

PROGRAMM 2023



**Für mehr
Bildung in
Oldenburg**

„Kurse
Vorträge
Seminare
Fortbildungen
Angebote für Kinder
Sport und Gesundheit
Theologie und Kirche
Sprachen lernen

Liebe Leserinnen und Leser,

vielen Dank für Ihr Interesse an unserem Programm!

Auch 2023 werden uns dramatische Krisen, wie der Krieg gegen die Ukraine und der Klimawandel, und Probleme, wie die Corona- bzw. CoViD19-Welle weiter beschäftigen.

Neben unserem „normalen“ Programm, das Sie vielleicht schon zum Teil aus früheren Jahren kennen, möchten wir uns in diesem Jahr schwerpunktmäßig einem weiteren heiklen Thema zuwenden. Es soll um Nachhaltigkeit gehen. Die Industrieländer verschwenden Rohstoffe und Energie in beträchtlichem Ausmaß. Dies hat nicht nur negative Konsequenzen bei Abbau und Produktion, sondern auch bei der Verwendung der so erzeugten Produkte, z. B. bei der Energieerzeugung durch dabei vielfach entstehendes Kohlendioxid, oder der Entsorgung der produzierten Produkte, z. B. in Form von Mikroplastik, das in die Meere gelangt. Nachhaltigkeit ist daher ein Gebot der Stunde und vor allem auch eine Aufgabe für Christinnen und Christen.

Wir wollen mit Ihnen nach Möglichkeiten für einen nachhaltigen Umgang mit unseren Ressourcen suchen und Ihnen Möglichkeiten aufzeigen, was im täglichen Leben zur Schonung der Umwelt getan werden kann.

Für weitere Informationen schauen Sie sich auch auf unserer Homepage: www.keb-ol.de



Wir freuen uns auf Sie!

Dr. Michael Kodde

1. Vorstandsvorsitzender der KEB-Oldenburg e.V.

BILDUNGS- PROGRAMM

2023



Bei uns ist jede Teilnehmerin und jeder Teilnehmer herzlich willkommen!

Erleben Sie ein buntes Kursangebot für Jung und Alt

Bitte beachten Sie unsere Geschäftsbedingungen, Datenschutzerklärungen und organisatorischen Hinweise auf unserer Homepage

@keb_oldenburg



www.keb-ol.de



Unser Haus in der Peterstr.6 In Oldenbrug

INHALTVERZEICHNIS

 Theologie und Kirche	4
 Politik und Gesellschaft	6
 Pädagogik	15
 Sprachen	24
 Entspannung und Gesundheit	30
 Studienreisen	39
 Kultur und Gestaltung	40
 Berufliche Bildung	47
 Gemeinden	51
 Katholische Sozialverbände	54

Im Laufe des Jahres organisieren wir fortlaufend neue Veranstaltungen und Fachvorträge für Sie. Die aktuellen Informationen dazu finden Sie auf unserer Webseite www.keb-ol.de

KIRCHENPOTPOURRI IN OLDENBURG

Eine Religion, drei Kirchen, eine Synagoge

An der Peterstraße stehen im Abstand von 500 Metern die Garnisonkirche, die Peterkirche und die Friedenskirche. Warum?

Die Kirchenführerin Elke Wendeln begleitet Sie, um und in die drei Kirchen. Sie wird ihnen die religiöse Entwicklung in Oldenburg, die Baugeschichte, die Einrichtungsgegenstände, die der Liturgie und den kirchlichen Riten dienen sowie viele kirchengeschichtliche Hintergründe vermitteln.

Was das Judentum mit dem Christentum zu tun hat sowie historische Hintergründe der oldenburgischen Geschichte werden während des Rundgangs zwischen der Gedenkstätte an der Peterstraße und der neuen Synagoge erläutert.

Entdecken Sie gemeinsam das spannende Feld Glaubensräume.

Leitung: Elke Wendeln
Ort: St. Peter Kirche, Peterstr. 22-26, Oldenburg
Gebühr: 3,00 €
Anmeldung: Tel.: 0441-36197937, info@keb-ol.de
Koop. Partner: Stadtmuseum Oldenburg

311053

Kirchenpotpourri an der Peterstrasse

Termin: Dienstag, 28.03.2023, 15:00-17:30 Uhr

321054

Kirchenpotpourri an der Peterstrasse

Termin: Mittwoch, 10.10.2023, 15:00-17:30 Uhr

311056

Die Katholische Präsenz in der Executive und Legislative in Niedersachsen

Vortrag

- Leitung:** Prälat Prof. Dr. Felix Bernard
Termin: Donnerstag, 22.06.2023, 19:30-21:00 Uhr
Ort: *wird noch bekannt gegeben*
Gebühr: kostenfrei
Anmeldung: Georg Konen (www.kkv-oldenburg.de) unter
Tel.: 0441.84209 oder Mobil: 01724143404
Koop. Partner: KAB, Kolping, KKV, Forum St. Peter



Kirchenfenster (@pixabay.com)

311301

Lebensmittelsicherheit und Verbraucherschutz

Vortrag

- Leitung:** Prof. Dr. Eberhard Haunhorst
Termin: Donnerstag, 23.02.2023, 19:30 Uhr
Ort: Forum St. Peter, Peterstr. 22-26, Oldenburg
Gebühr: kostenfrei
Anmeldung: Georg Konen (www.kkv-oldenburg.de) unter Tel.: 0441.84209 oder Mobil: 01724143404
Koop. Partner: KAB, Kolping, KKV, Forum St. Peter

311302

Schulunterricht im Wandel der Zeiten – von der Kreide zur digitalen Vernetzung

Vortrag

- Leitung:** Achim Krebber
Termin: Donnerstag, 20.04.2023, 19:30 Uhr
Ort: Liebfrauenschule, Auguststr. 31, Oldenburg
Gebühr: kostenfrei
Anmeldung: Georg Konen (www.kkv-oldenburg.de) unter Tel.: 0441.84209 oder Mobil: 01724143404
Koop. Partner: Liebfrauenschule, KAB, Kolping, KKV, Forum St. Peter

311303

Arktis-Mosaic- Expedition

Vortrag

- Referent:** Prof. Dr. Christian Haas
Termin: Donnerstag, 25.05.2023, 19:30 Uhr (unter Vorbehalt)
Ort: Forum St. Peter, Peterstr. 22-26
Gebühr: kostenfrei
Anmeldung: Georg Konen (www.kkv-oldenburg.de) unter Tel.: 0441.84209 oder Mobil: 01724143404
Koop. Partner: KAB, Kolping, KKV, Forum St. Peter

311305

Gut vorgesorgt durch Vollmacht und Patientenverfügung

Vortrag

Die Teilnehmenden erhalten einen Überblick über die Vorsorgevollmacht, Betreuungsverfügung und Patientenverfügung. Wer regelt Ihre Angelegenheiten, wenn Sie es nicht mehr können? Jeder kann unabhängig vom Alter in Situationen geraten, in denen Andere für einen entscheiden müssen. Die entsprechende Vorsorge sollten Sie in gesunden Tagen treffen.

- Leitung:** Katja Schwackenberg, Rechtsanwältin und Notarin, Fachanwältin für Erbrecht
Termin: Mittwoch, 15.03.2023, 18:15-20:30 Uhr
Ort: KEB, Peterstr. 6, Oldenburg, Raum 2
Gebühr: 4,00 €
Anmeldung: Tel.: 0441-36197937, info@keb-ol.de

321306

Erben und Vererben. Wie schreibe ich mein Testament

Vortrag

Erbrechtliche Angelegenheiten erweisen sich immer wieder als äußerst komplex, sodass Laien mitunter Probleme haben, diese alleine zu bewältigen. Vererben - das wird ein Thema nach dem Tod eines nahen Angehörigen oder einer nahestehenden Person. Nach der gesamten Abwicklung der Formalitäten sollte man umgehend mit der Suche nach einem Testament oder einem Erbvertrag beginnen. Der letzte Wille könnte eventuell Hinweise enthalten, wie der verstorbene Mensch bestattet werden möchte. Testament, Erbvertrag oder eine Schenkung zu Lebzeiten? Eine Regelung muss getroffen werden.

Insbesondere künftige Erblasser sollten sich intensiv mit dem Thema Erbrecht auseinandersetzen, um anschließend ein korrektes und bestandskräftiges Testament errichten zu können. Ist dies der Fall, ist es besonders wichtig, dass man sich mit den Besonderheiten der Testaments-Erstellung auskennt, um Fehler zu vermeiden. Schließlich kann eine

falsche Formulierung dazu führen, dass zumindest ein Teil der letztwilligen Verfügung nicht korrekt ausgelegt oder gar für unwirksam erklärt wird. Da man sich selbst als Erblasser bei Eintritt der Erbschaft nicht mehr äußern kann, schließlich weilt man dann nicht mehr unter den Lebenden, muss der Inhalt des Testaments juristisch einwandfrei und zudem unmissverständlich sein.

Referentin: Frau Katja Schwackenber, Rechtsanwältin und Notarin, Fachanwältin für Erbrecht
Termin: Mittwoch, 15.11.2023, 18:15-20:30 Uhr
Ort: KEB, Peterstr. 6, Oldenburg, Raum 2
Gebühr: 4,00 €
Anmeldung: Tel.: 0441-36197937, info@keb-ol.de

311307

Tauche in die wundervolle Welt des Malens ein

Kurzlehrgang

Leitung: Wolfgang Seßelberg
Termin: Dienstag, 10.01.2023, 15:00 Uhr
Ort: Kath. Pfarrheim Hl. Geist, Dedestr. 13, Oldenburg
Anmeldung: Kolpingsfamilie Oldenburg-Stadt
Elka Nast, Telefon: 0441 92 51 89 0
Koop. Partner: KAB, Kolping, KKV, Forum St. Peter
Mitzubringen sind kleine Pinsel.

311308

Physikerin Marie Curie

Vortrag

Leitung: Monika Schad
Termin: Dienstag, 11.04.2023, 15:00 Uhr
Ort: Kath. Pfarrheim Hl. Geist, Dedestr. 13, Oldenburg
Anmeldung: Kolpingsfamilie Oldenburg-Stadt
Elka Nast, Telefon: 0441 92 51 89 0
Koop. Partner: KAB, Kolping, KKV, Forum St. Peter

311309

Mühlenführung in Gehlenberg

Termin: Dienstag, 13.06.2023, 14:00-18:00 Uhr
Anmeldung: bei KB Chr. Sauer, Tel.: 0441-30434913
Koop. Partner: KAB, Kolping, KKV, Forum St. Peter

Treffpunkt um 14:00 Uhr an der St Christophorus-Kirche, Brookweg 30. Abfahrt ist um 14:15 Uhr.

Der Preis für Kaffee, Kuchen und Bus beträgt 15,00 € pro Person. Rückkehr ist gegen 18 Uhr geplant.

IMPROTHEATER 55 PLUS

Das ganze Leben ist ein Spiel

Der Kurs richtet sich an Menschen ab 55 Jahren, die Lust am Theaterspielen haben. Es geht nicht darum, Texte auswendig zu lernen oder Stücke einzustudieren, sondern darum, durch Improvisieren kurze Szenen entstehen zu lassen. Hier kann jede und jeder seiner Fantasie freien Lauf lassen.

Auf unserer Bühne ist all das erlaubt, wozu uns sonst der Mut fehlt. Es geht um die Lust sich selbst auszuprobieren und vielleicht ganz neue Seiten an sich selbst zu entdecken. Im Vordergrund steht der Spaß am Spielen. Nebenbei schulen wir unsere Spontaneität und unsere Ausdrucksmöglichkeiten.

Leitung: Jo Schmitt
Termine: werden vor Ort bekannt gegeben
Ort: Senioren Treffpunkt im Pavillon,
Scheideweg 100, Oldenburg
Gebühr: 50,00 €
Anmeldung: Tel.: 0441- 39011530 (Julia Ritterhoff)



Wie umweltfreundlich und nachhaltig ist unsere Kita?

Umweltbildung und Nachhaltigkeit sind gerade in Kindergärten und Kindertagesstätten wichtige Themen, denn hier können früh die Grundsteine für einen bewussten Umgang mit unserem Planeten und seinen Ressourcen gelegt werden. Die Natur zu beobachten und gemeinsam die Tier- und Pflanzenwelt zu entdecken, gehört dabei ebenso dazu wie das Erlernen zukunftsfähigen Denkens und Handelns. Energie sparen, Abfall reduzieren, Pflanzen und Tiere schützen – diese Erfahrungen sammelt der Nachwuchs bereits im Kindergartenalter und kann so die Zukunft selbstwirksam mitgestalten.

Die Leiterin des außerschulischen Lernortes JadeMareTeam, Colette Lenuweit bietet eine Expertise für Deine Kita an. Nach einer Begutachtung in Hinsicht auf BNE-Aspekte erarbeitet sie zusammen mit Dir und deinem Team Anwendungsbereiche und Umsetzungsmöglichkeiten von Umweltthemen für deinen Arbeitsplatz. Durch den Erwerb methodischer Kenntnisse wird Dein Wirken umweltfreundlich und nachhaltig gestaltet sein. Abschließend werden naturpädagogische individuelle Projekte in der Kita durchgeführt.

Du bekommst am Ende einen Fahrplan in der Form eines digitalen Handbuches wie Du deine Kita umweltfreundlich und nachhaltig gestalten kannst.

- Zielgruppe:** Kindergärtner*innen
Leitung: Colette Lenuweit, Natur- & Kulturpädagogin
Termin: 2 Termine, 10:00-15:00 Uhr
Ort: Kita, Krippe
Gebühr: 550,00 € (ohne Material)
Anmeldung: Tel.: 0441-36197937, info@keb-ol.de
Koop. Partner: JadeMareTeam BNE-Atelier
(Ausgezeichnetes UNESCO Dekade Projekt)

321311 KLIMA & FAMILIE



Eltern-Kind Workshop

Im Rahmen der Deutschen Aktionstage Nachhaltigkeit 2023 laden wir an diesem Samstag zu unserer „Klima-Workshop“. Hier erfahren Kinder und Eltern einen vertrauensvollen Umgang mit der Umwelt, denn Themen rund um Klima, Umwelt und Nachhaltigkeit werden interaktiv und spielerisch behandelt: Die Kinder können in diesem Praxis-Workshop selbst Bäumchen pflanzen, ein Bienenwachstuch ziehen, sich mit der Vielfalt im Garten auseinandersetzen und ihren eigenen ökologischen Handabdruck berechnen und andere Überraschungsaktionen. Nach der erfolgreichen Absolvierung aller Stationen haben die jungen Teilnehmenden noch die Gelegenheit, sich in „Upcycling“ zu üben - aus alten Alu-Dosen ein Insektenhotel zu basteln.

- Zielgruppe:** Kinder mit ihren Eltern
Leitung: Nadine Wilkens und Colette Lenuweit
Ort: Hof Wilkens, Denkmalsweg 25, Oldenburg
Termin: Samstag 23.09.2023, 10:30 -13:00 Uhr
Anmeldung: Tel.: 0441-36197937, info@keb-ol.de
Koop. Partner: Pferdehof Nadine und Wilke Wilkens, JadeMareTeam BNE-Atelier

311312 KLIMA & FILZEN



Filze ein Unikat aus Wolle: filzen aus Naturprodukten

In entspannter Atmosphäre lernen wir einiges über die Eigenschaften von Schafen und Wolle und das Handwerk des Nadelfilzens. Beim Filzen selbst entstehen aus dem Naturmaterial Wolle tolle Figuren und Formen, mit etwas handwerklichem Geschick kleine Kunstwerke. Nebenbei erzählt die Naturpädagogin Colette Lenuweit, warum Wollprodukte nachhaltig und umweltfreundlich sind, welches

Geheimnis Nachhaltigkeit in sich trägt und wie man diese für sich nutzen kann. Die fertigen Stücke können mit nach Hause genommen werden.

Wir freuen uns auf Dich!

Zielgruppe: Erwachsene (gern mit älteren Kindern)
Leitung: Colette Lenuweit, Natur- & Kulturpädagogin
Ort: Räume der KEB
Termine: 5 x alle 2 Wochen freitags, 18:00-20:00 Uhr

Anmeldung: Tel.: 0441-36197937, info@keb-ol.de

Koop. Partner: JadeMareTeam BNE-Atelier



Image(@pixabay.com)

311314 KLIMA & KOCHEN



Man ist, was man isst: Genießen mit gutem Gewissen

Klimafreundlich kochen und geschmackvoll genießen werden wir in diesem Kurs gemeinsam umsetzen. Mit einer Kochkiste und anderen Gerätschaften zu experimentieren, sind spannende Stationen in diesem Kurs. Wie wir tatsächlich mit unserer Art der Ernährung das Klima beeinflussen können, sehen wir in unserer Natur schon sehr deutlich. Welche die besten Zutaten für den kulinarischen Klimaschutz hier in dieser Region sind und wie uns dieser gelingt, zeigt sich bei der

Auswahl passender Zutaten, beim Einkaufen und beim Verarbeiten. Auch das Haltbarmachen von Nahrung werden wir ausgiebig erproben. Dieser Kurs beinhaltet einen Kochkurs.

Jeden Abend entsteht ein leckeres Gericht und eine „Schüssel“ voll mit wertvollen Nachhaltigkeitstipps für zu Hause.

Leitung: Colette Lenuweit, Natur- & Kulturpädagogin
Ort: Küche Paulus Schule
Termine: 4 Termine: 02.06, 23.06, 15.09, 29.09.2023
von 18:00-21:00 Uhr

Anmeldung: Tel.: 0441- 36197937, info@keb-ol.de
Koop. Partner: JadeMareTeam BNE-Atelier



Image(@pixabay.com)

321315 KLIMA & BILDUNG



Spiele und Methoden in der Umweltbildung, für Familien

Zusammen bei einem Spaziergang im Hegeler Wald und an den dortigen Biotopen entdecken wir die Besonderheiten einer unverwechselbaren und schützenswerten Landschaft, aber auch die Hintergründe ihrer Bedrohung (mit Picknick).

Rasante spannende Spiele mit Naturmaterialien rund um die Tierwelt und unsere Natur, für draußen und drinnen. Mit heißen Fragen für kühle Köpfe begegnen wir dem Klimawandel. Wie schaffen wir in unserer lokalen Umwelt wieder Wildnis zum Entdecken? Was ist BNE und was sind die Nachhaltigkeitsziele (SDGs)? Es erwartet alle Interessierten ein naturnaher und entspannender Tag im BNE-Atelier des JadeMareTeams.

- Zielgruppe:** Erwachsene mit Kindern
Leitung: Colette Lenuweit, Natur- & Kulturpädagogin
Ort: JadeMareTeam
Am Forst 1, 26197 Huntlosen
Termin: 18.08.2023 oder am 01.09.2023,
von 13:00 -18:00 Uhr
Anmeldung: Tel.: 0441-36197937, info@keb-ol.de
Koop. Partner: JadeMareTeam BNE-Atelier

311316 WALD-WIESE-MEER



Kinder Workshop – Ferienangebot von JadeMareTeam

Dieses Angebot richtet sich an Familien, die eine besondere Beschäftigung an Ferientagen für ihr Kind ab 7 Jahren suchen. Mit JadeMareTeam wird Ihr Kind unsere Natur auf besondere Weise erleben.

In der Natur und im Atelier erfährt ihr Kind, welche Tiere in Wiesen, im Wald und Meer leben. Was für Gefahren und Gewohnheiten gibt es in diesen Lebensräumen? Was sind Nahrungsketten? Ihr Kind entdeckt die klitzekleine bis mächtig große Welt der Natur. Wir werden mit Naturmaterialien basteln und Kunstobjekte gestalten.

- Leitung:** Colette Lenuweit, Natur- & Kulturpädagogin
Ort: BNE Atelier des JadeMareTeam,
Am Forst 1, 26197 Huntlosen
Info: Tel.: 0152 31955094

311221 MACH LANGSAM KLEINER BÄR

Yoga und Entspannung mit Kindern – Teil 1

Basis-Fortbildung für Erzieher/-innen und Päd. Mitarbeiter

An diesem Tag wird es um Stress, Stressmanagement und Entspannung gehen. Sie als ErzieherIn erfahren, was Stress bedeutet und wie Sie ihm im Alltag begegnen können. Sie halten Rückschau, wie Sie ihren Alltag zur Zeit gestalten.

Sie erfahren den Unterschied zwischen linearen und zirkulären Zeiten und erhalten viele Ideen, wie Sie den Alltag für sich und die Kinder mit mehr Ruhe und Achtsamkeit gestalten können.

Zusätzlich lernen Sie Entspannungs-, Bewegungs- und Konzentrationsspiele kennen und üben diese ein. Darüber hinaus erhalten Sie eine Einführung in Kinder-Yoga und dessen Umsetzung.

Dabei sind "Aus-Zeiten" die wichtigen Erholungszeiten für den Organismus. In der Ruhe und Stille werden Befindlichkeiten bewusst, Erlebnisse verarbeitet und eingeordnet. Ganz nebenbei gönnen Sie sich selbst einen wunderbar entspannten Tag.

- Leitung:** Anja Völlings
Ort: KEB, Peterstr. 6, Oldenburg
Gebühr: 65,00 €
Anmeldung: Tel.: 0441-36197937, info@keb-ol.de
Termin: 14.04.2023, 09:00-15:45 Uhr
Info: Inkl. Getränke. Bitte bringen Sie eine Decke, bequeme Kleidung, warme Socken und Schreibmaterial mit.

321222 MACH LANGSAM KLEINER BÄR

Yoga und Entspannung mit Kindern – Teil 2

Aufbauschulung für Erzieher/-innen und Päd. Mitarbeiter

Aufbauend auf der Basisfortbildung "Mach langsam, kleiner Bär" werden die Schwerpunkte dieser Aufbauschulung in den Bereichen Yoga, Meditation und Spiritualität liegen. Es wird der Begriff der Alltagsspiritualität eingeführt und eine Übertragung in die Arbeit mit den Kindern ermöglicht.

Ganz nebenbei gönnen Sie sich selbst einen wunderbar entspannten Tag.

- Leitung:** Anja Völlings
Ort: KEB, Peterstr. 6, Oldenburg
Gebühr: 65,00 €
Anmeldung: Tel.: 0441-36197937, info@keb-ol.de
Termin: Freitag, 22.09.2023, 09:00-15:45 Uhr
Info: Inkl. Getränke. Bitte bringen Sie eine Decke, bequeme Kleidung, warme Socken und Schreibmaterial mit.

311223

Gewaltfreie Kommunikation

*Fortbildung für pädagogische Mitarbeiter*innen, Erzieher*innen, Lehrer*innen*

Im Fokus steht die Gesprächsgestaltung in herausfordernden Situation mit einer wertschätzenden, einfühlsamen und klaren Grundhaltung. Diese Fortbildung schafft u.a. einen theoretischen Überblick zur Gewaltfreien Kommunikation. Praktisch geht es um die Sensibilisierung und Unterscheidung trennender und verbindender Kommunikation.

Im gemeinsamen "Empathietraining" werden die Teilnehmenden ihre Wahrnehmung für Mimik und Körpersprache schärfen. Wir entschlüsseln die Gefühle hinter mimischen und körperlichen Signalen - hierbei kommt u.a. der aktuellste Stand der Mimikforschung zum Tragen. Zudem bedienen wir uns der Video-Interaktions-Analyse (VHT

Methode nach SPIN DGVB) und machen uns gemeinsam auf die Suche nach den Bedürfnissen unseres Gegenübers. Wie dieses Wissen wirkungsvoll in den Gesprächsprozess eingebaut werden kann und hitzige Gespräche deeskalativ und verbindend gestaltet werden können, das werden alle Teilnehmenden in gemeinsamen Gesprächssituationen trainieren. Ziel ist die authentische und alltagstaugliche Anwendung der Gewaltfreien Kommunikation.

Inhalte:

- Grundlagen der Gewaltfreien Kommunikation
- Analyse trennender und verbindender Kommunikation
- Echte Gefühle vs. unechte Gefühle
- Mimik und Körpersprache entschlüsseln (Video-Interaktions-Analyse)
- Impathie-Training - erkenne, was Du selbst brauchst
- Empathie-Training - erkenne, was Dein Gegenüber braucht
- Vorwürfe entschärfen und übersetzen
- Herausfordernde Gespräche gestalten
- Umgang mit verbalen Aggressionen
- Konflikte klären
- Gewaltfreie Kommunikation mit Kindern
- Anschließende Möglichkeit zur 7-Tage-Challenge (Impulse per E-Mail zur Vertiefung)

Leitung: Hergen Sasse

Termin: Donnerstag, 22.06.2023, 08:30-15:30 Uhr

Ort: KEB, Peterstr. 6, Oldenburg

Gebühr: 185,00 € (inkl. Stehcafé)

Anmeldung: Tel.: 0441-36197937, info@keb-ol.de

Hergen Sasse ist Referent für betriebliches Konfliktmanagement, Deeskalationstrainer, Fachpädagoge für Konfliktkommunikation, SAM-Mentor i.A., VHT-Coach und Buchautor. Im Februar 2023 erscheint sein Praxisbuch "Konflikte lösen. Schwierige Situationen im Kita-Alltag meistern."



321224

Herausfordernde Elterngespräche positiv gestalten

*Fortbildung für pädagogische Mitarbeiter*innen,
Erzieher*innen, Lehrer*innen*

Wie kann gewaltfreie und deeskalierende Kommunikation mit Eltern gelingen? Immer häufiger reagieren Eltern und Angehörige, im Besonderen durch die Einschränkungen der Pandemie, impulsiv und "entladen" ihren nachvollziehbaren Frust in der Einrichtung. Die Belastung der Fachkräfte tut ihr Übriges, so dass Gespräche schnell "hochkochen", Belastungen durch verbale Übergriffe nehmen zu und das System befindet sich in einer Abwärtsspirale. Schluss damit! Die gute Nachricht, auf diese Gesprächssituationen können wir uns vorbereiten, wie mit einem Erste-Hilfe Kurs.

Zielgruppe: Kitas, Schulen und Einrichtungen der Jugend- und Behindertenhilfe.

Inhalte:

- Entstehung von Wut & Aggressionen
- Ursachen von Gewalt
- Neuropsychologische Impulse
- Ruhe bewahren -Techniken zur Selbstregulation
- Prinzipien gelingender Kommunikation
- Was ist gewaltfreie Kommunikation?
- Gewalt in unserer Sprache
- Der Gefühls- und Bedürfniskompass
- Beziehung vor Inhalt - Video-Interaktions-Diagnostik
- Wie du eine angenehme Atmosphäre schaffst
- Die vier Bedürfnistypen
- Die Bewertungsfalle & Sackgassenstrategien
- Verbale Deeskalation & Empathische Deeskalation
- Vorwürfe entschärfen und übersetzen

Leitung: Hergen Sasse
Termin: Donnerstag, 09.11.2023, 08:30-15:30 Uhr
Ort: KEB, Peterstr. 6, Oldenburg
Gebühr: 185,00 € (inkl. Stehcafé)
Anmeldung: Tel.: 0441-36197937, info@keb-ol.de

ZWERGENHOF BEI WILKENS

Eltern-Kind Bauernhof

Kinder wollen die Welt mit allen Sinnen entdecken und erkunden. Ein Bauernhof bietet ein unerschöpfliches Angebot an Erfahrungs-, Lern- und Spielmöglichkeiten für Erwachsene und Kinder.

An 10 Terminen können die Kinder mit Ihren Eltern auf dem Hof verschiedene Tiere in artgerechter Haltung kennenlernen, erleben und begreifen. Allen wird ein kleiner und gleichzeitig sehr bedeutsamer und wirkmächtiger Einblick in die Arbeit der Landwirtschaft und Tierhaltung vermittelt.

Die Zwergenhof-Naturpädagogin und unsere Gastgeberin Nadine Wilkens zeigt Ihnen, wie Sie die gesunde Entwicklung Ihres Kindes entwicklungs- und altersgerecht unterstützen, fördern und viel Spaß dabei haben können.

Der Bauernhof bietet Ihnen und Ihrem Kind die Möglichkeit:

- Verschiedene Hoftiere und deren Haltung kennenzulernen
- Die Arbeiten auf dem Hof zu erleben, z.B. säen, pflanzen, pflegen und ernten
- Fahrzeuge und Arbeitsmaterialien im Einsatz zu sehen
- Sensible Umgangsformen und Einfühlungsvermögen zu entwickeln
- Und noch vieles mehr

Sie sind herzlich eingeladen!

Während der Schulferien oder an Feiertagen finden keine Termine statt.

311241

Ziegen-Gruppe

Eltern-Kind Bauernhof

- Leitung:** Nadine Wilkens, Naturpädagogin
Termine: Montag, 17.04.2023 - 03.07.2023,
15:30-17:00 Uhr (x 10)
Ort: Zucht- und Sportpferde Pensionsbetrieb,
Denkmalsweg 25, Oldenburg
Gebühr: Eltern 50,00 €, Kinder 30,00 €
Anmeldung: Tel.: 0441-36197937, info@keb-ol.de

321243

Ziegen-Gruppe

Eltern-Kind Bauernhof

- Leitung:** Nadine Wilkens, Naturpädagogin
Termine: Montag, 11.09.2023 - 11.12.2023,
15:30-17:00 Uhr (x 10)
Ort: Zucht- und Sportpferde Pensionsbetrieb,
Denkmalsweg 25, Oldenburg
Gebühr: Eltern 50,00 €, Kinder 30,00 €
Anmeldung: Tel.: 0441-36197937, info@keb-ol.de



311242

Hühner-Gruppe

Eltern-Kind Bauernhof

- Leitung:** Nadine Wilkens, Naturpädagogin
Termine: Donnerstag, 20.04.2023 - 29.06.2023,
10:00-11:30 Uhr (x 10)
Ort: Zucht- und Sportpferde Pensionsbetrieb,
Denkmalsweg 25, Oldenburg
Gebühr: Eltern 50,00 €, Kinder 30,00 €
Anmeldung: Tel.: 0441-36197937, info@keb-ol.de

321244

Hühner-Gruppe

Eltern-Kind Bauernhof

- Leitung:** Nadine Wilkens, Naturpädagogin
Termine: Donnerstag, 14.09.2023 - 30.11.2023,
10:00-11:30 Uhr (x 10)
Ort: Zucht- und Sportpferde Pensionsbetrieb,
Denkmalsweg 25, Oldenburg
Gebühr: Eltern 50,00 €, Kinder 30,00 €
Anmeldung: Tel.: 0441-36197937, info@keb-ol.de



NATURWERKSTATT



Naturwerkstatt auf dem Bauernhof

Für Kinder von 4 bis 6 Jahre

In unserer Naturwerkstatt stehen motorische Fähigkeiten und handwerkliches Geschick im Vordergrund. Dabei können Werk- und Bastelarbeiten mit am Bauernhof vorhandenen Naturmaterialien durchgeführt werden, wie z.B.:

- Schafwolle filzen
- Vogelhaus bauen
- Osternest basteln
- Salzteig kneten
- Kürbisse verzieren
- Holz schnitzen und vieles mehr

Kinder wollen die Welt mit allen Sinnen entdecken und erkunden. Ein Bauernhof bietet ein unerschöpfliches Angebot an Erfahrungs- und Lernmöglichkeiten. Gerade für Kinder im Vorschulalter eröffnet sich hier ein Erfahrungsfeld für unmittelbare und einprägsame Erlebnisse.

Wir treffen uns ab August an 9 Terminen im Jahr einmal im Monat samstags vormittags (Januar, Februar, Juli sind frei).

Kosten: 180,00 € inkl. Material

Anmeldung: Tel.: 0441-36197937, info@keb-ol.de



321240

Babysitter mit Diplom

Spiele, singen, helfen – für dich kein Problem!

Auf Babys aufzupassen, ist kein x-beliebiger Job. Babysitter zu sein, ist eine verantwortungsvolle Aufgabe. Hol dir deshalb in diesem Seminar wichtiges Wissen: Was spiele ich mit Kleinkindern? Wie versorge ich Babys? Was singe ich am Bettchen vor? Wie leiste ich schnelle Hilfe bei einem Unfall? Anschließend bist du der perfekte Babysitter. Und das kannst du Eltern, die dich engagieren wollen, auch zeigen - denn am Seminarendende gibt es das „Babysitterdiplom“!

Leitung:	Sarah Claußen
Ort:	KEB, Peterstr. 6, Oldenburg
Gebühr:	44,00 €
Anmeldung:	Tel.: 0441-36197937, info@keb-ol.de
Termine:	Dienstag, 14.11.2023 - 12.12.2023, 16:15-18:00 Uhr (x5)

THEMATISCHE ELTERNABENDE

In der Liebfrauenschule

Es gibt viele Themen, die Eltern und Lehrern auf den Nägeln brennen. Inhaltlich bieten wir Elternabende zu folgenden Themen an:

- Lernmethoden: Lernen lernen!
- Cybermobbing
- Sucht und Medien
- Pubertät

Diese Elternabende können bei uns einzeln gebucht werden.

Termine:	auf Anfrage
Ort:	Liebfrauenschule, Auguststr. 31, Oldenburg

SPRACHEN

ENGLISCH FÜR FORTGESCHRITTENE

Plauderrunde nach Feierabend - "in English"

Das Tagewerk ist vollbracht, jetzt darf es gemütlich werden: Wir wollen uns nach Feierabend treffen, um in lockerer Atmosphäre Englisch zu sprechen und zwar ohne "Schuldruck" und Vokabelpauken!

Hier geht es darum, bereits erworbene Englischkenntnisse abrufbar zu halten. Damit sich alle einbringen können, behandeln wir zeitgemäße Themen, zu denen jeder etwas sagen kann - "in English of course" ..

Leitung: Margaret Ellard
Ort: KEB, Peterstr. 6, Seminarraum 1
Anmeldung: Tel.: 0441-36197937, info@keb-ol.de

311380

Termine: Montag, 06.02.2023 - 22.05.2023,
18:30-20:00 Uhr (x 12)
Gebühr: 93,60 €

321381

Termine: Montag, 11.09.2023 - 18.12.2023,
18:30-20:00 Uhr (x 12)
Gebühr: 93,60 €

ENGLISCH – SPRECHEN & VERSTEHEN

Englisch für Wiedereinsteiger

Sie haben Ihr Englisch lange nicht mehr ausprobiert? Was war noch der Unterschied zwischen "I spend my money" und "Ich spende mein Geld"? Warum muss sich die Kellnerin in London ein Lachen verkneifen, wenn Sie fragen "Can I become a steak?" Die typischen Irrtümer, aber auch die wesentlichen Kapitel der Grammatik und ein

unverzichtbarer Grundwortschatz sollen in diesem Kurs in Erinnerung gerufen werden.

Leitung: Margaret Ellard
Ort: KEB, Peterstr. 6, Seminarraum 3
Anmeldung: Tel.: 0441-36197937, info@keb-ol.de

311383

Termine: Mittwoch, 08.02.2023 - 10.05.2023,
17:00-18:30 Uhr (x 12)
Gebühr: 93,60 €

321384

Termine: Mittwoch, 13.09.2023 - 13.12.2023,
17:00-18:30 Uhr (x 12)
Gebühr: 93,60 €

SPANISCH – SPRECHEN & VERSTEHEN

Sprachkurs für Anfänger und Wiedereinsteiger

Sie haben Ihr Spanisch lange nicht mehr ausprobiert? Dann ist dieser Kurs ideal für Sie!

Die typischen Irrtümer, aber auch die wesentlichen Kapitel der Grammatik und ein unverzichtbarer Grundwortschatz sollen in diesem Kurs in Erinnerung gerufen werden. Das geschieht entsprechend Ihren Vorkenntnissen und natürlich in praktischer Anwendung: Sprechen und Verstehen stehen im Mittelpunkt. Dieser Kurs beinhaltet Spanischübungen zum Lernen der Grundgrammatik und wichtigen Themen des Alltags, und somit ist ein idealer Wiedereinstieg in die spanische Sprache und Kultur Spaniens und Lateinamerikas.

Während der Schulferien oder an Feiertagen finden keine Termine statt.

Leitung: Andrés Redondo
Ort: KEB, Peterstr. 6, Oldenburg,
Seminarraum 3 (UG)
Anmeldung: Tel.: 0441-36197937, info@keb-ol.de

311386

Termine: Donnerstag, 16.02.2023 - 20.04.2023,
18:30-20:00 Uhr (x 8)

Gebühr: 72,00 €

311387

Termine: Donnerstag, 27.04.2023 - 22.06.2023,
18:30-20:00 Uhr (x 8)

Gebühr: 72,00 €

321388

Termine: Donnerstag, 14.09.2023 - 30.11.2023,
18:30-20:00 Uhr (x 10)

Gebühr: 90,00 €

SPANISCH FÜR KINDER & JUGENDLICHE

Sprachkurs

Koop. mit Deutsch-Lateinamerikanischem Verein e.V.

Spanisch lernen mit Spaß: Kinder erlernen diese schöne Sprache auf spielerische Weise durch interaktive und kreative Aktivitäten, die alle Sinne beanspruchen. Lieder, Spiele, gespielte Dialoge und Interaktionen machen den Spanischunterricht zu einem Abenteuer. Vorteile:

- spielerische Einführung in die Sprachkleine Gruppen
- positive Verstärkung
- wiederholtes Hören
- interaktive Lernmethoden
- muttersprachliche Sprachdozentin
- individuelle Aufmerksamkeit
- aktive Unterrichtsform
- gute Vorbereitung für die Schule

In unserem Unterricht sollen Kinder und Jugendliche viele positiven Erfahrungen mit der spanischen Sprache sammeln. Wir fördern ein gesundes Selbstvertrauen beim Sprechen und unterstützen das Lernen von weiteren Inhalten.

Während der Schulferien oder an Feiertagen finden keine Termine statt.

SPANISCH FÜR KINDER AB 5 BIS 7

311491

Leitung: Karina Cordova Rojas
Termine: Freitag, 27.01.2023 - 17.03.2023,
15:00-16:00 Uhr (x 8)
Ort: KEB, Peterstr. 6, Oldenburg
Gebühr: 70,00 €

311494

Leitung: Karina Cordova Rojas
Termine: Freitag, 21.04.2023 - 16.06.2023,
15:00-16:00 Uhr (x 8)
Ort: KEB, Peterstr. 6, Oldenburg
Gebühr: 70,00 €

321497

Leitung: Karina Cordova Rojas
Termine: Freitag, 06.10.2023 - 08.12.2023,
15:00-16:00 Uhr (x 8)
Ort: KEB, Peterstr. 6, Oldenburg
Gebühr: 70,00 €



¿Hablas español?

SPANISCH FÜR KINDER AB 8 BIS 10

311492

Leitung: Karina Cordova Rojas
Termine: Freitag, 27.01.2023 - 17.03.2023,
16:10-17:10 Uhr (x 8)
Ort: KEB, Peterstr. 6, Oldenburg
Gebühr: 70,00 €

311495

Leitung: Karina Cordova Rojas
Termine: Freitag, 21.04.2023 - 16.06.2023,
16:10-17:10 Uhr (x 8)
Ort: KEB, Peterstr. 6, Oldenburg
Gebühr: 70,00 €

321498

Leitung: Karina Cordova Rojas
Termine: Freitag, 06.10.2023 - 08.12.2023,
16:10-17:10 Uhr (x 8)
Ort: KEB, Peterstr. 6, Oldenburg
Gebühr: 70,00 €

SPANISCH FÜR KINDER AB 11 BIS 13

311493

Leitung: Karina Cordova Rojas
Termine: Freitag, 27.01.2023 - 17.03.2023,
17:20-18:20 Uhr (x 8)
Ort: KEB, Peterstr. 6, Oldenburg
Gebühr: 70,00 €

311496

Leitung: Karina Cordova Rojas
Termine: Freitag, 21.04.2023 - 16.06.2023,
17:20-18:20 Uhr (x 8)
Ort: KEB, Peterstr. 6, Oldenburg
Gebühr: 70,00 €

321499

Leitung:	Karina Cordova Rojas
Termine:	Freitag, 06.10.2023 - 08.12.2023, 17:20-18:20 Uhr (x 8)
Ort:	KEB, Peterstr. 6, Oldenburg
Gebühr:	70,00 €

321386 ITALIENISCH

Italienisch für den Urlaub

Sprachkurs für Anfänger

Dieser Touristenkurs bietet Ihnen einen leichten und unterhaltsamen Einstieg in die italienische Sprache. Der Kurs wendet sich an Anfänger, die schon immer einmal die melodische und rhythmische italienische Sprache sprechen und verstehen wollten. Die Anfänge sind leicht und die Alltagssprache ist recht unkompliziert.

Der Kurs ist ideal für Menschen, die mit wenig Lernaufwand die klassischen Urlaubssituationen sicher bewältigen wollen. So üben Sie gezielt authentische Redewendungen und Modellsätze für den Urlaub. Buone Vacanze! Schönen Urlaub!

Während der Schulferien oder an Feiertagen finden keine Termine statt.

Leitung:	Karin Mucignat
Termine:	Dienstag, 14.11.2023 - 12.12.2023, 19:00-20:30 Uhr (x 5)
Ort:	KEB, Peterstr. 6, Oldenburg
Gebühr:	52,50 € inkl. Lehrmaterial /Kopien
Anmeldung:	Tel.: 0441-36197937, info@keb-ol.de

MEDITATION

Kraft tanken für den Alltag

Kommen Sie zu Kraft und Ruhe. Ihr Atem wird länger und feiner, sobald sich der Geist in die Meditation begibt. Die so entstehende tiefe Ruhe vermittelt ein Gefühl des inneren Friedens. Der Geist wird weit und freier sein. Weg vom Alltag, hin zu Gelassenheit und Ruhe. Im Kurs werden verschiedene Meditations- und Achtsamkeitsübungen vorgestellt, so dass Sie Ihre persönliche Methode herausfinden können. Stärken Sie das Immunsystem, die innere Kraft und das Wohlbefinden.

Während der Schulferien oder an Feiertagen finden keine Termine statt

311483

Leitung: Petra Pfeil de Buhr
Termine: Dienstag, 28.02.2023 - 21.03.2023,
19:30-20:30 Uhr (x 4)
Ort: KEB, Peterstr. 6, Oldenburg
Gebühr: 32,00 €
Anmeldung: Tel.: 0441-36197937, info@keb-ol.de

321485

Leitung: Petra Pfeil de Buhr
Termine: Dienstag, 19.09.2023 - 05.12.2023,
19:30-20:30 Uhr (x 8)
Ort: KEB, Peterstr. 6, Oldenburg
Gebühr: 64,00 €
Anmeldung: Tel.: 0441-36197937, info@keb-ol.de

311484 PROGR. MUSKELENTSPANNUNG

Fit durch Entspannung

Nachts keinen Schlaf finden, immer unter Strom stehen, die Gedanken nicht abstellen können – Beispiele für Beschwerden, unter denen viele Menschen leiden. Wenn Sie lernen möchten, sich zu entspannen und besser mit Stressbelastungen umgehen wollen, dann können Sie die Methode der Progressiven Muskelentspannung (nach Jacobson) erlernen. Das Seminar gibt Ihnen eine einfache Technik an die Hand, die gut tut und hilft, neue Energien aufzubauen. Sie erfahren auch, wie diese Methode heilsam in den Alltag integriert werden kann.

Während der Schulferien oder an Feiertagen finden keine Termine statt

- Leitung:** Petra Pfeil de Buhr
Termine: Dienstag, 18.04.2023 - 13.06.2023,
19:00-20:30 Uhr (x 8)
Ort: KEB, Peterstr. 6, Oldenburg
Gebühr: 68,00 €
Anmeldung: Tel.: 0441-36197937, info@keb-ol.de
Bitte mitbringen: bequeme Kleidung und warme Socken.

WIRBELSÄULENGYMNASTIK

Ein starker Rücken kann entzücken!

Zu wenig Bewegung, zu viel Arbeit im Sitzen, zu häufiges "Herumlümmeln" auf der Couch: Aus diesen Gründen zwick es fast jeden irgendwann im Kreuz - Rückenbeschwerden sind zum Volksleiden geworden. Hier trainieren wir gesundes, rückengerechtes Körperverhalten im Alltag sowie Bewegung und Entspannung aus allen Ausgangsstellungen mit und ohne Gerät.

- Leitung:** Rienelt Janssen
Ort: KEB, Peterstr. 6, Seminarraum 2
Anmeldung: Tel.: 0441-36197937, info@keb-ol.de

311441

Termine: Dienstag, 10.01.2023 - 14.03.2023,
18:00-19:00 Uhr (x 10)

Gebühr: 41,00 €

311442

Termine: Dienstag, 21.03.2023 - 23.05.2023,
18:00-19:00 Uhr (x 10)

Gebühr: 41,00 €

311443

Termine: Dienstag, 30.05.2023 - 01.08.2023,
18:00-19:00 Uhr (x 10)

Gebühr: 41,00 €

321444

Termine: Dienstag, 08.08.2023 - 17.10.2023,
18:00-19:00 Uhr (x 10)

Gebühr: 41,00 €

321445

Termine: Dienstag, 24.10.2023 - 19.12.2023,
18:00-19:00 Uhr (x 8)

Gebühr: 32,80 €

STUHLGYMNASTIK IM PAVILLON

Bewegung bis ins hohe Alter

Bei dem Kurs geht es um die Mobilisation aller Gelenke. Bitte bringen Sie Ihre Turnschuhe mit.

Leitung: Rienelt Janssen

Ort: Senioren Treffpunkt im Pavillon,
Scheideweg 100, Oldenburg

Gebühr: 3,00 € pro Termin (ab 10 Teilnehmenden)

Anmeldung: 0441-39011530 , Frau J. Ritterhoff

316131-1

Termine: Montag, 09.01.2023 - 13.03.2023,
10:30-11:30 Uhr (x 10)

316131-2

Termine: Montag, 09.01.2023 - 13.03.2023,
11:30-12:30 Uhr (x 10)

316132-1

Termine: Montag, 20.03.2023 - 12.06.2023,
10:30-11:30 Uhr (x 10)

316132-2

Termine: Montag, 20.03.2023 - 12.06.2023,
11:30-12:30 Uhr (x 10)

316133-1

Termine: Montag, 19.06.2023 - 21.08.2023,
10:30-11:30 Uhr (x 10)

316133-2

Termine: Montag, 19.06.2023 - 21.08.2023,
11:30-12:30 Uhr (x 10)

326134-1

Termine: Montag, 28.08.2023 - 30.10.2023,
10:30-11:30 Uhr (x 10)

326134-2

Termine: Montag, 28.08.2023 - 30.10.2023,
11:30-12:30 Uhr (x 10)

326135-1

Termine: Montag, 06.11.2023 - 18.12.2023,
10:30-11:30 Uhr (x 7)

326135-2

Termine: Montag, 06.11.2023 - 18.12.2023,
11:30-12:30 Uhr (x 7)

STUHLGYMNASTIK IN ST. WILLEHAD

Bewegung bis ins hohe Alter

Mit unseren Gymnastik-Übungen an einem Stuhl können Sie Ausdauer trainieren, Beine kräftigen – und nebenbei auch noch den Rücken beweglich halten. Die Stuhlgymnastik setzt sich aus verschiedenen Übungen zusammen, die alle der Muskelkräftigung dienen und dem Stoffwechsel.

Leitung:	Rienelt Janssen
Ort:	St. Willehad, Willehadweg 2, Oldenburg
Gebühr:	3,00 € pro Termin (ab 10 Teilnehmenden)
Anmeldung:	im Kurs vor Ort

312071

Termine: Dienstag, 10.01.2023 - 14.03.2023,
10:15-11:15 Uhr (x 10)

312072

Termine: Dienstag, 21.03.2023 - 23.05.2023,
10:15-11:15 Uhr (x 10)

312073

Termine: Dienstag, 30.05.2023 - 01.08.2023,
10:15-11:15 Uhr (x 10)

322074

Termine: Dienstag, 08.08.2023 - 17.10.2023,
10:15-11:15 Uhr (x 10)

322075

Termine: Dienstag, 24.10.2023 - 19.12.2023,
10:15-11:15 Uhr (x 8)

HOCKERGYMNASTIK IN ST. JOSEF

Fit und locker auf dem Hocker

Die Hocker- u. Wirbelsäulengymnastik dient zur:

- Stabilisierung der Wirbelsäule
- Verbesserung der aufrechten Haltung und des Sitzens
- Vermeidung einer Fehlbelastung bzw. Überlastung der Gelenke

Sie ist zu empfehlen bei: Bandscheibenproblemen, Wirbelsäulen- und Rückenschmerzen, muskulärem Ungleichgewicht und Haltungsproblemen.

Leitung: Rienelt Janssen

Ort: Kath. Pfarrheim St. Josef, Bauordenstr. 70, Oldenburg, Gemeindesaal

Gebühr: 3,00 € pro Termin (ab 10 Teilnehmenden)

Anmeldung: im Kurs vor Ort

313131

Termine: Mittwoch, 11.01.2023 - 15.03.2023,
08:30-09:30 Uhr (x 10)

313132

Termine: Mittwoch, 22.03.2023 - 24.05.2023,
08:30-09:30 Uhr (x 10)

313133

Termine: Mittwoch, 31.05.2023 - 02.08.2023,
08:30-09:30 Uhr (x 10)

323134

Termine: Mittwoch, 09.08.2023 - 11.10.2023,
08:30-09:30 Uhr (x 10)

323135

Termine: Mittwoch, 18.10.2023 - 20.12.2023,
08:30-09:30 Uhr (x 10)

QIGONG & TAICHI IM PAVILLON

Für Senioren 60+

In China gelten Qigong und Taichi als Erfolgsgeheimnis für gute Gesundheit und Wohlbefinden bis ins hohe Alter. Die Körper-, Wahrnehmungs- und Atemübungen fördern ein gutes Körpergefühl und sind wichtig für das innere und äußere Gleichgewicht.

Lernen Sie sanfte Dehn- und Kräftigungsübungen kennen und verbessern Sie Ihre Haltung. Regelmäßig angewendet können Sie so Verspannungen im Nacken-, Schulter-, Rumpf- und Beinbereich abbauen. Probieren Sie es aus!

Bitte bringen Sie bequeme Kleidung, Trainingsschuhe mit dünner Sohle oder rutschfeste Socken, Getränk und ein Handtuch mit. Unmittelbar vor dem Kurs sollte nichts Schweres mehr gegessen werden.

Leitung: Anette Diruf
Ort: Senioren Treffpunkt im Pavillon
Gebühr: 4,00 € pro Termin
Kurszeiten: 10:00- 11:15 Uhr, findet 14-tägig statt
Anmeldung: 0441-39011530 , Frau J. Ritterhoff

311461

Termine: Mittwoch, 25.01.2023 - 22.03.2023,
10:00-11:15 Uhr (x 5)

311462

Termine: Mittwoch, 19.04.2023 - 28.06.2023,
10:00-11:15 Uhr (x 6)

321463

Termine: Mittwoch, 23.08.2023 - 13.12.2023,
10:00-11:15 Uhr (x 8)

HATHA YOGA UND MEDITATION

Körper- und Atemübungen, Tiefenentspannung und Meditation helfen dabei, den Geist auf einen Punkt zu richten und schulen die Achtsamkeit für sich selbst.

Eine verbesserte Körperwahrnehmung, Achtsamkeit für den gegenwärtigen Moment, Ausgeglichenheit und eine verbesserte Stress-Resistenz sind das Ergebnis kontinuierlicher Praxis.

Dieser Kurs wird von den Krankenkassen anerkannt.

Leitung: Anja Völlings
Ort: KEB, Peterstr. 6, Yogaraum / SR 2
Anmeldung: Tel.: 0441-36197937, info@keb-ol.de

Während der Schulferien oder an Feiertagen finden keine Termine statt

311474

Termine: Montag, 16.01.2023 - 17.04.2023,
18:15-19:45 Uhr (x 10)

Gebühr: 86,00 €

311475

Termine: Montag, 08.05.2023 - 19.06.2023,
18:15-19:45 Uhr (x 6)

Gebühr: 51,60 €

321476

Termine: Montag, 28.08.2023 - 27.11.2023,
18:15-19:45 Uhr (x 10)

Gebühr: 86,00 €

HATHA YOGA FÜR ANFÄNGER

Sanfte Yoga Übungen verbessern das Körpergefühl, kräftigen Gelenke und Muskeln und machen somit den Körper insgesamt stärker. Die Übungen stärken ebenfalls die Konzentration und den Gleichgewichtssinn. Durch gezielte Atemübungen entspannen sich Körper und Geist, Durchblutung und Lymphfluss werden gestärkt.

Bitte mitbringen: Yoga- bzw. Isomatte, Decke, ein Sitzkissen, bequeme Hose. Nehmen Sie bitte etwa zwei Stunden vor Kursbeginn keine schwere Nahrung mehr zu sich. Zahlen Sie bitte Ihre Kursgebühr bei der Kursleiterin.

Leitung: Anja Völlings

Ort: KEB, Peterstr. 6, Oldenburg

Gebühr: 11,00 € pro Termin

Anmeldung: Tel.: 0441-99 87 82 9, Anja Völlings
a.voellings@yoga-mit-anja.de

Koop. Partner: Yoga mit Anja

311471-1

Termine: Donnerstag, 19.01.2023 - 23.03.2023,
17:00-18:15 Uhr (x 10)

311471-2

Termine: Donnerstag, 19.01.2023 - 23.03.2023,
18:30-19:45 Uhr (x 10)

311472-1

Termine: Donnerstag, 04.05.2023 - 15.06.2023,
17:00-18:15 Uhr (x 6)

311472-2

Termine: Donnerstag, 04.05.2023 - 15.06.2023,
18:30-19:45 Uhr (x 6)

321473-1

Termine: Donnerstag, 07.09.2023 - 23.11.2023,
17:00-18:15 Uhr (x 10)

321473-2

Termine: Donnerstag, 07.09.2023 - 23.11.2023,
18:30-19:45 Uhr (x 10)

GESUNDHEITSTANZ

Tänze aus aller Welt

Tänze sind eine einfache und wunderbare Möglichkeit, in Bewegung zu sein. Sie halten Herz-und Kreislauf in Schwung, schulen unser Gedächtnis und es macht Spaß, mit anderen in der Gruppe zu tanzen. In diesem Kursangebot werden verschiedene Tänze, wie zum Beispiel Kreistänze oder Kontratänze vermittelt. Zwischendurch gibt es auch Tänze im Sitzen, die viel Freude beim Erlernen der Bewegungsmuster machen. Tänzerische Vorkenntnisse sind nicht erforderlich. Für dieses Angebot kann man Bonuspunkte erhalten und bei seiner Krankenkasse einreichen.

Leitung: Ulrike Mählmann
Termine: werden vor Ort bekannt gegeben
Ort: Senioren Treffpunkt im Pavillon,
Scheideweg 100, Oldenburg
Gebühr: 25,00 € (5 Termine)
Anmeldung: 0441-39011530, Frau J.Ritterhof

STUDIENFAHRTEN NACH ROM

Für zehn Tage in die Ewige Stadt

Die Katholische Erwachsenenbildung lädt seit nunmehr bald 30 Jahren zu Studienfahrten ein, bei der Italiens Hauptstadt, das antike und das christliche Rom, unter fach- und ortskundiger Führung entdeckt wird. Unter anderem schauen wir uns das Forum Romanum, Kapitol und Pantheon an, den Vatikan, zahlreiche Kirchen – allen voran den Petersdom – sowie mehrere Paläste. Das umfangreiche Programm lässt auch genügend freie Zeit, um die Ewige Stadt auf eigene Faust zu erkunden.



Foto von Frau E. Wendeln, Blick von der Engelsburg

Es wird um frühzeitige Anmeldung gebeten.

- Leitung:** Mattias Kroll
Anmeldung: Tel.: 0441-36197937, info@keb-ol.de
Termine: Sonntag bis Mittwoch, 15.10. - 25.10.2023
Gebühr: 1950,00 € p.P. im Doppelzimmer,
Einzelzimmerzuschlag 250,00 €

Infoveranstaltung ist im September 2023

Leistungen: Alle Tages- und Nachtzüge von Oldenburg - München – Rom und zurück, sämtliche Fahrten, Eintritte und Führungen in Rom.

Unterbringung: Gästehaus der deutschen Pallottinerinnen in Rom (zentrale Lage, fünf Minuten von St. Peter, in Einzel - und überwiegend Doppelzimmern), Übernachtung mit Frühstück.

KOCHKURSE

Leitung: Beate Bohlen, Ernährungsberaterin
Ort: Paulus-Schule, Margaretenstr. 46
Anmeldung: Tel.: 0441-36197937, info@keb-ol.de
Bitte Behälter für nicht verzehrte Köstlichkeiten mitbringen.

311601

Frische FITnessküche

Nach der Völlerei im Dezember ist einem häufig nach einer leichten und frischen Küche, die uns wieder vitaler macht, ausgewogen ist und uns im kalten Winter stärkt & wärmt. Tun Sie sich etwas Gutes und starten Sie die Kochkursreihe dieses Jahr bei der KEB mit einer frischen Fitnessküche!

Termin: Donnerstag, 26.01.2022, 18:30-21:00 Uhr
Gebühr: 40,00 €

311602

Auflauf & Gratin - Herzhaftes & Süßes heiß und frisch aus dem Ofen

Von besonders kreativ bis schnell gemacht, vom unwiderstehlichen Dessert bis hin zum Sattmacher am Mittag: Aufläufe und Gratins bereichern Ihren Speiseplan. Sie können gut vorbereitet werden, die perfekte Beilage sein, aber auch lecker, ausgewogen und unkompliziert sein. Sie bieten so viel mehr als leckere Resteverwertung, wie, werden Sie an diesem Abend entdecken!

Termin: Donnerstag, 16.02.2022, 18:30-21:00 Uhr
Gebühr: 40,00 €

311603

Osterbrunch- das kulinarische Festtagsereignis

Sie sind eingeladen und brauchen noch ein Mitbringsel für das Buffet? Oder sind Sie gar selbst diejenigen, bei denen gebruncht wird? Ein entspannter Osterbrunch verbindet gleichzeitig mehrere Mahlzeiten. Damit ist er die perfekte Gelegenheit, um mit den Lieben bei gutem Essen zusammenzukommen. An diesem Abend werden Sie die passenden kulinarischen Ideen dazu sammeln.

Termin: Donnerstag, 16.03.2023, 18:30-21:00 Uhr
Gebühr: 40,00 €

311604

Fleischlos glücklich- leckere & moderne vegetarische Gerichte

Es muss nicht immer Fleisch sein. Im Gegenteil. Und wer jetzt bei vegetarischen Rezepten immer noch an "Grünzeug" denkt, liegt falsch. Es gibt allerhand vegetarische Gerichte, die nicht nur gut schmecken, sondern auch noch satt und glücklich machen. Die Gerichte dieses Abends sind nicht nur den Vegetariern vorbehalten, sondern überzeugen selbst Fleischesser. Probieren Sie es aus.

Termin: Donnerstag, 20.04.2023, 18:30-21:00 Uhr
Gebühr: 40,00 €

311605

Spargel & Erdbeeren- das Traumpaar im Mai

Ob zusammen oder nacheinander in einem Menü, gedünstet, gebraten oder mariniert, süß oder herzhaft: Spargel und Erdbeeren sind in Kombination vorzüglich. Das einzigartige, fruchtige Aroma der Erdbeere unterstreicht den typischen, milden bis kräftigen Geschmack des Spargels - und umgekehrt.

Sie passen auch sehr gut beim Anbau zusammen. Und das schmeckt man in unseren regionalen Produkten, und in unseren Gerichten an diesem Abend.

Termin: Donnerstag, 11.05.2023, 18:30-21:00 Uhr

Gebühr: 40,00 €

311606

Internationale Snacks: Antipasti, Tapas und Mezze

"Trommelt eure Freunde zusammen, wir snacken heute den ganzen Abend lang!" In der warmen Jahreszeit sind Snacks mehr angesagter denn je. Zu einem Glas Wein an lauen Sommerabenden, zum Grillen, zu Geburtstagsfeiern, gibt es viele Anlässe, die Tellerchen und Schalen rauszuholen und den Tisch freizuräumen. Dabei haben Sie die freie Auswahl: Antipasti, Tapas oder Mezze - oder alles zusammen. Lasst das Schlemmen beginnen!

Termin: Donnerstag, 15.06.2023, 18:30-21:00 Uhr

Gebühr: 40,00 €

321607

Mediterrane Küche

Sommer, Sonne, Strand und Meer... Oder was verbinden Sie damit? Wir werden uns in den Süden begeben und mediterrane Gerichte kochen. Diese Küche bietet uns eine wunderbare Welt an Lebensmittel. Dahinter steckt mehr als nur Tomaten, Knoblauch & Olivenöl. Genießen Sie die Vielfalt verschiedener Gemüsesorten, Fisch, Kräuter & Gewürze. Und ganz nebenbei tun wir etwas Gutes für unsere Gesundheit.

Termin: Donnerstag, 07.09.2023, 18:30-21:00 Uhr

Gebühr: 40,00 €

321608

Knallbunte Herbstküche

Der Herbst beschert uns eine großartige Vielfalt an saisonalen & regionalen Obst- & Gemüsesorten, die schmackhafter und nährstoffreicher nicht sein könnte. Von Apfel, Kürbis, über Rüben & Wurzeln bis hin zur Pflaume, starten wir gemeinsam an diesem Abend in die genussvollste Jahreszeit.

Genießen Sie zusammen?

Termin: Donnerstag, 12.10.2023, 18:30-21:00 Uhr

Gebühr: 40,00 €

321609

Weihnachtsgeschenke aus der Küche

Selbstgemachte Kleinigkeiten an Weihnachten zu verschenken, ist eine wahre Freude. Geht es Ihnen genauso? Dann sind Sie hier genau richtig. Wir stellen kleine kulinarische Geschenke her, wie z. B. weihnachtlichen Brotaufstrich, Bruchschokolade, Weihnachtscappuccino und andere Köstlichkeiten! Nach unserem letzten Abend der Kochkursreihe dieses Jahr bei der KEB gehen Sie mit Geschenken nach Hause - das macht doch Lust auf mehr!

Termin: Donnerstag, 30.11.2023, 18:30-21:00 Uhr

Gebühr: 40,00 €



Image(@pixabay.com)

NÄHKURSE

Sie wollten schon immer das Nähen ausprobieren oder selber Ihre Kleidung verändern können? Dann sind Sie bei uns richtig! Ob Kleidung, Wohnaccessoires, textile Dekorationen oder das Ändern und Flickern Ihrer Lieblingsstücke, hier lernen Sie Schritt für Schritt, wie es gemacht wird. Sie erlernen die Grundlagen des Nähens, den Umgang mit der Nähmaschine und bekommen Einblicke in die diversen Materialien und Werkzeuge.

Darüber hinaus werden Sie erleben, dass das Nähen selbst und die Ergebnisse unglaublich viel Freunde machen!.

Leitung: Martina Schiffkowski

Anmeldung: Tel.: 0441-36197937, info@keb-ol.de

Bitte bringen Sie Ihre Nähmaschine und Stoffe mit.



@Martina Schiffkowski und Ihre Werke

311614 NÄHKREIS AM MITTWOCH

Nähen nach eigenen Wünschen

Termine: Mittwoch, 11.01.2023 - 15.03.2023,
09:00-11:30 Uhr (x 10)

Ort: Willehad-Haus, Willehadweg 2

Gebühr: 50,00 €

311617 NÄHKREIS AM MITTWOCH

Nähen nach eigenen Wünschen

Termine: Mittwoch, 19.04.2023 - 21.06.2023,
09:00-11:30 Uhr (x 10)
Ort: Willehad-Haus, Willehadweg 2
Gebühr: 50,00 €

321614 NÄHKREIS AM MITTWOCH

Nähen nach eigenen Wünschen

Termine: Mittwoch, 23.08.2023 - 08.11.2023,
09:00-11:30 Uhr (x 10)
Ort: Willehad-Haus, Willehadweg 2
Gebühr: 50,00 €

311615 NÄHKREIS AM DONNERSTAG

Nähen nach eigenen Wünschen

Termine: Donnerstag, 12.01.2023 - 16.03.2023,
09:00-11:30 Uhr (x 10)
Ort: Willehad-Haus, Willehadweg 2
Gebühr: 50,00 €

311618 NÄHKREIS AM DONNERSTAG

Nähen nach eigenen Wünschen

Termine: Donnerstag, 20.04.2023 - 29.06.2023,
09:00-11:30 Uhr (x 10)
Ort: Willehad-Haus, Willehadweg 2
Gebühr: 50,00 €

321615 NÄHKREIS AM DONNERSTAG

Nähen nach eigenen Wünschen

Termine: Donnerstag, 24.08.2023 - 09.11.2023,
09:00-11:30 Uhr (x 10)
Ort: Willehad-Haus, Willehadweg 2
Gebühr: 50,00 €

311615 NÄHEN AM ABEND

Kurs für das eigene Projekt

Termine: Mittwoch, 11.01.2023 - 15.03.2023,
18:45-21:00 Uhr (x 10)

Ort: Paulus-Schule, Margaretenstr. 46,

Gebühr: 60,00 €

311619 NÄHEN AM ABEND

Kurs für das eigene Projekt

Termine: Mittwoch, 19.04.2023 - 21.06.2023,
18:45-21:00 Uhr (x 10)

Ort: Paulus-Schule, Margaretenstr. 46,

Gebühr: 60,00 €

321616 NÄHEN AM ABEND

Kurs für das eigene Projekt

Termine: Mittwoch, 23.08.2023 - 08.11.2023,
18:45-21:00 Uhr (x 10)

Ort: Paulus-Schule, Margaretenstr. 46,

Gebühr: 60,00 €



@Nähkurs bei Martina Schiffkowski

FORTBILDUNGEN

MACH LANGSAM KLEINER BÄR – TEIL 1

Yoga und Entspannung mit Kindern

Basis-Fortbildung für Erzieher/-innen und Päd. Mitarbeiter

Leitung: Anja Völlings
Termin: 14.04.2023, 09:00-15:45 Uhr
Ort: KEB, Peterstr. 6, Oldenburg
Gebühr: 65,00 €
Anmeldung: Tel.: 0441-36197937, info@keb-ol.de
Ausschreibung und Details s. Seite 9 im Programmheft

MACH LANGSAM KLEINER BÄR – TEIL 2

Yoga und Entspannung mit Kindern

Aufbauschulung für Erzieher/-innen und Päd. Mitarbeiter

Leitung: Anja Völlings
Termin: Freitag, 22.09.2023, 09:00-15:45 Uhr
Ort: KEB, Peterstr. 6, Oldenburg
Gebühr: 65,00 €
Anmeldung: Tel.: 0441-36197937, info@keb-ol.de
Ausschreibung und Details s. Seite 10 im Programmheft

GEWALTFREIE KOMMUNIKATION

*Fortbildung für pädagogische Mitarbeiter*innen,
Erzieher*innen, Lehrer*innen*

Leitung: Hergen Sasse
Termin: Donnerstag, 22.06.2023, 08:30-15:30 Uhr
Ort: KEB, Peterstr. 6, Oldenburg
Gebühr: 185,00 € (inkl. Stehcafé)
Anmeldung: Tel.: 0441-36197937, info@keb-ol.de
Ausschreibung und Details s. Seite 10-12 im Programmheft

HERAUSFORDERNDE ELTERNGESPRÄCHE POSITIV GESTALTEN

*Fortbildung für pädagogische Mitarbeiter*innen,
Erzieher*innen, Lehrer*innen*

Leitung: Hergen Sasse
Termin: Donnerstag, 09.11.2023, 08:30-15:30 Uhr
Ort: KEB, Peterstr. 6, Oldenburg
Gebühr: 185,00 € (inkl. Stehcafé)
Anmeldung: Tel.: 0441-36197937, info@keb-ol.de

Ausschreibung und Details s. Seite 12-13 im Programmheft



@KEB Seminarraum 1



@KEB Seminarraum 3

ZERTIFIKATSKURSE

**Zertifikatslehrgänge - Tuning für den Lebenslauf
oder seriöser:**

massive Aufwertung der eigenen Berufsbiographie

Zum Angebot der Katholischen Erwachsenenbildung Oldenburg zählen mehrere Zertifikatskurse, auf die wir an dieser Stelle speziell hinweisen möchten: Diese Lehrgänge bieten Ihnen die Möglichkeit, Ihre berufliche Biographie aufzuwerten.

Zwar registrieren Arbeitgeber auch Teilnahmebescheinigungen von Fortbildungen im Lebenslauf wohlwollend – diese haben aber definitiv weniger Gewicht als ein Zertifikat. Denn ein Zertifikat erhält nur, wer bestimmte Anforderungen erfüllt; zum Beispiel ein Angebot mit einem landesweit einheitlichen Rahmenkonzept belegt, das mindestens 40 Unterrichtsstunden umfasst, es mehr als 85 Prozent der Zeit besucht und eine Abschlussprüfung meistert.

Zertifikatskurse gibt es im KEB-Portfolio unter anderem für Kita-Erzieher und Grundschullehrer, Seniorenbegleiter und Kirchenführer. Wir beraten Sie gerne, welcher Zertifikatslehrgang zu Ihrem Berufsfeld oder Ihren Interessen passt. Nutzen Sie diese Chance – und verdeutlichen Sie mit einem Zertifikat, über welche Qualifikationen Sie verfügen.

Die KEB im Lande Niedersachsen bietet zurzeit 33 Zertifikatskurse an, die auf Wunsch örtlich angeboten werden können:

- Begleitung von Schwerkranken und Sterbenden
- Ausbildung zur Trauerbegleiterin/zum Trauerbegleiter
- In der Trauer begleiten
- Kompetent führen und leiten
- Pädagogische Mitarbeiter an Ganztagschulen
- Begleitung in der Erziehung - Leitung von Eltern-Kind-Gruppen

- PC-Assistent/in und PC-Assistent/in plus
- Helfer/in in der Altenpflege
- FIT FOR KID Pädagogischer Grundkurs
- Die Kleinsten ganz groß
- Zertifikatskurs nach dem Pflegeleistungsergänzungsgesetz
- Familienentlastender Dienst
- Qualifizierung zur Betreuung demenzkranker Menschen
- Älter werden – aktiv bleiben
- Pastorales Grundseminar
- PC-Systembetreuer
- Palliativ Care
- Qualifizierung für die Betreuung behinderter Menschen in Freizeit und Beruf
- PC-Sekretärin
- Streitschlichter
- energetische Massage am Fuß – Ausbildungskurs
- Fortbildung zur ehrenamtlichen Hospizhelferin/ zum Hospizhelfer
- Qualifizierung zur Gottesdienstgestaltung mit Kindern von 0-6 Jahren
- Ausbildung zum Kommunikationshelfer Aphasie
- Qualifizierung zur Helfertätigkeit in der Textil- und Wäschepflege
- Qualifizierung zur Leitung von sozialen Trainingsmaßnahmen
- English for Business - First Level
- Berufliche Qualifizierung zum Betreuungshelfer in Pflegeheimen
- Qualifizierungskurs für Familienpaten
- Musikalische Grundausbildung für Erzieher/Erzieherinnen und pädagogisch Interessierte
- Zusatz-Qualifikation für gerontopsychiatrisch erkrankte Menschen
- Beauftragte für Hygiene
- Weiterbildung zum Praxisanleiter

Aktuelle Kurse werden auf unser Homepage bekannt gegeben: www.keb-ol.de

GEMEINDEN

In den Gemeinden finden regelmäßig Gruppen- und Kreistreffen statt. Der regelmäßige Austausch wird genutzt, um über gesellschaftliche, religiöse und kirchenpolitische Themen zu sprechen.

Weitere Veranstaltungen werden in den Gemeinden und auf unserer Homepage www.keb-ol.de veröffentlicht. Nähere Informationen zu allen Veranstaltungen erhalten Sie in den Pfarrbüros.

Pfarrgemeinde St. Willehad

312040-322040

Seniorenkreis St. Willehad

Termin: 2. Mittwoch im Monat, 15.00 Uhr
Ort: Pfarrheim St. Willehad, Willehadweg 2
Tel.: 0441 - 957020

Pfarrgemeinde St. Josef

313070-323070

Ökumenischer Frauengesprächskreis

Leitung: Susanne Duesmann, Pastoralreferentin
Termin: 1. Donnerstag im Monat, 20:00 Uhr
Ort: Kath. Pfarrheim Hl. Drei Könige,
Litteler Str. 6, Wardenburg

Themen werden noch bekannt gegeben

313080-323080

KFD-Frauengemeinschaft Wardenburg

Leitung: Renate Schröder
Termine: 3. Dienstag im Monat, 19:45 Uhr,
Ort: Kath. Pfarrheim Hl. Drei Könige,
Litteler Str. 6, Wardenburg

Themen werden noch bekannt gegeben

313090-323090

Seniorenkreis Wardenburg

Leitung: Maria Joschko
Termin: letzter Mittwoch des Monats um 16:00 Uhr
Ort: Kath. Pfarrheim Hl. Drei Könige,
Litteler Str. 6, Wardenburg

Pfarrgemeinde St. Vinzenz Pallotti

315050-325050

Seniorenkreis Bad Zwischenahn

Leitung: Bettina Montag
Ort: Kath. Pfarrheim St. Vinzenz Pallotti,
Fährweg 12, Bad Zwischenahn
Termin: 1. Freitag des Monats

Themen und Termine werden noch bekannt gegeben

GLÜCKS-FRAUEN

Frauentreff

Offener Kreis für alle Frauen in der zweiten Lebenshälfte und er ist nicht konfessionsgebunden.

Jedes Treffen steht unter einer besonderen Fragestellung die das Leben betrifft.

Leitung: Ingeborg Schmatloch
Ort: Kath. Pfarrgemeinde St. Vinzenz Pallotti,
Eichendorffstr. 8, Rastede, Pfarrheim
Kosten: 20,00 €
Anmeldung: Tel. 04402-2901,
ingeschmatloch@ewetel.net

315120-325120

Frauentreff kreativ

Hier werden kreative Handarbeiten gemeinsam gemacht und Ideen umgesetzt. Es wird gebastelt, genäht, gestrickt, gehäkelt und Schönes selbst gemacht.

Leitung: Ingeborg Schmatloch, Tel.: 0402-2901
Termine: 2. Dienstag im Monat, 19:30 Uhr
Ort: Kath. Pfarrgemeinde St. Vinzenz Pallotti,
Eichendorffstr. 8, Rastede, Pfarrheim

315130-325130

Katholische Frauengemeinschaft Rastede- Wiefelstede

Leitung: Ingeborg Schmatloch, Tel.: 0402-2901
Termine: 2. Dienstag im Monat, 19:00 Uhr
Ort: Kath. Pfarrgemeinde St. Vinzenz Pallotti,
Eichendorffstr. 8, Rastede, Pfarrheim

315140-325140

Kath. Männerkreis Rastede - Wiefelstede

Leitung: Alfons Langfermann
Termine: 3. Donnerstag im Monat, 19:00 Uhr
Ort: Pfarrheim St. Marien,
Eichendorffstr. 8, Rastede

315150-325150

Seniorenkreis Rastede - Wiefelstede

Leitung: Albert Schad
Termine: 4. Donnerstag im Monat, 16:00 Uhr
Ort: Pfarrheim St. Marien,
Eichendorffstr. 8, Rastede

Pfarrgemeinde St. Marien

314080-324080

Seniorenkreis St. Marien

In der Pfarrgemeinde wird eine Vielfalt an Veranstaltungen geplant und organisiert.

Leitung: Alfred Thoben u.a.
Anmeldung: 0441-983480, Pfarrheim St. Marien

KATHOLISCHE SOZIALVERBÄNDE

Gemeinsame Veranstaltungen in Oldenburg



311304

Die Katholische Präsenz in der Executive und Legislative in Niedersachsen

Vortrag

- Leitung:** Prälat Prof. Dr. Felix Bernard
Termin: Donnerstag, 22.06.2023, 19:30-21:00 Uhr
Ort: *wird noch bekannt gegeben*
Gebühr: kostenfrei
Anmeldung: Georg Konen (www.kkv-oldenburg.de) unter Tel.: 0441.84209 oder Mobil: 01724143404
Koop. Partner: KAB, Kolping, KKV, Forum St. Peter

311301

Lebensmittelsicherheit und Verbraucherschutz

Vortrag

- Leitung:** Prof. Dr. Eberhard Haunhorst
Termin: Donnerstag, 23.02.2023, 19:30 Uhr
Ort: Forum St. Peter, Peterstr. 22-26, Oldenburg
Gebühr: kostenfrei
Anmeldung: Georg Konen (www.kkv-oldenburg.de) unter Tel.: 0441.84209 oder Mobil: 01724143404
Koop. Partner: KAB, Kolping, KKV, Forum St. Peter

311302

Schulunterricht im Wandel der Zeiten – von der Kreide zur digitalen Vernetzung

Vortrag

- Leitung:** Achim Krebber
Termin: Donnerstag, 20.04.2023, 19:30 Uhr
Ort: Liebfrauenschule, Auguststr. 31, Oldenburg
Gebühr: kostenfrei
Anmeldung: Georg Konen (www.kkv-oldenburg.de) unter Tel.: 0441.84209 oder Mobil: 01724143404
Koop. Partner: Liebfrauenschule, KAB, Kolping, KKV, Forum St. Peter

311303

Arktis-Mosaic- Expedition

Vortrag

- Referent:** Prof. Dr. Christian Haas
Termin: Donnerstag, 25.05.2023, 19:30 Uhr (unter Vorbehalt)
Ort: Forum St. Peter, Peterstr. 22-26
Gebühr: kostenfrei
Anmeldung: Georg Konen (www.kkv-oldenburg.de) unter Tel.: 0441.84209 oder Mobil: 01724143404
Koop. Partner: KAB, Kolping, KKV, Forum St. Peter

311307

Tauche in die wundervolle Welt des Malens ein

Kurzlehrgang

- Leitung:** Wolfgang Seßelberg
Termin: Dienstag, 10.01.2023, 15:00 Uhr
Ort: Kath. Pfarrheim Hl. Geist, Dedestr. 13
Anmeldung: Kolpingsfamilie Oldenburg-Stadt
Elka Nast, Telefon: 0441 92 51 89 0
Koop. Partner: KAB, Kolping, KKV, Forum St. Peter

311308

Physikerin Marie Curie

Vortrag

- Leitung:** Monika Schad
Termin: Dienstag, 11.04.2023, 15:00 Uhr
Ort: Kath. Pfarrheim Hl. Geist, Dedestr. 13, Oldenburg
Anmeldung: Kolpingsfamilie Oldenburg-Stadt
Elka Nast, Telefon: 0441 92 51 89 0
Koop. Partner: KAB, Kolping, KKV, Forum St. Peter

311309

Mühlenführung in Gehlenberg

- Termin:** Dienstag, 13.06.2023, 14:00-18:00 Uhr
Anmeldung: bei KB Chr. Sauer, Tel.: 0441-30434913
Koop. Partner: KAB, Kolping, KKV, Forum St. Peter

Treffpunkt um 14:00 Uhr an der St Christophorus-Kirche, Brookweg 30. Abfahrt ist um 14:15 Uhr.

Der Preis für Kaffee, Kuchen und Bus beträgt 15,00 € pro Person. Rückkehr ist gegen 18 Uhr geplant.

IMPRESSUM

Katholische Erwachsenenbildung Oldenburg e.V.

Peterstraße 6
26121 Oldenburg

Telefon 0441 / 361979 - 37
0441 / 361979 - 38

Internet www.keb-ol.de
Email info@keb-ol.de

1. Vorsitzender Dr. Michael Kodde
2. Vorsitzender Dr. Johannes Stahl
Geschäftsführer Prof. Dr. Stefan Müller

Bankverbindung: Landessparkasse zu Oldenburg,
IBAN: DE 36 2805 0100 0000 4248 46
BIC: SLZODE22XXX

Bürozeiten:

Montag – Donnerstag 08:30 - 13:30 Uhr
Termine außerhalb der Öffnungszeiten nach vorheriger
Vereinbarung möglich.

Außerhalb der Sprechzeiten notiert ein Anrufbeantworter Ihre Wünsche und Anmeldungen. Zusätzlich erreichen Sie uns immer über unsere E-Mail-Adresse.

Steuernummer: 64 / 220 / 00042

Vereinsregisternummer: VR 1007 Amtsgericht Oldenburg

GESCHÄFTSBEDINGUNGEN

Anmeldung

Bitte melden Sie sich zu unseren Kursangeboten schriftlich, online, per E-Mail oder per Fax an. Ihre Anmeldung ist verbindlich und verpflichtet zur Zahlung der Gebühr. Sie erhalten per E-Mail eine Bestätigung, wenn uns eine gültige E-Mailadresse vorliegt. Das Fernbleiben vom Kurs gilt nicht als Abmeldung.

Die KEB Oldenburg e.V. behält sich eine Absage von Kursen bei Erkrankung von Referenten und bei Nichterreichen der Mindest-Teilnehmerzahl von 7 Personen vor. In diesem Fall werden gezahlte Kursgebühren erstattet; weitergehende Ansprüche bestehen nicht.

Mit Ihrer Anmeldung akzeptieren Sie die Allgemeine Geschäftsbedingungen, die Datenschutzerklärung und die Regelungen zum Widerruf der Katholischen Erwachsenenbildung Oldenburg e.V.

Datenschutz

Die bei der Anmeldung erhobenen Daten werden elektronisch gespeichert und ausschließlich für Verwaltungs- und Abrechnungszwecke genutzt. Die Speicherung der Daten erfolgt in passwortgeschützten Programmen. Die Einsicht haben nur befugte Mitarbeiter/-Innen unserer Einrichtung, die eine Datenschutzerklärung unterzeichnet haben und Personen im Zuge gesetzlicher Überprüfungen. Die vollständigen Informationen finden Sie in unserer ausführlichen Datenschutzerklärung (s. Datenschutzerklärung).

Gebühren

Bitte überweisen Sie die Kursgebühren bis zum Beginn der Veranstaltung. Einfacher ist es jedoch, wenn die Gebühren per SEPA-Basislastschriftverfahren erhoben werden können. Das Mandat erbitten wir auf dem entsprechenden Formular (auf unserer Internetseite.) Das Mandat gilt bis auf Widerruf. Die Abbuchung der Kursgebühr erfolgt zum Kursbeginn.

Kontoverbindung der KEB Oldenburg e.V.

Landessparkasse zu Oldenburg

IBAN DE36 2805 0100 0000 4248 46

BIC SLZODE22XXX

Abmeldungen

Eine Abmeldung durch den Teilnehmer ist bis mindestens fünf Werktage vor Kursbeginn kostenfrei möglich. Gebühren für nicht wahrgenommene Stunden können nicht erstattet werden. Die Abmeldung kann schriftlich, per Telefax, E-Mail oder Telefon erfolgen. Ein Fernbleiben von der Veranstaltung oder eine mündliche Benachrichtigung gelten nicht als wirksamer Rücktritt.

Wird diese Abmeldefrist nicht eingehalten oder können Sie wegen Krankheit nicht teilnehmen, wird die Kursgebühr in voller Höhe fällig. Für die Bemessung der Fristen ist das Datum der Absendung maßgeblich.

Bei Reiseveranstaltungen gelten abweichende Abmeldebedingungen.

Gemeinnützigkeit

Die KEB Oldenburg e.V. ist als gemeinnützig anerkannt; sie kann Spendenbescheinigungen ausstellen. Mit Ihrer Spende unterstützen Sie unsere Arbeit!

Haftung

Die Haftung der KEB gegenüber den Teilnehmern ist begrenzt auf Schäden aus der Verletzung des Lebens, des Körpers oder der Gesundheit, die auf einer vorsätzlichen oder fahrlässigen Pflichtverletzung der KEB oder einer vorsätzlichen oder fahrlässigen Pflichtverletzung eines gesetzlichen Vertreters oder Erfüllungsgehilfen der KEB beruhen.

Für sonstige Schäden haftet die KEB nur, wenn sie auf einer vorsätzlichen oder grob fahrlässigen Pflichtverletzung der KEB oder auf einer vorsätzlichen oder grob fahrlässigen Pflichtverletzung eines gesetzlichen Vertreters oder Erfüllungsgehilfen der KEB beruhen. Im Übrigen ist die Haftung ausgeschlossen.

Qualitätsmanagement

Die KEB Oldenburg ist Mitglied der Qualitätsgemeinschaft der KEB im Lande Niedersachsen und als Bildungseinrichtung nach DIN EN ISO 9001:2008 zertifiziert.

Ein prozessorientiertes QM-System steigert Effizienz und Kundenorientierung und verbessert damit die Qualität der Weiterbildung nachhaltig und ganzheitlich. Mit QM werden Abläufe und Strukturen transparenter und berufliches Handeln noch professioneller und es kann eine höhere Kundenzufriedenheit erzielt werden.

Kindeswohlgefährdung und Schutzauftrag

Die Katholische Erwachsenenbildung im Lande Niedersachsen e. V. nimmt ihre Verantwortung sehr ernst. Alle eingesetzten Dozentinnen und Dozenten, die Kursarbeit mit Kindern und Jugendlichen ohne Anwesenheit der Erziehungsberechtigten durchführen, haben der KEB Oldenburg ein „Erweitertes Führungszeugnis“ vorgelegt.

Widerrufsbelehrung

Sie haben das Recht, binnen vierzehn Tagen ohne Angabe von Gründen diesen Vertrag zu widerrufen.

Die Widerrufsfrist beträgt vierzehn Tage ab dem Tag des Vertragsabschlusses.

Um Ihr Widerrufsrecht auszuüben, müssen Sie der KEB Oldenburg e.V., Peterstraße 6, 26121 Oldenburg, Telefon: 0441 / 36197 37, E-Mail: info@keb-ol.de mittels einer eindeutigen Erklärung (z.B. ein mit der Post versandter Brief, Telefax oder E-Mail) über Ihren Entschluss, diesen Vertrag zu widerrufen, informieren.

Zur Wahrung der Widerrufsfrist reicht es aus, dass Sie die Mitteilung über die Ausübung des Widerrufsrechts vor Ablauf der Widerrufsfrist absenden.

Folgen des Widerrufs

Wenn Sie diesen Vertrag widerrufen, haben wir Ihnen alle Zahlungen, die wir von Ihnen erhalten haben, einschließlich der Lieferkosten (mit Ausnahme der

zusätzlichen Kosten, die sich daraus ergeben, dass Sie eine andere Art der Lieferung als die von uns angebotene, günstigste Standardlieferung gewählt haben), unverzüglich und spätestens binnen vierzehn Tagen ab dem Tag zurückzuzahlen, an dem die Mitteilung über Ihren Widerruf dieses Vertrages bei uns eingegangen ist. Für diese Rückzahlung verwenden wir dasselbe Zahlungsmittel, das Sie bei der ursprünglichen Transaktion eingesetzt haben, es sei denn, mit Ihnen wurde ausdrücklich etwas anderes vereinbart; in keinem Fall werden Ihnen wegen dieser Rückzahlung Entgelte berechnet.

Haben Sie verlangt, dass die Dienstleistungen während der Widerrufspflicht beginnen soll, so haben Sie uns einen angemessenen Betrag zu zahlen, der dem, Anteil der bis zu dem Zeitpunkt, zu dem Sie uns von der Ausübung des Widerrufsrechts hinsichtlich dieses Vertrags unterrichten, bereits erbrachten Dienstleistungen im Vergleich zum Gesamtumfang der im Vertrag vorgesehenen Dienstleistungen entspricht.

(zum Nachlesen auf www.keb-ol.de)

Wir wünschen Ihnen in unserem Haus und bei unseren
Veranstaltungen eine gute Zeit.



Klimaneutral
Druckprodukt

ClimatePartner.com/12518-1907-1001



Wir sind

ein förderungsberechtigter Verein für
Erwachsenenbildung.

Wir suchen

Antworten auf Probleme und Bedürfnisse
heutiger Erwachsener in allen
gesellschaftlichen Bereichen.

Wir wollen

von unserem christlichen Standpunkt aus
beitragen zur Orientierung und Hilfe
zur Selbsthilfe.

Wir bieten

Vorträge, Seminare, Kurse und
Arbeitskreise auf Stadtebene und
in den Pfarrgemeinden.

Wir kooperieren

mit Verbänden/Organisationen, um Ihnen
eine breite Angebotspalette präsentieren
zu können.

Wir beteiligen

uns an dem Projekt Oldenburger Pass.
Bei uns können Sie mit
Bildungsgutscheinen bezahlen.

Wir freuen uns

über Ihre Teilnahme und jede Anregung
oder Kritik.

Unsere Veranstaltungen

sind offen für jeden und für unterschiedliche
Meinungen.

Wir liefern Bildung auf Bestellung

für Gruppen ab 7 Personen - auch
außerhalb unseres Jahresprogrammes.

Ihre KEB Oldenburg



Wir pflegen Menschlichkeit

■ **Sozialstation**

Pflegeberatung, Ambulante Pflege, Palliativpflege, Haushaltshilfen

■ **Tagespflege**

„An den Wallanlagen“ und „Alexanderstraße“ – stadtnahe Tagesbetreuung und Pflege von 8:00 bis 16:30 Uhr

■ **Alten- und Pflegeheim St. Josef**

64 Einzelappartements inmitten einer gewachsenen Parklandschaft, Abendbetreuung

■ **Wohngemeinschaftshaus St. Josef**

Spezialisierte Einrichtung für 32 Menschen mit mittlerer bis schwerer Demenz

■ **Alten- und Pflegeheim Marienhort**

97 Einzelappartements an den Bodenburger Teichen, stadtnah, Abendbetreuung

■ **Altengerechte Wohnungen in Bümmerstede**

Bei Bedarf erhalten Sie pflegerische und hauswirtschaftliche Unterstützung

Caritas Oldenburg
Peterstraße 6, 26121 Oldenburg
E-Mail: info@caritas-ol.de
Telefon: 0441 35 07 15 13
www.caritas-ol.de

**Caritas
Oldenburg**

