegsberatung in der FABI
- Familienlotsen

Mit allen Sinnen spielen

FÜR KINDER VON 1 BIS 3 MIT EINEM ELTERNTEIL

Diese altersübergreifende Spielgruppe legt ihren Schwerpunkt auf vielfältige Sinneserfahrungen, Unterstützung der Bewegungsentwicklung und Freispiel als wertvolle Entwicklungsmöglichkeit. Die älteren Kinder stärken ihr Selbstbewusstsein durch ihre Vorbildfunktion, die jüngeren orientieren sich gern an den „Großen“. Bei allen wird die sprachliche, soziale, kreative und emotionale Entwicklung unterstützt. In dieser prozessorientierten Spielgruppe sind die Eltern der „sichere Hafen“, der den Kindern wichtige Erfahrungen - ohne Angst - ermöglicht. Die Eltern erleben bewusst gemeinsame Zeit mit ihrem Kind, können untereinander Kontakte knüpfen und erhalten pädagogische Anregungen und Begleitung. Kinder mit Einschränkungen sind willkommen.

Materialkosten von 50 Cent pro Treffen werden bei der Kursleitung bezahlt. Das Materialgeld ist zur ersten Stunde in bar mitzubringen.

Die Teilnahmegebühr kann bei Bedarf über das Bildungs- und Teilhabepaket abgerechnet werden.

Bitte mitbringen: Frühstücksbox für die Kinder.

1000	montags 09.00 - 10.30 Uhr 14 x 1,5 Stunden	Beginn: 26.08.2024 Gebühr: € 105,-
1001	dienstags 09.00 - 10.30 Uhr 14 x 1,5 Stunden	Beginn: 27.08.2024 Gebühr: € 105,-
1002	montags 09.00 - 10.30 Uhr 11 x 1,5 Stunden	Beginn: 13.01.2025 Gebühr: € 82,50
1003	dienstags 09.00 - 10.30 Uhr 11 x 1,5 Stunden	Beginn: 14.01.2025 Gebühr: € 82,50
1004	montags 09.00 - 10.30 Uhr 9 x 1,5 Stunden	Beginn: 28.04.2025 Gebühr: € 67,50
1005	dienstags 09.00 - 10.30 Uhr 9 x 1,5 Stunden	Beginn: 29.04.2025 Gebühr: € 67,50

Materialkosten: 50 Cent pro Treffen
Leitung: Martina Gelszus



Die Entdeckerkiste FÜR KINDER VON 1 BIS 3 MIT EINEM ELTERNTEIL

In der „Entdeckerkiste“ warten bunte Spielangebote und Ideen auf euch. Das Besondere soll dabei sein, dass wir uns gemeinsam mit Materialien beschäftigen wollen, die auch zu Hause vorhanden sind.

Die Entdeckerkiste bietet einen bunten Rahmen für alle interessierten Familien mit kleinen Kindern unterschiedlichster Herkunft und Konfession. In gemeinsamer Runde besteht die Möglichkeit, Kontakte zu anderen Eltern zu knüpfen und auch die kleinen Entdecker können sich in bunter Atmosphäre kennenlernen.

- | | | |
|-------------|---|---|
| 1006 | montags 09.00 - 10.30 Uhr
6 x 1,5 Stunden | Beginn: 04.11.2024 |
| 1007 | montags 09.00 - 10.30 Uhr
6 x 1,5 Stunden | Beginn: 04.11.2024 |
| 1008 | montags 09.00 - 10.30 Uhr
6 x 1,5 Stunden | Beginn: 13.01.2025 |
| 1009 | montags 09.00 - 10.30 Uhr
5 x 1,5 Stunden | Beginn: 03.03.2025 |
| 1010 | montags 09.00 - 10.30 Uhr
6 x 1,5 Stunden
Leitung: Janina Hertwig | Beginn: 28.04.2025
gebührenfrei
Materialkosten: € 4,- |

Die Sinneswerkstatt - Zeit für Geschwister **NEU** FÜR KINDER VON 1 BIS 3 MIT EINEM ELTERNTEIL, Geschwister 1 bis 6 Jahre

Angebote rund um Bewegung, Musik, Gestaltung und Spiel. Gemeinsam wollen wir mit all unseren Sinnen spielen und entdecken. Nutzt die Chance und erlebt zusammen spannende Nachmittage! Der Kurs ist auch für Geschwisterkinder geeignet im Alter von 1 bis 6 Jahren.

Materialkosten von 50 Cent pro Treffen werden bei der Kursleitung bezahlt. Das Materialgeld ist zur ersten Stunde in bar mitzubringen.

- | | | |
|-------------|---|---|
| 1011 | montags 15.00 - 16.30 Uhr
12 x 1,5 Stunden | Beginn: 21.08.2024
Gebühr: € 105,- |
| 1012 | montags 15.00 - 16.30 Uhr
10 x 1,5 Stunden | Beginn: 15.01.2025
Gebühr: € 75,- |
| 1013 | montags 15.00 - 16.30 Uhr
7 x 1,5 Stunden
Materialkosten: 50 Cent pro Treffen
Leitung: Johanna Raschkowski | Beginn: 07.05.2025
Gebühr: € 52,50 |

Bewegung macht Spaß und schlau

FÜR KINDER VON 1 BIS 3 MIT EINEM ELTERnteil

Eine Bewegungsbaustelle für ein- bis dreijährige Kinder mit einem Elternteil, bei der getobt, ausprobiert und gelacht werden kann. Materialien, Lieder und Spiele bieten neue Erfahrungen und unterstützen die körperliche, emotionale und soziale Entwicklung.

Bitte mitbringen: Sportsachen, Snack und Getränke

1014	freitags 09.00 - 10.30 Uhr	Beginn:	23.08.2024
1015	freitags 09.00 - 10.30 Uhr	Beginn:	25.10.2024
1016	freitags 09.00 - 10.30 Uhr	Beginn:	17.01.2025
1017	freitags 09.00 - 10.30 Uhr	Beginn:	28.02.2025
1018	freitags 09.00 - 10.30 Uhr	Beginn:	09.05.2025
	6 x 1,5 Stunden	Gebühr:	€ 45,-
	Leitung: Kathleen Baumann		Getränksgeld: € 1,-

Kulinarisch mit den Aller kleinsten

FÜR KINDER VON 1 BIS 3 MIT EINEM ELTERnteil

Abwechslungsreiche und gesunde Ernährung ist ein wichtiger Bestandteil in der Erziehung vieler Eltern - doch leichter gesagt als getan! Daher sollen hier schon die Kleinsten an die verschiedenen Lebensmittel herangeführt werden, selbst rühren, kneten und probieren. Gemeinsam in der Gruppe schmeckt es vielleicht ganz anders und das Interesse der Kinder an den unterschiedlichen Lebensmitteln steigt.

Natürlich wollen wir auch spielen, singen und ganz viel Spaß haben.

Das Materialgeld wird in der ersten Stunde besprochen und in bar eingesammelt.

Bitte mitbringen: Kleidung, die auch mal einen Fleck abbekommen darf.

1019	mittwochs 10.45 - 12.45 Uhr	Beginn:	21.08.2024
	7 x 2 Stunden	Gebühr:	€ 70,-
1020	mittwochs 10.45 - 12.45 Uhr	Beginn:	23.10.2024
	8 x 2 Stunden	Gebühr:	€ 80,-
1021	mittwochs 10.45 - 12.45 Uhr	Beginn:	15.01.2025
	11 x 2 Stunden	Gebühr:	€ 110,-
1022	mittwochs 10.45 - 12.45 Uhr	Beginn:	07.05.2025
	9 x 2 Stunden	Gebühr:	€ 90,-
	Leitung: Martina Gelszus		

Kulinarisch für die ganze Familie ^{NEU}

Ihr seid schon im Kurs kulinarisch mit den Aller kleinsten? Ward im Kurs kulinarisch mit den Aller kleinsten? Oder ihr habt einfach Lust neue Rezepte und Ideen für den heimischen Herd kennenzulernen? Dann seid Ihr hier genau richtig!

Gemeinsam wollen wir schöne und einfache Kochideen für die ganze Familie ausprobieren und hinterher gemeinsam genießen. In kleinen Gruppen werden unterschiedliche Gerichte geschnippelt und gebruzzelt, gekocht und abgeschmeckt.

Nutzt die kleine Auszeit auch mal ohne Kind, freut euch auf saisonale Zutaten und eine schöne Zeit in lockerer Atmosphäre. Vorkenntnisse sind nicht notwendig! Wir freuen uns euch!

Wer bestimmte Lebensmittel nicht verträgt oder eine bestimmte Ernährungsweise lebt, meldet sich bitte vorab. Wir versuchen für alle eine Teilnahme möglich zu machen.

Das Geld für die Lebensmittel bitte zum Termin passend in bar mitbringen. Bitte mitbringen: Kleidung, die auch mal einen Fleck abbekommen darf.

1023 Samstag 11.00 - 13.30 Uhr

Termin: 17.05.2025

Gebühr: € 19,-

Lebensmittelkosten: € 15,-

Leitung: Sarah Röhrbein, Martina Gelszus

Ort: Grundschule Groß Hehlen – Schulküche

Sprechfüchse ^{NEU} FÜR KINDER VON 1 BIS 3 MIT EINEM ELTERNTEIL,

Die Sprachentwicklung bei Kindern ist ein sehr individueller und spannender Prozess, der schon im Mutterleib beginnt, indem die Mutter auf Bewegungen vom Baby reagiert, und zieht sich bis zu jenem Alter, in dem die Kinder ganze Sätze sprechen.

In diesem Kurs wollen wir die Kinder in dem Prozess begleiten, Sprache mit Freude zu entdecken und dabei noch die Eltern-Kind-Beziehung durch Qualitätszeiten stärken.

Die Methoden dabei sind ganz vielfältig, z.B. Musik machen, Singen, Bücher entdecken, Kommunizieren mit Gebärden, Spielen mit Eltern und anderen Kindern usw. Es wird eine kunterbunte Zeit!

Kinder mit Migrationshintergrund und Entwicklungsverzögerungen sind selbstverständlich willkommen.

Materialkosten von 50 Cent pro Treffen werden bei der Kursleitung bezahlt. Das Materialgeld ist zur ersten Stunde in bar mitzubringen.

Bitte Rutschesocken mitbringen.

1024 dienstags 09.15 - 10.15 Uhr
12 x 1 Stunde

Beginn: 20.08.2024

Gebühr: € 72,-

1025 dienstags 09.15 - 10.15 Uhr
9 x 1 Stunde

Beginn: 14.01.2025

Gebühr: € 54,-

1026 dienstags 09.15 - 10.15 Uhr
6 x 1 Stunde

Beginn: 06.05.2025

Gebühr: € 36,-

Materialkosten: 50 Cent pro Treffen

Leitung: Johanna Raschkowski

Kreativ mit den Aller kleinsten

FÜR KINDER VON 1 BIS 3 MIT EINEM ELTERNTEIL

Auch die Kleinen können Großes.

In diesem Kurs dürfen die Kinder sich ausprobieren, verschiedene Materialien kennen lernen und ihre ganz eigenen Kunstwerke schaffen.

Hier bietet sich die Gelegenheit, in einem geschützten Rahmen in den Kontakt zu anderen Kindern zu treten, zu singen und zu spielen.

Die Materialkosten von 0,50€/Kurseinheit werden bei der Kursleitung bezahlt.

Bitte mitbringen: Kleidung, die schmutzig werden darf (gilt für Kinder und Eltern), kleines Frühstück.

1027 donnerstags 09.00 - 10.30 Uhr **Beginn:** 22.08.2024
14 x 1,5 Stunden **Gebühr:** € 105,-

1028 donnerstags 09.00 - 10.30 Uhr **Beginn:** 16.01.2025
12 x 1,5 Stunden **Gebühr:** € 90,-

1029 donnerstags 09.00 - 10.30 Uhr **Beginn:** 08.05.2025
7 x 1,5 Stunden **Gebühr:** € 52,50
Materialkosten: € 0,50 pro Kurseinheit
Leitung: Sarah Giering

1030 donnerstags 10.45 - 12.15 Uhr **Beginn:** 22.08.2024
14 x 1,5 Stunden **Gebühr:** € 105,-

1031 donnerstags 10.45 - 12.15 Uhr **Beginn:** 16.01.2025
12 x 1,5 Stunden **Gebühr:** € 90,-

1032 donnerstags 10.45 - 12.15 Uhr **Beginn:** 08.05.2025
7 x 1,5 Stunden **Gebühr:** € 52,50
Materialkosten: € 0,50 pro Kurseinheit
Leitung: N. N.

Spielend ins zweite Lebensjahr ^{NEU}

FÜR KINDER VON 10 BIS 24 MONATEN MIT EINEM ELTERNTEIL

DELFI® ist vorbei, aber euer Kind ist noch nicht 1 Jahr alt?! Ihr wisst nicht welche Gruppe nun die richtige ist? Aus diesem Grund gibt es dieses Jahr wieder „Spielend ins zweite Lebensjahr“!

Spielen, Entdecken, Ausprobieren steht im Fokus dieser Bewegungs- und Spielgruppe. Gemeinsam mit einem Elternteil soll den Kindern die Möglichkeit geboten werden, in der Kleingruppe ihre sprachlichen, sozialen, emotionalen, motorischen sowie kreativen Fähigkeiten zu stärken. Materialkosten in Höhe von ca. € 3,- bis € 5,- werden bei der Kursleitung bezahlt.

1033	dienstags 10.45 - 12.15 Uhr 9 x 1,5 Stunden	Beginn: 20.08.2024 Gebühr: € 67,50
1034	dienstags 10.45 - 12.15 Uhr 7 x 1,5 Stunden	Beginn: 05.11.2024 Gebühr: € 52,50
1035	dienstags 10.45 - 12.15 Uhr 11 x 1,5 Stunden	Beginn: 14.01.2025 Gebühr: € 82,50
1036	dienstags 10.45 - 12.15 Uhr 9 x 1,5 Stunden Leitung: Sarah Giering	Beginn: 29.04.2025 Gebühr: € 67,50

Yoga für Kinder ^{NEU} FÜR KINDER VON 3 BIS 6 JAHREN

Dieser Kurs findet mit einer Begleitperson statt.

Tauche ein in die zauberhafte Welt des Kinder-Yogas!

Unsere Kurse bieten eine einzigartige Gelegenheit für die kleinen Yogis, eigenständig Achtsamkeit und Bewegung zu entdecken.

Was erwartet die Kinder:

- **Spieleisches Lernen:** Durch kreative Übungen und kinderfreundliche Yoga-Posen erleben die kleinen Teilnehmer die Freude an der Bewegung und stärken spielerisch ihre Muskulatur.
- **Selbstständigkeit fördern:** Unsere Kurse bieten den Kindern die Möglichkeit, ihre Selbstständigkeit zu entwickeln, ihre eigene Persönlichkeit zu entfalten und dabei Achtsamkeit zu praktizieren.
- **Entspannung und Konzentration:** Atemübungen und kurze Meditationseinheiten unterstützen die Kinder dabei, sich zu entspannen, fördern die Konzentration und schaffen ein positives emotionales Wohlbefinden.
- **Lernförderung:** Die Kurse tragen dazu bei, das Lernverhalten zu verbessern, die kognitive Funktion zu steigern und die Aufmerksamkeitsspanne zu verlängern.
- **Koordination und Gleichgewicht:** Die Yoga-Posen schulen die Koordination und das Gleichgewicht der Kinder, und unterstützen damit nicht nur ihre körperliche, sondern auch ihre motorische Entwicklung.
- **Stressreduktion:** In einer unterstützenden Umgebung lernen die kleinen Yogis, Stress abzubauen und entwickeln positive Bewältigungsstrategien für den Alltag.

Bitte mitbringen: Bequeme Kleidung, warme Socken und ein Getränk

1040	dienstags 15.00 - 16.00 Uhr	Beginn: 20.08.2024
1041	dienstags 15.00 - 16.00 Uhr 6 x 1 Stunde Leitung: Kathleen Baumann	Beginn: 14.01.2025 Gebühr: € 42,-

Schnupperworkshop: Yoga für Papa & Kind ^{NEU} FÜR VÄTER UND KINDER VON 3 BIS 6 JAHREN

Es ist Wochenende und ihr wollt mal etwas Neues ausprobieren? Alle sagen immer sie gehen zum Yoga, aber dir hat sich die Gelegenheit noch nicht geboten? Oder du hast Lust mal eine tolle neue Erfahrung mit deinem Kind zu machen!

Dann komm zum Schnupper-Yoga für Papas!

In entspannter Atmosphäre für Klein und Groß wollen wir gemeinsam die Welt des Yogas erkunden, Spaß an der Bewegung haben und mit viel Lachen eine tolle Zeit haben!

Kommt einfach in bequemer Kleidung und warmen Socken, so dass wir uns auf den Matten gut bewegen können. Getränke nicht vergessen!

1042 Samstag 14.30 - 15.30 Uhr **Termin:** 28.09.2024

1043 Samstag 14.30 - 15.30 Uhr **Termin:** 22.02.2025

Leitung: Kathleen Baumann **Gebühr:** € 10,-

Yoga für Eltern

MIT KLEINKINDERN

Ihr wollt gerne die Zeit am Nachmittag mit Kind wertvoll gestalten und gleichzeitig auch etwas für euch tun? Ihr seid vormittags schon wieder berufstätig und habt daher erst am Nachmittag Zeit? Dann haben wir hier für euch das richtige Angebot!

Yoga für die Großen und Spaß für die Kleinen! Kathleen Baumann ist erprobte Yoga-Lehrerin für Klein und Groß und weiß daher um die individuellen Bedürfnisse.

Mit viel Spaß und Freude eine Stunde bewegen, lachen und mit Sicherheit auch ein bisschen die Mitte finden.

Bitte mitbringen: bequeme Kleidung und Rutschesocken.

1044 dienstags 16.15 - 17.15 Uhr **Beginn:** 20.08.2024

1045 dienstags 16.15 - 17.15 Uhr **Beginn:** 22.10.2024

1046 dienstags 16.15 - 17.15 Uhr **Beginn:** 14.01.2025

1047 dienstags 16.15 - 17.15 Uhr **Beginn:** 04.03.2025

1048 dienstags 16.15 - 17.15 Uhr **Beginn:** 06.05.2025

6 x 1 Stunde **Gebühr:** € 45,-

Leitung: Kathleen Baumann

Kinder und Eltern gemeinsam entspannt

FÜR KINDER VON 5 BIS 11 MIT EINEM ELTERNTEIL

Unser Alltag ist meist voll Trubel und dem Stress, alle Termine der Familie unter einen Hut zu bekommen. Daher wollen wir bei diesem Zusammenkommen einmal durchatmen, uns Zeit füreinander nehmen und mal dahin horchen, wo sonst so viele Gedanken kreisen - tief in uns rein. Kleine Übungen aus der Meditation, angepasst an die Bedürfnisse von Klein und Groß sollen Entspannung fördern und für kleine Erholoasen zu Hause inspirieren.

Bitte mitbringen: Bequeme Kleidung und Rutschsocken.

1049 Sonntag 11.00 - 13.00 Uhr **Termin:** 01.12.2024

1050 Sonntag 11.00 - 13.00 Uhr **Termin:** 13.04.2025

Leitung: Nadine Becker

Gebühr: € 16,-

Ein voll verrückter Samstag

NEU

FÜR MÜTTER UND TÖCHTER AB 11 JAHREN

Eine einmalige Erfahrung für Mütter und Töchter die Welt mal aus der Sicht der anderen zu bestaunen. Gemeinsam mit Verena Saake an diesem Vormittag durch theaterpädagogische Elemente den konfliktreichen Alltag entfliehen und der herrlichen Zeit der Pubertät mit viel Humor und Verständnis begegnen.

Gemäß dem Motto „Look at you - the way I do“ wird es an diesem voll verrückten Samstag Zeit für einen Rollenwechsel der besonderen Art.

1055 Samstag 10.00 - 13.00 Uhr **Termin:** 26.10.2024

Leitung: Verena Saake

Gebühr: € 42,-

Ort: Gemeindehaus Groß Hehlen

Unter fabi-celle.de finden Sie stets die neueste Version unseres Kursprogramms. Von dort können Sie Kurse in den Warenkorb legen und direkt buchen.

Oft können Sie in den laufenden Kurs einsteigen, wenn noch Platz frei ist. Fragen Sie einfach mal nach.

Leben mit Kindern



Religiöses Erleben in der Familie

Als Evangelische Familien-Bildungsstätte ist uns die Verankerung christlicher Werte im Familienleben ein wichtiges Anliegen. Unser christliches Leitbild bildet die Grundlage unserer Arbeit und spiegelt sich in allem wider, was wir tun. Wir glauben fest daran, dass Gott jeden Menschen in seiner Einzigartigkeit mit all seinen Stärken und Schwächen liebt. Diese Überzeugung prägt unsere Angebote, die von Werten wie Nächstenliebe, Solidarität, Toleranz und Gemeinschaft geleitet werden. In unseren Kursen und Angeboten fördern wir ein Miteinander, das von gegenseitiger Wertschätzung, Vertrauen und dem Gefühl von Geborgenheit geprägt ist. Es geht nicht um bewertete Leistungen, sondern um ein gemeinsames Tun und die Anerkennung individueller Bedürfnisse.

Wir verstehen den Umgang mit Religion und Glaube, nicht nur durch starre Gebete oder den Kirchgang jeden Sonntag, erfüllt. Religiöses Erleben in der Familie bedeutet für uns vielmehr, christliche Werte direkt vorzuleben und weiterzugeben. Die Nächstenliebe sowie der Respekt vor anderen Menschen und Lebewesen sind grundlegende Prinzipien, die wir im Familienalltag vermitteln möchten. Es kann auch bedeuten, gemeinsam zu basteln, zu singen, zu spielen und Bücher zu lesen oder anzuschauen. Feiertage wie Weihnachten, Ostern, Himmelfahrt oder Pfingsten eignen sich perfekt, um den Glauben in etwas „Greifbares“ zu verwandeln, dass Kinder mit allen Sinnen erleben können. In den vergangenen Jahren haben wir beispielsweise diese spielerische Herangehensweise durch Kurse gefördert, in denen wir mit den Kindern zu den Feiertagen gebastelt, Geschichten aus der Kinderbibel vorgelesen und (als beispielhafte Aktion herangezogen) gemeinsam Traubensaft und Brot zum Abendmahl genossen haben.

Wir verstehen, dass jede Familie ihren eigenen Weg im Umgang mit Religion und dem individuellen Glauben findet. Unser Ziel ist es, zu inspirieren und zu unterstützen – Glaube kann bunt sein, laut und leise und mit allen Sinnen erlebt werden.

Angebote hierzu auf der nächsten Seite →

Elternabend

Religion macht Ah! Fragen von Kindern über Gott und die Welt

Aus heiterem Himmel stellen Kinder Fragen, die Eltern ins Staunen oder Nachdenken bringen, auf die es keine einfache Antwort gibt. Neben der gemeinsamen Suche nach möglichen Antworten auf Ihre mitgebrachten Fragen gibt es Impulse für die religiöse Bildung und zum Philosophieren mit Kindern.

1058 Dienstag 19.30 - 21.30 Uhr
Leitung: Ina Seidensticker

Termin: 22.10.2024
Bearbeitungsgebühr: € 5,-

Elternabend

Mama, wie kommt Opa in den Himmel, wenn er unter der Erde liegt? Kinder fragen nach dem Tod

Nicht erst wenn ein nahestehender Mensch stirbt, kommen Kinder mit Trauer und Tod in Berührung: das Haustier stirbt, der Abschied vor der Kita ist schwer, ein toter Vogel liegt auf der Straße.

Wie können wir als Eltern antworten? Wie können wir mit solchen Fragen und Situationen umgehen? Ausgehend von Ihren Fragen gibt es Informationen, Impulse und Literaturempfehlungen zum Thema.

1059 Mittwoch 19.30 - 21.30 Uhr
Leitung: Ina Seidensticker

Termin: 05.11.2024
Bearbeitungsgebühr: € 5,-

Märchenhafte Weihnachtszeit

FÜR KINDER UND ERWACHSENE VON 4 BIS 99
JAHREN

Es war einmal...In der kuscheligen Vorweihnachtszeit wollen wir in der FABI durch verschiedene Geschichten- und Märchenbücher reisen und eintauchen in die wundervolle Welt der Wörter und Bilder. Mit Kissen und Decken, Keksen und Tee lassen wir es uns gut gehen und Groß und Klein lauschen den unterschiedlichen Geschichten.

Bitte mitbringen: Kuschelkissen, Decke oder das liebste Kuscheltier.

1060 Samstag 15.00 - 17.00 Uhr **Termin:** 07.12.2024

Gebühr: € 8,-

Materialkosten: € 2,- pro Kind/Teilnehmenden für Kekse und Co.
Leitung: Sarah Röhrbein

Wir basteln für Weihnachten

FÜR KINDER AB 4 JAHREN

Ein echter Klassiker in der FABI!

In gemütlicher Atmosphäre wollen wir uns mit Selbstgebasteltem und Liedern die Weihnachtszeit erleuchten.

Wir bieten zunächst diesen einen Termin an. Sollte aber die Nachfrage wie in den vergangenen Jahren besonders groß sein, würden wir noch einen weiteren Kurs von 13.00 Uhr bis 15.00 Uhr einrichten.

Auch ein tolles Angebot für Väter und andere Familienmitglieder!

Bitte mitbringen: Schere und Kleber.

1061 Samstag 10.00 - 12.00 Uhr **Termin:** 07.12.2024

Gebühr: € 10,-

Materialkosten: € 5,-
Leitung: Sarah Röhrbein, Henrieke Mannigel

Willkommen Geschwisterchen!

Ich werde großer Bruder/große Schwester

GESCHWISTERKURS FÜR KINDER AB 3 JAHREN IN BEGLEITUNG

Eine aufregende Zeit steht für alle bevor! Ein Geschwisterchen will das Licht der Welt erblicken und nun ändert sich nicht nur etwas für die Erwachsenen, auch die Kleinsten sind Teil dieser Veränderung. Daher bekommen nun die „Großen“ ihre Zeit, sich auf ihre neue Rolle vorzubereiten. Mit der Unterstützung einer vertrauten Person (Mama, Papa, Oma, Opa oder auch Tante oder Onkel) haben wir an diesem Tag Zeit, gemeinsam zu besprechen:

- wie ein Baby im Bauch wächst
- geboren wird
- wie man ein Baby trägt, füttert und wickelt.

Und natürlich wollen wir der wichtigen Frage nachgehen „Und was kann ich mit dem Baby spielen?“

Bitte mitbringen: Babypuppe, Handtuch.

1070	Dienstag 15.00 - 16.00 Uhr	Termin:	03.09.2024
1071	Dienstag 15.00 - 16.00 Uhr		28.01.2025
1072	Dienstag 15.00 - 16.00 Uhr		06.05.2025
	Leitung: Birgit Mergemann	Gebühr:	€ 10,-

Erste Hilfe bei Kindernotfällen

Erste Hilfe bei Notfällen im Säuglings- und Kleinkindalter leisten, lebensbedrohliche Situationen erkennen und richtig handeln. Dies wird in diesem Seminar ausführlich theoretisch und praktisch behandelt.

Themen sind Umgang mit notfallbetroffenen kleinen Kindern, Notruf, Bewusstlosigkeit, Seitenlage, Herz-Lungen-Wiederbelebung, Druckverband, Schock, Vergiftungen und andere Kindernotfälle.

Der Kurs findet ohne die Teilnahme der Kinder statt. Solltest du eine Kinderbetreuung vor Ort benötigen, schreibe uns bitte eine Mail!

Solltest du eine Kostenübernahme von der LUKN (Landesunfallkasse NDS.) erhalten, teile uns dieses bitte rechtzeitig vor Kursbeginn mit!

Eine Kostenübernahme von der LUKN (Landesunfallkasse NDS.) ist möglich, wenn du uns dieses bis spätestens eine Woche vor Kursbeginn mitteilst. In diesem Fall fällt nur noch eine Bearbeitungsgebühr von € 15,- an, die nicht übernommen werden kann.

1075	Samstag 09.00 - 16.30 Uhr	Termin:	15.03.2025
	Leitung: Lothar Neumann	Gebühr:	€ 65,-

Flohmarkt in der FABI

An zwei Vormittagen wird es die Gelegenheit geben, gut erhaltene Kinderkleidung, Spielzeug, Bastel- und Handarbeiten zu tauschen, kaufen, verkaufen, handeln und verschenken.

Für das leibliche Wohl stehen Kaffee, Tee und Waffeln zum Verkauf.

14 Euro Gebühr für 2,40m Standfläche, inkl. 2 Tische mit Aufbau (1,20x70cm). Die Tische müssen am Ende wieder zusammengeklappt werden!

Kleiderständer, falls benötigt, bitte mitbringen.

Einlass zum Aufbau ab 09.15 Uhr.

1080 Samstag 10.00 - 12.30 Uhr **Termin:** 28.09.2024

1081 Samstag 10.00 - 12.30 Uhr 08.03.2025

Gebühr: € 14,-

Leitung: Sarah Röhrbein, Sylke Jürrens-Preuschaft

Ein Vormittag bei der Polizei

FÜR VÄTER UND KINDER VON 5 BIS 7 JAHREN

- Welche Aufgaben hat die Polizei?
 - Notruf 110.
 - Kinder als Detektive – die Polizei nimmt Fingerabdrücke
 - Wo werden „Verbrecher“ eingesperrt?
 - Polizei im Einsatz – wie sieht ein voll ausgerüsteter Polizeiwagen aus?
- In Kooperation mit der Polizei Celle.

Bitte bringt ein paar Reinigungstücher für die Fingerchen der Kids mit, denn wir werden voraussichtlich Fingerabdrücke nehmen und das wird etwas schmutzig... ;-) Auch ein eigenes Fahndungsbild könnt ihr für die Kids machen und bei euch ausdrucken.

Bringe bitte eine eigene Handykamera mit. Das könnt ihr gemeinsam später auf die eigene Kinder-Fahndungsakte kleben. Die Kids dürfen ihre persönliche Kinder-Fahndungsakte natürlich als Andenken mitnehmen und keinerlei Daten werden bei der Polizei gespeichert! Es soll lediglich eine schöne Erinnerung für die Kids und deren Eltern sein.

1090 Samstag 10.00 - 12.00 Uhr **Termin:** 26.10.2024

1091 Samstag 10.00 - 12.00 Uhr 08.03.2025

1092 Samstag 10.00 - 12.00 Uhr 26.04.2025

Leitung: Frank Michael Voigt **Gebühr:** € 10,-

Ort: Polizei Celle (Unterrichtsraum)

Blind Date für Familien

Ihr seid neu in Celle und sucht Anschluss? Ihr habt ein Baby bekommen, seid aber in eurem Freundes-/Bekanntkreis weit und breit die einzigen? Oder ihr seid neugierig und möchtet einfach gerne neue Familien kennenlernen? Dann seid ihr bei uns genau richtig!

Wir freuen uns auf ein nettes Zusammensein, bei dem ihr neue Familien in ähnlichen Situationen kennenlernen könnt. Für die Kinder steht Spiel, Spaß und Spannung bereit, für Getränke und Snacks ist gesorgt. Wir freuen uns auf euch!

1100	Dienstag 15.00 - 16.30 Uhr	Termin:	03.09.2024
1101	Dienstag 15.00 - 16.30 Uhr		05.11.2024
1102	Dienstag 15.00 - 16.30 Uhr		14.01.2025
1103	Dienstag 15.00 - 16.30 Uhr		11.03.2025
1104	Dienstag 15.00 - 16.30 Uhr		06.05.2025
1105	Dienstag 15.00 - 16.30 Uhr		01.07.2025

gebührenfrei

Materialkosten: € 4,- pro Familie

Leitung: Sarah Röhrbein, Sylke Jürrens-Preuschafft

Treffpunkt für Mehrlingseltern

Das Leben mit Zwillingen oder Drillingen hält oft ganz eigene Erfahrungen und Herausforderungen für die Eltern bereit! Entwicklungsschritte geschehen „zeitgleich“, die verschiedenen Bedürfnisse der Kinder wollen zur selben Zeit befriedigt werden und logistisch ist es oftmals ganz besonders spannend!

Damit all diese großen und kleinen Themen ihren Raum bekommen, versuchen wir durch den Treffpunkt für Mehrlingseltern einen Ort des Zusammenkommens, Kennenlernens und des Austausches zu schaffen. Das Treffen leitet Kristine Bianga: Systemische Coachin, lösungsorientierte Beraterin und Mutter.

Für die Kinder ist eine Betreuung organisiert.

Jeden ersten Mittwoch im Monat von 16.00 Uhr bis 18.00 Uhr

1110	Mittwoch 16.00 - 18.00 Uhr	Termine:	04.09.2024
	Mittwoch 16.00 - 18.00 Uhr		02.10.2024
	Mittwoch 16.00 - 18.00 Uhr		06.11.2024
	Mittwoch 16.00 - 18.00 Uhr		04.12.2024
1111	Mittwoch 16.00 - 18.00 Uhr	Termine:	05.02.2025
	Mittwoch 16.00 - 18.00 Uhr		05.03.2025
	Mittwoch 16.00 - 18.00 Uhr		02.04.2025
1112	Mittwoch 16.00 - 18.00 Uhr	Termine:	07.05.2025
	Mittwoch 16.00 - 18.00 Uhr		04.06.2025

Leitung: Kristine Bianga

gebührenfrei

Treffpunkt für Eltern, die alleinerziehend sind

Geplant oder überraschend - Alleinerziehend zu sein stellt Mütter oder Väter immer vor ganz besondere Herausforderungen! Ob es um organisatorische Themen geht oder Erziehungsfragen, Themen, die die Trennung vom anderen Elternteil betreffen, Umgangsregelungen oder die finanzielle Situation betreffend, aber auch die kleinen Dinge des Alltags, wo man sich einfach mal ein offenes Ohr wünscht - dies können u.a. Bereiche sein, wo es doch vielleicht wünschenswert wäre, mit anderen in den Austausch zu kommen.

- Gemeinsam nach Lösungen suchen
- Die eigenen Stärken entdecken
- Neue Perspektiven entwickeln
- Kontakte knüpfen & Entlastung erfahren

An jedem 3. Mittwoch während der Schulzeit und nach Absprache in den Ferien finden die Treffen in den Räumen der FABI statt.

Das Treffen leitet Kristine Bianga: Systemische Coachin, lösungsorientierte Beraterin und Mutter.

Für die Kinder ist eine Betreuung organisiert.

Jeden dritten Mittwoch im Monat von 16.00 Uhr bis 18.00 Uhr

1115	Mittwoch 16.00 - 18.00 Uhr	Termine: 21.08.2024
	Mittwoch 16.00 - 18.00 Uhr	18.09.2024
	Mittwoch 16.00 - 18.00 Uhr	20.11.2024
	Mittwoch 16.00 - 18.00 Uhr	18.12.2024
1116	Mittwoch 16.00 - 18.00 Uhr	Termine: 15.01.2025
	Mittwoch 16.00 - 18.00 Uhr	19.02.2025
	Mittwoch 16.00 - 18.00 Uhr	19.03.2025
1117	Mittwoch 16.00 - 18.00 Uhr	Termine: 21.05.2025
	Mittwoch 16.00 - 18.00 Uhr	18.06.2025
	Leitung: Kristine Bianga	gebührenfrei



QueerNest NEU**Das ElternCafé - Neu -**

Herzlich willkommen im „QueerNest“ - unserem Café und Treffpunkt für queere Eltern! Hier bieten wir einen geschützten Raum, zum Treffen, Austauschen und gemeinsamen Besprechen bestimmter Themen, die für queere Familien besonders relevant sind.

Ob ihr euch mit anderen Mamas oder Papas austauschen möchtet, die ähnliche Erfahrungen teilen, oder über einzigartige Anliegen sprecht, die mit eurer queeren Elternschaft verbunden sind - im „QueerNest“ habt ihr die Möglichkeit, euch gegenseitig zu unterstützen, Tipps zu geben und auszutauschen.

Wir schaffen einen vertrauensvollen Rahmen, in dem alle queeren Eltern herzlich eingeladen sind, sich zu vernetzen und sich in einer offenen und unterstützenden Umgebung auszutauschen. Egal, ob es um Erziehung, Partnerschaft, Coming-out-Geschichten oder andere Aspekte eurer queeren Elternschaft geht - hier findet ihr Unterstützung und Verbundenheit.

Lasst uns zusammen ein Nest für queere Familien schaffen, in dem wir uns gegenseitig stärken und unterstützen! Eure Kinder sind ebenfalls herzlich willkommen!

1150 Samstag 10.30 - 12.30 Uhr **Termin:** 26.10.2024

1151 Samstag 10.30 - 12.30 Uhr 22.02.2025

1152 Samstag 10.30 - 12.30 Uhr 10.05.2025

Leitung: Sarah Röhrbein

gebührenfrei

QueerNest - Das ElternPicknick NEU

Ihr habt es bisher noch nicht zu unseren Treffen geschafft?

Ihr habt Lust in einer offenen Atmosphäre neue Familien kennenzulernen oder seid grad neu in Celle?

Mit unserem QueerNest-Picknick wollen wir das erste Jahr unseres ElternCafés ausklingen lassen und bieten allen Interessierten die Möglichkeit dazuzukommen.

Das Picknick soll im FABI Garten stattfinden. Jede Familie bringt eine Decke und etwas für das gemeinsame Buffett mit.

Weitere Informationen folgen per E-Mail nach der Anmeldung.

1153 Samstag 10.30 - 12.30 Uhr **Termin:** 28.06.2025

Leitung: Sarah Röhrbein

gebührenfrei



Zukunft ist JETZT!

Sprechstunde Arbeit und Beruf

Wir sprechen über deine berufliche Zukunft. Du bekommst Impulse, ich zeige dir, welche Wege du gehen kannst und welche Chancen du nutzen solltest. Flexible Arbeitszeiten, Ausbildung in Teilzeit. Netzwerke und Kontakte und Ideen für deine berufliche Zukunft sind nur einige Beispiele für unser Gespräch. Pro Vormittag gibt es vier Termine.

Nach der Online-Anmeldung wende dich zur Terminkoordinierung an Sarah Röhrbein. Tel: 05141-9090371.

1120	Mittwoch 09.00 - 12.00 Uhr	Termin:	07.08.2024
1121	Mittwoch 09.00 - 12.00 Uhr		20.11.2024
1122	Mittwoch 09.00 - 12.00 Uhr		12.02.2025
1123	Mittwoch 09.00 - 12.00 Uhr		30.04.2025
	Leitung: Sabine Mix	gebührenfrei	

Coach dein Leben

Egal was dich gerade umtreibt! Egal vor welche Herausforderungen dich das Leben stellt! Ob es die kleinen Dinge des Alltags sind oder die größeren Veränderungen und ihre Folgen ...

Verändere deine Perspektive und gib dir die Chance, nach Ideen und Lösungen zu suchen! Kleines Coaching, kreatives Betrachten, Impulse für deine Zukunft. Melde dich an und nutze die Gelegenheit.

Das Treffen ist kostenlos - inklusive Kinderbetreuung.

Jeden 2. und 4. Mittwoch im Monat jeweils von 16.00 Uhr bis 18.00 Uhr!

Weitere Informationen zur Anmeldung finden Sie in „Kompetenz und Kontakte“ ab **Kursnummer 4100**

Leitung: Kristina Bianga, Sozialpädagogin, Systemische Coachin, lösungsorientierte Beraterin

NEU

Wiedereinstiegsberatung in der FABI

Die Koordinierungsstelle Frauen und Wirtschaft im Landkreis Celle kommt zur Beratung zum beruflichen Wiedereinstieg in die FABI.

Sind dies auch Ihre Fragen?

- Wie geht es nach meiner Elternzeit weiter?
- Hilfe, ich wurde in der Elternzeit gekündigt!
- Ich bin plötzlich alleinerziehend!
- Ich brauche Hilfe bei der Bewerbung – Worauf muss ich achten?
- Ich kann/will nicht mehr in meinen früheren Beruf – Was sind meine Möglichkeiten?

Am Dienstag, den 17.09.2024 von 09.00 Uhr bis 12.00 Uhr wird es im Foyer der FABI einen Info-Vormittag rund um das Thema Frauen - Familie - Beruf geben. Nutzen Sie gerne unsere Kurzberatung, um die Arbeit der KoStelle kennenzulernen, um Ihren Wiedereinstieg in den Beruf aktiv zu gestalten.

4200	Mittwoch 15.00 - 17.00 Uhr	Termin:	25.09.2024
4201	Mittwoch 15.00 - 17.00 Uhr		11.12.2024
4202	Dienstag 10.00 - 12.00 Uhr		11.03.2025
4203	Dienstag 10.00 - 12.00 Uhr		20.05.2025
	Leitung: Meike Baumgarten	gebührenfrei	



Wenn Ihre Familie eine/einen „Lots*in“ an Bord holen möchte ...

Die Ev. Familien-Bildungsstätte bildet Familienlots*innen aus und vermittelt sie in Familien!

FAMILIENLOTSSEN

- unterstützen Ihre Familie ehrenamtlich bis zu drei Stunden wöchentlich
- besuchen Sie zuhause und haben stets ein offenes Ohr
- helfen bei schulischen Erfordernissen
- geben praktische Tipps
- helfen im Umgang mit Behörden und vermitteln bei Bedarf weiter an Beratungsstellen

Haben Sie Fragen zum Projekt?

Wollen Sie selbst Familienlots*in werden?

Wollen Sie eine/einen Lots*in in Ihrer Familie?



Sylke Jürrens-Preuschaft

Telefon: 05141-90 90 370

E-Mail: sylke.juerrens-preuschaft@evlka.de

1999 Termine nach Absprache

Leitung: Sylke Jürrens-Preuschaft

gebührenfrei

Wir sind dankbar und sehr, sehr, sehr zufrieden. Frau Behnel ist mein Highlight der Woche und das meines Sohnes. Es ist schön meinen älteren Sohn allein vom Kindergarten abzuholen und er genießt die ungestörte Zweisamkeit mit mir.

Ein wunderbares „Feedback“ eines Mädchens (4) beim Abschied des Einsatzes: Sie flüsterte der Ehrenamtlichen ins Ohr: „Wir haben oben noch ein freies Zimmer“.

DIE ZEIT MIT DER EHREN-AMTlichen WAR FÜR MICH DIE BESTE, SEITDEM ICH IN DEUTSCHLAND BIN.



Trockenfilzen für Groß und Klein NEU

Osterdekoration filzen

FÜR KINDER AB 7 JAHREN MIT EINEM GROSSELTERNTEIL

Filzen mit Kindern ist eine wunderbare Aktivität, die nicht nur Spaß macht, sondern auch eine Vielzahl von pädagogischen Vorteilen bietet. Beim Filzen lernen Kinder nicht nur kreativ zu sein, sondern auch ihre Feinmotorik zu entwickeln und ihre Konzentration zu stärken. Im Rahmen der Filzwerkstatt können Kinder mit Oma oder Opa ihre eigenen kleine Osterdekorationen herstellen und gleichzeitig wertvolle Fähigkeiten erlernen.

Filzen ist eine Technik, bei der aus Wolle feste, dichte und haltbare Objekte entstehen. Ein einfaches Filzprojekt für Kinder könnte beispielsweise das Herstellen von Baumschmuck oder von kleinen Osterdekorationen sein.

Diese kleinen Kunstwerke können als Geschenk oder zur Dekoration verwendet werden und inspirieren Groß und Klein, ihrer Fantasie freien Lauf zu lassen.

1300 Freitag 16.00 - 18.00 Uhr **Termin:** 21.03.2025
Leitung: Michaela Schlobach **Gebühr:** € 20,-
Materialkosten: € 20,-

Ein Vormittag bei der Polizei

FÜR GROSSELTERN UND KINDER VON 5 BIS 7 JAHREN

- Welche Aufgaben hat die Polizei?
- Notruf 110.
- Kinder als Detektive - die Polizei nimmt Fingerabdrücke
- Wo werden „Verbrecher“ eingesperrt?
- Polizei im Einsatz - wie sieht ein voll ausgerüsteter Polizeiwagen aus? In Kooperation mit der Polizei Celle.

Bitte bringen Sie sich ein paar Reinigungstücher für die Fingerchen der Kids mit, denn wir werden voraussichtlich Fingerabdrücke nehmen und das wird etwas schmutzig... ;-) Auch ein eigenes Fahndungsbild können Sie für die Kids machen und bei sich ausdrucken.

Bringen Sie bitte eine eigene Handykamera mit. Das können Sie gemeinsam später auf die eigene Kinder-Fahndungsakte kleben. Die Kids dürfen ihre persönliche Kinder-Fahndungsakte natürlich als Andenken mitnehmen und keinerlei Daten werden bei der Polizei gespeichert! Es soll lediglich eine schöne Erinnerung für die Kids und deren Großeltern sein.

1310 Samstag 10.00 - 12.00 Uhr **Termin:** 14.06.2025
Leitung: Frank Michael Voigt **Gebühr:** € 10,-
Ort: Polizei Celle (Unterrichtsraum)



Kinderleicht erziehen!

Die ONLINE-Reihe der Familien-Bildungsstätten in Niedersachsen

- Patchworkfamilie leben
- Sich verstehen und voneinander lernen
- Faszination digitale Spiele
- Leiten und begleiten
- Trennung und Scheidung
- Pubertät – gelassen in stürmischen Zeiten
- Angst vorm Kindergarten und Schule
- Digitale Medien in der Kindheit. Wie können wir unsere Kinder begleiten?
- Wie Kinder ticken

Kinderleicht erziehen

Patchworkfamilie leben

Patchwork-Familien haben besondere Herausforderungen und spezielle Logiken im Vergleich zur „klassischen Familie“. Diese zu verstehen und zu beachten birgt Chancen für ein zufriedenes und gelassenes Zusammenleben. Bei diesen Treffen geht es um Informationen und ehrlichen und offenen Austausch miteinander. Die Eltern in Patchwork Familien können erkennen, dass sie nicht allein sind mit ihren Anliegen und Problematiken. Sie sollen Ideen bekommen, wie sie den Herausforderungen im „Alltagswahnsinn“ begegnen können, damit die Liebe und Zuneigung, die sie zusammengebracht hat, erhalten bleiben kann.

Teilnehmen können sowohl Alleinerziehende, Patchwork- Eltern und auch Patchwork- Großeltern. Die Teilnahme ist allein oder zu zweit möglich.

Anmeldung:

Ev. Familien-Bildungsstätte Lüneburg

Tel. 04131-44211

info@familienbildungsstaette.de

www.familienbildungsstaette.de

Der Link wird kurz vorher von der durchführenden Familien-Bildungsstätte zugesendet.

2000 Montag 20.00 - 21.30 Uhr

Leitung: Silke Lopez

Ort: Online

Termin: 09.09.2024

gebührenfrei

Kinderleicht erziehen

Sich verstehen und voneinander lernen

Es ist wichtig, Energie für Veränderung und Wachstum zu haben, um sich stetig weiterzuentwickeln. Anstatt sich auf Probleme zu konzentrieren, ist es hilfreich, Möglichkeiten zu erkennen und zu nutzen. Besonders im Umgang mit Kindern ist es wichtig, auf ihre Körpersprache zu achten und ihr zu folgen, um ihre Bedürfnisse und Gefühle besser zu verstehen. Durch achtsames Miteinander können wir eine starke Verbindung aufbauen, Probleme meistern und gemeinsam positive Erfahrung sammeln. Sie erhalten bei diesem Angebot unterschiedliche Impulse und ein gelungenes Miteinander, das Energiesparende und Möglichkeiten für Veränderung und Wachstum schenkt.

Anmeldung:

Ev. Familien-Bildungsstätte Friesland-Wilhelmshaven

Tel: (04421) 32016

info@efb-friwhv.de

Ansprechpartnerin EFB: Elli Weiser (Tel. 04421 - 7479042)

Der Link wird kurz vorher von der durchführenden Familien-Bildungsstätte zugesendet.

2001 Montag 20.00 - 21.30 Uhr

Leitung: Sabine Boelsen-Borree

Ort: Online

Termin: 21.10.2024

gebührenfrei

Kinderleicht erziehen

Faszination digitale Spiele

„Was spielt mein Kind den ganzen Tag?“ oder
„Mit wem redet mein Kind da?“.

Diese oder ähnliche Fragen haben Sie sich auch schon mal gestellt? Sie verstehen nicht in welche Welten sich ihr Kind begibt? Es ist Ihnen ein Rätsel, wieso ihr Kind nicht zum Essen kommen kann, wenn das Essen fertig ist? Die Welt der digitalen Spiele zu durchblicken und zu entscheiden, was kann ich meinem Kind erlauben und was nicht, ist durchaus komplex.

Folgende Fragen werden besprochen:

- Welche digitalen Spiele werden hauptsächlich in welchem Alter gespielt?
- Können digitale Spiele kompetenzfördernd sein?
- Wo liegen die Herausforderungen bei digitalen Spielen?
- Worauf sollten Eltern achten, was können Sie tun und wo können sie weitere Informationen finden.

Anmeldung:

Ev. Familien-Bildungsstätte Uelzen,
Tel. 0581/ 97 99 10
info@fabi-uelzen.de
www.fabi-uelzen.de

Der Link wird kurz vorher von der durchführenden Familien-Bildungsstätte zugesendet.

2002 Montag 20.00 - 21.30 Uhr
Leitung: Andrea Zobel
Ort: Online

Termin: 11.11.2024
gebührenfrei



Kinderleicht erziehen

Leiten und begleiten

Als Eltern ist es entscheidend, dass wir in der Lage sind, zu leiten und zu begleiten, um unseren Kindern etwas zu vermitteln und wichtige Regeln zu erklären. Dabei ist es grundlegend, offen darüber zu sprechen, was uns und anderen wichtig ist, um ein gegenseitiges Verständnis zu schaffen. Konflikte auszuhalten und gemeinsam Lösungen auszuhandeln, um eine harmonische Beziehung aufrechtzuerhalten gelingt durch wertschätzende Aktionen und eine positive Atmosphäre. Durch diese Art des Umgangs können wir eine respektvolle und unterstützende Umgebung schaffen, in der jeder sich gehört und verstanden fühlt.

Sie erhalten bei diesem Angebot unterschiedliche Impulse zum Leiten und Begleiten auf Augenhöhe.

Anmeldung:

Ev. Familien-Bildungsstätte Friesland-Wilhelmshaven

Tel: (04421) 32016

info@efb-friwhv.de

Ansprechpartnerin EFB: Elli Weiser (Tel. 04421 - 7479042)

Der Link wird kurz vorher von der durchführenden Familien-Bildungsstätte zugesendet.

2003 Montag 20.00 - 21.30 Uhr **Termin:** 09.12.2024

Leitung: Sabine Boelsen-Borree **gebührenfrei**

Ort: Online

Kinderleicht erziehen

Trennung und Scheidung

Eine Trennung ist kein Spaziergang, sondern eine längere und beschwerliche Bergetappe. Eltern bleiben Eltern, auch wenn die Paarbeziehung ein Ende gefunden hat. Die Familie existiert weiter und sie wird vieles verändern müssen.

Kinder brauchen in dieser Zeit besonders viel Zuwendung, um den Wechsel in den neuen Lebensabschnitt gut zu bewältigen. Dies ist für viele Eltern nicht leicht. Konflikte mit der anderen Elternperson und zahlreiche andere Herausforderungen im Alltag erzeugen mehr Stress und fordern Kraft, Zeit und Nerven. Dieser Vortrag soll Eltern dabei behilflich sein, die Neuordnung ihrer Familie im Sinne ihrer Kinder bestmöglich zu gestalten und sie darin zu stärken, eigene und wirksame Wege in der Bewältigung dieses anspruchsvollen Abschnitts zu finden.

Anmeldung:

Ev. Familien-Bildungsstätte Lüneburg

Tel. 04131-44211

info@familienbildungsstaette.de

www.familienbildungsstaette.de

Der Link wird kurz vorher von der durchführenden Familien-Bildungsstätte zugesendet.

2004 Montag 20.00 - 21.30 Uhr **Termin:** 13.01.2025

Leitung: Bernd Albrecht-Hielscher **gebührenfrei**

Ort: Online

Kinderleicht erziehen

Pubertät - gelassen in stürmischen Zeiten

Pubertät ist eine Tatsache, keine Krankheit. Jugendliche sind keine Kinder mehr und noch keine Erwachsenen. Sie befinden sich im Sturm des Umbruches, der sie durcheinanderwirbelt, aber ihnen auch immer wieder Rückenwind gibt. Es ist ein notwendiger, klärender und reifender Sturm, der Individualisierung und Neuausrichtung auch in der Familie mit sich bringt. Es geht um die Themen Autonomie und Selbstverantwortung.

In der Pubertät haben Eltern und Jugendliche die wunderbare Möglichkeit, ihre Beziehung so zu verändern, dass das, was bisher nicht möglich war, möglich wird. Dabei liegt die Führung bei den Eltern. Nicht erziehen oder manipulieren ist gefragt, sondern begleiten und zur Verfügung stehen - mit den eigenen Werten, Gefühlen und Grenzen. So können Eltern zu „Leuchttürmen“ werden, die Orientierung und Sicherheit geben.

Anmeldung:

Ev. Familien-Bildungsstätte Lüneburg

Tel. 04131-44211, info@familienbildungsstaette.de

www.familienbildungsstaette.de

Der Link wird kurz vorher von der durchführenden Familien-Bildungsstätte zugesendet.

2005 Montag 20.00 - 21.30 Uhr

Leitung: Peter Holona

Ort: Online

Termin: 10.02.2025

gebührenfrei

Kinderleicht erziehen

Angst vorm Kindergarten und Schule

Schulabsentismus ist ein Thema unserer Zeit. Was ist das überhaupt und wie kann Schulabsentismus entstehen? Welche Risikofaktoren und welche aufrechterhaltenden Bedingungen sind bekannt? Welchen Einfluss hat die Familie auf das Symptom „Absentismus“? Dies sind die Themen, über die gesprochen werden soll. Ferner wird es Raum und Zeit für einen offenen Austausch über die Bedingungen des Schul- und Bildungssystems geben.

Anmeldung

Ev. Familien-Bildungsstätte Celle

Tel. 05141 9090365

info@fabi-celle.de

Der Link wird kurz vorher von der durchführenden Familien-Bildungsstätte zugesendet.

2006 Montag 20.00 - 21.30 Uhr

Leitung: Stefan Berrisch

Ort: Online

Termin: 10.03.2025

gebührenfrei

Kinderleicht erziehen

Digitale Medien in der Kindheit

Wie können wir unsere Kinder begleiten?

Digitale Medien spielen im Familienleben eine immer größere Rolle. Als Eltern sind wir daher auf ganz vielfältige Weise gefordert, die Mediennutzung unserer Kinder zu begleiten. Das ist nicht immer einfach und wirft viele Fragen auf. An diesem Abend erfahren Sie Wissenswertes über digitale Medien in der Kindheit und erhalten Tipps, auf was es bei der Medienerziehung ankommt.

Anmeldung:

Ev. Familien-Bildungsstätte Celle

Tel. 05141 9090365

info@fabi-celle.de

Der Link wird kurz vorher von der durchführenden Familien-Bildungsstätte zugesendet.

2007 Montag 20.00 - 21.30 Uhr

Leitung: Dr. Lena Rosenkranz

Ort: Online

Termin: 28.04.2025

gebührenfrei

Kinderleicht erziehen

Wie Kinder ticken

Kinder ticken anders als Erwachsene, nicht selten bringen sie uns an den Rand des Wahnsinns. In diesem Vortrag werden die unterschiedlichen Sichtweisen zwischen uns und den Kindern auf sehr humorvolle Art dargestellt. Erst, wenn wir Kinder besser verstehen, wissen wir, wie wir clever reagieren und geschickte Bewältigungsstrategien entwickeln können. In diesem Vortrag darf viel gelacht werden!

Anmeldung:

Ev. Familien-Bildungsstätte Uelzen,

Tel. 0581/ 97 99 10

info@fabi-uelzen.de

www.fabi-uelzen.de

Der Link wird kurz vorher von der durchführenden Familien-Bildungsstätte zugesendet.

2008 Montag 20.00 - 21.30 Uhr

Leitung: Thomas Rupf

Ort: Online

Termin: 12.05.2025

gebührenfrei

Kinderleicht erziehen – ONLINE



- Kurse zur Entspannung:
Yoga, Lachyoga, Meditation und Mandala ausmalen
- Kids Action Outdoor
- Gemeinsames Basteln - Ein Buch gestalten
- Drucken - Stempeln - Bemalen
- Kreativ-Werkstatt NEU
- Frühlings-Werkstatt NEU
- Töpfern mit Kindern NEU
- Workshop: Gipsgießen NEU
- Just me! DIY von Kosmetik NEU
- Just for You! Das Geschenke-Special NEU
- Just me! Endlich Frühling NEU
- Weihnachtliches Trockenfilzen NEU
- Oh, es weihnachtet
- Workshop: Häkeln NEU
- Workshop: Osterkörbchen häkeln NEU
- Nähmaschinen-Führerschein
- Kinder-Nähclub
- Nähen zum Muttertag Workshop:
Osterkörbchen häkeln NEU
- Kinderkochkurse:
Essen wie in Mexiko
Bella Italia
Süßer Frühling
- Kinder programmieren spielerisch
- Kleine Forscher:
Strom und Energiegewinnung
Farben, Licht und Optik
- Fit für die Schule
- Und was ist deine 2. Fremdsprache?
- MENTOR – Leselernhelfer/Lesehelferin
- Selbstbehauptung für Mädchen und Teenager
- „echt mutig“ NEU
Selbstbehauptung und Resilienztraining für Kinder

- Let's talk about - vom Mädchen zur Frau
- Mein Auftritt - Meine Stärken **NEU**
- Ringen und Raufen **NEU**
- Das Leuchten der Sterne - Mit Papa Advent erleben
- Mit Papa „on tour“
- Herbstferienprogramm:
Kinderferientage in der FABI
Töpfern mit Kinder **NEU**
Fotografie-Workshop **NEU**
Fit fürs Babysitten
- Sommerferienprogramm:
Kinderferientage in der FABI
Yoga und Mandala ausmalen
- Faschingsparty in der FABI
- Kindergeburtstag in der FABI



Yoga für (Grundschul-)kinder NEU

Tauche ein in die zauberhafte Welt des Kinder Yogas!

Unsere Kurse bieten eine einzigartige Gelegenheit für die kleinen Yogis, eigenständig Achtsamkeit und Bewegung zu entdecken.

Was erwartet die Kinder:

- **Spielerisches Lernen:**

Durch kreative Übungen und kinderfreundliche Yoga-Posen erleben die kleinen Teilnehmer*innen die Freude an der Bewegung und stärken spielerisch ihre Muskulatur.

- **Selbstständigkeit fördern:**

Unsere Kurse bieten den Kindern die Möglichkeit, ihre Selbstständigkeit zu entwickeln, ihre eigene Persönlichkeit zu entfalten und dabei Achtsamkeit zu praktizieren.

- **Entspannung und Konzentration:**

Atemübungen und kurze Meditationseinheiten unterstützen die Kinder dabei, sich zu entspannen, fördern die Konzentration und schaffen ein positives emotionales Wohlbefinden.

- **Lernförderung:**

Die Kurse tragen dazu bei, das Lernverhalten zu verbessern, die kognitive Funktion zu steigern und die Aufmerksamkeitsspanne zu verlängern.

- **Koordination und Gleichgewicht:**

Die Yoga-Posen schulen die Koordination und das Gleichgewicht der Kinder, und unterstützen damit nicht nur ihre körperliche, sondern auch ihre motorische Entwicklung.

- **Stressreduktion:**

In einer unterstützenden Umgebung lernen die kleinen Yogis, Stress abzubauen und entwickeln positive Bewältigungsstrategien für den Alltag. Bequeme Kleidung, warme Socken und ein Getränk

3000 dienstags 15.00 - 16.00 Uhr **Beginn:** 22.10.2024

3001 dienstags 15.00 - 16.00 Uhr **Beginn:** 04.03.2025

3002 dienstags 15.00 - 16.00 Uhr **Beginn:** 06.05.2025

6 x 1 Stunde **Gebühr:** € 42,-

Leitung: Kathleen Baumann

Yoga und Mandala ausmalen

(für Kinder von 5 bis 9 Jahren)

Wer hat Lust mal in die Welt des Yogas einzutauchen? Gemeinsam wollen wir verschiedene Übungen ausprobieren und die Ruhe in uns selbst finden.

Anschließend wollen wir in entspannter Atmosphäre tolle Mandalas ausmalen - so wie jeder möchte!

Bitte mitbringen: Bequeme Kleidung und Rutschsocken.

3003 Samstag 15.00 - 16.30 Uhr **Termin:** 12.10.2024

Leitung: Nadine Becker **Gebühr:** € 10,50

Yoga - Lachyoga - Meditation (für Kinder von 8 bis 13 Jahren)

Euer Kind lacht herzlich gerne und am besten, wenn es viel Platz zum Toben und Bewegen hat? Kommt! Wir wollen gemeinsam lachen, fröhlich und lustig sein. Ihr dürft in das Abenteuer des Lachyogas eintauchen und die Tierwelt im Lachyoga kennenlernen. Atmen, Dehnen, Lachen, Bewegungstanz, Klatschen und die kindliche Verspieltheit helfen uns, leichter ins Lachen zu kommen - auch ohne Grund! Eine Entspannungsreise sorgt für den ruhigen Ausklang.

Bitte mitbringen: Bequeme Kleidung und Rutschesocken.

3004 Samstag 13.00 - 14.30 Uhr **Termin:** 12.10.2024

3005 Samstag 14.00 - 15.30 Uhr **Termin:** 12.04.2025

Leitung: Nadine Becker **Gebühr:** € 10,50

Kids Action Outdoor (für Kinder von 6 bis 10 Jahren)

Wir wollen draußen in der Natur spielen, toben, entdecken und einfach eine Menge Spaß haben!

Die Natur bietet vielfältige Möglichkeiten zum gemeinsamen Spiel und fördert auch die Kreativität und Motorik. Von klassischen Gruppenspielen bis zum Parcours durch den Wald kann alles dabei sein - Hauptsache Outdoor Action!

Bitte mitbringen: Wettergerechte Kleidung, Trinken und einen Snack für zwischendurch.

3006 Samstag 10.00 - 11.30 Uhr **Termin:** 24.08.2024

3007 Samstag 10.00 - 11.30 Uhr **Termin:** 14.09.2024

3008 Samstag 10.00 - 11.30 Uhr **Termin:** 28.09.2024

3009 Samstag 10.00 - 11.30 Uhr **Termin:** 26.04.2025

3010 Samstag 10.00 - 11.30 Uhr **Termin:** 17.05.2025

3011 Samstag 10.00 - 11.30 Uhr **Termin:** 14.06.2025

Leitung: Jana Vainqueur **Gebühr:** € 9,-

Ort: Im Stadtgebiet; der genaue Ort wird nach

Anmeldung bekannt gegeben

Gemeinsames Basteln - Ein Buch gestalten (für Kinder ab 7 Jahren mit einem Elternteil)

Ein Kurs für Eltern und Kind. Mit japanischer Bindung stellen wir ein Buch für unser Zuhause her. Es ist als Album oder Gästebuch oder gemeinsames Tagebuch nutzbar. Es kann bemalt und beklebt werden, so entsteht ein echtes Unikat.

Bitte mitbringen: Schere, Kleber und einen Bleistift.

3017 Samstag 10.00 - 13.00 Uhr	Termin: 24.08.2024
Leitung: Karin Schecker	Gebühr: € 15,-
	Materialkosten: € 5,- Buch

Drucken - Stempeln - Bemalen Kleine Geschenke für Weihnachten gestalten (für Kinder ab 8 Jahre)

Schachteln, selbstgebundene Notizbücher und Karten werden mit verschiedenen Materialien bedruckt und beklebt und so zu tollen Weihnachtsgeschenken.

Bitte mitbringen: Schere, Kleber und ein Bleistift.

3018 Freitag 15.00 - 17.00 Uhr	Termine: 15.11.2024
Freitag 15.00 - 17.00 Uhr	22.11.2024
2 x 2 Stunden	Gebühr: € 20,-
Leitung: Karin Schecker	Materialkosten: € 8,-

Kreativ-Werkstatt NEU (für Kinder von 5 bis 10 Jahren)

Wir basteln passend zu den Jahreszeiten, mal mit Naturmaterial, mal mit Papier und Pappe oder Ton. Bitte zieh Kleidung an, die schmutzig werden darf.

Bitte mitbringen: Getränk, Malkittel o.ä.

3019 Samstag 09.30 - 11.30 Uhr	Termine: 14.09.2024
Samstag 09.30 - 11.30 Uhr	21.09.2024
3020 Samstag 09.30 - 11.30 Uhr	Termine: 30.11.2024
Samstag 09.30 - 11.30 Uhr	07.12.2024
3021 Samstag 09.30 - 11.30 Uhr	Termine: 08.02.2025
Samstag 09.30 - 11.30 Uhr	15.02.2025
3022 Samstag 09.30 - 11.30 Uhr	Termine: 08.03.2025
Samstag 09.30 - 11.30 Uhr	15.03.2025
2 x 2 Stunden	Gebühr: € 20,-
Leitung: Kathleen Baumann	Materialkosten: € 6,-

Frühlings-Werkstatt: Kreative Geschenke NEU (für Kinder von 6 bis 10 Jahren)

Warum denn immer nur für Weihnachten basteln?! Im Frühling stehen so viele Feste und Anlässe vor der Tür, dass es doch immer schön ist, auch hier eine Kleinigkeit als Geschenk parat zu haben. Ob für Mama, Papa, Oma, Opa oder die liebsten Freunden - wir wollen gemeinsam mit verschiedenen Materialien kreativ werden. Es werden unterschiedliche Techniken angeboten, daher zieh dir bitte Kleidung an, die schmutzig werden darf.

Bitte mitbringen: Getränk, Malkittel o.ä.

- | | |
|--|---|
| 3023 samstags 09.30 - 11.30 Uhr
3 x 2 Stunden
Leitung: Kathleen Baumann | Beginn: 10.05.2025
Gebühr: € 30,-
Materialkosten: € 6,- |
|--|---|

Töpfern mit Kindern NEU (für Kinder von 7 bis 11 Jahren)

Wir töpfeln schöne Dinge aus Ton. Wie wird eigentlich aus einer Kugel ein Becher? Wir probieren es aus! und vieles mehr.

Ca. 2 Wochen später könnt ihr eure fertig gebrannten Becher und Werke abholen und sie auch tatsächlich benutzen.

Bitte mitbringen: Kleidung die schmutzig werden darf.

- | | |
|---|--|
| 3025 Donnerstag 10.00 - 12.30 Uhr
Leitung: Michaela Schlobach | Termin: 10.04.2025
Gebühr: € 12,50
Materialkosten: € 18,-
zzgl. Brennkosten |
|---|--|

Workshop NEU Gipsgießen für Kinder

Erlebe die Vielfalt des Gipsgießens! In unserem Kurs fertigen wir passend zu den Jahreszeiten eine Auswahl an einzigartigen Gipsobjekten an. Lasse deiner Fantasie freien Lauf und gestalte dein eigenes Kunstwerk. Ob als originelle Dekoration für dein Zimmer oder als liebevolles Geschenk für deine Eltern oder Großeltern - selbstgemachte Kunstwerke sind einfach unbezahlbar!

Am Ende kannst du direkt dein individuelles Unikat mit nach Hause nehmen!

- | | |
|---|-------------------------------------|
| 3027 Samstag 10.00 - 12.00 Uhr | Termin: 09.11.2024 |
| 3028 Samstag 10.00 - 12.00 Uhr
Leitung: Kristina Kister | 31.05.2025
Gebühr: € 21,- |

Just me! DIY von Kosmetik NEU (für Mädchen von 8 bis 12 Jahren)

Ihr liebt es, Dinge selber herzustellen? Habt Interesse an Naturkosmetik und Deko? Dann habt Ihr Glück, denn wir haben einen tollen Workshop für Euch geplant! Von Lippenbalsam über duftende Körperpeelings bis hin zu hübscher Deko für Euer Zimmer - wir haben alles im Programm! Lasst Eurer Kreativität freien Lauf und bringt Euren einzigartigen Look zum Strahlen. Ob alleine oder mit einer Freundin - seid dabei und freut euch auf eine spannende Zeit voller Spaß, Style und DIY- Tipps.

Bitte mitbringen: Getränk und einen Snack.

3030	Samstag 12.00 - 14.00 Uhr	Termine: 14.09.2024
	Samstag 12.00 - 14.00 Uhr	28.09.2024
3031	Samstag 12.00 - 14.00 Uhr	Termine: 08.02.2025
	Samstag 12.00 - 14.00 Uhr	22.02.2025
	2 x 2 Stunden	Gebühr: € 20,-
	Leitung: Kathleen Baumann	Materialkosten: € 10,-

Just for You!! Das Geschenke-Special NEU (für Kinder von 6 bis 10 Jahren)

Warum die schönen Dinge immer nur für sich selber herstellen, wenn verschenken so viel Freude macht! An diesen Terminen wollen wir die Workshops nutzen und für die verschiedenen Anlässe kleine Geschenke rund um Naturkosmetik und Deko herstellen. Ob Mutter- oder Vatertag, Weihnachten oder Ostern wir werden bestimmt das passende Präsent finden - hier könnt ihr eurer Kreativität rund um die Naturprodukte freien Lauf lassen!

Bitte mitbringen: Getränk und einen Snack.

3032	Samstag 12.00 - 14.00 Uhr	Termine: 30.11.2024
	Samstag 12.00 - 14.00 Uhr	07.12.2024
3033	Samstag 12.00 - 14.00 Uhr	Termine: 08.03.2025
	Samstag 12.00 - 14.00 Uhr	22.03.2025
	2 x 2 Stunden	Gebühr: € 20,-
	Leitung: Kathleen Baumann	Materialkosten: € 12,-

Just me! Endlich Frühling! NEU (für Mädchen von 8 bis 12 Jahren)

In diesem Workshop freuen wir uns, dass endlich Frühling ist und wollen gemeinsam herausfinden, mit welchen Schätzen uns die Natur zu dieser Jahreszeit schon beschenkt! Die Herstellung von Naturkosmetik steht einerseits Vordergrund, andererseits wollen wir uns aber auch die Frage stellen, was wir eigentlich brauchen, um uns selber wohlfühlen und was uns zum Strahlen bringt!

Bei schönem Wetter gehen wir natürlich auch raus und machen im FABI-Garten die ein oder andere Yoga-Übung - denn endlich ist Frühling!

Bitte mitbringen: Getränk und einen Snack.

3034	Samstags 12.00 - 14.00 Uhr	Beginn: 10.05.2025
	3 x 2 Stunden	Gebühr: € 30,-
	Leitung: Kathleen Baumann	Materialkosten: € 12,-

Weihnachtliches Trockenfilzen **NEU** (für Kinder von 7 bis 11 Jahren)

Habt ihr Lust, schönen Weihnachtsschmuck zu filzen? Wir arbeiten mit Nadeln, um den Filz im trockenen Zustand in weihnachtliche Formen zu bringen. Wähle aus einer Vielzahl von Filzfarben. Wer möchte, kann auch noch Holzkugeln an seine Anhänger anbringen.

Am Ende unseres Kurses nehmt ihr ca. 6-7 Anhänger mit nach Hause.

3040 Donnerstag 16.00 - 18.00 Uhr **Termin:** 14.11.2024

3041 Samstag 10.00 - 12.00 Uhr **Termin:** 16.11.2024

Leitung: Michaela Schlobach **Gebühr:** € 12,-

Materialkosten: € 15,-

Oh, es weihnachtet!

Das Weihnachtsbasteln für Kinder von 6 bis 10 Jahren

Zur Einstimmung auf die Weihnachtszeit und um rechtzeitig kleine Geschenke zu basteln, wollen wir an diesem Nachmittag in der FABI zusammenkommen. Ob Schmuck für den Weihnachtsbaum oder individuelle Kleinigkeiten für die Familie. Bei Keksen, Tee und Musik freuen wir uns auf dich!

Bitte mitbringen: Geeignete Bastelkleidung.

3042 Freitag 15.00 - 17.00 Uhr **Termin:** 13.12.2024

1x 2 Stunden **Gebühr:** € 12,-

Materialkosten: € 5,-

Leitung: Maren Magdalena Kickuth



Kinderworkshop: Häkeln **NEU**

(für Kinder ab 8 Jahren)

Hast du Lust mit Nadel und Garn kreativ zu werden? Dann ist dieser Workshop bestimmt das Richtige für dich! Wir häkeln gemeinsam ein Aufbewahrungskörbchen mit Holzboden.

Du bekommst Garn und Häkelnadel und lernst die notwendigen Häkelstiche für dein Körbchen.

Der Workshop eignet sich für Kinder ab ca. 8 Jahre, Vorkenntnisse sind nicht notwendig. Gehäkelt wird in kleiner, gemütlicher Runde.

Bitte mitbringen: Getränk.

3045 Freitag 15.00 - 17.00 Uhr

Termin: 15.11.2024

3046 Freitag 15.00 - 17.00 Uhr

09.05.2025

Leitung: Anna-Lena Hartmann

Gebühr: € 12,-

Materialkosten: € 10,-

inkl. Häkelnadel

Kinderworkshop: Osterkörbchen häkeln **NEU**

(für Kinder ab 8 Jahren)

Ostern steht vor der Tür und du hast Lust, selber ein niedliches Osterkörbchen herzustellen? An diesem Termin zeige ich euch, wie man die süßen Hasenkörbchen häkelt. Alle notwendigen Materialien inkl. Häkelnadel bringe ich mit, und in gemütlicher Runde fertigt Ihr für Euch oder als Geschenk diese kleinen Aufbewahrungshelden an.

Der Workshop eignet sich für Kinder ab ca. 8 Jahre, Vorkenntnisse sind nicht notwendig. Gehäkelt wird in kleiner, gemütlicher Runde.

Bitte mitbringen: Getränk.

3047 Freitag 15.00 - 17.00 Uhr

Termin: 21.03.2025

Leitung: Anna-Lena Hartmann

Gebühr: € 12,-

Nähmaschinen-Führerschein

(für Kinder ab 8 Jahren)

Du möchtest dir etwas Eigenes nähen, hast aber bisher noch nie an einer Nähmaschine gearbeitet? In diesem Schnupperkurs lernst du die Nähmaschine kennen und kannst am Ende auch schon die ersten eigenen Projekte mit nach Hause nehmen. Wir nähen in der Kleingruppe, so dass eine individuelle Betreuung und Unterstützung möglich ist.

Bitte mitbringen: Getränk und ggf. kleiner Snack.

3050 samstags 10.00 - 13.00 Uhr

Beginn: 16.11.2024

3051 samstags 10.00 - 13.00 Uhr

Beginn: 08.02.2025

3052 samstags 10.00 - 13.00 Uhr

Beginn: 15.03.2025

4 x 3 Stunden

Gebühr: € 72,-

Leitung: Jill Pronobis

Materialkosten: € 24,-

Kinder-Nähclub (für Kinder ab 8 Jahren)

Du hast schon einen Nähmaschinen-Führerschein oder einen sicheren Umgang mit der Nähmaschine? Im Nähclub kannst du in jedem Kurs andere tolle Kleinigkeiten nähen. Dabei werden wir das bereits Erlernte festigen und Neues erarbeiten. Natürlich kannst du auch nach Absprache eigene Projekte mit unserer Hilfe nähen. Wenn du schon eine Nähmaschine hast, bringe sie gerne mit.

Bitte mitbringen: Getränk und ggf. kleiner Snack.

3053 samstags 14.00 - 17.00 Uhr **Beginn:** 16.11.2024

3054 samstags 14.00 - 17.00 Uhr **Beginn:** 08.02.2025

3055 samstags 14.00 - 17.00 Uhr **Beginn:** 15.03.2025

4 x 3 Stunden

Leitung: Jill Pronobis

Gebühr: € 72,-

Materialkosten: € 24,-

Nähen zum Muttertag **NEU** (für Kinder ab 8 Jahren)

Welche Mama freut sich nicht über eine selbstgemachte Kleinigkeit zum Muttertag.

Näh mit uns an der Nähmaschine ein Geschenk für deine Mama. Es werden verschiedene Projekte vorgestellt, an denen du dir dann eins aussuchen kannst. Natürlich bist du auch willkommen, wenn du dein Genähtes nicht verschenken willst.

Bitte mitbringen: eigene Nähmaschine - wenn vorhanden.

3056 Samstag 10.00 - 13.00 Uhr **Termin:** 10.05.2025

Leitung: Jill Pronobis

Gebühr: € 18,-

Materialkosten: 8,-



Kinderkochkurs:**Essen wie in Mexiko!****(für Kinder von 7 bis 12 Jahren)**

Hola! Taucht mit uns ein in die lebhaftige Welt Mexikos! In unserem Kochkurs entdecken wir die bunte und würzige Küche Mexikos. Von Tacos über Chilli con carne bis hin zu fruchtigen Salsas - wir zaubern gemeinsam mexikanische Gerichte mit der entsprechenden Würze für Kinder! Freut euch auf eine Fiesta voller Geschmack und Spaß!

Bitte teilt uns bei der Anmeldung per E-Mail mit, falls es Unverträglichkeiten gibt.

Die Lebensmittelmengen im Einkauf sind so geplant, dass die Kinder viele verschiedene Gerichte im Kurs probieren können. Die Mengen sind nicht so geplant, dass Speisen mit nach Hause genommen werden können!

Bitte mitbringen: Schürze oder Kleidung, die auch einen Fleck abbekommen darf!

3070 Samstag 11.00 - 13.30 Uhr**Termin:** 14.09.2024**Gebühr:** € 17,50

Materialkosten: € 10,-

Leitung: Sarah Röhrbein, Martina Gelszus

Ort: Grundschule Groß Hehlen - Schulküche**Kinderkochkurs:****Bella Italia!****(für Kinder von 7 bis 12 Jahren)**

Willkommen zu unserer „Pasta-Party“! In diesem Kochkurs entdecken wir die vielfältigen Möglichkeiten der Pasta-Zubereitung. Von klassischen Spaghetti über Lasagne bis hin zu selbstgemachten Ravioli- wir lernen gemeinsam, wie vielseitig Pasta sein kann!

Lasst euch inspirieren von der italienischen Leidenschaft für gutes Essen und lernt kreative Pasta-Gerichte kennen, die nicht nur köstlich schmecken, sondern auch einfach zuzubereiten sind!

Bitte teilt uns bei der Anmeldung per E-Mail mit, falls es Unverträglichkeiten gibt.

Die Lebensmittelmengen im Einkauf sind so geplant, dass die Kinder viele verschiedene Gerichte im Kurs probieren können. Die Mengen sind nicht so geplant, dass Speisen mit nach Hause genommen werden können!

Bitte mitbringen: Schürze oder Kleidung, die auch einen Fleck abbekommen darf!

3071 Samstag 11.00 - 13.30 Uhr**Termin:** 08.02.2025**Gebühr:** € 17,50

Materialkosten: € 10,-

Leitung: Sarah Röhrbein, Martina Gelszus

Ort: Grundschule Groß Hehlen - Schulküche

Kinderkochkurs:

Süßer Frühling!

(für Kinder von 7 bis 12 Jahren)

„Sweet dreams are made of this...“ Der Frühling ist süß und wir auch! In unserem Kurs „Süßer Frühling“ zaubern wir zusammen verschiedene süße Leckereien, die Groß und Klein begeistern. Hier ist für jeden süßen Zahn etwas dabei! Genießt die süßen Träume kalt wie warm, ihr werdet sehen, wie köstlich und gesund Süßes sein kann!

Bitte teilt uns bei der Anmeldung per E-Mail mit, falls es Unverträglichkeiten gibt.

Die Lebensmittelmengen im Einkauf sind so geplant, dass die Kinder viele verschiedene Gerichte im Kurs probieren können. Die Mengen sind nicht so geplant, dass Speisen mit nach Hause genommen werden können!

Bitte mitbringen: Schürze oder Kleidung, die auch einen Fleck abbekommen darf!

3072 Samstag 11.00 - 13.30 Uhr

Termin: 29.03.2025

Gebühr: € 17,50

Materialkosten: € 10,-

Leitung: Sarah Röhrbein, Martina Gelszus

Ort: Grundschule Groß Hehlen - Schulküche



Medien in der Familie

Stimmt die Verbindung?

Schau genau hin, damit jeder klick safe ist!

Mir ist langweilig, darf ich was gucken? Wann bekomme ich endlich ein Handy? Nur noch 15 Minuten, okay?

Das Thema Medien beschäftigt Familien mit kleinen und großen Kindern zwangsläufig, die Auseinandersetzung damit ist mittlerweile unumgänglich. Auch uns als FABI ist eine konstruktive Medienkompetenzentwicklung bei Groß und Klein wichtig.

Wir möchten einen informativen Überblick über lohnende Angebote und hilfreiche Links geben, die Familien, Schulen, Kindergärten etc. einen schnellen Zugang zu fundierten Informationen rund um das Thema Medien ermöglichen.

Cybermobbing, Cybergrooming, Fake News oder Sharenting? Snapchat, TikTok, WhatsApp oder Insta? Was verbirgt sich hinter diesen und noch vielen anderen Begriffen? Wieviel Medienzeit ist noch gesund? Und überhaupt – was fällt eigentlich alles unter Medienzeit?

Um all die unzähligen Fragen beantworten zu können, sollten wir uns als Eltern, Großeltern, Erzieher*innen, Lehrer*innen etc. in der Verantwortung sehen, unsere eigene Medienkompetenz zu schulen, uns zu informieren und uns mit den Themen, die die digitale Welt mit sich bringt, auseinanderzusetzen. Denn diese Themen sind Teil der kindlichen Entwicklung. Wir können bei und mit unseren Kindern rechtzeitig die Basis für einen verantwortungsvollen Umgang mit Medien jeglicher Art schaffen!

Dafür braucht es:

Information, ins **Gespräch** kommen, **gemeinsam einen Weg in die digitale Welt finden** und Gefahren, Risiken aber auch damit verbundene **Chancen erkennen** - damit die Verbindung auch in Zukunft stimmt!



Elternratgeber
SCHAU HIN!
Was Dein Kind
mit Medien macht.
www.schau-hin.info



Die EU-Initiative
für mehr Sicherheit
im Netz
www.klicksafe.de



Startseite des
Internet-ABC
www.internet-abc.de



Blickwechsel
www.blickwechsel.org

Kinder programmieren spielerisch (für Kinder von 8 bis 12 Jahren)

Woher weiß der Roboter, was er tun soll? Was bedeutet programmieren? Welche Programmiersprachen gibt es? Was versteht man unter einer „Geheimsprache“? Wie unterscheiden sich Programmiersprachen? Was sind einfache und komplexe Befehle? Wir nutzen Lego WeDo 2.0 sowie andere Systeme. Die Materialien werden gestellt. Programmierkenntnisse sind nicht erforderlich.

Bitte mitbringen: Getränk und einen Snack.

3080 dienstags 15.00 - 16.30 Uhr **Beginn:** 27.08.2024

3081 dienstags 16.45 - 18.15 Uhr **Beginn:** 27.08.2024

3082 dienstags 15.00 - 16.30 Uhr **Beginn:** 11.02.2025

3083 dienstags 16.45 - 18.15 Uhr **Beginn:** 11.02.2025

6 x 1,5 Stunden

Leitung: Dr. Heike Jürgens

Gebühr: € 59,-

Materialkosten: € 15,-

Kleine Forscher entdecken die Welt (für Kinder von 6 bis 12 Jahren)

Die Dinge des Alltags lassen uns immer wieder staunen! Und schon die Kleinsten haben viele Fragen, warum die Welt so ist, wie sie sie mit ihren eignen Augen erleben. Um eigene Erklärungen zu finden und die Natur und ihre Gesetzmäßigkeiten besser verstehen zu können, wollen wir in diesem Kurs gemeinsam zu verschiedenen Themen experimentieren und mit unterschiedlichen Forschungsmitteln kreativ tätig werden.

Bitte mitbringen: Getränk und einen Snack.

Strom und Energiegewinnung

3084 dienstags 15.00 - 16.30 Uhr **Beginn:** 05.11.2024

3085 dienstags 16.45 - 18.15 Uhr **Beginn:** 05.11.2024

Farben, Licht und Optik

3086 dienstags 15.00 - 16.30 Uhr **Beginn:** 13.05.2025

3087 dienstags 16.45 - 18.15 Uhr **Beginn:** 13.05.2025

6 x 1,5 Stunden

Leitung: Dr. Heike Jürgens

Gebühr: € 59,-

Materialkosten: € 15,-

Fit für die Schule (für Kinder von 5 bis 6 Jahren)

Bald ist es wieder soweit und Sie schicken „Ihre Großen“ raus in die weite Welt namens Schule!

Um diesen Start möglichst auf sichere Beine zu stellen, ergab sich nun die Chance einen neuen Kurs für Kinder (Alter 5 - 6 Jahre) ins Leben zu rufen „Fit für die Schule“.

Kathrin Linneweh, ehemalige Rektorin der GS Vorwerk, möchte angehende Schulkinder dahingehend unterstützen, ihre Fähigkeiten zu stärken und eventuelle Defizite zu bearbeiten. Hierzu gehört eine Sprech- und Sprachförderung, die optische und akustische Differenzierung, Mengenerfassung, Erfassung von Größen sowie Fähigkeiten in der Stift- und Scherenhaltung.

Alle Kinder sollen individuell gefördert werden und es erfolgt eine Rückmeldung an die Eltern sowie Tipps für die Unterstützung zuhause.

In einer Gruppe sollen max. 6 Kinder gefördert werden

3100 mittwochs 14.00 - 15.00 Uhr **Beginn:** 22.01.2025

3101 mittwochs 15.15 - 16.15 Uhr **Beginn:** 22.01.2025
8 x 1 Stunde **Gebühr:** € 49,-

Leitung: Kathrin Linneweh

Und was ist deine 2. Fremdsprache?

Orientierungstag in der FABI

Die Anmeldung für die weiterführende Schule steht an und Sie wissen nicht, zu welcher Sprache Sie Ihrem Kind raten sollen?

An einem Samstagvormittag sollen die Kinder selbst an das Thema zweite Fremdsprache herangeführt werden, in Berührung mit den drei üblichen Auswahlmöglichkeiten kommen und sich so eine eigene Meinung bilden, zu welcher Sprache sie sich am ehesten hingezogen fühlen. Das Hauptaugenmerk wird auf Französisch und Spanisch liegen, aber auch das Fach Latein wird thematisiert.

3105 Samstag 10.00 - 12.00 Uhr **Termin:** 25.01.2025

1x 2 Stunden **Gebühr:** € 15,-

Leitung: Franziska Kamp

MENTOR - Leselernhelfer/Lesehelferin

In einem kleinen Vortrag mit anschließendem Gespräch soll der Verein MENTOR – die Leselernhelfer Celle e.V. vorgestellt werden. Das 1:1 Prinzip von MENTOR beschreibt, dass ein Kind für eine Schulstunde von einem Lesementor einer Lesementorin im Leseprozess begleitet wird. Diese Lesestunde findet einmal wöchentlich nach Absprache mit den Eltern und der Schule während der Unterrichtszeit statt. An kleinen Beispielen mit Lesematerialien, auch Lesespielen wird der Aufbau einer Lesestunde aufgezeigt und erklärt.

3110 Montag 10.00 - 12.00 Uhr **Termin:** 11.11.2024

Leitung: Kathrin Linneweh **gebührenfrei**

Selbstbehauptung: Stärke für das Leben

Selbstbehauptung ist eine entscheidende Fähigkeit, die es uns ermöglicht, selbstbewusst und respektvoll in verschiedenen Situationen zu agieren. Sie beinhaltet das Wissen darüber, wie man eigene Grenzen setzt, Konflikte löst und sich gegenüber anderen klar ausdrückt. Bei Kindern und Jugendlichen ist die Förderung von Selbstbehauptung von besonderer Bedeutung. Durch entsprechende Kurse können sie ihre Resilienz trainieren – also die Fähigkeit, auch in schwierigen Situationen standhaft zu bleiben und gestärkt daraus hervorzugehen.

Unser Programm umfasst eine Vielzahl von Selbstbehauptungskursen, die auf unterschiedliche Altersgruppen zugeschnitten sind. Wir bieten spielerische Kurse für Vorschulkinder an, die das Selbstbewusstsein stärken und den Umgang mit anderen fördern. Zudem gibt es Kurse für Kinder bis zum Alter von 12 Jahren sowie spezielle Angebote für Teenagerinnen.

Unsere Kursleitungen sind erfahren, engagiert und sie halten sich stets auf dem neuesten Stand in ihrem Fachgebiet durch kontinuierliche fachliche Weiterentwicklung. Zudem bieten wir die Möglichkeit der „Bildung auf Bestellung“ an: Schulen, Kindergärten oder andere Institutionen können unsere Kurse direkt in ihre Einrichtungen holen, um die Kinder und Jugendlichen vor Ort zu unterstützen.

Lernen Sie mit uns, wie wichtig Selbstbehauptung ist – für ein starkes und selbstbestimmtes Leben!

Starke Mädchen

Selbstbehauptung für Mädchen von 8 bis 10 Jahren

Wir wollen verschiedene Möglichkeiten wirkungsvoller Selbstbehauptung trainieren. Es sind keine Vorkenntnisse oder Sportlichkeit erforderlich. Kinder mit körperlichen Einschränkungen sind herzlich willkommen. Inhalte des zweitägigen Kurses sind u.a.

- Stärkung des Selbstbewusstseins
- Sensibilisierung für gefährliche Situationen
- Eigene Grenzen erkennen und Anderen deutlich Grenzen setzen
- Möglichkeiten verbaler Konfliktlösung
- Einsatz von Körpersprache und Stimme
- Rollenspiele und Situationstraining
- Stärkung der sozialen Kompetenz

Alle Themen werden altersgerecht und spielerisch vermittelt.

Bitte mitbringen: Hallensportschuhe, Getränke und Verpflegung.

3150	Freitag 14.30 - 18.00 Uhr Samstag 09.00 - 13.00 Uhr	Termine: 25.10.2024 26.10.2024
3151	Freitag 14.30 - 18.00 Uhr Samstag 09.00 - 13.00 Uhr	Termine: 24.01.2025 25.01.2025
3152	Freitag 14.30 - 18.00 Uhr Samstag 09.00 - 13.00 Uhr 2 x	Termine: 02.05.2025 03.05.2025 Gebühr: € 42,- Materialkosten: € 2,-
	Leitung: Doris Adlung	



Stark und mutig**Selbstbehauptung für Mädchen im Teenageralter von 11 bis 14 Jahren**

Du bist schon mal allein oder mit Freunden/Freundinnen unterwegs und wüsstest gern, wie du dich in unangenehmen oder bedrohlichen Situationen richtig verhalten kannst? Im Kurs werden wirkungsvolle Möglichkeiten der Selbstbehauptung erarbeitet. Vorkenntnisse oder besondere Sportlichkeit sind nicht erforderlich.

Inhalte des zweitägigen Kurses sind u.a.

- Sensibilisierung für gefährliche Situationen
 - Ermutigung, für eigene Interessen und Rechte einzutreten
 - Eigene Grenzen wahrnehmen und Anderen Grenzen setzen
 - Einsatz von Körpersprache und Stimme
 - Erarbeiten von Handlungsstrategien und -alternativen
 - Stärkung des Selbstbewusstseins und der sozialen Kompetenz
- Bitte mitbringen: bequeme Kleidung, Hallensportschuhe, Getränke und Verpflegung.

3155 Freitag 14.30 - 18.00 Uhr
Samstag 09.00 - 13.00 Uhr

Termine: 01.11.2024
02.11.2024

3156 Freitag 14.30 - 18.00 Uhr
Samstag 09.00 - 13.00 Uhr

Termine: 07.02.2025
08.02.2025

3157 Freitag 14.30 - 18.00 Uhr
Samstag 09.00 - 13.00 Uhr
2 x
Leitung: Doris Adlung

Termine: 16.05.2025
17.05.2025
Gebühr: € 42,-
Materialkosten: € 2,-



„echt mutig“ **NEU**

Selbstbehauptungs- und Resilienztraining für Kinder

In den Selbstbehauptungs- und Resilienztrainings nach dem bewährten Konzept von „Stark auch ohne Muckies“ liegt der Fokus auf der Mobbing-Prävention durch die Stärkung der Kinder. Die Kinder erlernen u.a. Strategien für

- die Hauptalltagskonflikte (Beleidigung, Gegenstand wird weggenommen, Körperlichkeit wie z.B. Festhalten, Schubsen, etc.)
- die Kommunikation in Konfliktsituationen
- den differenzierten Umgang mit Kommentaren und Beleidigungen
- Förderung der Kritikfähigkeit
- das Bewusstsein für Selbstwirksamkeit
- das Erkennen von Eigen- und Fremdbedürfnissen und Emotionen
- den respektvollen Umgang miteinander

Die erlernten Methoden ermöglichen es den Kindern selbst zu entscheiden, welche Meinungen sie sich zu Herzen nehmen und welche sie einfach abprallen lassen. Dadurch bleibt ihre Kritikfähigkeit erhalten, aber Mobbing verletzt nicht mehr. Die Kinder werden dabei unterstützt, ihre eigenen Stärken und Kompetenzen zu erkennen und zu stärken, um mehr Widerstandsfähigkeit für den (Schul-)Alltag zu erhalten. Ein starkes Selbstbewusstsein und Selbstvertrauen sind entscheidend für ihren weiteren Lebensweg und Resilienz ist eine wertvolle Zukunftsfähigkeit. Bitte mitbringen: Getränk und Snacks für kurze Pause.

(für Kinder von 6 bis 8 Jahren)

3160	Samstag 11.00 - 13.00 Uhr	Termine: 14.09.2024
	Sonntag 11.00 - 13.00 Uhr	15.09.2024
3161	Samstag 11.00 - 13.00 Uhr	Termine: 16.11.2024
	Sonntag 11.00 - 13.00 Uhr	17.11.2024
3162	Samstag 11.00 - 13.00 Uhr	Termine: 29.03.2025
	Sonntag 11.00 - 13.00 Uhr	30.03.2025

(für Kinder von 9 bis 12 Jahren)

3163	Samstag 14.00 - 16.00 Uhr	Termine: 14.09.2024
	Sonntag 14.00 - 16.00 Uhr	15.09.2024
3164	Samstag 14.00 - 16.00 Uhr	Termine: 16.11.2024
	Sonntag 14.00 - 16.00 Uhr	17.11.2024
3165	Samstag 14.00 - 16.00 Uhr	Termine: 29.03.2025
	Sonntag 14.00 - 16.00 Uhr	30.03.2025
	2 x 2 Stunden	Gebühr: € 49,-
	Leitung: Janina Hertwig	

„echt mutig“ **NEU****Selbstbehauptungs- und Resilienztraining für Kinder, die diesen Sommer in die Schule kommen!**

In den Selbstbehauptungs- und Resilienztrainings nach dem bewährten Konzept von „Stark auch ohne Muckies“ liegt der Fokus auf der Mobbing-Prävention durch die Stärkung der Kinder. Die Kinder erlernen u.a. Strategien für

- die Hauptalltagskonflikte (Beleidigung, Gegenstand wird weggenommen, Körperlichkeit wie z.B. Festhalten, Schubsen, etc.)
- die Kommunikation in Konfliktsituationen
- den differenzierten Umgang mit Kommentaren und Beleidigungen
- Förderung der Kritikfähigkeit
- das Bewusstsein für Selbstwirksamkeit
- das Erkennen von Eigen- und Fremdbedürfnissen und Emotionen
- den respektvollen Umgang miteinander

Die erlernten Methoden ermöglichen es den Kindern selbst zu entscheiden, welche Meinungen sie sich zu Herzen nehmen und welche sie einfach abprallen lassen. Dadurch bleibt ihre Kritikfähigkeit erhalten, aber Mobbing verletzt nicht mehr. Die Kinder werden dabei unterstützt, ihre eigenen Stärken und Kompetenzen zu erkennen und zu stärken, um mehr Widerstandsfähigkeit für den (Schul-)Alltag zu erhalten. Ein starkes Selbstbewusstsein und Selbstvertrauen sind entscheidend für ihren weiteren Lebensweg und Resilienz ist eine wertvolle Zukunftsfähigkeit. Bitte mitbringen: Getränk und Snacks für kurze Pausen.

3170	Samstag 11.00 - 13.00 Uhr Sonntag 11.00 - 13.00 Uhr	Termine: 17.05.2025 18.05.2025
3171	Samstag 14.00 - 16.00 Uhr Sonntag 14.00 - 16.00 Uhr	Termine: 17.05.2025 18.05.2025
3172	Samstag 11.00 - 13.00 Uhr Sonntag 11.00 - 13.00 Uhr	Termine: 21.06.2025 22.06.2025
3173	Samstag 14.00 - 16.00 Uhr Sonntag 14.00 - 16.00 Uhr 2 x 2 Stunden Leitung: Janina Hertwig	Termine: 21.06.2025 22.06.2025 Gebühr: € 49,-

Let's talk about - vom Mädchen zur Frau! (für Mädchen von 9 bis 13 Jahren)

Auch bei den jüngeren Mädchen kommen vielseitige Fragen zur Veränderung des eigenen Körpers auf und damit auch die Überlegungen, warum dies überhaupt nötig ist. Eltern sehen sich dann oft damit konfrontiert die richtigen Worte zu finden und altersgerecht darauf reagieren zu können. Hinzu kommt, dass der Einfluss der Medien allgegenwärtig ist und schon die Jüngsten mit unterschiedlichen Frauenbildern und Anforderungen konfrontiert werden. Damit die Mädchen wissen, welche Entwicklungsschritte auf sie zu kommen und hierfür auch Sprache finden, wollen wir uns in diesem geschützten Raum in der Kleingruppe damit auseinandersetzen. Für eine gesunde Selbstfürsorge klären wir Fragen wie: „Warum gehen Frauen regelmäßig in eine gynäkologische Praxis?“, „Wie wächst ein Baby im Bauch?“ Je nach den Bedürfnissen der Kinder wird die Kursleitung auf die Fragen der Kinder eingehen. Ziel ist es dabei auch Hemmungen und Tabus in der Sprache abzubauen, damit die Mädchen auch in schwierigen oder gar gefährdenden Situationen Worte für das finden, was sie wollen oder ihnen passiert ist.

Dies ist „die Stunde“ ohne Scham!

3190 Dienstag 15.00 - 16.30 Uhr

Termin: 05.11.2024

3191 Dienstag 15.00 - 16.30 Uhr

13.05.2025

Leitung: Birgit Mergemann

Gebühr: € 15,-

Mein Auftritt - Meine Stärken

NEU

Sicher und selbstbewusst auftreten in jeder Lebenslage (für Teenager von 13 bis 16 Jahren)

Das Erwachsenwerden stellt jeden Menschen vor ganz neue und individuelle Herausforderungen. Die ersten Schritte in unbekannte Welten wie z.B. ein Praktikum, Ferienjobs oder als Babysitter*in kosten Überwindungen. Mit dem Ziel in den unterschiedlichsten Lebenslagen selbstbewusst auftreten zu können, schauen wir in diesem Kurs ganz individuell auf die Stärken aller Teilnehmenden und versuchen gemeinsam herauszuarbeiten, wie mit guten Gefühlen schwierigen Situationen begegnet werden kann.

3195 Samstag 10.00 - 13.00 Uhr

Termin: 19.10.2024

Leitung: Verena Saake

Gebühr: € 36,-

Ringen und Raufen ^{NEU} (für Kinder von 5 bis 7 Jahren)

Kinder brauchen Bewegung! Aber warum?

Heutzutage ist der sportliche Ausgleich nach langen Tagen in der Kita oder der Schule nicht immer möglich, aber das Bedürfnis der Kinder bleibt trotzdem bestehen. Darüber hinaus ist erkennbar, dass die körperliche Leistungsfähigkeit zurückgeht, die Bewegungssicherheit nachlässt und durch mangelndes Selbstwertgefühl in fordernden Situationen die Aggressivität zunimmt. Diesen Herausforderungen soll entgegengewirkt werden. Die Nienhägener Judoka haben deshalb ein Programm aufgelegt, das bereits Kinder unter sieben Jahren dabei unterstützen soll.

Ziele:

- die Förderung der Körperwahrnehmung und des Bewegungsempfindens
- die Stärkung der Stütz- und Haltemuskulatur
- die Förderung grundlegender koordinativer und konditioneller Fähigkeiten
- die Entwicklung von Werten für die eigene Sicherheit und den Erwerb vielfältiger Kompetenzen zur Entfaltung der Persönlichkeit

Nicht zuletzt haben wir aber auch das Ziel, die Kinder mit viel Spaß zur Sportart Judo hinzuführen. Die ersten Judobewegungen spielend- und zum Teil unbewusst- Lernen steht dabei im Vordergrund. Die Kinder lernen Regeln und Disziplin und dürfen sich in diesem Rahmen austoben. Bitte mitbringen: sportliche Kleidung, um sich gut bewegen zu können, ausreichend Trinken und evtl. ein kleiner Snack.

3180 Herbst 2024 - online einsehbar

3181 Frühling 2025 - online einsehbar

Gebühr: € 15,-

Leitung: Maik Edling



Das Leuchten der Sterne - Mit Papa Advent erleben

(ein Seminar für Väter und ihre Kinder von 3 bis 12 Jahren)

Raus aus dem Vorweihnachtstrubel und ein Wochenende Zeit mit Vätern und Kindern haben, um gemeinsam die Besonderheiten der Adventszeit zu entdecken: Kekse backen und vor allem Kekse essen gehören natürlich genauso dazu, wie vorweihnachtliches Werkeln in unserer Holzwerkstatt.

In der Advents- und Weihnachtszeit rücken Sterne als symbolischer Hinweis auf das Fest der Geburt Jesu noch einmal besonders in den Mittelpunkt. Von daher, auch einen Stern falten und kleben und vielleicht lieber sägen und nageln gehört dazu.

Die Gebühr beträgt pro Vater € 157,- und pro Kind € 87,- (Änderungen vorbehalten). Die Gebühr und die Materialkosten werden im Seminar abgerechnet.

www.mit-papa-on-tour.de

3198 Freitag 17.00 Uhr **Beginn:** 06.12.2024
bis Sonntag 08.12.2024 14.00 Uhr

Gebühr: € 244,-

Leitung: Stephan Haase

Ort: Hermannsburg, Treffpunkt wird mitgeteilt

Mit Papa „on tour“

(für Väter und ihre Kinder im Alter von 4 bis 12 Jahren)

Ein ganzes Wochenende den Papa nur für sich haben. Völlig ungestört von allem, was sonst immer noch so zu erledigen ist. Und dazu ein tolles Programm: Auf Entdeckungsreise gehen, zusammen werkeln und das Gebaute gleich ausprobieren, mit den anderen Kindern toben und spielen, grillen und Stockbrot backen, abends am Lagerfeuer einer Gute-Nacht-Geschichte lauschen, gemeinsam den Sonntag feiern und Gottes gute Schöpfung genießen, Zeit für Gespräche zwischen Vätern und Kindern oder sich auch mal nur unter Vätern austauschen.

Die Gebühr beträgt pro Vater € 180,- und pro Kind € 97,- (Änderungen vorbehalten). Die Gebühr und die Materialkosten werden im Seminar abgerechnet.

www.mit-papa-on-tour.de

3199 Freitag 17.00 Uhr **Beginn:** 16.05.2025
bis Sonntag 18.05.2025 14.00 Uhr

Gebühr: € 277,-

Leitung: Stephan Haase

Ort: Treffpunkt wird mitgeteilt

Herbstferienprogramm:

Kinderferientage in der FABI (für Kinder von 6 bis 10 Jahren)

Es sind Ferien! Gemeinsam wollen wir die erste Woche in den Herbstferien in der FABI verbringen. Dafür werden wir zusammen spielen, basteln, die Natur entdecken, lecker essen und noch vieles mehr. Von Montag bis Donnerstag wollen wir noch gemeinsam zu Mittag essen. Am Freitag wollen wir Waffeln backen und den Abschluss unserer Kinderferientage gemütlich feiern. Du kannst dich auf ein buntes Programm freuen.

Bei Bedarf gibt es die Möglichkeit einer Frühbetreuung ab 08.00 Uhr. Teilen Sie uns dies bitte vorab mit. Ebenfalls bitten wir Sie, uns mögliche Nahrungsmittelunverträglichkeiten, vegetarische Ernährung oder Allergien mitzuteilen.

Die Gebühr beträgt € 160,- inkl. Mittagessen. Die Gebühr kann durch Landeskirchliche Mittel zu 50% bezuschusst werden. Die Frühbetreuung wird extra abgerechnet und kostet € 5,- pro Tag.

Bitte mitbringen: Geeignete Kleidung zum Basteln und wetterfeste Kleidung.

3205 montags 09.00 - 13.30 Uhr **Beginn:** 07.10.2024
5 x 4,5 Stunden **Gebühr:** € 160,-
Leitung: Sarah Röhrbein, Sarah Giering

Herbstferienangebot:

Töpfern mit Kindern NEU (für Kinder von 7 bis 11 Jahren)

Wir töpfern schöne Dinge aus Ton. Wie wird eigentlich aus einer Kugel ein Becher? Wir probieren es aus! und vieles mehr.

Ca. 2 Wochen später könnt ihr eure fertig gebrannten Becher und Werke abholen und sie auch tatsächlich benutzen.

Bitte mitbringen: Kleidung die schmutzig werden darf.

3206 Donnerstag 10.00 - 12.30 Uhr **Termin:** 17.10.2024
Leitung: Michaela Schlobach **Gebühr:** € 12,50
Materialkosten: € 18,-
zzgl. Brennkosten

Herbstferienangebot:**Fotografie-Workshop** ^{NEU}
(für Schüler ab 12 Jahren)

Wir starten bei 0 und lernen das Belichtungsdreieck kennen. Nach dem Workshop kannst du im M - Modus gezielt ein Bild erstellen bei gleichbleibenden Lichtverhältnissen.

Wir fotografieren uns gegenseitig, lernen worauf es bei einem Selfie ankommt, und besprechen die Wirkung eines Selfies im Social Media.

Wer keine Kamera hat, schreibt einfach eine E-Mail an info@fabi-celle.de und meldet sich für eine Leihkamera an!

3207 Dienstag 10.00 - 13.00 Uhr	Termine: 08.10.2024
Mittwoch 10.00 - 13.00 Uhr	09.10.2024
2 x 3 Stunden	Gebühr: € 49,-
Leitung: Juliane Janiszewski	

Herbstferienangebot:**Fit fürs Babysitten**
(für Jugendliche ab 14 Jahren)

Ihr seid gern mit Kindern zusammen und wollt euer Taschengeld aufbessern? Dann ist dieser Kurs das Richtige. Hier lernt ihr:

- „Bewerbungsgespräche“ bei Eltern.
- Umgang mit Babys.
- Beschäftigungsmöglichkeiten von Kindern unterschiedlichen Alters.
- Verhaltensweisen in schwierigen Situationen.
- Rechte und Pflichten von Eltern und Babysittern.

Am Ende des Kurses erhaltet ihr ein Zertifikat. Babysitting ist auch eine gute Vorbereitung auf eine mögliche Aupair-Tätigkeit. Das Zertifikat wird bei Bedarf auch in Englisch ausgestellt.

Bitte mitbringen: Puppe oder Teddy mit schlackernden Gliedmaßen, Mindestgröße 40 cm.

3208 Donnerstag 09.30 - 13.00 Uhr	Termine: 17.10.2024
Freitag 09.30 - 13.00 Uhr	18.10.2024
2 x 3,5 Stunden	Gebühr: € 42,-
Leitung: Sabine Grünheit-Rakowski, N. N.	

Sommerferienprogramm: Kinderferientage in der FABI (für Kinder von 6 bis 10 Jahren)

Endlich sind Sommerferien! Gemeinsam wollen wir die ersten zwei Ferienwochen in der FABI verbringen. Zusammen spielen, basteln, entdecken, Mittag essen und das sommerliche Wetter genießen! Es wird einen Ausflug in jeder KiFeTa-Woche geben.

Bei Bedarf gibt es die Möglichkeit einer Frühbetreuung ab 08.00 Uhr. Teilen Sie uns dies bitte vorab mit. Ebenfalls bitten wir Sie, uns mögliche Nahrungsmittelunverträglichkeiten, vegetarische Ernährung oder Allergien mitzuteilen.

Die Gebühr beträgt € 160,- inkl. Mittagessen. Die Gebühr kann durch Landeskirchliche Mittel zu 50% bezuschusst werden. Die Frühbetreuung wird extra abgerechnet und kostet € 5,- pro Tag.

Bitte mitbringen: Geeignete Kleidung zum Basteln und wetterfeste Kleidung.

3215 montags 9.00 - 13.30 Uhr
5 x 4,5 Stunden
Leitung: Sarah Giering

Beginn: 07.07.2025
Gebühr: € 160,-

Sommerferienangebot:

Yoga und Mandala ausmalen

In den Sommerferien entspannen geht auch super ohne zu verreisen! Kommt einfach in den Ferien in die FABI und lasst die Seele einfach baumeln!

Taucht in die Welt des Yogas ein. Lasst uns gemeinsam Übungen ausprobieren und ein wenig Ruhe und Entspannung in uns selbst finden. Anschließend wollen wir in entspannter Atmosphäre Mandalas ausmalen - so wie jeder möchte!

Bitte mitbringen: bequeme Kleidung und Rutschesocken.

(für Kinder von 6 bis 9 Jahren)

3210 Samstag 10.00 - 11.30 Uhr **Termin:** 12.07.2025

(für Kinder von 8 bis 12 Jahren)

3211 Samstag 12.00 - 13.30 Uhr **Termin:** 12.07.2025
Leitung: Nadine Becker **Gebühr:** € 12,-

Kindergeburtstag in der FABI

Und wieder ist es soweit – Ihr Kind hat Geburtstag! Suchen Sie nach einer besonderen und kreativen Möglichkeit, diesen besonderen Tag zu feiern? Wie wäre es dieses Jahr mit einem Kindergeburtstag in der FABI?

Ob Ihr Kind gerne malt, bastelt, näht, sportlich aktiv ist oder sogar seine eigene Seife herstellen möchte – bei uns sind der Fantasie keine Grenzen gesetzt! Sie können einfach nur einen Raum bei uns mieten oder ein Gesamtpaket mit einer unserer erfahrenen Kursleitungen buchen, die Ihr Kind und seine Gäste bei den Aktivitäten begleiten und unterstützen. Bitte beachten Sie, dass Speisen und Getränke von Ihnen selbst mitgebracht werden müssen. Wir kümmern uns gerne um die Organisation und Planung des Geburtstags nach Ihren individuellen Wünschen. Die Gebühr richtet sich nach Ihren Vorstellungen und den gewünschten Aktivitäten.

Für weitere Informationen und bei Fragen stehen wir Ihnen gerne zur Verfügung. Kontaktieren Sie hierfür Sarah Röhrbein per Mail an sarah.roehrbein@evlka.de. Lassen Sie uns gemeinsam den Geburtstag Ihres Kindes zu einem ganz besonderen Erlebnis machen!

Faschingsparty in der FABI

(für Kinder von 7 - 12 Jahren) Helau und Alaaf! Kommt zu unserer bunten Faschingsparty und erlebt eine unvergessliche Zeit voller Spaß und Freude! Wir haben ein aufregendes Programm für euch vorbereitet: Spiele, Kindertanzen, Fingerfood und fröhliche Musik warten auf euch. Als besonderes Highlight haben wir einen magischen Special Guest eingeladen. Er wird euch mit verblüffenden Tricks verzaubern. Bitte denkt daran: Kostüme sind verpflichtend! Also schlüpf in eure Lieblingskostüme und feiert mit uns eine fantastische Faschingsparty. Wir freuen uns auf euch!

3250 Freitag 16.00 - 18.00 Uhr

Termin: 28.02.2025

Gebühr: € 10,-

Leitung: Sarah Röhrbein,
Jana Günther



- Der Celler Dinner Club
- Selbsthilfegruppe ADHS
- Damit sich das Leben gut anfühlt – mit einer ADHS **NEU**
- ADHS-Coaching **NEU**
- Sternenkinder
- Musik der Sternenkinder



- Tauschring Celle
- Lesung: Mama kommt zurück **NEU**
- QueerNest – Das Elterncafé **NEU**
- QueerNest – Das ElternPicknick **NEU**
- Blind Date für Familien
- Coach dein Leben



Der Celler Dinner Club

Neues Essen - Neue Gesichter (für Einzelpersonen)

Haben Sie Freude am Kochen, und genießen gerne gutes Essen? Oder haben Sie einfach Lust die eigenen Kochkünste in den Ring zu werfen, um neue Kontakte zu knüpfen? Um dies möglich zu machen, organisiert die FABI exklusive Dinnerabende mit maximal 5 Einzelpersonen in den jeweiligen privaten Räumen. Fünf Abende sich überraschen lassen und genießen dürfen! Sie denken sich ein Drei-Gänge Menü aus und heißen die anderen Teilnehmer*Innen bei sich zu Hause Willkommen!

Die Kosten pro Abend mit Essen und Getränken werden direkt beim jeweiligen Gastgeber bezahlt und dürfen für die Bewirtung pro Person max. € 25,- betragen.

Damit Sie sich aber nicht ganz fremd begegnen, organisieren wir vorab ein Kennenlernetreffen. Hier haben Sie auch die Möglichkeit, weitere Details für die Abende zu besprechen! Die angegebene Uhrzeit ist nur ein Richtwert, ebenso können Sie in Ihrer Gruppe auch die angegebenen Termine in gemeinsamer Absprache umlegen.

Kennlernabend

4000 Donnerstag 19.00 - 20.00 Uhr **Termin:** 4.10.2024

Kennlernabend

4001 Donnerstag 19.00 - 20.00 Uhr **Termin:** 3.03.2025
gebührenfrei

4002 Samstag 18.30 - 22.00 Uhr **Termine:** 09.11.2024
Samstag 18.30 - 22.00 Uhr 23.11.2024
Samstag 18.30 - 22.00 Uhr 14.12.2024
Samstag 18.30 - 22.00 Uhr 11.01.2025
Samstag 18.30 - 22.00 Uhr 25.01.2025

4003 Samstag 18.30 - 22.00 Uhr **Termine:** 22.03.2025
Samstag 18.30 - 22.00 Uhr 05.04.2025
Samstag 18.30 - 22.00 Uhr 26.04.2025
Samstag 18.30 - 22.00 Uhr 10.05.2025
Samstag 18.30 - 22.00 Uhr 24.05.2025

5 x 3,5 Stunden

Gebühr: € 15,-
Lebensmittelkosten: € 25,-
pro Abend

Leitung: Sarah Röhrbein, Sozialpädagogin M.A., Fachberatung
im Kinderschutz und systemischer Coach,
Christiane Abeln-Krumm, Gymnasiallehrerin

Ort: Privaträumlichkeiten

Selbsthilfegruppe ADHS

Wir sind eine offene Gesprächsgruppe für Erwachsene jeden Alters, die mit der Herausforderung ADHS leben. Dabei spielt es keine Rolle, ob jemand selbst ADHS hat, als Mutter, Vater, Partner oder in einer Funktion außerhalb der Familie damit konfrontiert wird - jeder ist herzlich zu unseren Treffen eingeladen. Wir bieten die Möglichkeit zu einem intensiven Erfahrungs- und Informationsaustausch in einer persönlichen Atmosphäre. Regelmäßige Treffen finden jeden ersten Montag und jeden dritten Mittwoch im Monat um 19.30 Uhr in der FABI Celle statt, außer an Feiertagen und in den Schulferien.

4010	Montag 19.30 - 21.30 Uhr	Termine: 05.08.2024
	Mittwoch 19.30 - 21.30 Uhr	21.08.2024
	Montag 19.30 - 21.30 Uhr	02.09.2024
	Mittwoch 19.30 - 21.30 Uhr	18.09.2024
	Mittwoch 19.30 - 21.30 Uhr	23.10.2024
	Montag 19.30 - 21.30 Uhr	04.11.2024
	Mittwoch 19.30 - 21.30 Uhr	20.11.2024
	Montag 19.30 - 21.30 Uhr	02.12.2024

4011	Montag 19.30 - 21.30 Uhr	Termine: 06.01.2025
	Mittwoch 19.30 - 21.30 Uhr	15.01.2025
	Mittwoch 19.30 - 21.30 Uhr	19.02.2025
	Montag 19.30 - 21.30 Uhr	03.03.2025
	Mittwoch 19.30 - 21.30 Uhr	19.03.2025
	Montag 19.30 - 21.30 Uhr	31.03.2025

4012	Montag 19.30 - 21.30 Uhr	Termine: 05.05.2025
	Mittwoch 19.30 - 21.30 Uhr	21.05.2025
	Montag 19.30 - 21.30 Uhr	02.06.2025
	Mittwoch 19.30 - 21.30 Uhr	18.06.2025

gebührenfrei

Leitung: Team ADHS Selbsthilfegruppe

Damit sich das Leben gut anfühlt - mit einer ADHS

Informationsabende zum Thema ADHS:

Alltagswirksame Therapien sind das Wichtigste bei einer ADHS und deren Comorbiditäten. Lernen Sie den Wahrnehmungs- und Reaktionsstil bei einer ADHS besser zu verstehen und zu akzeptieren.

Verbessern Sie die Konfliktfähigkeit - vermeiden Sie krisenhafte Zuspitzungen. Gelingen Sie zu mehr Lebensqualität trotz und mit einer ADHS.

4013	Montag 20.00 - 22.00 Uhr	Termin:	09.09.2024
4014	Montag 20.00 - 22.00 Uhr		18.11.2024
4015	Montag 20.00 - 22.00 Uhr		02.12.2024
4016	Montag 20.00 - 22.00 Uhr		13.01.2025
4017	Montag 20.00 - 22.00 Uhr		10.02.2025
4018	Montag 20.00 - 22.00 Uhr		17.03.2025

Gebühr: € 10,-

Leitung: Christina Brockmann, ADHS-Coach, Achtsamkeitstrainerin und Meditationslehrerin

ADHS-Coaching NEU

Wer seine Stärken kennt, kann sie besser einsetzen. Bewältigungsstrategien sollen entwickelt - die Alltagsfunktionen sollen verbessert werden!

Ziel ist eine Verbesserung der ADHS-Symptomatik und Emotionsregulation. Probleme angehen im Hier und Jetzt.

Das Coaching ist in kleinen Gruppen oder in Einzelgesprächen u.a. in den Räumen der FABI Celle möglich.

4019 Termine auf Anfrage unter Telefon 0162-2581990

Gebühr: in Absprache

Leitung: Christina Brockmann, ADHS-Coach, Achtsamkeitstrainerin und Meditationslehrerin

Selbsthilfegruppe „Sternenkinder“

Die Selbsthilfegruppe „Sternenkinder“ ist ein Gesprächskreis für Menschen, die um ein Baby trauern, das vor, während oder kurz nach der Geburt verstorben ist. Im geschützten Rahmen können wir uns über Gefühle, Erfahrungen oder Situationen austauschen, die uns während dieser schwierigen Zeit beschäftigen. Dabei gibt es kein „zu viel“ oder „jetzt ist doch mal gut“. Die Trauer kann auch noch nach Jahren ihren Raum fordern.

Jede/r Betroffene ist zu unseren fortlaufenden Treffen herzlich willkommen.

Wir bitten aus organisatorischen Gründen vor dem ersten Besuch um eine kurze telefonische Anmeldung unter der Tel. 0151-59879212.

4030	Donnerstag 19.45 - 22.00 Uhr	Termine:	22.08.2024
	Donnerstag 19.45 - 22.00 Uhr		19.09.2024
	Donnerstag 19.45 - 22.00 Uhr		24.10.2024
	Donnerstag 19.45 - 22.00 Uhr		21.11.2024
	Donnerstag 19.45 - 22.00 Uhr		19.12.2024
	Donnerstag 19.45 - 22.00 Uhr		23.01.2025
	Donnerstag 19.45 - 22.00 Uhr		20.02.2025

Donnerstag 19.45 - 22.00 Uhr	20.03.2025
Donnerstag 19.45 - 22.00 Uhr	24.04.2025
Donnerstag 19.45 - 22.00 Uhr	22.05.2025
Donnerstag 19.45 - 22.00 Uhr	19.06.2025
11 x 2,25 Stunden	gebührenfrei
Leitung: Sandra Silkenat, Heilpraktikerin f. Psychotherapie	

Musik der Sternenkinder

Am Freitag, den 18.10.24 ist im Rahmen der GreenBirth e.V. Herbsttagung in der Familienbildungsstätte Celle um 19.30 Uhr ein besonderes Konzert angesagt.

Der Verlust von den Allerliebsten, geboren oder ungeboren, lässt uns über die Fragen von Leben und Tod nachdenken. Wo sind die Seelen, die von uns gegangen sind? Musik ist eine wunderbare Schöpfung, um Verbindung zu schaffen, zwischen stofflichem und nicht stofflichem. Die herzerwärmenden Eigenkompositionen berühren und geben Hoffnung. Das Konzert bietet nicht nur für Sternenkindereltern einen Ort der Verbindung, sondern gibt die Gelegenheit mit Angehörigen, Freunden und allen Liebhabern bewegender Klaviermusik einen Moment gemeinsam still zu stehen und sich in den Sphären anmutiger Melodien in nicht stofflichen Seelenwelten zu bewegen.

Jeder ist herzlichst eingeladen, um in der Gemeinschaft nach außen zu tragen, dass niemand mit diesem Thema allein sein muss.

Eine musikalische Kostprobe ist im Zusammenschritt des ersten Konzertes in München zu hören. Astrid Saragosa komponiert auch Stücke aus Melodien, die Eltern an sie herantragen.

Hier finden Sie das musikalische Potpourri:

www.youtube.com/watch?v=T5fMWvO8TOs

Weitere Informationen auf der Webseite: www.sternenkindereltern.de

Das Konzert findet auf Spendenbasis statt.

Anmeldung über Eventbrite:

www.eventbrite.de/e/die-musik-der-sternenkinder-tickets-894216966017?aff=oddtcreator

Alle Interessenten und Musikliebhaber sind herzlichst zu einem musikalischen Freitag Abend willkommen.

4031 Freitag 19.30 - 21.00 Uhr
Leitung: Astrid Saragosa

Termin: 18.10.2024
Das Konzert findet auf Spendenbasis statt.

Tauschring Celle

Im Tauschring finden sich Menschen zusammen, die unentgeltlich Güter und Arbeitsleistungen austauschen wollen. Die Treffen dienen dem Kennenlernen und der Information. Neue Interessierte sind herzlich willkommen - gern mit weiteren Ideen, z.B. Verleihen von Werkzeug, Kleider-tauschpartys etc. Wir sind offen für Vorschläge und freuen uns auf Sie. Eine Teilnahme ist jederzeit auch ohne vorherige Anmeldung zu jedem der angegebenen Termine möglich.

4035 Freitag 16.00 - 18.00 Uhr	Termine: 09.08.2024
Freitag 18.00 - 20.00 Uhr	08.11.2024
Freitag 18.00 - 20.00 Uhr	06.12.2024
Freitag 18.00 - 20.00 Uhr	07.02.2025
Freitag 18.00 - 20.00 Uhr	04.04.2025
Freitag 18.00 - 20.00 Uhr	06.06.2025

Sommerfest

Freitag 16.00 - 20.00 Uhr	Termin: 27.06.2025
7 x	gebührenfrei

Leitung: Hilke Meyer, Lehrerin, Beratungslehrerin, HPP

„Mama kommt zurück“ – Lesung **NEU**

Untertitel: Rosas verrückter Sommer

Das Buch taucht in die Thematik „psychische Erkrankung“ ein und nimmt die Scheu, mehr darüber zu erfahren und zu sprechen. Aus Sicht der kleinen Rosa erzählt es die Erlebnisse eines bewegten Sommers. Die Patchworkfamilie samt Vater, neuer Freundin und den Zwillingenbrüdern Max und Willie kann es nur gemeinsam schaffen: Mama kommt zurück

4040 Montag 18.00 - 19.30 Uhr	Termin: 11.11.2024
	Gebühr: € 19,50

Leitung: Grit Wuttke, Dipl. Kunsttherapeutin, Syst. Therapeutin, HP (Psych), Bild, Künstlerin

Ort: Atelier im Alten Backhaus, Bahnhofstr. 29



QueerNest – Das ElternCafé NEU

Herzlich willkommen im „QueerNest“ – unserem Café und Treffpunkt für queere Eltern! Hier bieten wir euch einen Raum zum Treffen, Austauschen und gemeinsamen Besprechen von Themen, die für queere Familien im Fokus stehen.

Ob ihr euch mit anderen Mamas oder Papas austauschen möchtet, die ähnliche Erfahrungen teilen oder über Anliegen sprechen wollt, die mit eurer queeren Elternschaft verbunden sind - im „QueerNest“ habt ihr die Möglichkeit, euch gegenseitig zu unterstützen, Tipps zu geben und auszutauschen.

Wir schaffen einen vertrauensvollen Rahmen, in dem alle queeren Eltern herzlich eingeladen sind, sich zu vernetzen und sich in einer offenen und unterstützenden Umgebung auszutauschen.

Lasst uns zusammen ein Nest für queere Familien schaffen, in dem wir uns gegenseitig stärken und unterstützen! Eure Kinder sind ebenfalls herzlich willkommen!

4045 Samstag 10.30 - 12.30 Uhr **Termine:** 26.10.2024

4046 Samstag 10.30 - 12.30 Uhr 22.02.2025

4047 Samstag 10.30 - 12.30 Uhr 10.05.2025

gebührenfrei

Leitung: Sarah Röhrbein, Sozialpädagogin M.A., Fachberatung im Kinderschutz und systemischer Coach,

Leitung: Sylke Jürrens-Preuschafft, Dipl. Pädagogin, Systemische Therapeutin / Familientherapeutin (DGSG), DELFI® Leiterin und DELFI® Multiplikatorin

QueerNest – Das ElternPicknick NEU

Ihr habt es bisher noch nicht zu unseren Treffen geschafft?

Ihr habt Lust in einer offenen Atmosphäre neue Familien kennenzulernen oder seid grad neu in Celle?

Mit unserem QueerNest-Picknick wollen wir das erste Jahr unseres ElternCafés ausklingen lassen und bieten allen Interessierten die Möglichkeit dazuzukommen.

Das Picknick soll im FABI Garten stattfinden. Jede Familie bringt eine Decke und etwas für das gemeinsame Buffett mit. Weitere Informationen folgen per E-Mail nach der Anmeldung.

4048 Samstag 10.30 - 12.30 Uhr **Termin:** 28.06.2025

gebührenfrei

Leitung: Sarah Röhrbein, Sozialpädagogin M.A., Fachberatung im Kinderschutz und systemischer Coach

Blind Date für Familien

Ihr seid neu in Celle und sucht Anschluss? Ihr habt ein Baby bekommen, seid aber in eurem Freundes-/Bekanntkreis weit und breit die einzigen? Oder ihr seid neugierig und möchtet einfach gerne neue Familien kennenlernen? Dann seid ihr bei uns genau richtig!

Wir freuen uns auf ein nettes Zusammensein, bei dem ihr neue Familien in ähnlichen Situationen kennenlernen könnt. Für die Kinder steht Spiel, Spaß und Spannung bereit, für Getränke und Snacks ist gesorgt. Wir freuen uns auf euch!

Weitere Informationen zur Anmeldung finden Sie in „Leben mit Kind“ ab **Kursnummer 1100**

Coach dein Leben

Egal was dich gerade umtreibt! Egal vor welche Herausforderungen dich das Leben stellt! Ob es die kleinen Dinge des Alltags sind oder die größeren Veränderungen und ihre Folgen ...

Verändere deine Perspektive und gib dir die Chance, nach Ideen und Lösungen zu suchen!

Kleines Coaching, kreatives Betrachten, Impulse für deine Zukunft.

Meld dich an und nutze die Gelegenheit.

Das Treffen ist kostenlos - inklusive Kinderbetreuung.

4101	Mittwoch 16.00 - 18.00 Uhr	Termin:	11.09.2024
4102	Mittwoch 16.00 - 18.00 Uhr		25.09.2024
4103	Mittwoch 16.00 - 18.00 Uhr		23.10.2024
4104	Mittwoch 16.00 - 18.00 Uhr		13.11.2024
4105	Mittwoch 16.00 - 18.00 Uhr		27.11.2024
4106	Mittwoch 16.00 - 18.00 Uhr		11.12.2024
4107	Mittwoch 16.00 - 18.00 Uhr		22.01.2025
4108	Mittwoch 16.00 - 18.00 Uhr		12.02.2025
4109	Mittwoch 16.00 - 18.00 Uhr		26.02.2025
4110	Mittwoch 16.00 - 18.00 Uhr		12.03.2025
4111	Mittwoch 16.00 - 18.00 Uhr		26.03.2025
4112	Mittwoch 16.00 - 18.00 Uhr		14.05.2025
4113	Mittwoch 16.00 - 18.00 Uhr		28.05.2025
4114	Mittwoch 16.00 - 18.00 Uhr		11.06.2025
4115	Mittwoch 16.00 - 18.00 Uhr		25.06.2025

gebührenfrei

Leitung: Kristine Bianga, Sozialpädagogin



FRAUENAKADEMIE

Celle

MACHT PAUSE



Von Frauen für Frauen

- „Mut tut gut“ NEU
- Sicheres Auftreten durch Rollenklarheit NEU
- Die nörgelnde innere Stimme
- Ordnung ist das halbe Leben
- Raus aus der Abschiederitis NEU
- Erfolgreich Netzwerken NEU
- Ideenwerkstatt NEU
- Jetzt rede ich – Selbstbewusst auftreten NEU
- Mut zum NEIN-Sagen! NEU
- „Let's talk about“ Sterben und Abschied NEU
- Entdecke die Fotografin in dir! NEU

Interkulturell und miteinander

- Alltagsunterstützung für Frauen und Kinder aller Nationen
- Frauenfrühstück am Sonntag
- Yoga am Nachmittag
- Yoga

„Mut tut gut“ **NEU**

„Sei Königin Deiner Welt, regiere und sei stolz auf Dich“

Wer glücklich sein will braucht MUT. MUT bedeutet Angst vor etwas haben und es trotzdem tun.

MUT bedeutet die Überwindung von Grenzen, alte Pfade verlassen und neue Wege gehen.

Bei MUT geht es um die Gefühlswelt, Veränderungen und um Courage.

MUT kann wie ein Muskel trainiert werden und dieser Impulsvortrag ist eine Trainingseinheit.

Die Veranstaltung ermutigt mit Wohlgemut Schwer- und Unmut zu überwinden, um frohen Mutes Hürden zu nehmen. Wer glücklich im Leben sein will, nimmt es mit MUT selbst in die Hand.

5000 Mittwoch 18.30 - 20.45 Uhr **Termin:** 04.09.2024

5001 Mittwoch 18.30 - 20.45 Uhr **Termin:** 15.01.2025

Leitung: Christine Jenschke **Gebühr:** € 14,28

Sicheres Auftreten durch Rollenklarheit **NEU**

Von Abgrenzung und Zuwendung meiner Rollen

Je klarer ich mich in meinen Rollen(bildern) bewege, desto sicherer kann ich auftreten.

In dieser digitalen Schulung soll auf folgende Aspekte geschaut werden:

- In welchen Rollen bewege ich mich?
- Von welchen Erwartungen werden diese Rollen gespeist?
- Wo gibt es Reibungspunkte in meinen Rollenbildern, weil Rollenmuster nicht mehr passen?

5002 Donnerstag 19.00 - 21.00 Uhr **Termin:** 12.09.2024

Leitung: Antje Rohrbach **Gebühr:** € 14,28

Wer kennt sie nicht - diese ewig nörgelnde innere Stimme

Sie hat an allem, was wir denken und fühlen oder tun etwas auszusetzen. Egal, wie viel Mühe wir uns geben für unsere innere Stimme ist es nie genug, sie redet uns förmlich klein.

In dieser Zoom-Schulung soll es darum gehen, den inneren Kritiker einmal genauer unter die Lupe zu nehmen. Mit wem haben wir es hier zu tun? Was hilft, den inneren Kritiker im Zaum zu halten?

5003 Donnerstag 19.00 - 21.00 Uhr **Termin:** 19.09.2024

Leitung: Claudia Generotzky **Gebühr:** € 14,28

Ordnung ist das halbe Leben

Ohne Gerümpel lebt es sich leichter

Wer kennt es nicht, Dinge sammeln sich in einer Menge an, die uns früher oder später belastet. Ausmisten hat eine sehr befreiende Wirkung und bringt Klarheit und frische Energie in Ihr Leben.

- Wo fange ich an?
- Wovon trenne ich mich?
- Was sollte ich noch behalten?
- Ausmisten mit Anleitung wäre toll!

Mit Spaß und Leichtigkeit lernen Sie, worauf es beim Ausmisten ankommt. Fragen zu dieser Herausforderung sind willkommen und für die Umsetzung soll man sich an diesem Abend gegenseitig motivieren.

5004 Dienstag 18.30 - 21.30 Uhr **Termin:** 29.10.2024

Gebühr: € 21,42

Leitung: Martina Junker, Bachelor of Arts

Raus aus der Aufschieberitis NEU

- Darum kümmere ich mich morgen.
- Ich habe dafür erst am Wochenende Zeit.
- Heute bin ich zu müde.
- Das ist jetzt gerade eh nicht so wichtig.

Es geht wahrscheinlich vielen Menschen so, wenn sie etwas erledigen müssen, das sie so gar nicht freut, aber zum Problem wird das Aufschieben dann, wenn eine Frist naht, die Abgabe einer Arbeit in Kürze bevorsteht oder sogar schon Mahnungen ins Haus geflattert sind. „Prokrastinieren“ heißt der psychologische Fachbegriff für die „Aufschieberitis“, die immer mehr um sich greift, je höher, schneller und unüberschaubarer die täglichen Anforderungen werden.

Sie müssen nicht gleich überhastet alles auf einmal angehen, was bis jetzt unerledigt geblieben ist, das führt erst recht zu Chaos. Prioritäten setzen. Sie erhalten Tipps und Anregungen wie Sie mit diesem Problem umgehen können.

5005 Dienstag 18.30 - 21.30 Uhr **Termin:** 05.11.2024

Gebühr: € 21,42

Leitung: Martina Junker, Bachelor of Arts

Erfolgreich Netzwerken **NEU**

Vieles hängt heutzutage von Kontakten ab, ob in beruflichen Bezügen oder in privaten Zusammenhängen. Durch die „richtigen“ Kontakte öffnen sich viele Türen und dadurch kann oftmals vieles schneller vorangebracht bzw. geklärt werden. Der Vortrag „Erfolgreich durch Netzwerke und Empfehlungen - wie mache ich das“ gibt umfassende Tipps und Empfehlungen.

5006 Freitag 18.30 - 20.30 Uhr

Termin: 17.01.2025

5007 Freitag 18.30 - 20.30 Uhr

21.02.2025

Gebühr: € 14,28

Leitung: Georgette Bärsch, Dipl. Ökonomin

Ideenwerkstatt **NEU**

Auf dem Weg in die Selbstständigkeit ergeben sich viele Fragen: Hat meine Geschäftsidee Zukunft? Verfüge ich über die notwendigen Fähigkeiten und Qualifikationen? Wieviel Geld brauche ich für den Start? In der Ideenwerkstatt können interessierte Frauen in ihren Überlegungen konkreter werden und sich über wichtige Rahmenbedingungen für einen guten Start in die berufliche Selbstständigkeit informieren.

5008 Samstag 15.00 - 18.00 Uhr

Termin: 18.01.2025

5009 Samstag 15.00 - 18.00 Uhr

22.02.2025

Gebühr: € 21,42

Leitung: Georgette Bärsch, Dipl. Ökonomin

Jetzt rede ich - Selbstbewusst auftreten **NEU**

Kennen Sie diese Situation? Sie haben etwas wichtiges zu sagen und Ihnen bleibt regelrecht die Luft weg? Sie sind innerlich nervös und unsicher. Alle bekommen es mit, weil Sie fahriges Bewegungen mit den Händen machen, mit den Füßen trippeln oder so leise sprechen, dass Sie niemand versteht!

Sie haben etwas zu sagen? Dann holen Sie sich Tipps und Tricks, die Ihnen helfen souverän und selbstbewusst aufzutreten. Finden Sie mit mir, in diesem Workshop Ihre innere Stärke.

5010 freitags 18.00 – 21.00 Uhr

Termin: Februar/März 2025

Leitung: Frauke Weiss

Gebühr: € 21,42

Mut zum NEIN-Sagen! NEU

Fällt es Ihnen schwer, jemanden eine Bitte abzuschlagen oder etwas abzulehnen? Fühlen Sie sich auch manchmal durch Ihre Freunde, Familie, Kollegen und deren Ansprüche überfordert?

Woher nehme ich den Mut NEIN zu sagen und meinen Mitmenschen einmal ganz konsequent zu zeigen, wo meine Grenzen liegen?

Nehmen Sie sich die Zeit für diese Fragen und lassen Sie uns gemeinsam in diesem Workshop herausfinden, wie mutig Sie sein können und wie großartig sich ein NEIN anfühlen kann.

5011 freitags 18.00 – 21.00 Uhr
Leitung: Frauke Weiss

Termin: Februar/März 2025
Gebühr: € 21,42

„Let’s talk about“ Sterben und Abschied NEU

Das Leben ist ein Kommen & Gehen & Bleiben, der Tod gehört zum Leben dazu.

In diesem Kurs geht es an drei Terminen um den Umgang mit der Trauer und den Möglichkeiten des Abschiednehmens.

Wer vorbereitet ist, weiß um die Möglichkeit und „Let’s talk“ heißt, dass hier Fragen gestellt werden dürfen, dass Anregungen gegeben werden und dass dem Thema Tod die Farben des Lebens gegeben werden.

Jedes Leben ist so bunt wie die Persönlichkeit, genauso soll mit dem Thema Sterben und Abschied umgegangen werden.

5012 Mittwoch 18.30 - 20.45 Uhr

Termine: 06.11.2024
und zwei weitere Termine
nach Absprache

5013 Mittwoch 18.30 - 20.45 Uhr

Termine: 05.02.2025
und zwei weitere Termine
nach Absprache

Leitung: Christine Jenschke

Gebühr: € 42,84

Entdecke die Fotografin in dir! NEU

Von Frau zu Frau: Durch weibliche Herangehensweise das Fotografieren Lernen. Technische Details heruntergebrochen mit Fokus auf das Betrachten eines Bildes.

Die Freude am Bild und die Kreativität stehen im Fokus. Unter Gleichgesinnten lässt es sich oft besser Lernen. Inklusive Fotowalk. Wir fotografieren uns gegenseitig.

In diesem Kurs lernen Sie die digitale Fotografie kennen, und verstehen welche Faktoren für kreative Bildgestaltung wichtig sind.

Für Spiegelreflex- und Systemkameras. Leihkameras vorhanden.

Weitere Informationen und zur Anmeldung unter „Kreatives – Garten – Tanz – Musik“ unter der **Kursnummer 9160**

Alltagsunterstützung für Frauen und Kinder aller Nationalitäten

In Zusammenarbeit mit der Feleknas Uca Stiftung und dem Diakonischen Werk Celle bietet die FABI insbesondere Frauen und Kindern mit Migrationshintergrund Hilfen bei den alltäglichen Dingen. Wenn ein Arztbesuch ansteht, Ämter oder Behörden Angaben von Hilfesuchenden benötigen, Briefe übersetzt werden müssen, Formulare ausgefüllt oder Telefonate erledigt werden sollen, steht die Ansprechpartnerin Behiye Uca helfend zur Seite. Frau Uca ist in der Geschäftsstelle der Feleknas Uca Stiftung e.V. während der Sprechstunden erreichbar.

Montag bis Freitag von 10.00 Uhr bis 16.00 Uhr, Fritzenwiese 7, 29221 Celle unter Tel. 05141-9090378

5100 Leitung: Behiye Uca

gebührenfrei



Frauenfrühstück am Sonntag

Jeden ersten Sonntag im Monat organisiert die FABI ein Frauenfrühstück, an dem alle Frauen teilnehmen können - egal welcher Herkunft oder Religion. Sich austauschen, andere Frauen kennen lernen, mal den Alltag zurücklassen, essen, lachen und kleine Unternehmungen planen. Bitte einen Beitrag zum Frühstück mitbringen!

Anmeldungen über die FABI-Homepage und bei Behiye Uca unter Tel. 0176-41460009.

5101	Sonntag 11.15 - 13.15 Uhr	Termin:	01.09.2024
5102	Sonntag 11.15 - 13.15 Uhr		03.11.2024
5103	Sonntag 11.15 - 13.15 Uhr		01.12.2024
5104	Sonntag 11.15 - 13.15 Uhr		02.02.2025
5105	Sonntag 11.15 - 13.15 Uhr		02.03.2025
5106	Sonntag 11.15 - 13.15 Uhr		06.04.2025
5107	Sonntag 11.15 - 13.15 Uhr		04.05.2025
5108	Sonntag 11.15 - 13.15 Uhr		01.06.2025

Leitung: Behiye Uca

Yoga am Nachmittag

(für Migrantinnen und Migranten ab 16 Jahren)

Mit Yoga zur Ruhe und Entspannung im Alltag.

Anmeldung bitte direkt über die Kursleiterin Anastasia Zeiger,
Telefonnummer 0163-7784226

Bitte mitbringen: Yogamatte, Decke, warme Socken und Wasser.

5200 mittwochs 16.30 - 18.00 Uhr **Beginn:** 07.08.2024

5201 mittwochs 16.30 - 18.00 Uhr **Beginn:** 23.10.2024

5202 mittwochs 16.30 - 18.00 Uhr **Beginn:** 08.01.2025

5203 mittwochs 16.30 - 18.00 Uhr **Beginn:** 23.04.2025

10 x 1,5 Stunden

gebührenfrei

Leitung: Anastasia Zeiger, Kinderyogaanleiterin/Yogalehrerin in A.

Ort: Aller(T)Räume, Welfenallee 32, Celle

Yoga

(deutschsprachiger Kurs für Migrantinnen)

Mit Yoga zur Ruhe und Entspannung im Alltag.

Anmeldung bitte direkt über die Kursleiterin Anastasia Zeiger,
Telefonnummer 0163-7784226

Bitte mitbringen: Yogamatte, Decke, warme Socken und Wasser.

5205 mittwochs 18.00 - 19.30 Uhr **Beginn:** 07.08.2024

5206 mittwochs 18.00 - 19.30 Uhr **Beginn:** 23.10.2024

5207 mittwochs 18.00 - 19.30 Uhr **Beginn:** 08.01.2025

5208 mittwochs 18.00 - 19.30 Uhr **Beginn:** 23.04.2025

10 x 1,5 Stunden

gebührenfrei

Leitung: Anastasia Zeiger, Kinderyogaanleiterin/Yogalehrerin in A.

Ort: Aller(T)Räume, Welfenallee 32, Celle



Fortbildungen und Fachtage



- Qualifizierung zum/zur DELFI®-Kursleiter*in
- DELFI®-Jahrestagung 2025
- Fachtreffen DELFI®- und Eltern-Kind-Gruppenleiter*innen
- Grundkurs: Kinasthetik in der Erziehung
- DELFIplus Fortbildung
- DELFIplus Fachtag 2025
- Erziehungs-/Familienlotsen-Qualifizierung
- Kollegialer Austausch der Erziehungs-/Familienlotsen
- Spielentwicklung bei Kindern von 0 bis 3 Jahren
- Die Suche nach dem geeigneten Kinderbuch ...
- AD(H)S-Fortbildung
- Legasthenie/LRS/Dyskalkulie
- Hauen, schubsen, beißen ...
- Beziehung statt Erziehung
- Alter und Pflege

- Kunsttherapeutische Elemente

- Seniorenbegleitung (DUO)



Qualifizierung zum/zur DELFI®-Kursleiter*in

DELFI® ist ein Konzept für die Begleitung von Eltern mit Babys im ersten Lebensjahr. In der Qualifizierung erhalten Sie aktuelle Informationen zur Säuglingsentwicklung aus physiotherapeutischer, sozialer und psychologischer Perspektive. Sie beschäftigen sich mit Bindungstheorie, Regeln der Gesprächsführung, Gruppenleitung und Gruppenprozessen. Sie lernen altersgemäße Bewegungs- und Wahrnehmungsspiele für Babys kennen und erhalten viele praktische Anregungen für die Gestaltung von DELFI®-Kursen.

Sie entwickeln aus wissenschaftlich-theoretischem Wissen, vermittelten Fertigkeiten und reflektiertem Erfahrungswissen Ihre fachliche und personale Kompetenz weiter. Sie können anschließend als DELFI®-Kursleiter*in einfühlsam, situationsbezogen und kreativ Eltern und Babys in Ihren DELFI®-Kursen durch das erste Lebensjahr begleiten.

Nach Abschluss der Qualifizierung erhalten Sie ein Zertifikat.

Weitere Informationen finden Sie unter www.delfi-online.de.

Voraussetzungen: Die Qualifizierung richtet sich an Frauen und Männer, die mindestens 23 Jahre alt sind und über eine abgeschlossene Berufsausbildung in pädagogischer, psychologischer oder medizinischer Richtung verfügen. Wer aus anderen Berufen kommt, muss einschlägige Erfahrungen und Kompetenzen im persönlichen Umfeld erworben haben. Wichtig ist ein hohes Maß an Einfühlungsvermögen und die Bereitschaft, sich im Rahmen der Fortbildung mit der eigenen Biografie und Motivation reflektierend auseinanderzusetzen.

Umfang: Sechs Wochenenden mit je 12 Unterrichtsstunden (freitags 15.00 Uhr bis 20.00 Uhr und samstags von 09.00 Uhr bis 16.00 Uhr), vier Studientage, fünf Hospitationen, Literaturstudium und Leitung eines DELFI®-Kurses.

Die Qualifizierung umfasst 102 Unterrichtsstunden.

- 6003** freitags 15.00 - 20.00 Uhr **Beginn:** 16.08.2024
 Leitung: Birgit Birner, BSc Psychologie, DELFI®-Multiplikatorin, Gesine Santelmann, DELFI®-Multiplikatorin, Kinderpflegerin
- 6004** freitags 15.00 - 20.00 Uhr **Beginn:** 25.04.2025
 Leitung: Sarah Röhrbein, Sozialpädagogin M.A., Fachberatung im Kinderschutz und systemischer Coach, Sylke Jürrens-Preuschaft, Dipl. Pädagogin. Systemische Therapeutin / Familientherapeutin (DGSF), DELFI® Leiterin und DELFI Multiplikatorin

Gebühr: € 950,-

DELFI® Jahrestagung 2025

Die Bedeutung von digitalen Medien für Beziehung & Entwicklung

Das Thema Medien bzw. Mediennutzung im Alltag von Familien ist aus der DELFI® Arbeit nicht mehr wegzudenken. Daher wollen wir uns zu dieser Jahrestagung intensiv mit dem Thema befassen und freuen uns auf die Referentin Gerhild Damm aus Berlin, Erziehungswissenschaftlerin, Kindergartenpädagogin, sozialpädagogische Familienhelferin, freiberufliche Dozentin im Bereich frühkindliche Entwicklung und Bindung, STEEP™- und Entwicklungspsychologische Beraterin.

Programm am Vormittag

„Baby oder Handy im Blick? Wie digitaler Medienkonsum die Eltern-Kind-Beziehung beeinflusst!“

Inhalt:

Die Entwicklung jedes Menschen ist maßgeblich von seinen Beziehungserfahrungen geprägt, dabei sind besonders Säuglinge und Kleinkinder auf die emotionale Anwesenheit und feinfühliges Resonanz ihrer Bezugspersonen angewiesen, um gesund groß zu werden.

Dabei ist es enorm wichtig, die Bedürfnisse und auch Signale von Überforderung und Belastung des Kindes wahrzunehmen, förderliche Anregungen und passende Regulationsstrategien anzubieten.

In diesem Vortrag wird der Frage nachgegangen, welchen Einfluss die intensive Nutzung digitaler Medien durch die Eltern auf die Beziehung und auf den Umgang mit einer angemessenen Stress- und Emotionsregulation haben.

Programm am Nachmittag

„Rassel oder Handy in der Hand? Wie digitaler Medienkonsum die Entwicklung von Kindern beeinflusst!“

Neben einem kurzen, einleitenden Vortrag soll am Nachmittag praxisorientiert in Kleingruppen gearbeitet werden.

Wir freuen uns auf eine rege Teilnahme, damit wir alle für die zukünftige Arbeit gut informiert werden.

6006 Samstag 10.00 - 16.00 Uhr

Termin: 14.06.2025

Gebühr: € 50,-

Leitung: Sarah Röhrbein, Sozialpädagogin M.A., Fachberatung im Kinderschutz und systemischer Coach



Fachtreffen DELFI®- und Eltern-Kind-Gruppenleiter*innen

Austauschtreffen.

Anmeldungen über unsere Homepage www.fabi-celle.de!

6010 Dienstag 19.30 - 21.00 Uhr **Termin:** 24.09.2024

6011 Dienstag 19.30 - 21.00 Uhr 25.02.2025

gebührenfrei für FABI-Kursleitungen

Leitung: Sarah Röhrbein, Sozialpädagogin M.A., Fachberatung im Kinderschutz und systemischer Coach



Grundkurs: Kinaesthetics in der Erziehung.

Bewegungskompetenz als Quelle von Interaktionen mit Kindern

Dieser Grundkurs ist für Menschen, die mit Neugeborenen, Säuglingen, Kleinkindern oder/ und behinderten Kindern und ihren Eltern arbeiten/ leben.

In diesem Angebot erfahren Kursleiter*innen aus Kursen zur Entwicklungs- und Bindungsunterstützung, Hebammen, Gesundheits- und Kinderkrankenschwestern, Therapeuten in Praxen, Erziehende, welche Rolle die Sensibilität für die eigene Bewegung im Kontakt mit Kindern spielt. Durch diese Sensibilität erweitern wir unseren Gestaltungsspielraum in alltäglichen Erziehungsinteraktionen.

Kinaesthetics geht davon aus, dass die Bewegungskompetenz eine zentrale Grundlage für die Entwicklung aller menschlichen Fähigkeiten ist. Kinder entwickeln ihre Bewegungskompetenz hauptsächlich durch den Kontakt zu Bezugspersonen.

Je kleiner oder eingeschränkter ein Kind ist, desto mehr Nähe bzw. Körperkontakt zur Bezugsperson ist für die eigene differenzierte Bewegungswahrnehmung und -erfahrung des Kindes hilfreich. Gemeinsame Bewegung im Alltag beim Wickeln, Anziehen, Füttern oder bei Transfers, z.B. vom Boden auf den Arm, oder vom Arm der Mutter/Vater in den Kinderwagen oder zu anderen Hilfsmitteln, ermöglicht dem Kind nicht nur ein klareres Körperverständnis zu entwickeln, sondern auch, innere Prozesse, wie Verdauung, Atmung, Selbstkontrolle zu regulieren.

Die Kernfrage ist:

Welche Bedeutung hat die Entwicklung von Bewegungskompetenz für die Interaktion in der Beratung/Begleitung von Eltern in Familien/ Kindergärten/ Schulen und darin das lebenslange Lernen ...?

Wie können wir, als Bezugspersonen, in unterschiedlichen Situationen variable, viable und individuelle Bewegungsangebote machen?

Die Auseinandersetzung mit Kinaesthetics in der Erziehung mittels des Konzeptsystems gibt den Rahmen des Grundkurses als Hilfe zur eigenen Reflexion und Entwicklung.

Wir beschäftigen uns mit den Inhalten von Kinaesthetics im eigenen Tun, in der Bewegung mit einer Partnerin, dem Transfer auf Puppen und in der Überlegung, welche Bedeutung die Konzepte jeweils für den beruflichen oder privaten Alltag haben können.

Am Ende des Kurses erhalten Sie ein Zertifikat der Kinaesthetics Deutschland. Neben der Kursgebühr fallen daher € 30,- an, die von der Kursleitung an die Organisation gezahlt werden müssen. Weiteres hier zu besprechen Sie im Kurs.

Bitte mitbringen: bequeme Kleidung, eine bewegliche (!) Puppe oder Stofftier, warme Socken und etwas zum Schreiben.

6020 samstags 09.00 - 16.00 Uhr **Beginn:** 31.08.2024

4 x 7 Stunden

Gebühr: € 320,-

Leitung: Sabine Hartz, Lehrerin für Pflegeberufe, Trainerin für Kinaesthetics



DELFIplus Fortbildung

Zertifikatsfortbildung zur Pädagogischen Fachkraft für die Arbeit mit Kindern von null bis drei Jahren in Kindertageseinrichtungen

DELFIplus ist ein Konzept der Ev. Familienbildung. Angesprochen sind alle pädagogischen Fachkräfte, die in ihrem Arbeitsfeld Kinder von null bis drei Jahren begleiten oder sich auf diese Arbeit vorbereiten wollen. Bei dieser berufsbegleitenden Fortbildung sind aktuelles Fachwissen zum Thema und das evangelische Profil der pädagogischen Arbeit gleichzeitig im Fokus. Es wechseln sich theoretische Inhalte mit praxisorientierten Einheiten ab und werden immer wieder auf die eigene Person reflektiert. Es wird deshalb die Bereitschaft erwartet, sich im Rahmen der Fortbildung mit der eigenen Motivation und Biografie auseinanderzusetzen.

Die Fortbildung umfasst 103 Unterrichtsstunden

- 7 zweitägige Seminareinheiten à 12 Stunden
- 2 Hospitationen in Krippen mit Bericht
- Literaturstudium
- Selbsterfahrung
- Hausarbeit über ein selbst gewähltes fachbezogenes Thema
- Kolloquium

Inhalte der Fortbildung

- Auf die Welt gekommen – Wissenswertes rund um Schwangerschaft und Geburt.
- Weltentdecker in Windeln – Bindung und Bildung.
- Wie Kinder in ihrem Körper wohnen.
- Gesund und munter in der KiTa.
- Ich und Du – Gestaltung von Beziehungen.
- Einander verstehen – Kommunikation mit und ohne Sprache.
- Familien begleiten.

Die Fortbildung schließt mit Kolloquium und Zertifikat ab. Sie wird u.a. vom Diakonischen Werk der Landeskirche Hannovers anerkannt.

6060 Beginn: September 2024, online einsehbar

Gebühr: € 1.390,-

Leitung: Susanne Jäger, Kita-Leiterin, DELFIplus-Multiplikatorin
Melanie Thurau, Frühpädagogin B.A., Kita-Leiterin, DELFIplus-Multiplikatorin

Ort: Ev.-luth. Martins Kita, Lehrte

DELFIplus Fachtag 2025

Partizipation als Schlüssel zur Bildung

Es ist die Aufgabe der pädagogischen Fachkräfte die Kinder auf ihrem Bildungsweg in der Kindertagesstätte zu begleiten und zu beteiligen. Sie als Experten in eigener Sache ernst zu nehmen und unmittelbare demokratische Erfahrungen zu ermöglichen. Partizipation ist eine gute Basis für Kinderschutz und bedarf einer Verankerung von Kinderrechten in der pädagogischen Einrichtung. Hierzu gehören auch die regelmäßige Reflexion im Team, damit eine kontinuierliche Weiterentwicklung gewährleistet ist. An diesem Tag beschäftigen wir uns mit Fragen zum Thema: Was ist das? Wie kann das gelingen? Wo stehen wir? Was bedeutet das für unsere Arbeit?

6062 Donnerstag 10.00 - 16.00 Uhr **Termin:** 27.03.2025

Gebühr: € 50,-

Leitung: Heike Schirmer, Multiplikatorin für Partizipation und Beschwerdeverfahren





Familienlotsen-Qualifizierung

Ein Projekt für Familien in Niedersachsen

Wollen Sie Familien unterstützen? Haben Sie Interesse, Familien eine Zeit lang zu begleiten?

Dann können Sie Lots*in werden.

Familienlotsen

- beraten kostenlos
- kommen bis zu drei Stunden wöchentlich
- geben praktische Tipps für den Alltag
- sind verschwiegen
- bieten Hilfe im Umgang mit Behörden
- helfen bei Schulproblemen
- unterstützen Neues umzusetzen

Familienlotsen arbeiten ehrenamtlich und zeitlich begrenzt bis zu drei Stunden wöchentlich mit Eltern und Kindern zusammen.

Lotsen werden qualifiziert nach dem Curriculum „Erziehungslotsen für Niedersachsen“. Es beinhaltet Themen über Familiensoziologie, Pädagogik, rechtliche Rahmenbedingungen sowie „Handwerkszeug“ für die Praxis. Dazu zählen Kommunikationstechniken, Konfliktlösungsstrategien und praktische Tipps. Eigene Reflexion über die Bereitschaft, ehrenamtlich zu arbeiten und die eigenen Grenzen zu kennen, werden erwartet.

6100 Termine auf Anfrage.

Regelmäßige Qualifizierungen.

gebührenfrei

Nächster Start Herbst 2024

10 x 2,5 Stunden

Leitung: Sylke Jürrens-Preuschaf, Dipl. Pädagogin, Systemische Therapeutin / Familientherapeutin (DGSF), DELFI® Leiterin und DELFI® Multiplikatorin

Kollegialer Austausch der Familienlotsen

Familienlotsen treffen sich zum fachlichen Austausch und zu Fortbildungen.

6102 Termin auf Anfrage gebührenfrei

Leitung: Sylke Jürrens-Preuschta, Dipl. Pädagogin. Systemische Therapeutin / Familientherapeutin (DGSF), DELFI® Leiterin und DELFI® Multiplikatorin

Spielentwicklung bei Kindern von 0 bis 3 Jahren

„Die Kinder spielen ja bloß“. Dieser Satz zeugt von Unkenntnis und wenig Wertschätzung. Kinder, die spielen Lernen. Es ist ihre frühkindliche Bildung und tägliche Arbeit. Sie erkunden die Welt und versuchen sie im Spiel zu begreifen und sich zu erklären. Sie trainieren ihren Körper, um motorisch immer fitter zu werden.

Die Referentin nimmt uns mit in die vielfältige Erfahrungswelt der Kinder, so dass wir staunend und anerkennend sagen: „die spielen intensiv“. Dieses Angebot richtet sich an die Ehrenamtlichen von wellcome und den Familienlotsen.

6105 Mittwoch 19.00 - 20.30 Uhr **Termin:** 19.03.2025
gebührenfrei

Leitung: Sabine Grünheit-Rakowski, Dipl. Religionspädagogin, Gudrun Papenburg, soz. Päd./soz. Arb. (B.A.)

Die Suche nach dem geeigneten Kinderbuch

Wut, Angst oder auch Trauer, dies sind Gefühle, die unsere Kleinsten in bestimmten Situationen überrollen können. Das gemeinsame Lesen ist eine wunderbare Möglichkeit, mit den Kindern einen Zugang zu diesen Themen zu finden und über die Emotionen ins Gespräch zu kommen. Die Suche nach geeigneter Kinderliteratur gestaltet sich manchmal schwierig, daher stellt Herr Jakubik von der Buchhandlung Sternkopf und Hübel uns eine Auswahl an Kinderbüchern zu den eben genannten Themen zur Verfügung, in die wir gemeinsam einen Blick werfen dürfen.

Das Angebot richtet sich an Familienlotsen und wellcome Ehrenamtliche.

6110 Freitag 09.00 - 10.30 Uhr **Termin:** 09.05.2025
gebührenfrei

Leitung: Sabine Grünheit-Rakowski, Dipl. Religionspädagogin, DELFI®-Multiplikatorin, Sylke Jürrens-Preuschta, Dipl. Pädagogin. Systemische Therapeutin / Familientherapeutin (DGSF), DELFI® Leiterin und DELFI® Multiplikatorin

AD(H)S-Fortbildung

Für Lehrer/innen und Erzieher/innen

Inhalte:

- Was ist AD(H)S?
- Klassifikation.
- Mögliche Ursachen.
- Entwicklungsrisiko.
- Ausschlusskriterien.
- diagnostische Methoden.
- Therapie/weitere Behandlungsmöglichkeiten.
- Umgang mit Eltern u.v.m.

Als Inhouse-Fortbildung, Online oder in der FABI buchbar.

Individuelle Fragen und Wünsche des Kollegiums oder Teams werden gerne aufgenommen.

Wenn Sie dieses Seminar für Ihr Team buchen möchten, wenden Sie sich bitte an Sarah Röhrbein 0 51 41-90 90 371, sarah.roehrbein@evlka.de.

6250 Termin nach Vereinbarung

1 x 4 Stunden

Gebühr: € 480,-

Leitung: Mandy Backhaus, Ergotherapeutin, Legasthenie- und Dyskalkulie-Trainerin

Ort: Inhouse oder FABI

Legasthenie/LRS/Dyskalkulie

Für Lehrer/innen und Erzieher/innen

Inhalte:

- Was ist eine Legasthenie/LRS/Dyskalkulie?
- Mögliche Ursachen.
- Diagnostische Methoden.
- Therapie/Behandlungsmöglichkeiten.
- Umgang mit Eltern.

Als Inhouse-Fortbildung, Online oder in der FABI buchbar.

Individuelle Fragen und Wünsche des Kollegiums oder Teams werden gerne aufgenommen.

Wenn Sie dieses Seminar für Ihr Team buchen möchten, wenden Sie sich bitte an Sarah Röhrbein 0 51 41-90 90 371, sarah.roehrbein@evlka.de.

6251 Termin nach Vereinbarung

1 x 4 Stunden

Gebühr: € 480,-

Leitung: Mandy Backhaus, Ergotherapeutin, Legasthenie- und Dyskalkulie-Trainerin

Ort: Inhouse oder FABI

Hauen, schubsen, beißen ...

Inhouse-Fortbildung

Wenn die Jüngsten aggressives Verhalten zeigen, sind pädagogische Fachkräfte besonders herausgefordert. Wir wollen über Ursachen und Handlungsmöglichkeiten sprechen und dabei alle Beteiligten (Kinder, Eltern, Erzieher*innen) in den Blick nehmen.

Als Inhouse-Fortbildung, Online oder in der FABI buchbar.

Wenn Sie dieses Seminar für Ihr Team buchen möchten, wenden Sie sich bitte an Sarah Röhrbein unter 0 51 41-90 90 371, sarah.roehrbein@evlka.de.

6253 Termin nach Vereinbarung

1 x 6 Stunden

Gebühr: € 720,-

Leitung: Andrea Bertram-Prelle, Fachberaterin für Kindertagesstätten, DELFIplus-Multiplikatorin

Ort: Inhouse oder FABI

Beziehung statt Erziehung

Ideen und Anregungen für den Kita-Alltag nach Jesper Juul.

Der Alltag in der KITA ist geprägt von vielen Faktoren. Fachkräftemangel, Fluktuation und Krankenstände machen den Arbeitsalltag der KollegInnen in den Gruppen und der Leitungen nicht einfacher. Alle Aufgaben im Blick zu behalten und dabei die Kinder mit ihren Bedürfnissen nicht aus dem Blick zu verlieren, kann zum Spagat werden.

Daher gilt es besonders darauf zu achten wie sich Groß und Klein begegnen, welches Miteinander in der KITA gelebt wird und welcher Respekt und welche Anerkennung der Würde den Kindern vermittelt wird. Die pädagogischen Ansätze von Jesper Juul lassen sich dabei ganz wunderbar auf die Arbeit in der KITA übertragen und laden zum gemeinsamen Diskutieren ein.

- Was wollen wir in unserer KITA leben?
- Welche Bildungsziele erreichen wir durch diese Art der Beziehungsarbeit?
- Was wollen wir in unserer Einrichtung optimieren?
- Wie sieht die Elternarbeit im Kontext dieser Überlegungen aus?

6255 Termin nach Vereinbarung

1 x 7 Stunden

Gebühr: € 980,-

Sylke Jürrens-Preuschta, Dipl. Pädagogin. Systemische Therapeutin / Familientherapeutin (DGSF), DELFI® Leiterin und DELFI® Multiplikatorin

Sarah Röhrbein, Sozialpädagogin M.A., Fachberatung im Kinderschutz und systemischer Coach

Ort: Inhouse oder FABI

Inhouse Fortbildungen rund um Alter und Pflege

Fortbildungen rund um Alter und Pflege

Die FABI bietet nach Absprache Externe & Inhouse Fortbildungen zu den Themen:

- Bewältigung des Alltags bei Pflege
- Workshops für Mitarbeitende im Altenarbeit oder für Seniorenkreisen. Kooperation u.a. mit dem Seniorenstützpunkt Celle und anderen Trägern.

AZUA-Fortbildung für Kräfte in Angeboten zur Unterstützung im Alltag nach § 45a

Wollen Sie Menschen mit Pflegegrad oder eingeschränkter Alltagskompetenz, z.B. mit Demenz, betreuen? Die Betreuung kann in einer Gruppe oder im Privathaushalt stattfinden. Diese Fortbildung ist Voraussetzung für die Tätigkeit in der niedrigschwelligen Betreuung. Die Fortbildung erfolgt in einem Unterrichtsumfang von 30 Stunden! Folgende Themen werden im Rahmen dieser Fortbildung behandelt:

- Krankheitsbild Demenz
- Die Situation der pflegenden Angehörigen
- Behandlungsformen und Therapiemöglichkeiten
- Kommunikation und Validation
- Betreuung und Beschäftigung
- Netzwerke für Betroffene und Angehörige
- Reflexion über die eigene Rolle

Folgende Themen sind im Rahmen von Inhouse-Fortbildungen möglich:

- Den Alltag mit Senioren bewältigen
- Umgang mit Demenz
- Spiel, Spaß und Bewegung bei Demenz
- Denksport
- Sitz und Fingertänze
- Biographisches Arbeiten mit Senioren
- Erste Hilfe für Senioren
- Kreative Seniorenarbeit
- Durch das Kirchenjahr in der Seniorenarbeit
- Religiöse und lebensweltliche Impulse für die Arbeit/Gespräche mit Senioren

Wenn Sie die Fortbildung oder ein Seminar für Ihr Team/Ihren Besuchsdienstkreis buchen möchten, wenden Sie sich bitte an das FABI-Büro 05141 9090365, fabi-celle@evlka.de.

Gerne entwickeln wir auch eine Fortbildungsthema auf der Grundlage Ihrer individuellen Bedürfnisse.

6254 Termin nach Vereinbarung

Gebühr auf Anfrage

Kunsttherapeutische Elemente

spüren - begreifen - anwenden

Eine Zertifikatsfortbildung für Menschen, die kreative und therapeutische Prozesse erleben und sich dadurch bilden und ihre Persönlichkeit entfalten wollen. Die Anwendung des Erlernten wird bedingt durch den jeweiligen Lebens- und Arbeitskontext. Die Fortbildungsreihe ist nicht standardisiert, sondern kann sich jeweils einmalig mit ihren Teilnehmenden zu einem sozialen Kunstwerk entwickeln.

Für die Teilnahme wird Offenheit für Selbsterfahrung erwartet und natürlich Freude an Farben, Formen und gestaltenden Prozessen. Die Seminare werden erlebnisorientiert gestaltet, so dass durch konkrete Erfahrungen gelernt wird.

Die Fortbildungsreihe beginnt mit einem Auswahl- und Entscheidungswochenende, führt durch ein Basisjahr und ein Vertiefungsjahr und endet mit dem Zertifizierungswochenende.

Auswahl- und Entscheidungsseminar

Sich selbst und andere kennen lernen durch den gestaltenden Eindruck

6300 Freitag 17.00 - 20.00 Uhr

Termine: 25.04.2025

Samstag 10.00 - 18.00 Uhr

26.04.2025

Gebühr: € 190,40

Zweijährige Basisfortbildung mit 12 Seminaren

Linie und Form

Erfahrung der Linie als Bewegungsspur, therapeutisches Formenzeichnen, die Bedeutung von Urformen.

Farbe I und II

Die Wirkung von Farben auf Körper, Seele und Gedanken, Primär-, Sekundär- und Tertiärfarben, Komplementärkontraste, Farbpersönlichkeitstest, Farbmeditation.

Ton I und II

Das Element Erde, blindes Ergreifen und Tasten, Metamorphosen, die konträren Kräftewirkungen der Konkave und Konvexe.

Collagen

Foto- und Text-Collagen, Biografisches, das Zusammenbringen unterschiedlicher Materialien, Natur-Collagen.

Bilder verstehen lernen

Besprechung von Bildern aus den verschiedenen Arbeitskontexten, Falldokumentationen, Bewahrung des Individuellen und erkennbare Gesetzmäßigkeiten, Ressourcen erkennen statt pathologisieren.

Gruppenbilder

Das inspirierende Kreiselbild, Bilder zu zweit und zu dritt, Gemeinschaftsbilder, die soziale Plastik.

Bildnerische Prozesse anleiten und begleiten

Begleitung in der Einzelarbeit sowie die Anleitung von Gruppen: Theorie und Praxisübungen. Möglichkeit zur Erprobung eigener Ideen, Aktivierung der kreativen Kräfte der Gruppe als Hilfe für den Einzelnen.

Kunsttherapeutische Selbsterfahrung in der Gruppe I bis III

Es wird in der Gruppe gestaltend und reflektierend an aktuellen und biographischen Themen gearbeitet. Geführte Imaginationen mit vorausgehender Entspannung erlauben das kreative Schöpfen aus inneren Kraftquellen. Übung der wertschätzenden Begleitung in der Einzelarbeit.

Freitag 17.00 - 20.00 Uhr

Samstag 10.00 - 18.00 Uhr (Mittagspause)

6301 Beginn: in Planung **Gebühr:** € 2.570,40

Ermäßigung über Bildungsprämie möglich

Leitung: Grit Wuttke, Dipl. Kunsttherapeutin, Syst. Therapeutin, HP (Psych), Bild, Künstlerin

Ort: Atelier im Alten Backhaus, Bahnhofstr. 29

Kunsttherapie - Zertifizierungswochenende

Präsentation der Abschlussarbeiten und Zertifizierung.

6302 in Planung **Gebühr:** € 190,40

Leitung: Grit Wuttke, Dipl. Kunsttherapeutin, Syst. Therapeutin, HP (Psych), Bild, Künstlerin

Ort: Atelier im Alten Backhaus, Bahnhofstr. 29



DUO-Seniorenbegleitung

Die Fortbildung richtet sich an Frauen und Männer, die ehrenamtlich Senioren in deren häuslichem Umfeld begleiten möchten, um „Selbst-Bestimmt im Alter“ leben zu können.

Viele Ältere brauchen Menschen, die sie unterstützen, die ihnen Zeit schenken, mit ihnen gemeinsam ihren Interessen nachgehen, ihnen zuhören und Anteil an ihrem Leben nehmen.

Die Qualifizierung umfasst 30 Unterrichtsstunden. Teil der Fortbildung ist ein Praktikum in einer Senioreneinrichtung (20 Praxisstunden).

Die Fortbildung ist ein Kooperationsprojekt mit dem Seniorenstützpunkt Celle, der Freiwilligenakademie Niedersachsen „fan“ und wird vom Land Niedersachsen gefördert.

6400 donnerstags 15.00 - 17.50 Uhr **Beginn:** 07.11.2024

6401 dienstags 15.00 - 17.50 Uhr **Beginn:** 29.04.2025

8 x

**gebührenfrei
für Ehrenamtliche**

Leitung: Sabine Hantzko, Pädagogin, Künstlerin,
Seniorenstützpunkt Celle



- Veganes Kochen für Nicht-Veganer*innen **NEU**
- Ganzheitliches Körpertraining für Frauen in der Lebensmitte **NEU**
- Selbsthilfegruppe „Histaminintoleranz“
- Selbsthilfegruppe „Tinnitus“

Gesundheit und Wohlbefinden



Veganes Kochen für Nicht-Veganer*innen

Immer öfter kommt die Frage auf, wie kann ich am gemeinsamen Essenstisch alle glücklich machen? Immer ist irgendwer dabei, der sich vielleicht nicht so ernährt wie ich - aber was koche ich dann nur für diese Person? Und schmeckt es ihr dann auch?

Es gibt immer mehr Menschen, die sich vegan ernähren und dadurch insbesondere an den Feiertagen Nicht-Veganer*innen vor die Herausforderung stellen, was sie nun Schönes und möglichst Gleichwertiges kochen können. Welche Produkte muss ich ersetzen? Was mag ich und möchte es deswegen auch verwenden und meinen Gästen anbieten?!

In diesem Kochangebot wollen wir - Nicht-Veganer*innen - gemeinsam ausgewählte Gerichte ausprobieren, besprechen und in lustiger Runde genießen. Wir kochen grundsätzlich aus Leidenschaft für gutes Essen, sind aber auch nicht die Profi-Vegan-Köch*innen!

Aber darum soll es auch nicht gehen, sondern um die Freude am Kochen und Essen.

Aufgrund der anstehenden Feiertage, wollen wir weihnachtliche Gerichte in den Blick nehmen!

Das Geld für die Lebensmittel bitte zum Termin passend in bar mitbringen.

7000 Samstag 11.00 - 13.30 Uhr

Termin: 23.11.2024

Gebühr: € 22,61

Materialkosten: € 15,00

Leitung: Sarah Röhrbein, Martina Gelszus

Ort: Grundschule Groß Hehlen - Schulküche

Ganzheitliche Gesundheit für Frauen in der Lebensmitte

Mit mehr Freude und Leichtigkeit den Tag genießen!

Wir betrachten die 5 wichtigsten Bereiche (Ernährung, Bewegung, Entspannung, Mindset, Lifestyle) deines Lebens, suchen nach den Schwachstellen und finden Lösungen. Raus aus dem Hamsterrad - rein in das Abenteuer Leben - mit mehr Wohlbefinden und einem gesunden Lifestyle!

Bitte mitbringen: Schreibzeug

7010 freitags 18.00 - 19.30 Uhr

Beginn: 06.09.2024

7011 freitags 18.00 - 19.30 Uhr

Beginn: 17.01.2025

7012 freitags 18.00 - 19.30 Uhr

Beginn: 09.05.2025

7 x 1,5 Stunden

Gebühr: € 51,-

Leitung: Petra Emslander-Möller

Selbsthilfegruppe „Histaminintoleranz“

Histaminintoleranz gut in das Leben integrieren

Der Umgang im Alltag:

- Was hilft?
- Wie vermeide ich Symptome?
- Was darf ich essen?
- Wo finde ich passende Lebensmittel?

Diese Fragen und gegenseitiges Helfen und Stärken sollen im Vordergrund der Gruppentreffen stehen. Außerdem soll es um Hintergrundwissen der Intoleranz gehen.

Einstieg jederzeit möglich.

7100	Donnerstag 18.00 - 19.30 Uhr	Termine: 29.08.2024
	Donnerstag 18.00 - 19.30 Uhr	26.09.2024
	Donnerstag 18.00 - 19.30 Uhr	07.11.2024
	Donnerstag 18.00 - 19.30 Uhr	05.12.2024
	Donnerstag 18.00 - 19.30 Uhr	09.01.2025
	Donnerstag 18.00 - 19.30 Uhr	06.02.2025
	Donnerstag 18.00 - 19.30 Uhr	06.03.2025
	Donnerstag 18.00 - 19.30 Uhr	03.04.2025
	Donnerstag 18.00 - 19.30 Uhr	15.05.2025
	Donnerstag 18.00 - 19.30 Uhr	19.06.2025
	10 x 1,5 Stunden	
	Leitung: Anu Stäpke	zum Selbstkostenpreis

Selbsthilfegruppe für Menschen mit Tinnitus

Wir sind eine Gruppe von Betroffenen, die sich immer am letzten Montag im Monat trifft (Terminverschiebungen aufgrund von Ferien- bzw. Feiertagen möglich), um zu plaudern, Probleme zu besprechen, Sorgen anzuhören und Tipps zu geben. Wir wollen Angehörigen und Betroffenen Mut machen und ihnen dabei helfen, besser mit der Erkrankung umgehen zu können.

7101

Leitung: Klaus Hausmann

Termine: auf Anfrage
gebührenfrei

- Rückengymnastik
- Fit und beweglich
- Seniorengymnastik im Stand und im Sitzen
- Beckenbodentraining
- Gymnastik rund um den Beckenboden
- Bodyforming
- Fitnessgymnastik für Frauen
- Ganzheitliches Körpertraining
- Mollig und fit
- Pilates
- Zumba
- Yoga für jeden Lebensabschnitt
- Yogilates
- Hatha Yoga mit Klangschalen
- Yoga am Morgen
- Yoga flows **NEU**
- Power-Yoga
- Achtsames Yoga
- Sanftes Yoga am Morgen im Stand, im Sitzen und in der Rückenlage



- Lachyoga
- Yoga am Morgen – Online
- Gesundheit schützendes Qi Gong – Fortgeschrittene
- Gesundheit schützendes Qi Gong – Anfänger*innen
- Qi Gong im Alltag und Qi Gong der 4 Jahreszeiten
- Qi Gong **NEU**
- Workshop: Qi Gong **NEU**
- Meditation und Achtsamkeit
- Progressive Muskelentspannung: **NEU**
 - Kompakt
 - Express



Rückengymnastik

Ganzheitliches Programm zur Dehnung, Kräftigung und Entspannung der Wirbelsäulenmuskulatur - auch mit Schwerpunkt Körperwahrnehmung.

Bitte mitbringen: Handtuch, eventuell kleines Kissen für den Nacken.

- | | | |
|-------------|--|---|
| 8000 | dienstags 10.00 - 11.00 Uhr
12 x 1 Stunde | Beginn: 20.08.2024
Gebühr: € 85,68 |
| 8001 | dienstags 10.00 - 11.00 Uhr
10 x 1 Stunde | Beginn: 14.01.2025
Gebühr: € 71,40 |
| 8002 | dienstags 10.00 - 11.00 Uhr
9 x 1 Stunde | Beginn: 29.04.2025
Gebühr: € 64,26 |
- Leitung: Christiane Prahst

Fit und beweglich

Abwechslungsreiche Funktionsgymnastik ohne Leistungsdruck mit den Zielen: Körperhaltung, Kräftigung, Koordination und Beweglichkeit.


Bitte mitbringen: Gymnastikmatte wenn vorhanden, Turnschuhe, Handtuch und Getränk.

- | | | |
|-------------|--|---|
| 8003 | mittwochs 11.00 - 12.00 Uhr
11 x 1 Stunde | Beginn: 21.08.2024
Gebühr: € 78,54 |
| 8004 | mittwochs 11.00 - 12.00 Uhr
11 x 1 Stunde | Beginn: 15.01.2025
Gebühr: € 78,54 |
| 8005 | mittwochs 11.00 - 12.00 Uhr
8 x 1 Stunde | Beginn: 07.05.2025
Gebühr: € 57,12 |
- Leitung: Manuela Brandt 

Seniorengymnastik im Stand und im Sitzen

Einfache Bewegungsabläufe, Haltungen und Gleichgewichtsübungen im Stehen und auf dem Stuhl verbessern die Körperwahrnehmung, Beweglichkeit und Koordination, Muskeln werden gekräftigt und gedehnt, Entspannungs- und Atemübungen im Sitzen geben ein positives Körpergefühl. Sturzprophylaxe und Erhaltung der Selbstständigkeit im Alltag stehen im Mittelpunkt. Dieser Kurs ist auch geeignet für ältere Menschen mit geringen körperlichen Einschränkungen (keine Übungen am Boden).

Bitte mitbringen: bequeme Kleidung, Turnschuhe, Getränk.

- | | | |
|-------------|--|---|
| 8006 | montags 13.45 - 14.45 Uhr
12 x 1 Stunde | Beginn: 26.08.2024
Gebühr: € 85,68 |
| 8007 | montags 13.45 - 14.45 Uhr
11 x 1 Stunde | Beginn: 13.01.2025
Gebühr: € 78,54 |
| 8008 | montags 13.45 - 14.45 Uhr
8 x 1 Stunde | Beginn: 05.05.2025
Gebühr: € 57,12 |
- Leitung: Marion Rajewski 

Beckenbodentraining für Frauen

Die Beckenbodenmuskeln halten die Bauchorgane. Ein schwacher Beckenboden kann negative Auswirkungen auf die Körperhaltung und die Blasenfunktion haben. Es werden Übungen zur verbesserten Wahrnehmung sowie zur Kräftigung und Entspannung der Beckenbodenmuskulatur erlernt. Wir trainieren auch die Bauch- und Rückenmuskulatur.

Bitte mitbringen: Kissen, kleine Wolldecke und bequeme Kleidung.

8010 montags 10.30 - 11.30 Uhr **Beginn:** 26.08.2024

8011 montags 10.30 - 11.30 Uhr **Beginn:** 11.11.2024

8012 montags 10.30 - 11.30 Uhr **Beginn:** 10.02.2025

8013 montags 10.30 - 11.30 Uhr **Beginn:** 05.05.2025

10 x 1 Stunde **Gebühr:** € 71,40

Leitung: Ulrike Kühn

Beckenboden-Training

Sie erlernen ein ganzheitliches rücken- und beckenbodenschützendes Programm mit Kräftigung der Bauch-, Rücken- und Beckenbodenmuskulatur. Auch Wahrnehmungs- und Entspannungsübungen werden Bestandteil des Kurses sein.

Bitte mitbringen: Gymnastikmatte, Handtuch, Kissen, bequeme Kleidung.

8014 dienstags 09.00 - 10.00 Uhr **Beginn:** 20.08.2024

12 x 1 Stunde **Gebühr:** € 85,68

8015 dienstags 09.00 - 10.00 Uhr **Beginn:** 14.01.2025

10 x 1 Stunde **Gebühr:** € 71,40

8016 dienstags 09.00 - 10.00 Uhr **Beginn:** 29.04.2025

9 x 1 Stunde **Gebühr:** € 64,26

Leitung: Christiane Prahst



Gymnastik rund um den Beckenboden für Senioren

- Stärkung der Körpermitte (Rücken, Bauch und Beckenbodenmuskulatur).
- Freude an der Bewegung.
- Prävention von Inkontinenz.

Bitte mitbringen: Gymnastikmatte und Sportbekleidung.

8017 donnerstags 14.00 - 15.00 Uhr **Beginn:** 05.09.2024

10 x 1 Stunde **Gebühr:** € 71,40

8018 donnerstags 14.00 - 15.00 Uhr **Beginn:** 16.01.2025

12 x 1 Stunde **Gebühr:** € 85,68

8019 donnerstags 14.00 - 15.00 Uhr **Beginn:** 08.05.2025

7 x 1 Stunde **Gebühr:** € 49,98

Leitung: Isabel Knoop

Gymnastik rund um den Beckenboden (für Frauen nach der Rückbildungsgymnastik)

- Stärkung der Körpermitte (Rücken, Bauch und Beckenbodenmuskulatur)
- Freude an der Bewegung
- Prävention von Inkontinenz
- Erreichen einer aufrechten Körperhaltung mit Elementen aus dem Pilates und Yoga

Bitte mitbringen: Gymnastikmatte.

8020 donnerstags 15.10 - 16.10 Uhr **Beginn:** 05.09.2024
10 x 1 Stunde **Gebühr:** € 71,40

8021 donnerstags 15.10 - 16.10 Uhr **Beginn:** 16.01.2025
12 x 1 Stunde **Gebühr:** € 85,68

8022 donnerstags 15.10 - 16.10 Uhr **Beginn:** 08.05.2025
7 x 1 Stunde **Gebühr:** € 49,98
Leitung: Isabel Knoop

Bodyforming für Frauen ab 60

Kraftgymnastik für Frauen zur Straffung der Muskulatur im Bereich Bauch, Po, Beine, Rücken. Gelenkschonend und rückengerecht mit Stretching und Entspannung.

Bitte mitbringen: Gymnastikmatte, Sportbekleidung.

8030 montags 16.00 - 17.00 Uhr **Beginn:** 19.08.2024
15 x 1 Stunde **Gebühr:** € 107,10

8031 montags 16.00 - 17.00 Uhr **Beginn:** 13.01.2025
11 x 1 Stunde **Gebühr:** € 78,54

8032 montags 16.00 - 17.00 Uhr **Beginn:** 05.05.2025
8 x 1 Stunde **Gebühr:** € 57,12
Leitung: Ludmilla Reitenbach

Bodyforming

Kraftgymnastik für Frauen zur Straffung der Muskulatur im Bereich Bauch, Po, Beine, Rücken. Gelenkschonend und rückengerecht mit Stretching und Entspannung.

Bitte mitbringen: Gymnastikmatte, Turnschuhe, kleines Handtuch, Getränk.

8033 montags 17.00 - 18.00 Uhr **Beginn:** 19.08.2024
15 x 1 Stunde **Gebühr:** € 107,10

8034 montags 17.00 - 18.00 Uhr **Beginn:** 13.01.2025
11 x 1 Stunde **Gebühr:** € 78,54

8035 montags 17.00 - 18.00 Uhr **Beginn:** 05.05.2025
8 x 1 Stunde **Gebühr:** € 57,12
Leitung: Ludmilla Reitenbach

Fitnessgymnastik für Frauen

Rückengerechte Fitnessgymnastik zu Popmusik mit gezielten Übungen für die Bauch-, Po- und Beinmuskulatur und anschließender Entspannung.

Bitte mitbringen: Gymnastikmatte, Sportkleidung, kleines Handtuch.

- 8036** donnerstags 08.50 - 09.50 Uhr **Beginn:** 05.09.2024
11 x 1 Stunde **Gebühr:** € 78,54
- 8037** donnerstags 08.50 - 09.50 Uhr **Beginn:** 16.01.2025
12 x 1 Stunde **Gebühr:** € 85,68
- 8038** donnerstags 08.50 - 09.50 Uhr **Beginn:** 08.05.2025
7 x 1 Stunde **Gebühr:** € 49,98
Leitung: Loretta Hoffmann

Ganzheitliches Körpertraining

Eine Kombination aus Stretching, Wirbelsäulengymnastik und Pilates.

Bitte mitbringen: Gymnastikmatte, Sportkleidung, kleines Handtuch.

- 8039** donnerstags 10.00 - 11.00 Uhr **Beginn:** 05.09.2024
11 x 1 Stunde **Gebühr:** € 78,54
- 8040** donnerstags 10.00 - 11.00 Uhr **Beginn:** 16.01.2025
12 x 1 Stunde **Gebühr:** € 85,68
- 8041** donnerstags 10.00 - 11.00 Uhr **Beginn:** 08.05.2025
7 x 1 Stunde **Gebühr:** € 49,98
Leitung: Loretta Hoffmann

Mollig und fit

Ein paar Kilo zu viel auf der Waage? Kein Problem! In dieser Gruppe werden Sie sich wohlfühlen. Im Mittelpunkt steht nicht Leistung, sondern die Freude an der Bewegung. Ausdauer- und Problemzonengymnastik sind natürlich auch Bestandteil dieser Stunde.

Bitte mitbringen: Gymnastikmatte, Turnschuhe, Getränk.

- 8042** mittwochs 17.00 - 18.00 Uhr **Beginn:** 28.08.2024
12 x 1 Stunde **Gebühr:** € 85,68
- 8043** mittwochs 17.00 - 18.00 Uhr **Beginn:** 15.01.2025
12 x 1 Stunde **Gebühr:** € 85,68
- 8044** mittwochs 17.00 - 18.00 Uhr **Beginn:** 07.05.2025
9 x 1 Stunde **Gebühr:** € 64,26 
- Leitung: Marion Rajewski

Pilates für Einsteiger*innen

Pilates dient vor allem der Kräftigung der Rücken- und Bauchmuskulatur, sowie der Stärkung des Beckenbodens. Zudem schult dieser Kurs die Haltung und Beweglichkeit. Untermalt von stimmiger Musik ist Pilates der ideale Einstieg in eine sportliche Routine.

Bitte mitbringen: Handtuch, Getränk.

8045	montags 18.10 - 19.10 Uhr 12 x 1 Stunde	Beginn: 26.08.2024 Gebühr: € 85,68
8046	montags 18.10 - 19.10 Uhr 11 x 1 Stunde	Beginn: 13.01.2025 Gebühr: € 78,54
8047	montags 18.10 - 19.10 Uhr 8 x 1 Stunde Leitung: Marion Rajewski	Beginn: 05.05.2025 Gebühr: € 57,12 

Zumba

Workout mit lateinamerikanischen Klängen

Zumba fördert die Ausdauer, Beweglichkeit und die Koordination, stärkt die Muskulatur und das Herz-Kreislauf-System. Und vor allem: Es macht Spaß. Bitte mitbringen: Handtuch, Getränk und eine Prise Spaß.

8050	dienstags 17.30 - 18.30 Uhr 15 x 1 Stunde	Beginn: 20.08.2024 Gebühr: € 107,10
8051	dienstags 17.30 - 18.30 Uhr 11 x 1 Stunde	Beginn: 14.01.2025 Gebühr: € 78,54
8052	dienstags 17.30 - 18.30 Uhr 8 x 1 Stunde Leitung: Silvia Mengershausen	Beginn: 06.05.2025 Gebühr: € 57,12

Zumba Gold - Zumba für Anfänger*innen

Workout für Anfänger*innen und Wiedereinsteiger*innen mit einfachen Schrittfolgen zu lateinamerikanischen Klängen

Zumba fördert die Ausdauer, Beweglichkeit und die Koordination, stärkt die Muskulatur und das Herz-Kreislauf-System. Und vor allem: Es macht Spaß. Bitte mitbringen: Handtuch, Getränk und eine Prise Spaß.

8053	donnerstags 18.45 - 19.45 Uhr 13 x 1 Stunde	Beginn: 22.08.2024 Gebühr: € 92,82
8054	donnerstags 18.45 - 19.45 Uhr 12 x 1 Stunde	Beginn: 16.01.2025 Gebühr: € 85,68
8055	donnerstags 18.45 - 19.45 Uhr 7 x 1 Stunde Leitung: Silvia Mengershausen	Beginn: 08.05.2025 Gebühr: € 49,98



Yoga für jeden Lebensabschnitt

Die Yogastunde kann ein Gegenpol zu den vielfältigen Anforderungen des Alltags sein. Achtsam ausgeführte Yogastellungen, dynamische Abläufe sowie Atemübungen schulen Ihr Wahrnehmungsvermögen und fördern ein umfassendes Körperbewusstsein.

Dies geschieht auf eine sanfte Art und Weise, so dass auch Teilnehmer*innen, die bisher mit ihrem Körper wenig gearbeitet haben, einen guten Zugang zur Körperarbeit bekommen. Geduld ist jedoch notwendig, um den Körper geschmeidig zu machen.

Durch diese ruhige Vorgehensweise können Körper und Geist neue Kraft sammeln. Besonders die abschließende Entspannungsübung ermöglicht es, die Stille und Ruhe zu erfahren.

Bitte mitbringen: Iso- oder Yogamatte, Decke, Kissen, bequeme Kleidung und warme Socken.

8100	dienstags 17.00 - 18.30 Uhr 7 x 1,5 Stunden	Beginn: 20.08.2024 Gebühr: € 74,97
8101	dienstags 17.00 - 18.30 Uhr 8 x 1,5 Stunden	Beginn: 22.10.2024 Gebühr: € 85,68
8102	dienstags 17.00 - 18.30 Uhr 11 x 1,5 Stunden	Beginn: 14.01.2025 Gebühr: € 117,81
8103	dienstags 17.00 - 18.30 Uhr 9 x 1,5 Stunden	Beginn: 29.04.2025 Gebühr: € 96,39
8104	donnerstags 17.00 - 18.30 Uhr 6 x 1,5 Stunden	Beginn: 22.08.2024 Gebühr: € 64,26
8105	donnerstags 17.00 - 18.30 Uhr 7 x 1,5 Stunden	Beginn: 24.10.2024 Gebühr: € 74,97
8106	donnerstags 17.00 - 18.30 Uhr 12 x 1,5 Stunden	Beginn: 16.01.2025 Gebühr: € 128,52
8107	donnerstags 17.00 - 18.30 Uhr 7 x 1,5 Stunden	Beginn: 08.05.2025 Gebühr: € 74,97

Leitung: Johanna-Elisabeth Gyurin-Grosse

Yogilates

Yoga und Pilates treffen sich zum Workout

Yogilates verbindet die positiven Wirkungen von Yoga und Pilates. Yoga konzentriert sich auf Atmung, Beweglichkeit und Ausgeglichenheit. Pilates fokussiert sich vorwiegend auf Ihre Körpermitte, gibt Kraft und strafft den Körper.

Bitte mitbringen: Gymnastikmatte, Turnschuhe, kleines Handtuch.

8108	mittwochs 19.00 - 20.00 Uhr 11 x 1 Stunde	Beginn: 21.08.2024 Gebühr: € 78,54
8109	mittwochs 19.00 - 20.00 Uhr 11 x 1 Stunde	Beginn: 15.01.2025 Gebühr: € 78,54
8110	mittwochs 19.00 - 20.00 Uhr 8 x 1 Stunde	Beginn: 07.05.2025 Gebühr: € 57,12

Leitung: Manuela Brandt

Hatha Yoga mit Klangschalen

In dieser Kursreihe lade ich Sie ein, neben dem klassischen Ziel, Ihr Gleichgewicht zwischen Körper und Geist durch Asanas (körperliche Übungen), Pranayama (Atemtechniken) und Meditation zu finden, auch Erfahrungen mit den Klangschwingungen der Klangschalen zu sammeln. Der äußere Klang reist auf inneren Wegen durch den ganzen Körper und berührt die Seele. Die Klangschalen begleiten Sie zu Beginn der Stunde und bilden den Abschluss mit einer Klangreise.

Bitte mitbringen: Yogamatte, Kissen, Decke.

- | | | |
|-------------|---|---|
| 8111 | mittwochs 19.00 - 20.30 Uhr
12 x 1,5 Stunden | Beginn: 11.09.2024
Gebühr: € 128,52 |
| 8112 | mittwochs 19.00 - 20.30 Uhr
12 x 1,5 Stunden | Beginn: 15.01.2025
Gebühr: € 128,52 |
| 8113 | mittwochs 19.00 - 20.30 Uhr
8 x 1,5 Stunden
Leitung: Antje Thelen | Beginn: 07.05.2025
Gebühr: € 85,68  |

Yoga am Morgen

Ein ganzheitlicher Gesundheitsweg auch für Yogaanfänger*innen jeden Alters. Wir dehnen und kräftigen unsere Muskeln, finden zu einer besseren Körperwahrnehmung, zu mehr Gelassenheit und Ausgeglichenheit, stressbedingte Beschwerden lassen nach, Atmung und Geist kommen zur Ruhe. Einfache fließende Bewegungsabläufe stehen im Mittelpunkt. Ein Einstieg ist jederzeit möglich.

Bitte mitbringen: Iso- oder Yogamatte, Wolldecke, Kissen und bequeme Kleidung.

- | | | |
|-------------|---|--|
| 8114 | donnerstags 08.30 - 10.00 Uhr | Beginn: 05.09.2024 |
| 8115 | donnerstags 08.30 - 10.00 Uhr | Beginn: 05.12.2024 |
| 8116 | donnerstags 08.30 - 10.00 Uhr | Beginn: 06.03.2025 |
| 8117 | donnerstags 08.30 - 10.00 Uhr
10 x 1,5 Stunden
Leitung: Ulrike Kühn | Beginn: 05.06.2025
Gebühr: € 107,10 |

Yoga flows NEU

Wir begeben uns in die Leichtigkeit und Dynamik des Yoga flows aus dem Viniyoga. Es sind Abläufe von Yogahaltungen. Wir nehmen uns neu wahr im Einklang von Bewegung und Atmung.

Bitte mitbringen: Iso- oder Yogamatte, Wolldecke, Kissen und bequeme Kleidung.

- | | | |
|-------------|--|---|
| 8118 | donnerstags 10.20 - 11.20 Uhr | Beginn: 29.08.2024 |
| 8119 | donnerstags 10.20 - 11.20 Uhr | Beginn: 28.11.2024 |
| 8120 | donnerstags 10.20 - 11.20 Uhr | Beginn: 27.02.2025 |
| 8121 | donnerstags 10.20 - 11.20 Uhr
10 x 1 Stunde
Leitung: Ulrike Kühn | Beginn: 22.05.2025
Gebühr: € 71,40 |

Power-Yoga

Power-Yoga ist eine Variante des traditionellen Yogas, jedoch wesentlich dynamischer. Beim Power-Yoga wird der gesamte Muskelapparat beansprucht, der Kreislauf angeregt, die Beweglichkeit und die Entspannung gefördert.

Bitte mitbringen: Yoga-Matte, Getränk.

- 8122** donnerstags 17.30 - 18.30 Uhr **Beginn:** 22.08.2024
11 x 1 Stunde **Gebühr:** € 78,54
- 8123** donnerstags 17.30 - 18.30 Uhr **Beginn:** 16.01.2025
11 x 1 Stunde **Gebühr:** € 78,54
- 8124** donnerstags 17.30 - 18.30 Uhr **Beginn:** 08.05.2025
7 x 1 Stunde **Gebühr:** € 49,98 
- Leitung: Manuela Brandt


Achtsames Yoga

Das achtsame Yoga bringt uns mit einem Wechsel aus Atmung, Dehnung und Entspannung zu Ruhe, Gelassenheit und Kraft im Alltag.

Es unterstützt uns auch dabei, unser Nervensystem zu regulieren und den gesamten Körper mit sanften, aber kräftigenden Übungen geschmeidig und kraftvoll zu halten oder werden zu lassen.

Dieses Yoga ist für Anfänger*innen und Fortgeschrittene geeignet.

Bitte mitbringen: Decke, Kissen, Matte, dicke Socken.

- 8125** freitags 08.45 - 09.45 Uhr **Beginn:** 23.08.2024
12 x 1,25 Stunden **Gebühr:** € 106,42
- 8126** freitags 08.45 - 09.45 Uhr **Beginn:** 17.01.2025
11 x 1,25 Stunden **Gebühr:** € 98,23
- 8127** freitags 08.45 - 09.45 Uhr **Beginn:** 09.05.2025
7 x 1,25 Stunden **Gebühr:** € 62,51 
- Leitung: Ina Wedemeyer

Sanftes Yoga am Morgen im Stand, im Sitzen und in der Rückenlage

Yogahaltungen, fließende Bewegungsabläufe und Atemübungen im Stand, im Sitzen und in der Rückenlage ermöglichen eine Kräftigung und Dehnung der Muskulatur und eine achtsame Wahrnehmung der Atmung. Der Geist kommt zur Ruhe, wir finden Ausgeglichenheit und Gelassenheit. Diese sanften Yogaübungen sind auch gut geeignet für Menschen mit kleinen körperlichen Einschränkungen (keine Bauchlage, kein Vierfüßlerstand).

Bitte mitbringen: Wolldecke, bequeme Sportkleidung und ein Kissen.

- 8128** freitags 10.20 - 11.20 Uhr **Beginn:** 13.09.2024
- 8129** freitags 10.20 - 11.20 Uhr **Beginn:** 06.12.2024
- 8130** freitags 10.20 - 11.20 Uhr **Beginn:** 07.03.2025
- 8131** freitags 10.20 - 11.20 Uhr **Beginn:** 06.06.2025
10 x 1 Stunde **Gebühr:** € 71,40
- Leitung: Ulrike Kühn

Lachyoga

Lachen ist gesund

Lachen setzt Glückshormone frei, trainiert die Lunge und stärkt Immunsystem und Selbstwertgefühl. In diesem Workshop lernen Sie spezielle Übungen kennen, die Sie mühelos in Ihren Alltag integrieren können - egal, wo Sie sich gerade befinden.

Bitte mitbringen: Rutschfeste Socken, Trinken, lockere Kleidung.

8132 Samstag 14.00 - 16.00 Uhr **Termin:** 16.11.2024

Gebühr: € 19,04

8133 Sonntag 10.00 - 12.30 Uhr **Termin:** 16.02.2025

Gebühr: € 23,80

8134 Samstag 14.00 - 16.30 Uhr **Termin:** 24.05.2025

Leitung: Nadine Becker

Gebühr: € 23,80

Yoga am Morgen – Online

Ein ganzheitlicher Gesundheitsweg auch für Yogaanfänger*innen jeden Alters. Wir dehnen und kräftigen unsere Muskeln, finden zu einer besseren Körperwahrnehmung, zu mehr Gelassenheit und Ausgeglichenheit, stressbedingte Beschwerden lassen nach, Atmung und Geist kommen zur Ruhe. Einfache fließende Bewegungsabläufe stehen im Mittelpunkt. Ein Einstieg ist jederzeit möglich.

Sie benötigen: Iso- oder Yogamatte, Wolldecke, Kissen, bequeme Kleidung.

8140 montags 08.30 - 10.00 Uhr **Beginn:** 26.08.2024

8141 montags 08.30 - 10.00 Uhr **Beginn:** 11.11.2024

8142 montags 08.30 - 10.00 Uhr **Beginn:** 10.02.2025

8143 montags 08.30 - 10.00 Uhr **Beginn:** 05.05.2025

8144 freitags 08.30 - 10.00 Uhr **Beginn:** 16.08.2024

8145 freitags 08.30 - 10.00 Uhr **Beginn:** 01.11.2024

8146 freitags 08.30 - 10.00 Uhr **Beginn:** 07.02.2025

8147 freitags 08.30 - 10.00 Uhr **Beginn:** 25.04.2025

10 x 1,5 Stunden

Gebühr: € 71,40

Leitung: Ulrike Kühn

Ort: Online



Gesundheit schützendes Qi Gong - Fortgeschritten

Vorkenntnisse sind erforderlich

Qi Gong als traditionelle Heilgymnastik der chinesischen Medizin und wertvoller Aspekt gesunder Lebensführung harmonisiert und stärkt Körper und Geist. Es entlastet Wirbelsäule und Gelenke, stärkt Muskeln und Sehnen, fördert Beweglichkeit und Achtsamkeit. Körper-, Atem- und geistige Übungen werden dabei zu einer Einheit. Vermittelt wird „Das Gesundheit schützende Qi Gong“ (Daojyin Baojian Gong) nach Prof. Zhang Guangde.

Bitte mitbringen: Bequeme Kleidung, warme Socken oder leichte Schuhe mit dünner Sohle.

- | | | |
|-------------|--|--|
| 8150 | montags 08.45 - 10.15 Uhr
10 x 1,5 Stunden | Beginn: 12.08.2024
Gebühr: € 107,10 |
| 8151 | montags 08.45 - 10.15 Uhr
10 x 1,5 Stunden | Beginn: 13.01.2025
Gebühr: € 107,10 |
| 8152 | montags 08.45 - 10.15 Uhr
9 x 1,5 Stunden
Leitung: Anja Kirchner | Beginn: 28.04.2025
Gebühr: € 96,39 |

Gesundheit schützendes Qi Gong

Anfänger*innen

Qi Gong als Heilgymnastik der traditionellen chinesischen Medizin und wertvoller Aspekt gesunder Lebensführung harmonisiert und stärkt Körper und Geist. Regelmäßig geübt, stärkt es Muskeln und Sehnen, entlastet Wirbelsäule und Gelenke, fördert Beweglichkeit und führt zu mehr innerer Ruhe, Gelassenheit und Achtsamkeit. Vermittelt werden Übungen kombiniert aus dem ‚Gesundheit schützendem Qi Gong‘ (Daojyin Baojian Gong) und den 15 Ausdrucksformen. Lockerungs- und Entspannungsübungen, sowie Atemübungen (Stilles Qi Gong) ergänzen jede Unterrichtseinheit.

Interessierte können in die bestehende Gruppe integriert werden.

Bitte mitbringen: bequeme Kleidung, flache, leichte Schuhe oder warme Socken.

- | | | |
|-------------|---|--|
| 8153 | mittwochs 18.30 - 20.00 Uhr
10 x 1,5 Stunden | Beginn: 21.08.2024
Gebühr: € 107,10 |
|-------------|---|--|

Weitere Termine in Planung

Leitung: Anja Kirchner

Qi Gong im Alltag und Qi Gong der 4 Jahreszeiten

Qi Gong ist Bestandteil der chinesischen Medizin, die eine Jahrtausende alte Tradition hat. Die gesundheitsfördernden Bewegungen kann jede und jeder ohne Anstrengung erlernen. Sie dienen der Erhaltung der Gesundheit und der Behandlung von Krankheiten. Qi Gong-Übungen sind eine Selbstheilungsmethode, mit der die Übenden zu einer inneren Harmonie kommen, die Körper, Seele und Geist einschließt. Die Übungen wirken beruhigend bei vielen durch Stress bedingten Störungen wie Schlaflosigkeit, Nervosität, Magen-, Darmproblemen oder hohem Blutdruck. Regelmäßig ausgeführte Qi Gong-Übungen stärken die Lebensenergie und das Immunsystem und arbeiten Alterungsprozessen entgegen. Die Bewegungen im Qi Gong sind leicht, lebendig und langsam. Sie werden im Stehen oder Sitzen ausgeübt.

Beim Qi Gong wird die Natur nachempfunden und es wird versucht, mit ihr in Einklang zu kommen. Durch das Jahr werden wir uns mit dem Qi Gong der 4 Jahreszeiten „Frühling - Sommer - Herbst - Winter“ beschäftigen, um uns besser auf die verschiedenen Jahreszeiten einstellen zu können.

Bitte mitbringen: Leichte und bequeme Kleidung, bequeme Schuhe.

8155 montags 18.30 - 19.30 Uhr **Beginn:** 19.08.2024
16 x 1 Stunde **Gebühr:** € 114,24

8156 montags 18.30 - 19.30 Uhr **Beginn:** 13.01.2025
11 x 1 Stunde **Gebühr:** € 78,54

8157 montags 18.30 - 19.30 Uhr **Beginn:** 28.04.2025
9 x 1 Stunde **Gebühr:** € 64,26

Leitung: Heike Freter

Ort: Ev. Aller-Haus Langlingen

Qi Gong **NEU**

Qi Gong - eine Bewegungskunst und eine Säule der „traditionellen Chinesischen Medizin“. Eine Regulationsmethode, die einhergeht mit Spürvermögen, Atmung und Bewegung.

An diesen 6 Terminen werden Prinzipien, die beim Praktizieren von Qi Gong zum Tragen kommen, anhand von traditionellen Qi Gong Übungen vermittelt und geübt.

Bitte mitbringen: bequeme Kleidung.

8158 montags 17.00 - 18.30 Uhr **Beginn:** 11.11.2024

8159 montags 17.00 - 18.30 Uhr **Beginn:** 24.02.2025

8160 montags 17.00 - 18.30 Uhr **Beginn:** 05.05.2025
6 x 1,5 Stunden **Gebühr:** € 64,26

Leitung: Eric Limberg

Qi Gong Workshop **NEU**

Qi Gong als traditionelle Heilgymnastik der Chinesischen Medizin fördert die Beweglichkeit, innere Ruhe und Achtsamkeit und stärkt generell unsere Lebenskraft ‚Qi‘.

In diesem Workshop stehen das Kennenlernen und Mobilisieren dieser uns allen inne wohnenden Lebenskraft sowie die Freude am Umgang mit uns selbst im Vordergrund. Vermittelt werden ein kurzer, in sich ge-

schlossener Bewegungsablauf, Energieübungen im Stehen sowie das Stille Qi Gong im Sitzen. Einzelne Übungen können anschließend in den Alltag integriert werden.

Anfänger*innen sowie Wiederholende sind herzlich Willkommen.

Kursleiterin Anja Kirchner ist seit 1997 Qi Gong Lehrerin. Sie unterrichtet seit 7 Jahren fortlaufende Qi Gong Kurse in der FABI Celle. Anja Kirchner ist Heilpraktikerin und in eigener Praxis seit 1992 in Celle und Hannover mit den Schwerpunkten Akupunktur, Dorn-Breuss-Therapie und Ganzheitliche Naturheilverfahren tätig.

Bitte mitbringen: bequeme Kleidung, flache Schuhe oder warme Socken, Getränk/Essen zur Selbstversorgung.

8161 Samstag 10.00 - 14.00 Uhr **Termin:** 23.11.2024
Leitung: Anja Kirchner **Gebühr:** € 28,56

Meditation und Achtsamkeit

Unruhe, gefühlter Stress, Kopfschmerzen deuten auf starke Anspannung hin. Was können Sie tun? An diesem Tag möchte ich Ihnen zeigen, wie Sie durch Meditation und Achtsamkeit mehr Frieden und längerfristige Gelassenheit erreichen können. Warum Meditation und Innehalten so wichtig sind, und wie Sie es richtig und mit Freude anwenden. Einige Meditationstechniken werden wir hier üben. Schwierigkeitsstufe für Anfänger und Wiederholer. Eine Phantasiereise rundet schließlich den Workshop ab.

Bitte mitbringen: Warme Socken, Trinken, kleines Kissen.

8170 Samstag 14.00 - 16.00 Uhr **Termin:** 28.09.2024
Gebühr: € 19,04

8171 Sonntag 10.00 - 12.30 Uhr **Termin:** 16.03.2025
Gebühr: € 23,80

8172 Sonntag 14.00 - 16.30 Uhr **Termin:** 15.06.2025
Leitung: Nadine Becker **Gebühr:** € 23,80

Progressive Muskelentspannung NEU

In diesem Kursus üben wir, die Entspannung im Körper zu suchen. Wir wollen dem Körper mit einer einfachen Technik signalisieren, was es heißt, Entspannung zu finden. Dazu werden wir nacheinander die Muskelgruppen anspannen und direkt danach los und ruhen lassen. Auch im Alltag ist dies gut umzusetzen. Progressive Muskelentspannung nach Jacobsen ist eine bewährte und sehr leicht zu erlernende Technik.

Bitte mitbringen: Gymnastikmatte, kleines Kissen und eine Decke.

Kompakt

8180 Samstag 13.00 - 15.00 Uhr **Termin:** 14.09.2024
Gebühr: € 19,04

Express

8181 Samstag 14.00 - 16.30 Uhr **Termin:** 01.02.2025
Leitung: Nadine Becker **Gebühr:** € 23,80



- Zeichnen im Advent – Zeichen setzen im Dezember NEU
- Aquarellmalen
- Workshop: Aquarellieren mit wasservermalbaren
- Wachsmalern NEU
- Zeichnend durch Cello
- Ölmaler
- Eine neurographische Reise NEU
- Acryl Pouring: NEU
 - Open Cup Methode
 - Flip Cup Methode
- FilzFee (Trockenfilztechnik) NEU
- Workshop: NEU
 - Hundehalsband mit Schnalle aus echtem Leder
 - Einen Gürtel mit Schnalle aus echtem Leder selbermachen
- Nähen für Anfänger*innen und Fortgeschrittene
- Kreativ mit Ton
- Töpfern NEU
- Töpfern einer Wurmvasse NEU
- Töpfern einer Insekentranke NEU
- Workshop: Gipskeramik NEU
- Handlettering zum Kennenlernen
- Fotowalks mit eigener Kamera/Handy NEU
- Entdecke die Fotografie in dir! NEU
- Fotografie-Workshop für Einsteiger ohne Vorkenntnisse NEU
- Orientalischer Tanz und Fitness
- Vom Glück das eigene Leben zu tanzen NEU
- Gitarrenkurse

Zeichnen im Advent

Zeichen setzen im Dezember

Die Teilnehmer*innen reichen zu folgenden Themen im Vorfeld erstellte Bilder ein.

Themenliste:

1. Advent „Vorfreude/Freude“
2. Advent „beherbergen“
3. Advent „Engel“
4. Advent „Stern“

Zeichnungen (Tinte, Bleistift, Fineliner) zu den Adventsthemenwochen werden in der FABI ausgestellt. Einsendungen bitte mit Namen und Titel an info@fabi-celle.de und, wenn möglich, auf der eigenen Instagram-Seite hochladen und die FABI markieren. Alternativ ist eine Abgabe in A4 vor Ort möglich.

Mit der Einreichung der Zeichnung erklären sich die Teilnehmer*innen mit einer Veröffentlichung/Post im Internet, in der FABI vor Ort und bei Kooperationspartnern des Projektes einverstanden.

9000 Dezember 2024

gebührenfrei

Leitung: Susanne Gudehus

Ort: Online

Aquarellmalen für Fortgeschrittene

Neue Wege beschreiten und nicht stecken bleiben; die vielen Möglichkeiten des Aquarellmalens helfen, die eigene Note, die persönliche Kreativität zu finden. Grundkenntnisse sollten vorhanden sein. Neue Stilmittel, Materialien und Techniken erweitern das künstlerische Arbeiten. Ein Thema z.B. Portrait, Landschaft wird von der Gruppe bestimmt und unter verschiedenen Aspekten malerisch umgesetzt. Dem Thema entsprechend wird ein/e Künstler/in, seine Zeit, Arbeit und Technik intensiver betrachtet.

Bitte vorhandenes Material mitbringen.

- | | | |
|-------------|---|--|
| 9010 | montags 09.30 - 11.30 Uhr
10 x 2 Stunden | Beginn: 26.08.2024
Gebühr: € 107,10 |
| 9011 | montags 09.30 - 11.30 Uhr
9 x 2 Stunden | Beginn: 27.01.2025
Gebühr: € 96,39 |
| 9012 | montags 09.30 - 11.30 Uhr
9 x 2 Stunden | Beginn: 28.04.2025
Gebühr: € 96,39 |
| 9016 | dienstags 18.45 - 20.45 Uhr
10 x 2 Stunden | Beginn: 27.08.2024
Gebühr: € 107,10 |
| 9017 | dienstags 18.45 - 20.45 Uhr
9 x 2 Stunden | Beginn: 28.01.2025
Gebühr: € 96,39 |
| 9018 | dienstags 18.45 - 20.45 Uhr
10 x 2 Stunden | Beginn: 29.04.2025
Gebühr: € 107,10 |
- Leitung: Susanne Gudehus

Aquarellmalen für Anfänger*innen mit leichten Vorkenntnissen

Nach den ersten Schritten im Aquarellmalen kommt das Laufen. Wir beschäftigen uns mit der Dreidimensionalität in der Landschaft mit Hilfe von Perspektiven und Farbe. Neue ergänzende Materialien und Techniken werden ausprobiert, sodass jeder Teilnehmende auf seine Art und Weise den eigenen Stil finden kann.

Bitte mitbringen: Bleistifte B2 und B6, Skizzenpapier, vorhandenes Material.

Grundausrüstung ca. € 80,- über die Dozentin erhältlich.

- | | | |
|-------------|--|--|
| 9013 | montags 18.45 - 20.45 Uhr
10 x 2 Stunden | Beginn: 26.08.2024
Gebühr: € 107,10 |
| 9014 | montags 18.45 - 20.45 Uhr
9 x 2 Stunden | Beginn: 27.01.2025
Gebühr: € 96,39 |
| 9015 | montags 18.45 - 20.45 Uhr
9 x 2 Stunden | Beginn: 28.04.2025
Gebühr: € 96,39 |
| 9019 | donnerstags 10.00 - 12.00 Uhr
10 x 2 Stunden | Beginn: 22.08.2024
Gebühr: € 107,10 |
| 9020 | donnerstags 10.00 - 12.00 Uhr
10 x 2 Stunden | Beginn: 30.01.2025
Gebühr: € 107,10 |
| 9021 | donnerstags 10.00 - 12.00 Uhr
9 x 2 Stunden | Beginn: 24.04.2025
Gebühr: € 107,10 |
| 9022 | donnerstags 17.00 - 19.00 Uhr
10 x 2 Stunden | Beginn: 22.08.2024
Gebühr: € 107,10 |
| 9023 | donnerstags 17.00 - 19.00 Uhr
10 x 2 Stunden | Beginn: 30.01.2025
Gebühr: € 107,10 |
| 9024 | donnerstags 17.00 - 19.00 Uhr
9 x 2 Stunden
Leitung: Susanne Gudehus | Beginn: 24.04.2025
Gebühr: € 96,39 |



Aquarellmalen für Wiedereinsteiger*innen und mit leichten Vorkenntnissen

Das Aquarell bietet ein breites Spektrum von Ausdrucksmöglichkeiten, von weichen malerischen Verläufen bis zu hart umgrenzten Flächen, zarten bis kräftigen Farbtönen; den Motiven sind keine Grenzen gesetzt. Maltechnische Fähigkeiten sollen erlernt oder wieder aufgefrischt werden mit besonderer Berücksichtigung der persönlichen Ausdrucksweise und Kreativität. Dazu gehören auch kleine Experimente mit anderen Malmitteln und Malgründen.

Bitte mitbringen: Skizzenpapier, Bleistifte B2, B6, vorhandenes Material. Weiteres Material kann im Kursus erworben werden. Grundausrüstung neu ca. 80,- € für Malkasten, Pinsel, Block.

9025 donnerstags 19.15 - 21.15 Uhr **Beginn:** 22.08.2024

9026 donnerstags 19.15 - 21.15 Uhr **Beginn:** 30.01.2025

9027 donnerstags 19.15 - 21.15 Uhr **Beginn:** 24.04.2025

9 x 2 Stunden

Gebühr: € 107,10

Leitung: Susanne Gudehus

Workshop NEU

Aquarellieren mit wasservermalbaren Wachsmalern

In diesem Workshop können Sie die vielseitigen Techniken des Aquarellierens mit wasservermalbaren Wachsmalern erkunden. Die weichen Stifte ermöglichen es, lebendige Farben und interessante Effekte zu erzeugen, die traditionellen Aquarellfarben ähneln.

Durch das Experimentieren mit Lasuren, Lavuren, Naß-in-Naß Technik und Kratztechnik können neue kreative Möglichkeiten entwickelt werden.

Egal, ob Sie bereits Erfahrungen mit Aquarellmalen haben oder zum ersten Mal damit in Berührung kommen - dieser Workshop bietet in entspannter Umgebung Gelegenheit an, Ihre künstlerischen Fähigkeiten zu entfalten.

9028 Samstag 15.30 - 18.30 Uhr **Termin:** 23.11.2024

9029 Samstag 15.30 - 18.30 Uhr **Termin:** 26.04.2025

Leitung: Susanne Gudehus

Gebühr: € 32,13

Materialkosten: € 7,-

Zeichnend durch Cello

Urban Sketching ist eine kreative Methode, um die Schönheit und Einzigartigkeit einer Stadt festzuhalten. Durch das Skizzieren von Gebäuden, Straßen und Menschen vor Ort können wir die Atmosphäre und das Leben einfangen. Diese spontane und lebendige Kunstform ermöglicht es, die Stadt aus einem neuen Blickwinkel zu betrachten und kurze Szenen zeichnend darzustellen.

Bitte mitbringen: Bleistift, Fineliner, Zeichenpapier, vorhandenes Material.

9030 Freitag 15.00 - 18.30 Uhr **Termin:** 19.07.2024

9031 Freitag 15.00 - 18.30 Uhr **Termin:** 23.08.2024

9032 Freitag 15.00 - 18.30 Uhr **Termin:** 20.09.2024

Leitung: Susanne Gudehus

Gebühr: € 21,42

Ölmalerei

Die Ölmalfreundinnen treffen sich in entspannter Atmosphäre. Interessenten zum gemeinsamen Malen können die Gruppe kennen lernen.

9035 montags 18.00 - 20.00 Uhr **Beginn:** 19.08.2024

9036 montags 18.00 - 20.00 Uhr **Beginn:** 13.01.2025

9037 montags 18.00 - 20.00 Uhr **Beginn:** 28.04.2025

Leitung: Karin Stanislawski Preis auf Anfrage

Eine neurographische Reise **NEU**

Bei diesem Workshop lernen Sie die NeuroGraphik an vier Abenden für sich kennen. Am ersten Abend zeige ich Ihnen meine erste Berührung mit der NeuroGraphik. Beim zweiten Termin können Sie mit Hilfe des NeuroRegens ein Thema (wie Gelassenheit oder Lebensfreude) in Ihnen nähren. Im dritten Termin stärken Sie Ihr Thema mit einem NeuroBaum, der Ihr Thema in die Richtung wachsen lässt, die Sie sich wünschen. Der vierte Termin birgt das Geheimnis des NeuroLotus, der ein Erlühen Ihres Themas ermöglicht. Ich freue mich auf Sie!

Bitte mitbringen: A4-Block (100 g/m²), Buntstifte, Filzstifte, Lieblingsstifte, Snacks (keine Mittagspause).

9040 dienstags 17.30 - 19.30 Uhr **Beginn:** 12.11.2024

9041 donnerstags 10.30 - 12.30 Uhr **Beginn:** 13.03.2025

4 x 2 Stunden **Gebühr:** € 77,35

Leitung: Jenny Schroers Materialkosten: € 2,-

Acryl Pouring **NEU** Open Cup Methode

Tauchen Sie ein in die Kunst des Gestaltens ohne Pinsel und entdecken Sie die faszinierende Welt des Acryl-Pourings. Sie erfahren welche Farben harmonieren, wie die Farben gemischt und im offenen Becher geschichtet werden. Und plötzlich bewegt sich der Becher wie von Zaubberhand auf der Leinwand. Die Farben verschmelzen zu faszinierenden, immer wieder neuen Zellmustern. Es sind keine Vorkenntnisse nötig. Sie erhalten eine hochwertige Leinwand von 30x40cm sowie alle benötigten Materialien.

Bitte mitbringen: Kleidung die schmutzig werden darf, 1 Küchenrolle, 1 Packung Babyfeuchttücher sowie eine grammgenaue Küchenwaage, evtl. Einweghandschuhe.

9045 Donnerstag 19.00 - 21.30 Uhr **Termin:** 22.08.2024

9046 Donnerstag 19.00 - 21.30 Uhr **Termin:** 20.03.2025

Leitung: Michaela Schlobach **Gebühr:** € 26,78

Materialkosten: € 30,-

Acryl Pouring **NEU** Flip Cup Methode

Tauchen Sie ein in die Kunst des Gestaltens ohne Pinsel und entdecken Sie die faszinierende Welt des Acryl-Pourings. Sie erfahren welche Farben harmonieren, wie die Farben gemischt, im Becher geschichtet und mit Schwung auf die Leinwand gebracht werden. Die Farben verschmelzen zu faszinierenden, immer wieder neuen Zellmustern. Es sind keine Vorkenntnisse nötig. Sie erhalten eine hochwertige Leinwand von 30x40cm sowie alle benötigten Materialien.

Bitte mitbringen: Kleidung die schmutzig werden darf, 1 Küchenrolle, 1 Packung Babyfeuchttücher sowie eine grammgenaue Küchenwaage, evtl. Einweghandschuhe.

9047 Donnerstag 19.00 - 21.30 Uhr **Termin:** 23.01.2025

9048 Donnerstag 19.00 - 21.30 Uhr **Termin:** 05.06.2025

Leitung: Michaela Schlobach **Gebühr:** € 26,78

Materialkosten: € 30,-

FilzFee (Trockenfilztechnik) **NEU**

Erleben Sie die faszinierende Welt der Filzfee! Gemeinsam werden wir mit der Trockenfilztechnik eine bezaubernde Filzfee gestalten. Sie haben die Wahl aus einer Vielzahl von Filzfarben. Schritt für Schritt verwandeln wir die Grundform zu einer Fee mit wunderschönen Details. Am Ende des Kurses kann jeder Teilnehmerin stolz seine eigene Filzfee mit nach Hause nehmen und sie in den eigenen vier Wänden bewundern. Geeignet ab 9 Jahre.

9050 Donnerstag 19.00 - 22.00 Uhr **Termin:** 14.11.2024

9051 Donnerstag 19.00 - 22.00 Uhr **Termin:** 22.05.2025

Leitung: Michaela Schlobach **Gebühr:** € 21,42

Materialkosten: € 25,-

Workshop **NEU**

Hundehalsband mit Schnalle aus echtem Leder

In diesem Workshop haben Sie die Möglichkeit, ein Lederhalsband mit Schnalle für Ihr vierbeiniges Familienmitglied herzustellen. Wir starten mit einem schlichten Lederriemen von etwa 20 mm Breite. Wir nutzen verschiedene Werkzeuge, um das Leder zu bearbeiten und aus dem Riemen ein schönes Halsband zu gestalten. Am Ende des Abends nimmt jede/r Teilnehmer*in ein einzigartiges Halsband mit nach Hause.

Bitte mitbringen: eine Spitzzange oder Vergleichbares, um das Leder einfacher „greifen“ zu können.

9055 Donnerstag 18.00 - 22.00 Uhr **Termin:** 19.09.2024

9056 Donnerstag 18.00 - 22.00 Uhr **Termin:** 24.04.2025

Leitung: Michaela Schlobach **Gebühr:** € 28,56

Materialkosten: € 50,-

Workshop **NEU**

Einen Gürtel mit Schnalle aus echtem Leder selberrnachen

Lederbearbeitung ohne Vorkenntnisse:

Gemeinsam tauchen wir heute Abend in die faszinierende Welt der Lederbearbeitung ein. Aus einem einfachen Lederriemen stellen wir Schritt für Schritt einen echten Ledergürtel mit Schnalle her. Wer möchte, kann sogar seinen Gürtel mit Punzierwerkzeug verzieren. Am Ende des Kurses nimmt jede/r Teilnehmer*in ihren/seinen individuell gestalteten Gürtel mit nach Hause, als Erinnerung an ein neues gemeinsames kreatives Abenteuer.

9057 Donnerstag 18.00 - 22.00 Uhr **Termin:** 20.02.2025

9058 Donnerstag 18.00 - 22.00 Uhr **Termin:** 26.06.2025

Leitung: Michaela Schlobach **Gebühr:** € 28,56

Materialkosten: ca. € 65,- bis € 85,- (je nach Länge des Gürtels)

Nähen für Anfängerinnen und Fortgeschrittene

Nähen, was nicht jede hat, nach eigenen Wünschen und Ideen.

Nähen, weil es Spaß macht, weil man Geld spart und weil man in den Kursen Gelegenheit findet, mit anderen ins Gespräch zu kommen.

Bitte mitbringen: Schreibzeug, Lineal, Maßband, Schere, Stecknadeln, evtl. Schnittmuster und vorhandenen Stoff.

9070 montags 19.15 - 21.30 Uhr **Beginn:** 16.09.2024
10 x 2,25 Stunden **Gebühr:** € 119,-

9071 montags 19.15 - 21.30 Uhr **Beginn:** 27.01.2025
9 x 2,25 Stunden **Gebühr:** € 107,10

9072 dienstags 09.00 - 11.15 Uhr **Beginn:** 17.09.2024
10 x 2,25 Stunden **Gebühr:** € 119,-

9073 dienstags 09.00 - 11.15 Uhr **Beginn:** 21.01.2025
9 x 2,25 Stunden **Gebühr:** € 107,10

Leitung: Marianne Siekmann

Kreativ mit Ton

Gemeinsam den Ton erleben. Objekte nach eigenen Ideen gestalten oder z.B. für den Advent einen Engel töpfern. Kleine Geschenke für Haus und Garten sind selbstgetöpft etwas Besonderes.

Bitte mitbringen: evtl. eine Schürze.

9080 mittwochs 18.30 - 21.00 Uhr **Beginn:** 21.08.2024

9081 mittwochs 18.30 - 21.00 Uhr **Beginn:** 15.01.2025

9082 mittwochs 18.30 - 21.00 Uhr **Beginn:** 30.04.2025
7 x 2,5 Stunden **Gebühr:** € 74,97

Leitung: Sigrid Matuschek **Materialkosten:** ca. € 20,-
zzgl. Brennkosten

Töpfern **NEU**

Wir töpfern schöne Dinge aus Ton. Wir arbeiten mit der Aufbautechnik und gestalten schöne Vasen oder andere Gefäße / Schalen. Diese verzieren wir mit Ihren mitgebrachten, unterschiedlichen Materialien und zaubern so wundervolle Muster auf unsere Werke.

Bitte mitbringen: Kleidung die schmutzig werden darf. Wer möchte: Blätter / Gräser / feste Blumen für „Stempelmuster“ & Spitzenstoff/-bordüren.

Ca. 2 Wochen später können die fertigen Stücke abgeholt werden.

9083 Donnerstag 09.30 - 12.00 Uhr **Termine:** 22.08.2024

Donnerstag 09.30 - 12.00 Uhr 29.08.2024

9084 Donnerstag 09.30 - 12.00 Uhr **Termine:** 16.01.2025

Donnerstag 09.30 - 12.00 Uhr 23.01.2025

9085 Donnerstag 09.30 - 12.00 Uhr **Termine:** 08.05.2025

Donnerstag 09.30 - 12.00 Uhr 15.05.2025

2 x 2,5 Stunden **Gebühr:** € 35,70

Materialkosten: € 35,- (für beide Termine) zzgl. Brennkosten

Leitung: Michaela Schlobach

Töpfern einer Wurmvasse **NEU**

Was ist denn eine Wurmvasse? Stellen Sie sich einen Zylinder mit Löchern und Deckel vor. Dieser Zylinder wird in das Beet „gepflanzt“. Hier können Sie nun etwas Ihres Biomülls und ein paar Regenwürmer einfüllen. Die Regenwürmer zersetzen nun den Biomüll und verteilen ihnen in Ihrem Beet. Ein absoluter Öko-Gartenhack. Biologischer kann Beetdüngung nicht sein! Lassen Sie uns so eine coole Wurmvasse töpfern.

Bitte mitbringen: Kleidung die schmutzig werden darf.

9086 Donnerstag 18.00 - 21.30 Uhr **Termin:** 13.03.2025

Gebühr: € 24,99

Materialkosten: € 45,- zzgl. Brennkosten

Leitung: Michaela Schlobach

Töpfern einer Insektentränke **NEU**

Sind die Insekten glücklich, blüht der Garten auf.

Lassen Sie uns eine schöne Insektentränke töpfern. Am ersten Termin modellieren wir die Tränke. Am zweiten Termin glasieren wir Ihr Werk mit verschiedenen farblichen, hochwertigen Glasuren. Hier können Sie auch Murmeln, Glasnuggets oder Scherben einarbeiten, welche dann im Ofen wunderschöne Farbverläufe entwickeln.

Bitte mitbringen: Kleidung die schmutzig werden darf.

9087 Donnerstag 18.00 - 21.00 Uhr **Termine:** 03.04.2025

Donnerstag 18.00 - 21.00 Uhr 08.05.2025

2 x 3 Stunden **Gebühr:** € 42,84

Materialkosten: € 40,- (für beide Termine) zzgl. Brennkosten

Leitung: Michaela Schlobach

Workshop **NEU** Gipskeramik

Sie lieben es kreativ zu sein und freuen sich besonders, wenn Sie Ihre Werke hinterher auch bei sich zu Hause ausstellen können?! Oder Sie denken sich, warum immer fertig kaufen, wenn selber machen so schön sein kann.

9090 Freitag 19.30 - 21.30 Uhr

Termin: 08.11.2024

9091 Freitag 19.30 - 21.30 Uhr

23.05.2025

Leitung: Kristina Kister

Gebühr: € 23,80

Materialkosten: € 15,-

Handlettering zum Kennenlernen

Bei diesem Workshop dürfen Sie sich angesprochen fühlen, wenn Sie sich einen ersten Einblick in dieses entspannende Hobby wünschen. Wir üben verschiedene Schriftstile, ich zeige Ihnen geeignete Materialien und wir „lettern“ Teile verschiedener Alphabete, so dass Sie gleich zu Hause weiter üben können, wenn Sie mögen.

Ich freue mich auf Sie!

Mitzubringen sind ein Block und falls Sie haben, Lieblingsstifte, mit denen Sie sowieso schon kreativ sind und ein kleiner Snack. Ansonsten wird das für den Kurs notwendige Material vor Ort sein.

9100 Donnerstag 17.30 - 19.30 Uhr

Termin: 21.11.2024

9101 Donnerstag 17.30 - 19.30 Uhr

27.03.2025

Leitung: Jenny Schroers

Gebühr: € 14,28

Materialkosten: € 15,-

Fotowalks mit eigener Kamera/Handy **NEU**

In der Kleingruppe wollen wir die Celler Innenstadt und/oder die Dammaschwiesen durch die Kamera betrachten. Fotografieren entschleunigt und lenkt unseren Fokus auf die schönen Dinge im Leben. Egal, ob mit Handy für Interessierte oder für Profis mit Spiegelreflex-/ Systemkamera. Wir treffen uns an der FABI!

9150 Mittwoch 10.00 - 11.30 Uhr

Termin: 11.09.2024

9151 Dienstag 14.30 - 16.00 Uhr

22.10.2024

9152 Mittwoch 10.00 - 11.30 Uhr

05.03.2025

9153 Dienstag 14.30 - 16.00 Uhr

01.04.2025

9154 Mittwoch 10.00 - 11.30 Uhr

07.05.2025

9155 Dienstag 10.00 - 11.30 Uhr

17.06.2025

Leitung: Juliane Janiszewski

Gebühr: € 17,85

Ort: Celler Innenstadt/Dammaschwiesen

Entdecke die Fotografin in dir! **NEU**

Von Frau zu Frau: Durch weibliche Herangehensweise das Fotografieren Lernen. Technische Details heruntergebrochen mit Fokus auf das Betrachten eines Bildes.

Die Freude am Bild und die Kreativität stehen im Fokus. Unter Gleichgesinnten lässt es sich oft besser Lernen. Inklusive Fotowalk. Wir fotografieren uns gegenseitig.

In diesem Kurs lernen Sie die digitale Fotografie kennen, und verstehen welche Faktoren für kreative Bildgestaltung wichtig sind.

Für Spiegelreflex- und Systemkameras. Leihkameras vorhanden.

9160 Samstag 09.30 - 13.30 Uhr **Termin:** 28.09.2024

9161 Samstag 09.30 - 13.30 Uhr **Termin:** 22.03.2025

9162 Samstag 09.30 - 13.30 Uhr **Termin:** 07.06.2025

Leitung: Juliane Janiszewski **Gebühr:** € 94,01

Fotografie-Workshop für Einsteiger ohne **NEU** Vorkenntnisse

Erinnerungen schaffen und festhalten oder die Schönheit der Landschaft aufnehmen. Fotografieren entschleunigt und fokussiert uns auf den Moment. Lernen Sie das Zusammenspiel von ISO, Blende und Verschlusszeit (Belichtungsdreieck) zu verstehen und erlangen Sie die Kontrolle über Ihr Bild! Für Spiegelreflex- und Systemkameras. Leihkameras vorhanden.

Grundkurs für Erwachsene:

Wir starten bei 0 und lernen das Belichtungsdreieck kennen. Nach dem Workshop können Sie im M- Modus gezielt ein Bild erstellen bei gleichbleibenden Lichtverhältnissen.

Aufbaukurs für Erwachsene:

Wir lernen den Umgang mit wechselnden und herausfordernden Lichtverhältnissen. Verstehen, welchen Einfluss Licht, Schatten und Bewegung auf ein Bild nehmen und schauen uns unterschiedliche Objekte an.

Es wird weitere Termine im November 2024 und März 2025 geben!

Grundkurs

9165 Donnerstag 10.00 - 13.00 Uhr **Termin:** 10.10.2024

Gebühr: € 82,11

Aufbaukurs

9166 Freitag 10.00 - 13.00 Uhr **Termin:** 11.10.2024

Leitung: Juliane Janiszewski **Gebühr:** € 82,11

Orientalischer Tanz und Fitness

Der orientalische Tanz trainiert einzelne Körperteile durch Isolationsbewegungen, die ein intensives Verständnis für den eigenen Körper vermitteln und viele Muskelpartien ansprechen, die im normalen Alltag selten genutzt werden.

Teilnehmen können Frauen mit und ohne Vorkenntnisse, da die Aufwärmphase Technik, Isolationsübungen und kleine Schrittkombinationen enthält. Bei den Grundbewegungen und Schritten des orientalischen Bauchtanzes werden der Rücken, der Beckenboden und das Selbstbewusstsein gestärkt.

Bitte mitbringen: Gymnastikschuhe, Hüfttuch, ggf. Schleier.

- | | | |
|-------------|---|---|
| 9200 | dienstags 19.30 - 21.00 Uhr
7 x 1,5 Stunden | Beginn: 20.08.2024
Gebühr: € 62,48 |
| 9201 | dienstags 19.30 - 21.00 Uhr
8 x 1,5 Stunden | Beginn: 22.10.2024
Gebühr: € 71,40 |
| 9202 | dienstags 19.30 - 21.00 Uhr
10 x 1,5 Stunden | Beginn: 14.01.2025
Gebühr: € 89,25 |
| 9203 | dienstags 19.30 - 21.00 Uhr
9 x 1,5 Stunden | Beginn: 29.04.2025
Gebühr: € 80,33 |
- Leitung: Christiane Bruns

Vom Glück das eigene Leben zu tanzen NEU

Dem Tanz im Leben einen Raum zu geben, bringt das Lebendige in uns zum Vorschein. Spielerische Bewegungen, die uns wieder in Harmonie bringen. Tanzen weckt unsere Lebensfreude, stärkt unsere Selbstheilungskräfte und macht einfach glücklich.

Tanzerfahrung ist nicht erforderlich. Freude an Bewegungen zur Musik und die Lust sich auf etwas Neues einzulassen, genügen.

Bitte mitbringen: Getränke, bequeme Kleidung und rutschfeste Socken.

- | | | |
|-------------|---|---|
| 9210 | freitags 17.00 - 19.00 Uhr
6 x 2 Stunden | Beginn: 13.09.2024
Gebühr: € 85,68 |
| 9211 | freitags 17.00 - 19.00 Uhr
3 x 2 Stunden | Beginn: 14.03.2025
Gebühr: € 42,84 |
| 9212 | freitags 17.00 - 19.00 Uhr
4 x 2 Stunden | Beginn: 09.05.2025
Gebühr: € 57,12 |
- Leitung: Hanna Taubitz

Gitarrenkurs

Für Anfänger/innen und Fortgeschrittene werden entsprechend den Voraussetzungen Angebote gemacht, die aufeinander aufbauen. Anhand neuer und bekannter Lieder/Kinderlieder erlernen wir einfache Liedbegleitungen, Schlag- und Zupfmuster. Später kommen Barré-Griffe hinzu und weitere Schlagtechniken. Notenkenntnisse sind nicht erforderlich. Die Kurse sind besonders für Teilnehmer/innen aus pädagogischen Berufen geeignet.

Bitte mitbringen: Gitarre und Schreibzeug

Gitarre Aufbau I

9300 mittwochs 17.00 - 18.30 Uhr **Beginn:** 21.08.2024
10 x 1,5 Stunden **Gebühr:** € 104,72

Gitarre Aufbau II

9301 mittwochs 17.00 - 18.30 Uhr **Beginn:** 15.01.2025
10 x 1,5 Stunden **Gebühr:** € 104,72

Gitarre Aufbau III

9302 mittwochs 17.00 - 18.30 Uhr **Beginn:** 07.05.2025
9 x 1,5 Stunden **Gebühr:** € 94,25
Leitung: Derek Rehberg **Materialkosten:** € 5,-

Gitarrenworkshop

Für alle, die vier Grundkurse erfolgreich absolviert haben und mit Freude gemeinsam Gitarre spielen möchten.

Bitte mitbringen: Gitarre und Schreibzeug

9303 mittwochs 18.30 - 20.00 Uhr **Beginn:** 21.08.2024
10 x 1,5 Stunden **Gebühr:** € 104,72

9304 mittwochs 18.30 - 20.00 Uhr **Beginn:** 15.01.2025
10 x 1,5 Stunden **Gebühr:** € 104,72

9305 mittwochs 18.30 - 20.00 Uhr **Beginn:** 07.05.2025
9 x 1,5 Stunden **Gebühr:** € 94,25
Leitung: Derek Rehberg **Materialkosten:** € 5,-



Adlung, Doris	Kriminalbeamtin a.D.
Albrecht-Hielscher, Bernd	Psychologe
Alps, Britta	Biologin
Backhaus, Mandy	Ergotherapeutin, Legasthenie- und Dyskalkulie-Trainerin
Bärsch, Georgette	Dipl. Ökonomin
Baumann, Kathleen	Zertif. Kinder Yoga Trainerin
Baumgarten, Meike	Leiterin Koordinierungsstelle Frauen und Wirtschaft Landkreis Celle
Becker, Nadine	Meditatives Lachyoga- und PMR-Leiterin, Yoga
Behrmann, Irene	M.A. Erziehungswiss., HP (Psych)
Berrisch, Dr. Stefan	Facharzt f. Kinder- u. Jugendpsychiatrie
Bertram-Prelle, Andrea	Fachberaterin für Kindertagesstätten, DELFIplus-Multiplikatorin
Bianga, Kristine	Sozialpädagogin
Birner, Birgit	BSc Psychologie, DELFI®-Multiplikatorin
Boelsen-Borree, Sabine	Kindergartenfachwirtin, Erzieherin, Marte Meo Therapeutin, Kollegenberaterin
Brandt, Manuela	Fitness- und Physio-Grouptrainerin, Yogalehrerin, Handelswirtin
Brockmann, Christina	ADHS-Coach, Achtsamkeitstrainerin und Meditationslehrerin
Bruns, Christiane	Erzieherin, Übungsleiterin Orientalischer Tanz
Edling, Maik	
Emslander-Möller, Petra	Dipl. Ganzheitl. Ernährungstrainerin
Freter, Heike	Dipl.-Sozialarbeiterin/Sozialpädagogin, Tai Chi- und Qi Gong-Kursleiterin
Gelszus, Martina	Eltern-Kind-Kursleitung
Generotzky, Claudia	Supervisorin und Coachin (ZstFH/DGSV)
Grünheit-Rakowski, Sabine	Dipl. Religionspädagogin, DELFI®-Multiplikatorin
Gudehus, Susanne	Künstlerin, zertifizierte Stadtführerin
Günther, Jana	Religionspädagogin und Sozialarbeiterin
Gyurin-Grosse, Johanna-E.	Yoga-Lehrerin der Kneipp Akademie
Haase, Stephan	Dipl. Religionspädagoge, Diakon, Geschäftsführer
Hantzko, Sabine	Pädagogin, Künstlerin, Seniorenstützpunkt Celle
Hartmann, Anna-Lena	Kreativ Kursleitung
Hartz, Sabine	Lehrerin für Pflegeberufe, Trainerin für Kinaesthetics
Hausmann, Klaus	Gesundheitsberater
Hengst, Axel	Dipl. Pädagoge, Mannigfaltig
Hertwig, Janina	Physiotherapeutin
Hoffmann, Loretta	Trainerin
Holona, Peter	familylab®-Seminarleiter
Hollung, Nina	Dipl. Sozialpäd., Diakonin, DELFIplus-Multiplikatorin
Jäger, Susanne	Kita-Leiterin, DELFIplus-Multiplikatorin
Janiszewski, Juliane	Fotografin
Jenschke, Christine	Freie Rednerin
Jürgens, Dr. Heike	Dipl.-Chemikerin, Science Lab Kursleiterin

Jürrens-Preuschaft, Sylke	Sylke Jürrens-Preuschaft, Dipl. Pädagogin. Systemische Therapeutin / Familientherapeutin (DGSF), DELFI® Leiterin und DELFI® Multiplikatorin
Junker, Martina	Trainerin
Kamp, Franziska	Übersetzerin, Sprachtrainerin
Kickuth, Maren Magdalena	Sozialpädagogische Assistentin i.A. DELFI®
Kierig, Sabine	Heilpraktikerin, Qi Gong Lehrerin
Kirchner, Anja	
Kister, Kristina	
Klatt, Dörte	Dipl. Sozialpädagogin, DELFI-Multiplikatorin
Knoop, Cornelia	SHG Sternenkinder
Knoop, Isabel	Physiotherapeutin
Kühn, Ulrike	Pädagogin, Yoga Lehrerin, Beckenbodentrainerin
Limberg, Eric	Heilerziehungspfleger
Linneweh, Kathrin	Lehrerin
Lohöfener, Karin	Dipl.-Soz.päd., systemisch-lösungsorient. Beraterin, Coach in der Arbeitswelt (zertif.)
Lorenz, Silke	Erzieherin, System. Familienberaterin, Heilpraktikerin f. Psychotherapie, Fachkraft f. tiergeschützte Pädagogik
Ludwigs, Angelika	Dipl. Sozialarbeiterin/Sozialpädagogin, Hobby Kalligrafin
Manegold, Charlotte	Ernährungsberaterin
Mannigel, Henrieke	Heilerziehungspflegerin
Markgraf, Angela	Zertifizierte Seh- und Gedächtnis-Trainerin
Marwede, Antje	Hebamme
Matuschek, Sigrid	Industriekauffrau
Mayele, Kathrin	Kinderkrankenschwester, Still- und Laktationsberaterin, IBCLC
Mengershausen, Silvia	Zumba Fitness Trainerin
Mergemann, Birgit	Hebamme
Meyer, Hilke	Lehrerin, Beratungslehrerin, HPP
Mix, Sabine	Beauftragte für Chancengleichheit
Neumann, Lothar	Dipl. Sozialpädagoge, Einsatzsanitäter
Papenburg, Gudrun	Soz. Päd./soz. Arb. (B.A.)
Pautz, Sarah	Hebamme
Pavlov, Valerie	Nähkursleitung
Pfrommer, Frieder	Greenbirth
Pietak, Inka	Ergotherapeutin und Traumatherapeutin
Prahst, Christiane	Trainerin Fitness, Gesundheit, Prävention
Pronobis, Jill	Zertif. Patchworkgilde Deutschland
Pronobis, Marion	Zertif. Patchworkgilde Deutschland
Raack, Eva	Kinderkrankenschwester
Rachner, Heike	Hebamme
Rajewski, Marion	Trainerin Fitness u. Gesundheit, Übungsleiterin B Sport i.d. Reha u.Prävention
Raschkowski, Johanna	Heilpädagogin/Traumaberaterin
Rehberg, Derek	Verwaltungsfachwirt
Reitenbach, Ludmilla	Diplom Sportlehrerin

Rohrbach, Antje	Trainerin
Röhrbein, Sarah	Sozialpädagogin M.A., Fachberatung im Kinderschutz und systemische Coachin
Rosenkranz, Dr. Lena	Elternbegleiterin u. Medienpädagogin
Rudolf, Olkeda	Greenbirth e.V.
Rupf, Rudolf	Erziehungswissenschaftler und Autor
Saake, Verena	Resilienztrainerin für junge Menschen, Schauspielerin, Theaterpädagogin
Santelmann, Gesine	DELFI®-Multiplikatorin, Kinderpflegerin
Saragossa, Astrid	Traumatherapeutin
Schaper, Kathrin	DELFI® und Babymassage Kursleitung,
Krankenschwester	
Schecker, Karin	Dipl.-Designerin
Schirmer, Heike	Multiplikatorin für Partizipation und
Beschwerdeverfahren	
Schlobach, Michaela	Kreativ Kursleitung
Schönau, Carsten	Dipl. Sozialarbeiter
Schroers, Jenny	Wellnesstherapeutin, Tanz- u. Bewegungspädagogin, NeuroGraphik Spezialistin, Life-Coach, mobile-Coach, Dipl. Wirt.-Ing. Maschinenbau
Seidensticker, Ina	Diakonin, Referentin
Severloh, Tatjana	DELFI®, Kinderpflegerin
Siekmann, Marianne	Schneidermeisterin
Silkenat, Sandra	Sternenkinder
Stanislawski, Karin	Koordinatorin Ölmalerei
Stäpke, Anu	Mediendesignerin
Steins, Maruschka	Maskenbildnerin
Stockmar, Dorothea	Autorin, Sterbe- und Trauerbegleiterin
Taubitz, Hanna	Dipl.-Religions- u. Tanzpädagogin
Team ADHS Selbsthilfegruppe	ADHS-Selbsthilfegruppe
Thelen, Antje	Yogalehrerin RYS 500 Yoga Alliance, Peter-Hess-Klangpraktikerin, Klang-Yoga
Thurau, Melanie	Frühpädagogin B.A., Kita-Leiterin, DELFIplus-Multiplikatorin
Uca, Behiye	Formularlotsin
Vainqueur, Jana	Erzieherin
Vainqueur, Lena-Marieke	Gesundheits- und Krankenpflegerin
Voigt, Frank Michael	Öffentlichkeitsarbeit Polizeidirektion Celle
Wedemeyer, Ina	Yogalehrerin
Weiß, Frauke	Trainerin
Wilborn, Jacqueline	DELFI®
Wuttke, Grit	Dipl. Kunsttherapeutin, Syst. Therapeutin, HP (Psych), Bild. Künstlerin
Zeiger, Anastasia	Kinderyogaanleiterin/Yogalehrerin in A.
Zobel, Andrea	Dipl.-Sozialarbeiterin und Eltern-Medien-Trainerin

Haftung

Die Teilnahme an Veranstaltungen des Seminaranbieters erfolgt auf eigenes Risiko. Der Seminaranbieter übernimmt keinerlei Haftung. Eltern/Erziehungsberechtigte haften für ihre Kinder. Die Haftung des Seminaranbieters beschränkt sich auf grobe Fahrlässigkeit und Vorsatz. Eine Haftung für fremdes Verschulden ist ausgeschlossen, soweit keine gesetzlichen Vorschriften dem entgegenstehen. Es gilt die Hausordnung des jeweiligen Veranstaltungsorts.

Datenschutz / Einwilligung in die Speicherung personenbezogener Daten für die Kursanmeldung

Wir nehmen den Schutz Ihrer personenbezogener Daten sehr ernst. Die Basis unseres Handelns sind die rechtlichen Grundlagen des Datenschutzes im Kirchengesetz, der Datenschutz der Evangelischen Kirche in Deutschland (DSG-EKD), sowie die Vorgaben der Datenschutzgrundverordnung der Europäischen Union (DSGVO) für den Bereich der evangelischen Landeskirchen. Mit Ihrer Einwilligung speichern wir Ihre persönlichen Daten ausschließlich für institutionseigene Zwecke.

Durch technische und organisatorische Maßnahmen schützen wir Ihre persönlichen Daten vor unerlaubtem Zugriff, Verwendung oder Veröffentlichung. Ihre persönlichen Daten verwenden wir nur im Rahmen Ihres Besuches unserer Veranstaltungen. Unsere Mitarbeiter sind von uns zur Verschwiegenheit und zur Einhaltung der Datenschutz-Bestimmungen verpflichtet..

Datenschutz bei der Teilnahme an digitalen Angeboten über „Zoom“:

Bei digitaler Kommunikation kann ein Zugriff Dritter und damit Missbrauch der betreffenden Daten nicht mit Sicherheit ausgeschlossen werden. Daher ist eine explizite Zustimmung der Nutzung digitaler Kommunikation erforderlich. Die Einwilligung ist freiwillig, jedoch Voraussetzung für die Teilnahme.

Verwendete Software: Zoom. Die Videokonferenz-Software „Zoom“ in Verbindung mit „connect4video“ unterliegt der gesetzlichen Bestimmung, die im sog. Fernmeldegeheimnis in Art. 10 des Grundgesetzes, im Telekommunikationsgesetz und im Bundesdatenschutzgesetz festgelegt sind. Alle Verbindungen erfolgen über eine sichere HTTPS-Verbindung sowie mit einer 256-Bit TLS Datenverschlüsselung. Damit ist von einem dem aktuellen Stand der Technik entsprechenden Schutz der Daten auszugehen. Zusätzlich werden alle Daten ausschließlich in deutschen Rechenzentren gespeichert. Ferner bestätigt der Anbieter, vollständig DSGVO-konform zu arbeiten.

Mit Ihrer Bestätigung dieser Vereinbarung willigen Sie ein in die Nutzung der Webinar-Software Zoom. Sie bestätigen weiterhin, dass Ihnen die mit einem Webinar einhergehenden Datenschutzrisiken (z.B. Missbrauch der betreffenden Daten durch Dritte) bewusst sind; dass die Freigabe Ihrer Webcam und Ihres Mikrofons während des Webinars freiwillig erfolgt; dass Ihnen bewusst ist, dass die anderen Webinar-Teilnehmenden Sie über Ihre Webcam und Ihr Mikrofon ggf. sehen und hören können; dass Ihre Nachrichten im Live-Chat während des Webinars ggf. von anderen Teilnehmenden gelesen werden können.

Sofern die jeweiligen gesetzlichen Voraussetzungen vorliegen, besteht auf Seite der Teilnehmenden ein Recht auf Auskunft (Art. 15 DSGVO), Berichtigung (Art. 16 DSGVO), Löschung (Art. 17 DSGVO) oder Einschränkung der Verarbeitung ihrer Daten (Art. 18 DSGVO). Die Teilnehmenden können darüber hinaus jederzeit ohne Angabe von Gründen von ihrem Widerspruchsrecht Gebrauch machen und die erteilte Einwilligungserklärung mit Wirkung für die Zukunft abändern oder gänzlich widerrufen, entweder postalisch oder per E-Mail.

IMPRESSUM

Gestaltung: Anufaktur • www.anufaktur.de

Druck: Ströher Druck • www.stroeher-druck.de

Fotos: Anufaktur | [stock.adobe.com](https://www.adobe.com/stock)

Seite 1, @Robert Kneschke | Seite 2 und 3, @Anu Stäpke | Seite 6, @th.stäpke
Seite 9, @Olga Yastremska | Seite 12, @FamilyVeldman | Seite 16, @Robert Kneschke
Seite 17, @Anu Stäpke | Seite 20, @Louis-Photo | Seite 22, @Oksana Kuzmina
Seite 28, @Anu Stäpke | Seite 29, @Nattakorn | Seite 30, @Romolo Tavani
Seite 32, @Anu Stäpke | Seite 40, @feliks szewczyk | Seite 42, @Dörte Stiller
Seite 47, @Sia | Seite 48, @Zsuzsanna | Seite 50, @Anu Stäpke
Seite 52, @ANDOR BUJDOSO | Seite 54, @STUDIO GRAND QUEST | Seite 57, @irina
Seite 61, @Wavebreak Media LTD | Seite 63, @kegfire | Seite 69, @Dörte Stiller
Seite 71, @Ermolaev Alexandr | Seite 73, @Favebrush | Seite 75, @Baramee
Seite 79, @Asier | Seite 80, @Khaqan | Seite 84, @Robert Kneschke
Seite 89, @Anu Stäpke | Seite 90, @Konstantin Postumitenko
Seite 96, @Grit Wuttke | Seite 99, @contrastwerkstatt | Seite 100, @Teddy Rawpixel
Seite 107, @fizkes | Seite 108, @africa-studio.com | Seite 111, @DELFI
Seite 112, @Drobot Dean | Seite 115, @CarlosBarquero | Seite 120, @Monkey
Business Images | Seite 123, @Grit Wuttke | Seite 125, @Halfpoint | Seite 127, @
StockPhotoPro | Seite 130, @Robert Kneschke | Seite 133, @Anu Stäpke | Seite 136,
@Anu Stäpke | Seite 140, @Anu Stäpke | Seite 144, @A_B_C | Seite 147, @INGO
BARTUSSEK | Seite 156, @Anu Stäpke | Seite 162, @khsorrk



Anmeldung

ACHTUNG!

Bitte geben Sie Ihre
Adresse auf der
Vorderseite an!

Sie bekommen nur
Nachricht, wenn Ihr
Kurs bereits belegt ist.

**Wir verschicken
keine schriftlichen
Bestätigungen!**

Kurs-Nummer	Titel	Gebühr
.....
Kurs-Nummer	Titel	Gebühr

.....
Für Kurse mit Kindern: Name, Vorname, Geburtsdatum des Kindes

- Ich bin damit einverstanden, dass meine Daten gespeichert werden.
 Ich habe jederzeit das Recht auf Löschung meiner Daten.

SEPA-Lastschriftmandat

Meine Anmeldung ist verbindlich und ich erkenne die Teilnahmebedingungen der FABI (siehe Programm Seite 4) an. Ich erkläre mich damit einverstanden, dass die von mir zu entrichtenden Kursgebühren per SEPA-Lastschriftmandat von meinem Konto abgebucht werden durch das Kirchenamt Celle: (Gläubiger-Identifikationsnr: DE 26 KAC 00000219109).

IBAN

BIC

Datum, Unterschrift



Dafür habe ich
mich angemeldet:

Bitte
ausreichend
frankieren

Absender/-in

.....
Name

.....
Vorname

.....
Straße, Hausnummer

.....
PLZ / Ort

.....
Telefon privat

.....
Telefon dienstlich

.....
Telefax

.....
E-Mail

An die
Ev. Familien-Bildungsstätte
Fritzenwiese 9
29221 Celle



Bitte geben Sie Ihre
Adresse auf der
Vorderseite an!

Selbstverständlich
erhalten Sie für
Ihre Spende eine
Zuwendungsbestätigung.

Hiermit unterstütze ich die FABI und spende

Ich erkläre mich damit einverstanden, dass meine Spende
per Lastschriftmandat von meinem Konto abgebucht wird.

10,- €

25,- €

50,- €

anderer Betrag

SEPA-Lastschriftmandat

IBAN

BIC

Datum, Unterschrift

einmalig

monatlich

vierteljährlich

jährlich



Absender/-in

.....
Firma

.....
Name

.....
Vorname

.....
Straße, Hausnummer

.....
PLZ / Ort

.....
E-Mail

Bitte
ausreichend
frankieren

DANKE

**Wir freuen uns,
dass Sie die FABl
unterstützen**

**An die
Ev. Familien-Bildungsstätte
Fritzenwiese 9
29221 Celle**



Innovation

trifft

Tradition

DIGITALDRUCK

OFFSETDRUCK



www.facebook.com/StroeherDruck

**STRÖHER
DRUCK** seit
1862

Druck, Verlag & Werbung

Hans-H.-Warnke-Str. 15
29227 Celle

Telefon 05141 **9859-0**

Fax 05141 9859-59

mail@stroeher-druck.de

| www.stroeher-druck.de

Fotos: www.fotolia.com



Sinn stiften liegt in unserer Natur.

Weil echte Nachhaltigkeit allen etwas bringt.

Deshalb unterstützen 760 gemeinnützige Stiftungen der Sparkassen-Finanzgruppe viele wichtige Projekte. Regional verbunden und bürgernah:
Wir stiften mehr Sinn in unserer Gesellschaft.

[sparkasse-cgw.de](https://www.sparkasse-cgw.de)



Sparkasse
Celle · Gifhorn · Wolfsburg