

Liebe Leserin, lieber Leser,

sind Sie ein neugieriger Mensch? Dabei meine ich mit „Neugier“ nicht Sensationssucht, sondern im positiven Sinn Aufgeschlossenheit und Interesse für Neues.

Albert Einstein (1879-1955) erklärte den Grund für seinen Erfolg einmal so: „Ich habe keine besonderen Talente. Ich bin nur leidenschaftlich neugierig.“ Neugier war in der Menschheitsgeschichte schon immer ein Motor für Weiterentwicklungen, erst Neugier ermöglicht Fortschritt. Sie fördert die Zufriedenheit des Betreffenden und befähigt, offen für die Umwelt zu sein und sich aktiv mit ihr auseinanderzusetzen. Dies ist insbesondere in der heutigen Zeit wichtig, an der Schwelle des Industrie- zum Wissenszeitalter.

Neugierige wollen wissen und dranbleiben, privat und beruflich. Damit sind sie in Einrichtungen der Erwachsenenbildung an der richtigen Stelle, denn diese wollen mit ihren Angeboten lebenslanges Lernen unterstützen. In Friesoythe, Kirchstraße 9, ist bekanntlich das Katholische Bildungswerk Friesoythe e.V. beheimatet. Es ist eines der größten und modernsten Anbieter für kath. Erwachsenenbildung im Lande Niedersachsen und wird von Vorständin Nicola Fuhler geleitet. Das Friesoyther Bildungswerk arbeitet auf der Grundlage christlicher Werte

und richtet sich wertschätzend an alle Bürgerinnen und Bürger in unserer Region, unabhängig von ihrer Herkunft, ihrem Alter oder ihrem sozialen Status. Die Lern- und Begegnungsmöglichkeiten sind ausgesprochen vielfältig, es geht um allgemeine und berufliche Bildung, um Familienbildung, kulturelle, politische, religiöse, ökologische und integrative Bildung.

Liebe Leserin, lieber Leser, ich lade Sie nun ein, im vorliegenden Programmheft nach Angeboten zu suchen, die Ihren Interessen entsprechen (siehe auch www.bildungswerk-friesoythe.de). Seien Sie neugierig, denn Neugier lohnt sich: „Investiere in Dich selbst – es zahlt die meisten Zinsen“ (Benjamin Franklin, 1706-1790).

Für den Verwaltungsrat

Dr. Georg Pancratz

Erster Vorsitzender





POLITIK UND GESELLSCHAFT



**BILDUNG FÜR BERUF
UND EHRENAMT**



FAMILIE UND GENERATIONEN



RELIGION UND GLAUBE



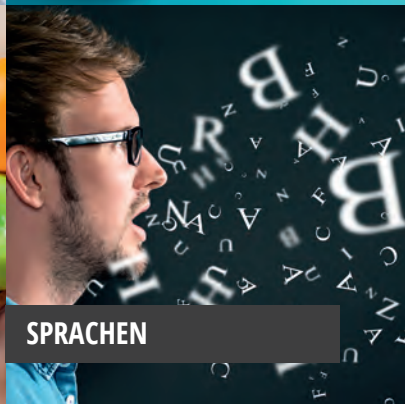
UMWELT UND NATUR



KULTUR & KREATIVITÄT



**GESUNDHEIT, BEWEGUNG
ERNÄHRUNG**



SPRACHEN



EDV UND MEDIEN



**SCHULABSCHLÜSSE
UND GRUNDBILDUNG**



ONLINE-ANGEBOTE



BILDUNGSURLAUB

POLITIK UND GESELLSCHAFT

.....	S. 9
Hospiz/Trauer	S. 21
Gesprächskreise	S. 26
Gemeindeguppen	S. 28

BILDUNG FÜR BERUF UND EHRENAMT

.....	S. 29
Pädagogik im Beruf	S. 30
Fortbildungen für Erzieher:innen	S. 37
Azubi fit.....	S. 45
Pflege und Begleitung	S. 46
Fortbildungskalender Pflege und Begleitung	S. 62
Fort- und Weiterbildungen	S. 66
Meistervorbereitungslehrgänge	S. 70
Supervision und Coaching	S. 72

FAMILIE UND GENERATIONEN

.....	S. 73
Angebot für (Groß-) Eltern und Kinder	S. 74
Angebot für Senioren	S. 77
PARENS®	S. 80
Elternbildung und Themenabende	S. 83
Eltern-Kind-Gruppen	S. 88

RELIGION UND GLAUBE

.....	S. 89
-------	-------

UMWELT UND NATUR

.....	S. 93
-------	-------

KULTUR UND KREATIVITÄT

.....	S. 99
Literatur	S. 100
Instrumentalunterricht.....	S. 100
Kreatives Gestalten, Basteln Handarbeiten	S. 101
Malen und Maltechniken	S. 105
Fotografie	S. 105
Tonarbeiten	S. 106
Textiles Gestalten und Nähen	S. 106

GESUNDHEIT, BEWEGUNG, ERNÄHRUNG

.....	S. 109
Autogenes Training	S. 119
Yoga und Meditation	S. 120
Kochen, Koch- und Genussevents, Kochclubs ..	S. 121

SPRACHEN

.....	S. 123
Deutsch als Fremdsprache ..	S. 124
Englisch	S. 126
Spanisch	S. 127
Andere Sprachen	S. 128

EDV UND MEDIEN

.....	S. 129
-------	--------

SCHULABSCHLÜSSE UND GRUNDBILDUNG

.....	S. 133
-------	--------

ONLINE-ANGEBOTE

.....	S. 135
-------	--------

BILDUNGSURLAUB

.....	S. 139
-------	--------

TERMINKALENDER

.....	S. 142
-------	--------

**Jetzt neu beim
Bildungswerk:**

WhatsApp-Service!



Unsere Fördermöglichkeiten finden Sie auf Seite 44

**Nicola Fuhler**

Vorständin

Tel.: 04491 9330-10

Mail: n.fuhler@bildungswerk-friesoythe.de

**Birgit Walker**

Päd. Mitarbeiterin

Tel.: 04491 9330-16

Mail: b.walker@bildungswerk-friesoythe.de

**Annette Hopfmann**

Päd. Mitarbeiterin

Tel.: 04491 9330-19

Mail: a.hopfmann@bildungswerk-friesoythe.de

**Barbara Hardenberg**

Verwaltung

Tel.: 04491 9330-18

Mail: b.hardenberg@bildungswerk-friesoythe.de

**Jessica Kaltinski**

Verwaltung

Tel.: 04491 9330-11

Mail: j.kaltinski@bildungswerk-friesoythe.de

**Annika Bley**

Verwaltung

Tel.: 04491 9330-20

Mail: a.bley@bildungswerk-friesoythe.de

**Hannelore Dau**

Verwaltung

Tel.: 04491 9330-13

Mail: h.dau@bildungswerk-friesoythe.de

**Ann-Kathrin Rerich**

Verwaltung

Tel.: 04491 9330-14

Mail: a.rerich@bildungswerk-friesoythe.de

**Ulla Alscher**

Koordinatorin Meisterkurse

Tel.: 04491 9330-0

Mail: u.alscher@bildungswerk-friesoythe.de

**Xenia Richter**

Verwaltung

Tel.: 04491 9330-15

Mail: x.richter@bildungswerk-friesoythe.de



Monika Pille
Außenstelle Bösel
Tel.: 04494 1094



Irina Stelle
Raumpflegerin



Andrea Tangemann
Fachberatung Sprach-Kita
Tel.: 0172 8728050

Mail: a.tangemann@bildungswerk-friesoythe.de



Valentina Rerich
Raumpflegerin



Ulla Hilgefort
Fachberatung Sprach-Kita
Tel.: 04491 93330-0

Mail: u.hilgefort@bildungswerk-friesoythe.de



Heiner Hopfmann
Hausmeister
Tel.: 04491 93330-0



Emily Kniß
Bundesfreiwilligendienst-
leistende
Tel.: 04491 93330-0

Mail: praktikantin@bildungswerk-friesoythe.de



Maya
Feel-good-Managerin

Öffnungszeiten:

Montag – Donnerstag 9:00 – 13:00 Uhr
Montag, Dienstag, Donnerstag: 14:00 – 16:30 Uhr
Freitag: 9:00 – 12:00 Uhr

mittwochnachmittags geschlossen
Termine nach Vereinbarung möglich



POLITIK UND GESELLSCHAFT



**BILDUNG FÜR BERUF
UND EHRENAMT**



FAMILIE UND GENERATIONEN



RELIGION UND GLAUBE



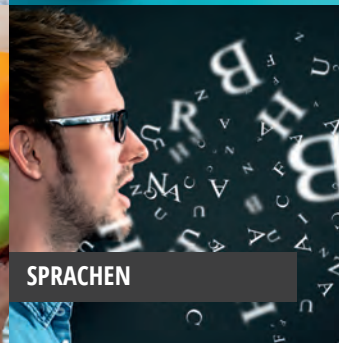
UMWELT UND NATUR



KULTUR & KREATIVITÄT



**GESUNDHEIT, BEWEGUNG
ERNÄHRUNG**



SPRACHEN



EDV UND MEDIEN



**SCHULABSCHLÜSSE
UND GRUNDBILDUNG**



ONLINE-ANGEBOTE



BILDUNGSURLAUB

INHOUSE-SEMINARE

Wir kommen auch zu Ihnen!

Kath. Bildungswerk Friesoythe e.V.
Kirchstraße 9, 26169 Friesoythe

Ansprechpartnerin:
Annette Hopfmann

☎ 04491 933019

✉ a.hopfmann@bildungswerk-friesoythe.de

Bitte sprechen
Sie uns an!

Rückblick 2025

Hier sehen Sie ein paar Impressionen aus dem vergangenen Jahr!



Tag des Babys
am 19.09.2025



Baumpflanz-Challenge –
wir waren dabei!



Autorinnenlesung am 27.10. zum
Thema „Ach, Meno“ begeisterte
viele Frauen!



Unser Referent Martin Erdmann
(Botschafter a.D.) gab dem WDR
bei uns im Haus ein Interview



Feel-good-Managerin 😊
Maya ist am 01.05.2025
eingezogen

Benefiz-
Veranstaltung
anlässlich
unseres
65-jährigen
Jubiläums am
14.11.2025



Bufdi Emily Kniß
unterstützt uns seit
dem 01.08.2025



Inklusives Kunstprojekt „Gemeinsam bunt“ und
inklusive Kunstausstellung im Bildungswerk

Zehn Jahre Deutschkurse – Eine Erfolgsgeschichte der Integration

Seit Dezember 2015 bietet das Kath. Bildungswerk Friesoythe wieder regelmäßig Deutschkurse für Zugewanderte an. Was damals als kleines Projekt begann, hat sich zu einem festen Bestandteil unserer Integrationsarbeit entwickelt.

In dieser Zeit besuchten 3970 Teilnehmende insgesamt 286 Kurse.

Viele von ihnen haben anschließend Arbeit gefunden oder eine Ausbildung begonnen, manche sogar ein Studium aufgenommen. Besonders erfreulich ist, dass mittlerweile zahlreiche ehemalige Teilnehmende eingebürgert sind und fest in unserer Gesellschaft verwurzelt leben.

Ein besonderer Meilenstein war das Jahr 2022, als viele Menschen aus der Ukraine nach Deutschland kamen. Damals stieg die Zahl der Kurse und Teilnehmenden deutlich an. Mit großem Engagement unserer Lehrkräfte und Ehrenamtlichen konnten wir schnell reagieren und zusätzliche Angebote schaffen.

Heute können wir mit Stolz sagen: Zehn Jahre Deutschkurse stehen für gelebte Integration, gegenseitigen Respekt und viele persönliche Erfolgsgeschichten. Wir danken allen, die uns unterstützt und begleitet haben – und freuen uns auf die kommenden Jahre!



Einer der
ersten Kurse im
Bildungswerk,
Start
22.12.2015



Veranstaltung zum
Weltfrauentag am
08.03.2016



2015
Dozenten-
treffen
Sprachkurs



Verabschiedung 1. Integrationskurs



Ausflug mit den Teilnehmenden aus der Ukraine, Sommer 2022, Tierpark Thüle



POLITIK UND GESELLSCHAFT



kosten-
frei

Podiumsdiskussion der Bürgermeister-Kandidaten in Friesoythe

Der Countdown läuft, die Zielgerade ist deutlich zu erkennen: Nur noch drei Wochen bis zur Kommunalwahl am 13. September. Die Kandidaten stellen sich öffentlich Fragen der Gäste und des Moderators Julius Höffmann.

Termin: Montag, 17.08.2026, 19:00 Uhr
Leitung: Julius Höffmann
Ort: Bildungswerk Friesoythe e.V., Kirchstr. 9
Kurs: 0020

... und bis dahin: Friesoyther
Kommunalpolitik im Wahljahr –
Polit-Talk ab dem 20.01.2026
um 18 Uhr, 14-täglich
im Bildungswerk – nähere
Details siehe Kurs 0002

Anmeldung unbedingt erforderlich.

**Bitte beachten Sie unsere Internetseite,
dort finden Sie jederzeit neue und aktuelle Kursangebote.**



Friesoyther Kommunalpolitik im Wahljahr – Polit-Talk

Wer besetzt in Zukunft den Chefsessel im Friesoyther Rathaus? Welche Themen sind wichtig für Friesoythe, worin unterscheiden sich die Inhalte der Kandidaten?

Die Teilnehmenden bestimmen die Themen des Polit-Talk selbst. Regelmäßige Diskussionsrunde, die vom selbständigen Journalisten Julius Höffmann geführt wird.

Beginn: Dienstag, 20.01.2026, 18:00 Uhr
Leitung: Julius Höffmann
Ort: Bildungswerk Friesoythe e.V., Kirchstr. 9
Kurs: 0002



Julius Höffmann



Anmeldung unbedingt erforderlich.

Einkaufsfalle Supermarkt? – Tricks und Fallen beim Einkauf

In Zusammenarbeit mit der Verbraucherzentrale Oldenburg

Damit beim Kauf von verpackten Lebensmitteln keine böse Überraschung passiert, lohnt es sich, schon beim Einkauf das Etikett gründlich zu prüfen. Möglicherweise stecken Zutaten im Produkt, mit denen man nicht gerechnet hat, oder es ist viel weniger drin als gedacht, aber der Preis ist gleichgeblieben.

Im Vortrag der Verbraucherzentrale werden die wichtigsten Aspekte der Lebensmittelkennzeichnung erklärt. Was muss auf der Verpackung stehen? Wie wird lose Ware gekennzeichnet? An vielen Beispielen wird anschaulich gezeigt, wo Fallen, Täuschung und Irreführung lauern können - und wie man durch bewussten Einkauf Lebensmittelverschwendung reduziert.

Termin: Montag, 23.02.2026, 19:00 Uhr

Gebühr: 10,00 Euro

Leitung: Dorothee Seelhorst

Ort: Bildungswerk Friesoythe e.V., Kirchstr. 9

Kurs: 0003

Vielfühligkeit und Reizüberflutung (Hochsensibilität) bei Erwachsenen und Kindern

Manche Menschen – ob groß oder klein – nehmen die Welt intensiver wahr. Sie spüren Stimmungen, Geräusche, Gerüche oder Stimmungen anderer Menschen feiner, denken tief und fühlen stark. Oft sind sie besonders aufmerksam, kreativ, empathisch – und manchmal auch schneller erschöpft.

Vielleicht kennst du das von dir selbst oder von einem Kind in deinem Umfeld: Ein voller Raum, eine laute Situation oder ein ungerechtes Wort können schnell zu viel sein. Und oft fallen dann Sätze wie:

„Stell dich nicht so an!“, „Heul doch nicht gleich!“ oder „Du bist aber empfindlich!“

Solche Worte tun weh – denn sie übersehen, dass genau in dieser Feinfühligkeit auch eine große Stärke steckt. Hochsensible Menschen sind „Vielfühler“ – sie nehmen mehr wahr, spüren tiefer und brauchen manchmal einfach etwas mehr Zeit, um Eindrücke zu verarbeiten.

Bei dieser Veranstaltung geht es um genau diese feine Wahrnehmung, die oft als Hochsensibilität bezeichnet wird. Es geht darum, Hochsensibilität besser zu verstehen – mit Herz, Wissen und Humor.

Inhalte:

- Was bedeutet es, feinfühlig oder hochsensibel zu sein – bei Kindern und Erwachsenen?
- Wie kann man mit intensiven Eindrücken besser umgehen?
- Welche Stärken und Herausforderungen bringt diese Wahrnehmung mit sich?
- Austausch, kleine Übungen zur Selbstwahrnehmung und Raum für Fragen

Zielgruppe:

Eltern, pädagogisches Fachpersonal und alle, die sich selbst oder andere besser verstehen möchten.

Gebühr: 10,00 Euro

Leitung: Stefanie Taubenheim

Termin: Donnerstag, 26.02.2026, 19:30 Uhr

Ort: Bildungswerk Friesoythe e.V., Kirchstr. 9

Kurs: 0004

Termin: Montag, 02.11.2026, 19:30 Uhr

Ort: Online via Zoom

Kurs: 0005

Plötzlich Pflegefall – Wenn das Leben sich über Nacht verändert

Eine akute Pflegesituation ist ein unerwartetes Ereignis, das plötzlich eintritt und eine sofortige oder kurzfristige Pflege notwendig macht. Auch die plötzliche Verschlechterung einer bestehenden Pflegebedürftigkeit kann eine akute Pflegesituation darstellen. Diese Situationen erfordern oft schnelle Entscheidungen und Organisation der Pflege! Man fühlt sich überfordert und hilflos. Dieser Vortrag bietet allgemeine Informationen, um eine solche Situation gut meistern zu können.

Inhalte:

- Was bedeutet „pflegebedürftig“?
- Finanzielle & organisatorische Folgen
- Emotionale & soziale Aspekte

- Vorsorge & Prävention
- Wo bekomme ich Hilfe?

Termin: Dienstag, 03.03.2026, 19:00 Uhr
Gebühr: 10,00 Euro
Leitung: Alexandra Wessels
Ort: Bildungswerk Friesoythe e.V., Kirchstr. 9
Kurs: 0007

Wärmepumpe: Was geht? Kritische Fragen kompakt beantwortet

Muss ich erst dämmen? Ist nicht Erdwärme besser?
 Ist nur mit Flächenheizung ein effizienter Betrieb möglich? Wie kann die Brauchwassererwärmung hygienisch erfolgen? Ist es im Endeffekt teurer als eine Gasheizung? Brauche ich einen Pufferspeicher?

Gebühr: 10,00 Euro
Leitung: Ulrich Schachtschneider
Ort: Bildungswerk Friesoythe e.V., Kirchstr. 9
Termin: Montag, 09.03.2026, 18:00 Uhr
Kurs: 0008
Termin: Dienstag, 03.11.2026, 18:00 Uhr
Kurs: 0009

Ulrich Schachtschneider

Energieberater für
 die Verbraucherzentrale
 Niedersachsen



Schmieden für Frauen

Die Veranstaltung findet in Kooperation mit dem Verein „Freundinnen und Freunde der Eisenstadt Friesoythe e.V.“ und dem „Atelier Eisenzeit“ statt.



Eintägiger Freiform-Schmiedekurs für Frauen unter der Leitung von Dipl. Designer und Schmiedemeister Alfred Bullermann.

Der Tageskurs bietet die Möglichkeit, mit Feuer, Hammer und Amboss das Eisen zu formen und so die Grundlagen des Schmiedehandwerks kennen zu lernen. Der Kurs ist für Anfängerinnen und Fortgeschrittene gleichermaßen geeignet. Das Mindestalter sollte 15 Jahre betragen. Wir holen jede Teilnehmerin dort ab, wo sie handwerklich steht, so dass jede die Möglichkeit hat, mindestens ein Werkstück zu fertigen. Die fachliche Anleitung wird von zwei Schmieden übernommen.

Der Preis für den Kurs beträgt 150 € pro Teilnehmerin, das Material ist inklusive.

Für Vereinsmitgliederinnen des Vereins „Freundinnen und Freunde der Eisenstadt Friesoythe“ ermäßigt sich die Gebühr um 10 € pro Teilnehmerin.

Mitzubringen sind neben einer Brotzeit: festes Schuhwerk, feuerfeste Arbeitskleidung (Wolle, Baumwolle) und gegebenenfalls Handschuhe. Schutzbrille und Lederschürze werden gestellt.

Termin: Samstag, 14.03.2026, 10:00-15:00 Uhr
Gebühr: 150,00 Euro
Leitung: Alfred Bullermann
Ort: Atelier Eisenzeit, Kirchstr. 13
Kurs: 0010



Stadt | Friesoythe

kosten-
frei

Bunte Vielfalt im Garten – Ökologische Gestaltungsideen

Eintönige Gärten und versiegelte Flächen prägen viele Siedlungen - mit Folgen für Artenvielfalt und Klima. In diesem Vortrag erfahren Sie, wie Sie mit naturnaher Gartengestaltung Lebensräume für Insekten, Vögel und Amphibien schaffen können. Vorgestellt werden praktische Beispiele von Staudenbeeten, Hecken und Wildblumenwiesen bis zu Kleinbiotopen wie Teichen, Hoch- und Kraterbeeten. Ein bunter Naturgarten steigert nicht nur die Artenvielfalt, sondern auch das Wohlbefinden und ist zugleich klimaangepasst und pflegeleicht.

Termin: Mittwoch, 18.03.2026, 18:00 Uhr
Leitung: Anastasia Marczinik
Ort: Bildungswerk Friesoythe e.V., Kirchstr. 9
Kurs: 0011



Wissensvortrag: Wasserretention in urbanen Gebieten – Von klimafit Gärtnern bis zur Wasserspeicherung in der Landschaft

Trockenperioden, Starkregen und Hitze setzen Städten und Gärten zunehmend zu. Eine angepasste Wasserbewirtschaftung wird daher immer wichtiger - vom eigenen Garten bis zur Stadtplanung. Der Vortrag zeigt praxisnah, wie Regenwasser effektiver im Boden, in Vegetationsstrukturen und in der Landschaft zurückgehalten werden kann. Vorgestellt werden Maßnahmen wie Versickerungsflächen, bepflanzte Mulden, Dach- und Fassadenbegrünung sowie Strategien für klimaangepasstes Gärtnern. Ziel ist es, Wasserrückhalt, Biodiversität und Lebensqualität im urbanen Raum miteinander zu verbinden.

Termin: Mittwoch, 10.06.2026, 18:00 Uhr
Leitung: Anastasia Marczinik
Ort: Bildungswerk Friesoythe e.V., Kirchstr. 9
Kurs: 0018

Diese Veranstaltungen werden in Kooperation
mit der Stadt Friesoythe angeboten



Wissensvortrag: Landschafts- und Bodengenese in Norddeutschland – Ein paar bodenständige Geschichten aus unserer Heimat

Der Boden unter unseren Füßen: Wie ist unsere norddeutsche Landschaft eigentlich entstanden und warum sind die Böden im Raum Cloppenburg so vielfältig? Dieser Vortrag nimmt Sie mit auf eine Reise durch die geologische und landschaftliche Entwicklung Nordwestdeutschlands: von den eiszeitlichen Gletschern und Schmelzwässern über Moorbildung und Flugsande bis hin zu den heutigen Geest- und Marschlandschaften. Wie Klima, Wasser und Vegetation die Böden prägten, auf denen wir heute leben, gärtnern und wirtschaften und warum ihr Schutz für Landwirtschaft, Wasserhaushalt und Klimaschutz so bedeutsam ist. Ein spannender Einblick in die „Bodengeschichte“ unserer Heimat.

Termin: Mittwoch, 11.11.2026, 18:00 Uhr
Leitung: Anastasia Marczinik
Ort: Bildungswerk Friesoythe e.V., Kirchstr. 9
Kurs: 0019



Anastasia Marczinik

Klimaschutzmanagerin der Stadt Friesoythe



Diese Veranstaltungen finden in Kooperation mit der Koordinierungsstelle Frauen und Wirtschaft statt

Frauen und Rente

Selbst ist die Frau – das gilt auch für die Altersvorsorge. Schließlich bringen eigene Beiträge in der gesetzlichen Rentenversicherung die meisten Punkte für die spätere Rente. Aber wie wirken sich Ausbildung, Kindererziehung und Teilzeitjobs im Alter aus? Wann besteht überhaupt ein Anspruch auf eine Rente? Mit diesen Fragen beschäftigt sich der Vortrag zum Thema „Frauen und Rente“.

Termin: Mittwoch, 18.03.2026, 19:00 Uhr
Gebühr: 8,00 Euro
Leitung: Birgit Gehrke
Ort: Bildungswerk Friesoythe e.V., Kirchstr. 9
Kurs: 0012

Frauen und Finanzen

Vieles im Leben von Frauen ist nicht planbar!

Frauen verdienen im Schnitt weniger als Männer – Stichwort Gender Pay Gap. Sie arbeiten in schlechter bezahlten Berufen oder in Teilzeit, nehmen Auszeiten für die Familie und verzichten damit auf Verdienst.

Freiheit bedeutet Unabhängigkeit, auch finanziell. Mit dem eigenen Geld und einer soliden Altersvorsorge kann man viel freier Entscheidungen treffen. Erfahrungsgemäß werden die Finanzen für Frauen jedoch früher oder später zum Problem. Es sind in erster Linie Männer, die sich mit Finanzen auskennen, mehr verdienen und an der Börse investieren. Dabei sind Frauen diejenigen, für die finanzielle Unabhängigkeit am wichtigsten ist – auch im Hinblick auf Rente und Altersvorsorge.



Was hält uns also heute noch davon ab, die Finanzwelt zu erobern? Vor allem zwei Dinge: fehlendes Selbstbewusstsein und fehlendes Wissen.

Termin: Freitag, 04.09.2026, 19:00 Uhr
Gebühr: 8,00 Euro
Leitung: Florian Fuchs
Ort: Bildungswerk Friesoythe e.V., Kirchstr. 9
Kurs: 0022

Florian Fuchs



Stresskontrolle & Stressresilienz

3 Säulen Training mit Daniel Ruppert

Atmung – Kälte – Mindset

Innere Stärke, Widerstandskraft und innere Ruhe

Die Wim Hof Methode®

Die **WIM HOF METHODE** ist eine Möglichkeit, eine spezielle innere Kraft anzupapfen, Sauerstoff und Kälte, zwei natürliche Ressourcen.

Sie kombiniert dabei 3 Säulen: **Atmung, Kälte, Fokus** – für mehr Energie, mehr Atembewusstsein, mehr innere Stärke.

Das hilft Stress abzubauen, sich vollständig zu regenerieren und mit seiner inneren Kraft zu verbinden. Der Effekt ist ein gesunder Körper und eine glückliche Geisteshaltung.



In einem „**WIM HOF METHOD TEAM WORKSHOP**“ erfährt man praktisch die Kraft der Atmung, die Energie der Kälte und die Macht der inneren Stärke, um eine Fülle positiver Wirkungen im Körper freizusetzen:

- ✓ Stärkung des Immunsystems und besserer Schlaf
- ✓ Stress-Reduzierung und eine schnellere Erholung
- ✓ Steigerung der Kraftreserven und Stressresistenz

Das „**Can-Do-Mindset**“ stärken, das Beste aus sich rausholen und Spaß dabei haben. In einem **Wim Hof Method-Workshop** bauen wir als Erstes den Stress ab und optimieren den Stoffwechsel sowie die Biochemie jeder einzelnen Person. Der Körper wird dadurch gezielt ausgeglichen und mit einem klaren Geist versehen. Zweifel, Müdigkeit, ein unruhiger Kopf etc. werden „gelöscht“. Das Körpergefühl und die Leistungsfähigkeit werden spürbar erhöht, und die Fähigkeit, mit Druck und Stress umzugehen, werden effektiv geschult.



DIE KRAFT DER ATMUNG – Motivation, Regeneration und Konzentration

Durch die Wim Hof Atemtechniken bauen wir unsere biochemischen und mentalen Puffersysteme auf und trainieren sie effektiv. So können wir besser mit Stress im privaten und beruflichen Umfeld umgehen, schneller regenerieren und ausreichend Energie für kommende Herausforderungen aufbauen.

Im Detail bedeutet das:

- ✓ Grundlegendes Verständnis der Atmung (natürlich, bewusst, trainiert)
- ✓ Anwendung der Atmung zur Stresskontrolle (Puls- & Atemrhythmus)
- ✓ Wim Hof Atemtechniken in der konkreten Anwendung
- ✓ Training biochemischer & mentaler Puffer

Bilder: Daniel Ruppert

Daniel Ruppert ist zertifizierter WHM Instruktor Level 2, Atem- und Mindfulness Trainer, Team-Builder, Motivator und Speaker auf verschiedenen Konferenzen zum Thema „Stress- und Energiemanagement“ mit der Wim Hof Methode in Kombination mit Atembewusstsein und speziellen Mindfulness-Techniken. Aufgrund seines Werdegangs als Architekt, Projektleiter, Geschäftsführer, Kampfkunst- und Atemtrainer sowie Wim Hof Instruktor bringt er sehr viel Erfahrung in den Bereichen: Teamarbeit, Stress im Arbeitsalltag, Energiemanagement, Performance, Burnout und Regeneration mit.

Selbst praktiziert er seit über 15 Jahren mit großer Leidenschaft die Wim Hof Methode und hat bis heute über 10.000 Personen mit der Methode und ihrer Atmung vertraut gemacht. Daniel leitet Tagesworkshops, Gruppenkurse, Erfahrungs- und Teamreisen sowie Firmenevents mit den Schwerpunkten: Stressmanagement, Energiemanagement, Kreativität, High-Performance und Teambuilding.

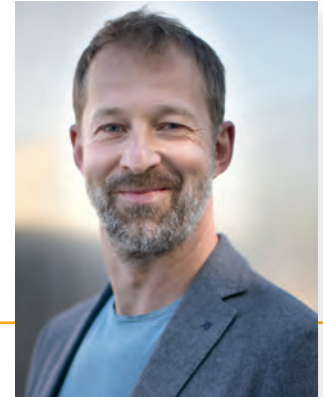
Vortrag: Freitag, 13.11.2026, 18:00 Uhr

Gebühr: 25,00 Euro

Workshop: Samstag, 14.11.2026, 11:00-16:00 Uhr

Gebühr: 150,00 Euro

Ort: Bildungswerk
Friesoythe,
Kirchstr. 9,
26169 Friesoythe



Daniel Ruppert

Zertifizierter WHM Instruktor Level 2



Gutschein



Bildung schenken – Wissen, das bleibt.

Suchen Sie nach einem besonderen Geschenk?

Verschenken Sie Kreativität, Bildung, Wissen, Vorträge und Seminare, Anregungen und letztlich auch interessante Begegnungen.

Unser vielfältiges Programm bietet reichhaltige Möglichkeiten.

Sie können einen Gutschein für einen Kurs, aber auch einen Wertgutschein erwerben.

Melden Sie sich telefonisch, wir beraten gerne!

Tel.: 04491 9330 0



Stadt | Friesoythe

Diese Veranstaltung findet in Kooperation
mit der Stadt Friesoythe statt



Friesoythe verbindet

Tina Teubner und Ben Süverkrüp – Wenn Du mich verlässt, komm ich mit

Tina Teubner, begnadete Komikerin, überirdische Musikerin, Kernkompetenz auf dem Gebiet des autoritären Liebesliedes, hat die Erziehung ihres Mannes erfolgreich abgeschlossen und sucht nach neuen Herausforderungen.

Die Grenzen zwischen „privat“ und „politisch“ sind nicht mehr aufrecht zu erhalten. Die Welt brennt: Tina wagt den Blick ins Innerste.

Mit ihrer rasiermesserscharfen Intelligenz, ihrem unwiderstehlichen Humor und ihrer weltumfassenden Herzenswärme scheucht sie ihr Publikum auf: Nicht kratzen. Waschen!

Tolstoi schreibt: „Alle wollen die Welt verändern, niemand sich selbst.“ Wie wäre es mit folgendem Geschäftsmodell: Tina verändert die Welt, Ben muss an sich arbeiten, und das Publikum darf dabei zugucken.

Eine lakonische Umschreibung dessen, was man sich von gutem Theater wünscht: Du gehst anders raus als Du reingekommen bist. Und so stand auch jüngst in der Presse: „Tina Teubner war, ist und bleibt die aufregendste, nachhaltigste und unterhaltsamste Frau der deutschen Kleinkunstszene.“

Wir finden: Zwei Stunden Tina Teubner sind so schön wie die erste Liebe und so wirksam wie zwei Jahre Couch. Hingehen!

Zur Person: Tina Teubner bezeichnet sich selbst als begnadete Melancholikerin mit ausgeprägter Tendenz zu humorvollen Lösungen. Als Kabarettistin tritt sie regelmäßig im TV und im Radio auf und bereist seit vielen Jahren den gesamten deutschen Sprachraum, fest entschlossen, ihr Publikum mit Liedern, Kabarett und Unfug zu beglücken. Und wachzurütteln. Unterstützt wird sie von Ben Süverkrüp am Klavier.



Vielfach ausgezeichnet, u.a. mit dem Deutschen Kabarettpreis (2001) und zweimal mit dem Oscar aller Kleinkunstpreise, dem Deutschen Kleinkunstpreis (1999 & 2001).

Ticketpreise:

Vorverkauf: 25,00 Euro (ermäßigt: 20,00 Euro für Schüler:innen, Studierende, Berechtigungsschein)

Abendkasse: 27,00 Euro (ermäßigt: 22,00 Euro)

Termin: Freitag, 20.03.2026, 20:00 Uhr

Ort: Forum am Hansaplatz, Hansaplatz 11

Kurs: 0013

Der Ticketvorverkauf
findet im Bildungswerk statt.
Anmeldungen sind über
die Website oder vor Ort
möglich.

Abschied nehmen – den Linien des Lebens nachspüren – weil jeder Abschied besonders ist

Welche Formen und Möglichkeiten gibt es für die Gestaltung/Mitwirkung einer Abschieds- und Erinnerungsfeier?

Eine Trauerrednerin gibt Einblicke in ihre Herzensaufgabe, Trauernde und trauernde Familien beim Abschiednehmen von einer/einem lieben Verstorbenen zu begleiten.

Termin: Donnerstag, 26.03.2026, 20:00 Uhr
Gebühr: 10,00 Euro
Leitung: Herma Fennen
Ort: Bildungswerk Friesoythe e.V., Kirchstr. 9
Kurs: 0014

Das Kriegsende in Friesoythe – April 1945

Unter dem Motto „Hat der Seher von Friesoythe die Bevölkerung in die falsche Richtung geführt?“ beleuchtet der Vortrag die dramatischen Ereignisse des Monats April 1945 aus deutscher und kanadischer Perspektive. Im Mittelpunkt stehen die letzten Kriegstage, die Zerstörung der Stadt durch kanadische Truppen und die Rolle des sogenannten „Sehers“ Wreesmann, genannt Vierfuß, der mit seinen Aussagen den Verlauf der Ereignisse in Friesoythe beeinflusst haben soll. Anhand von Zeitzeugenberichten, Dokumenten und militärischen Quellen wird das Kriegsende in Friesoythe in seinen lokalen und übergeordneten Zusammenhängen dargestellt.



Termin: Donnerstag, 09.04.2026, 19:00 Uhr
Gebühr: 10,00 Euro
Leitung: Stefan Kühling
Ort: Bildungswerk Friesoythe e.V., Kirchstr. 9
Kurs: 0015

Social Media als politischer Raum: Einfluss, Manipulation und Gegenstrategien – Präventionsarbeit im Vorfeld der Kommunalwahlen 2026



In Kooperation mit dem Präventionsrat der Stadt Friesoythe

Soziale Medien spielen heute eine zentrale Rolle in der politischen Meinungsbildung – auch im Hinblick auf die kommenden Kommunalwahlen. Doch wie werden diese Plattformen von extremistischen Strömungen gezielt ausgenutzt, um Einfluss zu nehmen und Falschinformationen zu verbreiten?

Was begegnet dabei Kindern und Jugendlichen in ihren digitalen Räumen und wie können wir uns und unsere Kinder schützen?

Eingeladen sind Interessierte – insbesondere Eltern, pädagogische Fachkräfte sowie Bürgerinnen und Bürger, die sich über aktuelle Entwicklungen im Netz und Möglichkeiten der Prävention informieren möchten.

Referent: Thomas Lammers, Präventioner für politisch motivierte Kriminalität der Polizeiinspektion Cloppenburg/Vechta

Termin: Freitag, 17.04.2026, 18:00 Uhr
Ort: Bildungswerk Friesoythe e.V., Kirchstr. 9
Kurs: 0016
Termin: Dienstag, 25.08.2026, 18:00 Uhr
Ort: Bildungswerk Friesoythe e.V., Kirchstr. 9
Kurs: 0017

Anmeldung erforderlich.



Selbstbestimmt bis zuletzt – Vorsorgevollmacht, Betreuungsverfügung, Patientenverfügung?

Viele Menschen möchten sicherstellen, dass ihre medizinischen und persönlichen Wünsche auch dann respektiert werden, wenn sie selbst einmal nicht mehr entscheidungsfähig sind. In diesem Vortrag erfahren Sie, warum Vorsorgedokumente so wichtig sind, welche Inhalte sie unbedingt enthalten sollten und wie sie rechtssicher erstellt werden.

Termin: Donnerstag, 03.09.2026, 19:00 Uhr
Gebühr: 10,00 Euro
Leitung: Dr. Angelika Menzen
Ort: Bildungswerk Friesoythe e.V., Kirchstr. 9
Kurs: 0021

**Jetzt neu beim
Bildungswerk:**

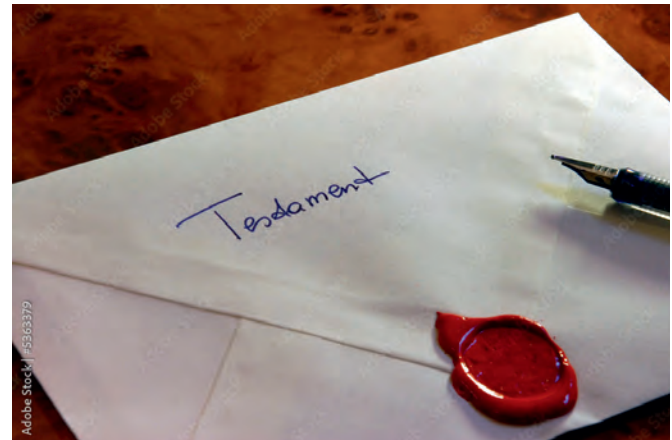
WhatsApp-Service!

**Du willst einen Kurs buchen
oder hast Fragen?**

Schreib uns einfach direkt bei WhatsApp
– wir helfen dir schnell & unkompliziert.

Und das Beste:

Über unseren WhatsApp-Kanal bleibst du
immer über alle aktuellen Kurse
informiert!



Sorgenfrei vorsorgen – Erben und Vererben

Wer seinen Nachlass klar regelt, sorgt für Sicherheit – für sich selbst und für die Familie. Das Erbrecht ist komplex, und viele Menschen befassen sich nicht so gern mit dieser Thematik.

In Rahmen der Veranstaltung erhalten Sie einen verständlichen Überblick über die wichtigsten Grundlagen und Gestaltungsmöglichkeiten rund um Testament, Erbvertrag, Pflichtteil, digitaler Nachlassvollmacht, Erbschaftsteuer etc.. Anhand von Praxisbeispielen erfahren Sie, wie Sie typische Fehler vermeiden und Ihre persönlichen Wünsche rechtssicher umsetzen können.

Termin: Donnerstag, 12.11.2026, 19:00 Uhr
Gebühr: 10,00 Euro
Leitung: Bernd Wichmann
Ort: Bildungswerk Friesoythe e.V., Kirchstr. 9
Kurs: 0023

**Das passende Kursangebot
für Sie ist nicht dabei ... und
Sie haben eine tolle Idee?
Melden Sie sich gerne bei uns!**



Letzte Hilfe – Umsorgen von schwer erkrankten und sterbenden Menschen am Lebensende

Der Kurs besteht aus vier Unterrichtseinheiten (Modulen) zu jeweils 45 Minuten.

1. Sterben ist ein Teil des Lebens
2. Vorsorgen und Entscheiden
3. Leiden lindern
4. Abschied nehmen

Das Lebensende und Sterben unserer Angehörigen, Freunde und Nachbarn macht oft hilflos, denn uraltes Wissen zum Sterbebegleit ist mit der Industrialisierung schleichend verloren gegangen. Um dieses Wissen zurückzugewinnen, bieten wir einen Kurs zur „Letzten Hilfe“ an.

Wie auch bei der „Ersten Hilfe“ soll die „Letzte Hilfe“ Wissen zur humanen Hilfe und Mitmenschlichkeit in schwierigen Situationen vermitteln.

Das Seminar ist für ALLE Menschen geeignet, die sich zum Thema Sterben, Tod und Palliativversorgung informieren möchten.

In diesem Kurs lernen Interessierte, was sie für die ihnen Nahestehenden am Ende des Lebens tun können.

Es werden Basiswissen, Orientierung und einfache Handgriffe vermittelt. Es wird Grundwissen an die Hand gegeben und ermutigt, sich Sterbenden zuzuwenden. Im Kurs wird über die Normalität des Sterbens als Teil des Lebens gesprochen, natürlich werden auch Patientenverfügung und Vorsorgevollmacht kurz angesprochen. Es werden mögliche Leiden als Teil des

Sterbeprozesses thematisiert und wie man sie lindern kann. Zudem wird darauf eingegangen, wie man mit den schweren, aber auch den leichteren Stunden umgeht. Abschließend wird gemeinsam überlegt, wie man Abschied nehmen kann und dessen Möglichkeiten und Grenzen besprochen.

Anmeldung und nähere Informationen unter
Tel.: 04491 400 6310 oder
per E-Mail: malteser.friesoythe@malteser.org

Termine: Mittwoch 18.02.2026 17:00 bis 21:00 Uhr
Samstag 14.03.2026 10:00 bis 14:00 Uhr
Samstag 19.09.2026 10:00 bis 14:00 Uhr
Mittwoch 23.09.2026 17:00 bis 21:00 Uhr

Kurs: 0A02

Letzte Hilfe Kurse

Am Ende wissen, wie es geht.

Wir vermitteln das „kleine 1x1 der Sterbebegleitung“:

Das Umsorgen von schwerkranken und sterbenden Menschen am Lebensende.

www.letztehilfe.info / kontakt@letztehilfe.info

Ambulanter Hospizdienst Friesoythe, Barßel, Saterland

„Leben heißt, bereit sein, irgendwann Abschied zu nehmen.“

Der ambulante Hospizdienst begleitet schwer erkrankte Erwachsene, lebensverkürzend erkrankte Kinder und Jugendliche sowie trauernde Kinder, Jugendliche und Erwachsene sowie deren Angehörige zu Hause, im Pflegeheim oder im Krankenhaus und ist für die Angehörigen in ihrer Trauer da. Darin sieht der ambulante Hospizdienst der Malteser seine Aufgabe.

„Am Ende zählt der Mensch“ und durch die individuelle Begleitung und Unterstützung in einer schwierigen Lebenszeit soll es den Betroffenen ermöglicht werden, selbstbestimmt und in Würde bis zuletzt in ihrer gewohnten Umgebung leben zu können.

Darüber hinaus stehen die ehrenamtlichen und hauptamtlichen Mitarbeiter:innen des Hospizdienstes auch als Ansprechpartner:in für die Angehörigen während des Krankheitsverlaufs, des Sterbeprozesses und in der Trauerphase zur Seite.

Unser Angebot ist kostenfrei und unabhängig von Religion, Alter, Herkunft und Lebensweise. Wir glauben daran, dass jedem Menschen und seinen Angehörigen eine Begleitung in der letzten Phase seines Lebens zusteht.

Kurs: OA03

Für alle Angebote des Malteser Hospizdienstes erhalten Sie nähere Informationen unter
Telefon: **04491 40063-10** oder
E-Mail: **malteser.friesoythe@malteser.org**.

Die folgenden Angebote finden, wenn nichts anderes angegeben wurde, in den Räumen des Hospizdienstes im Medizinischen Versorgungszentrum (neben dem Krankenhaus), St.-Marien-Str. 3, 26169 Friesoythe statt.



Ihre Ansprechpartnerin:
Marlen Schmidt

Leitung amb. Hospizdienst / Koordination/ Soziales
Ehrenamt, Tel.: 04491 40063-10
E-Mail: malteser.friesoythe@malteser.org

Ihr ambulanter

HOSPIZdienst

Friesoythe • Barßel • Saterland • Bösel



Malteser

...weil Nähe zählt.



Benötigen Sie mehr Informationen oder eine Begleitung?

Nehmen Sie gerne Kontakt zu uns auf unter:
Ambulanter Hospizdienst Malteser Friesoythe
Hospizgruppe Familienbegleitungen

Ambulante Kinderhospizarbeit

„Herzlichkeit und Lachen, aber auch Ernsthaftigkeit und Probleme, alles hat hier seinen Platz.“

Seit 2010 unterstützen wir Familien, in denen ein Kind oder Jugendlicher an einer fortschreitenden und lebensverkürzenden Krankheit leidet, in Kooperation mit dem Ambulanten Kinderhospizdienst Oldenburg. Die Familien werden von unseren Ehrenamtlichen lang- und auch kurzfristig begleitet, um eine zuverlässige Unterstützung zu gewährleisten. Wir unterstützen hier nicht nur die betroffenen Kinder, sondern besonders die Geschwisterkinder und Eltern stehen bei uns zusätzlich im Fokus. Die ehrenamtlichen Familienbegleiter:innen sind geschult und wissen um die bestehenden Schwierigkeiten und Probleme, die in den Familiensystemen entstehen können, wenn ein Kind schwer erkrankt.

Begleiten, Zeit schenken, mit Geschwisterkindern spielen, Trost spenden, Eltern entlasten, zuhören oder einfach „da sein“, wenn eine Schulter zum Anlehnen gebraucht wird, sind die Stärken unserer ehrenamtlichen Mitarbeiter:innen. Je nach Bedarf stellen wir uns auf die individuellen Wünsche der Familie ein. Auch wenn Sie sich unsicher sind, ob wir Ihnen wirklich helfen können, melden Sie sich bei uns – wir stehen Ihnen gerne beratend zur Seite.

Zusätzlich bieten wir beim Elternfrühstück die Möglichkeit für betroffene Eltern, sich im geschützten Rahmen mit ehrenamtlichen Begleiter:innen und ebenfalls betroffenen Familien auszutauschen. Die Teilnehmenden nutzen die gemeinsame Zeit, sich bei frischen Brötchen und einer heißen Tasse Kaffee & Tee über Alltägliches zu unterhalten. Alltägliches, das sie alle aufgrund der besonderen Lebenssituation kennen. Denn unabhängig davon, welche Krankheit die Jungen und Mädchen haben, eint alle Familien eins: in einer besonderen Situation zu leben.

Auch bei allen weiteren Fragen rund um die Themen Hospizarbeit und Trauer von Kindern und Jugendlichen sind Sie herzlich eingeladen, sich an das Büro der Dienststelle zu wenden. Wir stehen für die Belange und Fragestellungen von Betroffenen und der Öffentlichkeit gerne zur Verfügung.

Kurs: OA04

Miriam Tebben-Fastje

Koordination
Tel.: 04491 40063-12,
E-Mail: miriam.tebben-fastje@malteser.org





Trauerberatung und Begleitung für Erwachsene

Der Tod eines nahestehenden Menschen bedeutet oft eine große Verlusterfahrung und ist mit Trauer verbunden. Der Tod bringt hierbei die Funktionen der Familien-Systeme ins Wanken und verändert tiefgreifend das Gleichgewicht von Familien, Partnern oder auch jedes Einzelnen.

Begleitung in der Trauer ist die Möglichkeit zu erkennen: Ich bin mit meinem Schmerz nicht allein. Das Durchleben der Trauer und Auseinandersetzen mit ihr hilft dabei, einen neuen „Lichtblick“ zu entdecken und neues Gleichgewicht zu finden.

Hier sind wir für Sie da!

Wir entlasten und unterstützen Erwachsene, die einen nahen Menschen verloren haben, in Einzelgesprächen und in unserer geschlossenen **Trauergruppe „Lichtblick“**.

Kurs: OA05

Termine nach Absprache mit den Teilnehmenden

Trauerbegleitung für Kinder und Jugendliche

Trauerbegleitung von Kindern und Jugendlichen erfordert einen besonderen Blick, denn Sprache und Verständnis für Tod und Trauer sind anders als bei uns Erwachsenen.

Denn die Entwicklung des Kindes/des Jugendlichen muss bedacht werden, um sein oder ihr Verständnis für Tod oder Trauer zu verstehen.

Spielerisch mit Kindern und auch offen mit Jugendlichen wird bei uns altersgerecht das Thema Tod und Trauer vermittelt. Oft entstehen viele offene Fragen. Denn auch für die Kleinsten gerät das Familien-System ins Wanken, wenn eine nahestehende Person fehlt.

Unsere **Trauerbegleitung „Trostpflaster“** für Kinder und Jugendliche bietet Beratung, Begleitung und bei Bedarf auch Gruppenangebote im geschützten Rahmen, um sich über dieses sensible Thema austauschen zu können.

Bei Fragen helfen wir gerne weiter. Sprechen Sie uns an.

Kurs: OA06

**Nehmen Sie gerne
Kontakt zu uns auf!**



Martina Kramer

Trauerbegleitungen
Erwachsene

Tel.: 04491 40063-13,

E-Mail: martina.kramer@malteser.org

Miriam Tebben-Fastje

Trauerbegleitungen
Kinder und Jugendliche

Tel.: 04491 40063-12,

E-Mail: miriam.tebben-fastje@malteser.org

KEB-Zertifikatskurs – Ehrenamtliche Hospizbegleitung

Wir glauben daran, dass jedem Menschen und seinen Zugehörigen eine würdevolle Begleitung in der letzten Phase seines Lebens zusteht!

Wir sprechen Menschen an, die sich mit diesem Thema auseinandersetzen möchten, für sich persönlich, aber auch vielleicht, um sich ehrenamtlich in der Sterbebegleitung zu engagieren.

Sie können sich vorstellen, Zeit zu schenken, damit keiner in der schweren Zeit alleine ist, wenn er es nicht möchte!

In dieser Qualifizierung werden durch eine Kombination aus theoretischem Wissen, praktischen Übungen und einer Reflexionsphase Fähigkeiten vermittelt, Schwerkranke und sterbende Menschen sowie deren Angehörige zu verstehen und zu begleiten.

Inhalte:

- Hospizgeschichte
- Motivation – Bedürfnisse
- Umgang mit eigenen Verlust- u. Abschiedserfahrungen
- Auseinandersetzung mit dem eigenen Sterben/Tod
- Kommunikation mit Schwerkranken und Sterbenden
- Symbolsprache der Sterbenden
- Sterbephasen/Trauerphasen
- Eigene Kraftquellen u. Grenzen erkennen u. respektieren
- Spirituelle Ansätze in der Sterbebegleitung u. Religionen
- Schmerz- und Palliativmedizin
- Rechtliche Fragen
- Bestattungsformen
- Rituale in der Sterbebegleitung
- Umgang mit Trauer
- Umgang mit Tod und Sterben bei Kindern
- Familiensysteme
- Todesvorstellungen von Kindern/Jugendlichen
- Netzwerkarbeit
- Ethische Aspekte

Dozentinnen:

Miriam Tebben-Fastje, Birgit Buschermöhle

Anmeldung und nähere Informationen u. a. zum Kursbeginn unter Tel.: 04491 400 6310 oder per E-Mail: malteser.friesoythe@malteser.org

**Malteser Hilfsdienst e. V.
St.-Marien-Str. 3, 26169 Friesoythe/ MVZ**

Kurs: OA01

Schenken Sie **Zeit!**



**„Schicksal ist,
wenn du etwas findest,
was du nie gesucht hast
und dann feststellst,
dass du nie etwas anderes wolltest.“**

Autor unbekannt



Elterngruppe Friesoythe der deutschen Gesellschaft fürs hochbegabte Kind (DGhK e.V.)

Treffen: 3. Donnerstag
im Monat, 20:00 Uhr
(Ferien und Feiertage ausgenommen)

Es gibt eine Vielzahl von Hinweisen für Eltern, eine mögliche Hochbegabung bei ihrem Kind zu erkennen. Nicht bei jedem Kind treffen alle Merkmale zu, eine Häufung von Merkmalen ist aber ein Hinweis auf eine mögliche Hochbegabung.

Diese Elterngruppe dient dem regelmäßigen Austausch und bietet eine Plattform für Eltern, die ihre hochbegabten Kinder bestmöglich unterstützen möchten. In einer wertschätzenden und offenen Atmosphäre werden Erfahrungen und praxisorientierte Strategien für die Förderung und das Wohl der Kinder geteilt.

Beginn: Donnerstag, 15.01.2026, 20:00 Uhr
Leitung: Marius Herold
Ort: Bildungswerk Friesoythe e.V., Kirchstr. 9
Kurs: 0B01

„Himmel und Erde am Küchentisch“ Gesprächskreis mit Dr. Heinrich Dickerhoff

Treffen: einmal monatlich

Dr. Heinrich Dickerhoff lädt zu einem inspirierenden Gesprächskreis ein, bei dem er in seiner einzigartigen Weise durch den Abend führt. Am Küchentisch des Bildungswerks in gemütlicher Runde finden Märchen, theologische, gesellschaftlich relevante und philosophische Themen Raum für Austausch und Reflexion. Jedes Gruppenmitglied bringt eine Kleinigkeit zum Essen mit, was die gesellige Atmosphäre verstärkt und zu anregenden Gesprächen beiträgt. Das erste Treffen steht unter dem Motto „Tränen gelacht - Humor als Lebensweisheit“. Die weiteren Themen werden gemeinsam mit der Gruppe im Laufe der Abende festgelegt.

Beginn: 14. Januar 2026, 18:00 Uhr
Leitung: Dr. Heinrich Dickerhoff
Ort: Bildungswerk Friesoythe e.V., Kirchstr. 9
Kurs: 0B02

Selbsthilfegruppe: Leben mit der chronischen Erkrankung Lipödem

Treffen: jeden letzten Mittwoch im Monat, 19:00 Uhr
Kontakt: Anna-Mirja Schmidt, Telefon: 015234057677,
Mail: lily-fighter@web.de

Beginn: Mittwoch, 28.01.2026, 19:00 Uhr
Leitung: Anna-Mirja Schmidt
Ort: Bildungswerk Friesoythe e.V., Kirchstr. 9
Kurs: 0B03



”

*Und plötzlich weißt du:
Es ist Zeit, etwas Neues zu beginnen,
und dem Zauber des Anfangs
zu vertrauen.*

(Meister Eckhart)

**Jetzt neu beim
Bildungswerk:**

WhatsApp-Service!

**Du willst einen Kurs buchen
oder hast Fragen?**

Schreib uns einfach direkt bei WhatsApp
– wir helfen dir schnell & unkompliziert.

Und das Beste:

Über unseren WhatsApp-Kanal bleibst du
immer über alle aktuellen Kurse
informiert!



WhatsApp-Business



WhatsApp-Kanal



Zeit für uns – Austauschkreis für Frauen ab 50 Jahren

Treffen: jeden ersten Dienstag im Monat, 19:00 Uhr
Eine Anmeldung ist für jeden Termin notwendig. / Gebühr pro
Treffen: 10,00 Euro.

Jede kennt es – immer wieder kommen Themen hoch, die uns
belasten, für die wir selbst keine Lösung parat haben (Beruf /
Familie / Umfeld). Geht es anderen Frauen genauso?

Wir wollen von den Erfahrungen anderer Frauen profitieren
und uns gegenseitig stärken. Vielleicht gehen wir schon an
diesem Abend mit einer möglichen Lösung unseres Problems
nach Hause – auf jeden Fall jedoch mit einem Lächeln und
guter Laune.

Beginn: Dienstag, 03.02.2026, 19:00 Uhr

Leitung: Angelika Zengler

Ort: Bildungswerk Friesoythe e.V., Kirchstr. 9

Kurs: 0B04



Angelika Zengler

Gruppe Leben

In unserer von Aktionismus und Hektik geprägten Gesellschaft gerät der Mensch sehr leicht in die Gefahr, das Wesentliche seines Daseins aus den Augen zu verlieren. Ziel der Veranstaltung ist es, mit den Teilnehmenden Orientierungshilfen und Werte zu erörtern, die ihnen eine Hilfe bei der Bewältigung ihres Lebens sein können.

Dienstags, 15:00 Uhr, 14-täglich

Termine und Ort werden bekanntgegeben

Leitung: Martin Kessens

Kurs: 0H40

Ein Abend mit ... Aktions- und Gesprächskreis interessierter Christinnen und Christen

Aktions- und Gesprächskreis für interessierte Christinnen und Christen, der sich sechs- bis achtmal im Jahr zu unterschiedlichen Themen und Exkursionen rund um Glauben, Kirche und Gesellschaft trifft. Hierbei handelt es sich um eine offene Gruppe, d. h. man kann auch nur zu einzelnen Veranstaltungen kommen.

Genaue Termine und entsprechende Einzelheiten werden örtlich bekanntgegeben.

Ort: Franziskushaus, Franziskusplatz 1

Kurs: 0H41

Friesoythe – kfd – leidenschaftlich glauben und leben

Termine und genaue Themen werden örtlich bekanntgegeben.

Ort: Franziskushaus, Franziskusplatz 1

Kurs: 0H42

Altenoythe – kfd – leidenschaftlich glauben und leben

Termine und genaue Themen werden örtlich bekanntgegeben.

Ort: Karl-Borromäus-Haus, Am Glockenturm 1

Kurs: 0H43

Bösel – kfd – EINE-WELT-TEAM

Termine, Themen und Ort werden bekanntgegeben.

Kurs: 0H44

Kampe/Kamperfehn – kfd – leidenschaftlich glauben und leben

3. Donnerstag im Monat, Uhrzeit wird bekanntgegeben

Ort: Haus der Begegnung, Schulweg 10

Kurs: 0H45

Neuscharrel – kfd – leidenschaftlich glauben und leben

Termine und Themen werden örtlich bekanntgegeben.

Ort: Pfarrheim Neuscharrel, Hauptstraße 10

Kurs: 0H46

Petersdorf – Glaube und Leben

Gesprächskreis der Frauen der Marianischen Congregation

Termine und Themen werden örtlich bekanntgegeben.

Ort: Franziskusheim Petersdorf, Hauptstr. 24

Kurs: 0H47



THINK OUTSIDE THE BOX



BILDUNG FÜR BERUF UND EHRENAMT

Einführungskurs für Zusatzkräfte in Kindertagesstätten – Zusatzkräfte Betreuung

Insgesamt 160 Unterrichtsstunden / Alle weiteren Informationen auf Anfrage.

Voraussetzung für eine Kursteilnahme: Tätigkeit in einer Kita. Für Teilnehmende aus dem Landkreis CLP fällt keine Kursgebühr an.

Mit der Veröffentlichung der „Richtlinie über die Gewährung von Zuwendungen zur Verbesserung der Qualität in Kindertagesstätten (QuiK) durch das Niedersächsische Kultusministerium fördert das Land Maßnahmen zur Verbesserung der Qualität in Kindertagesstätten unter Berücksichtigung des Ziels der Integration von Kindern mit Fluchterfahrung. Um Kräften ohne pädagogische Grundqualifizierung den Einstieg in die Tätigkeit als Zusatzkraft in Kindergartengruppen zu erleichtern, werden über die Richtlinie QuiK „Einführungskurse“ im Umfang von 160 Unterrichtsstunden zur Vermittlung von pädagogischen und rechtlichen Grundkenntnissen gefördert. Der Einführungskurs wird tätigkeitsbegleitend angeboten, damit ein Theorie-Praxis-Bezug gewährleistet ist.

In den Fällen, in denen Zusatzkräfte nach der Richtlinie QuiK, die zwar formal über eine Qualifikation nach § 4 Abs. 1 - 3 KiTaG verfügen, jedoch noch nie bzw. längere Zeit nicht in dem erlernten Beruf gearbeitet haben, soll auch die Möglichkeit eingeräumt werden, an einem im Rahmen der Richtlinie QuiK geförderten Einführungskurs teilzunehmen, da sich die Ausbildungsinhalte in den letzten Jahren stark geändert haben.

Inhalte:

Modul 1 (8 Ustd.)

Rollenverständnis

Modul 2 (16 Ustd.)

Rechtliche Rahmenbedingungen

Modul 3 (24 Ustd.)

Entwicklungs- und Bildungsprozesse von Kindern begleiten

Modul 4 (24 Ustd.)

Vielfalt in der Lebenswelt von Kindern begreifen

Modul 5 (32 Ustd.)

Beziehung zum Kind aufbauen und gestalten

Modul 6 (40 Ustd.)

Bildungsprozesse planen, durchführen und reflektieren

Modul 7 (16 Ustd.)

Erziehungspartnerschaften entwickeln

Beginn: Donnerstag, 15.01.2026, 08:00 Uhr

Kurs: 1A00

Supervision für Schulbegleiter:innen

Schulbegleiter:innen stehen in ihrem Berufsalltag vor vielen Herausforderungen. Sie sind die persönliche Assistenz des Kindes, arbeiten eng mit den Lehrkräften zusammen und fungieren als Bindeglied zu den Eltern. Hinzu kommt, dass sie häufig keine Kolleginnen in ihrem Berufsstand an der Schule haben.

Das erfordert oft Kraft und Feingefühl. Um ihrer beruflichen Aufgabe gerecht zu werden, ist es für Schulbegleiter:innen besonders wichtig, regelmäßig an Supervisionen teilzunehmen. Durch gezielte Fallsupervision erhalten sie Unterstützung und Begleitung in ihrem beruflichen Alltag.

Gemeinsam werden effektive Lösungsstrategien für die Herausforderungen des Berufsalltags entwickelt, und ihre pädagogischen Fähigkeiten werden vertieft.

Beginn: Januar 2026

Leitung: Nicola Fuhler

Ort: Bildungswerk Friesoythe e.V., Kirchstr. 9

Kurs: 1A20



Päd. Mitarbeiter:in an Schulen – Fit for Kid – KEB-Zertifikatskurs

Umfang: 120 Unterrichtsstunden, 30 Unterrichtsstunden Hospitation oder Praktikum und 20 Unterrichtsstunden Eigenstudium

Für Frauen und Männer zur Eingliederung in das Berufsleben nach einer Familienphase.

Diese Qualifizierungsmaßnahme richtet sich an Personen, die schon immer gerne mit Kindern und Jugendlichen arbeiten wollten, egal, ob sie aus einem pädagogischen Arbeitsfeld kommen oder sich neu orientieren möchten.

Der Kurs qualifiziert für unterschiedliche pädagogische Arbeitsfelder.

Themenschwerpunkte:

- Pädagogische und psychologische Grundlagen
- Angewandte Methodik und Didaktik
- Gesundheit, Ernährung, Einführung in die Erste Hilfe am Kind
- Das Spiel als pädagogisches Element
- Umgang mit Medien
- Einführung in die EDV
- Kennenlernen unterschiedlicher pädagogischer Konzepte und entsprechender Einrichtungen
- Praktikum und Projekt
- Beruflicher Wiedereinstieg
- Deeskalationstraining

Gebühr: 435,00 Euro

Leitung: Birgit Walker

Ort: Bildungswerk Friesoythe e.V., Kirchstr. 9

Beginn: Mittwoch, 18.02.2026, 17:30 Uhr

Kurs: 1A03

Beginn: Mittwoch, 16.09.2026, 17:30 Uhr

Kurs: 1A04

Inklusionshelfer:in – Grundqualifikation für inklusive Begleitung in Schulen und Kindertagesstätten – KEB-Zertifikatskurs

Umfang: 60 Unterrichtsstunden, 20 Unterrichtsstunden Hospitation und 10 Unterrichtsstunden Eigenstudium

Voraussetzung für die Teilnahme am Kurs ist der Zertifikatskurs „Fit for Kid“, Grundkurs für „Pädagogische Mitarbeiter:innen“.

Der Inklusionsansatz in Schulen und Kitas verfolgt den Gedanken, dass Kinder mit besonderen Bedürfnissen in das bestehende System eingegliedert werden, um das gemeinsame Lernen von Kindern mit und ohne Behinderung zu ermöglichen. Die Inklusionshelfer:innen ermöglichen die Umsetzung dieses Vorhabens. Sie unterstützen bei pflegerischen Aufgaben sowie bei der individuellen Begleitung.

Inhalte der Fortbildung:

- Einführung in die Entwicklungsbereiche der Schüler:innen
- Bedürfnisse wahrnehmen und erkennen
- Empathieübungen
- Fallbeispiele zu Auffälligkeiten in den verschiedenen Bereichen
- Informationsgewinnung (Lebenskontext des Schülers)
- Begleitung und Angebotsgestaltung in der unterrichtsfreien Zeit
- Individuelle Unterstützung
- Körperpflege und Begleitung
- Sensorische Integration

Gebühr: 285,00 Euro

Leitung: Doreen Niemann

Ort: Bildungswerk Friesoythe e.V., Kirchstr. 9

Beginn: Montag, 09.03.2026, 17:30 Uhr

Kurs: 1A05

Beginn: Montag, 07.09.2026, 17:30 Uhr

Kurs: 1A06

Wege entstehen dadurch, dass man sie geht.

(Franz Kafka)



Aufbaumodul Schulbegleiter:in – KEB-Zertifikatskurs

Voraussetzung für die Teilnahme an der Aufbauqualifikation für Schulbegleiter:innen ist der Zertifikatskurs „Fit for Kid“, Grundkurs für „Pädagogische Mitarbeiter:innen“ und der Zertifikatskurs „Grundqualifikation für inklusive Begleitung in Schulen und Kindertagesstätten - Inklusionshelfer:in“.

Die Aufgaben der Schulbegleitungen richten sich einzelfallbezogen nach dem individuellen Hilfebedarf des Kindes. Dabei hat das Prinzip „Hilfe zur Selbsthilfe“ Vorrang vor anderen Hilfsangeboten. Die Schulbegleitung unterstützt Schüler:innen mit körperlichen, geistigen oder seelischen Beeinträchtigungen. Den Schüler:innen wird durch die Schulbegleitung die Möglichkeit eröffnet, eine Regelschule zu besuchen, um so am schulischen Leben teilzuhaben.

Inhalte:

- Aufgaben im Schulalltag
- Rechtliche Grundlagen im Umgang mit und zum Schutz beeinträchtigter Kinder
- Familienarbeit
- Zusammenarbeit mit Träger, Eltern, Schule und Jugendamt
- Aufgaben und Rolle der Schulbegleitung
- Datenschutz
- Förderung der Persönlichkeitsentwicklung
- Erstellen von Routineplan, Entwicklungsplan, Förderplan und Hilfeplan
- Gesprächsführung und Kommunikation

Gebühr: 215,00 Euro

Leitung: Barbara Carmichael-Eilers

Ort: Online via Zoom

Beginn: Montag, 13.04.2026, 18:00 Uhr

Kurs: 1A09

Beginn: Montag, 26.10.2026, 18:00 Uhr

Kurs: 1A10



Kinder trauern anders – Tod und Trauer im Erleben von Kindern

Kinder verfügen über andere kognitive und sprachliche Fähigkeiten als Erwachsene. Deshalb trauern sie anders.

In dieser Fortbildung geht es um Fragen: Wie trauert eigentlich ein Kind in welchem Lebensalter und welche Möglichkeiten gibt es, um das Thema kindgerecht zu erklären. Familienaufstellungen, Fallbeispiele und Literaturvorschläge runden das Thema ab.

Zielgruppe: päd. Fachkräfte

Gebühr: 10,00 Euro

Leitung: Marlies Steenken

Ort: Bildungswerk Friesoythe e.V., Kirchstr. 9

Termin: Montag, 16.03.2026, 19:00 Uhr

Kurs: 1A07

Termin: Montag, 26.10.2026, 19:00 Uhr

Kurs: 1A08

”

*Die größte Freude am Leben ist es,
das zu tun, wovon andere sagen, dass man es nicht kann.*

(Walter Bagehot)

Musikpädagogik für päd. Fachkräfte

Musik begeistert Kinder - und unterstützt ganz nebenbei ihre sprachliche, soziale und motorische Entwicklung. In diesem Workshop erhalten Sie praxisnahe Einblicke in die Grundlagen der Musikpädagogik. Gemeinsam entdecken wir spielerische Methoden, musikalische Rituale und kreative Ideen, wie Musik integriert werden kann - ganz ohne Vorkenntnisse oder Instrumente.

Gebühr: 72,00 Euro
Leitung: Lennart Wähnke
Ort: Bildungswerk Friesoythe e.V., Kirchstr. 9
Termin: Montag, 13.04.2026, 09:00-14:00 Uhr
Kurs: 1A11
Termin: Montag, 05.10.2026, 09:00-14:00 Uhr
Kurs: 1A12

Einblicke ins Autismusspektrum – Grundlagen Alltagstipps

Autismus ist ein Thema, das viele Menschen berührt - sei es im Beruf, in der Familie oder im Freundeskreis.

Die Veranstaltung richtet sich an Menschen aus dem Spektrum, Angehörige, Fachkräfte und alle, die sich für das Thema interessieren. Es sind keine Vorkenntnisse nötig.

Inhalte:

- Eine Einführung in das Thema Autismus
- Tipps für den Alltag
- Informationen zu Unterstützungsangeboten

Zielgruppe: Eltern, Interessierte, Fachkräfte aus dem sozialen und pädagogischen Bereich, Schulbegleiter:innen, Integrationshelfer:innen



Diese Veranstaltung findet in Zusammenarbeit mit dem Caritas-Verein Altenoythe e.V. statt.

Termin: Montag, 14.09.2026, 18:00-20:15 Uhr
Gebühr: 40,00 Euro

Leitung: Dozententeam AutismusZentren Friesoythe und Cloppenburg
Ort: Bildungswerk Friesoythe e.V., Kirchstr. 9
Kurs: 1A14

Diese Veranstaltungen finden in Kooperation mit dem Caritas-Verein Altenoythe e.V. statt.

Informationen und Anmeldungen zu den Kursen:

Stefanie Lönnecke
 Telefon: 04471 918035
 E-Mail: stefanie.loennecke@caritas-altenoythe.de



Marte-Meo-Therapeutenkurs

Die Ausbildung qualifiziert die Absolventen, in individuellen therapeutischen Prozessen die Marte-Meo-Videoberatung eigenständig anzuwenden.

Inhalte:

- Professionalisierung der Interaktionsanalyse
- Entwicklungspotenziale der Klienten und deren Bezugspersonen erkennen
- Das Erstellen sogenannter Entwicklungs-Arbeitslisten
- Die Durchführung der Videoberatung

Teilnahmevoraussetzung:

Der erfolgreiche Abschluss als „Marte-Meo-Practitioner“ wird vorausgesetzt für den Marte-Meo-Therapeutenkurs.

Umfang des Kurses:

12 Seminartage über einen Zeitraum von ca. 18 Monaten und die Teilnahme am Abschlusskolloquium.

Vier weitere Termine für 2027 werden noch bekanntgegeben.

Zertifikat

„Marte-Meo-Therapist“ bzw. „Marte-Meo-Trainer“

Beginn: Freitag, 06.03.2026
Gebühr: 1.650,00 Euro
Leitung: Stefanie Lönnecke
Ort: Kita für ALLE Friesoythe, Willohstr. 23
Kurs: 1A15

Marte-Meo-Basiskurs

Marte Meo bedeutet, etwas „aus eigener Kraft“ zu erreichen, und wurde von der Niederländerin Maria Aarts entwickelt. Es ist eine videobasierte Methode, die den Blick auf die zwischenmenschlichen Interaktionen richtet.

Zielgruppe: Marte-Meo-Coaching wendet sich sowohl an Berater, Trainer und Lehrende als auch an Menschen mit Führungsverantwortung, die ihre kommunikativen Kompetenzen erkennen und weiterentwickeln wollen.

Anhand von Videoclips der individuellen Arbeitssituation lernen die Teilnehmer:innen:

- Kenntnisse über die Elemente förderlicher Kommunikation in alltäglichen Momenten
- Das eigene entwicklungsunterstützende Handeln zu erkennen und bewusster anzuwenden
- Den Einsatz und die Arbeit mit Videotechnik
- Kenntnisse systemischer, neurobiologischer und entwicklungspsychologischer Grundlagen der Marte-Meo-Arbeit

Ziel des Kurses ist es, die Teilnehmenden zu befähigen, die Marte-Meo-Methode im eigenen Berufsfeldentwicklungsfördernd anwenden zu können.

Zertifikat: „Marte-Meo-Practitioner“

Beginn: Freitag, 10.04.2026

Gebühr: 700,00 Euro

Leitung: Stefanie Lönnecke

Ort: Kita für ALLE Friesoythe, Willohstr. 23

Kurs: 1A16

„Wirksam sein und gesund bleiben in helfenden Berufen“ – Die Gestaltung hilfreicher Beziehungen

Zwischenmenschliche Beziehungen beeinflussen das Gehirn. Im Umgang mit herausfordernden Verhaltensweisen der Klienten aber auch im (Krisen)-Gespräch mit Eltern oder Angehörigen wünschen wir uns sicheres Handeln und erkennbare Veränderungen.

Erfahren Sie, welche Einflüsse das Gefühl der Selbstwirksamkeit auf die psychische Gesundheit hat und welche möglichen Strategien Sie sinnvoll für die Arbeit und für Ihre Regeneration nutzen können.

Termin: Herbst 2026 / genauer Termin folgt

Gebühr: 92,00 Euro

Leitung: Prof. Dr. Joachim Bauer

Kurs: 1A17

Prof. Dr. Joachim Bauer



Qualifizierung zur Schulbegleitung

Die geplante Einführung des Rechtsanspruchs auf ganztägige Betreuung von Grundschulkindern ab 2026 wird dazu führen, dass immer mehr Kinder Ganztagsangebote nutzen werden. Vor diesem Hintergrund bieten wir die Qualifizierung zum/zur pädagogischen Mitarbeiter:in und Schulbegleitung an.

Zielsetzung

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

Zielgruppe

Die Weiterbildung richtet sich an Personen, die sich auf eine Tätigkeit als Schulbegleiter:in vorbereiten möchten oder bereits in diesem Feld tätig sind und ihr Praxiswissen im Rahmen dieser Weiterbildung noch vertiefen möchten. Pädagogische, medizinische oder pflegerische Vorkenntnisse sind wünschenswert, aber nicht zwingend erforderlich.

Hinweise zur Maßnahme

Die Maßnahme umfasst 220 Unterrichtsstunden sowie 50 Stunden Praktikum und ist durch die fachkundige Stelle CERT-QUA zertifiziert.

Über Förderung beruflicher Weiterbildung FbW nach § 81 SGB III kann die Maßnahme sowohl von der Agentur für Arbeit als auch vom Jobcenter gefördert werden.

Maßnahmebeginn

Frühjahr: Montag, 09.02.2026, 8:30 Uhr, Kurs 1A01

Herbst: Montag, 07.09.2026, 8:30 Uhr, Kurs 1A02

Informationen und Beratung für das gesamte Kursangebot:

Birgit Walker

Tel.: 04491 9330-16

b.walker@bildungswerk-friesoythe.de





Sie suchen eine Schulbegleitung für Ihr Kind?

Seit dem 01.07.2020 ist das Kath. Bildungswerk Friesoythe e. V. zugelassener Träger beim Landkreis Cloppenburg für Schulbegleitung.

Aufgaben der Schulbegleitung

Die Aufgaben der Schulbegleitungen richten sich einzelfallbezogen nach dem individuellen Hilfebedarf des Kindes. Dabei hat das Prinzip „Hilfe zur Selbsthilfe“ Vorrang vor anderen Hilfsangeboten.

Unsere Qualitätsmerkmale

- Teilnahme an Hilfeplangesprächen
- Personalgewinnung und Personalführung
- Organisation von Einsatzplanung
- Krisenintervention
- kontinuierliche Fallbesprechungen
- Wahrnehmung des Schutzauftrages nach § 8a SGB VIII
- regelmäßige Mitarbeitergespräche
- Qualifikation zum zertifizierten Schulbegleiter
- Netzwerkarbeit
- Einhaltung von Qualitätsstandards
- Regelmäßige Teamtreffen, Fortbildungen und Supervision
- Wertschätzender Umgang auf gleicher Augenhöhe

Der Weg zur Schulbegleitung

Die Schulbegleitung ist eine Leistung der Eingliederungshilfe. Anspruchsberechtigt sind nach § 54 (1) SGB XII Kinder und Jugendliche mit körperlichen und/oder geistigen Behinderun-

gen (Sozialamt) und nach § 35a SGB VIII Kinder und Jugendliche mit einer drohenden oder manifesten seelischen Behinderung (Jugendamt).

Wer trägt die Kosten?

Die Kosten für die Schulbegleitung müssen nicht von der Familie getragen werden. Die Finanzierung erfolgt über Träger der Sozialhilfe oder der Jugendhilfe. Wir unterstützen Sie bei der Antragstellung beim zuständigen Kostenträger.

Nach Bewilligung der Schulbegleitung durch den Kostenträger erfolgt die Auswahl eines geeigneten Mitarbeiters.

Wünschen Sie eine persönliche Beratung?

Bei allen Fragen zum Thema Schulbegleitung und Antragstellung unterstützen wir Sie gern. Rufen Sie uns einfach an oder schreiben Sie eine E-Mail.

Sie möchten Schulbegleiter:in werden?

Dann schauen Sie auf Seite 35.

Informationen und Beratung:

Nicola Fuhler

Tel.: 04491 9330-10
n.fuhler@bildungswerk-friesoythe.de



Künstliche Intelligenz im pädagogischen Alltag entdecken und nutzen

Künstliche Intelligenz entwickelt sich rasend schnell und bietet bereits heute zahlreiche Anwendungsmöglichkeiten für den pädagogischen Alltag - und das oft einfacher, als man denkt! In diesem Seminar erfahren Sie, wie KI als hilfreiche Ressource Ihren Arbeitsalltag in der Kinderbetreuung ergänzen kann, z. B. bei der Planung und Dokumentation oder der kreativen Gestaltung von Projekten.

Sie lernen praxisnah und anhand konkreter Beispiele, wie KI-Anwendungen wie ChatGPT, Bild- und Videogeneratoren oder Spracherkennungstools Sie in Ihrer täglichen Arbeit unterstützen können. Dabei nehmen wir auch eine kritische Perspektive ein und setzen uns mit Fragen zum Datenschutz und ethischen Aspekten auseinander. Das Seminar richtet sich an Einsteiger:innen mit oder nur geringen Vorkenntnissen und bietet eine ausgewogene Mischung aus Theorie und Praxis mit viel Raum zum Ausprobieren und Reflektieren.

Ziele und Inhalte des Seminars:

- Grundlagen verstehen: Einführung in das Thema Künstliche Intelligenz – was sie ist und wie sie funktioniert.
- Anwendungsbeispiele kennenlernen: praxistaugliche KI-Tools und deren Einsatzmöglichkeiten im pädagogischen Bereich.
- ChatGPT und Textgeneratoren: Unterstützung bei der Elternkommunikation und Dokumentation.
- Bild- und Videogenerierung: kreative Möglichkeiten für pädagogische Projekte und Veranstaltungen.
- Stimm- und Musikgenerierung: Einsatz für interaktive Erlebnisse und kreative Sprach- und Musikkförderung.
- Sprach- und Texttranskription: Entlastung in der Dokumentation und Vorbereitung von Veranstaltungen.
- Kritische Reflexion: Umgang mit Datenschutz und ethischen Fragen rund um KI im pädagogischen Alltag.
- Praktisches Ausprobieren und Austausch: Möglichkeit zur direkten Anwendung und zum Austausch mit Kolleg:innen.

Zielgruppe: päd. Fachkräfte und Kita-Leitungen

Mitzubringen: Endgerät mit Chat-GPT (Laptop, iPad o.ä.)

Termin: Donnerstag, 05.03.2026, 09:00-15:00 Uhr

Gebühr: 96,00 Euro

Leitung: Stephanie Pleiter

Ort: Bildungswerk Friesoythe e.V., Kirchstr. 9

Kurs: 1B00

STEP – das systematische Training für Erzieher:innen – Kinder wertschätzend, liebevoll und konsequent begleiten

Kinder sind geboren, um sich die Welt zu erschließen, ihre Umwelt kennenzulernen, zu lachen, zu spielen, ihre Ziele zu verfolgen. Dafür kämpfen sie, sie weinen, lachen – und wollen glücklich sein. Jedes Kind braucht möglichst ein Spektrum unterschiedlicher Herausforderungen. Es braucht das Gefühl von Sicherheit und Geborgenheit, nur so kann es neue Situationen und Erlebnisse als Herausforderung bewerten.

Inhalte der Fortbildung:

- Was tun, wenn die Wellen hochschlagen?
- Kinder mit herausforderndem Verhalten begleiten
- Wie können wir Herausforderungen wertschätzend begegnen?
- Ressourcen und Kompetenzen des Kindes
- Respektvolle Kommunikation
- Von der Sprachgewalt zum Wörterzauber

Termin: Dienstag, 05.05.2026, 09:00-16:00 Uhr

Gebühr: 124,00 Euro

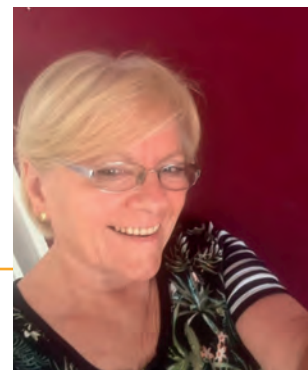
Leitung: Steffi Schöps

Ort: Bildungswerk Friesoythe e.V., Kirchstr. 9

Kurs: 1B01

Steffi Schöps

Zertifizierte STEP-Trainerin,
Systemische Beraterin





Körper, Nähe, Grenzen – Kindliche Sexualentwicklung und Körperwahrnehmung von Kita-Kindern verstehen und begleiten

Kinder sind neugierig und nehmen ihre Umwelt mit allen Sinnen wahr. Spielerisch erkunden sie ihre Umgebung - manchmal auch sich selbst und andere Kinder. Körpernähe ist für Kinder von Anfang an wichtig. Dabei ist das Experimentieren mit dem eigenen Körper wichtig für die Identitätsentwicklung.

Pädagogische Fachkräfte tragen eine große Verantwortung in der Begleitung der Kinder in deren Körperwahrnehmung. Ihnen soll hierfür genügend Raum gegeben werden. Gleichzeitig brauchen sie aber auch klare Grenzen und Schutzzräume vor Grenzüberschreitungen. Eine professionelle Haltung zur kindlichen Sexualität bildet eine wichtige Voraussetzung, um Kinder stark zu machen.

Schwerpunkte des Seminars:

- Welche Merkmale kennzeichnen die Sexualentwicklung von Kindern?
- Wie äußern sich kindliche Neugier und Doktorspiele – und wie können Fachkräfte sicher und reflektiert damit umgehen?
- Wie lassen sich Nähe, Distanz und Grenzsetzung in der pädagogischen Arbeit verantwortungsvoll gestalten?
- Welche Rolle spielt meine eigene Haltung und mein Erleben in der Begleitung kindlicher Sexualität?

Termin: Mittwoch, 17.06.2026, 08:30-16:00 Uhr

Gebühr: 124,00 Euro

Leitung: Suzanne von Melle

Ort: Bildungswerk Friesoythe e.V., Kirchstr. 9

Kurs: 1B02



Suzanne von Melle

Diplom-Pädagogin,
Mediatorin BMWA, Fachkraft im Kinderschutz

**Jetzt neu beim
Bildungswerk:**

**Jetzt QR-Code
scannen oder über
den Link zum Kurs
anmelden!**



WhatsApp-Business



Waldpädagogik „mit Nix“ – Schwerpunkt „Sprachraum Natur“

Weniger ist mehr – auch in der Waldpädagogik, denn der Wald ist per se Bewegungs- und Entspannungsraum, Forschungs- und Sprachraum und bietet eine unerschöpfliche Materialkiste, die kostenlos genutzt werden kann.

Die Fortbildung stellt den theoretischen Hintergrund zur Waldpädagogik „mit nix“ vor und gibt viele praktische Anregungen, wie wir Kinder in der Waldpädagogik bei ihren Grundbedürfnissen abholen und spontan auf das Umfeld Natur reagieren können. Direkt vor Ort lernen Sie praktische Tools aus Wildnis- und Waldpädagogik kennen, die sich ohne viel Vorbereitung umsetzen lassen, und probieren sie dort aus. Der Fokus richtet sich auch auf das Potential von Naturräumen zum kindlichen Spracherwerb und das Einüben der „Kunst des Fragens“.

Bitte wetterfeste Kleidung tragen.

Termin: Freitag, 19.06.2026, 09:00-16:00 Uhr

Gebühr: 124,00 Euro

Leitung: Gisela Stöckmann

Ort: Waldkindergarten
St. Florian,
Heideweg 3a,
Bösel

Kurs: 1B03



Gisela Stöckmann

Diplom-Sozialpädagogin
und Waldpädagogin

„Hilf mir, es selbst zu tun“ – Montessori-Pädagogik

Inhalt / Basis:

- Theoretische Grundlagen der Montessori-Pädagogik
- Wichtige Aspekte der pädagogischen Haltung
- Umgang mit dem Montessori-Material
- Konkrete Umsetzungsmöglichkeiten mit vielen Beispielen
- Praktische Übungsphase

Schwerpunkte:

- Vorschulpädagogik (gezielte Vorbereitung auf die Schule mit Montessori-Material)
- Sprachförderung mit Montessori

Termin: Dienstag, 01.09.2026, 17:30-20:45 Uhr

Gebühr: 48,00 Euro

Leitung: Nicola Kleber

Ort: Bildungswerk Friesoythe e.V., Kirchstr. 9

Kurs: 1B04



Nicola Kleber

Erzieherin, Kindheitspädagogin (B.A.),
Montessori Diplompädagogin, Begabungspädagogin

Gewaltfreie Kommunikation (GFK) nach Dr. Marshall B. Rosenberg

„Lernen Sie Ihren inneren Wolf kennen und schätzen“

Konflikte gehören zum Leben dazu. Sie bieten Lernchancen und ein soziales Übungsfeld für alle Beteiligten. An diesem Fortbildungstag können Sie Möglichkeiten kennenlernen, wie Kinder und Erwachsene für ihre Bedürfnisse eintreten und Lösungen finden können, die allen gerecht werden.

Es wird die Haltung und Methode der Gewaltfreien Kommunikation (GFK) vorgestellt, die Sie im Alltag in der Kindertagesstätte für Elterngespräche, in Gesprächen mit Kindern oder im Team sowie in vielen anderen Situationen anwenden können.

Des Weiteren stellt die GFK die Grundlage dafür dar, um das Giraffentraum®-Projekt für Kinder in der Kindertagesstätte durchzuführen.

Termin: Montag, 28.09.2026, 09:00-16:00 Uhr
Gebühr: 124,00 Euro
Leitung: Elke Uldahl
Ort: Bildungswerk Friesoythe e.V., Kirchstr. 9
Kurs: 1B05



Elke Uldahl

Mediatorin BM, Mediatorin in Strafsachen, Verfahrensbeistand, Kinderschutzfachkraft gemäß §8a SGB VIII und Trainerin für das Projekt „Giraffentraum®“



„Was ist schon normal?!“ – Zum Umgang mit auffälligem Verhalten von Kindern in der Kita

In der Kita begegnen wir immer wieder Kindern, die ein so genanntes auffälliges Verhalten zeigen. Dies fordert alle heraus, die mit solchen Situationen zu tun haben. Wichtig dabei ist, dass das Kind nicht stigmatisiert und auf sein herausforderndes Verhalten reduziert wird. Vielmehr geht es darum, einen guten Umgang mit den herausfordernden Situationen zu finden und die Gefühle und Bedürfnisse der Kinder wahr- und ernst zu nehmen.

Inhalte:

- Erscheinungsformen von auffälligem Verhalten bei Kindern
- Welche konkreten Verhaltensauffälligkeiten werden in der Kita wahrgenommen? Welche Situationen fordern uns heraus?
- Wozu ist „aggressives Verhalten“ eigentlich gut? Was will das Kind uns damit sagen?
- Absprachen im Team: Welche Situationen und „Fälle“ müssen intern und ggf. mit externer Unterstützung bearbeitet werden?
- Umgang mit auffälligem und herausforderndem Verhalten in Akutsituationen

Referentin: Suzanne von Melle, Diplom-Pädagogin, Mediatorin BMWA, Fachkraft im Kinderschutz

Termin: Dienstag, 06.10.2026, 08:30-16:00 Uhr
Gebühr: 124,00 Euro
Leitung: Suzanne von Melle
Ort: Bildungswerk Friesoythe e.V., Kirchstr. 9
Kurs: 1B06



Qualität für Kinder unter DREI in Kindertagesstätten – KEB-Zertifikatskurs

Umfang: 40 Ustd., Termine auf Anfrage

Gerade in den ersten Lebensjahren verfügen Kinder über ein erhebliches Lernpotential, das ausgeschöpft werden sollte,

um ihnen optimale emotionale, soziale und kognitive Entwicklungschancen zu bieten. Eine solche Förderung kann jedoch nur gelingen, wenn sie sich an nachprüfbaren Qualitätsmaßstäben orientiert. Nun haben Kinder unter drei Jahren aber ganz andere Bedürfnisse als ältere Kinder.

Deshalb müssen Erzieher:innen für diese Aufgaben qualifiziert, vorbereitet und bei ihrer Arbeit begleitet werden.

Schwerpunkte:

- Entwicklungspsychologie (0 bis 3 Jahre)
- Eingewöhnung nach der Bindungstheorie
- Sprachentwicklung
- Beobachten und Dokumentieren
- Fördernde Rahmenbedingungen
- Konzeptentwicklung

Geeignet für Erzieher:innen sowie Sozialassistenten:innen.

Beginn: Auf Anfrage

Ort: Bildungswerk Friesoythe e.V., Kirchstr. 9

Kurs: 1B07



Gutschein

Bildung schenken – Wissen, das bleibt.

Suchen Sie nach einem besonderen Geschenk?

Verschenken Sie Kreativität, Bildung, Wissen, Vorträge und Seminare, Anregungen und letztlich auch interessante Begegnungen.

Unser vielfältiges Programm bietet reichhaltige Möglichkeiten.

Sie können einen Gutschein für einen Kurs, aber auch einen Wertgutschein erwerben.

Melden Sie sich telefonisch, wir beraten gerne!

Tel.: 04491 9330 0



Praxismentoring

Bei dieser Qualifizierung handelt es sich um eine berufs begleitende Qualifizierung für sozialpädagogische Fachkräfte zur Praxismentorin / zum Praxismentor in Kindertageseinrichtungen.

Dem Praxismentoring kommt eine zentrale Stellung bei der Professionalisierung sozialpädagogischer Fachkräfte zu. Zu den Aufgaben des Praxismentoring gehören insbesondere die fachliche Anleitung, Beratung und Unterstützung der Auszubildenden für die Dauer der Praxisphasen in den Kindertageseinrichtungen.

Ziel

die Praxisanleitung zu professionalisieren, das Praxismentoring als Instrument der Qualitätssicherung, Zusammenarbeit zwischen Lernort Praxis und Lernort Schule durch regionale Vernetzungen zu unterstützen.

Zugangsvoraussetzungen

Voraussetzung für die Teilnahme an der Grundqualifizierung zum Praxismentoring ist die Qualifikation als staatlich anerkannte Erzieherin / staatlich anerkannter Erzieher bzw. die Anerkennung als sozialpädagogische Fachkraft nach § 4 Nds. KiTaG.

Kurszeiten 2026

in Planung, sie werden rechtzeitig auf der Homepage bekannt gegeben.

Kurskosten

Die Kosten für die Qualifizierung werden über das Niedersächsische Kultusministerium gefördert.

Wünschen Sie eine persönliche Beratung?

Bei allen Fragen zum Thema Schulbegleitung und Antragstellung unterstützen wir Sie gern. Rufen Sie uns einfach an oder schreiben Sie eine E-Mail.

Nicola Fuhler

Vorständin
Tel.: 04491 9330-10,
E-Mail: n.fuhler@bildungswerk-friesoythe.de



Annette Hopfmann

Päd. Mitarbeiterin
Tel.: 04491 9330-19,
E-Mail: a.hopfmann@bildungswerk-friesoythe.de



RICHTLINIE SPRACH-KITAS II

Nachdem das Land Niedersachsen Ende Juni 2023 das ausgelaufene Bundesprogramm mit der „Richtlinie Sprach-Kitas“ fortgesetzt hat, wurde es nun für zwei Jahre bis zum 31.07.2027 verlängert.

Das Aufgabenfeld für Sprach-Kitas umfasst ein breites Spektrum. Als Querschnittsaufgabe steht die Steigerung der alltagsintegrierten Sprachbildungskompetenz des päd. Fachpersonals im Fokus. Die kontinuierliche Unterstützung der Sprachbildung der Kinder von Kita-Eintritt bis zur Einschulung und darüber hinaus wird stetig weiterentwickelt und nachhaltig gesichert. Hinblickend darauf wird die Familienarbeit und die inklusive Bildung und Erziehung in den Kitas gestaltet.

Das Bildungswerk Friesoythe ist im Landkreis Cloppenburg und Umgebung als Träger für die Sprachmultiplikator:innen in den Sprach-Kitas zuständig.

Begleitet werden die 42 Sprachmultiplikator:innen (Stand: Oktober 2025) durch die Fachberatungen Ulla Hilgefort und Andrea Tangemann

Ulla Hilgefort



Andrea Tangemann



Beratungstage im Bildungswerk Friesoythe

Koordinierungsstelle Frauen und Wirtschaft on Tour!

Die Koordinierungsstelle Frauen und Wirtschaft im Oldenburger Münsterland bietet an jedem dritten Montag des Monats von 09:00 Uhr bis 12:00 Uhr persönliche Beratungen im Bildungswerk Friesoythe für Berufsrückkehrerinnen und Beschäftigte mit Familienaufgaben an.

Anmeldungen für die Beratungen Renate Hitz

Tel.: 04471 15383 oder
Mobil: 0172 8981006
hitz@koordinierungsstelleom.de



Beratung und Förderung für Berufsrückkehrerinnen

Die Koordinierungsstelle Frauen & Wirtschaft kann förderberechtigten Personen einen Zuschuss zur Kursgebühr zahlen, wenn eine berufsbezogene Weiterbildung bei einem Bildungsträger im Oldenburger Münsterland abgeschlossen wird. Der Eigenanteil an den Fortbildungskosten beträgt mindestens 50%. Eine zuschussberechtigte Person kann maximal 400 Euro pro Jahr geltend machen. Das Budget der Koordinierungsstelle ist begrenzt, deshalb besteht auf dieser Förderung kein Rechtsanspruch.

Zuschussberechtigt sind:

- Frauen und Männer in Elternzeit
- Berufsrückkehrerinnen
- erwerbslose Frauen ohne Leistungsbezug von ALG I oder ALG II

Drei Schritte zur Förderung:

1. Wählen Sie ein geeignetes Qualifizierungsangebot bei einem regionalen Bildungsträger aus.
2. Die Förderung muss vor Beginn der Maßnahme telefonisch bei der Koordinierungsstelle beantragt werden.

3. Nach Abschluss des Kurses muss der bewilligte Antrag mit der Teilnahmebescheinigung und dem Nachweis der Bezahlung im Original bei der Koordinierungsstelle eingebracht werden.

Antragstellung und Information:

Anette Schlarmann Tel: 04441 898-2622
Nadine Bornemann Tel: 04471 15-305

Sprechzeiten:

Montag bis Freitag von 8:30 bis 12:30 Uhr

Beratung

Gerne beraten wir Sie kostenlos im Kreishaus Cloppenburg und im Kreishaus Vechta zu Ihren Chancen am Arbeitsmarkt und dem Wiedereinstieg in den Beruf!

Kontakt:

In **Cloppenburg**, Bahnhofstr. 14

Renate Hitz, Tel: 04471 15-383

In **Vechta**, Ravensberger Str. 20:

Nancy Menke, Tel: 04441 898-2620



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



Prüfungsvorbereitung für informationstechnisches Büromanagement – EDV

In diesem Kurs werden bisherige Prüfungsaufgaben zur „Informationsverarbeitung am PC“ unter prüfungsähnlichen Bedingungen normgerecht gelöst. Nicht nur das Gestalten nach DIN 5008 und das Formulieren von situationsbezogenen „Internen Mitteilungen“, „Geschäftsbriefen (DIN 676)“ und die Erstellung von Serienbriefen gehören zu dieser Vorbereitung; es werden ebenso bürotechnische Inhalte (Normung, Postbearbeitung, Registratur, Kommunikation usw.), die für den bürowirtschaftlichen Aufgabenbereich vor allem in der mündlichen Prüfung wichtig sind, wiederholt.

Beginn: Montag, 16.02.2026
Dauer: 4 x, 18:00-21:00 Uhr
Gebühr: 96,00 Euro
Leitung: Jörg Lake
Ort: BBS Thüler Straße, Thüler Str. 13
Kurs: 1K00

Kauffrau/Kaufmann für Büromanagement – Bildungsurlaubsveranstaltung –

In diesem Kurs werden die Auszubildenden auf die IHK-Abschlussprüfung vorbereitet.

VA-Nr.: B24-124396-58

Beginn: Montag, 23.03.2026
Dauer: 5 x, 09:00-16:00 Uhr
Gebühr: 190,00 Euro
Leitung: Bernd Hoffmeier
Ort: BBS Thüler Straße,
Thüler Str. 13
Kurs: 1K01

Jedem
Arbeitnehmer stehen
jährlich **5 Tage**
Bildungsurlaub zu.
Gerne stehen wir Ihnen für
eine Beratung zur
Verfügung.

KEB-Zertifikatskurs – Basisqualifikation für die Betreuung nach § 43 b SGB XI – KEB-Zertifikatskurs

Die Maßnahme umfasst insgesamt 40 Unterrichtsstunden. Der Unterricht wird überwiegend montags und mittwochs stattfinden.

Inhalte u.a.:

- Grundlagen von Krankheitsbildern
- Unterschiedliche Formen körperlicher, geistiger oder psychischer Behinderungen
- Grundlagen der Hygiene
- Grundlagen der Gesprächsführung
- Umgang mit Verhaltensauffälligkeiten, z. B. Hinlauftendenzen
- Rolle und Aufgabenprofil der Betreuung
- Rechtliche Grundlagen
- Grundlagen der hauswirtschaftlichen Unterstützung

Beginn: Montag, 16.02.2026, 18:30 Uhr

Gebühr: 215,00 Euro

Leitung: Reinhilde Bauken-Wittstruck, Dozententeam

Ort: Bildungswerk Friesoythe e.V., Kirchstr. 9

Kurs: 1L04

**Reinhilde
Bauken-Wittstruck**

Dozentin



KEB-Zertifikatskurs – Berufliche Qualifizierung zum/zur Betreuungshelfer:in in Pflegeheimen

Betreuungshelfer:in für Demenzkranke und zusätzliche Entlastungsleistungen gem. Richtlinien nach §§ 43b, 53b SGB XI

Die Maßnahme umfasst insgesamt 165 Unterrichtsstunden und ein 14-tägiges Praktikum. Der Unterricht findet montags und mittwochs und an einigen Samstagen statt.

Inhalte u.a.:

- Vorbereitung auf die Betreuung und Aktivierung von Menschen mit erheblichem Betreuungsbedarf
- Vorbereitung auf den Umgang mit demenziell erkrankten Menschen
- Grundlagen der Geriatrie und gerontopsychiatrische Veränderung erkennen
- Unterschiedliche Formen der Beschäftigung speziell für den Umgang mit demenziell erkrankten Menschen
- Umgang mit Verhaltensauffälligkeiten und Konflikten
- Allgemeine Kommunikation und Interaktion

Beginn: Montag, 16.02.2026, 18:30 Uhr

Gebühr: 644,00 Euro

Leitung: Reinhilde Bauken-Wittstruck, Dozententeam

Ort: Bildungswerk Friesoythe e.V., Kirchstr. 9

Kurs: 1L05



Helfer:in in der Altenpflege – KEB-Zertifikatskurs

Qualifizierung zur außerhäuslichen Tätigkeit in der ehrenamtlichen oder hauptamtlichen Altenpflege

Der Kurs umfasst 165 Ustd. und findet überwiegend dienstags und donnerstags und an einigen Samstagen statt. Zusätzlich wird ein 14-tägiges Praktikum absolviert.

Der Lehrgang wendet sich vor allem an nicht ausgebildete Mitarbeitende aus dem Altenpflegebereich (z. B. Teilzeitkräfte, Wochenend-Aushilfen) sowie an Personen, die an einer Tätigkeit in der privaten, ambulanten oder stationären Altenpflege interessiert sind. Außerdem sind all jene angesprochen, die zu Hause eine zu pflegende Person haben.

Beginn: Donnerstag, 05.11.2026, 18:30 Uhr
Gebühr: 644,00 Euro
Leitung: Reinhilde Bauken-Wittstruck, Dozententeam
Ort: Bildungswerk Friesoythe e.V., Kirchstr. 9
Kurs: 1L06

Delegierbare Behandlungspflege

Nach §63 Abs. 3b und 3c SGB V können Pflegehilfskräfte einige Aufgaben der Behandlungspflege übernehmen:

- Inhalation
- Einreibungen
- Auflegen von Kälteträgern
- Dermatologische Bäder
- Verabreichung und Eingeben von ärztlich verordneten Medikamenten
- An- und Ausziehen von Kompressionsstrümpfen/-strumpfhosen ab Klasse II
- Abnehmen von Stützverbänden und Kompressionsverbänden
- Anlegen und Abnehmen von Orthesen und Bandagen

Am Ende dieses Lehrgangs erhalten die Teilnehmenden eine Teilnahmebescheinigung, welche besagt, dass ihnen die erforderlichen Inhalte und Fertigkeiten gemäß den Handlungsempfehlungen zur Durchführung von § 132a Abs. 2 SGB V vermittelt wurden.

Voraussetzung:

absolvierter Kurs zum/zur Helfer:in in der Altenpflege

Beginn: Dienstag, 13.01.2026
Dauer: 4 x, 18:30-21:45 Uhr
Gebühr: 144,00 Euro
Leitung: Reinhilde Bauken-Wittstruck
Ort: Bildungswerk Friesoythe e.V., Kirchstr. 9
Kurs: 1L08





„Frühlingserwachen und Sommerzauber – Malen und kreatives Gestalten mit Menschen mit Demenz

Malen und kreatives Gestalten ist eine hervorragende Möglichkeit, auch ohne Worte seinen Gefühlen durch Farben, Formen und Motivwahl Ausdruck zu verleihen.

Der Gestaltungsprozess ist verbunden mit der Erfahrung, etwas Bleibendes zu erschaffen und für die Außenwelt sichtbar zu machen. Das kreative Schaffen aktiviert motorische Fähigkeiten, fördert die Feinmotorik, regt Denkprozesse an und fördert das Selbstwertgefühl.

In diesem Seminar lernen die Teilnehmenden an der Jahreszeit orientierte Kreativangebote kennen, die sich in der Praxis gut umsetzen lassen.

Mitzubringen: Leinwand (30x40), mindestens 3 Pinsel (verschiedene Größen), Zeichenblock oder/und buntes Papier falls vorhanden (z.B. Tonkarton), Buntstifte, Schere, scharfes Messer, alte Lappen.

Termin: Freitag, 20.02.2026

Dauer: 09:00-16:00 Uhr

Gebühr: 110,00 Euro

Leitung: Theresia Ostrowski

Ort: Bildungswerk Friesoythe e.V., Kirchstr. 9

Kurs: 1L09



Kurs 1L09 bis 1L30:

Diese Seminare richten sich grundsätzlich an alle, die mit Pflege und Betreuung, sowohl im privaten Bereich wie auch beruflich, zu tun haben. Für Pflegepersonal und Betreuungshelfer:innen für Demenzkranke gem. Richtlinien nach §§ 43 b, 53 c SGB XI sind diese Angebote ebenfalls geeignet.

Im Rahmen unserer Registrierung als Fort- und Weiterbildungsanbieter bei der „RbP- Registrierung beruflich Pflegenden GmbH“ können für diese Veranstaltung Fortbildungspunkte angerechnet werden.

Aromatherapie – Rhythmische Einreibungen

Dieser Kurs beinhaltet die Einführung in das Wesen des Rhythmus, „Viergliederung“, Kriterien für Rhythmische Einreibungen, Berührungsqualität der Hand - mit Übungen, Rhythmus-Übungen, Indikationen/Kontraindikationen und einer Pflanzenbetrachtung.

Wir werden praktisch arbeiten.

Bequeme Kleidung, warme Strümpfe und 2 Handtücher sollten mitgebracht werden.

Termin: Freitag, 06.03.2026

Dauer: 09:00-16:00 Uhr

Gebühr: 110,00 Euro

Leitung: Veronika Schwarz

Ort: Bildungswerk Friesoythe e.V., Kirchstr. 9

Kurs: 1L10



Kurs 1L09 bis 1L38

In der Seminargebühr ist in der Regel keine Verpflegung enthalten, es wird lediglich Kaffee und Tee bzw. Wasser gereicht.

Basale Stimulation nach Prof. Dr. Fröhlich®

Das Konzept Basale Stimulation® versteht sich als ein Beziehungskonzept. Im Vordergrund steht dabei, Zugang zu einem schwersterkrankten Menschen zu finden und aufzubauen.

Das kann bedeuten:

1. bei Veränderung Sicherheit erleben
2. bei Verwirrung Verständlichkeit erfahren
3. bei Einsamkeit andere spüren
4. bei Angst Vertrauen empfinden
5. bei Trauer Begleitung erleben

In diesen Seminartagen werden Grundlagen zum Konzept Basale Stimulation nach Prof. Dr. Fröhlich® vermittelt. Dabei steht das praktische Erleben über Selbsterfahrungen sowie Umsetzungsmöglichkeiten für den praktischen Alltag im Vordergrund.

6.03.2025 Themenschwerpunkt:

Basale Stimulation und Demenz

10.04.2025 Themenschwerpunkt:

Basale Stimulation Atemrhythmus und Bewegung

Die Seminartage sind einzeln buchbar.

Mitzubringen: Sportmatte, Wolldecke, kleines Kopfkissen, 3 Handtücher, ein Lieblingskörperöl, bequeme Kleidung, Schreibzeug.

Beginn: Freitag, 06.03.2026

Dauer: 2 x, 09:00-16:00 Uhr

Gebühr: 200,00 Euro

Leitung: Sibylle Lück

Ort: Bildungswerk Friesoythe e.V., Kirchstr. 9

Kurs: 1L11

Gesunderhaltung und Wohlbefinden – Ernährung im Alter

Gesunde und ausgewogene Ernährung im Alter bzw. die Unterstützung bei der Ernährung trägt erheblich zur Gesunderhaltung und zum Wohlbefinden der Patienten und Bewohner bei. Die Auseinandersetzung mit diesem vielfältigen Thema ist ein wichtiger Faktor, um Pflege und Betreuung personenbezogen umzusetzen.

- Grundlagen gesunder und ausgewogener Ernährung im Alter

- Veränderungen des Nahrungsmittelbedarfs durch Alter und Erkrankungen
- Besonderheiten bei Menschen mit kognitiven Erkrankungen (u. a. Demenz)
- Rezepte zubereiten (eiweißreiche, kalorienreiche, vitaminreiche Rezepte)

Termin: Samstag, 14.03.2026

Dauer: 09:00-16:00 Uhr

Gebühr: 105,00 Euro

Leitung: Eva-Maria Lindemann

Ort: Bildungswerk Friesoythe e.V., Kirchstr. 9

Kurs: 1L12



„Quer durch den Garten“ – Gedächtnistraining für ältere Menschen und Personen mit altersbedingten kognitiven Einschränkungen

Der Garten ist ein ganz besonderer Ort. Anbau, Pflegen und Ernten von Pflanzen und die Nutzung bzw. Weiterverarbeitung sind den meisten älteren Menschen vertraut und mit vielen Erinnerungen verbunden.

Das Thema „Quer durch den Garten“ bietet vielfältige Übungen für ein altersgerechtes Ganzheitliches Gedächtnistraining mit dem Ziel, das Langzeitgedächtnis zu aktivieren, vorhandene Fähigkeiten zu erhalten, die Orientierung zu fördern und die Kommunikationsfähigkeit zu stärken. Die Termine sind auch einzeln buchbar.

Termine: Freitag, 20.03.2026 und Samstag, 21.03.2026

Dauer: 09:00-16:00 Uhr

Gebühr: 200,00 Euro

Leitung: Theresia Ostrowski

Ort: Bildungswerk Friesoythe e.V., Kirchstr. 9

Kurs: 1L13



Letzte Wege gemeinsam – Mitgefühl in der Sterbebegleitung

Die Fortbildung umfasst zentrale Schulungselemente für die Begleitung besonders Demenzerkrankter in ihrer letzten Lebensphase. Es werden Handlungs- und Entscheidungsfelder aufbereitet. Dabei werden Haltung und Bewusstsein vorangestellt, da es immer um eine Entscheidung im Sinne des Erkrankten und seiner Lebensqualität geht. Die Lebensqualität aus Sicht des Kranken kann sich ganz anders darstellen, als es Angehörige, Ärzte und Pflegende wahrnehmen. Dieser Kurs widmet sich dem Ziel, alle haupt- und ehrenamtlich in der Begleitung und Versorgung Tätigen, aber auch Angehörige, in den Sterbeprozess einzubeziehen.

Termin: Montag, 23.03.2026
Dauer: 09:00-16:00 Uhr
Gebühr: 100,00 Euro
Leitung: Marlies Steenken
Ort: Bildungswerk Friesoythe e.V., Kirchstr. 9
Kurs: 1L14

Mobilisation durch Musik und Tanz

Regelmäßige Bewegung in Kombination mit Musik verbessert das physische und geistige Wohlbefinden. Oft sind damit positive Erinnerungen verbunden, die wiederum positive Gefühle auslösen. Musik und Tanz zu verbinden ist daher ein effektives Instrument, um das Gehirn zu trainieren und Lebensfreude zu wecken. Die Teilnehmenden bekommen in diesem Seminar Einblicke und Anregungen, wie entsprechende Bewegungseinheiten gestaltet werden können.

Termin: Freitag, 10.04.2026
Dauer: 09:00-16:00 Uhr
Gebühr: 100,00 Euro
Leitung: Rita Thobe
Ort: Bildungswerk Friesoythe e.V., Kirchstr. 9
Kurs: 1L15



In der Ruhe liegt die Kraft – verschiedene Entspannungstechniken

Dieses Tagesseminar bietet die Möglichkeit, in entspannter Atmosphäre verschiedene Entspannungstechniken und Körperübungen aus westlichen und östlichen Gesundheitssystemen wie:

- Autogenes Training,
- Progressive Muskelentspannung,
- Qi Gong,
- Meditation oder
- Phantasie Reisen kennenzulernen und auszuprobieren.

Sie erfahren, wie Sie Entspannungstechniken in Ihren Arbeitsalltag mit den Bewohner:innen einbauen können. Außerdem erarbeiten wir, wie Sie selbst am besten entspannen und loslassen können und wie Sie auch dann gelassen bleiben, wenn es im Berufsleben mal wieder „hoch her geht“.

Mitzubringen: bequeme Kleidung, warme Socken, Decke, kleines Kissen, Isomatte, Knierolle, Trinkwasser, leichten Mittagsimbiss

Termin: Samstag, 11.04.2026
Dauer: 09:00-16:00 Uhr
Gebühr: 102,00 Euro
Leitung: Nadine Schönherr
Ort: Bildungswerk Friesoythe e.V., Kirchstr. 9
Kurs: 1L16

Effektive Kommunikation und Konfliktmanagement im Pflegealltag

Im stressigen Pflegealltag ist eine klare und wertschätzende Kommunikation essenziell, im Team, mit Bewohnern oder auch mit Angehörigen.

Diese 8-stündige Fortbildung vermittelt praxisnah Kommunikationsregeln und zeigt, wie Konflikte frühzeitig erkannt und konstruktiv bewältigt werden können.

Anhand von Rollenspielen und Gruppenarbeiten üben die Teilnehmenden den Umgang mit schwierigen Situationen und lernen, ihre eigene psychische Gesundheit zu schützen. Themen wie Stressmanagement, Deeskalation und der Umgang mit Mobbing runden das Programm ab und stärken die Fähigkeit, auch unter Druck fair und freundlich zu kommunizieren.

Lernziele:

- Vermittlung und Anwendung von Kommunikationsregeln im Pflegealltag
- Früherkennung und konstruktiver Umgang mit Konflikten im Team
- Erlernen von Strategien zur Konfliktvermeidung und Schutz der eigenen psychischen Gesundheit
- Umgang mit Mobbing und Stresssituationen

Termin: Samstag, 18.04.2026
Dauer: 09:00-16:00 Uhr
Gebühr: 100,00 Euro
Leitung: Susanne Dorka
Ort: Bildungswerk Friesoythe e.V., Kirchstr. 9
Kurs: 1L17



Kurs 1L09 bis 1L38

In der Seminargebühr ist in der Regel keine Verpflegung enthalten, es wird lediglich Kaffee und Tee bzw. Wasser gereicht.

Aus der Praxis – für die Praxis

Erfahrungsaustausch für Betreuungskräfte und thematischer/fachlicher Input, praxisnah, reflektierend und motivierend

Inhalte:

- Raum für Austausch und gegenseitige Unterstützung
- Reflexion der eigenen Arbeit in der sozialen Betreuung
- Stärkung der eigenen Motivation und Teamkompetenz
- Umgang mit Konflikten und Missverständnissen
- Rolle und Aufgabenverständnis der Betreuungskraft
- Balance zwischen Nähe und professioneller Distanz
- Umgang mit herausfordernden Situationen oder Verhalten
- Erfahrungsaustausch zu persönlichen Strategien

Termin: Samstag, 25.04.2026
Dauer: 09:00-16:00 Uhr
Gebühr: 100,00 Euro
Leitung: Eva-Maria Lindemann
Ort: Bildungswerk Friesoythe e.V., Kirchstr. 9
Kurs: 1L18



Ohrenlicht.

Mit Märchen unser Leben in den Blick nehmen

Das Leben ist oft rätselhaft, nicht selten schwer zu verstehen und zu ertragen. Da kann es helfen, unsere Erfahrungen noch einmal anders anzuschauen. Und das geht auch mit Märchen. Die sind keine netten Heile-Welt-Geschichten, sondern durch viele Generationen weitererzähltes Lebenswissen. Mit Bildern, die wir aus unseren Träumen kennen, erzählen Märchen von „Erlösung“, erzählen sie, wie sich lösen kann, was uns lähmt und fesselt. Natürlich sind diese Geschichten keine Rezepte, aber sie können uns Mut machen, eigene Wege zu wagen.

Zielgruppe: Pflegekräfte aus allen Bereichen, Ehrenamtliche und pflegende Angehörige

Termin: Samstag, 23.05.2026
Dauer: 09:00-16:00 Uhr
Gebühr: 100,00 Euro
Leitung: Dr. Heinrich Dickerhoff
Ort: Bildungswerk Friesoythe e.V., Kirchstr. 9
Kurs: 1L19

Was bedeutet Palliative Care? – Mit Herz und Haltung begleiten, palliative Betreuung verstehen

Die Teilnehmenden verstehen den Sinn palliativer Betreuung und gewinnen Sicherheit im Umgang mit Menschen, die nicht mehr gesund werden. Es geht darum, Menschen in ihrer letzten Lebensphase mit Würde, Ruhe und Verständnis zu begleiten – unabhängig von medizinischem Wissen.

Inhalte:

- Einführung: Was heißt „palliativ“ in einfachen Worten?
- Der Unterschied zwischen Heilen und Begleiten
- Bedürfnisse sterbender Menschen erkennen
- Haltung in der Pflege: Nähe, Respekt, Achtsamkeit
- Praktische Beispiele aus dem Alltag: „Was kann ich tun, wenn ...?“
- Kleine Gesten mit großer Wirkung – Trost durch Dasein
- Grenzen und Möglichkeiten der eigenen Rolle
- Austausch: Was hilft mir, ruhig zu bleiben?

Termin: Freitag, 12.06.2026
Dauer: 09:00-16:00 Uhr
Gebühr: 100,00 Euro
Leitung: N.N.
Ort: Bildungswerk Friesoythe e.V., Kirchstr. 9
Kurs: 1L20

Sexualität, Würde und Sicherheit im Alter

Eine gute und positive Beziehung zwischen Pflegepersonen und Pflegebedürftigen trägt zum Wohlbefinden aller bei. Dies Seminar thematisiert die verschiedenen Bereiche, in denen problematisches Verhalten von pflegenden ebenso wie von pflegebedürftigen Personen eine Rolle spielt. Es geht um Formen der Gewalt, z. B. körperliche Gewalt, psychische Gewalt, Freiheitsentziehende Maßnahmen, Vernachlässigung, aber u. a. auch um sexualisierte Gewalt. Wir ergründen Ursachen für Gewalt gegen Pflegebedürftige und Pflegekräfte und erörtern Maßnahmen, um Gewalt akut und präventiv zu verhindern.

Termin: Samstag, 20.06.2026
Dauer: 09:00-16:00 Uhr
Gebühr: 100,00 Euro
Leitung: Eva-Maria Lindemann
Ort: Bildungswerk Friesoythe e.V., Kirchstr. 9
Kurs: 1L21

Einführung in den Kurs „Palliative Praxis für Betreuungshelfer:in und Helfer:in in der Altenpflege“

Anerkennung einer Bildungsveranstaltung nach dem Niedersächsischen Bildungsurlaubsgesetz (VA-Nr.: B25-135141-88)

Begegnen, Begleiten, Loslassen – Palliative Kompetenzen im Betreuungs- bzw. Pflegehilfealltag

Diese Schulung ist speziell für Betreuungskräfte und Helfer:in in der Altenpflege entwickelt, um ihnen Sicherheit und Verständnis im Umgang mit älteren Menschen in schwierigen Lebensphasen zu vermitteln und um das Rüstzeug und die Sicherheit zu geben, palliative Betreuung bestmöglich auszuführen.



1. Was bedeutet Palliative Care und Palliative Geriatrie?
2. Warum ist Biographiearbeit wichtig?
3. Einblick in die Individuelle Schmerzwahrnehmung
4. Umgang und Betreuung von Menschen mit Demenz und unheilbaren Krankheiten
5. Was sind belastende Symptome?
6. Berücksichtigung von Patientenwünschen und Alltagsverhalten.
7. Einfühlsamer Umgang mit Sterbewünschen
8. Ernährung und Flüssigkeitsgabe am Lebensende
9. Kommunikation im Umgang mit Sterbenden und Angehörigen
10. Selbstpflege und Burnout-Vermeidung

Beginn: Montag, 10.08.2026

Dauer: 5 x, 09:00-16:00 Uhr

Gebühr: 595,00 Euro

Leitung: Sibylle Lück

Ort: Oldenburg, Peterstraße 6

Kurs: 1L22



Technik des Handpuppenspiels

Die Teilnehmenden erlernen Tipps und Tricks für den kreativen Einsatz der Handpuppen beruflich und privat.

Worauf muss geachtet werden, damit das Spiel an Fahrt gewinnt, und was sollte vermieden werden?

Ziel ist es, ein ausdrucksstarkes und einfallsreiches Handpuppenspiel zu ermöglichen.

Viele praktische Übungen sorgen für Freude am Spiel. Es werden theoretische und praktische Grundlagen der Spieltechnik vermittelt. Der Schwerpunkt liegt auf dem Spiel mit großen Klappmaulpuppen, bei denen sich Hände und Mund einzeln bespielen lassen. Vorerfahrungen sind nicht erforderlich.

Mitzubringen: Klappmaulpuppe (Es können auch welche zur Verfügung gestellt werden.)

Termin: Samstag, 22.08.2026

Dauer: 09:00-16:00 Uhr

Gebühr: 100,00 Euro

Leitung: Susanne Dorka

Ort: Bildungswerk Friesoythe e.V., Kirchstr. 9

Kurs: 1L23



Kurs 1L09 bis 1L38

In der Seminargebühr ist in der Regel keine Verpflegung enthalten, es wird lediglich Kaffee und Tee bzw. Wasser gereicht.

Wellness für die Füße – Anwendungsmöglichkeiten im Pflegebereich

In diesem Seminar steht die Basis des Körpers - die Füße - im Mittelpunkt. Diese oft vernachlässigte Körperpartie hat einen größeren Einfluss auf das Wohlbefinden, als uns manchmal bewusst ist. Schon mit einfachen Mitteln können wir den Füßen Gutes tun und direkt einen wohltuenden Effekt bewirken. In diesem Seminar lernst Du kräftigende und entspannende Übungen, um die Beweglichkeit der Füße zu verbessern. Ein Ausflug in die Fußreflexzonenmassage, basische Anwendungen und das Erlernen einer Wellnessfußmassage runden dieses Seminar ab. Die Teilnehmenden erhalten Anregungen, wie man diesen Anwendungsbereich im Betreuungsalltag umsetzen kann.

Bitte mitbringen: eine Fußbadewanne oder große Schüssel, zwei mittelgroße Handtücher, warme Socken, Trinkwasser, eine Teetasse, warme Socken, eine Wärmflasche

Termin: Samstag, 22.08.2026
Dauer: 10:00-16:30 Uhr
Gebühr: 103,00 Euro
Leitung: Nadine Schönherr
Ort: Bildungswerk Friesoythe e.V., Kirchstr. 9
Kurs: 1L24

Biographiearbeit in der Pflege

Biographiearbeit und Erinnerungspflege spielen in stationären bzw. teilstationären Pflegeeinrichtungen, ebenso in der häuslichen Pflege, eine wichtige Rolle. Dies gilt ganz besonders für den Umgang mit Menschen, die unter demenziellen Veränderungen leiden.

Inhalte:

- Was bedeutet Biographiearbeit für die Pflege (besonders bei der Pflege von Menschen mit kognitiven Beeinträchtigungen)
- Methoden der Biographiearbeit
- Erinnerungspflege als Betreuungsangebot planen und umsetzen
- Erstellen einer aussagekräftigen Biographie

Termin: Samstag, 29.08.2026
Dauer: 09:00-16:00 Uhr

Gebühr: 100,00 Euro
Leitung: Eva-Maria Lindemann
Ort: Bildungswerk Friesoythe e.V., Kirchstr. 9
Kurs: 1L25



„Von bunten Blättern zu funkelnden Sternen“ – Kreativ durch Herbst und Winter

Malen und kreatives Gestalten ist eine hervorragende Möglichkeit, auch ohne Worte seinen Gefühlen durch Farben, Formen und Motivwahl Ausdruck zu verleihen.

Der Gestaltungsprozess ist verbunden mit der Erfahrung, etwas Bleibendes zu erschaffen und für die Außenwelt sichtbar zu machen. Das kreative Schaffen aktiviert motorische Fähigkeiten, fördert die Feinmotorik, regt Denkprozesse an und fördert das Selbstwertgefühl.

Mitzubringen: Leinwand (30x40), mindestens 3 Pinsel (verschiedene Größen), Zeichenblock oder/und buntes Papier falls vorhanden (z. B. Tonkarton), Buntstifte, Schere, scharfes Messer, alte Lappen.

Termin: Freitag, 11.09.2026
Dauer: 09:00-16:00 Uhr
Gebühr: 110,00 Euro
Leitung: Theresia Ostrowski
Ort: Bildungswerk Friesoythe e.V., Kirchstr. 9
Kurs: 1L26



Glaube im Alltag: Religiöse Feste und Rituale verschiedener Religionen kennenlernen

Religiöse Feste und Praktiken sind ein wichtiger Teil des Lebens vieler Menschen und tragen erheblich zu ihrem Wohlbefinden bei. In diesem Seminar lernen Sie, wie verschiedene religiöse Rituale und Traditionen in den Pflegealltag integriert werden können, um die Lebensqualität der Pflegebedürftigen zu fördern. Wir ergründen die Bedeutung von Festen und Zeremonien aus unterschiedlichen Glaubensrichtungen und wie diese den Alltag der Bewohner bereichern können. Zudem diskutieren wir praktische Ansätze, um die Glaubensausübung der Pflegebedürftigen zu unterstützen. Nehmen Sie teil, um ein tieferes Verständnis für verschiedene religiöse Feste zu entwickeln und den Pflegealltag bereichernd zu gestalten!

Inhalte:

- Bedeutung von Ritualen für das Wohlbefinden
- Rolle religiöser Feste im Leben
- Überblick über religiöse Feste
- Integration von Festen in den Pflegealltag

Termin: Samstag, 19.09.2026
Dauer: 09:00-16:00 Uhr
Gebühr: 100,00 Euro
Leitung: Annemarie Horstmann
Ort: Bildungswerk Friesoythe e.V., Kirchstr. 9
Kurs: 1L27

Aktivierung – Musik – Tanz – Spiel

Regelmäßige Bewegung in Kombination mit Musik verbessert das physische und geistige Wohlbefinden. Oft sind damit positive Erinnerungen verbunden, die wiederum positive Gefühle auslösen. Musik und Tanz zu verbinden ist daher ein effektives Instrument, um das Gehirn zu trainieren und Lebensfreude zu wecken.

Auch Spielen in der Aktivierung ist eine Beschäftigung, bei der Körper, Geist und Seele angesprochen werden.

Man spricht miteinander, achtet auf seine Spielpartner, ist aufmerksam, man empfindet Freude, aber auch Enttäuschung und Ärger.

Das Spiel ist eine „Kommunikationshilfe“ – für sich selbst, aber auch im Kontakt mit anderen Menschen! Spielen kann der Weg sein, um ältere Menschen – auch desorientierte Menschen – aus ihrem eintönigen Alltag herauszuholen, sie neu anzuregen und auch zu fördern.

Die Teilnehmenden bekommen in diesem Seminar Einblicke und Anregungen, wie entsprechende Bewegungseinheiten bzw. Spielangebote gestaltet werden können.

Termine: Freitag, 09.10. und Freitag, 04.12.2026



Es können beide Termine gebucht werden, es ist aber auch möglich, an einem einzelnen Kurstag teilzunehmen.

Beginn: Freitag, 09.10.2026
Dauer: 2 x, 09:00-16:00 Uhr
Gebühr: 200,00 Euro
Leitung: Rita Thobe
Ort: Bildungswerk Friesoythe e.V., Kirchstr. 9
Kurs: 1L28



Aromapflege – Gestärkt durch den Pflegealltag mit der Aromatherapie

Dieses Seminar soll zeigen, wie man mit einfachen und wirksamen Methoden die Herausforderungen besser meistern kann. Sie lernen, auf natürliche Weise Ihr Wohlbefinden zu fördern, Stress hinter sich zu lassen, Konflikte gelassener zu nehmen und Ihre Widerstandskraft zu stärken.

Im Theorie teil erfahren Sie, was die Aromapflege ist und wie sie wirkt. Auch ein kurzer Ausflug in die Heilpflanzenkunde zeigt Ihnen, wie Sie diese für sich nutzen können. Im Praxisteil erlernen Sie verschiedene Methoden und Rezepturen, um im Alltag besser mit belastenden Situationen umgehen zu können.

Termin: Freitag, 06.11.2026
Dauer: 09:00-16:00 Uhr
Gebühr: 110,00 Euro
Leitung: Veronika Schwarz
Ort: Bildungswerk Friesoythe e.V., Kirchstr. 9
Kurs: 1L29

Pflegedokumentation

Die Pflegedokumentation ist die schriftliche Fixierung der geplanten und durchgeführten Pflege sowie die Dokumentation aller Beobachtungen, Besonderheiten, Veränderungen und damit ein wichtiges Arbeitsmittel der professionellen, bedarfsgerechten Pflege. In diesem Seminar geht es um Grundsätzliches, aber auch um den Bezug zum Tätigkeitsfeld der Helfer:innen.

- Pflegeberichte richtig schreiben lernen
- richtig dokumentieren
- Maßnahmen für die Betreuung planen und formulieren
- Grundlagen der Pflegedokumentation
- Informationen zum Strukturmodell und zur SIS

Termin: Samstag, 07.11.2026
Dauer: 09:00-16:00 Uhr
Gebühr: 100,00 Euro
Leitung: Eva-Maria Lindemann
Ort: Bildungswerk Friesoythe e.V., Kirchstr. 9
Kurs: 1L30





Glaube und Rituale verschiedener Religionen im Abschied – Trauer und Trost

In schweren Zeiten, wie bei Trauer und Verlust, ist eine positive Beziehung zwischen allen Beteiligten entscheidend für das Wohlbefinden. In diesem Seminar betrachten wir, wie verschiedene Religionen mit Trauer und dem Tod umgehen und welche Rituale dabei eine Rolle spielen. Wir ergründen die emotionalen Herausforderungen, die sowohl Pflegebedürftige als auch deren Angehörige in dieser Zeit erleben. Zudem erörtern wir, wie Unterstützung und Trost geboten werden können. Im Austausch möchten wir besprechen, wie der/die Pflegebedürftige individuell unterstützt werden kann. Nehmen Sie teil, um wertvolle Impulse für Ihre tägliche Arbeit zu erhalten!

Inhalte:

- Bedeutung von Trauer und Tod
- Trauerrituale in verschiedenen Religionen
- Herausforderungen aller Beteiligten
- Unterstützung und Trost bieten
- Glaube im Pflegealltag

Termin: Samstag, 21.11.2026
Dauer: 09:00-16:00 Uhr
Gebühr: 100,00 Euro
Leitung: Annemarie Horstmann
Ort: Bildungswerk Friesoythe e.V., Kirchstr. 9
Kurs: 1L31

Schmerzen, Demenz und schwierige Momente – Hören, Sehen, Spüren, was Menschen in Not brauchen

Hören, Sehen, Spüren – was Menschen in Not brauchen. Erkennen, wann ein Mensch leidet, auch ohne Worte – und lernen, ruhig und sicher zu reagieren.

- Wie sich Schmerzen zeigen - körperlich und seelisch
- Häufige Beschwerden in der letzten Lebensphase
- Signale verstehen: Unruhe, Atemnot, Angst, Rückzug
- Umgang mit Demenz – Sicherheit durch Struktur und Empathie
- Praxisbeispiele: Beobachten und Handeln
- Wie spreche ich Beobachtungen im Team an?
- Kleine Hilfen mit großer Wirkung: Haltung, Wärme, Nähe
- Austausch: „Was hat mir geholfen, ruhig zu bleiben?“

Termin: Freitag, 27.11.2026
Dauer: 09:00-16:00 Uhr
Gebühr: 100,00 Euro
Leitung: N.N.
Ort: Bildungswerk Friesoythe e.V., Kirchstr. 9
Kurs: 1L32



Kurs 1L09 bis 1L38

In der Seminargebühr ist in der Regel keine Verpflegung enthalten, es wird lediglich Kaffee und Tee bzw. Wasser gereicht.

**Zielgruppe:**

Pflegefachkräfte, Seelsorge, Altenpflege, Helfer:innen und Betreuungshelfer:innen, pflegende Angehörige, alle, die mit alten Menschen arbeiten.



Dozent: Ulrich Fey arbeitet als Clown Albert seit über 20 Jahren in Alten- und Pflegeheimen, seit vielen Jahren leitet er Kurse für Pflege- und Betreuungskräfte. Über „Clowns bei Menschen mit Demenz“ hat er ein Buch geschrieben, das 2024 in der vierten Auflage erschienen ist.

www.clownsundmehr.de

Humor in der Pflege

Die Pflege von alten Menschen kann anstrengend sein, besonders wenn diese demenziell verändert sind. Solche Menschen tun oft nicht das, was sie sollen. Mit etwas Distanz zur Situation und zur eigenen Person kann genau das aber ein Schatz sein. Denn diese Eigenwilligkeit ist voller Komik. Entsprechend betrachtet kann sich Ärger in ein Lächeln auflösen. Die Arbeit eines Clowns gibt Einblicke in eine andere Sicht des Pflegealltags – sie eröffnet neue Perspektiven.

**Ulrich Fey**

Dozent

Vortrag – Clowns bei Menschen mit Demenz – das Potenzial einer komischen Kunst

Ein guter Clown macht die betagten Bewohnerinnen nie lächerlich, sich nicht auf deren Kosten lustig. Warum auch? Ein guter Clown begegnet ihnen zurückhaltend, besitzt alle Möglichkeiten der Interaktion - taktil, verbal, visuell. Die Nase, seine bunte Kleidung machen ihn per se interessant. Er kann auf Tische steigen, „Kein schöner Land“ singen, mit den Bewohnern tanzen, das Sterben üben, mit der Klangschaale arbeiten, über die verlorene Heimat sprechen oder einfach nur still da sein. In dieser Vielfalt ist der Clown einzigartig. Was ihn zudem ganz besonders macht, ist seine Zwecklosigkeit: Das Ziel der Begegnung ist die Begegnung. Mehr nicht. Diese Offenheit, diese Bedingungslosigkeit ist elementar für jede freie Form der Interaktion zwischen Clown und Mensch mit Demenz.

Termin: Mittwoch, 06.05.2026, 19:00 Uhr

Gebühr: 20,00 Euro

Leitung: Ulrich Fey

Ort: Bildungswerk Friesoythe e.V., Kirchstr. 9

Kurs: 1L33

Mit Humor und Herz im Pflegealltag – Gelassenheit und Leichtigkeit durch die Kunst des Clowns

Der Alltag im Altenheim oder in Tagesbetreuungen macht vielen Arbeitskräften zu schaffen: wenig Zeit, viel Arbeit, viel Bürokratie. Das alles lässt sich mit dieser Fortbildung nicht verändern. Wir werden uns deshalb weder um Strukturen, Vorschriften, Kolleginnen oder Vorgesetzte kümmern. Was wir ändern können, ist unser Blick darauf. Aus clownesker Sicht ist manches bürokratische Ärgernis richtig komisch, manche Bewohnerin nicht renitent, sondern voll eigenwilliger Komik.

In diesem Kurs steht ein Perspektivwechsel im Mittelpunkt, mit dem es gelingen kann, die Komik des Alltags (und vielleicht auch bei sich) zu entdecken. Damit gibt es zwar nicht weniger Arbeit, aber sie macht mehr Spaß.

Einführender Wahrnehmen und Kontakt herstellen**Kurs 1L09 bis 1L38**

In der Seminargebühr ist in der Regel keine Verpflegung enthalten, es wird lediglich Kaffee und Tee bzw. Wasser gereicht.

Routine im Pflegealltag, in der Betreuung ist sinnvoll: Beim Waschen oder Essen anreichen hilft Routine. Doch Routine kann auch stören. Ganz unbewusst sind wir manchmal auf Distanz zu denjenigen, die uns anvertraut sind. Dabei hilft guter Kontakt allen. Ganz besonders wichtig ist der bei alten Menschen, die sich nur noch eingeschränkt oder gar nicht mitteilen können. Hier geht es nicht nur um sichtbare Zeichen, sondern auch um Stimmungen. Um die wahrzunehmen, braucht es aber etwas Zeit. Nicht viel, ein, zwei Minuten Innehalten genügen.

In diesem Kurs werden wir üben, uns diese Minuten Zeit zu nehmen sowie unsere Wahrnehmung zu schulen. Und erleben, wie guter Kontakt unsere Zufriedenheit steigern kann.

Termin: Donnerstag, 07.05.2026
Dauer: 09:00-16:30 Uhr
Gebühr: 185,00 Euro
Leitung: Ulrich Fey
Ort: Bildungswerk Friesoythe e.V., Kirchstr. 9
Kurs: 1L34



Die folgenden Angebote richten sich an Palliativfachkräfte und Praxisanleiter:innen, teilweise auch an Führungskräfte, beruflich Betroffene, ehrenamtlich Begleitende, aber auch an interessierte Betroffene.

Nach Abschluss erhält jeder Teilnehmende eine Bescheinigung, die gleichzeitig als Nachweis über den jeweiligen Fortbildungsumfang dient.

Palliativversorgung bei neurologischen Erkrankungen – Spezialisierungskurs

Dieser Aufbaukurs bietet Palliativfachkräften die Möglichkeit, ihr Wissen zu vertiefen, um den besonderen Bedürfnissen von Patienten mit neurologischen Erkrankungen im palliativen Stadium gerecht zu werden. Die Balance zwischen theoretischen Inhalten und praxisorientierten Übungen sorgt dafür, dass die Teilnehmer optimal auf die Herausforderungen der neurologischen Palliativversorgung vorbereitet werden.



Termin: Montag, 02.03.2026
Dauer: 09:00-16:00 Uhr
Gebühr: 160,00 Euro
Leitung: Dr. Tomas Wolff
Ort: Bildungswerk Friesoythe e.V., Kirchstr. 9
Kurs: 1L35

„Up to date“ – Schmerztherapie Palliative Care – Refresher

Palliativpatienten in fortgeschrittenen Erkrankungsstadien haben oft unter starken Schmerzen zu leiden. Die konsequente Schmerztherapie ist ein wichtiger Pfeiler in der Symptomkontrolle der Palliativmedizin und Pflege.

In dem angebotenen Seminar werden anhand von Fallbeispielen die Grundlagen der Schmerztherapie von Palliativpatienten besprochen, dabei wird „Altbekanntes“ wiederholt, aber auch auf „Neues“ wird eingegangen. Im Fokus steht der sichere Umgang mit der medikamentösen Therapie, aber auch psychische und soziale Umstände der betroffenen Patienten werden berücksichtigt.

Termin: Montag, 15.06.2026
Dauer: 1 x, 09:00-16:00 Uhr
Gebühr: 160,00 Euro
Leitung: Dr. Tomas Wolff
Ort: Bildungswerk Friesoythe e.V., Kirchstr. 9
Kurs: 1L36



Vertiefung der Lernbegleitung und Förderung der Auszubildendenmotivation

Inhalte:

- Reflexion und Analyse der eigenen Praxis
- Identifikation von eigenen Stärken und Lernfeldern als Praxisanleiter:in
- Komplexe Lernsituationen gestalten
- Feedback- und Gesprächstechniken für anspruchsvolle Situationen
- Motivationstechniken und Stärkung der beruflichen Identität
- Umgang mit herausfordernden Auszubildenden

Zielgruppe: Erfahrene Praxisanleiter:innen, die ihre Methoden vertiefen und ihre Kommunikations- und Führungskompetenzen im Umgang mit Auszubildenden weiterentwickeln möchten.

Termin: Donnerstag, 29.10.2026
Dauer: 09:00-16:00 Uhr
Gebühr: 160,00 Euro
Leitung: Alexandra Wessels
Ort: Bildungswerk Friesoythe e.V., Kirchstr. 9
Kurs: 1L37

Moderation von Notfällen in der Palliation und Ernährung und Flüssigkeit am Lebensende

Moderation von Notfällen in der Palliation:

Eine Vielzahl der Menschen, die versterben, haben in den letzten Tagen, Wochen oder Monaten Kontakt mit dem Rettungsdienst und der Notaufnahme. Immer wieder begegnen Notfallmediziner auch Patienten, die bereits in ambulante, palliativmedizinische Systeme angebunden sind. Was kann ich als Palliativfachkraft berücksichtigen? Wie verhalte ich mich in einer Notfallsituation? Kann ich den Patientenwillen berücksichtigen...

Ernährung und Flüssigkeit am Lebensende:

Wie sieht es aus, wenn Hunger und Durst am Ende des Lebens nachlassen? Ist Palliative Dehydration oder der Verzicht auf Ernährung in diesem Stadium sinnvoll oder verhungern und verdursten Sterbende?

Der Kurs beleuchtet die Zusammenhänge von Essen, Trinken und Sterben und fördert eine kritische und ethische Auseinandersetzung mit dem Thema. Ziel ist es, den Sterbeprozess in seinen Stadien und Abläufen zu verstehen, um daraus notwendige Handlungen rechtzeitig einleiten zu können.

Termin: Montag, 09.11.2026
Dauer: 09:00-16:00 Uhr
Gebühr: 160,00 Euro
Leitung: Dr. Tomas Wolff
Ort: Bildungswerk Friesoythe e.V., Kirchstr. 9
Kurs: 1L38

”

Die Tat unterscheidet das Ziel vom Traum.

(Karl Gutzkow)

Betreuungshelfer:in für Demenzkranke nach §§ 43b, 53c SGB XI mit der Qualifizierung zum/zur Altenpflegehelfer:in – inklusive delegierbarer Behandlungspflege nach § 63 Abs. 3b u. 3c SGB

Zielsetzung

In der Maßnahme werden Kenntnisse, Fähigkeiten und Fertigkeiten vermittelt für eine qualifizierte Mitwirkung in der Betreuung, Versorgung und Pflege gesunder und kranker älterer Menschen; sie befähigt dazu, insbesondere pflegerische und soziale Aufgaben unter Anleitung einer Pflegekraft wahrzunehmen.

Zielgruppe

- Frauen und Männer (i.d.R. zw. 25 und 55 Jahren)
- im ALG 1
- im Bürgergeld-Bezug
- mit Interesse und Eignung für einen pflegenden Beruf
- mit und ohne Vorerfahrungen im Bereich der Pflegehilfe
- mit und ohne Schulabschluss
- als Wiedereinsteiger:innen

Informationen und Beratung

Birgit Walker

Tel.: 04491 9330-16

b.walker@bildungswerk-friesoythe.de



Hinweise zur Maßnahme

Die Maßnahme umfasst 340 Unterrichtsstunden sowie 120 Stunden Praktikum und ist durch die fachkundige Stelle CERT-QUA zertifiziert.

Über Förderung beruflicher Weiterbildung FbW nach § 81 SGB III kann die Maßnahme sowohl von der Agentur für Arbeit als auch vom Jobcenter gefördert werden.

Maßnahmebeginn

Montag, 23.02.2026

Montag, 23.09.2026

Kurs: 1L00

Kurs: 1L01



Bundesagentur für Arbeit
Agentur für Arbeit Friesoythe



Fortbildungskalender Pflege und Begleitung

Termin / Beginn	Kurs	Titel	UE	Dozent:in	Gebühr	Zielgruppen
Mittwoch, 23.02.2026	1L00	Maßnahme FbW Pflege/Betreuung	340	Dozenten- team	auf Anfrage	Finanzierung über Bildungsgutschein möglich
Mittwoch, 23.09.2026	1L01	Maßnahme FbW Pflege/Betreuung	340	Dozenten- team	auf Anfrage	Finanzierung über Bildungsgutschein möglich
Montag, 16.02.2026	1L04	Basisqualifikation für die Betreuung nach § 43 b SGB XI - KEB-Zertifi- katskurs	40	Dozenten- team	215,00	Ehrenamtliche, Alltagsbegleiter:innen, Interessierte
Montag, 16.02.2026	1L05	Berufliche Qualifizierung zum/zur Betreuungshelfer:in in Pflegeheimen	165	Dozenten- team	644,00	Pflegepersonal und Betreuungs- helfer:innen für Demenzkranke
Don- nerstag, 05.11.2026	1L06	Helfer:in in der Altenpflege KEB-Zertifikatskurs	165	Dozenten- team	644,00	Pflegepersonal und Betreuungs- helfer:innen für Demenzkranke
Dienstag, 13.01.2026	1L08	Delegierbare Behandlungspflege	16	Reinhilde Bauken- Wittstruck	144,00	Helfer:innen in der Altenpflege
Freitag, 20.02.2026	1L09	„Frühlingserwachen und Sommer- zauber- Malen und kreatives Ge- stalten mit Menschen mit Demenz	8	Theresia Ostrowski	110,00	Pflegepersonal und Betreuungs- helfer:innen für Demenzkranke
Freitag, 06.03.2026	1L10	Aromatherapie – Rhythmische Einreibungen	8	Veronika Schwarz	110,00	Pflegepersonal und Betreuungs- helfer:innen für Demenzkranke
Freitag, 06.03.2026	1L11	Basale Stimulation nach Prof. Dr. Fröhlich®	16	Sibylle Lück	200,00	Pflegepersonal und Betreuungs- helfer:innen für Demenzkranke
Samstag, 14.03.2026	1L12	Gesunderhaltung und Wohl- befinden – Ernährung im Alter	8	Eva-Maria Lindemann	105,00	Pflegepersonal und Betreuungs- helfer:innen für Demenzkranke
Freitag, 20.03.2026	1L13	„Quer durch den Garten“ – Gedächtnistraining für ältere Menschen und Personen mit altersbedingten kognitiven Einschränkungen	16	Theresia Ostrowski	200,00	Pflegepersonal und Betreuungs- helfer:innen für Demenzkranke
Montag, 23.03.2026	1L14	Letzte Wege gemeinsam gehen – Mitgefühl in der Sterbebegleitung	8	Marlies Steenken	100,00	Pflegepersonal und Betreuungs- helfer:innen für Demenzkranke
Freitag, 10.04.2026	1L15	Mobilisation durch Musik und Tanz	8	Rita Thobe	100,00	Pflegepersonal und Betreuungs- helfer:innen für Demenzkranke
Samstag, 11.04.2026	1L16	In der Ruhe liegt die Kraft – ver- schiedene Entspannungstechniken	8	Nadine Schönherr	102,00	Pflegepersonal und Betreuungs- helfer:innen für Demenzkranke

Samstag, 18.04.2026	1L17	Effektive Kommunikation und Konfliktmanagement im Pflegealltag	8	Susanne Dorka	100,00	Pflegepersonal und Betreuungshelfer:innen für Demenzzranke
Samstag, 25.04.2026	1L18	Aus der Praxis – für die Praxis: für Betreuungskräfte	8	Eva-Maria Lindemann	100,00	Pflegepersonal und Betreuungshelfer:innen für Demenzzranke
Samstag, 23.05.2026	1L19	Ohrenlicht. Mit Märchen unser Leben in den Blick nehmen	8	Dr. Heinrich Dickerhoff	100,00	Pflegekräfte aus allen Bereichen, Ehrenamtliche, pflegende Angehörige
Freitag, 12.06.2026	1L20	Was bedeutet Palliative Care? – Mit Herz und Haltung begleiten Palliative Betreuung verstehen	8	Dozenten-team	100,00	Pflegepersonal und Betreuungshelfer:innen für Demenzzranke
Samstag, 20.06.2026	1L21	Sexualität, Würde und Sicherheit im Alter	8	Eva-Maria Lindemann	100,00	Pflegepersonal und Betreuungshelfer:innen für Demenzzranke
Montag, 10.08.2026	1L22	Palliative Betreuungskompetenz (Kursort: Oldenburg, Peterstr. 6)	40	Sibylle Lück	595,00	Pflegepersonal, Betreuungshelfer:in und Helfer:in in der Altenpflege
Samstag, 22.08.2026	1L23	Technik des Handpuppenspiels	8	Susanne Dorka	100,00	Pflegepersonal und Betreuungshelfer:innen für Demenzzranke
Samstag, 22.08.2026	1L24	Wellness für die Füße – Anwendungsmöglichkeiten im Pflegebereich	8	Nadine Schönherr	103,00	Pflegepersonal und Betreuungshelfer:innen für Demenzzranke
Samstag, 29.08.2026	1L25	Biographiearbeit in der Pflege	8	Eva-Maria Lindemann	100,00	Pflegepersonal und Betreuungshelfer:innen für Demenzzranke
Freitag, 11.09.2026	1L26	„Von bunten Blättern zu funkelnden Sternen“ – Kreativ durch Herbst und Winter	8	Theresia Ostrowski	110,00	Pflegepersonal und Betreuungshelfer:innen für Demenzzranke
Samstag, 19.09.2026	1L27	Glaube im Alltag: Religiöse Feste und Rituale verschiedener Religionen kennenlernen	8	Annemarie Horstmann	100,00	Pflegepersonal und Betreuungshelfer:innen für Demenzzranke
Freitag, 09.10.2026	1L28	Aktivierung – Musik – Tanz – Spiel	16	Rita Thobe	200,00	Pflegepersonal und Betreuungshelfer:innen für Demenzzranke
Freitag, 06.11.2026	1L29	Aromapflege – Gestärkt durch den Pflegealltag mit der Aromatherapie	8	Veronika Schwarz	110,00	Pflegepersonal und Betreuungshelfer:innen für Demenzzranke
Samstag, 07.11.2026	1L30	Pflegedokumentation	8	Eva-Maria Lindemann	100,00	Pflegepersonal und Betreuungshelfer:innen für Demenzzranke
Samstag, 21.11.2026	1L31	Glaube und Rituale verschiedener Religionen im Abschied – Trauer und Trost	8	Annemarie Horstmann	100,00	Pflegepersonal und Betreuungshelfer:innen für Demenzzranke
Freitag, 27.11.2026	1L32	Schmerzen, Demenz und schwierige Momente – Hören, Sehen, Spüren was Menschen in Not brauchen	8	N. N.	100,00	Pflegepersonal und Betreuungshelfer:innen für Demenzzranke

Mittwoch, 06.05.2026	1L33	Clowns bei Menschen mit Demenz – das Potenzial einer komischen Kunst Vortrag	3	Ulrich Fey	20,00	Pflegefachkräfte, Seelsorger, Altenpflege, Betreuungshelfer:innen, generell Personen die in Pflege und Betreuung tätig sind
Donnerstag, 07.05.2026	1L34	Mit Humor und Herz im Pflegealltag – Gelassenheit und Leichtigkeit durch die Kunst des Clowns	8	Ulrich Fey	185,00	Pflegefachkräfte, Seelsorger, Altenpflege, Betreuungshelfer:innen, generell Personen die in Pflege und Betreuung tätig sind
Die folgenden Kurse richten sich in erster Linie an Pflegefachkräfte, Palliativfachkräfte und Praxisanleitungen.						
Montag, 02.03.2026	1L35	Palliativversorgung bei neurologischen Erkrankungen – Spezialisierungskurs	8	Tomas Wolff	160,00	Pflegefachkräfte, Palliativfachkräfte
Montag, 15.06.2026	1L36	„Up to date“ – Schmerztherapie Palliative Care – Refresher	8	Tomas Wolff	160,00	Pflegefachkräfte, Palliativfachkräfte
Donnerstag, 29.10.2026	1L37	Vertiefung der Lernbegleitung und Förderung der Auszubildendenmotivation Aufbau-seminar für Praxisanleiter:innen	8	Alexandra Wessels	160,00	Praxisanleitung
Montag, 09.11.2026	1L38	Moderation von Notfällen in der Palliation und Ernährung und Flüssigkeit am Lebensende	8	Tomas Wolff	160,00	Pflegefachkräfte, Palliativfachkräfte
Die folgenden Kurse finden am Standort Oldenburg statt.						
Samstag, 09.05.2026	1L02	Ernährung im Alter mit Blick auf spezielle Erkrankungen (z. B. Demenz)	8	Eva-Maria Lindemann	100,00	Pflegepersonal und Betreuungshelfer:innen für Demenzkranke
Samstag, 26.09.2026	1L03	Biographiearbeit und Erinnerungspflege im Alter Tagesseminar	8	Eva-Maria Lindemann	100,00	Pflegepersonal und Betreuungshelfer:innen für Demenzkranke
Samstag, 28.11.2026	1L04	Gewalt in der Pflege Tagesseminar	8	Eva-Maria Lindemann	100,00	Pflegepersonal und Betreuungshelfer:innen für Demenzkranke
Montag, 13.04.2026	1L05	Mobilisation durch Musik und Tanz Tagesseminar für Betreuungshelfer:innen	8	Rita Thobe	100,00	Pflegepersonal und Betreuungshelfer:innen für Demenzkranke
Montag, 16.11.2026	1L06	Aktivierung - Musik - Tanz – Spiel Tagesseminar für Betreuungshelfer:innen	8	Rita Thobe	100,00	Pflegepersonal und Betreuungshelfer:innen für Demenzkranke
Montag, 09.02.2026	1L07	Basale Stimulation nach Prof. Dr. Fröhlich®	8	Sibylle Lück	100,00	Pflegepersonal, Betreuungshelfer:in und Helfer:in in der Altenpflege“

Montag, 11.05.2026	1L08	Malen mit Demenz – „Vom Malen / Kritzeln als nonverbales und emotionales Ausdrucksmittel“	8	Sibylle Lück	100,00	Pflegepersonal, Betreuungshelfer:in und Helfer:in in der Altenpflege“
Montag, 05.10.2026	1L09	Aromapflege und Berührung in der Palliativpflege	8	Sybill Lück	100,00	Pflegepersonal, Betreuungshelfer:in und Helfer:in in der Altenpflege“
Montag, 10.08.2026	1L10	Palliative Betreuungskompetenz	40	Sibylle Lück	595,00	Pflegepersonal, Betreuungshelfer:in und Helfer:in in der Altenpflege“
Auf Anfrage	1L11	„Up to date“ Schmerztherapie in der Palliativversorgung	8	Dr. Tomas Wolff	160,00	Pflegefachkräfte, Palliativfachkräfte
Auf Anfrage	1L12	Sedierung als Ultima Ratio in der Palliativmedizin – Reduzierung der Symptomlast in der palliativen Situation	8	Dr. Tomas Wolff	160,00	Pflegefachkräfte, Palliativfachkräfte



Gutschein



Bildung schenken – Wissen, das bleibt.

Suchen Sie nach einem besonderen Geschenk?

Verschenken Sie Kreativität, Bildung, Wissen, Vorträge und Seminare, Anregungen und letztlich auch interessante Begegnungen.

Unser vielfältiges Programm bietet reichhaltige Möglichkeiten.

Sie können einen Gutschein für einen Kurs, aber auch einen Wertgutschein erwerben.

Melden Sie sich telefonisch, wir beraten gerne!

Tel.: 04491 9330 0



Seit dem 07.09.2018 ist das Kath. Bildungswerk Friesoythe e.V. nach AZAV zertifiziert. Das Bildungswerk ist damit berechtigt, Maßnahmen zur Arbeitsförderung mit der Arbeitsagentur und dem Jobcenter durchzuführen. Über Bildungsgutscheine können arbeitssuchende Teilnehmende kostenlos an Maßnahmen teilnehmen.

Fachbereich 1:

Maßnahmen zur Aktivierung und beruflichen Eingliederung § 45 SGB III

- **CoMi - AktiV, Coaching für Migranten – Aktivierung und Vermittlung**
Der Schwerpunkt der Maßnahme ist das Coaching der Migranten sowie die Vermittlung in den Arbeitsmarkt.
- **CoMi - Plus, Coaching für Migranten – plus Bewerbung und Training**
Der Schwerpunkt der Maßnahme liegt auf der Vermittlung von Migranten in den Ausbildungs- und Arbeitsmarkt.

Fachbereich 4:

Maßnahmen der beruflichen Weiterbildung § 81 SGB III

- **Pflege/Betreuung**
Betreuungshelfer:in für Demenzerkrankte nach §§ 43b und 53c SGB XI mit der Qualifizierung zum Altenpflegehelfer:in – inklusive delegierbarer Behandlungspflege nach § 63 Abs. 3b u. 3c SGB.
- **Hauptschulabschlusskurs**
Ziel dieses Kurses ist der Erwerb des Hauptschulabschlusses nach der Verordnung über die Prüfungen zum Erwerb der Abschlüsse des Sekundarbereichs I durch Nichtschüler:innen (NAVO-Sek I) vom 11. Februar 2016 (Nds. GVBl. Nr. 2/2016 S. 53). Die schriftliche und mündliche Abschlussprüfung findet vor einer externen Prüfungskommission statt.
- **Schulbegleitung**
Die Aufgabe einer Schulbegleitung ist es, Schüler:innen mit körperlichen, geistigen oder seelischen Beeinträchtigungen den Besuch einer Regelschule zu ermöglichen. Ein/e Schulbegleiter:in ist in der Regel über einen längeren Zeitraum hinweg für ein Kind zuständig und begleitet dieses sowohl im Unterricht als auch in den Pausen.



Canva für Social Media – Grundlagen Kurs

2-Tages-Kompaktkurs für kreative Einsteiger:innen

Du möchtest endlich selbst professionelle Posts, Stories oder Reels gestalten ohne Grafikdesigner? In diesem 2-Tages-Kurs lernst du, wie du mit Canva schnell und einfach starke Inhalte für Social Media erstellst.

Ideal für Selbstständige, kleine Unternehmen oder Vereinsprojekte.

Kein Vorwissen nötig, nur ein bisschen Kreativität und Lust aufs Machen.

Mitzubringen: Laptop und Smartphone (kein Tablet)

Nach dem Kurs bist du in der Lage,

- Canva sicher zu bedienen und anzuwenden
- Social-Media-Posts, Reels und Stories zu gestalten
- eigene Grafiken mit Text, Bild und Animation zu erstellen
- Vorlagen anzupassen und im richtigen Format zu exportieren
- Inhalte eigenständig für Social Media aufzubereiten

Zielgruppe:

Einsteiger:innen, Selbstständige, kleine Unternehmen, Vereinsaktive

Voraussetzungen für die Teilnahme

- 1) Erste Erfahrungen mit Social Media sinnvoll
- 2) Grundlegende Computerkenntnisse (Sicherer Umgang mit Laptop)
- 3) Aktive Accounts und Tools: Canva Pro Account (empfohlen für alle Funktionen und Exportformate)

Leitung: Schiwyair Dozententeam

Ort: Bildungswerk Friesoythe e.V., Kirchstr. 9

Beginn: Donnerstag, 19.02.2026

Dauer: 2 x, 16:00 - 18:00 Uhr

Gebühr: 349,00 Euro

Kurs: 1N00

Beginn: Donnerstag, 08.10.2026

Dauer: 2 x, 16:00 - 18:00 Uhr

Gebühr: 349,00 Euro

Kurs: 1N01

Stimmtraining und gemeinsames Singen

Du sprichst viel im Alltag? Du möchtest deine Stimme besser kennenlernen – oder einfach mal wieder singen? Dann ist dieser Kurs genau das Richtige für dich! In entspannter Atmosphäre erforschen wir gemeinsam unsere Stimmen. Mit Übungen aus dem Chorbereich, einfachen Liedern und viel Raum zum Ausprobieren.

Mitzubringen: bequeme Kleidung, etwas zu trinken, Offenheit für Klang und Begegnung

Termin: Samstag, 21.02.2026, 10:00 - 16:00 Uhr

Gebühr: 96,00 Euro

Leitung: Dozententeam KlangWerk Musikschule

Ort: KlangWerk Musikschule, Pappelstr. 2a

Kurs: 1N03

Jedem
Arbeitnehmer stehen
jährlich **5 Tage**
Bildungsurlaub zu.
Gerne stehen wir Ihnen für
eine Beratung zur
Verfügung.



Content Creator – Grundlagenkurs – Social Media verstehen und anwenden –

Bildungsurlaubs-Veranstaltung (VA-Nr.: B26-136764-37)

Ein intensiver 3-Tage-Kurs für alle, die Content strategisch und kreativ einsetzen möchten.

Voraussetzungen für die Teilnahme

- 1) Erste Erfahrungen mit Social Media sinnvoll
- 2) Grundlegende Computerkenntnisse (sicherer Umgang mit Laptop)
- 3) Eigenes Smartphone mit Kamera und Speicherplatz (für Content-Produktion)
- 4) Laptop mit folgenden Anforderungen:
 - Minimum: Windows 10/11 64-bit, Intel Core i3 oder vergleichbar, 8 GB RAM, Intel HD Graphics 4000 oder höher, 10 GB freier Speicher.
 - Empfohlen: Windows 10/11 64-bit, Intel Core i5 (oder Ryzen 5) oder besser, 8-16 GB RAM (für 4K-Bearbeitung 16 GB+), dedizierte Grafikkarte mit ≥ 4 GB VRAM, SSD-Laufwerk.
- 5) Aktive Accounts und Tools:
 - Canva Pro Account (empfohlen für alle Funktionen und Exportformate)
 - CapCut Account inkl. installierter Desktop-App
 - ChatGPT-Account (für die Texterstellung)
 - Zugriff auf Unternehmensseite (META-Business-Suite)

Kursinhalte:

- 1) Strategisches Grundlagenwissen
 - Grundlagen Social-Media-Marketing
 - Zielgruppen verstehen und ansprechen
 - Plattformen im Überblick
 - Content-Formate und Einsatzmöglichkeiten
 - Planung und Organisation
- 2) Content-Erstellung & Tools
 - Gestaltung ansprechender Inhalte mit Canva
 - Videoschnitt und -bearbeitung mit CapCut
 - Grundlagen für gute Foto- und Videoaufnahmen mit dem Smartphone
 - Texten für Social Media mit Chat GPT
- 3) Praxis, Veröffentlichung & Optimierung
 - Postingstrategien und Timing
 - Tipps für Interaktion, Kommentarmanagement und Community-Aufbau
 - Nutzung von Tools zur Planung (Meta Business Suite)
 - Sicherheit, rechtliche Basics (z. B. Musik, Bildrechte, Impressum)

Nach dem Kurs sind die Teilnehmenden in der Lage,

- ihre Social-Media-Aktivitäten professionell zu planen,
- Inhalte gezielt und effizient zu erstellen
- und die Wirkung ihrer Beiträge selbstständig auszuwerten und zu optimieren.

Zielgruppe:

Menschen mit Grundkenntnissen im Bereich Social Media, die Social Media professioneller für ihr Unternehmen/Organisation/Selbstständigkeit nutzen wollen.

Termine: 25.03., 26.03. und 27.03.2026,
jeweils 08:00 - 16:30 Uhr

Beginn: Mittwoch, 25.03.2026

Dauer: 3 x, 08:00 - 16:30 Uhr

Gebühr: 1.284,00 Euro

Leitung: Schiwyair Dozententeam

Ort: Bildungswerk Friesoythe e.V., Kirchstr. 9

Kurs: 1N02



Schlagfertigkeitstraining - Das 1x1 der Schlagfertigkeit

Wer schlagfertig ist, behält auch in schwierigen Situationen den Überblick und weiß, wie man sich kommunikativ am besten verhält. Schlagfertigkeit hat das Ziel, souverän und selbstsicher aufzutreten, sich nicht vorführen zu lassen, peinliche Situationen zu meistern und sich gegen Angriffe wehren zu können. Wer souverän ist, bleibt ruhig und gelassen und steht über der Situation, auch wenn sie unangenehm ist. Mit der Theorie von Schlagfertigungsstrategien und zahlreichen praktischen Übungen erlernen die Teilnehmenden in diesem Kurs das Rüstzeug für ein selbstsicheres und schlagfertiges Auftreten.

Mitzubringen: Schreibblock, Stift

Termin: Samstag, 25.04.2026, 09:00-16:00 Uhr
Gebühr: 96,00 Euro
Leitung: Susanne Dorka
Ort: Bildungswerk Friesoythe e.V., Kirchstr. 9
Kurs: 1N04

In Kooperation mit
der Koordinierungs-
stelle Frauen und



Wirtschaft bieten wir im Rahmen des Jahresprogramms eine praxisnahe Veranstaltungsreihe für Frauen an, die (wieder) ins Berufsleben einsteigen möchten.

Bewerbung schreiben mit KI – Schritt für Schritt zurück ins Berufsleben – Vierteiliger Abendkurs für Frauen

Viele Frauen stehen vor der Herausforderung, neben familiären Verpflichtungen eine Bewerbung zu schreiben - und wissen oft nicht, wo sie anfangen sollen oder wie sie moderne Tools sinnvoll nutzen können.

An vier Abenden lernen Sie, wie Sie Künstliche Intelligenz (KI) gezielt einsetzen können, um Zeit zu sparen und trotzdem eine professionelle, individuelle Bewerbung zu erstellen.

Was Sie erwartet:

- Vermittlung von Grundlagen zu Aufbau, Stil und Inhalt einer Bewerbung
- Erstellung eines Lebenslaufs und eines aussagekräftigen Anschreibens mit KI-Unterstützung
- Praktische Übungen und persönliche Begleitung bei jedem Schritt
- Gelegenheit, Ihre Unterlagen direkt vor Ort auszudrucken
- Austausch mit anderen Frauen in ähnlichen Lebenssituationen

Zielgruppe: Frauen, die Unterstützung beim beruflichen Wiedereinstieg suchen – insbesondere, wenn wenig Zeit für aufwändige Bewerbungen bleibt.

Voraussetzungen: Grundlegende PC-Kenntnisse.

Eigene Geräte können mitgebracht werden, vor Ort stehen aber auch Computer zur Verfügung.

Beginn: Montag, 24.08.2026
Dauer: 4x, 19:00-21:15 Uhr
Gebühr: 25,00 Euro
Leitung: Hendrik Hempen
Ort: Bildungswerk Friesoythe e.V., Kirchstr. 9
Kurs: 1N06

Telefontraining – Kundenfreundliches und kompetentes Telefonieren

Inhalte:

- Vorbereitungen, Arbeitsorganisation, professionelle Gesprächsnotizen – Fundamente für kundenorientierten Umgang am Telefon
- Tipps und Hinweise für die tägliche Telefonpraxis
- Hinhören, Zuhören, Fragen, Melden, Stimme, Störungen
- „Schwierige“ Gesprächspartner
- Wirkung von Sprache und Kommunikation
- Sprache als Barriere und Sprache als Türöffner
- Beschwerden und Reklamationen – Persönliche telefonische Visitenkarte

Zielgruppe: Auszubildende und Interessierte

Termin: Samstag, 26.09.2026, 09:00-16:00 Uhr

Gebühr: 96,00 Euro

Leitung: Susanne Dorka

Ort: Bildungswerk Friesoythe e.V., Kirchstr. 9

Kurs: 1N05

Ausbildung der Ausbilder – Baustein IV Ausbilderschein

Der Kurs findet immer sonntags statt.

Es handelt sich um einen Vorbereitungslehrgang auf die Ausbildereignungsprüfung (gem. Ausbildereignungsverordnung) mit anschließender Prüfung vor der Handwerkskammer Oldenburg. Die Ausbildung der Ausbilder (AdA) wird als Teil IV der Meisterprüfung anerkannt.

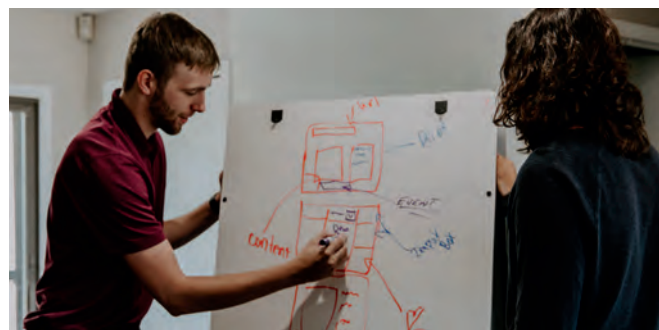
Inhalte sind:

- Ausbildungsvoraussetzungen prüfen und Ausbildung planen
- Ausbildung vorbereiten und bei der Einstellung von Auszubildenden mitwirken
- Ausbildung durchführen
- Ausbildung abschließen

Die Prüfung erfolgt vor der Handwerkskammer in Oldenburg.

Beginn: Sonntag, 01.02.2026

Dauer: 6 x, 09:00 - 15:30 Uhr



Gebühr: 475,00 Euro zzgl. 300,00 € Prüfungsgebühr

Leitung: Ludger Bürmann

Ort: Bildungswerk Friesoythe e.V., Kirchstr. 9

Kurs: 1N30

Ausbildung der Ausbilder – Baustein IV Ausbilderschein – Kompaktkurs

5 Tage
Bildungs-
urlaub

Termine: 22.06. - 27.06.2026,
jeweils von 07:30 - 14:00 Uhr.

Anerkennung einer Bildungsveranstaltung nach dem Niedersächsischen Bildungsurlaubsgesetz (VA-Nr. B26-135110-40).

Beginn: Montag, 22.06.2026

Dauer: 6 x, 07:30 - 14:00 Uhr

Gebühr: 475,00 Euro zzgl. 300,00 € Prüfungsgebühr

Leitung: Ludger Bürmann

Ort: wird noch bekanntgegeben

Kurs: 1N31

Ausbildung der Ausbilder – Baustein IV Ausbilderschein

Der Kurs findet immer sonntags statt.

Es handelt sich um einen Vorbereitungslehrgang auf die Ausbildereignungsprüfung (gem.

Beginn: Sonntag, 16.08.2026

Dauer: 6 x, 09:00 - 15:30 Uhr

Gebühr: 475,00 Euro zzgl. 300,00 € Prüfungsgebühr

Leitung: Ludger Bürmann

Ort: Bildungswerk Friesoythe e.V., Kirchstr. 9

Kurs: 1N32

Ausbildung der Ausbilder – Baustein IV Ausbiderschein – Kompaktkurs

5 Tage
Bildungs-
urlaub

Termine: 14.12. - 19.12.26, jeweils 07:30 - 14:00 Uhr.
Anerkennung einer Bildungsveranstaltung nach dem Niedersächsischen Bildungsurlaubsgesetz (VA-Nr. -B26-135110-40).

Beginn: Montag, 14.12.2026
Dauer: 6 x, 07:30 - 14:00 Uhr
Gebühr: 475,00 Euro zzgl. 300,00 € Prüfungsgebühr
Leitung: Ludger Bürmann
Ort: wird noch bekanntgegeben
Kurs: 1N33

”

Die beste Zeit für einen Neuanfang ist jetzt.
(Mark Aurel)

Baustein III der Meisterprüfung – Kompaktkurs – Bildungsurlaub

Online- und Präsenzunterricht im Wechsel
Anerkennung einer Bildungsveranstaltung nach dem Niedersächsischen Bildungsurlaubsgesetz (VA-Nr. B26-135113-56).

Der Lehrgang umfasst insgesamt 200 Unterrichtsstunden und findet vom 02.01. - 30.01.2026, montags bis samstags, jeweils von 07:30 - 14:00 Uhr statt. Die Prüfung erfolgt vor der Handwerkskammer in Oldenburg.

Der Lehrgang bereitet auf die Prüfung zum Teil III des Meisterlehrganges vor. Innerhalb des Kurses ist der Erwerb des Zertifikats zum geprüften Fachmann/zur geprüften Fachfrau für kaufmännische Betriebsführung (Hwk) möglich. Die Prüfung gliedert sich in drei Handlungsbereiche und einen Wahlpflicht-handlungsbereich.

Handlungsbereiche sind:

- Wettbewerbsfähigkeit von Unternehmen beurteilen,
- Gründungs- und Übernahmeaktivitäten vorbereiten, durchführen und bewerten,
- Unternehmensführungsstrategien entwickeln



Wahlpflichthandlungsbereiche sind:

- Informations- und Kommunikationstechnologien nutzen,
- Kommunikations- und Präsentationstechniken im Geschäftsverkehr einsetzen,
- Buchhaltung im Handwerksbetrieb unter Einsatz branchenüblicher Software umsetzen,
- Projektmanagement im Handwerksbetrieb umsetzen.

Zur Prüfung wird zugelassen, wer Folgendes nachweist:

- eine erfolgreich abgelegte Gesellen- oder Abschlussprüfung in einem anerkannten dreijährigen Ausbildungsberuf oder
- eine erfolgreich abgelegte Abschlussprüfung in einem anerkannten zweijährigen Ausbildungsberuf und eine zweijährige Berufspraxis

Abweichend davon ist zur Prüfung auch zugelassen, wer durch Vorlage von Zeugnissen oder auf andere Weise glaubhaft macht, berufliche Fertigkeiten, Kenntnisse und Fähigkeiten (berufliche Handlungsfähigkeit) erworben zu haben, die die Zulassung zur Prüfung rechtfertigen.

Beginn: Freitag, 02.01.2026
Dauer: 25 x, 07:30 - 14:00 Uhr
Gebühr: 1.100,00 Euro zzgl. 300,00 € Prüfungsgebühr
Leitung: Ludger Bürmann
Ort: Dorfgemeinschaftshaus Neuvrees, Feldstr. 3
Kurs: 1N40

Baustein III der Meisterprüfung

Wochenendseminar –
Online- und Präsenzunterricht im Wechsel

Der Lehrgang umfasst insgesamt 200 Unterrichtsstunden und findet in der Regel samstags von 07:30 - 14:00 Uhr und sonntags von 09:00 - 15:30 Uhr statt und vom 18.05. - 22.05.26 (Kompaktwoche), täglich von 07:30 - 14:00 Uhr.

Die Kompaktwoche ist als Bildungsurlaub nach dem Niedersächsischen Bildungsurlaubsgesetz (VA-Nr.B26-135114-50) anerkannt.

Die Prüfung erfolgt vor der Handwerkskammer in Oldenburg.

Beginn: Samstag, 28.02.2026
Dauer: 25 x, 07:30 - 14:00 Uhr
Gebühr: 1.100,00 Euro zzgl. 300,00 € Prüfungsgebühr
Leitung: Ludger Bürmann
Ort: Bildungswerk Friesoythe e.V., Kirchstr. 9
Kurs: 1N41



Ihre Ansprechpartnerin
Ulla Alscher

Tel.: 0152 56351371
u.alscher@bildungswerk-friesoythe.de

Baustein III der Meisterprüfung

Wochenendseminar –
Online- und Präsenzunterricht im Wechsel

Der Lehrgang umfasst insgesamt 200 Unterrichtsstunden und findet in der Regel samstags von 07:30 - 14:00 Uhr und sonntags von 09:00 - 15:30 Uhr statt und vom 07.12. - 13.12.2026 (Kompaktwoche), täglich von 07:30 - 14:00 Uhr.

Die Kompaktwoche ist als Bildungsurlaub nach dem Niedersächsischen Bildungsurlaubsgesetz unter (VA-Nr. B26-135114-50) anerkannt.

Die Prüfung erfolgt vor der Handwerkskammer in Oldenburg.

Beginn: Samstag, 26.09.2026

Dauer: 25 x, 07:30 - 14:00 Uhr
Gebühr: 1.100,00 Euro zzgl. 300,00 € Prüfungsgebühr
Leitung: Ludger Bürmann
Ort: Bildungswerk Friesoythe e.V., Kirchstr. 9
Kurs: 1N42

Psychologische:r Berater:in

Mit der Qualifizierung zum/zur Psychologische:n Berater:in lernen Sie in 120 Unterrichtsstunden Menschen bei den täglichen Anforderungen des Lebens – im beruflichen wie auch im privaten Bereich – zu beraten und zu coachen. Sie erhalten umfassende Einblicke in die wichtigsten Aspekte der professionellen Beratungs- bzw. Coaching-Kommunikation, Konfliktbewältigung und Motivation.

Gegenstand der psychologischen Beratung sind Anliegen aus dem persönlichen und beruflichen Umfeld Ihrer Kunden, die nicht den Themenbereichen der Heilkunde zuzuordnen sind. Im Unterschied zur Psychotherapie geht es um Hilfestellungen für psychisch „gesunde“ Menschen. Diese können beispielsweise sein: Unterstützung bei der Bewältigung besonderer Situationen, bei Anpassungsprozessen im Rahmen von Veränderungen, bei der Umsetzung von Entwicklungsanliegen oder auch bei der Lösung von Konflikten im familiären, beruflichen oder sozialen Umfeld.

Die Fachfortbildung vermittelt Ihnen lösungsorientierte Ansätze und Tools, die die Fähigkeiten Ihrer Klienten aktivieren. Sie werden Ratsuchende im privaten und beruflichen Kontext auch in anspruchsvollen Situationen begleiten.

Dozententeam: Ute Weber (Psychologische Beraterin, Coachin) und Andreas Feyerabend (Psychotherapeut)

Beginn: Donnerstag, 19.03.2026
Dauer: 2 x, 09:00 - 16:00 Uhr
Gebühr: 1.950,00 Euro
Ort: KEB Oldenburg, Peterstr. 6
Kurs: 1P01

Ausführlichere Informationen und Anmeldung bei der KEB Oldenburg

auf der Webseite: www.keb-ol.de
per Mail: info@keb-ol.de oder Telefon 0441 361979-37



FAMILIE UND GENERATIONEN

Lange Nacht der Spiele

Eine ganze Nacht voller Spaß, Spannung und Gemeinschaft!

Bei der langen Nacht der Spiele sind Familien mit Kindern jeden Alters herzlich eingeladen, gemeinsam zu spielen, zu lachen und neue Spiele zu entdecken. Ob klassische Brettspiele, rasante Kartenspiele oder gemütliche Puzzle-Ecken – hier ist für alle etwas dabei!

Übernachten erlaubt – durchhalten erwünscht!

Wer mag, kann die ganze Nacht bleiben und erleben, wie die letzten Karten beim Morgengrauen fallen. Schlafplätze für alle müden Teilnehmer:innen werden ermöglicht - bitte an Isomatte und Schlafsack denken. Am Dienstagmorgen lassen wir die Spielernacht gemütlich bei einem gemeinsamen Frühstück ausklingen.

Eingeladen sind alle Eltern und Kinder – egal welchen Alters! Kommt vorbei, bringt eure Lieblingsspiele mit oder lasst euch überraschen, was es Neues zu entdecken gibt.

Um eine noch größere Vielfalt an Spielen zu ermöglichen, bringt gerne eigene Spiele mit.

Damit beim Spielen niemand hungrig bleibt, sorgt der „Salon Werner“ für Köstlichkeiten am Abend.

Auch am nächsten Morgen gibt's ein feines Frühstück, um gut in den Tag zu starten.

Alles kann ganz unkompliziert vor Ort gegen Bezahlung zu fairen Preisen erworben werden – also einfach genießen und weiterspielen!

Die Gebühr pro Person liegt bei 5,00 Euro.

Für Vereinsmitglieder des DGhK reduziert sich die Kursgebühr auf 4,00 Euro.

Termin: Montag, 02.02.2026, 18:00 Uhr
bis Dienstag, 03.02.2026, ca. 10:00 Uhr

Gebühr: 5,00 Euro

Leitung: Marius Herold

Ort: Bildungswerk Friesoythe e.V., Kirchstr. 9

Kurs: 2A00

Zur Feier des
1. Jahrestags der
DGhK Elterngruppe
Friesoythe laden wir
herzlich ein, mit uns
zu feiern.

In Kooperation mit der Deutschen Gesellschaft
für das hochbegabte Kind e.V.



Verpflegung:

Der Salon Werner ist ein offenes Angebot für alle Menschen – insbesondere für diejenigen, die mit psychischen Belastungen oder Beeinträchtigungen leben.

Unsere Kontaktstelle bietet einen geschützten Raum, um Begegnung und Austausch zu ermöglichen. Hier kann man einfach vorbeikommen, plaudern, neue Menschen kennenlernen und Unterstützung erfahren.

Neben dem offenen Treff gibt es verschiedene Angebote wie z. B. gemeinsame Mahlzeiten, kreative Aktivitäten oder andere Mitmachaktionen zu fairen Preisen. Eine Anmeldung ist nicht nötig.

Die Kontaktstelle ist immer auf der Suche nach ehrenamtlichen Helfer:innen, die beim Verkauf und der Zubereitung von Getränken und Speisen sowie bei der Realisierung von Angeboten unterstützen

Kontaktstelle „Salon Werner“
Wasserstraße 26
26169 Friesoythe





Spiele und Lernen: spielerisch die Welt entdecken von 1- 3 Jahren

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

Die Teilnehmenden lernen:

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

Bitte geben Sie bei der Anmeldung das Alter Ihres Kindes an.

Gebühr: 70,00 Euro

Leitung: Sandra Schlarmann

Ort: Sporthalle Petersdorf, Hauptstr. 16a

Beginn: Dienstag, 03.02.2026

Dauer: 10 x, 08:30-10:00 Uhr

Kurs: 2A01

”

*Es gibt keinen Misserfolg.
Entweder du gewinnst oder du lernst.*
(Michel de Montaigne)

Beginn: Dienstag, 21.04.2026

Kurs: 2A02

Beginn: Dienstag, 18.08.2026

Kurs: 2A03

Beginn: Dienstag, 10.11.2026

Kurs: 2A04

Sandra Schlarmann



Musikalische Früherziehung: Singen geht auch ohne Text – für Mütter/Väter mit Kindern unter drei Jahren geeignet

Die Kleinen lernen, bereits mit wenigen Wortkenntnissen ihre Stimme einzusetzen.

Die begleitende Motorik fordert die Sprachbildung in den ersten Lebensjahren. Musik verbindet und stärkt die emotionale Verbindung von Eltern zum Kind.

In einem kleinen Kreis von max. acht Teilnehmenden im Kurs mit Namen „Mumuki“ werden Musik, Tanz und Bewegung angeboten.

Mit kleinen Musikinstrumenten können die Kinder und der Elternteil die selbstgestaltete Musik unterstützen.

Dieser Kurs wird empfohlen ab einem Alter von sechs Monaten.

Beginn: Dienstag, 10.02.2026

Dauer: 6 x, 09:00-09:45 Uhr

Gebühr: 54,00 Euro

Leitung: Natalia Vanishvilli

Ort: Weidenkörbchen, Alte Meschen 13

Kurs: 2A05

Musikpädagogik für Familien

Musik begeistert Kinder – und unterstützt ganz nebenbei ihre sprachliche, soziale und motorische Entwicklung.

Gemeinsam entdecken wir spielerische Methoden, musikalische Rituale und kreative Ideen, wie Musik ganz einfach in den Familienalltag integriert werden kann - ganz ohne Vorkenntnisse oder Instrumente.

Dieser Workshop ist geeignet für Eltern mit Kindern im Alter von 3 - 6 Jahren. Jede:r Erwachsene darf max. 2 Kinder mitbringen. Bitte geben Sie bei der Anmeldung das Alter des Kindes/der Kinder an.

- Gebühr:** 25,00 Euro
Leitung: Lennart Wähnke
Ort: Bildungswerk Friesoythe e.V., Kirchstr. 9
Termin: Montag, 23.03.2026, 09:00-12:00 Uhr
Kurs: 2A06
Termin: Montag, 19.10.2026, 09:00-12:00 Uhr
Kurs: 2A07



Spanisch in Bewegung – Wörter, Geschichten, Reime und Lieder

In den Ferien lernen Eltern mit ihren Kindern gemeinsam Wörter, Reime, Lieder und einfache Spiele, die sie zu Hause nach-

machen können, damit sie sich leichter mit der spanischen Sprache vertraut machen können.

Alter der Kinder: 3 bis 7 Jahre

- Gebühr:** 13,50 Euro
Leitung: Ximena
 Vanessa Goecke
Ort: Bildungswerk
 Friesoythe e.V.,
 Kirchstr. 9
Termin: Samstag, 28.03.2026, 10:00-12:15 Uhr
Kurs: 2A08
Termin: Sonntag, 12.07.2026, 10:00-12:15 Uhr
Kurs: 2A09
Termin: Samstag, 17.10.2026, 10:00-12:15 Uhr
Kurs: 2A10

Die Kursgebühr
in Höhe von 13,50 Euro
bezieht sich auf
eine erwachsene Person
+ Kind.

Englisch in Bewegung – Wörter, Geschichten, Reime und Lieder

In den Ferien lernen Eltern mit ihren Kindern gemeinsam Wörter, Reime, Lieder und einfache Spiele, die sie zu Hause nachmachen können, damit sie sich leichter mit der englischen Sprache vertraut machen können.

Alter der Kinder: 3 bis 7 Jahre

- Gebühr:** 13,50 Euro
Leitung: Ximena
 Vanessa Goecke
Ort: Bildungswerk
 Friesoythe e.V.,
 Kirchstr. 9
Termin: Sonntag, 29.03.2026, 10:00-12:15 Uhr
Kurs: 2A11
Termin: Samstag, 11.07.2026, 10:00-12:15 Uhr
Kurs: 2A12
Termin: Sonntag, 18.10.2026, 10:00-12:15 Uhr
Kurs: 2A13

Die Kursgebühr
in Höhe von 13,50 Euro
bezieht sich auf
eine erwachsene Person
+ Kind.



Das Hoferlebnis – Alpakas erleben – Für Eltern mit Kindern

Wir machen einen Hofrundgang, erleben die Alpakas hautnah und basteln mit Alpakawolle.

Gerne dürft ihr euch ein Picknick mitbringen.

Pro Erwachsenen dürfen max. zwei Kinder teilnehmen.

Die Kursgebühr beträgt 9,00 Euro pro Person.

Gebühr: 9,00 Euro

Leitung: Jana Stammermann

Ort: Das Hoferlebnis, Hauptstr. 67a, Petersdorf

Termin: Samstag, 18.04.2026, 15:00-18:00 Uhr

Kurs: 2A14

Termin: Freitag, 18.09.2026, 15:00-18:00 Uhr

Kurs: 2A15



Anmeldung:

Monika Pille

Tel.: 04494 1094



Wir entdecken den Bauernhof – Für Eltern mit Kindern von 1 bis 5 Jahren

Diese Veranstaltung findet in Kooperation mit dem Förderverein Landwirtschaft, Umwelt und Bildung e.V. (LaUB) statt.



**Förderverein Landwirtschaft,
Umwelt und Bildung e.V.**

Familienbildung einmal anders: Gemeinsam mit Ihren Kindern begeben Sie sich auf Entdeckungsreise zu den Schweinen auf unserem Hof. Wir beobachten die Tiere in ihrem Alltag, erfahren spannende Fakten über ihr Verhalten und ihren Lebensraum und lernen dabei auch die verschiedenen Haltungsstufen kennen. Spielerisch und anschaulich setzen wir uns mit dem Thema Tierwohl auseinander und überlegen gemeinsam, was ein gutes Leben für Schweine bedeutet.

Darüber hinaus entdecken wir die Zusammenhänge zwischen Landwirtschaft, Natur und Tierhaltung und machen erfahrbar, wie eng diese Bereiche miteinander verbunden sind. So können Eltern und Kinder nicht nur Neues lernen, sondern auch ins Gespräch kommen und Wissen miteinander teilen.

Die Kursgebühr beträgt 7,50 Euro pro Person.

Gebühr: 7,50 Euro

Leitung: Familie Meerjans-Thunert

Ort: Buurenhoff, Pehmertanger Str. 3

Termin: Freitag, 03.07.2026, 09:30-11:45 Uhr

Kurs: 2A16

Termin: Freitag, 10.07.2026, 09:30-11:45 Uhr

Kurs: 2A17



Diese Veranstaltung findet in Kooperation mit dem Förderverein Landwirtschaft, Umwelt und Bildung e.V. (LaUB) statt.



**Förderverein Landwirtschaft,
Umwelt und Bildung e.V.**



Vom Korn zum Brot – Für Eltern mit Kindern von 4 bis 10 Jahren

Es ist Sommer und die Getreidefelder leuchten im schönen Gelb. Doch was gibt es für Getreidesorten und wie muss der Landwirt sie einpflanzen und ernten?

Das schauen wir uns genau an und lernen zum Schluss noch den Unterschied zwischen Weißmehl und Vollkornmehl. Was da wohl besser schmeckt?

Die Kursgebühr beträgt 7,50 Euro pro Person.

Termin: Mittwoch, 08.07.2026,
09:30 - 11:45 Uhr

Kurs: 2A18

Leitung: Fam. Meerjans-Thunert

Ort: Hof Meerjans,
Pehmertanger
Str. 3

Wir werden zeitnah
weitere Outdoor-Angebote
für (Groß-) Eltern und
Kinder anbieten. Schauen
Sie gerne auf unserer
Website!

Elterntreff – Pampertreff

Nähere Informationen und Anmeldungen bei Marion Brockhage, 0152 54763621.

Beginn: Freitag, 09.01.2026, 10:30 Uhr

Leitung: Marion Brockhage

Ort: Franziskushaus, Franziskusplatz 1

Kurs: 2A20

Die Arbeit mit Senioren

Für Seniorengruppenleiter:innen

Veranstaltungsort und Termin werden örtlich bekanntgegeben.

Leitung: Nicola Fuhler

Kurs: 2C01



Seniorenbeirat

Der Seniorenbeirat soll die Interessen und Anliegen der älteren Generation gegenüber Politik und Gesellschaft vertreten. Er ist für die Seniorinnen und Senioren die selbstständige, unabhängige, an keine Weisung gebundene, parteipolitisch neutrale und konfessionsunabhängige Interessenvertretung der Stadt Friesoythe.

Veranstaltungsort und Termin werden örtlich bekanntgegeben.

Leitung: Heiner Schütte

Kurs: 2C03

Senioren in der lebendigen Gemeinde – Gesprächskreis der Arbeiterwohlfahrt

Termin und Ort werden örtlich bekannt gegeben.

Leitung: Monika Siebrands

Kurs: 2C04

Senioren in der lebendigen Gemeinde

Auseinandersetzung mit religiösen Themen, Politik, Wirtschaft und Gesellschaft.

Seniorentreff am Mittwochmorgen

mittwochs, 10:00 Uhr

Leitung: Heinz Wübben

Ort: Franziskushaus, Franziskusplatz 1

Kurs: 2C05

Seniorentreff Schwaneburgermoor

Jeden 2. Mittwoch im Monat, 14:30 Uhr

Leitung: Anneliese de Buhr

Ort: Dorfhaus Schwaneburgermoor,
Schwaneburger Wieke 6

Kurs: 2C06

Altenoythe

donnerstags, 15:00 Uhr

Leitung: Gerda Elsen-Dieckmann

Ort: Karl-Borromäus-Haus, Am Glockenturm 1

Kurs: 2C07

Bösel

donnerstags, 14:30 Uhr

Leitung: Maria Hempen

Ort: Begegnungszentrum Bösel, Am Kirchplatz 28

Kurs: 2C08

Gehlenberg

Jeden 3. Mittwoch im Monat, 14:30 Uhr

Leitung: Margret Gerdes

Ort: Jugendheim Gehlenberg,
Gehlenberger Hauptstr. 11

Kurs: 2C09

Kampe

dienstags, 1x monatl., 9:00 Uhr

Leitung: Stephanie Bartjen

Ort: Haus der Begegnung, Schulweg 10

Kurs: 2C10

Markhausen

Jeden 2. Donnerstag im Monat, 15:00 Uhr

Leitung: Marianne Bley

Ort: Begegnungsstätte, Alte Rosenstr. 2

Kurs: 2C11

Neuscharrel

Jeden 3. Montag im Monat, 14:30 Uhr

Leitung: Elisabeth Fuhler

Ort: Pfarrheim Neuscharrel, Hauptstraße 10

Kurs: 2C12

Petersdorf – Senioren in der lebendigen Gemeinde

Jeden letzten Donnerstag im Monat, 15:00 Uhr

Leitung: Bernadette Timmermann

Ort: Franziskusheim Petersdorf, Hauptstr. 24

Kurs: 2C13

Thüle – Senioren in der lebendigen Gemeinde

Jeden 1. Freitag im Monat, 09:00 Uhr

Leitung: Maria Hogeback

Ort: wird örtlich bekanntgegeben

Kurs: 2C14

Neuscharrel – Begegnungsgruppe 60 plus

mittwochs, 14:30 Uhr

Leitung: Elisabeth Fuhler

Ort: Pfarrheim Neuscharrel, Hauptstraße 10

Kurs: 2C15

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

PARENS® beinhaltet folgende Schwerpunkte:

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

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

Qualifizierung zur PARENS®-Referent:in – KEB-Zertifikatskurs

Der Starttermin kann auf Anfrage flexibel angepasst werden.

Umfang: 40 Unterrichtsstunden / die Termine werden individuell abgestimmt.

Eine Kursteilnahme ist auch teilweise online möglich.

Kursgebühr: auf Anfrage

Mit dieser beruflichen Fortbildung zur PARENS®-Referent:in können sich pädagogische Fachkräfte in der Elternbildung im Bereich der frühen Kindheit spezialisieren.

Inhalte:

- Stadien in der kindlichen Entwicklung im 1. Lebensjahr
- Entwicklungs- und Bewegungsanregungen im 1. Lebensjahr
- Babymassage / Baby-Yoga



- Säuglingsernährung
- Kommunikation und Bindung
- Positive Erziehung
- Fachwissen zur Erwachsenenpädagogik
- Eigen- und Fremdreflexion
- Kolloquium
- Praxisphase
- Supervision
- Eigenstudium

Beginn: Montag, 02.03.2026, 17:30 Uhr

Gebühr: 480,00 Euro

Kurs: 2E00

PARENS® – Fortsetzungskurs

Für Eltern mit Babys, die im Mai/Juni/Juli 25 geboren sind

Beginn: Dienstag, 13.01.2026

Dauer: 10 x, 08:30-10:00 Uhr

Gebühr: 70,00 Euro

Leitung: Rebekka Rühl

Ort: Bildungswerk Friesoythe e.V., Kirchstr. 9

Kurs: 2E01

PARENS® – Anfängerkurs

Für Eltern mit Babys, die im Aug/Sep/Okt 25 geboren sind

Beginn: Dienstag, 13.01.2026
Dauer: 10 x, 10:15-11:45 Uhr
Gebühr: 70,00 Euro
Leitung: Rebekka Rühl
Ort: Bildungswerk Friesoythe e.V., Kirchstr. 9
Kurs: 2E02

PARENS® – Fortsetzungskurs

Für Eltern mit Babys, die im Aug/Sep/Okt 25 geboren sind

Beginn: Dienstag, 05.05.2026
Dauer: 9 x, 08:45-10:15 Uhr
Gebühr: 63,00 Euro
Leitung: Rebekka Rühl
Ort: Bildungswerk Friesoythe e.V., Kirchstr. 9
Kurs: 2E03

PARENS® – Anfängerkurs

Für Eltern mit Babys, die im Jan/Feb/März 26 geboren sind

Beginn: Dienstag, 05.05.2026
Dauer: 9 x, 10:30-12:00 Uhr
Gebühr: 63,00 Euro
Leitung: Rebekka Rühl
Ort: Bildungswerk Friesoythe e.V., Kirchstr. 9
Kurs: 2E04

PARENS® – Fortsetzungskurs

Für Eltern mit Babys, die im Jan/Feb/März 26 geboren sind

Beginn: Dienstag, 18.08.2026
Dauer: 10 x, 08:45-10:15 Uhr
Gebühr: 70,00 Euro
Leitung: Rebekka Rühl
Ort: Bildungswerk Friesoythe e.V., Kirchstr. 9
Kurs: 2E05

PARENS® – Anfängerkurs

Für Eltern mit Babys, die im April/Mai/Juni 26 geboren sind

Beginn: Dienstag, 18.08.2026
Dauer: 10 x, 10:30-12:00 Uhr
Gebühr: 70,00 Euro
Leitung: Rebekka Rühl
Ort: Bildungswerk Friesoythe e.V., Kirchstr. 9
Kurs: 2E06

PARENS® – Fortsetzungskurs

Für Eltern mit Babys, die im April/Mai/Juni 26 geboren sind

Beginn: Dienstag, 24.11.2026
Dauer: 10 x, 08:45-10:15 Uhr
Gebühr: 70,00 Euro
Leitung: Rebekka Rühl
Ort: Bildungswerk Friesoythe e.V., Kirchstr. 9
Kurs: 2E07

PARENS® – Anfängerkurs

Für Eltern mit Babys, die im Juli/Aug/Sep 26 geboren sind

Beginn: Dienstag, 24.11.2026
Dauer: 10 x, 10:30-12:00 Uhr
Gebühr: 70,00 Euro
Leitung: Rebekka Rühl
Ort: Bildungswerk Friesoythe e.V., Kirchstr. 9
Kurs: 2E08





Bösel – PARENS® – Fortsetzungskurs

Für Eltern mit Babys, die im April/Mai/Juni 25 geboren sind.

Anmeldung: Monika Pille, Tel.: 04494 1094

Beginn: Freitag, 09.01.2026
Dauer: 10 x, 08:30-10:00 Uhr
Gebühr: 70,00 Euro
Leitung: Andrea Tangemann
Ort: Begegnungszentrum Bösel, Am Kirchplatz 28
Kurs: 2E09

Bösel – PARENS® – Anfängerkurs

Für Eltern mit Babys, die im Aug/Sep/Okt 25 geboren sind

Beginn: Freitag, 06.02.2026
Dauer: 10 x, 10:30-12:00 Uhr
Gebühr: 70,00 Euro
Leitung: Andrea Tangemann
Ort: Begegnungszentrum Bösel, Am Kirchplatz 28
Kurs: 2E10

Bösel – PARENS® – Fortsetzungskurs

Für Eltern mit Babys, die im Aug/Sep/Okt 25 geboren sind.

Beginn: Freitag, 08.05.2026
Dauer: 10 x, 10:30-12:00 Uhr
Gebühr: 70,00 Euro

Leitung: Andrea Tangemann
Ort: Begegnungszentrum Bösel, Am Kirchplatz 28
Kurs: 2E11

Bösel – PARENS® – Anfängerkurs

Für Eltern mit Babys, die im Nov 25/Dez 25/Jan26 geboren sind

Beginn: Freitag, 10.04.2026
Dauer: 10 x, 08:30-10:00 Uhr
Gebühr: 70,00 Euro
Leitung: Andrea Tangemann
Ort: Begegnungszentrum Bösel, Am Kirchplatz 28
Kurs: 2E12

Bösel – PARENS® – Fortsetzungskurs

Für Eltern mit Babys, die im Nov 25/Dez 25/Jan 26 geboren sind.

Beginn: Freitag, 14.08.2026
Dauer: 9 x, 08:30-10:00 Uhr
Gebühr: 63,00 Euro
Leitung: Andrea Tangemann
Ort: Begegnungszentrum Bösel, Am Kirchplatz 28
Kurs: 2E13

Bösel – PARENS® – Anfängerkurs

Für Eltern mit Babys, die im März/April/Mai 26 geboren sind

Beginn: Freitag, 04.09.2026
Dauer: 10 x, 10:30-12:00 Uhr
Gebühr: 70,00 Euro
Leitung: Andrea Tangemann
Ort: Begegnungszentrum Bösel, Am Kirchplatz 28
Kurs: 2E14

Bösel – PARENS – Fortsetzungskurs

Für Eltern mit Babys, die im März/April/Mai 26 geboren sind.

Beginn: Freitag, 27.11.2026

Dauer: 10 x, 10:30-12:00 Uhr
Gebühr: 70,00 Euro
Leitung: Andrea Tangemann
Ort: Begegnungszentrum Bösel, Am Kirchplatz 28
Kurs: 2E15

Bösel – PARENS® – Anfängerkurs

Für Eltern mit Babys, die im Juni/Juli/Aug 26 geboren sind

Beginn: Freitag, 30.10.2026
Dauer: 10 x, 08:30-10:00 Uhr
Gebühr: 70,00 Euro
Leitung: Andrea Tangemann
Ort: Begegnungszentrum Bösel, Am Kirchplatz 28
Kurs: 2E16

Anmeldung für alle
 Kurse in Bösel bei unserer
 Außenstellenleitung:

Monika Pille

Tel.: 04494 1094



Sanfte Begleitung mit ätherischen Ölen – für Mamas und Babys ab 3 Monaten

Natürliche Unterstützung bei Unruhe, Bauchweh, Zahnung und Schlaf

In diesem Kurs erfahren Mütter, wie sie ätherische Öle sanft und sicher im Alltag mit ihrem Baby einsetzen können – abgestimmt auf die besonderen Bedürfnisse in den ersten Monaten.

Im Mittelpunkt stehen natürliche Wege, um das Wohlbefinden von Mama und Baby zu fördern:

- Unterstützung bei Bauchwohl & Verdauung
- sanfte Hilfe bei Zahnung und Unruhe
- wohltuende Düfte für Entspannung und besseren Schlaf



Neben dem Grundlagenwissen zur sicheren Anwendung (Dosierung, Verdünnung, Qualitätsmerkmale) lernen die Teilnehmerinnen, wie Düfte das Nervensystem positiv beeinflussen und zur emotionalen Balance beitragen können – bei Groß und Klein.

Im praktischen Teil darf jedes Mama-Baby-Team verschiedene Öle kennenlernen, ausprobieren und einen eigenen, verdünnten Baby-Massage-Roller herstellen (z. B. mit Lavendel & Copaiba).

Eine liebevolle Stunde am Vormittag voller Wissen, Duft & Achtsamkeit - für mehr Sicherheit, Entspannung und Verbindung im Alltag mit Baby.

Zu der Kursgebühr fallen Materialkosten in Höhe von 4,00 Euro an.

Gebühr: 19,00 Euro
Dauer: 3 x, 10:00-11:00 Uhr
Leitung: Sara Engelhardt
Ort: Bildungswerk Friesoythe e.V., Kirchstr. 9
Beginn: Mittwoch, 04.03.2026
Kurs: 2H00
Beginn: Mittwoch, 09.09.2026
Kurs: 2H01

Sara Engelhardt



Musikpädagogik für Eltern

Musik begeistert Kinder - und unterstützt ganz nebenbei ihre sprachliche, soziale und motorische Entwicklung. In diesem kompakten Vormittagskurs erhalten Eltern praxisnahe Einblicke in die Grundlagen der Musikpädagogik. Gemeinsam entdecken wir spielerische Methoden, musikalische Rituale und kreative Ideen, wie Musik ganz einfach in den Familienalltag integriert werden kann - ganz ohne Vorkenntnisse oder Instrumente.

Gebühr: 25,00 Euro
Leitung: Lennart Wähnke
Ort: Bildungswerk Friesoythe e.V., Kirchstr. 9
Termin: Samstag, 07.03.2026, 11:00-13:30 Uhr
Kurs: 2H02
Termin: Samstag, 19.09.2026, 11:00-13:30 Uhr
Kurs: 2H03



Diabetes bei Kindern – Wissen und Unterstützung

Wie können Sie als Eltern oder Betreuer die Herausforderungen von Diabetes bei Kindern besser bewältigen? Dieser Themenabend richtet sich an Eltern, pädagogische Fachkräfte und Tagesmütter, die sich über die speziellen Anforderungen und Schwierigkeiten im Umgang mit Diabetes informieren möchten. Gemeinsam werden wir die Grundlagen des Diabetes erkunden, einschließlich der Ursachen für hohen und niedrigen Blutzucker sowie deren Auswirkungen auf das tägliche Leben.

Wir sprechen über die Bedeutung einer ausgewogenen Ernährung und wie diese zur Blutzuckerregulation beiträgt. Zudem werden wir die verschiedenen Möglichkeiten der Insulinverabreichung erläutern und deren Vor- und Nachteile diskutieren.

Nutzen Sie die Gelegenheit, um Fragen zu stellen, Erfahrungen auszutauschen und wertvolle Tipps zu erhalten, die Ihnen und den Kindern helfen, den Alltag mit Diabetes erfolgreich zu meistern. Seien Sie dabei und stärken Sie Ihre Fähigkeiten im Umgang mit dieser Erkrankung!

Gebühr: 10,00 Euro
Leitung: Annemarie Horstmann
Ort: Bildungswerk Friesoythe e.V., Kirchstr. 9
Termin: Mittwoch, 18.03.2026, 19:00 Uhr
Kurs: 2H04
Termin: Donnerstag, 08.10.2026, 19:00 Uhr
Kurs: 2H05

Hochbegabung bei Kindern

talentiert? - begabt? - hochbegabt?

Vom Verständnis, Erkennen und Umgang mit hochbegabten Kindern in der frühen Kindheit (0-6 Jahre)

Ein Kind mit besonders schneller Auffassungsgabe, unstillbarer Neugierde, hoher kognitiver Leistung und einem enormen Energieniveau trifft im elementarpädagogischen Bildungsraum der Kita, wie auch Zuhause in den Familien, auf Rahmenbedingungen, die schnell unterfordern, zu Langeweile führen und das Kind ungeduldig werden lassen. Das Kind reagiert mit einem Verhalten, das als problematisch angesehen wird.

An diesem Abend geht es darum, wie sich (Hoch-)Begabung im kognitiven Bereich bei Kindern zeigt, welche Anhaltspunkte in frühen Jahren bereits einen Hinweis auf eine mögliche Hochbegabung geben, wie der Umgang mit hochbegabten Kindern und ihrem Verhalten gelingen kann und aus welchen Stärken hochbegabter Kinder Probleme entstehen können.

Zielgruppe: Eltern, päd. Fachkräfte und Interessierte

Termin: Donnerstag, 09.04.2026, 19:00 Uhr
Gebühr: 10,00 Euro
Leitung: Marius Herold
Ort: Bildungswerk Friesoythe e.V., Kirchstr. 9
Kurs: 2H06



Starke Eltern – starke Kinder

Starke Kinder brauchen starke Eltern.

Im Elternkurs werden Eltern unterstützt, ihren Alltag selbstbewusst und gelassener anzugehen, um wieder mehr Freude und Ruhe in die Familie zu bringen. Es werden Wege gezeigt, wie Familien klar und ohne Vorwürfe kommunizieren und gemeinsam Konflikte lösen können. Eltern erlangen Wissen über allgemeine Erziehungsthemen, pädagogische Thematiken sowie über Kinderrechte.

Der Kurs bietet Raum zum Nachdenken und für den Austausch mit anderen Eltern.

Beginn: Donnerstag, 16.04.2026
Dauer: 8 x, 19:00-21:15 Uhr
Gebühr: 10,00 Euro
Leitung: Bärbel Schrand
Ort: Bildungswerk Friesoythe e.V., Kirchstr. 9
Kurs: 2H07

Anmeldung:

Der Kinderschutzbund Oldenburger Münsterland
 Tel.: 04471 / 87252
 Mail: schrand@kinderschutzbund-om.de

Potenzialentwicklung hochbegabter Kinder

Will der Mensch mit seinen Stärken glänzen, muss er seine Potenziale entfalten können.

Doch dazu müssen wir herausfinden, welche Potenziale im Kind schlummern und auf welchem Gebiet seine besonderen Begabungen liegen.

Wie gelingt es, Potenziale zu entdecken?

Wo können die Potenziale genutzt werden?

Wann lässt sich das Kind dazu motivieren, seine Potenziale auszubauen?

An diesem Abend machen wir uns auf die Suche nach den versteckten Potenzialen von (hoch-)begabten Kindern und den Forder- und Fördermöglichkeiten zum Ausbau der Begabungen.

Zielgruppe: Eltern, päd. Fachkräfte und Interessierte

Termin: Donnerstag, 11.06.2026, 19:00 Uhr
Gebühr: 10,00 Euro
Leitung: Marius Herold
Ort: Bildungswerk Friesoythe e.V., Kirchstr. 9
Kurs: 2H08

Montessori to go für Eltern mit Vorschul- und Grundschulkindern

Inhalte:

- Theoretische Grundlagen der Pädagogik
- Effektives Lernen
- Montessori-Material als Hilfsmittel für Hausaufgaben

Praktische Übungsphase & individuelle Fragerunde

Zielgruppe: Eltern und Interessierte

Termin: Mittwoch, 02.09.2026, 17:30-20:45 Uhr
Gebühr: 30,00 Euro
Leitung: Nicola Kleber
Ort: Bildungswerk Friesoythe e.V., Kirchstr. 9
Kurs: 2H09



Diese Veranstaltung wird in Kooperation mit dem Präventionsrat der Stadt Friesoythe angeboten.

Social Media: Einfluss, Manipulation und Gegenstrategien – für Eltern und pädagogische Fachkräfte



Soziale Medien prägen die Meinungsbildung – und den Alltag von Kindern und Jugendlichen. Diese Veranstaltung richtet sich ausdrücklich an Eltern und pädagogische Fachkräfte und beantwortet praxisnah u. a. folgende Fragen:

- Was sind „Fake News“? Woran erkenne ich sie schnell - und wie erkläre ich das den Kindern?
- Wer erreicht Kinder über soziale Medien – und mit welchen Methoden? (Algorithmen, Influencing, Desinformation, Extremismus-Ansprachen)
- „Warum müssen Kinder im Silicon Valley ihre Handys abgeben?“ Was dahinter steckt – und was sich davon auf unseren Familien- und Schulalltag übertragen lässt.
- Wie schütze ich Kinder und Jugendliche konkret? Altersangemessene Regeln, Gesprächsanlässe, Meldemöglichkeiten, Notfallplan.

Referent: Thomas Lammers, Präventioner für politisch motivierte Kriminalität,

Polizeiinspektion Cloppenburg/Vechta

Eingeladen sind alle Interessierten – besonders Eltern, Lehrkräfte, Schulsozialarbeit, Erzieherinnen und Multiplikatorinnen, die aktuelle Entwicklungen verstehen und sofort umsetzbare Präventionsschritte mitnehmen möchten.

Termin: Montag, 26.10.2026, 20:00 Uhr

Ort: Bildungswerk Friesoythe e.V., Kirchstr. 9

Kurs: 2H10

**Jetzt neu beim
Bildungswerk:**

**QR-Code scannen und
ab jetzt keinen Kurs
mehr verpassen!**



WhatsApp-Kanal

Das Bildungswerk bietet in Zusammenarbeit mit den Kindertagesstätten Familienarbeit an:

Kindertagesstätte Don Bosco Friesoythe, Barbara Carmichael-Eilers Tel. 04491 2287	Kindertagesstätte St. Raphael Bösel, Helga Hespe & Stephanie Münster Tel. 04494 311	Kindertagesstätte St. Franziskus Petersdorf, Stephanie Preuth Tel. 04494 8401
Haus für Kinder, Grüner Hof Friesoythe, Bettina Schütte Tel. 04491 933781	Kindertagesstätte St. Monika Gehlenberg, Jutta Hoff Tel. 04493 467	Waldkindergarten St. Florian Bösel, Wiebke Thoben Tel. 0157 52808659
Montessori Kinderhaus, Friesoythe Sylvia Schmidt und Kerstin Hempen Telefon 04491 785664	Haus für Kinder Ludgeri Friesoythe, Kim Przybille Tel. 04491 40575	Kita Entdeckerland Bösel, Julia Gamers Tel. 04494 8798081
Kindertagesstätte St. Christophorus Friesoythe, Anika Münster Tel. 04491 2281	Städt. Kindergarten Zwergenhaus Kampe, Gisela Suter Tel. 04497 8323	Kindertagesstätte St. Anna Bösel, Ulla Peters Tel. 04494 91084
Haus für Kinder Piccolino Altenoythe, Henriette Langkau Tel. 04491 2322	Kindertagesstätte St. Johannes Markhausen, Jenny Untiedt Tel. 04496 465	Kindergarten St. Martin Thüle, Anja Runden Tel. 04495 4161
Kindergarten St. Ludger Neuscharrel, Christel Franke Tel. 04493 669	Haus für Kinder „Burgwiese“ Friesoythe, Sonja Rolfes Tel. 04491 40676	
Kinderkrippe Weidenkörbchen Friesoythe, Mira Brand Tel. 04491 787722	Fröbel-Kinderhaus Friesoythe, Jens Diekhaus Tel. 04491 7848268	
Kita für ALLE Friesoythe, Heike Büter-Block Tel. 04491 93438211	Kita für ALLE Altenoythe, Janine Thale Tel. 04491 92520	Kita für ALLE Bösel, Mareike Norenbrock Tel. 04494 87738810

Nähere Informationen erhalten Sie in Ihrem jeweiligen Kindergarten

Gemeinsame Lernschritte für Mütter/Väter mit kleinen Kindern

Kontaktstelle für Eltern-Kind-Gruppen

Bildungswerk, Kirchstraße 9, 26169 Friesoythe
Päd. Leitung: Birgit Walker
Tel.: 04491 933016

Leitung	Termin	Ort
Nadine Brünemeyer	montags, mittwochs & freitags, 15:30 Uhr 2 x donnerstags, 15:30 Uhr, 14-täglich dienstags, 09:00 Uhr, 14-täglich dienstags, 15:00 Uhr freitags, 09:30 Uhr freitags, 15:30 Uhr, 14-täglich bitte auf Anfrage	Dorfgemeinschaftshaus Altenoythe
Dana Kohake	montags, 16:00 - 17:30 Uhr	Franziskushaus Friesoythe
Rebecca von Bose	montags, 09:30 - 11:00 Uhr	Franziskushaus Friesoythe
Lisa Kerkhoff	donnerstags, 08:30 - 11:00 Uhr	Franziskushaus Friesoythe
Virgina Klopp	mittwochs, 09:30 Uhr	Franziskushaus Friesoythe
Sarah Deyen	donnerstags, 15:30 Uhr, 14-täglich	ehemalige Lehrerwohnung Neuvrees
Melanie Eilers	mittwochs, 15:30 Uhr 14-täglich	ehemalige Lehrerwohnung Neuvrees
Marion Macke	donnerstags, 15:30 Uhr, 14-täglich	ehemalige Lehrerwohnung Neuvrees
Claudia Reiners	donnerstags, 15:00 Uhr	Begegnungsstätte Markhausen
Lena Schrand	mittwochs, 15:30 Uhr, 14-täglich	Kindergarten Neuscharrel
Auf Anfrage	montags, 15:30 Uhr, 14-täglich	Johanneshaus Thüle



RELIGION UND GLAUBE

Aschermittwoch

Einstieg in die Fastenzeit, Impulse für einen guten Weg zum Osterfest

Aschermittwoch – eine über 40 Tage dauernde Fastenzeit. Im Christentum gedenken viele Gläubige dieser Zeit mit unterschiedlichen Bräuchen und Ritualen.

Zu themenbezogenen Veranstaltungen beachten Sie bitte die Pfarrnachrichten und die örtliche Berichterstattung!

Termin: Mittwoch, 18.02.2026

Ort: Franziskushaus, Franziskusplatz 1

Kurs: 3001



Seelenzeit zur Fastenzeit

Termine: 25.02.2026, 11.03.2026 und 25.03.2026 (Einzelbuchung möglich, 10,00 Euro pro Termin)

Eine Reise durch verschiedene Stationen mit religiösen Impulsen, Stille und Begegnung. Eine Zeit zum Innehalten, um loszulassen und neu aufzutanken. Eine liebevolle Auszeit - Zeit für die Seele.

Leitung: Sandra Schlarmann, Erzieherin mit Zusatzqualifikation „Seelsorgliche Begleitung für Kitas“

Beginn: Mittwoch, 25.02.2026

Dauer: 3 x, 19:00 - 21:15 Uhr

Gebühr: 25,00 Euro

Leitung: Sandra Schlarmann

Ort: Bildungswerk Friesoythe e.V., Kirchstr. 9

Kurs: 3002

”

*Was du heute erlebst,
ist das Morgen,
an das du dich erinnern wirst.*

(Marie von Ebner-Eschenbach)



„Rest for the Weary“ von der Künstlerin Gift Amarachi © 2024
World Day of Prayer International Committee, Inc.

Weltgebetstag „Kommt! Bringt eure Last“

Zum Weltgebetstag 2026 aus Nigeria

Sie sind herzlich eingeladen, am Freitag, 6. März 2026 einen der ökumenischen Weltgebetstag- Gottesdienste in Ihrer Nähe zu besuchen. Zu themenbezogenen Veranstaltungen beachten Sie bitte die Pfarrnachrichten und die örtliche Berichterstattung!

Die Verfasserinnen der Liturgie kommen diesmal aus Nigeria. Sie laden dazu ein, sich mit den Belastungen des Lebens auseinanderzusetzen und Stärkung im Glauben zu finden. So wird dieses Bibelwort inspirieren: „Kommt her zu mir, alle, die ihr mühselig und beladen seid; ich will euch erquicken.“ (Matthäus 11,28-30)

Termin: Freitag, 06.03.2026

Kurs: 3003

Katechese-Erstkommunion „Ihr seid meine Freunde!“

Für Katecheten

Genaues entnehmen Sie bitte den Pfarrnachrichten!

Beginn: Samstag, 07.02.2026

Leitung: Michael Kellermann

Ort: Franziskushaus, Franziskusplatz 1

Kurs: 3004

Das Fest der Erstkommunion „Ihr seid meine Freunde!“

Termin: Sonntag, 26.04.2026

Ort: Karl-Borromäus-Haus, Am Glockenturm 1, Altenoythe

Kurs: 3005

Termin: Sonntag, 03.05.2026

Ort: Begegnungsstätte, Alte Rosenstr. 2, Markhausen

Kurs: 3006

Termin: Sonntag, 10.05.2026

Ort: Haus der Begegnung, Schulweg 10, Kampe

Kurs: 3007

Termin: Donnerstag, 14.05.2026

Ort: Franziskushaus, Franziskusplatz 1

Kurs: 3008



Zu
themenbezogenen
Veranstaltungen
beachten Sie bitte
die Pfarrnachrichten
und die örtliche
Berichterstattung!

Zusammen geht mehr

Ein Angebot für alle,
die alleinerziehend sind oder
sich alleinerziehend fühlen



**DU BIST ALLEINERZIEHEND ODER
TRÄGST DEN FAMILIENALLTAG OFT ALLEIN?
DANN BIST DU HIER RICHTIG!**

Was dich erwartet:

- Austausch
- Infos zu Familie, Erziehung & finanziellen Hilfen
- Tipps zu Selbstfürsorge & Freizeit
- Zeit für dich in Gemeinschaft

Zusammen geht mehr

Ein Angebot für alle, die alleinerziehend sind
oder sich alleinerziehend fühlen

PROGRAMM 2025/2026

November / Dezember

18.11.25 offener Vormittag 9:00 - 11:00 Uhr

11.12.25 Wohngeld & Kinderzuschlag 17:00 - 19:00 Uhr

Januar / Februar

12.02.26 Selbstfürsorge & Resilienz 15:30 - 17:00 Uhr

inkl. Kinderbetreuung

März / April

04.03.26 Elterngeld & Kindergeld 9:30 - 11:00 Uhr

gemeinsam mit Kindern

Ferienbetreuung

Mai / Juni

Familien & Erholung

Unterhalt

September / Oktober

07.09.2025 Gute Bücher für mein Kind 15:30 - 17:00 Uhr

gemeinsam mit Kindern

Gesund kochen für die Familie

gemeinsam mit Kindern

Trennung - wie rede ich mit meinen Kindern

über den Partner, der uns verlassen hat?

KOSTENLOS

Anmeldung und Infos unter:
0 44 91 / 93 30 0

**Katholisches Bildungswerk
Friesoythe e.V.**
Kirchstr. 9 | 26169 Friesoythe



**Katholische
Erwachsenenbildung**
Bildungswerk Friesoythe e.V.



Friesoythe verbindet



SKF



UMWELT UND NATUR



Natürlich gesund mit ätherischen Ölen

Viele haben schon von ätherischen Ölen gehört, wissen aber nicht genau, wie und wofür sie angewendet werden können. An diesem Abend gehen wir der Seele der Pflanzen auf den Grund. Nach einer Einführung, worauf bei hochwertigen naturreinen Ölen zu achten ist, werden wir uns näher mit den Eigenschaften verschiedener Öle beschäftigen. Nicht nur in der Naturkosmetik spielen diese Öle eine wichtige Rolle. Sie können uns auch bei Erkrankungen wie Blasenentzündung, Hauterkrankungen oder Erkältungskrankheiten effektiv helfen.

In diesem praxisnahen Kurs erlernen Sie kompaktes Wissen zu den wichtigsten ätherischen Ölen, Pflanzenwässern, sowie bewährte Rezepturen für die ganze Familie.

Termin: Mittwoch, 18.02.2026, 18:00-20:15 Uhr
Gebühr: 14,00 Euro zzgl. 6,00 Euro Materialkosten
Leitung: Veronika Schwarz
Ort: Bildungswerk Friesoythe e.V., Kirchstr. 9
Kurs: 4000

Einführung in den Winterschnitt am Apfelbaum

Äpfel aus dem eigenen Garten sind das lokale Superfood. Aber um viele Jahre leckere Äpfel von einem gesunden Baum zu ernten, benötigt dieser fachgerechte Pflege und vor allem einen korrekten Baumschnitt. In diesem Seminar auf Gut Altenoythe erarbeiten Sie sich zusammen mit Bauer Jan die Grundlagen des Obstbaumschnitts.

Verbringen Sie einige schöne und erfahrungsreiche Stunden im Freien und lernen Sie, wie Sie auch im eigenen Garten gesunde Äpfel von gesunden Bäumen ernten können.

Folgende Themen werden wir behandeln:

- Theorie: Wurzel-Unterlagen: Wie groß wird mein Baum?
- Aufbau von Hoch- und Halbstämmen auf unserer „Apfelweide“
- Aufbau einer schlanken Spindel in unserem Obstgarten „Allee-Wiese“
- Schnittgesetze
- Durchführung Winterschnitt an Spindel-Bäumen
- Je nach Zeit und Interesse:
Verkostung der Äpfel aus unserem Lager

Zwischendurch bieten wir Ihnen heißen Saft und Tee an.



Mitzubringen: angepasste Kleidung, festes Schuhwerk; soweit vorhanden eine Gehölzschere; Verpflegung/Snacks nach eigenem Bedarf

Termin: Samstag, 28.02.2026, 09:00-12:00 Uhr
Gebühr: 30,00 Euro
Leitung: Jan Wreesmann
Ort: Hof Gut Altenoythe, Vitusstr. 9
Kurs: 4001



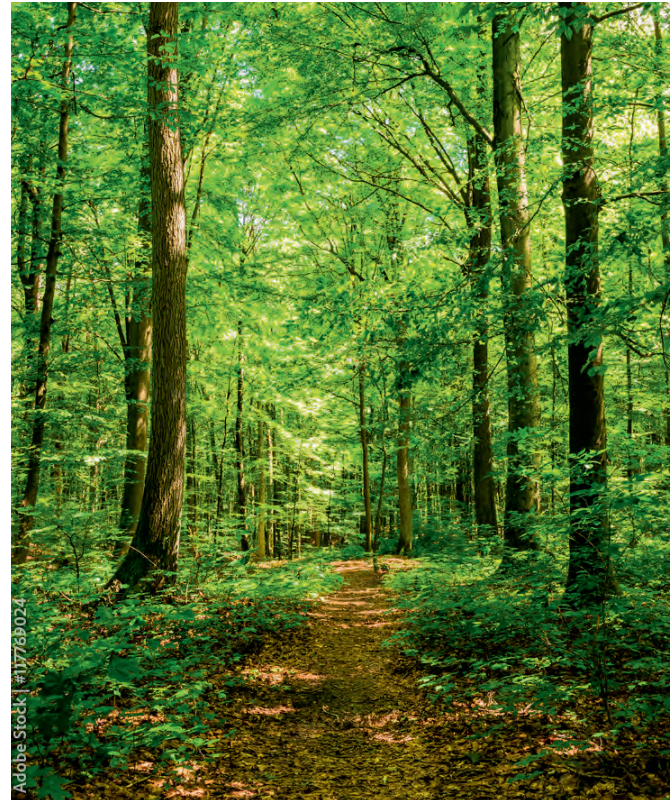
Wilde Kräuter entdecken – ein Nachmittag in der Natur

Welche wilden Kräuter können wir jetzt finden? Wie kann ich sie einwandfrei erkennen? Und was kann man alles aus ihnen herstellen? Wem solche Fragen durch den Kopf gehen, sollte mit der Heilpraktikerin und Kräuterfrau Tanja Michaela Meyer auf Entdeckungsreise in die Natur gehen. Gemeinsam erkunden wir einen Teil der Ahlhorner Fischteiche, dort wachsen viele Wild- und Heilkräuter, die aber auch oft im eigenen Garten anzutreffen sind. Neben der Bestimmung der Pflanzen geht es natürlich um deren Wirkungen und Anwendungsmöglichkeiten für viele Bereiche des Lebens, z.B. für die Gesundheit oder in der Küche. Zu manch einem Kraut gibt es auch interessante Geschichten zu erzählen. Lassen Sie sich überraschen.

Wichtig: Es handelt sich um einen Outdoornachmittag. Bitte feste Schuhe und wetterfeste Kleidung tragen und an Regenschutz denken.

Wir machen zwischendurch eine Pause, dafür bitte eine wetterfeste Sitzunterlage und eine Pausenvesper mitbringen.

Termin: Sonntag, 26.04.2026, 14:00-17:15 Uhr
Gebühr: 20,00 Euro
Leitung: Tanja Michaela Meyer
Ort: Ahlhorner Fischteiche
Kurs: 4002



Der Wald und seine Kräfte – ätherische Nadel- und Holzöle

In diesem Kurs entdecken Sie verschiedene ätherische Nadel- und Holzöle und lernen, wie sie sich in Duft, Herkunft und Zusammensetzung unterscheiden. Wir schauen uns an, welche pflanzlichen Inhaltsstoffe in den Ölen enthalten sind und wie diese in Mischungen miteinander wirken.

Anschließend stellen Sie mehrere einfache Rezepturen selbst her und üben, wie man ätherische Öle sicher und sinnvoll kombiniert. Die hergestellten Produkte können Sie mit nach Hause nehmen.

Termin: Mittwoch, 16.09.2026, 18:00-20:15 Uhr
Gebühr: 14,00 Euro zzgl. 6,00 Euro Materialkosten
Leitung: Veronika Schwarz
Ort: Bildungswerk Friesoythe e.V., Kirchstr. 9
Kurs: 4003

Pilzkunde – Pilzwanderung

Allgemeine Pilzkunde:

- Sondierung, d. h. Definition und Artenzugehörigkeit bei gefundenen Pilzen
- Doppelgänger und nahe Verwandte erkennen
- Giftige und ungenießbare Pilze identifizieren
- Konservierung von Speisepilzen

Mitzubringen: festes Schuhwerk, evtl. Regenbekleidung, Korb zum Sammeln

Gebühr: 30,00 Euro

Termin: Sonntag, 04.10.2026, 09:00-13:00 Uhr

Leitung: Tom Sprengnether

Ort: Thülsfelder Talsperre

Kurs: 4004

Termin: Sonntag, 04.10.2026, 14:00-18:00 Uhr

Leitung: Tom Sprengnether

Ort: Thülsfelder Talsperre

Kurs: 4005

Tom Sprengnether ist zertifizierter Pilzsachverständiger und ärztlich geprüfter Ernährungsberater für Roh- und Vitalkost.

Termin: Samstag, 24.10.2026, 11:00-14:45 Uhr

Leitung: Volker Wessels

Ort: Spielplatz Waldesruh, Flethstraße, Bösel

Kurs: 4006

Termin: Samstag, 31.10.2026, 11:00-14:45 Uhr

Leitung: Volker Wessels

Ort: Waldkindergarten St. Florian, Heideweg 3a, Bösel

Kurs: 4007

Volker Wessels ist Dipl. Wildnis- und Naturführer mit 20-jähriger Erfahrung und Pilzsachverständiger.



Pilzkunde – Intensiv-Seminar

Inhalte:

- Artenbestimmung
- spezielle Symbiosen
- Bedürfnisse der Pilze
- gefährliche Pilze
- Pilzvergiftungen
- Pilzapp's
- Heil- oder Vitalpilze (Zubereitungs- und Konservierungsmöglichkeiten)
- Pilz als Nutzobjekt (Pigmentlieferant, Büten-, Kunst- oder Dekoobjekt)

Mitzubringen: festes Schuhwerk, evtl. Regenbekleidung, Korb zum Sammeln

Termine: Sa., 10.10. und So., 11.10.2026, jeweils 10:00-15:00 Uhr

Gebühr: 80,00 Euro

Leitung: Volker Wessels

Ort: Thülsfelder Talsperre

Kurs: 4008

”

*Was vor uns liegt
und was hinter uns liegt,
ist nichts im Vergleich zu dem,
was in uns liegt.*

(Ralph Waldo Emerson)



Pilz-Wochenend-Intensiv-Kurs

Du bist von der Pilzwelt fasziniert und möchtest deine Kenntnisse auf das nächste Level bringen? Dann ist unser Intensiv-Kurs genau das Richtige für dich!

Kursinhalte:

- Pilzbestimmung
- Praxis im Wald
- Theorievorträge
- Gemeinsames Kochen und Verkosten

Ein regelmäßiger Wechsel zwischen Theorie und Praxis sorgt für Abwechslung.

Das E-Book „Let's Talk About Fungi“ im Wert von 20,00 Euro (ein praktischer Leitfaden, der dich auch nach dem Kurs begleitet) ist im Preis inklusive.

Bleibe auch nach dem Kurs mit dem Kurs verbunden. Tausche dich über neue Pilzfunde, Rezepte und Bestimmungstipps aus und bleibe Teil einer aktiven Pilz-Community!

Termine: Sa., 17.10. und So., 18.10.2026,
jeweils 09:00-18:00 Uhr

Gebühr: 180,00 Euro

Leitung: Tom Sprengnether

Ort: Friesoythe und Thüle

Kurs: 4009



Gutschein



Bildung schenken – Wissen, das bleibt.

Suchen Sie nach einem besonderen Geschenk?

Verschenken Sie Kreativität, Bildung, Wissen, Vorträge und Seminare, Anregungen und letztlich auch interessante Begegnungen.

Unser vielfältiges Programm bietet reichhaltige Möglichkeiten.

Sie können einen Gutschein für einen Kurs, aber auch einen Wertgutschein erwerben.

Melden Sie sich telefonisch, wir beraten gerne!

Tel.: 04491 9330 0



Stelle im Bundesfreiwilligendienst (BFD) zu vergeben

Zum 01.08.2026 oder 01.09.2026 suchen wir eine:n

Bundesfreiwilligendienstleistende:n (BFD)

Wenn Sie eine verantwortungsvolle und abwechslungsreiche Tätigkeit suchen, bei der Sie interessante Menschen und Arbeitsfelder kennenlernen, sind Sie bei uns genau richtig.

Sie sammeln wertvolle Erfahrungen, die Ihnen bei der Berufsfindung eine Orientierung sind.

Zu Ihren Aufgabenbereichen gehören u. a.:

- unterschiedliche Verwaltungstätigkeiten
- Erstellung von Plakaten und Flyern
- Hospitation bei Seminaren
- Veranstaltungsbetreuung
- Botengänge

Sie werden bei uns pädagogisch begleitet, haben feste Ansprechpartnerinnen und nehmen sowohl an internen als auch an externen Fortbildungen teil.

Der BFD dauert regulär zwölf Monate, kann aber auch auf sechs Monate verkürzt werden.

Der Dienst für unter 27-Jährige ist nur in Vollzeit (40 Stunden/Woche) möglich.

Für über 27-jährige ist auch ein Dienst in Teilzeit möglich.

Wir bieten ein Taschengeld und übernehmen die Sozialversicherungsabgaben. Ein PKW wäre sehr hilfreich. Für dienstliche Fahrten werden Fahrtkosten erstattet.

Sie sind interessiert?

Dann senden Sie Ihre Bewerbung gerne per Mail an:



Nicola Fuhler

Tel.: 04491 9330-10

n.fuhler@bildungswerk-friesoythe.de



KULTUR UND KREATIVITÄT

Die Veranstaltungen finden in Kooperation mit der Bücherei St. Marien Friesoythe statt.



Literarische Reise auf Englisch

In diesem Leseworkshop entdecken und diskutieren wir über zeitgenössische Autorinnen und Autoren aus den Vereinigten Staaten und dem Vereinigten Königreich. Gemeinsam lesen und analysieren wir ausgewählte Erzählungen und Kurzromane, die ein lebendiges Bild unserer heutigen Welt und ihrer Gesellschaften zeichnen. Der Kurs bietet Raum für den literarischen Austausch, vermittelt Hintergründe zu den Autor:innen und ihrem kulturellen Kontext und lädt dazu ein, die englische Sprache in einer authentischen, literarischen Umgebung aktiv zu nutzen.

Beginn: Sonntag, 19.04.2026
Dauer: 10 x sonntags, 16:00-18:00 Uhr
Gebühr: 121,50 Euro
Leitung: Ximena Vanessa Goecke
Ort: Bücherei St. Marien, Franziskusplatz 1
Kurs: 5A00



Literarische Reise auf Spanisch

In diesem Leseworkshop entdecken und diskutieren wir über zeitgenössische Autorinnen und Autoren aus Lateinamerika und Spanien. Gemeinsam lesen und analysieren wir ausgewählte Erzählungen und Kurzromane, die ein lebendiges Bild unserer heutigen Welt und ihrer Gesellschaften zeichnen. Der Kurs bietet Raum für den literarischen Austausch, vermittelt Hintergründe zu den Autor:innen und ihrem kulturellen Kontext und lädt dazu ein, die spanische Sprache in einer authentischen, literarischen Umgebung aktiv zu nutzen.

Beginn: Samstag, 22.08.2026
Dauer: 10 x samstags, 10:00-12:00 Uhr
Gebühr: 121,50 Euro
Leitung: Ximena Vanessa Goecke
Ort: Bücherei St. Marien, Franziskusplatz 1
Kurs: 5A01



Ukulele für Anfänger:innen ab 16 Jahren

Klein, handlich und voller Klang - die Ukulele ist das perfekte Einstiegsinstrument für alle, die schnell und mit Spaß musizieren möchten. In diesem Kurs lernen Sie die wichtigsten Akkorde, einfache Schlagmuster und erste Lieder, die sofort ins Ohr gehen. Ideal für Einsteiger:innen ohne Vorkenntnisse - bringen Sie einfach Ihre Ukulele mit und legen Sie los!

Mitzubringen: Ukulele / Eine Ukulele (inkl. Tasche) kann bei Bedarf für 45,00 Euro erworben werden.

Beginn: Montag, 02.03.2026
Dauer: 8 x montags, 18:45-19:45 Uhr
Gebühr: 60,50 Euro
Leitung: Dozententeam KlangWerk Musikschule
Ort: KlangWerk Musikschule, Pappelstr. 2a
Kurs: 5D00

Gitarre für Anfänger:innen ab 16 Jahren

Ob klassische Songs, moderne Hits oder einfache Akkordbegleitung - in diesem Einsteigerkurs lernen Sie die Grundlagen des Gitarrenspiels von Grund auf. In entspannter Atmosphäre machen wir uns gemeinsam mit dem Instrument vertraut, üben erste Griffe, einfache Rhythmen und kleine Lieder. Vorkenntnisse sind nicht erforderlich - nur Freude an der Musik und eine eigene Gitarre!

Mitzubringen: Gitarre

Beginn: Montag, 17.08.2026
Dauer: 8 x, 19:15-20:45 Uhr
Gebühr: 88,00 Euro
Leitung: Dozententeam KlangWerk Musikschule
Ort: KlangWerk Musikschule, Pappelstr. 2a
Kurs: 5D01

Edelstein Armband – Schmuckworkshop

Gestalte dein eigenes Edelsteinarmband und lerne dabei die Grundlagen der Schmuckgestaltung kennen!

Im Workshop zeigen wir dir Schritt für Schritt, wie du Steine auswählst, kombinierst und sicher auffädelst. Du erfährst, welche Materialien sich eignen und wie Farben und Formen harmonisch wirken. So entsteht dein persönliches Schmuckstück - individuell, haltbar und mit Fachwissen gestaltet.

Nebenbei erfährst du Spannendes über die Bedeutung der Edelsteine und wie sie dich im Alltag unterstützen können.

Für 25,00 € kannst du vor Ort auch ein zweites Armband gestalten.

Gebühr: 14,00 Euro zzgl. 20,00 Euro Materialkosten
Leitung: Jaqueline Bunger

Ort: Bildungswerk Friesoythe e.V., Kirchstr. 9
Termin: Sonntag, 11.01.2026, 19:00-22:00 Uhr
Kurs: 5F00
Termin: Mittwoch, 08.04.2026, 19:00-22:00 Uhr
Kurs: 5F01



Palmstock basteln

Gestalte deinen eigenen Palmstock und lerne dabei die wichtigsten Grundlagen der Gestaltung kennen!

Im Kurs zeigen wir dir, wie du Materialien auswählst, Elemente sicher befestigst und ein stimmiges Gesamtbild planst. Du erfährst, wie Farben und Formen zusammenpassen und wie du deinen Palmstock so gestaltest, dass er stabil und optisch ansprechend ist.

So entsteht ein individuelles Stück - persönlich gestaltet und fachlich durchdacht.

Mitzubringen: Heißklebepistole, Zange, Schere

Termin: Samstag, 07.03.2026, 09:30-12:30 Uhr
Gebühr: 14,00 Euro zzgl. Materialkosten (nach Verbrauch)
Leitung: Marianne Thieken
Ort: Bildungswerk Friesoythe e.V., Kirchstr. 9
Kurs: 5F02



Blumenkranz gestalten

Blumen gestalten mit Wissen und Kreativität:

In unserem Kurs „Blumenkranz aus Trockenblumen“ lernst du, wie du Farben, Formen und Materialien richtig kombinierst. Du bekommst einfache Tipps zum Aufbau, zur Haltbarkeit und zur Gestaltung eines eigenen Kranzes. So entsteht dein ganz persönliches Werk – schön, haltbar und fachlich durchdacht.

Gebühr: 14,00 Euro zzgl. 30,00 Euro Materialkosten

Leitung: Jaqueline Bunger

Ort: Bildungswerk Friesoythe e.V., Kirchstr. 9

Termin: Mittwoch, 11.03.2026, 19:00-22:00 Uhr

Kurs: 5F03

Termin: Dienstag, 17.03.2026, 19:00-22:00 Uhr

Kurs: 5F04



*Sei du selbst die Veränderung,
die du in der Welt sehen willst.*

(Mahatma Gandhi)

Gehwegplatten gestalten

Gestalte deine eigenen Mosaik-Gehwegplatten und lerne die Grundlagen der Mosaiktechnik kennen!

Im Workshop zeigen wir dir, wie du Farben, Steine und Muster auswählst und dein Motiv (z.B. Regenbogen, Sonne, abstrakte Muster) planst. Du erfährst, wie Materialien zusammenwirken und wie du ein harmonisches und haltbares Design anlegst.

Du legst dein Motiv selbst, wir übernehmen anschließend das fachgerechte Einfügen für dich. Sobald die Platten fertig sind, informieren wir dich – und du kannst dein individuell gestaltetes Gartenstück abholen.

So entstehen zwei Mosaikplatten, die durch deine Gestaltungsideen und das vermittelte Fachwissen zu besonderen Einzelstücken werden.

Gebühr: 14,00 Euro zzgl. 45,00 Euro Materialkosten

Leitung: Jaqueline Bunger

Ort: Bildungswerk Friesoythe e.V., Kirchstr. 9

Termin: Freitag, 13.03.2026, 19:00-22:00 Uhr

Kurs: 5F05

Termin: Mittwoch, 26.08.2026, 19:00-22:00 Uhr

Kurs: 5F06





Hundeleinen-Workshop

In diesem Workshop lernst du, wie du eine stabile und schöne Hundeleine selbst herstellst!

Wir zeigen dir Schritt für Schritt, wie du aus hochwertigem PPM-Seil deine eigene Leine mit Takelung und Karabiner gestaltest. Du erfährst, worauf es bei Länge, Sicherheit und Materialwahl ankommt – und wie du Technik und Design kombinierst. So entsteht dein persönliches, haltbares Unikat für deinen Hund.

Mitzubringen: Schere, Cuttermesser, Feuerzeug

Termin: Donnerstag, 06.08.2026, 19:00-22:00 Uhr

Gebühr: 14,00 Euro zzgl. 40,00 Euro Materialkosten

Leitung: Jaqueline Bungler

Ort: Bildungswerk Friesoythe e.V., Kirchstr. 9

Kurs: 5F07

Jaqueline Bungler



Die kreative Welt des Gläser-Bemalens

Du möchtest Gläser fachgerecht bemalen und ihnen eine persönliche Note geben?

In unserem Kurs lernst du, welche Glasfarben, Pinsel und Techniken sich am besten eignen. Du erfährst, wie Farben auf Glas wirken und wie du eigene Motive sicher umsetzt. Schritt für Schritt gestaltest du so dein individuelles Set – kreativ, haltbar und mit fachlichem Know-how.

Falls sechs Gläser mitgebracht werden, reduzieren sich die Materialkosten auf 10,00 Euro pro Person.

Termin: Donnerstag, 20.08.2026, 19:00-22:00 Uhr

Gebühr: 14,00 Euro zzgl. 16,00 Euro Materialkosten

Leitung: Jaqueline Bungler

Ort: Bildungswerk Friesoythe e.V., Kirchstr. 9

Kurs: 5F08





Stickpullover mit floraler Zahl oder Initialen gestalten

In unserem Kreativ-Workshop lernst du, wie du deinen Pullover mit Stickerei individuell gestaltest!

Wir zeigen dir Schritt für Schritt, wie du Stoffe vorbereitest, Farben kombinierst und Motive sauber aufstickst. Du erfährst, welche Techniken und Materialien sich eignen, um ein schönes und haltbares Ergebnis zu erzielen. So entsteht dein persönliches Design – kreativ, langlebig und mit handwerklichem Know-how. Egal, ob du bereits Erfahrung im Stickern hast oder völliger Neuling bist – dieser Workshop ist für alle geeignet. Wir stellen dir alle notwendigen Materialien zur Verfügung.

Mitzubringen: Stickpullover

Termin: Donnerstag, 17.09.2026, 19:00-22:00 Uhr

Gebühr: 14,00 Euro zzgl. 25,00 Euro Materialkosten (ohne Pullover)

Leitung: Jaqueline Bunger

Ort: Bildungswerk Friesoythe e.V., Kirchstr. 9

Kurs: 5F09

Adventskranz – Workshop

Lerne, wie du deinen eigenen Adventskranz fachgerecht bindest!

Im Workshop zeigen wir dir Schritt für Schritt, wie du aus einem Strohkranz, winterlichem Grün und Eukalyptus ein stimmiges Arrangement gestaltest. Du erfährst, wie Farben, Formen und Materialien zusammenpassen und wie dein Kranz länger frisch bleibt. So entsteht dein persönlicher Adventskranz - individuell, haltbar und mit Liebe zum Detail gestaltet.

Da es eine große Vielfalt an Kerzen gibt – von Stumpen- über Stab- bis hin zu gerillten oder Rustic-Kerzen – in unterschiedlichen Größen, Farben und Stilrichtungen, ebenso wie zahlreiche Varianten von Halterungen, hat jeder seine ganz eigene Vorstellung der perfekten Kerzendecke (z.B. in Silber, Schwarz oder Gold). Aus diesem Grund konzentrieren wir uns im Workshop ausschließlich auf das Binden der Kränze.

Kerzen und Halterungen werden nicht vor Ort verkauft.

Es ist sogar empfehlenswert, die Kerzen und passenden Halterungen erst nach dem Workshop zu besorgen. So kannst du dich während des Workshops farblich und kreativ ganz frei entfalten – genau so, wie es dir in diesem Moment gefällt.



Gebühr: 14,00 Euro zzgl. 35,00 Euro Materialkosten
Leitung: Jaqueline Bunger
Ort: Bildungswerk Friesoythe e.V., Kirchstr. 9
Termin: Donnerstag, 05.11.2026, 19:00-22:00 Uhr
Kurs: 5F10
Termin: Donnerstag, 12.11.2026, 19:00-22:00 Uhr
Kurs: 5F11



Kreativ mit Wissen: Lerne die Kunst der Aquarellmalerei

Tauche ein in die Welt der Aquarellmalerei – und lerne Schritt für Schritt, wie du mit Wasser, Pinsel und Farbe eigene Kunstwerke gestaltest.

Im Workshop zeigen wir dir, wie du Farben richtig mischst, Übergänge weich gestaltest und verschiedene Aquarelltechni-

ken anwendest. Du erfährst, wie Materialien und Farbwirkung zusammenhängen und bekommst viele Tipps für eigene Ideen. Kreativ, harmonisch und fachlich fundiert entsteht somit dein persönliches Aquarell-Kunstwerk.

In der Kursgebühr sind alle Materialkosten enthalten. Es muss nichts mitgebracht werden.

Gebühr: 69,00 Euro
Leitung: Stefanie Taubenheim
Termin: Freitag, 27.02.2026, 15:00-18:00 Uhr
Ort: Bildungswerk Friesoythe e.V., Kirchstr. 9
Kurs: 5G00
Termin: Freitag, 06.03.2026, 15:00-18:00 Uhr
Ort: Begegnungszentrum Bösel, Am Kirchplatz 28
Kurs: 5G01
Termin: Freitag, 18.09.2026, 15:00-18:00 Uhr
Ort: Bildungswerk Friesoythe e.V., Kirchstr. 9
Kurs: 5G02

Echte Momente einfangen – Fotografieren mit Canon-Kameras

Gemeinsam entdecken wir, wie Technik und Kreativität zusammenwirken: Sie erfahren, wie Sie Ihre Kamera optimal einstellen, um Ihre Bildideen wirkungsvoll umzusetzen, und wie Sie mit Perspektive, Licht und Komposition die Echtheit Ihrer Motive betonen.

Der Workshop richtet sich an Einsteiger:innen und Fortgeschrittene, die ihre Canon-Kamera besser verstehen und ihre fotografische Handschrift weiterentwickeln möchten.

Bitte bringen Sie Ihre eigene Canon-Kamera (Spiegelreflex oder spiegellos) mit.

Termin: Samstag, 25.07.2026, 11:00-14:00 Uhr
Gebühr: 38,00 Euro
Leitung: Lennart Wähnke
Ort: Bildungswerk Friesoythe e.V., Kirchstr. 9
Kurs: 5H00



Bösel – Töpfern Schritt für Schritt – lerne, wie Formen aus Ton entstehen

Entdecke die Welt des Töpfern – von den Grundlagen bis zum eigenen Werkstück!

Im Kurs lernst du, wie du Ton richtig vorbereitest, formst und bearbeitest. Du erfährst, welche Werkzeuge du brauchst und welche Techniken beim Modellieren helfen. Schritt für Schritt entsteht dein eigenes Stück – individuell gestaltet und fachgerecht hergestellt.

Zu den Gebühren fallen Materialkosten in Höhe von 10,00 Euro an.

- Dauer:** 4 x, 18:00-21:00 Uhr
Gebühr: 64,00 Euro
Leitung: Sonja Wachtendorf
Ort: Sonja's Töpferstübchen, Korsorsstr. 46, Bösel
Beginn: Donnerstag, 05.03.2026
Kurs: 5I00
Beginn: Donnerstag, 02.04.2026
Kurs: 5I01
Beginn: Donnerstag, 04.06.2026
Kurs: 5I02
Beginn: Donnerstag, 01.10.2026
Kurs: 5I03
Beginn: Donnerstag, 05.11.2026
Kurs: 5I04

Bösel – Stricken für Anfänger:innen

Lerne Stricken von Anfang an oder frische dein Wissen auf!

Im Kurs zeigen wir dir Schritt für Schritt, wie du Maschen bildest, Muster strickst und einfache Projekte umsetzt. Du erfährst, welche Wolle und Nadeln sich für verschiedene Arbeiten eignen und wie du ein kleines Strickstück sauber fertigstellst.

Du kannst mit einem neuen Projekt starten oder ein begonnenes Werk mit fachlicher Anleitung vollenden.

Wolle und Nadeln können im Kurs erworben oder von zu Hause mitgebracht werden.

- Beginn:** Montag, 02.02.2026
Dauer: 3 x, 19:00-21:00 Uhr
Gebühr: 28,00 Euro
Leitung: Heike Siemer
Ort: Begegnungszentrum Bösel, Am Kirchplatz 28
Kurs: 5K00

**Anmeldung für alle
Kurse in Bösel bei unserer
Außenstellenleitung:**

Monika Pille

Tel.: 04494 1094



Bösel – Nähen für Anfänger:innen

Lerne Nähen von Grund auf!

Im Kurs zeigen wir dir, wie du Stoffe richtig zuschneidest, die Nähmaschine sicher nutzt und verschiedene Stiche anwendest. Du erfährst, wie du eigene Projekte planst und fachgerecht verarbeitest.

So entstehen Schritt für Schritt saubere und gut genähte Arbeiten - mit klaren Techniken und verständlichen Erklärungen.

Mitzubringen: Nähmaschine, Schere und eigene Stoffe.

Dauer: 6 x, 19:30-21:45 Uhr

Gebühr: 63,00 Euro

Leitung: Renate Rohen

Ort: Begegnungszentrum Bösel, Am Kirchplatz 28

Beginn: Mittwoch, 11.02.2026

Kurs: 5K01

Beginn: Mittwoch, 28.10.2026

Kurs: 5K02

Socken selbst gestrickt

Lerne, wie du eigene Socken strickst – von der Ferse bis zur Spitze!

Im Kurs zeigen wir dir die wichtigsten Schritte für handgestrickte Socken. Du erfährst, wie du Maschen richtig setzt, verschiedene Sockenteile arbeitest und dein Muster anpasst. Strick-Grundkenntnisse sind erforderlich, um an diesem Kurs teilzunehmen.

Wolle und Nadeln können im Kurs erworben oder von zu Hause mitgebracht werden.

Beginn: Montag, 23.02.2026

Dauer: 3 x, 19:00-21:00 Uhr

Gebühr: 28,00 Euro

Leitung: Heike Siemer

Ort: Bildungswerk Friesoythe e.V., Kirchstr. 9

Kurs: 5K03

Bösel – Nähen macht Spaß – für Kinder und Jugendliche ab 8 Jahren

Lerne Nähen von Grund auf!

Im Kurs zeigen wir dir, wie du Stoffe richtig zuschneidest, die Nähmaschine sicher nutzt und verschiedene Stiche anwendest. Du erfährst, wie du eigene Projekte planst und fachgerecht verarbeitest.

So entstehen Schritt für Schritt saubere und gut genähte Arbeiten - mit klaren Techniken und verständlichen Erklärungen.

Mitzubringen: Nähmaschine, Schere und eigene Stoffe.

Gebühr: 45,50 Euro

Dauer: 4 x, 09:30-12:00 Uhr

Leitung: Renate Rohen

Ort: Begegnungszentrum Bösel, Am Kirchplatz 28

Termine: Mo., 23.03., Die., 24.03., Mi., 25.03. und Do., 26.03.2026

Kurs: 5K04

Termine: Mo., 12.10., Die., 13.10., Mi., 14.10. und Do., 15.10.2026

Kurs: 5K05





Nähkurs für Anfänger:innen und Fortgeschrittene

Lerne Nähen von Grund auf oder vertiefe dein Wissen!

Im Kurs zeigen wir dir, wie du Stoffe richtig zuschneidest, die Nähmaschine sicher nutzt und verschiedene Stiche anwendest. Du erfährst, wie du eigene Projekte planst und fachgerecht verarbeitest – ob du ein neues Projekt beginnen oder ein angefangenes Werk fertigstellen möchtest.

So entstehen Schritt für Schritt saubere und gut genähte Arbeiten – mit klaren Techniken und verständlichen Erklärungen.

Mitzubringen: Nähmaschine, Schere, Stecknadeln, Nähgarn, Maßband, Stoffe und Schnittmuster (falls vorhanden).

Dauer: 8 x, 19:30-21:45 Uhr

Gebühr: 84,00 Euro

Leitung: Theresia Kleemann

Ort: Bildungswerk Friesoythe e.V., Kirchstr. 9

Beginn: Mittwoch, 08.04.2026

Kurs: 5K06

Beginn: Mittwoch, 19.08.2026

Kurs: 5K07

Beginn: Mittwoch, 28.10.2026

Kurs: 5K08

Stricken – alles rund um Babykleidung

Stricke liebevolle Babykleidung selbst – und lerne dabei die wichtigsten Grundlagen!

Im Kurs zeigen wir dir, wie du Maschen bildest, Muster anwendest und einfache Babyteile wie Mützen, Söckchen oder kleine

Oberteile strickst. Du erfährst, wie du Größen anpasst, welche Wolle für Babys geeignet ist und wie du ein Projekt Schritt für Schritt planst.

Der Kurs eignet sich für alle, die erste Babykleidung selbst herstellen möchten – egal ob du für dein eigenes Baby, Enkelkind oder ein besonderes Geschenk strickst.

Wolle und Nadeln können im Kurs erworben oder von zu Hause mitgebracht werden.

Beginn: Freitag, 30.10.2026

Dauer: 2 x, 14:00-17:00 Uhr

Gebühr: 28,00 Euro

Leitung: Heike Siemer

Ort: Bildungswerk Friesoythe e.V., Kirchstr. 9

Kurs: 5K09

Häkeln für Anfänger:innen

Starte mit uns in die Welt des Häkelns!

Wir zeigen dir, wie du grundlegende Maschen häkelst, einfache Muster anwendest und kleine Projekte umsetzt. Du erfährst, welche Garne und Häkelnadeln sich eignen und wie du ein Stück sauber fertigstellst. Es ist möglich, ein neues Projekt zu beginnen oder ein angefangenes Werk fachlich begleitet zu beenden.

Wolle und Nadeln können im Kurs erworben oder von zu Hause mitgebracht werden.

Beginn: Donnerstag, 12.11.2026

Dauer: 3 x, 19:00-21:00 Uhr

Gebühr: 28,00 Euro

Leitung: Heike Siemer

Ort: Bildungswerk Friesoythe e.V., Kirchstr. 9

Kurs: 5K10





GESUNDHEIT, BEWEGUNG, ERNÄHRUNG



Funktionelles Training – Grundlagen und Anwendung in der Bewegungs- und Gesundheitspraxis

Dieser Kurs vermittelt die theoretischen und praktischen Grundlagen des funktionellen Trainings. Du lernst, Bewegungsabläufe zu analysieren und gezielte Trainingsprogramme zur Förderung von Kraft, Stabilität, Mobilität und Koordination zu entwickeln.

Ein Einstieg ist jederzeit möglich.

Weitere Informationen und Anmeldungen bei Andrej Benner, Tel.: 0157 54149683, Mail: bremove@gmx.de

Beginn: Montag, 12.01.2026, 18:30 Uhr
Leitung: Dozententeam
Ort: BE MOVE, Elbestr. 4
Kurs: 6001

Bösel – Gesunder Darm, gesunder Mensch – Alarm im Darm

Bis zu 30 % der Erwachsenen leiden unter funktionellen Magen-Darm-Beschwerden, dabei ist eine gesunde Darmflora entscheidend für das allgemeine Wohlbefinden. Quälender Durchfall, Verstopfung und ständiges Rumoren, in den meisten Fällen werden bei Darmproblemen die Auslöser nicht erkannt, und dem verzweifelten Patienten wird attestiert: Organisch alles ok! In diesem Vortrag geht es u. a. um die Fragen: Woher kommen meine Beschwerden? Alles zu Fettverdau-

ungsstörungen, Nahrungsmittelunverträglichkeiten, Bakterien und Darmpilzen.

Helfen Bakterienkulturen oder Enzyme bei der Vorbeugung? Wie bringe ich meinen Darm nach einer Antibiotika-Einnahme wieder in Balance?

Anmeldung: Monika Pille, Tel.: 04494 1094

Beginn: Mittwoch, 11.02.2026, 19:30 Uhr
Gebühr: 10,00 Euro
Leitung: Maria Jansen
Ort: Begegnungszentrum Bösel, Am Kirchplatz 28
Kurs: 6002

Anmeldung für alle Kurse in Bösel bei unserer Außenstellenleitung:

Monika Pille

Tel.: 04494 1094



Gemeinsam stark: Wege zu einem besseren Umgang mit Diabetes

Haben Sie sich auch schon mal gefragt, wie Sie die Herausforderungen von Diabetes, insbesondere bei der Ernährung und hohem Blutzucker, besser meistern können? Dieser Themenabend richtet sich an alle Diabetiker und deren Angehörige, die sich in einer offenen und unterstützenden Atmosphäre austauschen möchten. Lernen Sie Gleichgesinnte kennen, teilen Sie Ihre Erfahrungen und entdecken Sie gemeinsam Lösungen, um den Alltag mit Diabetes zu erleichtern. Ziel des Abends ist es, die Grundlagen für Selbsthilfegruppen zu legen, in denen Sie sich gegenseitig unterstützen und motivieren können.

Kommen Sie vorbei, um wertvolle Tipps zu erhalten, die Krankheit besser zu verstehen und eine Gemeinschaft zu finden, die Ihnen hilft, besser mit Ihrer Erkrankung umzugehen!

Beginn: Donnerstag, 12.02.2026, 19:00 Uhr
Gebühr: 10,00 Euro
Leitung: Annemarie Horstmann
Ort: Bildungswerk Friesoythe e.V., Kirchstr. 9
Kurs: 6003



Fasten – Wenn weniger mehr ist

Am 12.03.2026, 18:30 bis 19:30 Uhr findet die Einführungsveranstaltung statt und ist Bestandteil des Kurses.

Die Fastenwoche dauert vom 11.04.2026 - 17.04.2026, tgl. von 18:00 bis 20:00 Uhr, Samstag, 18.04.2026 von 9:30 Uhr bis 10:30 Uhr ist gemeinsames Fastenbrechen.

Sie wollen neue Energie tanken, Ihren Körper und Geist beleben, um mit frischem Schwung wieder durchstarten zu können?

Fasten ist ein effektiver Weg, gesund und fit zu bleiben (oder wieder zu werden), das Wohlbefinden zu steigern, Krankheiten vorzubeugen und – so ganz nebenbei – überflüssige Pfunde loszuwerden.

Zeit für sich selbst haben, Altes hinter sich lassen, neue Wege beschreiten – Sie werden staunen, wie wunderbar es sich anfühlt und wie leicht man die Zeit des Verzichts erleben wird.

Wir machen ein klassisches Heilfasten nach Dr. Otto Buchinger – die wohl bekannteste und beliebteste Fastenart – mit Säften, Tee, Wasser und ggf. Gemüsebrühe. Diese Art des Fastens lässt sich wunderbar in den (Arbeits-)Alltag integrieren.

Bewegung und Entspannung im Einklang verstärken den wunderbaren Effekt des Fastens. Deshalb spielen diese Faktoren während unserer gemeinsamen Fastenzeit eine wichtige Rolle und sind fester Bestandteil des Programms.

Bitte beachten Sie, dass zu den Kurstagen noch zwei Entlastungs- und zwei Aufbau tage, die Sie in Eigenregie durchführen, eingeplant werden sollten.

Jeder Weg beginnt mit dem ersten Schritt – lassen Sie uns ein Stück des Weges gemeinsam gehen. Ich freue mich auf Sie!

Alle wichtigen Informationen zur Fastenwoche erhalten Sie am Informationstermin (hier brauchen Sie außer Stift und Papier nichts mitzubringen), dieser zählt als erster Kurstag.

Bitte mitbringen: Decke, Kissen, evtl. Matte, dicke Socken, Teebecher, evtl. Wärmflasche

Beginn: Donnerstag, 12.03.2026, 18:30 Uhr
Dauer: 8 x, 18:00-20:00 Uhr
Gebühr: 115,50 Euro
Leitung: Felicitas Rother
Ort: Bildungswerk Friesoythe e.V., Kirchstr. 9
Kurs: 6004

Felicitas Rother

Ernährungscoach (IHK),
Heilpflanzen- und Vitalstoff-
beraterin, Entspannungs-
und Bewegungscoach



Die Kraft des Atmens – Entspannung und Gesundheit durch bewusste Atmung

Lernen Sie die transformative Wirkung Ihrer Atmung kennen!

Dieser Abendvortrag bietet Einblicke in einfache Atemtechniken, die Stress reduzieren, die Konzentration fördern und die Genesung unterstützen können. Entdecken Sie, wie Sie durch gezielte Übungen Ihre Lebensqualität steigern und Beschwerden wie Long-COVID, Asthma oder Allergien lindern können.

Beginn: Donnerstag, 12.03.2026, 19:00 Uhr
Gebühr: 10,00 Euro
Leitung: Anne Nording
Ort: Bildungswerk Friesoythe e.V., Kirchstr. 9
Kurs: 6005



Natürliche Lösungen bei Allergien, Haut- und Darmproblemen

Verstehe die wahren Ursachen und bring dein Immunsystem wieder ins Gleichgewicht

Juckende Augen, Niesen, laufende Nase oder gereizte Haut und das jedes Jahr aufs Neue?

In diesem Webinar erfährst du, warum Allergien wie Heuschnupfen, Tierhaar- oder Hausstauballergie nicht das eigentliche Problem, sondern ein Signal deines Immunsystems sind.

Ich zeige dir, wie Darm, Entgiftung und Haut zusammenhängen und wie du mit natürlichen Methoden dein Immunsystem wieder ins Gleichgewicht bringst.

Lerne, welche Ernährung, Mikronährstoffe und Entgiftungswege wirklich helfen, um langfristig ruhiger zu atmen, klarere Haut zu bekommen und dich wieder frei zu fühlen.

Für alle, die ihre Allergien endlich an der Ursache verstehen und ohne Medikamente nachhaltig lindern wollen.

Beginn: Dienstag, 24.03.2026, 19:00 Uhr

Gebühr: 15,00 Euro

Leitung: Tom Sprengnether

Ort: Online via Zoom

Kurs: 6006

Outdoortraining mit Schwunghanteln

Walking mit Schwunghanteln (auch Reaktoren oder reaktive Hanteln genannt) ist ein effektives Ganzkörpertraining, das die Ausdauer steigert, Muskeln stärkt und den Kalorienverbrauch erhöht. Zusätzlich ist man draußen und bewegt sich an der frischen Luft. Durch die innere Schwungmasse der Hanteln entsteht beim Gehen ein reaktiver Impuls, der tieferliegende Muskeln fordert und gleichzeitig die Gelenke schont. Diese Sportart ist für alle Altersgruppen und jedes Trainingslevel geeignet, da man die Intensität der Übungen gut variieren kann und es leicht erlernbar ist. Die Schwunggeräte für den Kurs werden gestellt.

Die Leihgebühr für die Schwunghantel in Höhe von 1,50 €/Std. entrichten Sie bitte vor Ort direkt bei der Dozentin.

Treffpunkt: Parkplatz an der Burgwiese in Friesoythe.

Bitte bequeme, ggfls. wetterfeste Kleidung und Laufschuhe tragen.

Leitung: Maria Jansen

Beginn: Donnerstag, 09.04.2026

Dauer: 4 x, 18:00-19:00 Uhr

Gebühr: 37,50 Euro

Kurs: 6007

Beginn: Mittwoch, 09.09.2026

Dauer: 4 x, 16:30-17:30 Uhr

Gebühr: 37,50 Euro

Kurs: 6008



Maria Jansen

Reaktiv-Trainerin und Ernährungscoach



Ausgewogene Ernährung – Gesund leben im Alltag

Möchten Sie Ihre Ernährung ausgewogen gestalten, haben aber Schwierigkeiten, dies im hektischen Alltag umzusetzen? Dieser Themenabend richtet sich an alle, die sich gesund ernähren möchten - sei es für Berufstätige im Alltagsstress oder Familien mit Kindern.

Gemeinsam erkunden wir die Grundlagen einer ausgewogenen Ernährung und geben praktische Tipps, wie Sie gesunde Mahlzeiten schnell und einfach in Ihren Alltag integrieren können. Wir lernen etwas über die Bedeutung von Nährstoffen, saisonalen Lebensmitteln und wie man gesunde Entscheidungen beim Einkaufen und Kochen trifft.

Nutzen Sie die Gelegenheit, um Fragen zu stellen, Erfahrungen auszutauschen und neue Ideen zu sammeln, die Ihnen helfen, Ihr Ernährungsziel zu erreichen. Seien Sie dabei und entdecken Sie, wie einfach es sein kann, gesund und ausgewogen zu leben!

Leitung:	Annemarie Horstmann
Ort:	Bildungswerk Friesoythe e.V., Kirchstr. 9
Beginn:	Mittwoch, 15.04.2026, 19:00 Uhr
Gebühr:	10,00 Euro
Kurs:	6009
Beginn:	Dienstag, 10.11.2026, 19:00 Uhr
Gebühr:	10,00 Euro
Kurs:	6010

Faszientraining – Theorie und Praxis

Faszien sind ein wichtiger Bestandteil unseres Körpers: Sie umhüllen Muskeln, Organe und Gelenke, geben Halt und sorgen für Elastizität und Beweglichkeit. Faszien bilden ein Netzwerk, welches den gesamten Körper durchzieht und somit die Wichtigkeit der ganzheitlichen Betrachtung des Körpers unterstreicht. Neue wissenschaftliche Erkenntnisse zeigen, dass gesunde Faszien entscheidend für ein schmerzfreies, dynamisches Körpergefühl sind – während verklebte oder verhärtete Faszien zu Verspannungen, Bewegungseinschränkungen und Schmerzen führen können.

In diesem Kurs erhalten Sie zunächst eine theoretische Einführung in die Welt der Faszien:

- Was sind Faszien genau?
- Welche Aufgaben erfüllen sie?
- Wie beeinflussen sie Wohlbefinden, Beweglichkeit und Schmerzempfinden?
- Wie können Faszien durch gezieltes Training gesund gehalten werden?

Im praktischen Teil lernen Sie verschiedene Anregungen und Übungen kennen, um Ihre Faszien flexibel und belastbar zu halten. Dabei arbeiten wir mit Hilfsmitteln wie Faszienrollen, Faszienbällen oder elastischen Bändern. Sie erfahren, wie und weshalb diese Materialien helfen könnten, die Gewebestrukturen gezielt zu stimulieren und Verklebungen zu lösen.

Egal ob für Sport, Alltag oder als Prävention – ein regelmäßiges Faszientraining verbessert Ihre Beweglichkeit, beugt Schmerzen vor und fördert das allgemeine Wohlbefinden.

Bitte mitbringen: Bequeme Kleidung, Handtuch, Getränk. Falls vorhanden, gerne eine eigene Faszienrolle und/oder Faszienbälle.

Leitung:	Andrej Benner
Ort:	Bildungswerk Friesoythe e.V., Kirchstr. 9
Beginn:	Mittwoch, 22.04.2026
Dauer:	18:00-20:15 Uhr
Gebühr:	10,00 Euro
Kurs:	6011
Beginn:	Mittwoch, 04.11.2026
Dauer:	18:00-20:15 Uhr
Gebühr:	10,00 Euro
Kurs:	6012

TaijiQigong in 28 Schritten – Tagesseminar

Die traditionell-chinesische Bewegungsmethode Qigong hat Aspekte von Tanz, Meditation, Kampfsport und Gesundheitsgymnastik. Sie erlernen Grundlagen dieser Bewegungsform und erreichen neben der Stärkung von Muskulatur und Gelenkigkeit durch das Üben von Qigong eine Förderung des Gleichgewichtssinns und der inneren Gelassenheit. Die hier vorgestellte Übungsform „TaijiQigong in 28 Schritten“ wurde von Professor LiDing entwickelt und eignet sich für eine regelmäßige häusliche Übungspraxis.

Mitzubringen: bequeme Kleidung, warme Socken, Getränk, Verpflegung

Beginn: Samstag, 25.04.2026
Dauer: 10:00-17:00 Uhr
Gebühr: 54,00 Euro
Leitung: Gerd Schnesche
Ort: Bildungswerk Friesoythe e.V., Kirchstr. 9
Kurs: 6013

Nordic Walking – Fitness für Jedermann

Nordic-Walking ist der ideale Ausdauersport, aus gesundheitlicher Sicht ist es eine der besten Sportarten. Zwei spezielle Wanderstöcke unterstützen den Rhythmus der Schritte beim schnellen Gehen. Beim Nordic-Walking werden 85% der gesamten Muskulatur des Körpers aktiviert und trainiert. Hiervon profitieren gerade die bei den meisten Menschen abgeschwächten oder verkürzten Muskelgruppen wie Rücken-, Schulter-, Nacken-, Hals- und Brustmuskulatur. Zusätzlich bringt es gute Laune und verbessert die Sauerstoffaufnahme des gesamten Körpers. Nordic Walking ist ein schonendes und gleichzeitig effektives Ganzkörpertraining, welches sich für Interessierte mit und ohne Vorkenntnisse gleichermaßen eignet. Falls jemand bei der Auswahl der Stöcke Hilfe benötigt, steht die Dozentin zur Beratung gerne zur Verfügung. Einige Stöcke zur Probe sind verfügbar.

Mitzubringen: bequeme, wettergeeignete Kleidung und entsprechendes Schuhwerk tragen und ggfls. ein Getränk

Beginn: Mittwoch, 27.05.2026
Dauer: 6 x, 18:30-19:45 Uhr
Gebühr: 60,00 Euro



Leitung: Felicitas Rother
Ort: Bildungswerk Friesoythe e.V., Kirchstr. 9
Kurs: 6014

Bösel – Nordic Walking Fitness für Jedermann

Beginn: Montag, 01.06.2026
Dauer: 6 x, 18:30-19:30 Uhr
Gebühr: 60,00 Euro
Leitung: Felicitas Rother
Ort: Begegnungszentrum Bösel, Am Kirchplatz 28
Kurs: 6015

Bösel – Progressive Muskelentspannung – Neu Denken, locker werden, locker bleiben

Viele Faktoren setzen uns unter massiven Stress, dies hat fatale Auswirkungen auf unseren gesamten Organismus. Schlechter Schlaf, Herz-Kreislauf- und entzündliche Erkrankungen, aber auch Übergewicht und Stoffwechselproblemen können die Folge sein und unser Wohlbefinden massiv einschränken.

Progressive-Muskel-Entspannung (PMR) nach Jacobsen eignet sich hervorragend aktiv für Entspannung zu sorgen. Die PMR ist eine wissenschaftlich fundierte und leicht zu erlernende Entspannungstechnik, die bereits in den 1920er-Jahren von dem Arzt Edmund Jacobson entwickelt wurde. Die Übungen helfen Ihnen, Ihren Körper und die Reaktion bewusster wahr-

zunehmen und verspannte Muskulatur zu lockern. Am Ende des Kurses wird es Ihnen möglich sein, die Übungen in Ihren Alltag zu integrieren, um so dauerhaft davon zu profitieren.

Bitte mitbringen: Yogamatte oder ähnliches, bequeme Kleidung, dicke Socken, Decke, Kissen, evtl. Wärmflasche

Beginn: Montag, 01.06.2026
Dauer: 6 x, 20:00-21:00 Uhr
Gebühr: 60,00 Euro
Leitung: Felicitas Rother
Ort: Begegnungszentrum Bösel, Am Kirchplatz 28
Kurs: 6016

Die Kurse in Bösel
 können bei Monika Pille,
 Tel.: 04494 1094 oder
 online gebucht werden



Entspannter Kiefer – entspannter Körper!

Gehören Sie auch zu den Menschen, die morgens gerädert, mit schmerzender Kaumuskulatur aufwachen? Haben Sie das Gefühl, sich buchstäblich durchs Leben zu beißen? Leiden Sie unter schmerzhaften Blockaden des Kiefergelenks und Verspannungen der Schulter-Nacken-Muskulatur?

Mögliche Auslöser hierfür können emotionaler Stress, ein (Auto-)Unfall oder ein Schlag auf den Kopf sowie zahnärztliche Behandlungen sein.

Kiefergelenkblockaden oder eine verspannte Kaumuskulatur sind oft die Ursache für chronische Kopfschmerzen, Nackenverspannungen, Rückenschmerzen und vielerlei unklare Beschwerden, da das Kiefergelenk für den gesamten Körper von zentraler Bedeutung ist.

Dies ist ein Seminar für alle, die ihren Kiefer in Balance bringen sowie den gesamten Körper entspannen möchten. Lernen Sie wirkungsvolle, sanfte Methoden, die Ihnen auch dabei helfen, lange festgehaltene, unbewusste Emotionen zu lösen.

Mitzubringen: bequeme Kleidung, warme Socken, ISO-Matte, Knierolle, Decke, kleines Kissen, 2l Trinkwasser, Schreibzeug, leichten Mittagsimbiss

Beginn: Samstag, 06.06.2026
Dauer: 10:00-18:00 Uhr
Gebühr: 65,00 Euro
Leitung: Nadine Schönherr
Ort: Bildungswerk Friesoythe e.V., Kirchstr. 9
Kurs: 6017

Fasten als Weg zur Selbstheilung: neue Vitalität durch Entgiftung und Darmsanierung

Fühlst du dich oft müde, aufgebläht oder energielos? Dann ist es an der Zeit, deinem Körper eine echte Auszeit zu gönnen.

In diesem Webinar erfährst du, wie du durch Wasserfasten und Saftkuren deinen Körper auf natürliche Weise entlastest, Giftstoffe ausleitest und deine Darmgesundheit verbesserst.

Du lernst, wie du das Fasten richtig vorbereitest, was in deinem Körper passiert und wie du danach langfristig neue Energie und Leichtigkeit gewinnst.

Ideal für alle, die auf natürliche Weise ihre Selbstheilung aktivieren und sich wieder rundum wohlfühlen wollen.

Beginn: Dienstag, 18.08.2026
Dauer: 19:00-21:15 Uhr
Gebühr: 15,00 Euro
Leitung: Tom Sprengnether
Ort: Online via Zoom
Kurs: 6018



Sanftes Training im Sitzen – Stuhlgymnastik

In diesem Kurs trainieren Sie Ihren gesamten Körper – bequem und sicher im Sitzen. Durch gezielte Bewegungs- und Kräftigungsübungen verbessern Sie Ihre Beweglichkeit, fördern die Durchblutung und stärken Muskulatur, Koordination und Gleichgewicht und genießen gleichzeitig die Freude an gemeinsamer Bewegung. Die Stuhlgymnastik eignet sich besonders für Menschen, die ihre Fitness erhalten oder steigern möchten, aber auf gelenkschonende Weise trainieren wollen. Alle Übungen werden individuell angepasst, sind leicht nachvollziehbar und daher für alle Altersgruppen geeignet.

Mitzubringen: Sportschuhe u. -kleidung, Handtuch, Getränk.

Beginn: Freitag, 21.08.2026
Dauer: 7 x, 10:30-11:30 Uhr
Gebühr: 54,00 Euro
Leitung: Janine Schmidt
Ort: Bildungswerk Friesoythe e.V., Kirchstr. 9
Kurs: 6019

Bösel – Rundum Fit – Ganzkörpertraining

Dieses Angebot richtet sich an alle, die ohne besondere Vorkenntnisse etwas für die Fitness und das allgemeine Wohlbefinden tun wollen. Es erwartet die Teilnehmenden ein vielseitiges und ausgewogenes Ganzkörpertraining, in dem u. a. mit Elementen aus Pilates die Muskulatur gekräftigt und Bänder und Sehnen gedehnt werden. Zudem wird die Beweglichkeit und Spannkraft des Körpers verbessert. Mit einem regelmäßigen Training lässt sich die gesamte Muskulatur stärken, es

sorgt damit für eine gute Körperhaltung und beugt Schmerzen vor.

Mitzubringen: ISO-Matte, Sportschuhe und -kleidung, Handtuch, Getränk.

Beginn: Donnerstag, 27.08.2026
Dauer: 7 x, 19:00-20:00 Uhr
Gebühr: 54,00 Euro
Leitung: Janine Schmidt
Ort: Begegnungszentrum Bösel, Am Kirchplatz 28
Kurs: 6020

Meditative Kreistänze im Findhorn-Stil

Meditative Tänze verbinden Bewegung, Spiritualität und Gemeinschaft auf eine sehr harmonische Weise. Sie sind Ausdruck von Verbundenheit mit sich selbst, der Gruppe und der Natur, innerer Ruhe und Zentrierung und Einheit von Körper, Geist und Seele. Wie bei jeder Tanzform ist das Grundmotiv die Freude an der gemeinsamen Bewegung. Bei diesem Stil liegt der Schwerpunkt auf dem inneren Erleben und dem Bewusstsein der Einheit.

Diese Tänze sind meist einfach aufgebaut, werden im Kreis getanzt und sind auch für ältere oder eingeschränkt mobile Menschen leicht zu erlernen und auszuführen.

Mitzubringen: bequeme Kleidung, Verpflegung (Stehkaffee und Kekse sind inklusive)

Beginn: Samstag, 19.09.2026
Dauer: 10:00-17:00 Uhr
Gebühr: 56,00 Euro
Leitung: Gerd Schnesche
Ort: Bildungswerk Friesoythe e.V., Kirchstr. 9
Kurs: 6021



*Um klar zu sehen,
 genügt oft der Wechsel der Blickrichtung*
 (Antoine de Saint-Exupéry)



Progressive Muskelentspannung – Locker werden, locker bleiben

Stress, innere Unruhe oder Verspannungen? Gönn dir eine Auszeit! In diesem PMR-Kurs lernst du eine wissenschaftlich anerkannte Methode kennen, mit der du gezielt körperliche Anspannung löst und Schritt für Schritt zu mehr Gelassenheit und Wohlbefinden in deinem Alltag finden kannst.

Was dich erwartet:

- einfache, gut nachvollziehbare Übungen
- sanfte Praxisübungen, die auch für Anfänger geeignet sind
- eine ruhige, unterstützende Gruppe
- Tipps, wie du PMR konsequent in deinen Alltag integrieren kannst

Bitte mitbringen: Yogamatte oder ähnliches, bequeme Kleidung, dicke Socken, Decke, Kissen, evtl. Wärmflasche

Beginn: Mittwoch, 30.09.2026

Dauer: 6 x, 18:30-19:45 Uhr

Gebühr: 75,00 Euro

Leitung: Felicitas Rother

Ort: Kindergarten Don Bosco, Meeschenstraße

Kurs: 6022

Fit und Aktiv – Muskelaufbau ohne Geräte

Du willst fit bleiben oder werden, Muskeln aufbauen und deine Körperwahrnehmung verbessern – ganz ohne Geräte? Dann ist dieser Kurs genau richtig für dich! Gemeinsam arbeiten wir mit dem eigenen Körpergewicht, spielerischen Übungen und kurzen, intensiven Trainingseinheiten, die Spaß machen und effektiv sind.

Was dich erwartet:

- Gezieltes Muskeltraining mit dem eigenen Körpergewicht
- Förderung der Koordination, Stabilität und Beweglichkeit
- Verbesserte Körperwahrnehmung, Haltung und Core-Stabilität
- Steigerung von Kraft, Ausdauer und Wohlbefinden
- Motivation durch gemeinsames Trainieren in einer kleinen Gruppe
- Kurze, abwechslungsreiche Einheiten, die sich gut in den Alltag integrieren lassen

Der Kurs richtet sich an alle Altersgruppen und Fitnesslevel, die Freude an Bewegung haben.

Bitte mitbringen: Gymnastikmatte, Handtuch, Getränk, ggfls. rutschfeste Socken

Beginn: Donnerstag, 01.10.2026

Dauer: 8 x, 19:00-20:00 Uhr

Gebühr: 65,00 Euro

Leitung: Felicitas Rother

Ort: Bildungswerk Friesoythe e.V., Kirchstr. 9

Kurs: 6023



Resilienz – Schlüssel zu mehr innerer Kraft

Wünschen Sie sich auch manchmal, mehr Widerstandskräfte gegen die Unwägbarkeiten des Lebens zu besitzen und in den vielfältigen Herausforderungen des Alltags besser bestehen zu können? Die so genannte Resilienz oder emotionale Widerstandskraft ist uns nicht in die Wiege gelegt, sondern kann individuell erlernt werden. Auch im Erwachsenenalter können wir mehr emotionale Stärke entwickeln.

In diesem Seminar wollen wir gemeinsam erarbeiten, wie der Weg zu mehr Resilienz auch in Zeiten steigender Anforderung und Belastungen gelingen kann.

Bitte mitbringen: Bequeme Kleidung, warme Socken, Schreibzeug, Matte, Decke, kleines Kissen, Trinkwasser, Mittagsimbiss

Beginn: Samstag, 07.11.2026
Dauer: 10:00-16:30 Uhr
Gebühr: 65,00 Euro
Leitung: Nadine Schönherr
Ort: Bildungswerk Friesoythe e.V., Kirchstr. 9
Kurs: 6024



Nadine Schönherr

Heilpraktikerin



*Guter Rat ist wie Schnee,
je leiser er fällt, desto länger bleibt er liegen*

(Sprichwort aus Finnland)

Eiweißreiche Ernährung – Vitalität und Fitness durch Hülsenfrüchte und Alternativen

Möchten Sie Ihre Ernährung eiweißreich gestalten und gleichzeitig Ihre Vitalität und Fitness steigern? Dieser Themenabend richtet sich an alle, die ihre Gesundheit durch eine eiweißhaltige Ernährung unterstützen möchten.

In diesem Seminar wird die Bedeutung von Eiweiß, insbesondere durch Hülsenfrüchte, erkundet. Praktische Tipps zeigen, wie eiweißreiche Mahlzeiten schnell und einfach in den Alltag integriert werden können. Es werden verschiedene Hülsenfrüchte, deren Nährstoffprofile sowie die positiven Auswirkungen auf die Gesundheit besprochen, einschließlich möglicher Herausforderungen wie Verträglichkeit und Blähungen.

Außerdem wird erklärt, was biologische Wertigkeit bedeutet und wie die Kombination von tierischen und pflanzlichen Eiweißquellen die Nährstoffaufnahme optimieren kann. Ein Überblick über Eiweißpulver und deren sinnvolle Anwendung als Ergänzung in der Ernährung rundet das Thema ab.

Nutzen Sie die Gelegenheit, Fragen zu stellen und neue Ideen zu sammeln, um ihre eiweißhaltige Ernährung zu bereichern.

In Zusammenarbeit
mit dem Kneipp Verein
Friesoythe e.V.



Beginn: Donnerstag, 26.11.2026, 18:00 Uhr
Gebühr: 10,00 Euro
Leitung: Annemarie Horstmann
Ort: Bildungswerk Friesoythe e.V., Kirchstr. 9
Kurs: 6025

Dein Einstieg in eine besondere Sportart – Pole Dance

In unserem Beginner-Kurs erlernst du die Grundlagen des Pole Dance: erste Spins, einfache Tricks, saubere Technik und fließende Bewegungsabläufe.

Du brauchst keine Vorkenntnisse - nur Neugier, Spaß an Bewegung und die Lust, etwas Neues auszuprobieren!

Pole Dance stärkt deinen gesamten Körper, verbessert deine Haltung und lässt dich mit jedem Training selbstbewusster werden.

Bitte unbedingt eine kurze Hose mitbringen und an dem Tag nicht eincremen sowie Körperschmuck ablegen.

Leitung: Dozententeam
Ort: Alte Grundschule, Hohefeld, Riege-Wolfstange 52
Beginn: Montag, 23.02.2026
Dauer: 8 x, 19:00-20:00 Uhr
Gebühr: 115,00 Euro
Kurs: 6026
Beginn: Montag, 14.09.2026
Dauer: 8 x, 19:00-20:00 Uhr
Gebühr: 115,00 Euro
Kurs: 6027

Orientalischer Tanz

In diesem Kurs lernst du elegante Bewegungen, rhythmische Akzente und isolierte Techniken, die Körperbewusstsein, Haltung und Weiblichkeit stärken.

Ganz nebenbei trainierst du deine Muskulatur, verbesserst deine Beweglichkeit und findest deinen eigenen Ausdruck im Tanz.

Mitzubringen: bequeme Kleidung

Leitung: Dozententeam
Ort: Alte Grundschule, Hohefeld, Riege-Wolfstange 52
Beginn: Mittwoch, 25.02.2026
Dauer: 8 x, 18:15-19:15 Uhr
Gebühr: 75,00 Euro
Kurs: 6028
Beginn: Mittwoch, 16.09.2026
Dauer: 8 x, 18:15-19:15 Uhr
Gebühr: 75,00 Euro
Kurs: 6029



Autogenes Training

Viele Menschen leiden unter Leistungsdruck und den verschiedenartigen Anforderungen unserer Zeit. Sie fühlen sich überlastet, entwickeln Schlafstörungen oder können sich schlecht konzentrieren. Das autogene Training kann Abhilfe schaffen. Die Teilnehmer/innen lernen systematisch, ihren Körper zu entspannen und zu einer tiefen inneren Ruhe zu gelangen. Eine gelassene Einstellung zu Alltagsproblemen und die Bewältigung von Stress, Nervosität, Kopfschmerzen, Angst usw. können durch das autogene Training erreicht werden.

Im Kurs wird die Fähigkeit zu Selbstentspannung so trainiert, dass sie jederzeit zu kurzen Erholungsphasen eingesetzt werden kann.

Leitung: Gerda Nordmann
Ort: Kindergarten Don Bosco, Meeschenstraße 71
Beginn: Dienstag, 14.04.2026
Dauer: 7 x, 19:15-20:45 Uhr
Gebühr: 84,00 Euro
Kurs: 6030
Beginn: Dienstag, 27.10.2026
Dauer: 7 x, 19:15-20:45 Uhr
Gebühr: 84,00 Euro
Kurs: 6031



Yoga

Yoga ist das Bemühen des Menschen um Harmonisierung seiner Lebensvorgänge. Die natürliche Atmung wird bewusst gemacht und geschult. Ausgewählte, kraftvolle Körperübungen zielen darauf ab, die Gelenkigkeit und Stabilität zu steigern und innere Ruhe zu erwerben. Mitzubringen: Iso-Matte, bequeme Kleidung, ggfls. Stoppersocken.

Leitung:	Gerd Schnesche
Ort:	Kulturzentrum „Alte Wassermühle“, Alte Mühlenstr. 6
Beginn:	Montag, 26.01.2026
Dauer:	14 x, 17:45-18:45 Uhr
Gebühr:	119,00 Euro
Kurs:	6E01
Beginn:	Montag, 26.01.2026
Dauer:	14 x, 19:00-20:00 Uhr
Gebühr:	119,00 Euro
Kurs:	6E02
Beginn:	Montag, 26.01.2026
Dauer:	14 x, 20:15-21:15 Uhr
Gebühr:	119,00 Euro
Kurs:	6E03

Beginn:	Montag, 31.08.2026
Dauer:	13 x, 17:45-18:45 Uhr
Gebühr:	107,00 Euro
Kurs:	6E06
Beginn:	Montag, 31.08.2026
Dauer:	13 x, 19:00-20:00 Uhr
Gebühr:	107,00 Euro
Kurs:	6E07
Beginn:	Montag, 31.08.2026
Dauer:	13 x, 20:15-21:15 Uhr
Gebühr:	107,00 Euro
Kurs:	6E08

Yoga im Dorfgemeinschaftshaus, Feldstr. 3, Neurees

Leitung:	Gerd Schnesche
Beginn:	Dienstag, 27.01.2026
Dauer:	17 x, 19:00-20:00 Uhr
Gebühr:	143,00 Euro
Kurs:	6E04
Beginn:	Dienstag, 27.01.2026
Dauer:	17 x, 20:15-21:15 Uhr
Gebühr:	143,00 Euro
Kurs:	6E05
Beginn:	Dienstag, 01.09.2026
Dauer:	13 x, 19:00-20:00 Uhr
Gebühr:	107,00 Euro
Kurs:	6E09
Beginn:	Dienstag, 01.09.2026
Dauer:	13 x, 20:15-21:15 Uhr
Gebühr:	107,00 Euro
Kurs:	6E10

Grillen für Einsteiger:innen

In diesem Kurs lernst du grundlegende Grilltechniken, verstehst die Wirkung verschiedener Hitzezonen und erfährst, wie unterschiedliche Lebensmittel wie Fleisch, Gemüse und Beilagen optimal vorbereitet und zubereitet werden.

- Gebühr:** 85,00 Euro
Leitung: Sven Schumacher
Ort: Bildungswerk Friesoythe e.V., Kirchstr. 9
Termin: Donnerstag, 19.03.2026, 17:00-21:30 Uhr
Kurs: 6O00
Termin: Freitag, 26.06.2026, 17:00-21:30 Uhr
Kurs: 6O01



Getränke
(Softgetränke, Wein,
Bier) sind in der
Gebühr enthalten.

Burgerliebe vom Grill

Hier lernst du grundlegende Burger-Grilltechniken kennen, verstehst die Wirkung verschiedener Hitzezonen und erfährst, wie unterschiedliche Burgervarianten optimal vorbereitet und zubereitet werden.

- Gebühr:** 85,00 Euro
Leitung: Sven Schumacher



- Ort:** Bildungswerk Friesoythe e.V., Kirchstr. 9
Termin: Freitag, 17.04.2026, 17:00-21:30 Uhr
Kurs: 6O02
Termin: Donnerstag, 20.08.2026, 17:00-21:30 Uhr
Kurs: 6O03

Pizza-Grillkurs – Perfekte Pizza vom Grill selbst gemacht

Erlebe im Pizza-Grillkurs, wie vielseitig Pizza vom Grill sein kann!

Hier erwirbst du fundiertes Wissen über Temperaturführungen, Hitzezonen und Grillmethoden für drei verschiedene Pizzastile – von der Vorspeisenpizza über die klassische Variante bis zur süßen Dessertpizza.

- Gebühr:** 77,00 Euro
Leitung: Sven Schumacher
Ort: Bildungswerk Friesoythe e.V., Kirchstr. 9
Termin: Donnerstag, 07.05.2026, 17:00-21:30 Uhr
Kurs: 6O04
Termin: Freitag, 11.09.2026, 17:00-21:30 Uhr
Kurs: 6O05



„Einmal alles, bitte“ – Der Probier-Grillkurs

Im Grillkurs „Einmal alles, bitte – der Probier-Grillkurs“ erwartest dich ein genussvolles Erlebnis vom Rost. Du erlangst kompetentes Wissen über verschiedene Grilltechniken, Garmethoden und Zubereitungsprinzipien kleiner Grillgerichte.

Gebühr: 91,00 Euro

Leitung: Sven Schumacher

Ort: Bildungswerk Friesoythe e.V., Kirchstr. 9

Termin: Donnerstag, 11.06.2026, 17:00-21:30 Uhr

Kurs: 6O06

Termin: Donnerstag, 22.10.2026, 17:00-21:30 Uhr

Kurs: 6O07

Steakreise für Anfänger:innen

Der Einstieg in die Steak-Welt: Du erlernst grundlegendes Fachwissen über Garstufen, Fleischvielfalt und Zubereitungstechniken. Mit deinem Genuss- und Analyseprotokoll hältst du jedes Detail systematisch fest und bewertest fachlich die Fleischsorten und Garmethoden.

Getränke (Softgetränke, Wein, Bier) sind in der Gebühr enthalten.

Gebühr: 121,00 Euro

Leitung: Sven Schumacher

Ort: Bildungswerk Friesoythe e.V., Kirchstr. 9

Termin: Samstag, 14.03.2026, 17:00-21:30 Uhr

Kurs: 6O08

Termin: Freitag, 28.08.2026, 17:00-21:30 Uhr

Kurs: 6O09

Die Kunst der „Cuts“ – Vielfalt und Geschmack entdecken

Verschiedene Rinderrassen, deren charakteristische Fleischzuschnitte („Cuts“) und Aromen im direkten Vergleich. Mithilfe deines Genussprotokolls analysierst du die Unterschiede, um die Zusammenhänge zwischen Rasse, Schnittführung und Aroma differenziert beurteilen zu können.

Gebühr: 141,00 Euro

Leitung: Sven Schumacher

Ort: Bildungswerk Friesoythe e.V., Kirchstr. 9

Termin: Samstag, 09.05.2026, 17:00-21:30 Uhr

Kurs: 6O10

Termin: Donnerstag, 24.09.2026, 17:00-21:30 Uhr

Kurs: 6O11

Beef Masterclass – Rind in Perfektion

Premium Cuts, Wagyu und Spitzenqualität – die Königsklasse für echte Steak-Liebhaber. Du vertiefst dein Fachwissen zu Premium-Rindfleischqualitäten und lernst die Merkmale hochwertiger Cuts, hinsichtlich Struktur, Marmorierung und geschmacklicher Differenzierung zu beurteilen. Mithilfe eines Genussprotokolls analysierst und dokumentierst du dein Urteil und erweiterst deine Kompetenz im Bereich Fleischkunde und Produktanalyse und erlebst bewussten Genuss auf höchstem Niveau.

Gebühr: 161,00 Euro

Leitung: Sven Schumacher

Ort: Bildungswerk Friesoythe e.V., Kirchstr. 9

Termin: Freitag, 19.06.2026, 17:00-21:30 Uhr

Kurs: 6O12

Termin: Freitag, 23.10.2026, 17:00-21:30 Uhr

Kurs: 6O13

Getränke
(Softgetränke, Wein,
Bier) sind in der
Gebühr enthalten.

Sven Schumacher

Fleischermeister und
Fleischsommelier





SPRACHEN



Deutsch – Integration

BAMF-Integrationskurse

Das Kath. Bildungswerk Friesoythe e.V. ist seit dem 25.01.2018 „Zugelassener Träger zur Durchführung von Integrationskursen nach dem Zuwanderungsgesetz“ durch das Bundesamt für Migration und Flüchtlinge. Über die Sprache erfolgt eine gute Integration und wer in Deutschland bleiben möchte, sollte Deutsch lernen.

Im Integrationskurs werden alltagsnahe Deutschkenntnisse und Grundkenntnisse über Deutschland, die Geschichte und Kultur vermittelt. Teilnehmen an einem Integrationskurs kann, wer seinen Aufenthaltstitel in Deutschland vor dem 1. Januar 2005 erhalten hat. Wer dauerhaft in Deutschland lebt und seine erste Aufenthaltserlaubnis nach dem 1. Januar 2005 erhalten hat, hat sogar gesetzlichen Anspruch auf die Teilnahme, gleiches gilt für Spätaussiedler. EU-Bürger und deutsche Staatsangehörige können die Teilnahme beantragen, wenn sie noch nicht ausreichend Deutsch sprechen.

Sprachkurse für Geflüchtete

Der Spracherwerb und die Orientierung in einer fremden Kultur ist der erste Schritt zur Teilhabe an der neuen Gesellschaft. Das Niedersächsische Ministerium für Wissenschaft und Kultur (MWK) hat ein Förderprogramm erarbeitet, um für geflüchtete Menschen Sprachkurse unterschiedlicher Niveaustufen mit 300 Unterrichtseinheiten anzubieten. Die Kurse richten

sich an geflüchtete Männer und Frauen. In vielen Kursen wird zusätzlich eine kostenlose Kinderbetreuung angeboten. Die Teilnahme am Kurs ist kostenfrei!

Erstorientierungskurse

Die Erstorientierungskurse richten sich primär an Asylbewerber:innen, die weder aus einem Land mit hoher Anerkennungsquote (gute Bleibeperspektive) noch aus einem sicheren Herkunftsland stammen. Sind darüber hinaus Plätze frei, können auch Asylbewerber:innen mit guter Bleibeperspektive einen Erstorientierungskurs besuchen, vorausgesetzt die Teilnahme an einem Integrationskurs ist (noch) nicht möglich.

Schulpflichtige Personen können nicht an den Erstorientierungskursen teilnehmen. Die Teilnahme am Kurs ist freiwillig und kostenfrei. Falls Sie Interesse an einem Erstorientierungskurs haben, melden Sie sich gerne.



Bundesamt
für Migration
und Flüchtlinge

Gefördert durch:



Bundesministerium
des Innern, für Bau
und Heimat

aufgrund eines Beschlusses
des Deutschen Bundestages

Informationen und
Beratung zu
den Prüfungen:

Birgit Walker

Tel.: 04491 9330-16

b.walker@bildungswerk-friesoythe.de





Deutsch – Integration

BAMF-Prüfstelle für DTZ und LiD

Das Kath. Bildungswerk Friesoythe e.V. ist seit 2023 zugelassene **DTZ-Prüfstelle** und **LiD-Prüfstelle** des Bundesamtes für Migration und Flüchtlinge (BAMF), zur Durchführung des Sprachtests „**Deutschtest für Zuwanderer**“ und zur Durchführung des Testes „**Leben in Deutschland**“.

Der **DTZ** besteht aus einer schriftlichen und einer mündlichen Prüfung. Die schriftliche Prüfung dauert 100 Minuten und enthält Aufgaben zum Hören und Lesen. Außerdem muss ein kurzer Brief geschrieben werden. Der mündliche Prüfungsteil dauert ca. 15 Minuten. In dieser Zeit sollen Sie sich kurz vorstellen und mit den Prüfenden und einer anderen an der Prüfung teilnehmenden Person über bestimmte Themen sprechen.

Um das „Zertifikat Integrationskurs“ zu erhalten, muss zunächst in der Sprachprüfung „Deutsch-Test für Zuwanderer“ (DTZ) das Gesamtergebnis B1 nachgewiesen werden.

Der Test „**Leben in Deutschland**“ findet im Anschluss eines Orientierungskurses an einem eigenen Termin statt. Er enthält beispielsweise Fragen zum politischen System Deutschlands, der religiösen Vielfalt und der Gleichberechtigung von Mann und Frau. Alle Testteilnehmenden bekommen einen Fragebogen mit insgesamt 33 Fragen. Auf dem Fragebogen gibt es zu jeder Frage vier mögliche Antworten. Die Teilnehmenden müssen jeweils die richtige Antwort ankreuzen. Für 33 Fragen haben die Teilnehmenden 60 Minuten Zeit. Der Test ist bestan-

den, wenn mindestens 15 von 33 Fragen richtig beantwortet wurden. Für den auch möglichen Nachweis der Kenntnisse nach § 10 Absatz 1 Satz 1 Nummer 7 des Staatsangehörigkeitsgesetzes ist nach § 1 Absatz 3 der Einbürgerungstestverordnung die richtige Beantwortung von mindestens 17 der 33 Fragen erforderlich.

Sie können sich auch extern für die Prüfungen anmelden, eine Kursteilnahme ist nicht zwingend erforderlich.

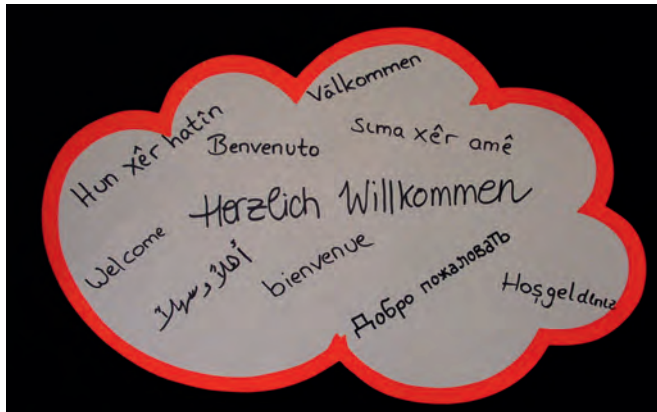
**Informationen und
Beratung zu
den Prüfungen:**

Birgit Walker

Tel.: 04491 9330-16

b.walker@bildungswerk-friesoythe.de





Informationen und Anmeldungen zu den
Politikprüfungen: Birgit Walker, Tel.: 04491 933016,
E-Mail: b.walker@bildungswerk-friesoythe.de

Politikprüfung – Test "Leben in Deutschland" (LiD)

Der Test „Leben in Deutschland“ findet im Anschluss eines Orientierungskurses an einem eigenen Termin statt. Er enthält beispielsweise Fragen zum politischen System Deutschlands, der religiösen Vielfalt und der Gleichberechtigung von Mann und Frau. Alle Testteilnehmenden bekommen einen Fragebogen mit insgesamt 33 Fragen. Auf dem Fragebogen gibt es zu jeder Frage vier mögliche Antworten. Die Teilnehmenden müssen jeweils die richtige Antwort ankreuzen. Für 33 Fragen haben die Teilnehmenden 60 Minuten Zeit. Der Test ist bestanden, wenn mindestens 15 von 33 Fragen richtig beantwortet wurden. Für den auch möglichen Nachweis der Kenntnisse nach § 10 Absatz 1 Satz 1 Nummer 7 des Staatsangehörigkeitsgesetzes ist nach § 1 Absatz 3 der Einbürgerungstestverordnung die richtige Beantwortung von mindestens 17 der 33 Fragen erforderlich.

Sie können sich auch extern für die Prüfungen anmelden, eine Kursteilnahme ist nicht zwingend erforderlich.

Eine Anmeldung ist online nicht möglich!

Gebühr: 25,00 Euro
Ort: Bildungswerk Friesoythe e.V., Kirchstr. 9
Termin: Mittwoch, 15.04.2026, 15:00-16:00 Uhr /
Anmeldefrist: 18.03.2026
Kurs: 7A00

Termin: Mittwoch, 06.05.2026, 15:00-16:00 Uhr /
Anmeldefrist: 10.04.2026

Kurs: 7A01

Termin: Freitag, 26.06.2026, 15:00-16:00 Uhr /
Anmeldefrist: 01.06.2026

Kurs: 7A02

Termin: Mittwoch, 16.09.2026 / Anmeldefrist: 24.08.2026

Kurs: 7A03

Termin: Mittwoch, 23.09.2026 / Anmeldefrist: 01.09.2026

Kurs: 7A04

Bitte beachten Sie
die Anmeldefristen zu
den Prüfungen



Englisch für Kinder

In diesem spielerischen Anfängerkurs entdecken Kinder ab 6 Jahren die englische Sprache auf kreative und kindgerechte Weise. Durch Lieder, Spiele, Bewegung und kleine Bastelaktivitäten lernen die Kinder erste englische Wörter und einfache Redewendungen kennen.

Ziel ist es, Freude am Sprachenlernen zu wecken und ein erstes Sprachgefühl zu entwickeln - ganz ohne Leistungsdruck.

Inhalte:

- Begrüßung, Farben, Zahlen, Tiere, Familie und Alltag
- Einfache Redewendungen und kurze Dialoge
- Spielerisches Hörverständnis und Ausspracheübungen
- Lieder, Reime und kleine Rollenspiele

Beginn: Samstag, 09.05.2026
Dauer: 2 x, 08:00-12:00 Uhr
Gebühr: 45,00 Euro
Leitung: Rita Constantin
Ort: Bildungswerk Friesoythe e.V., Kirchstr. 9
Kurs: 7B00



Englisch für den Urlaub

In diesem praxisorientierten Kurs lernen Sie die wichtigsten englischen Redewendungen und Vokabeln für typische Urlaubssituationen. Ob beim Einchecken im Hotel, im Restaurant, beim Einkaufen oder am Flughafen – wir bereiten Sie gezielt auf einfache Gespräche vor, damit Sie sich im Ausland sicherer und entspannter verständigen können. Der Kurs richtet sich an Anfänger mit geringen Vorkenntnissen. Mit vielen praktischen Übungen, Rollenspielen und nützlichen Tipps steht der Spaß am Sprechen im Vordergrund.

Beginn: Samstag, 23.05.2026
Dauer: 2 x, 08:00-12:00 Uhr
Gebühr: 45,00 Euro
Leitung: Rita Constantin
Ort: Bildungswerk Friesoythe e.V., Kirchstr. 9
Kurs: 7B01

Spanisch für Anfänger:innen

In diesem Spanischkurs lernen Sie die Sprache auf lebendige und praxisorientierte Weise. Jede Unterrichtsstunde ist darauf ausgerichtet, eine konkrete Alltagssituation zu meistern. Dabei erweitern Sie Schritt für Schritt Ihren Wortschatz und Ihre Sprachkompetenz.

Mit vielfältigen Aktivitäten, Spielen und Dialogen üben Sie das Sprechen von Anfang an aktiv. Gleichzeitig entdecken Sie spannende Facetten der spanischen und lateinamerikanischen Kultur.

Dauer: 8 x, 18:30-20:00 Uhr
Gebühr: 72,00 Euro
Leitung: Ximena Vanessa Goecke
Ort: Bildungswerk Friesoythe e.V., Kirchstr. 9

Zielgruppe: absolute Anfänger:innen

Beginn: Donnerstag, 05.03.2026
Kurs: 7E00

Zielgruppe: Anfänger:innen mit Grundkenntnissen

Beginn: Donnerstag, 21.05.2026
Kurs: 7E01

Zielgruppe: Anfänger:innen mit Grundkenntnissen

Beginn: Donnerstag, 03.09.2026
Kurs: 7E02

Ximena Vanessa Goecke





Spanisch für den Urlaub

Lernen Sie Spanisch mit einer kommunikativen und aktiven Methode, die Spaß macht und auf praktische Situationen ausgerichtet ist. In diesem Kurs erwerben Sie grundlegende Sprachkenntnisse, um sich auf Reisen in spanischsprachigen Ländern zurechtzufinden und mit Einheimischen ins Gespräch zu kommen. Durch abwechslungsreiche Übungen und alltagsnahe Aktivitäten lernen Sie, Spanisch von Anfang an anzuwenden – einfach, lebendig und praxisnah.

Gebühr:	36,00 Euro
Leitung:	Ximena Vanessa Goecke
Ort:	Bildungswerk Friesoythe e.V., Kirchstr. 9
Beginn:	Samstag, 06.06.2026
Dauer:	2 x, 09:00-12:00 Uhr
Kurs:	7E03
Beginn:	Samstag, 19.09.2026
Dauer:	2 x, 09:00-12:00 Uhr
Kurs:	7E04

”

*Glaube an dich selbst,
und du wirst unaufhaltsam sein.*
(Ralph Waldo Emerson)

Intensivwoche Saterfriesisch: Sprache, Geschichte und Kultur erleben

5 Tage
Bildungs-
urlaub

- Bildungsurlaubs-Veranstaltung -

VA-Nr.: B26-136710-39

Tauchen Sie ein in die einzigartige Welt des Saterfriesischen, der kleinsten noch lebenden friesischen Sprache!

In dieser Intensivwoche entdecken Sie nicht nur die Sprache, sondern auch die Geschichte, Kultur und Gegenwart der Saterfriesen. Der Kurs richtet sich an Interessierte mit ersten Vorkenntnissen, die ihre Sprachfähigkeiten vertiefen und zugleich die saterfriesische Lebenswelt unmittelbar erleben möchten.

An fünf intensiven Tagen wird gesprochen, gehört, gelesen und erlebt:

- Sprache: Erweiterung des Wortschatzes und der Ausdrucksfähigkeit im Alltag.
- Geschichte & Kultur: Spannende Einblicke in die Entwicklung der Region und die Bedeutung der Sprache heute.
- Sichtbarmachung: Wie lässt sich Saterfriesisch im öffentlichen Raum, in Kunst und Alltag sichtbar machen?
- Erlebnis vor Ort: Zwei geführte Ausflüge führen zu kulturell und sprachlich bedeutsamen Orten im Saterland.

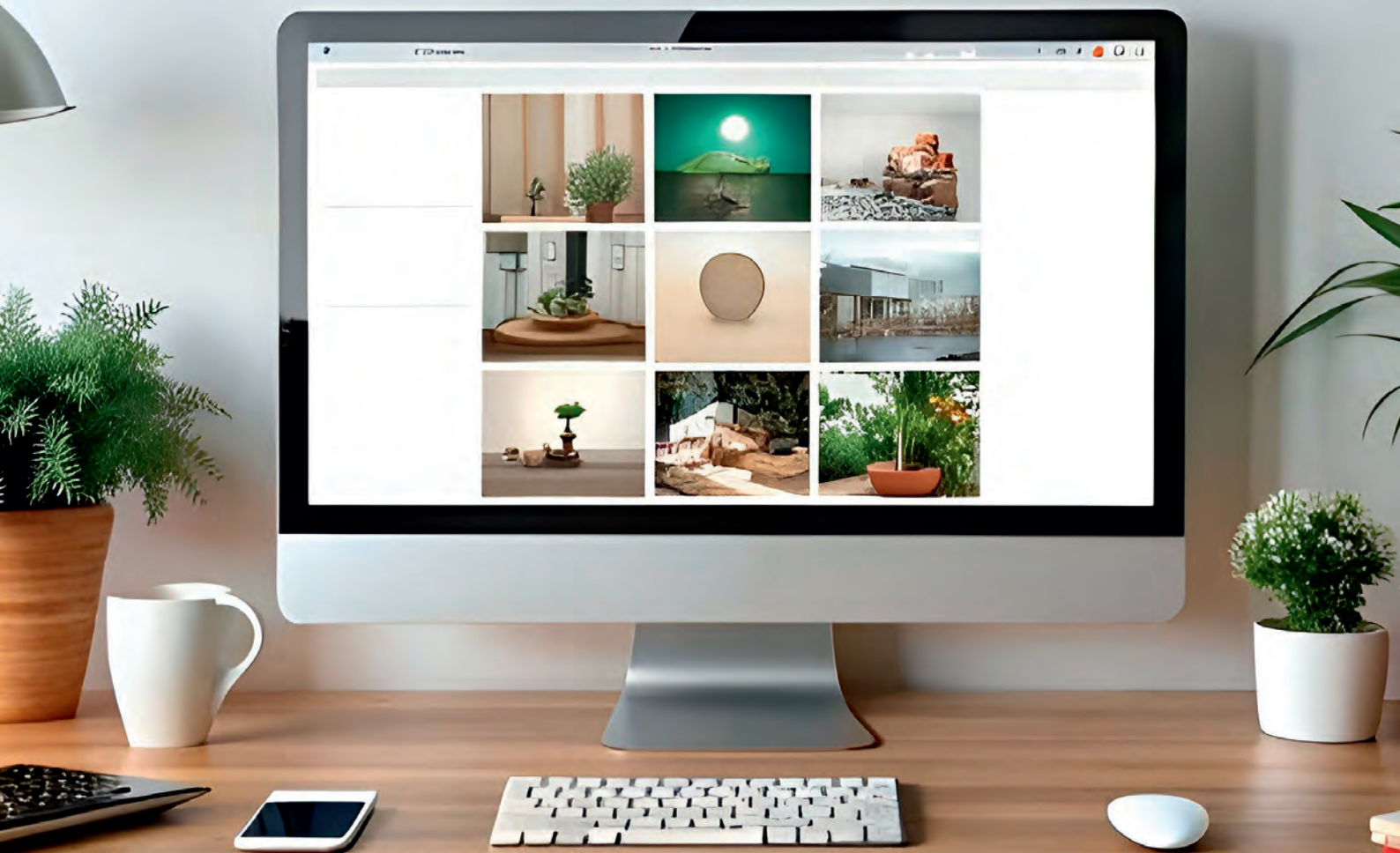
Für das leibliche Wohl ist gesorgt: Essen, Getränke und die Kosten für die Ausflüge sind in der Kursgebühr enthalten.

Zielgruppe:

Erwachsene ohne und mit leichten Vorkenntnissen im Saterfriesischen, die Sprache und Kultur intensiv erleben und vertiefen möchten.

Beginn:	Montag, 13.04.2026
Dauer:	5 x, 08:30-15:50 Uhr
Gebühr:	150,00 Euro
Leitung:	Veronika Pugge
Ort:	Seelterfräiske Kulturhuus Scharrel, Eisenbahnstraße 2
Kurs:	7I00S

Weitere Informationen und Anmeldung:
pugge@saterland.de oder 04498 940 100



EDV UND MEDIEN

Word-Entdeckerkurs: Ihr Sprungbrett in die digitale Textwelt!

Neuland entdecken in der Welt der Textverarbeitung! Ob für persönliche Briefe, Vereinsarbeit oder das Dokumentieren besonderer Momente – lernen Sie, wie Microsoft Word Ihnen dabei helfen kann, Ihre Ideen professionell zu Papier zu bringen. Tauchen Sie mit uns in die Grundlagen ein und werden Sie zum Text-Profi. Einfach, verständlich und in Ihrem eigenen Tempo. Starten Sie jetzt Ihre digitale Reise!

Inhalte:

- Einführung in das Programm
- Erste Schritte
- Textformatierung
- Listen und Aufzählungszeichen
- Tabellen und Grafiken
- Seitenlayout
- Spezielle Texteffekte
- Kopf- und Fußzeilen
- Dokumentüberprüfung
- Dokumentstruktur
- Vorlagen und Design
- Zusammenfassung und Praxistipps

Gebühr: 90,00 Euro
Ort: BBS Thüler Straße, Thüler Str. 13
Beginn: Montag, 02.02.2026
Dauer: 4 x montags, 18:00-20:15 Uhr
Leitung: Stephanie Pleiter
Kurs: 8000
Beginn: Montag, 07.09.2026
Dauer: 4x, 18:00-20:15 Uhr (2x Mo. + 2x Mi.)
Leitung: Hendrik Hempen
Kurs: 8001



Sie finden kein passendes Angebot?

Dann melden Sie sich!

Wir bieten auch individuelle Kursangebote an.



Excel-Entdeckerkurs: Ihr Navigationskompass in der Welt der Tabellen

Tauchen Sie ein in die faszinierende Welt der Zahlen und Diagramme mit Microsoft Excel! Egal ob Haushaltsbuch, Vereinsfinanzen oder einfache Datenanalyse – lernen Sie, wie Excel Ihnen dabei helfen kann, Informationen übersichtlich zu organisieren und zu visualisieren. Mit unserem Kurs betreten Sie Schritt für Schritt die Welt der Tabellenkalkulation. Einfach, verständlich und in Ihrem eigenen Tempo. Starten Sie jetzt Ihre Entdeckungsreise!

Inhalte:

- Einführung und Überblick
- Erste Schritte
- Grundlegende Formatierung
- Grundlagen der Formeln
- Dateneingabe und -verwaltung
- Datenvisualisierung
- Arbeiten mit großen Datenmengen
- Einfache Datenanalyse
- Drucken und Layout
- Weiterführende Formatierung
- Verknüpfungen und externe Daten
- Zusammenfassung und Praxistipps

Gebühr: 90,00 Euro
Ort: BBS Thüler Straße, Thüler Str. 13
Beginn: Montag, 02.03.2026
Dauer: 4 x, 18:00-20:15 Uhr
Leitung: Stephanie Pleiter
Kurs: 8002

Beginn: Dienstag, 08.09.2026
Dauer: 4 x, 18:00-20:15 Uhr (2x Di. + 2x Do.)
Leitung: Hendrik Hempen
Kurs: 8003



Bösel – Smartphone, Tablet & Co. – Schritt für Schritt zum sicheren Umgang

Dieser Kurs richtet sich an absolute Einsteigerinnen und Einsteiger ohne oder mit sehr geringen Vorkenntnissen. Ziel ist es, die Grundfunktionen der gängigsten digitalen Geräte (Smartphone, Tablet) zu verstehen und die Angst vor der Bedienung zu verlieren.

Inhalte:

- Grundlagen Smartphone & Tablet
- Apps installieren & nutzen
- Kommunikation mit WhatsApp
- Praktische Übungen
- Sicherheit auf dem Handy/Tablet /im Internet
- Das Internet nutzen

Mitzubringen: eingetragenes Smartphone oder Tablet

Beginn: Samstag, 14.03.2026
Dauer: 5 x samstags, 15:00-17:00 Uhr
Gebühr: 90,00 Euro

Leitung: Dozententeam
Ort: Franziskusheim Petersdorf, Hauptstr. 24
Kurs: 8004

Tastschreiben am Computer

Effektiv und schnell mit allen Sinnen lernen.

Computer haben das Arbeits- und Privatleben durchdrungen und befinden sich heute an nahezu jedem Arbeitsplatz und in jedem Haushalt. Die Beherrschung der Tastatur bietet eine enorme Hilfe bei allen Eingaben am PC. Es spart sehr viel Zeit, wenn Texte und Zahlen blind mit 10 Fingern erfasst werden können. Das zu ermöglichen, ist Ziel dieses Kurses.

Dieser Kurs ist für Personen ab 8 Jahren geeignet.

Gebühr: 80,00 Euro
Leitung: Ursula Kreutzmann
Ort: BBS Thüler Straße, Thüler Str. 13
Termine: Mo., 30.03., Di., 31.03. und Mi., 01.04.2026
Dauer: 3 x, jeweils 09:00-12:00 Uhr
Kurs: 8005
Termine: Di, 13.10., Mi., 14.10. und Do., 15.10.2026
Dauer: 3 x, jeweils 09:00-12:00 Uhr
Kurs: 8006

iPad-Einführung: Mehr als nur ein Tablet

Ihr iPad kann mehr, als Sie denken! In diesem Kurs lernen Sie die grundlegenden Funktionen Ihres iPads kennen und entdecken zahlreiche Möglichkeiten, es im Alltag einzusetzen. Wir zeigen Ihnen, wie Sie Apps effizient nutzen, mit dem Apple Pencil kreativ werden, FaceTime für Videoanrufe verwenden und Ihr Gerät optimal konfigurieren. Außerdem erhalten Sie Einblicke in nützliche Funktionen wie Split View für Multitasking, die Verwendung von Siri und Tipps zur Datensicherheit.

Mitzubringen: iPad

Termin: Samstag, 05.09.2026, 09:00-12:45 Uhr
Gebühr: 37,50 Euro
Leitung: Hendrik Hempen
Ort: Bildungswerk Friesoythe e.V., Kirchstr. 9
Kurs: 8007



Kompaktkurs KI – Einstieg in die Welt der Künstlichen Intelligenz

Seit gut drei Jahren prägen ChatGPT und andere KI-Anwendungen die öffentliche Diskussion. Doch viele fragen sich: Was steckt wirklich dahinter, und wo beginnt der praktische Nutzen? Sollten Sie bewusst oder unbewusst bisher wenig oder gar keinen Kontakt zum Thema gehabt haben, ist dieser Vortrag genau das Richtige für Sie.

Er bietet einen kompakten Einstieg in die Welt der generativen Künstlichen Intelligenz: die wichtigsten Entwicklungen, die technischen Grundlagen und den aktuellen Stand der Anwendungen. Ziel ist es, ein realistisches Verständnis dafür zu vermitteln, wo KI heute tatsächlich unterstützen kann – im Berufsalltag, in Organisationen oder im persönlichen Umfeld.

Der Vortrag richtet sich an alle Interessierten, die sich einen fundierten Überblick verschaffen und den praktischen Nutzen von KI im Berufsalltag verstehen möchten.

Termin: Dienstag, 24.02.2026, 18:30 Uhr
Gebühr: 10,00 Euro
Leitung: Johannes Norrenbrock
Ort: Bildungswerk Friesoythe e.V., Kirchstr. 9
Kurs: 8008

KI im Alltag und Beruf: Verstehen und Nutzen von ChatGPT, KI-generierten Bildern und Musik

Tauchen Sie ein in die faszinierende Welt der Künstlichen Intelligenz und entdecken Sie, wie Sie moderne KI-Technologien in Ihrem (beruflichen) Alltag effektiv einsetzen können. In diesem Kurs erhalten Sie einen praxisnahen Einblick in die Funktionsweise von ChatGPT, lernen die Möglichkeiten der Bild- und Stimmengenerierung kennen und erfahren, wie KI in der Musikproduktion eingesetzt wird. Wir zeigen Ihnen, wie Sie diese Tools als persönliche Assistenten nutzen können, um Ihren (beruflichen) Alltag zu bereichern und effizienter zu gestalten.

Mitzubringen: Endgerät (Smartphone, iPad, Laptop etc.)

Termin: Dienstag, 17.03.2026, 09:00-15:00 Uhr
Gebühr: 96,00 Euro
Leitung: Stephanie Pleiter
Ort: Bildungswerk Friesoythe e.V., Kirchstr. 9
Kurs: 8009
Termin: Samstag, 19.09.2026, 09:00-12:45 Uhr
Gebühr: 60,00 Euro
Leitung: Hendrik Hempen
Ort: Bildungswerk Friesoythe e.V., Kirchstr. 9
Kurs: 8010

KI leicht gemacht: Digitale Helfer für Einsteiger:innen

Erleichtern Sie Ihren Alltag mit Künstlicher Intelligenz! Dieser Kurs richtet sich speziell an Einsteiger:innen und zeigt Ihnen, wie Sie ChatGPT als persönlichen Assistenten nutzen können. Ob beim Verfassen von Texten, der Suche nach Informationen oder der Organisation Ihrer Termine – lernen Sie, wie KI Ihnen dabei helfen kann, den digitalen Alltag einfacher und angenehmer zu gestalten.

Mitzubringen: Endgerät (Smartphone, iPad, Laptop etc.)

Termin: Dienstag, 14.04.2026, 09:00-15:00 Uhr
Gebühr: 96,00 Euro
Leitung: Stephanie Pleiter
Ort: Bildungswerk Friesoythe e.V., Kirchstr. 9
Kurs: 8011



SCHULABSCHLÜSSE UND GRUNDBILDUNG

Nachträglicher Erwerb des Hauptschulabschlusses

Zielsetzung

Ziel dieses Kurses ist der Erwerb des Hauptschulabschlusses nach der Verordnung über die Prüfungen zum Erwerb der Abschlüsse des Sekundarbereichs I durch Nichtschüler:innen (NAVO-Sek I) vom 11. Februar 2016 (Nds. GVBl. Nr. 2/2016 S. 53). Die schriftliche und mündliche Abschlussprüfung findet vor einer externen Prüfungskommission statt.

Zielgruppe

Bei den Teilnehmenden handelt es sich um Migrant:innen, aber auch um Deutsche, die in Deutschland keinen gültigen Schulabschluss besitzen und die Schulpflicht bereits erfüllt haben. Die Teilnehmenden werden praktisch und theoretisch qualifiziert.

Besonders Migrant:innen fällt der Zugang zum Arbeitsmarkt in Deutschland schwer. Voraussetzung für eine gelungene berufliche Integration ist zumeist ein Schulabschluss und eine gute Sprachkompetenz. Viele junge Menschen haben aus unserer Erfahrung den Wunsch, eine berufliche Ausbildung zu absolvieren. Der Hauptschulabschluss ist der Schlüssel hierzu.

Hinweise zur Maßnahme

Die Maßnahme umfasst 1000 Unterrichtsstunden sowie 60 Stunden Praktikum und ist durch die fachkundige Stelle CERT-QUA zertifiziert.

Über Förderung beruflicher Weiterbildung FbW nach § 81 SGB III kann die Maßnahme sowohl von der Agentur für Arbeit als auch vom Jobcenter gefördert werden.

Maßnahmebeginn

Frühjahr 2026 (*individueller Einstieg möglich*)



Informationen und
Beratung für das
gesamte Kursangebot:

Birgit Walker

Tel.: 04491 9330-16

b.walker@bildungswerk-friesoythe.de





ONLINE-ANGEBOTE



Vielfühligkeit und Reizüberflutung (Hochsensibilität) bei Erwachsenen und Kindern

Manche Menschen – ob groß oder klein – nehmen die Welt intensiver wahr. Sie spüren Stimmungen, Geräusche, Gerüche oder Stimmungen anderer Menschen feiner, denken tief und fühlen stark. Oft sind sie besonders aufmerksam, kreativ, empathisch – und manchmal auch schneller erschöpft.

Vielleicht kennst du das von dir selbst oder von einem Kind in deinem Umfeld: Ein voller Raum, eine laute Situation oder ein ungerechtes Wort können schnell zu viel sein. Und oft fallen dann Sätze wie:

„Stell dich nicht so an!“, „Heul doch nicht gleich!“ oder „Du bist aber empfindlich!“

Solche Worte tun weh – denn sie übersehen, dass genau in dieser Feinfühligkeit auch eine große Stärke steckt. Hochsensible Menschen sind „Vielfühler“ – sie nehmen mehr wahr, spüren tiefer und brauchen manchmal einfach etwas mehr Zeit, um Eindrücke zu verarbeiten.

Bei dieser Veranstaltung geht es um genau diese feine Wahrnehmung, die oft als Hochsensibilität bezeichnet wird. Es geht darum, Hochsensibilität besser zu verstehen – mit Herz, Wissen und Humor.

Inhalte:

- Was bedeutet es, feinfühlig oder hochsensibel zu sein – bei Kindern und Erwachsenen?
- Wie kann man mit intensiven Eindrücken besser umgehen?



ONLINE-ANGEBOTE

Nehmen Sie unkompliziert von Zuhause aus teil!

Sie benötigen lediglich ein internetfähiges Medium mit Lautsprechern. Nach der Anmeldung erhalten Sie einen Link mit den entsprechenden Zugangsdaten, gerne beraten und unterstützen wir Sie im Hinblick auf die erforderlichen technischen Zugangsvoraussetzungen.

- Welche Stärken und Herausforderungen bringt diese Wahrnehmung mit sich?
- Austausch, kleine Übungen zur Selbstwahrnehmung und Raum für Fragen

Zielgruppe:

Eltern, pädagogisches Fachpersonal und alle, die sich selbst oder andere besser verstehen möchten.

Termin: Montag, 02.11.2026, 19:30 Uhr

Gebühr: 10,00 Euro

Leitung: Stefanie Taubenheim

Ort: Online via Zoom

Kurs: 0005





Einführungskurs für Zusatzkräfte in Kindertagesstätten – Zusatzkräfte Betreuung

Insgesamt 160 Unterrichtsstunden / Weitere Informationen auf Anfrage.

Voraussetzung für eine Kursteilnahme: Tätigkeit in einer Kita.
Für Teilnehmende aus dem Landkreis CLP fällt keine Kursgebühr an.

Mit der Veröffentlichung der „Richtlinie über die Gewährung von Zuwendungen zur Verbesserung der Qualität in Kindertagesstätten (QuiK)“ durch das Niedersächsische Kultusministerium fördert das Land Maßnahmen zur Verbesserung der Qualität in Kindertagesstätten unter Berücksichtigung des Ziels der Integration von Kindern mit Fluchterfahrung. Um Kräften ohne pädagogische Grundqualifizierung den Einstieg in die Tätigkeit als Zusatzkraft in Kindergartengruppen zu erleichtern, werden über die Richtlinie QuiK „Einführungskurse“ im Umfang von 160 Unterrichtsstunden zur Vermittlung von pädagogischen und rechtlichen Grundkenntnissen gefördert. Der Einführungskurs wird tätigkeitsbegleitend angeboten, damit ein Theorie-Praxis-Bezug gewährleistet ist.

In den Fällen, in denen Zusatzkräfte nach der Richtlinie QuiK, die zwar formal über eine Qualifikation nach § 4 Abs. 1 - 3 KiTaG verfügen, jedoch noch nie bzw. längere Zeit nicht in dem erlernten Beruf gearbeitet haben, soll auch die Möglichkeit eingeräumt werden, an einem im Rahmen der Richtlinie QuiK geförderten Einführungskurs teilzunehmen, da sich die Ausbildungsinhalte in den letzten Jahren stark geändert haben.

Beginn: Donnerstag, 15.01.2026, 08:00 Uhr

Leitung: Dozententeam

Ort: Online via Zoom

Kurs: 1A00

Aufbaumodul Schulbegleiter:in – KEB-Zertifikatskurs

Voraussetzung für die Teilnahme an der Aufbauqualifikation für Schulbegleiter:innen ist der Zertifikatskurs „Fit for Kid“, Grundkurs für „Pädagogische Mitarbeiter:innen“ und der Zertifikatskurs „Grundqualifikation für inklusive Begleitung in Schulen und Kindertagesstätten – Inklusionshelfer:in“.

Das Aufbaumodul umfasst 40 Unterrichtsstunden, dazu kommt eine Abschlussveranstaltung mit Abschlusskolloquium und Zertifikatsübergabe.

Die Aufgaben der Schulbegleitungen richten sich einzelfallbezogen nach dem individuellen Hilfebedarf des Kindes. Dabei hat das Prinzip „Hilfe zur Selbsthilfe“ Vorrang vor anderen Hilfsangeboten. Die Schulbegleitung unterstützt Schüler:innen mit körperlichen, geistigen oder seelischen Beeinträchtigungen. Den Schüler:innen wird durch die Schulbegleitung die Möglichkeit eröffnet, eine Regelschule zu besuchen, um so am schulischen Leben teilzuhaben.

Inhalte:

- Aufgaben im Schulalltag
- Rechtliche Grundlagen im Umgang mit und zum Schutz beeinträchtigter Kinder
- Familienarbeit
- Zusammenarbeit mit Träger, Eltern, Schule, und Jugendamt
- Aufgaben und Rolle der Schulbegleitung
- Datenschutz
- Förderung der Persönlichkeitsentwicklung
- Erstellen von Routineplan, Entwicklungsplan, Förderplan und Hilfeplan
- Gesprächsführung und Kommunikation

Der genaue Stundenplan wird rechtzeitig bekanntgegeben.

Gebühr: 215,00 Euro

Leitung: Barbara Carmichael-Eilers

Ort: Online via Zoom

Beginn: Montag, 13.04.2026, 18:00 Uhr

Kurs: 1A09

Beginn: Montag, 26.10.2026, 18:00 Uhr

Kurs: 1A10



Natürliche Lösungen bei Allergien, Haut- und Darmproblemen

Verstehe die wahren Ursachen und bring dein Immunsystem wieder ins Gleichgewicht

Juckende Augen, Niesen, laufende Nase oder gereizte Haut und das jedes Jahr aufs Neue?

In diesem Webinar erfährst du, warum Allergien wie Heuschnupfen, Tierhaar- oder Hausstauballergie nicht das eigentliche Problem, sondern ein Signal deines Immunsystems sind.

Ich zeige dir, wie Darm, Entgiftung und Haut zusammenhängen und wie du mit natürlichen Methoden dein Immunsystem wieder ins Gleichgewicht bringst.

Lerne, welche Ernährung, Mikronährstoffe und Entgiftungswege wirklich helfen, um langfristig ruhiger zu atmen, klarere Haut zu bekommen und dich wieder frei zu fühlen.

Für alle, die ihre Allergien endlich an der Ursache verstehen und ohne Medikamente nachhaltig lindern wollen.

Termin: Dienstag, 24.03.2026, 19:00 Uhr
Gebühr: 15,00 Euro
Leitung: Tom Sprengnether
Ort: Online via Zoom
Kurs: 6006

Fasten als Weg zur Selbstheilung: neue Vitalität durch Entgiftung und Darmsanierung

Fühlst du dich oft müde, aufgebläht oder energielos? Dann ist es an der Zeit, deinem Körper eine echte Auszeit zu gönnen.

In diesem Webinar erfährst du, wie du durch Wasserfasten und Saftkuren deinen Körper auf natürliche Weise entlastest, Giftstoffe ausleitest und deine Darmgesundheit verbesserst.

Du lernst, wie du das Fasten richtig vorbereitest, was in deinem Körper passiert und wie du danach langfristig neue Energie und Leichtigkeit gewinnst.

Ideal für alle, die auf natürliche Weise ihre Selbstheilung aktivieren und sich wieder rundum wohlfühlen wollen.

Termin: Dienstag, 18.08.2026, 19:00 Uhr
Gebühr: 15,00 Euro
Leitung: Tom Sprengnether
Ort: Online via Zoom
Kurs: 6018

**Jetzt neu beim
Bildungswerk:**

WhatsApp-Service!

**Du willst einen Kurs buchen
oder hast Fragen?**

Schreib uns einfach direkt bei WhatsApp
– wir helfen dir schnell & unkompliziert.

Und das Beste:

Über unseren WhatsApp-Kanal bleibst du
immer über alle aktuellen Kurse
informiert!



WhatsApp-Business



WhatsApp-Kanal



BILDUNGSURLAUB



Nutzen Sie Ihren Anspruch auf Bildungsurlaub.

Bei einer Fünf-Tage-Woche stehen jeder Arbeitnehmerin und jedem Arbeitnehmer fünf Tage Bildungsurlaub zur Verfügung. Sie benötigen nähere Informationen? Melden Sie sich gerne bei uns!

Kauffrau/Kaufmann für Büromanagement – Bildungsurlaubsveranstaltung –

In diesem Kurs werden die Auszubildenden auf die IHK-Abchlussprüfung vorbereitet.

VA-Nr.: B24-124396-58

Beginn: Montag, 23.03.2026, 09:00 Uhr

Gebühr: 190,00 Euro

Leitung: Bernd Hoffmeier

Ort: BBS, Thüler Str. 13

Kurs: 1K01

Content Creator – Grundlagenkurs – Social Media verstehen und anwenden –

Bildungsurlaubs-Veranstaltung

(VA-Nr.: B26-136764-37)

Ein intensiver 3-Tage-Kurs für alle, die Content strategisch und kreativ einsetzen möchten.

Voraussetzungen für die Teilnahme

- 1) Erste Erfahrungen mit Social Media sinnvoll
- 2) Grundlegende Computerkenntnisse (sicherer Umgang mit Laptop)
- 3) Eigenes Smartphone mit Kamera und Speicherplatz (für Content-Produktion)
- 4) Laptop mit folgenden Anforderungen:
 - Minimum: Windows 10/11 64-bit, Intel Core i3 oder vergleichbar, 8 GB RAM, Intel HD Graphics 4000 oder höher, 10 GB freier Speicher.
 - Empfohlen: Windows 10/11 64-bit, Intel Core i5 (oder Ryzen 5) oder besser, 8-16 GB RAM (für 4K-Bearbeitung 16 GB+), dedizierte Grafikkarte mit ≥ 4 GB VRAM, SSD-Laufwerk.

5) Aktive Accounts und Tools:

- Canva Pro Account (empfohlen für alle Funktionen und Exportformate)
- CapCut Account inkl. installierter Desktop-App
- ChatGPT-Account (für die Texterstellung)
- Zugriff auf Unternehmensseite (META-Business-Suite)

Kursinhalte:

- 1) Strategisches Grundlagenwissen
 - Grundlagen Social-Media-Marketing
 - Zielgruppen verstehen und ansprechen
 - Plattformen im Überblick
 - Content-Formate und Einsatzmöglichkeiten
 - Planung und Organisation
- 2) Content-Erstellung & Tools
 - Gestaltung ansprechender Inhalte mit Canva
 - Videoschnitt und -bearbeitung mit CapCut
 - Grundlagen für gute Foto- und Videoaufnahmen mit dem Smartphone
 - Texten für Social Media mit Chat GPT
- 3) Praxis, Veröffentlichung & Optimierung
 - Postingstrategien und Timing
 - Tipps für Interaktion, Kommentarmanagement und Community-Aufbau
 - Nutzung von Tools zur Planung (Meta Business Suite)
 - Sicherheit, rechtliche Basics (z. B. Musik, Bildrechte, Impressum)

Nach dem Kurs sind die Teilnehmenden in der Lage,

- ihre Social-Media-Aktivitäten professionell zu planen,
- Inhalte gezielt und effizient zu erstellen
- und die Wirkung ihrer Beiträge selbstständig auszuwerten und zu optimieren.

Zielgruppe:

Menschen mit Grundkenntnissen im Bereich Social Media, die Social Media professioneller für ihr Unternehmen/Organisation/Selbstständigkeit nutzen wollen.

Termine: 25.03., 26.03. und 27.03.2026, jeweils 08:00 - 16:30 Uhr

Dauer: 3 x, 08:00 - 16:30 Uhr

Gebühr: 1.284,00 Euro

Leitung: Schiwyair Dozententeam
Ort: Bildungswerk Friesoythe e.V., Kirchstr. 9
Kurs: 1N02

Intensivwoche Saterfriesisch: Sprache, Geschichte und Kultur erleben

Bildungsurlaubs-Veranstaltung

VA-Nr.: B26-136710-39

Tauchen Sie ein in die einzigartige Welt des Saterfriesischen, der kleinsten noch lebenden friesischen Sprache!

In dieser Intensivwoche entdecken Sie nicht nur die Sprache, sondern auch die Geschichte, Kultur und Gegenwart der Saterfriesen. Der Kurs richtet sich an Interessierte mit ersten Vorkenntnissen, die ihre Sprachfähigkeiten vertiefen und zugleich die saterfriesische Lebenswelt unmittelbar erleben möchten.

An fünf intensiven Tagen wird gesprochen, gehört, gelesen und erlebt:

- Sprache: Erweiterung des Wortschatzes und der Ausdrucksfähigkeit im Alltag.
- Geschichte & Kultur: Spannende Einblicke in die Entwicklung der Region und die Bedeutung der Sprache heute.
- Sichtbarmachung: Wie lässt sich Saterfriesisch im öffentlichen Raum, in Kunst und Alltag sichtbar machen?
- Erlebnis vor Ort: Zwei geführte Ausflüge führen zu kulturell und sprachlich bedeutsamen Orten im Saterland.

Für das leibliche Wohl ist gesorgt: Essen, Getränke und die Kosten für die Ausflüge sind in der Kursgebühr enthalten.

Zielgruppe:

Erwachsene ohne und mit leichten Vorkenntnissen im Saterfriesischen, die Sprache und Kultur intensiv erleben und vertiefen möchten.

Weitere Informationen und Anmeldung:
pugge@saterland.de oder 04498 940 100

Beginn: Montag, 13.04.2026
Dauer: 5 x, 08:30-15:50 Uhr
Gebühr: 150,00 Euro
Leitung: Veronika Pugge

Ort: Seelterfräiske Kulturhuus Scharrel,
Eisenbahnstraße 2
Kurs: 7I00S

Einführung in den Kurs „Palliative Praxis für Betreuungshelfer:in und Helfer:in in der Altenpflege“

Anerkennung einer Bildungsveranstaltung nach dem Niedersächsischen Bildungsurlaubsgesetz (VA-Nr.: B25-135141-88)

Begegnen, Begleiten, Loslassen – Palliative Kompetenzen im Betreuungs- bzw. Pflegehilfealltag

Diese Schulung ist speziell für Betreuungskräfte und Helfer:in in der Altenpflege entwickelt, um Ihnen Sicherheit und Verständnis im Umgang mit älteren Menschen in schwierigen Lebensphasen zu vermitteln und um das Rüstzeug und die Sicherheit zu geben, palliative Betreuung bestmöglich auszuführen.

1. Was bedeutet Palliative Care und Palliative Geriatrie?
2. Warum ist Biographiearbeit wichtig?
3. Einblick in die Individuelle Schmerzwahrnehmung
4. Umgang und Betreuung von Menschen mit Demenz und unheilbaren Krankheiten
5. Was sind belastende Symptome?
6. Berücksichtigung von Patientenwünschen und Alltagsverhalten.
7. Einfühlsamer Umgang mit Sterbewünschen
8. Ernährung und Flüssigkeitsgabe am Lebensende
9. Kommunikation im Umgang mit Sterbenden und Angehörigen
10. Selbstpflege und Burnout-Vermeidung

Beginn: Montag, 10.08.2026
Dauer: 5 x, 09:00-16:00 Uhr
Gebühr: 595,00 Euro
Leitung: Sibylle Lück
Ort: Oldenburg, Peterstraße 6
Kurs: 1L22

Termin	Kurs	Titel	Kursort
Freitag, 02.01.2026	1N40	Baustein III der Meisterprüfung – Kompaktkurs – Bildungsurlaub	DGH Neuvrees, Feldstr. 3
Freitag, 09.01.2026	2E09	Bösel – PARENS® – Fortsetzungskurs	Bösel, Begegnungszentrum, Am Kirchpl. 28
Freitag, 09.01.2026	2A20	Elterntreff – Pamperstreff	Friesoythe, Franziskushaus, Franziskusplatz 1
Sonntag, 11.01.2026	5F00	Edelstein Armband – Schmuckworkshop	Bildungswerk, Kirchstr. 9
Montag, 12.01.2026	6001	Funktionelles Training – Grundlagen und Anwendung in der Bewegungs- und Gesundheitspraxis	Friesoythe, BE MOVE, Elbestr. 4
Dienstag, 13.01.2026	1L08	Delegierbare Behandlungspflege	Bildungswerk, Kirchstr. 9
Dienstag, 13.01.2026	2E01	PARENS® – Fortsetzungskurs	Bildungswerk, Kirchstr. 9
Dienstag, 13.01.2026	2E02	PARENS® – Anfängerkurs	Bildungswerk, Kirchstr. 9
Donnerstag, 15.01.2026	0B01	Elterngruppe Friesoythe der deutschen Gesellschaft	Bildungswerk, Kirchstr. 9
Donnerstag, 15.01.2026	1A00	Einführungskurs für Zusatzkräfte in Kindertagesstätten Zusatzkräfte Betreuung	Online
Dienstag, 20.01.2026	0002	Polit-Talk – Friesoyther Kommunalpolitik im Wahljahr	Bildungswerk, Kirchstr. 9
Mittwoch, 21.01.2026	2E20	Qualitätssicherung in der PARENS®-Arbeit	Bildungswerk, Kirchstr. 9
Montag, 26.01.2026	6E01	Yoga	Kulturzentrum „Alte Wassermühle“, Alte Mühlenstr. 6
Montag, 26.01.2026	6E02	Yoga	Kulturzentrum „Alte Wassermühle“, Alte Mühlenstr. 6
Montag, 26.01.2026	6E03	Yoga	Kulturzentrum „Alte Wassermühle“, Alte Mühlenstr. 6
Dienstag, 27.01.2026	6E04	Yoga	DGH Neuvrees, Feldstr. 3
Dienstag, 27.01.2026	6E05	Yoga	DGH Neuvrees, Feldstr. 3
Sonntag, 01.02.2026	1N30	Ausbildung der Ausbilder – Baustein IV Ausbilderschein	Bildungswerk, Kirchstr. 9
Montag, 02.02.2026	2A00	Lange Nacht der Spiele	Bildungswerk, Kirchstr. 9
Montag, 02.02.2026	8000	Word-Entdeckerkurs: Ihr Sprungbrett in die digitale Textwelt!	BBS, Thüler Str. 13

Termin	Kurs	Titel	Kursort
Montag, 02.02.2026	5K00	Bösel – Stricken für Anfänger:innen	Bösel, Begegnungszentrum, Am Kirchpl. 28
Dienstag, 03.02.2026	2A01	Spielen und Lernen: spielerisch die Welt entdecken von 1- 3 Jahren	Petersdorf, Sporthalle, Hauptstr. 16a
Freitag, 06.02.2026	2E10	Bösel – PARENS® – Anfängerkurs	Bösel, Begegnungszentrum, Am Kirchpl. 28
Montag, 09.02.2026	1A01	Maßnahme FbW Schulbegleitung	Bildungswerk, Kirchstr. 9
Dienstag, 10.02.2026	2A05	Musikalische Früherziehung: Singen geht auch ohne Text Für Mütter/Väter mit Kinder unter drei Jahren geeignet	Friesoythe, Weidenkörbchen, Kleines Bildungshaus, Alte Meeschen 13
Mittwoch, 11.02.2026	5K01	Bösel – Nähen für Anfänger:innen	Bösel, Begegnungszentrum, Am Kirchpl. 28
Mittwoch, 11.02.2026	6002	Bösel – Gesunder Darm, gesunder Mensch – Alarm im Darm	Bösel, Begegnungszentrum, Am Kirchpl. 28
Donnerstag, 12.02.2026	6003	Gemeinsam stark: Wege zu einem besseren Umgang mit Diabetes	Bildungswerk, Kirchstr. 9
Montag, 16.02.2026	1L04	Basisqualifikation für die Betreuung nach § 43 b SGB XI – KEB-Zertifikatskurs	Bildungswerk, Kirchstr. 9
Montag, 16.02.2026	1L05	Berufliche Qualifizierung zum/zur Betreuungshelfer:in in Pflegeheimen	Bildungswerk, Kirchstr. 9
Montag, 16.02.2026	1K00	Prüfungsvorbereitung für informationstechnisches Büromanagement – EDV	BBS, Thüler Str. 13
Mittwoch, 18.02.2026	1A03	Päd. Mitarbeiter:in an Schulen – Fit for Kid – KEB-Zertifikatskurs	Bildungswerk, Kirchstr. 9
Mittwoch, 18.02.2026	4000	Natürlich gesund mit ätherischen Ölen	Bildungswerk, Kirchstr. 9
Donnerstag, 19.02.2026	1N00	Canva für Social Media – Grundlagen Kurs	Bildungswerk, Kirchstr. 9
Freitag, 20.02.2026	1L09	Frühlingserwachen und Sommerzauber – Malen und kreatives Gestalten mit Menschen mit Demenz	Bildungswerk, Kirchstr. 9
Samstag, 21.02.2026	1N03	Stimmtraining und gemeinsames Singen	Friesoythe, KlangWerk Musikschule, Pappelstr. 2a
Montag, 23.02.2026	1L00	Maßnahme FbW Pflege/Betreuung	Bildungswerk, Kirchstr. 9
Montag, 23.02.2026	6026	Dein Einstieg in eine besondere Sportart – Pole Dance Beginner Kurs	Altenoythe, Alte Grundschule Hohefeld
Montag, 23.02.2026	5K03	Socken selbst gestrickt	Bildungswerk, Kirchstr. 9

Termin	Kurs	Titel	Kursort
Montag, 23.02.2026	0003	Einkaufsfalle Supermarkt? – Tricks und Fallen beim Einkauf	Bildungswerk, Kirchstr. 9
Dienstag, 24.02.2026	8008	Kompaktkurs KI – Einstieg in die Welt der Künstlichen Intelligenz	Bildungswerk, Kirchstr. 9
Mittwoch, 25.02.2026	3002	Seelenzeit zur Fastenzeit	Bildungswerk, Kirchstr. 9
Mittwoch, 25.02.2026	6028	Orientalischer Tanz	Altenoythe, Alte Grundschule Hohefeld
Donnerstag, 26.02.2026	0004	Vielfühligkeit und Reizüberflutung (Hochsensibilität) bei Erwachsenen und Kindern	Bildungswerk, Kirchstr. 9
Freitag, 27.02.2026	5G00	Kreativ mit Wissen: Lerne die Kunst der Aquarellmalerei	Bildungswerk, Kirchstr. 9
Samstag, 28.02.2026	1N41	Baustein III der Meisterprüfung	Bildungswerk, Kirchstr. 9
Samstag, 28.02.2026	4001	Einführung in den Winterschnitt am Apfelbaum	Altenoythe, Hof Gut Altenoythe, Vitusstraße 9
Montag, 02.03.2026	5D00	Ukulele für Anfänger:innen ab 16 Jahren	Friesoythe, KlangWerk Musikschule, Pappelstr. 2a
Montag, 02.03.2026	2E00	Qualifizierung zur PARENS®-Referent:in KEB-Zertifikatskurs	Bildungswerk, Kirchstr. 9
Montag, 02.03.2026	1L35	Palliativversorgung bei neurologischen Erkrankungen – Spezialisierungskurs	Bildungswerk, Kirchstr. 9
Montag, 02.03.2026	8002	Excel-Entdeckerkurs: Ihr Navigationskompass in der Welt der Tabellen	BBS, Thüler Str. 13
Dienstag, 03.03.2026	0007	Plötzlich Pflegefall – Wenn das Leben sich über Nacht verändert	Bildungswerk, Kirchstr. 9
Mittwoch, 04.03.2026	2H00	Sanfte Begleitung mit ätherischen Ölen – für Mamas und Babys ab 3 Monaten	Bildungswerk, Kirchstr. 9
Donnerstag, 05.03.2026	5I00	Bösel – Töpfern Schritt für Schritt – lerne, wie Formen aus Ton entstehen	Bösel, Sonja's Töpferstübchen, Korsorsstr. 46
Donnerstag, 05.03.2026	1B00	Künstliche Intelligenz im pädagogischen Alltag entdecken und nutzen	Bildungswerk, Kirchstr. 9
Donnerstag, 05.03.2026	7E00	Spanisch für Anfänger:innen – Teil I	Bildungswerk, Kirchstr. 9
Freitag, 06.03.2026	1L10	Aromatherapie – Rhythmische Einreibungen	Bildungswerk, Kirchstr. 9
Freitag, 06.03.2026	1L11	Basale Stimulation nach Prof. Dr. Fröhlich®	Bildungswerk, Kirchstr. 9
Freitag, 06.03.2026	1A15	Marte-Meo-Therapeutenkurs	Friesoythe, Kita für ALLE, Willohstr. 23

Termin	Kurs	Titel	Kursort
Freitag, 06.03.2026	5G01	Bösel – Kreativ mit Wissen: Lerne die Kunst der Aquarellmalerei	Bösel, Begegnungszentrum, Am Kirchpl. 28
Samstag, 07.03.2026	2H02	Musikpädagogik für Eltern	Bildungswerk, Kirchstr. 9
Samstag, 07.03.2026	5F02	Palmstock basteln	Bildungswerk, Kirchstr. 9
Montag, 09.03.2026	1A05	Inklusionshelfer:in – Grundqualifikation für inklusive Begleitung in Schulen und Kindertagesstätten –KEB-Zertifikatskurs	Bildungswerk, Kirchstr. 9
Montag, 09.03.2026	0008	Wärmepumpe: Was geht? Kritische Fragen kompakt beantwortet	Bildungswerk, Kirchstr. 9
Mittwoch, 11.03.2026	5F03	Blumenkranz gestalten	Bildungswerk, Kirchstr. 9
Donnerstag, 12.03.2026	6004	Fasten – Wenn weniger mehr ist	Bildungswerk, Kirchstr. 9
Donnerstag, 12.03.2026	6005	Die Kraft des Atmens – Entspannung und Gesundheit durch bewusste Atmung	Bildungswerk, Kirchstr. 9
Freitag, 13.03.2026	5F05	Gehwegplatten gestalten	Bildungswerk, Kirchstr. 9
Samstag, 14.03.2026	1L12	Gesunderhaltung und Wohlbefinden – Ernährung im Alter	Bildungswerk, Kirchstr. 9
Samstag, 14.03.2026	0010	Schmieden für Frauen	Friesoythe, Atelier Eisenzeit
Samstag, 14.03.2026	6O08	Steakreise für Anfänger:innen	Bildungswerk, Kirchstr. 9
Samstag, 14.03.2026	8004	Bösel – Smartphone, Tablet & Co. – Schritt für Schritt zum sicheren Umgang	Petersdorf, Hauptstr. 24
Montag, 16.03.2026	1A07	Kinder trauern anders – Tod und Trauer im Erleben von Kindern	Bildungswerk, Kirchstr. 9
Dienstag, 17.03.2026	8009	KI im Alltag und Beruf: Verstehen und Nutzen von ChatGPT, KI-generierten Bildern und Musik	Bildungswerk, Kirchstr. 9
Dienstag, 17.03.2026	5F04	Blumenkranz gestalten	Bildungswerk, Kirchstr. 9
Mittwoch, 18.03.2026	2H04	Diabetes bei Kindern – Wissen und Unterstützung	Bildungswerk, Kirchstr. 9
Mittwoch, 18.03.2026	0011	Bunte Vielfalt im Garten – Ökologische Gestaltungsideen in Kooperation mit der Stadt Friesoythe	Bildungswerk, Kirchstr. 9
Mittwoch, 18.03.2026	0012	Frauen und Rente	Bildungswerk, Kirchstr. 9
Donnerstag, 19.03.2026	6O00	Grillen für Einsteiger:innen	Bildungswerk, Kirchstr. 9

Termin	Kurs	Titel	Kursort
Donnerstag, 19.03.2026	1P01	Psychologische:r Berater:in – Qualifizierung zum/zur Psychologischen Berater:in	Oldenburg
Freitag, 20.03.2026	1L13	"Quer durch den Garten" – Gedächtnistraining für ältere Menschen und Personen mit altersbedingten kognitiven Einschränkungen	Bildungswerk, Kirchstr. 9
Freitag, 20.03.2026	0013	Tina Teubner und Ben Süverkrüp – Wenn Du mich verlässt komm ich mit	Friesoythe, Forum am Hansaplatz, Hansapl. 11
Montag, 23.03.2026	1L14	Letzte Wege gemeinsam gehen – Mitgefühl in der Sterbebegleitung	Bildungswerk, Kirchstr. 9
Montag, 23.03.2026	1K01	Kauffrau/Kaufmann für Büromanagement – Bildungsurlaubsveranstaltung –	BBS, Thüler Str. 13
Montag, 23.03.2026	5K04	Bösel – Nähen macht Spaß – für Kinder und Jugendliche ab 8 Jahren	Bösel, Begegnungszentrum
Montag, 23.03.2026	2A06	Musikpädagogik für Familien	Bildungswerk, Kirchstr. 9
Dienstag, 24.03.2026	6006	Natürliche Lösungen bei Allergien, Haut- und Darmproblemen	online
Mittwoch, 25.03.2026	1N02	Content Creator Grundlagen Kurs – Social Media verstehen und anwenden – Bildungsurlaubsveranstaltung –	Bildungswerk, Kirchstr. 9
Donnerstag, 26.03.2026	0014	Abschied nehmen – den Linien des Lebens nachspüren – weil jeder Abschied besonders ist	Bildungswerk, Kirchstr. 9
Samstag, 28.03.2026	2A08	Spanisch in Bewegung – Wörter, Geschichten, Reime und Lieder	Bildungswerk, Kirchstr. 9
Sonntag, 29.03.2026	2A11	Englisch in Bewegung – Wörter, Geschichten, Reime und Lieder	Bildungswerk, Kirchstr. 9
Montag, 30.03.2026	8005	Tastschreiben am Computer	BBS, Thüler Str. 13
Donnerstag, 02.04.2026	5I01	Bösel – Töpfern Schritt für Schritt – lerne, wie Formen aus Ton entstehen	Bösel, Sonja´s Töpferstübchen, Korsorsstr. 46
Mittwoch, 08.04.2026	5F01	Edelstein Armband – Schmuckworkshop	Bildungswerk, Kirchstr. 9
Mittwoch, 08.04.2026	5K06	Nähkurs für Anfänger:innen und Fortgeschrittene	Bildungswerk, Kirchstr. 9
Donnerstag, 09.04.2026	2H06	Hochbegabung bei Kindern	Bildungswerk, Kirchstr. 9
Donnerstag, 09.04.2026	0015	Das Kriegsende in Friesoythe – April 1945	Bildungswerk, Kirchstr. 9
Donnerstag, 09.04.2026	6007	Outdoortraining mit Schwunghanteln	Friesoythe

Termin	Kurs	Titel	Kursort
Freitag, 10.04.2026	2E12	Bösel – PARENS® – Anfängerkurs	Bösel, Begegnungszentrum, Am Kirchpl. 28
Freitag, 10.04.2026	1L15	Mobilisation durch Musik und Tanz	Bildungswerk, Kirchstr. 9
Freitag, 10.04.2026	1A16	Marte-Meo-Basiskurs	Friesoythe, Kita für ALLE, Willohstr. 23
Samstag, 11.04.2026	1L16	In der Ruhe liegt die Kraft – verschiedene Entspannungstechniken	Bildungswerk, Kirchstr. 9
Montag, 13.04.2026	1A09	Aufbaumodul Schulbegleiter:in – KEB-Zertifikatskurs	online
Montag, 13.04.2026	1A11	Musikpädagogik für päd. Fachkräfte	Bildungswerk, Kirchstr. 9
Montag, 13.04.2026	7I00S	Intensivwoche Saterfriesisch: Sprache, Geschichte und Kultur erleben – Bildungsurlaubs-Veranstaltung	Scharrel, Eisenbahnstr. 2
Dienstag, 14.04.2026	6030	Autogenes Training	Friesoythe, Kindergarten Don Bosco, Meeschenstraße 71
Dienstag, 14.04.2026	8011	KI leicht gemacht: Digitale Helfer für Einsteiger:innen	Bildungswerk, Kirchstr. 9
Mittwoch, 15.04.2026	6009	Ausgewogene Ernährung – Gesund leben im Alltag	Bildungswerk, Kirchstr. 9
Mittwoch, 15.04.2026	7A00	Politikprüfung Test "Leben in Deutschland" LiD	Bildungswerk, Kirchstr. 9
Donnerstag, 16.04.2026	2H07	Starke Eltern – starke Kinder	Bildungswerk, Kirchstr. 9
Freitag, 17.04.2026	0016	Social Media als politischer Raum: Einfluss, Manipulation und Gegenstrategien – Präventionsarbeit im Vorfeld der Kommunalwahlen 2026	Bildungswerk, Kirchstr. 9
Freitag, 17.04.2026	6O02	Bürgerliebe vom Grill	Bildungswerk, Kirchstr. 9
Samstag, 18.04.2026	2A14	Das Hoferlebnis – Alpakas erleben – Für Eltern mit Kindern	Petersdorf, Hauptstr. 67a
Samstag, 18.04.2026	1L17	Effektive Kommunikation und Konfliktmanagement im Pflegealltag	Bildungswerk, Kirchstr. 9
Sonntag, 19.04.2026	5A00	Literarische Reise auf Englisch	Bücherei, Franziskusplatz 1-2
Dienstag, 21.04.2026	2A02	Spielen und Lernen: spielerisch die Welt entdecken von 1- 3 Jahren	Petersdorf, Sporthalle, Hauptstr. 16a
Mittwoch, 22.04.2026	6011	Faszientraining – Theorie und Praxis	Bildungswerk, Kirchstr. 9

Termin	Kurs	Titel	Kursort
Samstag, 25.04.2026	1N04	Schlagfertigkeitstraining – Das 1x1 der Schlagfertigkeit	Bildungswerk, Kirchstr. 9
Samstag, 25.04.2026	1L18	Aus der Praxis – für die Praxis: für Betreuungskräfte	Bildungswerk, Kirchstr. 9
Samstag, 25.04.2026	6013	TaiJiQigong in 28 Schritten – Tagesseminar	Bildungswerk, Kirchstr. 9
Sonntag, 26.04.2026	4002	Wilde Kräuter entdecken – ein Nachmittag in der Natur	Großenkneten, Ahlhorner Fischteiche
Dienstag, 05.05.2026	1B01	STEP – das systematische Training für Erzieher:innen – Kinder wertschätzend, liebevoll und konsequent begleiten	Bildungswerk, Kirchstr. 9
Dienstag, 05.05.2026	2E03	PARENS® – Fortsetzungskurs	Bildungswerk, Kirchstr. 9
Dienstag, 05.05.2026	2E04	PARENS® – Anfängerkurs	Bildungswerk, Kirchstr. 9
Mittwoch, 06.05.2026	1L33	Clowns bei Menschen mit Demenz – das Potenzial einer komischen Kunst Vortrag	Bildungswerk, Kirchstr. 9
Mittwoch, 06.05.2026	7A01	Politikprüfung Test "Leben in Deutschland" LiD	Bildungswerk, Kirchstr. 9
Donnerstag, 07.05.2026	1L34	Mit Humor und Herz im Pflegealltag – Gelassenheit und Leichtigkeit durch die Kunst des Clowns	Bildungswerk, Kirchstr. 9
Donnerstag, 07.05.2026	6O04	Pizza-Grillkurs – Perfekte Pizza vom Grill selbst gemacht	Bildungswerk, Kirchstr. 9
Freitag, 08.05.2026	2E11	Bösel – PARENS® – Fortsetzungskurs	Bösel, Begegnungszentrum, Am Kirchpl. 28
Samstag, 09.05.2026	7B00	Englisch für Kinder	Bildungswerk, Kirchstr. 9
Samstag, 09.05.2026	6O10	Die Kunst der "Cuts" – Vielfalt und Geschmack entdecken	Bildungswerk, Kirchstr. 9
Donnerstag, 21.05.2026	7E01	Spanisch für Anfänger:innen – Teil II	Bildungswerk, Kirchstr. 9
Samstag, 23.05.2026	7B01	Englisch für den Urlaub	Bildungswerk, Kirchstr. 9
Samstag, 23.05.2026	1L19	Ohrenlicht. Mit Märchen unser Leben in den Blick nehmen	Bildungswerk, Kirchstr. 9
Mittwoch, 27.05.2026	6014	Nordic Walking Fitness für Jedermann	Bildungswerk, Kirchstr. 9
Montag, 01.06.2026	6015	Bösel – Nordic Walking Fitness für Jedermann	Bösel, Begegnungszentrum, Am Kirchpl. 28
Montag, 01.06.2026	6016	Bösel – Progressive Muskelentspannung – Neu Denken, locker werden, locker bleiben –	Bösel, Begegnungszentrum, Am Kirchpl. 28

Termin	Kurs	Titel	Kursort
Donnerstag, 04.06.2026	5I02	Bösel – Töpfern Schritt für Schritt – lerne, wie Formen aus Ton entstehen	Bösel, Sonja´s Töpferstübchen, Korsorsstr. 46
Samstag, 06.06.2026	7E03	Spanisch für den Urlaub	Bildungswerk, Kirchstr. 9
Samstag, 06.06.2026	6017	Entspannter Kiefer – entspannter Körper!	Bildungswerk, Kirchstr. 9
Mittwoch, 10.06.2026	0018	Wissensvortrag: Wasserretention in urbanen Gebieten – Von klimafit Gärtnern bis zur Wasserspeicherung in der Landschaft in Kooperation mit der Stadt Friesoythe	Bildungswerk, Kirchstr. 9
Donnerstag, 11.06.2026	2H08	Potenzialentwicklung hochbegabter Kinder	Bildungswerk, Kirchstr. 9
Donnerstag, 11.06.2026	6O06	"Einmal alles, bitte" – Der Probier-Grillkurs	Bildungswerk, Kirchstr. 9
Freitag, 12.06.2026	1L20	Was bedeutet Palliative Care? – Mit Herz und Haltung begleiten – palliative Betreuung verstehen	Bildungswerk, Kirchstr. 9
Montag, 15.06.2026	1L36	"Up to date" – Schmerztherapie Palliative Care – Refresher	Bildungswerk, Kirchstr. 9
Mittwoch, 17.06.2026	1B02	Körper, Nähe, Grenzen – Kindliche Sexualentwicklung und Körperwahrnehmung von Kita-Kindern verstehen und begleiten	Bildungswerk, Kirchstr. 9
Freitag, 19.06.2026	1B03	Waldpädagogik "mit Nix" – Schwerpunkt "Sprachraum Natur"	Bösel, Waldkindergarten St. Florian, Heideweg 3A
Freitag, 19.06.2026	6O12	Beef Masterclass – Rind in Perfektion	Bildungswerk, Kirchstr. 9
Samstag, 20.06.2026	1L21	Sexualität, Würde und Sicherheit im Alter	Bildungswerk, Kirchstr. 9
Montag, 22.06.2026	1N31	Ausbildung der Ausbilder – Baustein IV Ausbilderschein – Kompaktkurs	Friesoythe
Freitag, 26.06.2026	6O01	Grillen für Einsteiger:innen	Bildungswerk, Kirchstr. 9
Freitag, 26.06.2026	7A02	Politikprüfung Test "Leben in Deutschland" LiD	Bildungswerk, Kirchstr. 9
Freitag, 03.07.2026	2A16	Wir entdecken den Bauernhof – Für Eltern mit Kindern von 1 bis 5 Jahren	Friesoythe, Buurenhoff, Hof Meerjans, Pehmertanger Str. 3
Mittwoch, 08.07.2026	2A18	Vom Korn zum Brot – Für Eltern mit Kindern von 4 bis 10 Jahren	Friesoythe, Buurenhoff, Hof Meerjans, Pehmertanger Str. 3
Freitag, 10.07.2026	2A17	Wir entdecken den Bauernhof Für Eltern mit Kindern von 1 bis 5 Jahren	Friesoythe, Buurenhoff, Hof Meerjans, Pehmertanger Str. 3
Samstag, 11.07.2026	2A12	Englisch in Bewegung – Wörter, Geschichten, Reime und Lieder	Bildungswerk, Kirchstr. 9

Termin	Kurs	Titel	Kursort
Sonntag, 12.07.2026	2A09	Spanisch in Bewegung – Wörter, Geschichten, Reime und Lieder	Bildungswerk, Kirchstr. 9
Samstag, 25.07.2026	5H00	Echte Momente einfangen – Fotografieren mit Canon-Kameras	Bildungswerk, Kirchstr. 9
Donnerstag, 06.08.2026	5F07	Hundeleinen-Workshop	Bildungswerk, Kirchstr. 9
Montag, 10.08.2026	1L22	Palliative Praxis für Betreuungshelfer:in und Helfer:in in der Altenpflege Kompaktwoche	Oldenburg, Peterstr. 6
Freitag, 14.08.2026	2E13	Bösel – PARENS® – Fortsetzungskurs	Bösel, Begegnungszentrum, Am Kirchpl. 28
Sonntag, 16.08.2026	1N32	Ausbildung der Ausbilder – Baustein IV Ausbilderschein	Bildungswerk, Kirchstr. 9
Montag, 17.08.2026	5D01	Gitarre für Anfänger:innen ab 16 Jahren	Friesoythe, KlangWerk Musikschule, Pappelstr. 2a
Montag, 17.08.2026	0020	Podiumsdiskussion der Bürgermeister-Kandidaten in Friesoythe	Bildungswerk, Kirchstr. 9
Dienstag, 18.08.2026	2A03	Spielen und Lernen: spielerisch die Welt entdecken von 1- 3 Jahren	Petersdorf, Sporthalle, Hauptstr. 16a
Dienstag, 18.08.2026	2E05	PARENS® – Fortsetzungskurs	Bildungswerk, Kirchstr. 9
Dienstag, 18.08.2026	2E06	PARENS® – Anfängerkurs	Bildungswerk, Kirchstr. 9
Dienstag, 18.08.2026	6018	Fasten als Weg zur Selbstheilung: neue Vitalität durch Entgiftung und Darmsanierung	online
Mittwoch, 19.08.2026	5K07	Nähkurs für Anfänger:innen und Fortgeschrittene	Bildungswerk, Kirchstr. 9
Donnerstag, 20.08.2026	5F08	Die kreative Welt des Gläser-Bemalens	Bildungswerk, Kirchstr. 9
Donnerstag, 20.08.2026	6O03	Burgerliebe vom Grill	Bildungswerk, Kirchstr. 9
Freitag, 21.08.2026	6019	Sanftes Training im Sitzen – Stuhlgymnastik	Bildungswerk, Kirchstr. 9
Samstag, 22.08.2026	1L23	Technik des Handpuppenspiels	Bildungswerk, Kirchstr. 9
Samstag, 22.08.2026	5A01	Literarische Reise auf Spanisch	Friesoythe, Bücherei, Franziskusplatz 1-2
Samstag, 22.08.2026	1L24	Wellness für die Füße – Anwendungsmöglichkeiten im Pflegebereich	Bildungswerk, Kirchstr. 9
Montag, 24.08.2026	1N06	Bewerbung schreiben mit KI – Schritt für Schritt zurück ins Berufsleben Vierteiliger Abendkurs für Frauen	Bildungswerk, Kirchstr. 9

Termin	Kurs	Titel	Kursort
Dienstag, 25.08.2026	0017	Social Media als politischer Raum: Einfluss, Manipulation und Gegenstrategien – Prävention im Vorfeld der Kommunalwahlen 2026	Bildungswerk, Kirchstr. 9
Mittwoch, 26.08.2026	5F06	Gehwegplatten gestalten	Bildungswerk, Kirchstr. 9
Donnerstag, 27.08.2026	6020	Bösel – Rundum Fit – Ganzkörpertraining	Bösel, Begegnungszentrum, Am Kirchpl. 28
Freitag, 28.08.2026	6O09	Steakreise für Anfänger:innen	Bildungswerk, Kirchstr. 9
Samstag, 29.08.2026	1L25	Biographiearbeit in der Pflege	Bildungswerk, Kirchstr. 9
Montag, 31.08.2026	6E06	Yoga	Kulturzentrum „Alte Wassermühle“, Alte Mühlenstr. 6
Montag, 31.08.2026	6E07	Yoga	Kulturzentrum „Alte Wassermühle“, Alte Mühlenstr. 6
Montag, 31.08.2026	6E08	Yoga	Kulturzentrum „Alte Wassermühle“, Alte Mühlenstr. 6
Dienstag, 01.09.2026	6E09	Yoga	DGH Neuvrees, Feldstr. 3
Dienstag, 01.09.2026	1B04	"Hilf mir, es selbst zu tun" – Montessori-Pädagogik	Bildungswerk, Kirchstr. 9
Mittwoch, 02.09.2026	2H09	Montessori to go für Eltern mit Vorschul- und Grundschulkindern	Bildungswerk, Kirchstr. 9
Donnerstag, 03.09.2026	7E02	Spanisch für Anfänger:innen – Teil III	Bildungswerk, Kirchstr. 9
Donnerstag, 03.09.2026	0021	Selbstbestimmt bis zuletzt – Vorsorgevollmacht, Betreuungsverfügung, Patientenverfügung?	Bildungswerk, Kirchstr. 9
Freitag, 04.09.2026	2E14	Bösel – PARENS® – Anfängerkurs	Bösel, Begegnungszentrum, Am Kirchpl. 28
Freitag, 04.09.2026	0022	Frauen und Finanzen	Bildungswerk, Kirchstr. 9
Samstag, 05.09.2026	8007	iPad-Einführung: Mehr als nur ein Tablet	Bildungswerk, Kirchstr. 9
Montag, 07.09.2026	1A02	Maßnahme FbW Schulbegleitung	Bildungswerk, Kirchstr. 9
Montag, 07.09.2026	1A06	Inklusionshelfer:in – Grundqualifikation für inklusive Begleitung in Schulen und Kindertagesstätten – KEB-Zertifikatskurs	Bildungswerk, Kirchstr. 9
Montag, 07.09.2026	8001	Word-Entdeckerkurs: Ihr Sprungbrett in die digitale Textwelt!	BBS, Thüler Str. 13

Termin	Kurs	Titel	Kursort
Dienstag, 08.09.2026	8003	Excel-Entdeckerkurs: Ihr Navigationskompass in der Welt der Tabellen	BBS, Thüler Str. 13
Mittwoch, 09.09.2026	2H01	Sanfte Begleitung mit ätherischen Ölen – für Mamas und Babys ab 3 Monaten	Bildungswerk, Kirchstr. 9
Mittwoch, 09.09.2026	6008	Outdoortraining mit Schwunghanteln	Friesoythe
Freitag, 11.09.2026	1L26	"Von bunten Blättern zu funkelnden Sternen" – Kreativ durch Herbst und Winter	Bildungswerk, Kirchstr. 9
Freitag, 11.09.2026	6O05	Pizza-Grillkurs – Perfekte Pizza vom Grill selbst gemacht	Bildungswerk, Kirchstr. 9
Montag, 14.09.2026	6027	Dein Einstieg in eine besondere Sportart – Pole Dance Beginner Kurs	Altenoythe
Montag, 14.09.2026	1A14	Einblicke ins Autismusspektrum – Grundlagen Alltagstipps	Bildungswerk, Kirchstr. 9
Mittwoch, 16.09.2026	1A04	Päd. Mitarbeiter:in an Schulen – Fit for Kid – KEB-Zertifikatskurs	Bildungswerk, Kirchstr. 9
Mittwoch, 16.09.2026	4003	Der Wald und seine Kräfte – ätherische Nadel- und Holzöle	Bildungswerk, Kirchstr. 9
Mittwoch, 16.09.2026	6029	Orientalischer Tanz	Altenoythe
Mittwoch, 16.09.2026	7A03	Politikprüfung Test "Leben in Deutschland" LiD	Bildungswerk, Kirchstr. 9
Donnerstag, 17.09.2026	5F09	Stickpullover mit floraler Zahl oder Initialen gestalten	Bildungswerk, Kirchstr. 9
Freitag, 18.09.2026	2A15	Das Hoferlebnis – Alpakas erleben Für Eltern mit Kindern	Petersdorf
Freitag, 18.09.2026	5G02	Kreativ mit Wissen: Lerne die Kunst der Aquarellmalerei	Bildungswerk, Kirchstr. 9
Samstag, 19.09.2026	6021	Meditative Kreistänze im Findhorn-Stil	Bildungswerk, Kirchstr. 9
Samstag, 19.09.2026	1L27	Glaube im Alltag: Religiöse Feste und Rituale verschiedener Religionen kennenlernen	Bildungswerk, Kirchstr. 9
Samstag, 19.09.2026	2H03	Musikpädagogik für Eltern	Bildungswerk, Kirchstr. 9
Samstag, 19.09.2026	7E04	Spanisch für den Urlaub	Bildungswerk, Kirchstr. 9
Samstag, 19.09.2026	8010	KI im Alltag und Beruf: Verstehen und Nutzen von ChatGPT, KI-generierten Bildern und Musik	Bildungswerk, Kirchstr. 9
Mittwoch, 23.09.2026	1L01	Maßnahme FbW Pflege/Betreuung	Bildungswerk, Kirchstr. 9

Termin	Kurs	Titel	Kursort
Mittwoch, 23.09.2026	7A04	Politikprüfung Test "Leben in Deutschland" LiD	Bildungswerk, Kirchstr. 9
Donnerstag, 24.09.2026	6O11	Die Kunst der "Cuts" – Vielfalt und Geschmack entdecken	Bildungswerk, Kirchstr. 9
Samstag, 26.09.2026	1N05	Telefontraining – Kundenfreundliches und kompetentes Telefonieren	Bildungswerk, Kirchstr. 9
Samstag, 26.09.2026	1N42	Baustein III der Meisterprüfung	Bildungswerk, Kirchstr. 9
Montag, 28.09.2026	1B05	Gewaltfreie Kommunikation (GFK) nach Dr. Marshall B. Rosenberg	Bildungswerk, Kirchstr. 9
Mittwoch, 30.09.2026	6022	Progressive Muskelentspannung – Locker werden, locker bleiben –	Friesoythe, Kindergarten Don Bosco, Meeschenstraße 71
Donnerstag, 01.10.2026	5I03	Bösel – Töpfern Schritt für Schritt – lerne, wie Formen aus Ton entstehen	Bösel, Sonja´s Töpferstübchen, Korsorsstr. 46
Donnerstag, 01.10.2026	6023	Fit und Aktiv – Muskelaufbau ohne Geräte – Fitness erhalten Körperwahrnehmung und Balance verbessern	Friesoythe, Kindergarten St. Chris- tophorus, Großer Kamp West 16
Sonntag, 04.10.2026	4004	Pilzkunde – Pilzwanderung	Thüle
Sonntag, 04.10.2026	4005	Pilzkunde – Pilzwanderung	Thüle
Montag, 05.10.2026	1A12	Musikpädagogik für päd. Fachkräfte	Bildungswerk, Kirchstr. 9
Dienstag, 06.10.2026	1B06	"Was ist schon normal?!" – Zum Umgang mit auffälligem Verhalten von Kindern in der Kita	Bildungswerk, Kirchstr. 9
Donnerstag, 08.10.2026	2H05	Diabetes bei Kindern – Wissen und Unterstützung	Bildungswerk, Kirchstr. 9
Donnerstag, 08.10.2026	1N01	Canva für Social Media – Grundlagen Kurs	Bildungswerk, Kirchstr. 9
Freitag, 09.10.2026	1L28	Aktivierung – Musik – Tanz – Spiel	Bildungswerk, Kirchstr. 9
Samstag, 10.10.2026	4008	Pilzkunde – Intensiv-Seminar	Thüle
Montag, 12.10.2026	5K05	Bösel – Nähen macht Spaß – für Kinder und Jugendliche ab 8 Jahren	Bösel, Begegnungszentrum
Dienstag, 13.10.2026	8006	Tastschreiben am Computer	BBS, Thüler Str. 13
Samstag, 17.10.2026	4009	Pilz-Wochenend-Intensiv-Kurs	Bildungswerk, Kirchstr. 9
Samstag, 17.10.2026	2A10	Spanisch in Bewegung – Wörter, Geschichten, Reime und Lieder	Bildungswerk, Kirchstr. 9

Termin	Kurs	Titel	Kursort
Sonntag, 18.10.2026	2A13	Englisch in Bewegung – Wörter, Geschichten, Reime und Lieder	Bildungswerk, Kirchstr. 9
Montag, 19.10.2026	2A07	Musikpädagogik für Familien	Bildungswerk, Kirchstr. 9
Donnerstag, 22.10.2026	6O07	"Einmal alles, bitte" – Der Probier-Grillkurs	Bildungswerk, Kirchstr. 9
Freitag, 23.10.2026	6O13	Beef Masterclass – Rind in Perfektion	Bildungswerk, Kirchstr. 9
Samstag, 24.10.2026	4006	Bösel – Pilzkunde – Pilzwanderung	Bösel, Spielplatz Waldesruh
Montag, 26.10.2026	1A08	Kinder trauern anders – Tod und Trauer im Erleben von Kindern	Bildungswerk, Kirchstr. 9
Montag, 26.10.2026	1A10	Aufbaumodul Schulbegleiter:in – KEB-Zertifikatskurs	online
Montag, 26.10.2026	2H10	Social Media: Einfluss, Manipulation und Gegenstrategien – für Eltern und pädagogische Fachkräfte	Bildungswerk, Kirchstr. 9
Dienstag, 27.10.2026	6031	Autogenes Training	Friesoythe, Kindergarten Don Bosco, Meeschenstraße 71
Mittwoch, 28.10.2026	5K08	Nähkurs für Anfänger:innen und Fortgeschrittene	Bildungswerk, Kirchstr. 9
Mittwoch, 28.10.2026	5K02	Bösel – Nähen für Anfänger:innen	Bösel, Begegnungszentrum
Donnerstag, 29.10.2026	1L37	Vertiefung der Lernbegleitung und Förderung der Auszubildendenmotivation Aufbauseminar für Praxisanleiter:innen	Bildungswerk, Kirchstr. 9
Freitag, 30.10.2026	2E16	Bösel – PARENS® – Anfängerkurs	Bösel, Begegnungszentrum, Am Kirchpl. 28
Freitag, 30.10.2026	5K09	Stricken – alles rund um Babykleidung	Bildungswerk, Kirchstr. 9
Samstag, 31.10.2026	4007	Bösel – Pilzkunde – Pilzwanderung	Bösel, Waldkindergarten St. Florian, Heideweg 3A
Montag, 02.11.2026	0005	Vielfühligkeit und Reizüberflutung (Hochsensibilität) bei Erwachsenen und Kindern	online
Dienstag, 03.11.2026	0009	Wärmepumpe: Was geht? Kritische Fragen kompakt beantwortet	Bildungswerk, Kirchstr. 9
Mittwoch, 04.11.2026	6012	Faszientraining – Theorie und Praxis	Bildungswerk, Kirchstr. 9
Donnerstag, 05.11.2026	1L06	Helfer:in in der Altenpflege KEB-Zertifikatskurs	Bildungswerk, Kirchstr. 9
Donnerstag, 05.11.2026	5I04	Bösel – Töpfern Schritt für Schritt – lerne, wie Formen aus Ton entstehen	Bösel, Sonja´s Töpferstübchen, Korsorsstr. 46

Termin	Kurs	Titel	Kursort
Donnerstag, 05.11.2026	5F10	Adventskranz – Workshop	Bildungswerk, Kirchstr. 9
Freitag, 06.11.2026	1L29	Aromapflege – Gestärkt durch den Pflegealltag mit der Aromatherapie	Bildungswerk, Kirchstr. 9
Samstag, 07.11.2026	1L30	Pflegedokumentation	Bildungswerk, Kirchstr. 9
Samstag, 07.11.2026	6024	Resilienz – Schlüssel zu mehr innerer Kraft	Bildungswerk, Kirchstr. 9
Montag, 09.11.2026	1L38	Moderation von Notfällen in der Palliation und Ernährung und Flüssigkeit am Lebensende	Bildungswerk, Kirchstr. 9
Dienstag, 10.11.2026	2A04	Spielen und Lernen: spielerisch die Welt entdecken von 1- 3 Jahren	Petersdorf, Sporthalle, Hauptstr. 16a
Dienstag, 10.11.2026	6010	Ausgewogene Ernährung – Gesund leben im Alltag	Bildungswerk, Kirchstr. 9
Mittwoch, 11.11.2026	0019	Wissensvortrag: Landschafts- und Bodengenese in Norddeutschland – Ein paar bodenständige Geschichten aus unserer Heimat in Kooperation mit der Stadt Friesoythe	Bildungswerk, Kirchstr. 9
Donnerstag, 12.11.2026	5F11	Adventskranz – Workshop	Bildungswerk, Kirchstr. 9
Donnerstag, 12.11.2026	5K10	Häkeln für Anfänger:innen	Bildungswerk, Kirchstr. 9
Donnerstag, 12.11.2026	0023	Sorgenfrei vorsorgen – Erben und Vererben	Bildungswerk, Kirchstr. 9
Samstag, 21.11.2026	1L31	Glaube und Rituale verschiedener Religionen im Abschied – Trauer und Trost	Bildungswerk, Kirchstr. 9
Dienstag, 24.11.2026	2E07	PARENS® – Fortsetzungskurs	Bildungswerk, Kirchstr. 9
Dienstag, 24.11.2026	2E08	PARENS® – Anfängerkurs	Bildungswerk, Kirchstr. 9
Donnerstag, 26.11.2026	6025	Eiweißreiche Ernährung – Vitalität und Fitness durch Hülsenfrüchte und Alternativen	Bildungswerk, Kirchstr. 9
Freitag, 27.11.2026	2E15	Bösel – PARENS® – Fortsetzungskurs	Bösel, Begegnungszentrum, Am Kirchpl. 28
Freitag, 27.11.2026	1L32	Schmerzen, Demenz und schwierige Momente – Hören, Sehen, Spüren was Menschen in Not brauchen	Bildungswerk, Kirchstr. 9
Montag, 14.12.2026	1N33	Ausbildung der Ausbilder – Baustein IV Ausbilderschein – Kompaktkurs	Friesoythe



Katholische
Erwachsenenbildung
Bildungswerk Friesoythe e.V.

Wir suchen engagierte Dozenten/Dozentinnen

für die Erwachsenenbildung.

Wenn Sie Expertise in Ihrem Fachgebiet haben und Ihre Leidenschaft für Wissen und Bildung teilen möchten, freuen wir uns auf Ihre Bewerbung!



Katholische
Erwachsenenbildung
Bildungswerk Friesoythe e.V.

Wenn Sie die schulische Inklusion fördern und als

Vertretungskraft

in der Schulbegleitung aktiv sein möchten, laden wir Sie herzlich zur Bewerbung ein.

Ihre Unterstützung kann den Bildungsweg von Schülerinnen und Schülern mit besonderem Förderbedarf positiv beeinflussen.

KEB-Geschäftsstelle Friesoythe

Katholisches Bildungswerk Friesoythe e.V.

Kirchstraße 9
26169 Friesoythe

Tel.: 04491 9330-0 (Zentrale/Anmeldung)

E-Mail: verwaltung@bildungswerk-friesoythe.de

Internet: www.bildungswerk-friesoythe.de

Bankverbindung Kath. Bildungswerk:

Volksbank eG

IBAN: DE21 2806 6620 0409 9559 00

BIC: GENODEF1FOY

Kindeswohlgefährdung und Schutzauftrag:

Alle eingesetzten Dozentinnen und Dozenten, die Kursarbeit mit Kindern und Jugendlichen ohne Anwesenheit der Erziehungsberechtigten durchführen, haben dem KBW Friesoythe ein „Erweitertes Führungszeugnis“ vorgelegt.

Das **Katholische Bildungswerk Friesoythe e.V.** wurde im Herbst 1960 gegründet. Es bezweckt die Förderung der Bildungsarbeit in Friesoythe und Umgebung. Das Katholische Bildungswerk Friesoythe e.V. ist Mitglied der Arbeitsgemeinschaft für Katholische Erwachsenenbildung im Offizialatsbezirk Oldenburg und Mitglied der Katholischen Erwachsenenbildung (KEB) im Lande Niedersachsen und somit nach dem Niedersächsischen Erwachsenenbildungsgesetz (NEBG) als Erwachsenenbildungsträger anerkannt. Das Katholische Bildungswerk Friesoythe e.V. ist nach ZAZAVplus zertifiziert und hat die Trägerzulassung nach AZAV.



Dem Verwaltungsrat gehören an:

Erster Vorsitzender:

Dr. Georg Pancratz, Oberstudiendirektor a. D.
Neuenkampsweg 3
26169 Friesoythe

Stellv. Vorsitzender:

Bernd Wichmann, Rechtsanwalt

Verwaltungsratsmitglieder:

- Pfarrer Christoph Winkeler, Kath. Kirchengemeinde St. Marien, Friesoythe
- Marie-Theres Lanfer, Dipl.-Ing., Architektin
- Rasmus Braun, Schullektor Heinrich-von-Oytha-Schule, Oberschule Friesoythe

Zur Regionalen Gliederung gehören:

Kath. Bildungswerk Barßel

Lange Straße 38, 26676 Barßel
Tel.: 04499 922696

www.bildungswerk-barsel.de

Bildungswerk Saterland e. V.

Marktstraße 1, 26683 Ramsloh
Tel.: 04498 707730

www.bildungswerk-saterland.de

Kath. Bildungswerk

Wilhelmshaven-Friesland-Wesermarsch e.V.

Schellingstr. 11a, 26384 Wilhelmshaven
Tel.: 04421 996444

www.keb-wilhelmshaven.de

Kath. Erwachsenenbildung Oldenburg e.V.

Peterstr. 6, 26121 Oldenburg
Tel.: 0441 36197937

www.keb-ol.de

Außenstellen und Kontaktadressen des Kath. Bildungswerkes e.V.:

Bösel

Monika Pille, 04494 1094

Allgemeine Geschäftsbedingungen:

Anmeldung:

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

Abmeldung:

Eine Abmeldung ist bis sieben Tage vor Kursbeginn möglich. Eine Ausnahme stellen die Zertifikatskurse dar, hier ist eine kostenfreie Abmeldung innerhalb von 14 Tagen vor Kursbeginn möglich. Danach ist die gesamte Kursgebühr fällig. Die Kursleiter:innen sind nicht berechtigt, Abmeldungen entgegenzunehmen. Das Fernbleiben vom Kurs gilt nicht als Abmeldung. Unregelmäßige Teilnahme oder vorzeitiges Ausscheiden entbindet nicht von der Zahlung der vollen Kursgebühr.

Gebühren:

Die Kursgebühr wird vor Kursbeginn fällig. Die Bezahlung der Gebühr erfolgt per SEPA-Lastschrift, Überweisung oder Barzahlung in der Geschäftsstelle. Sofern Sie einer Lastschrift zugestimmt haben, erfolgt der Einzug sieben Tage vor Kursbeginn. Fällt dieser nicht auf einen Bankarbeitstag, erfolgt der Einzug am unmittelbar darauffolgenden Bankarbeitstag. Auf Nachfrage gewährt das Bildungswerk Friesoythe Rabatte,

z. B. Familienrabatt, Rabatt für ALG I oder Bürgergeld-Empfänger:in oder Studierendenrabatt. Die Teilnahmegebühren der Gesundheitskurse werden u. U. von den Krankenkassen erstattet bzw. bezuschusst. Bitte informieren Sie sich bei Ihrer Krankenkasse.

Haftung:

Das Bildungswerk Friesoythe e.V. kann für Verluste oder Diebstahl sowie Unfälle keinerlei Haftung übernehmen. Programmänderungen sind vorbehalten. Abweichungen und Ergänzungen in unserem Bildungsprogramm werden in der Tagespresse angekündigt. Unsere Veranstaltungen können nur durchgeführt werden, wenn mindestens sieben Personen teilnehmen. Schwächer besetzte Kurse werden lediglich in Ausnahmefällen durchgeführt.

Datenschutz:

Alle Informationen zum Datenschutz finden Sie unter www.bildungswerk-friesoythe.de/Rechtliche-Informationen/Datenschutz/

Rabattregelungen*

Für Familien



für das zweite Familienmitglied: **20% Rabatt**



ab dem dritten Familienmitglied: **30% Rabatt**



Für

ALG I Empfänger:innen **10% Rabatt***

Bürgergeld Empfänger:innen **20% Rabatt***

Schüler:innen/Studierende: **10% Rabatt***

Prüfungsgebühren und Unterrichtsmaterialien sind von der Rabattierung ausgenommen.

*Gültig ab einer Kursgebühr in Höhe von 100 Euro.



Bildung schenken – Wissen, das bleibt.

Suchen Sie nach einem besonderen Geschenk?

Verschenken Sie Kreativität, Bildung, Wissen, Vorträge und Seminare, Anregungen und letztlich auch interessante Begegnungen.

Unser vielfältiges Programm bietet reichhaltige Möglichkeiten.

Sie können einen Gutschein für einen Kurs, aber auch einen Wertgutschein erwerben.

Melden Sie sich telefonisch, wir beraten gerne!

Tel.: 04491 9330 0

This image shows a blank sheet of white paper with horizontal ruling lines. The lines are evenly spaced and run across the width of the page. There are no margins, text, or other markings on the paper.