

# BUNT BEWEGT

Programm  
2024 | 25



**Juliane Huesmann**  
Leiterin der FABI



**Ingrid Ketteler**  
Stellvertretende Leiterin



**Melanie Plogmann**  
Verwaltung



**Karin Lullmann**  
Buchhaltung



**Stefanie Vallo**  
Verwaltung



**Tanja Krautstrunk**  
Fachbereichsleiterin



**Sabine Schmidt**  
Fachbereichsleiterin



**Imke Hengehold**  
Verwaltung



**Linda Kreye**  
Verwaltung



**Annette Lührmann-Sellmeyer**  
Fachbereichsleiterin



**Katrin Epheser**  
Päd. Mitarbeiterin  
Koordinatorin Ehrenamt



**Gundula Lipkowski**  
Tagungsservice



**Lena Schlochtermeyer**  
Auszubildende



**Viktor Kulkov**  
Hausmeister



**Ute Lahmeyer**  
Küchenleitung



**Maik Epping**  
Stellvertretende Küchenleitung

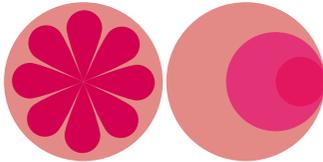


**Thalia Hoffmann**  
Auszubildende



# BUNT BEWEGT

**bunt bewegt** – so lautet das Motto unseres kommenden Jahresprogramms 2024/25. „bunt“ wie die Vielfalt der Menschen, die in der FABI ein und ausgehen und sie mit ihren unterschiedlichen Hintergründen, Lebenserfahrungen und Perspektiven prägen. Gerade in der heutigen Zeit steht bunt aber auch in besonderem Maße für Offenheit, Toleranz und die Schönheit der Vielfalt, die uns bereichert und uns als Gesellschaft stärkt. „bewegt“ drückt die Dynamik und Aktivität aus, die in der FABI spürbar ist. Wir bewegen uns in vielerlei Hinsicht: physisch, indem wir uns für Gesundheit und Bewegung einsetzen; geistig, indem wir Wissen und Bildung fördern; emotional, indem wir Beziehungen stärken und Gemeinschaft aufbauen. „bewegt“ sein bedeutet auch, sich zu verändern, zu wachsen, sich weiterzuentwickeln und seine individuelle Verantwortung als Teil der Gesellschaft aktiv wahrzunehmen.



Im Geiste dieser bunten Bewegung, haben wir auch dieses Jahr wieder ein vielfältiges Programm für jede Interessens- und Altersgruppe zusammengestellt: Von **Angeboten für junge Familien**, über **Kultur, Genuss und Kreativität bis hin zu Bewegung, Weiterbildung und Erholung**.

Lassen Sie uns gemeinsam bunt sein, uns gemeinsam bewegen und zusammen etwas bewegen – für eine vielfältige und lebenswerte Zukunft. Dazu laden wir Sie herzlich in die FABI Osnabrück ein!

Juliane Huesmann und das gesamte Team der FABI

Kursdetails, aktuelle Infos und weitere neue Kursangebote finden Sie unter [www.kath-fabi-os.de](http://www.kath-fabi-os.de)



**FABI** Katholische  
Familien-**B**i  
Bildungsstätte  
Osnabrück

Große Rosenstraße 18  
49074 Osnabrück  
Telefon 05 41/3 58 68-0  
Fax 05 41/3 58 68-20  
info@kath-fabi-os.de  
www.kath-fabi-os.de

## » DATENSCHUTZ

Die bei der Anmeldung erhobenen Daten werden elektronisch gespeichert und ausschließlich für Verwaltungs- und Abrechnungszwecke genutzt. Die Speicherung der Daten erfolgt in passwortgeschützten Programmen. Die Einsicht haben nur befugte Mitarbeiter\*innen unserer Einrichtung, die eine Datenschutzerklärung unterzeichnet haben und Personen im Zuge gesetzlicher Überprüfungen.

Detaillierte Datenschutzbestimmungen lesen Sie bitte auf unserer Homepage [www.kath-fabi-os.de](http://www.kath-fabi-os.de).

## » GEBÜHREN

Die Gebühren werden nach Kursbeginn per SEPA-Basislastschriftverfahren erhoben. Das Mandat erbitten wir auf dem entsprechenden Formular auszufüllen (auf unserer Internetseite, in der FABI). Eine falsch eingetragene Bankverbindung führt zu einer Gebührenbelastung von 3,00 Euro. **Das Mandat** gilt bis auf Widerruf.

Weitere Informationen finden Sie am Ende des Programmheftes und unter [www.kath-fabi-os.de](http://www.kath-fabi-os.de)/Allgemeine Geschäftsbedingungen.

### Kontoverbindung der FABI

Darlehenskasse Münster  
IBAN DE98 4006 0265 1101 5507 00  
BIC GENODEM1DKM

## » SPENDENKONTO – EIN HERZ FÜR KINDER UND BENACHTEILIGTE MENSCHEN

Sparkasse Osnabrück  
IBAN DE18 2655 0105 0000 2930 01  
BIC NOLADE22XXX

## » INSTITUTIONELLES SCHUTZKONZEPT

Unser Institutionelles Schutzkonzept (ISK) stellt die Grundlage dar, Kinder, Jugendliche und hilfsbedürftige Personen vor sexualisierter Gewalt in Wort und Tat adäquat zu schützen. Ziel des Schutzkonzeptes ist, eine „Kultur der Achtsamkeit“ zu implementieren. Das Schutzkonzept ist auf unserer Homepage nachzulesen.

## » QUALITÄTSMANAGEMENT IN DER FABI

Seit 2012 ist die FABI AZAV zertifiziert und als Träger nach dem Recht der Arbeitsförderung zugelassen.

Die FABI ist außerdem als familienfreundlicher Arbeitgeber zertifiziert und trägt das Gütesiegel für Qualifizierungsmaßnahmen der Frühkindlichen Bildung des Landes Niedersachsen.



## » ÖFFNUNGSZEITEN DER VERWALTUNG

Montag bis Freitag: 8.15 - 12.15 Uhr  
Montag bis Donnerstag: 14.45 - 19.30 Uhr

## » TELEFONZEITEN DER VERWALTUNG

Montag bis Freitag: 9.00 - 12.00 Uhr  
Montag, Dienstag, Donnerstag: 15.30 - 17.00 Uhr

## » ÖFFNUNGSZEITEN DES FABI-BISTROS

Mittagstisch: Montag bis Donnerstag 11.30 - 14.00 Uhr  
Offenes Cafe zu den gesamten Öffnungszeiten der FABI

## » ANMELDUNG

Bitte melden Sie sich zu unseren Kursangeboten schriftlich, z. B. online oder per E-Mail an. **Ihre Anmeldung ist verbindlich und verpflichtet zur Zahlung der Gebühr.**

Sie erhalten per E-Mail eine Bestätigung, wenn uns eine gültige E-Mail-Adresse vorliegt. Ansonsten erhalten Sie keine Anmeldebestätigung. Sollten Sie keine Anmeldebestätigung erhalten, ist Ihre Anmeldung trotzdem rechtsgültig. Das Fernbleiben vom Kurs gilt nicht als Abmeldung.

## » ABMELDUNG

Abmeldungen sind nur **schriftlich oder per E-Mail bis mindestens fünf Werktag vor Kursbeginn** möglich.

Wird diese Abmeldefrist nicht eingehalten oder können Sie wegen Krankheit nicht teilnehmen, wird die Kursgebühr in voller Höhe fällig.

**Bei Veranstaltungen in den Bereichen 3100, 5200 und 5400 (Berufliche Fortbildungen) gilt eine Abmeldefrist bis spätestens 14 Tage vor Kursbeginn. Auch gelten gesonderte Abmeldebedingungen für den Bereich 7400 (Bildungsurlaube).**

Bitte beachten Sie unsere Geschäftsbedingungen am Ende des Programms!

<p>FAMILIE FAMILIEN- UNTERSTÜTZUNG</p>	<p>Fit für den Start... und das Baby kann kommen <b>08</b>                  Rund um die Geburt <b>11</b>                  Im ersten Lebensjahr <b>12</b>                  Offene Treffs <b>12</b>                  Solo-Eltern <b>15</b>                  PEKiP <b>18</b>                  Im 2. und 3. Lebensjahr <b>21</b>                  Für die Familie <b>24</b></p>	<p>Väter &amp; Kinder <b>26</b>                  Elternwissen <b>27</b>                  Online-Elternabende <b>27</b>                  Ferienfreizeiten <b>30</b>                  Kindergeburtstage <b>31</b>                  Wellcome – Praktische Hilfe nach der Geburt <b>32</b>                  Großelternpatenschaften <b>32</b>                  KINDERMAHLZEIT &amp; KINDERBILDUNG <b>33</b></p>	
<p>FAMILIE WOHNORTNAH</p>	<p>Kitas &amp; Familienzentren in der Stadt                  und im Landkreis Osnabrück <b>36</b>                  Gut ankommen in Bersenbrück <b>37</b>                  FuN – Familie und Nachbarschaft <b>37</b></p>	<p>ElternChanceN - mit Elternbegleitung                  Familien stärken <b>37</b>                  Online-Elternabende <b>37</b></p>	
<p>BEGEGNUNG KULTUR GLAUBE</p>	<p>Kultur und Begegnung <b>40</b>                  Sprachen <b>44</b>                  Theologie und Religion <b>46</b></p>		
<p>KREATIVITÄT MODE MUSIK</p>	<p>Kreativ sein <b>48</b>                  Kreative Events <b>53</b>                  Nadel und Faden <b>54</b></p>	<p>Gesang und Instrument <b>56</b>                  Ausstellungen <b>57</b></p>	
<p>BEWEGUNG GESUNDHEIT</p>	<p>Vital mit Yoga und Hatha-Yoga <b>58</b>                  Bewegen – Entspannen – Fit bleiben <b>60</b></p>	<p>Bildungsurlaub <b>62</b>                  Vorbeugen – Heilen – Wohlfühlen <b>64</b></p>	
<p>KOCHKURSE UND KOCHCLUBS</p>	<p>Treffpunkt Küche – Kochkurse nach Wunsch <b>66</b>                  Kulinarische Reise <b>67</b></p>	<p>Essen und Coaching <b>68</b>                  Kochen im Club <b>71</b></p>	
<p>FORTBILDUNGEN QUALIFIZIERUNG EHRENAMT</p>	<p>Fortbildungen für pädagogische Fachkräfte in                  Tageseinrichtungen für Kinder <b>74</b>                  Fortbildungen für pädagogische Fachkräfte                  in der Kindertagespflege <b>79</b></p>	<p>Bildung und Begleitung im Ehrenamt <b>82</b></p>	
<p>INFOS</p>	<p>AGB <b>84</b>                  Tagen in der FABI <b>86</b></p>		



#### OFFENER ARTGERECHT® TREFF

**1 x im Monat montags,  
15.30–17.00 Uhr**  
Kursgebühr: Pro Termin 4,00 €

#### OFFENER BABYTREFF

**Jeden Donnerstag im Monat,  
10.30–12.00 Uhr**  
Kursgebühr: Pro Termin 4,00 €

#### DIE MACHBAR –

Nachhaltigkeitsideen  
und Spielzeit  
**1 x im Monat dienstags,  
15.00–17.00 Uhr**  
Kursgebühr: Pro Termin 4,00 €

Du kaufst eine Stempelkarte  
für 20 € = 5 Termine oder  
40 € = 10 Termine. Bei 10  
Terminen bekommst  
du den 11. Termin  
kostenlos.

Gültigkeit: 2 Jahre nach  
Kauf. Personengebunden  
(außer Partner\*innen/  
Großeltern).

# Offene Treffs mit Stempelkarte



## Auszeit im Innenhof

Eine kleine Oase mitten in der Stadt

Nutzen Sie unseren geschützten Innenhof mit kleiner Spieloase für Babys und Kleinkinder. Während die Eltern ihren Cappuccino oder Latte Macchiato aus unserem Bistro genießen und es sich die Babys auf der Krabbelmatte gemütlich machen, sind die älteren Kindern auf dem Bobby Car unterwegs oder spielen unter Sonnenschirmen im Sandkasten.

So kann Erholung mitten in der Stadt aussehen bei der Kath. FABI in Osnabrück.



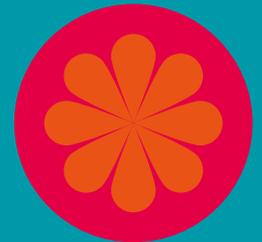
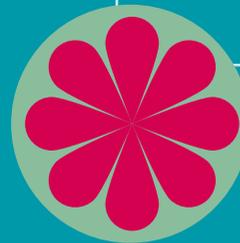


OSNABRUCK®

Fachbereich für Kinder,  
Jugendliche und Familien



FAMILIE /  
FAMILIEN-  
UNTER-  
STÜTZUNG



**Wir suchen  
Pflegeeltern!**

Adoptions- und Pflegekinderdienst im Fachdienst Familie - Sozialer Dienst  
Hasetorwall 17 | 49076 Osnabrück | Telefon (0541) 323-2429 | [www.osnabrueck.de/soziales](http://www.osnabrueck.de/soziales)

# FIT FÜR DEN START

... und das Baby kann kommen!

## FÜR WERDENE MÜTTER & VÄTER

Ab der 16.  
Schwangerschafts-  
woche



[www.fit-fuer-den-start.de](http://www.fit-fuer-den-start.de)  
[info@fit-fuer-den-start.de](mailto:info@fit-fuer-den-start.de)

### RUND UM DIE GEBURT

#### FIT FÜR DEN START... UND DAS BABY KANN KOMMEN

„Fit für den Start... und das Baby kann kommen“ bietet Ihnen Begleitung und Unterstützung in der Schwangerschaft ab der 16. Schwangerschaftswoche und in den ersten Monaten mit dem Baby. Sie erhalten wertvolle Tipps zum Umgang mit dem Neugeborenen, wir zeigen Ihnen praktische Übungen und ermöglichen den Austausch untereinander.

#### Kursinhalte:

- Die erste Zeit mit dem Baby
- Veränderung als Familie
- Verstehen kindlicher Signale
- Wickeln, Tragen und Halten des Babys
- Infos zu Elternzeit und -geld, Kindergeld

Werdende Väter befassen sich mit Themen wie „Papa sein von Anfang an“ und Partnerschaft.

„Fit für den Start... und das Baby kann kommen“ ergänzt optimal die Betreuung durch die gynäkologischen Praxen und Hebammen.

Alle Kurse werden von qualifizierten Trainerinnen und Trainern geleitet.

**Projektkoordination:** Katrin Epheser, Tel.: 0541/3586822

#### Gebühr:

42,00 Euro pro Person

75,00 Euro für Paare

Eine Ermäßigung ist unbürokratisch möglich.

5,00 Euro für Leistungsbezieher\*innen

Die Kursteilnahme wird gefördert und finanziell unterstützt von Stadt und Landkreis Osnabrück, Stiftung der Sparkassen im Landkreis Osnabrück, Land Niedersachsen, Friedel & Gisela Bohnenkamp-Stiftung sowie Unternehmen in der Region.

#### Termine:

Der Kurs umfasst vier Treffen vor der Geburt und zwei Treffen nach der Geburt mit den Babys. Die Termine nach der Geburt werden im Kurs festgelegt.

Bei einigen Kursen finden die Treffen zwei und drei online statt. Genauere Informationen finden Sie auf der Homepage unter dem jeweiligen Kurs.

KATH. FABI OSNABRÜCK



Mo, 09.09.24,	19.00 - 21.15 Uhr,	6 x	D00000	42,00 €
Mo, 25.11.24,	19.00 - 21.15 Uhr,	6 x	D00001	42,00 €
Mo, 10.02.25,	19.00 - 21.15 Uhr,	6 x	D00002	42,00 €
Mo, 12.05.25,	19.00 - 21.15 Uhr,	6 x	D00003	42,00 €

FAMILIENTREFF  
WEST,  
OSNABRÜCK



Mi, 23.10.24,	19.30 - 21.45 Uhr,	6 x	D04000	42,00 €
Mi, 22.01.25,	19.30 - 21.45 Uhr,	6 x	D04001	42,00 €
Mi, 23.04.25,	19.30 - 21.45 Uhr,	6 x	D04002	42,00 €



KLINIKUM  
OSNABRÜCK,  
STORCHENNEST



Do, 07.11.24,	19.00 - 21.15 Uhr,	6 x	D01000	42,00 €
Do, 20.02.25,	19.00 - 21.15 Uhr,	6 x	D01001	42,00 €
Do, 05.06.25,	19.00 - 21.15 Uhr,	6 x	D01002	42,00 €

MARIENHOSPITAL,  
OSNABRÜCK  
(Niels-Stensen-Kliniken)



Do, 08.08.24,	19.00 - 21.15 Uhr,	6 x	D05000	42,00 €
Do, 09.01.25,	19.00 - 21.15 Uhr,	6 x	D05001	42,00 €
Do, 06.03.25,	19.00 - 21.15 Uhr,	6 x	D05002	42,00 €

FAMILIENZENTRUM  
KUNTERBUNT,  
HASBERGEN



Mi, 21.08.24,	19.00 - 21.15 Uhr,	6 x	D02000	42,00 €
Mi, 12.03.25,	19.00 - 21.15 Uhr,	6 x	D02001	42,00 €

FAMILIENZENTRUM  
ST. MARIEN  
OESEDE

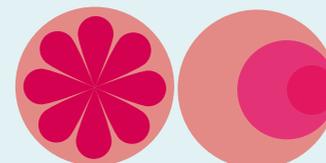


Di, 03.09.24,	19.00 - 21.15 Uhr,	6 x	D06000	42,00 €
Di, 28.01.25,	19.00 - 21.15 Uhr,	6 x	D06001	42,00 €
Di, 06.05.25,	19.00 - 21.15 Uhr,	6 x	D06002	42,00 €

DULINGSHOF,  
WALLENHORST



Do, 07.11.24,	19.00 - 21.15 Uhr,	6 x	D03000	42,00 €
Do, 27.02.25,	19.00 - 21.15 Uhr,	6 x	D03001	42,00 €
Do, 22.05.25,	19.00 - 21.15 Uhr,	6 x	D03002	42,00 €





## RUND UM DIE GEBURT

Fit für den Start...  
und das Baby kann kommen –  
Familienvorbereitungskurs

Geburtsvorbereitung  
für Frauen/Paare

Yoga in der Schwangerschaft



## IM ERSTEN LEBENSJAHR

Rückbildung

Yoga für Mutter und Baby

Muskelpower für  
Mutter und Baby

Babyfest mit Flohmarkt

PEKiP

Massage

Spiel-, Bewegungs und  
Entspannungskurse

Musik für Babys und Eltern

Offener artgerecht® Treff



## IM 2. UND 3. LEBENSJAHR

Bewegung und Entspannung

Kinderatelier

Gemeinsam wachsen – Spiel,  
Spaß und Musik

Minimusik



## FÜR DIE FAMILIE (0 – CA. 10 JAHRE) ALTERSÜBERGREIFEND)

Laternenfest

Offener Treff mit Nachhaltigkeits-  
ideen und Spielzeit (ab 0 Jahren)

Weihnachtsmusical

Gestalten, Erleben, Entdecken

Mit Kindern malen



## OFFENE TREFFS

Offener Babytreff  
(0 – 1 Jahr)

Offener artgerecht® Treff  
(0 – 6 Jahre)

Offener Treff mit  
Nachhaltigkeitsideen und Spielzeit  
(ab 0 Jahren)

BUNT  
BEWEGT



## VÄTER & KINDER

Bewegung



## KIDS & CO

Kindergeburtstage



## FAMILIENUNTERSTÜTZUNG

Ferienangebote

wellcome –  
Praktische Hilfe nach der Geburt

Solo-Eltern  
Angebote für allein- und getrennterziehen-  
de Eltern

Großeltern-Patenschaften

KINDERMAHLZEIT & KINDERBILDUNG



## ELTERNWISSEN

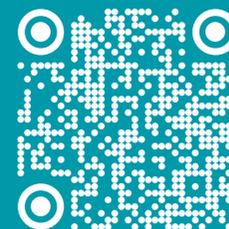
Elterntische

Online-Elternabende

artgerecht® Workshops



# RUND UM DIE GEBURT



Entdecke mehr!  
Einfach den QR-Code scannen  
& weitere Angebote  
finden.



Die detaillierten Kursbeschreibungen finden Sie auf  
[www.kath-fabi-os.de](http://www.kath-fabi-os.de).

Einzelne Kurse sind einfach zu finden, indem Sie die Kursnummer in  
die Suchmaske unter: „Stichwort“ eingeben.

## GEBURTSPREPARATION FÜR FRAUEN

Mo, 12.08.24,	18.30 - 20.30 Uhr,	7 x	D10100	17,00 €
Mo, 21.10.24,	18.30 - 20.30 Uhr,	7 x	D10101	17,00 €
Mo, 13.01.25,	18.30 - 20.30 Uhr,	7 x	D10102	17,00 €
Mo, 19.05.25,	18.30 - 20.30 Uhr,	7 x	D10103	17,00 €

Zusätzliche Kosten für die Begleitperson für den 4. Termin 15 €.

Leitung: Helene Baumgarth, Hebamme

## GEBURTSPREPARATION FÜR PAARE

Do, 24.10.24,	18.30 - 20.30 Uhr,	7 x	D10200	107,00 €
Do, 09.01.25,	18.30 - 20.30 Uhr,	7 x	D10201	107,00 €
Do, 24.04.25,	18.30 - 20.30 Uhr,	7 x	D10202	107,00 €

Leitung: Fabienne Schröder, Sophia Wittkuhn, Hebamme

## YOGA IN DER SCHWANGERSCHAFT FÜR ANFÄNGERINNEN UND FORTGESCHRITTENE

Mi, 07.08.24,	20.00 - 21.00 Uhr,	12 x	D10300	76,00 €
Mi, 08.01.25,	20.00 - 21.00 Uhr,	12 x	D10301	76,00 €
Mi, 23.04.25,	20.00 - 21.00 Uhr,	10 x	D10302	63,32 €

Leitung: Birgit Kramer-Nennen, Yogalehrerin (BDY/EYU)

## YOGA IN DER SCHWANGERSCHAFT FÜR ANFÄNGERINNEN UND FORTGESCHRITTENE

Mo, 05.08.24,	17.00 - 18.00 Uhr,	12 x	D10303	76,00 €
Mo, 06.01.25,	17.00 - 18.00 Uhr,	12 x	D10304	76,00 €
Mo, 28.04.25,	17.00 - 18.00 Uhr,	8 x	D10305	50,68 €

Leitung: Birgit Kramer-Nennen, Yogalehrerin (BDY/EYU)



Die detaillierten Kursbeschreibungen finden Sie auf [www.kath-fabi-os.de](http://www.kath-fabi-os.de).

Einzelne Kurse sind einfach zu finden, indem Sie die Kursnummer in die Suchmaske unter: „Stichwort“ eingeben.

Kursdetails, aktuelle Infos und weitere neue Kurse finden Sie unter [www.kath-fabi-os.de](http://www.kath-fabi-os.de)

Die Stempelkarte berechtigt zur Teilnahme an den folgenden Angeboten:

Offener Babytreff, offener artgerecht® Treff und die MachBar. Die Stempelkarte hat einen Wert von 20 Euro = 5 Termine oder 40 Euro = 10 Termine. Bei Erwerb der Stempelkarte mit zehn Terminen ist die Teilnahme am elften Termin gebührenfrei.

Nähere Informationen findest du in den AGB's

## OFFENER BABYTREFF – FÜR ELTERN UND KINDER IM 1. LEBENSJAHR

Do, 15.08.24,	10.30 - 12.00 Uhr,	1 x	D11010	4,00 €
Do, 22.08.24,	10.30 - 12.00 Uhr,	1 x	D11011	4,00 €
Do, 29.08.24,	10.30 - 12.00 Uhr,	1 x	D11012	4,00 €
Do, 05.09.24,	10.30 - 12.00 Uhr,	1 x	D11013	4,00 €
Do, 12.09.24,	10.30 - 12.00 Uhr,	1 x	D11014	4,00 €
Do, 19.09.24,	10.30 - 12.00 Uhr,	1 x	D11015	4,00 €
Do, 26.09.24,	10.30 - 12.00 Uhr,	1 x	D11016	4,00 €
Do, 24.10.24,	10.30 - 12.00 Uhr,	1 x	D11017	4,00 €
Do, 07.11.24,	10.30 - 12.00 Uhr,	1 x	D11018	4,00 €
Do, 14.11.24,	10.30 - 12.00 Uhr,	1 x	D11019	4,00 €
Do, 21.11.24,	10.30 - 12.00 Uhr,	1 x	D11020	4,00 €
Do, 28.11.24,	10.30 - 12.00 Uhr,	1 x	D11021	4,00 €
Do, 05.12.24,	10.30 - 12.00 Uhr,	1 x	D11022	4,00 €
Do, 12.12.24,	10.30 - 12.00 Uhr,	1 x	D11023	4,00 €
Do, 09.01.25,	10.30 - 12.00 Uhr,	1 x	D11024	4,00 €
Do, 16.01.25,	10.30 - 12.00 Uhr,	1 x	D11025	4,00 €
Do, 23.01.25,	10.30 - 12.00 Uhr,	1 x	D11026	4,00 €
Do, 30.01.25,	10.30 - 12.00 Uhr,	1 x	D11027	4,00 €
Do, 06.02.25,	10.30 - 12.00 Uhr,	1 x	D11028	4,00 €
Do, 13.02.25,	10.30 - 12.00 Uhr,	1 x	D11029	4,00 €
Do, 20.02.25,	10.30 - 12.00 Uhr,	1 x	D11030	4,00 €
Do, 27.02.25,	10.30 - 12.00 Uhr,	1 x	D11031	4,00 €
Do, 06.03.25,	10.30 - 12.00 Uhr,	1 x	D11032	4,00 €
Do, 13.03.25,	10.30 - 12.00 Uhr,	1 x	D11033	4,00 €
Do, 20.03.25,	10.30 - 12.00 Uhr,	1 x	D11034	4,00 €
Do, 27.03.25,	10.30 - 12.00 Uhr,	1 x	D11035	4,00 €
Do, 03.04.25,	10.30 - 12.00 Uhr,	1 x	D11036	4,00 €
Do, 24.04.25,	10.30 - 12.00 Uhr,	1 x	D11037	4,00 €
Do, 08.05.25,	10.30 - 12.00 Uhr,	1 x	D11038	4,00 €
Do, 15.05.25,	10.30 - 12.00 Uhr,	1 x	D11039	4,00 €
Do, 22.05.25,	10.30 - 12.00 Uhr,	1 x	D11040	4,00 €
Do, 05.06.25,	10.30 - 12.00 Uhr,	1 x	D11041	4,00 €
Do, 12.06.25,	10.30 - 12.00 Uhr,	1 x	D11042	4,00 €
Do, 19.06.25,	10.30 - 12.00 Uhr,	1 x	D11043	4,00 €
Do, 26.06.25,	10.30 - 12.00 Uhr,	1 x	D11044	4,00 €

Leitung: Katrin Epheser, Dipl.-Sonderpädagogin

– Mit Stempelkarte –



**OFFENER ARTGERECHT TREFF  
FÜR ELTERN UND KINDER VON 0 BIS 6 JAHREN  
„ES BRAUCHT EIN DORF, UM EIN KIND GROSSZU-  
ZIEHEN“**

Mo, 12.08.24,	15.30 - 17.00 Uhr,	1 x	D11170	4,00 €
Mo, 09.09.24,	15.30 - 17.00 Uhr,	1 x	D11171	4,00 €
Mo, 21.10.24,	15.30 - 17.00 Uhr,	1 x	D11172	4,00 €
Mo, 11.11.24,	15.30 - 17.00 Uhr,	1 x	D11173	4,00 €
Mo, 09.12.24,	15.30 - 17.00 Uhr,	1 x	D11174	4,00 €
Mo, 13.01.25,	15.30 - 17.00 Uhr,	1 x	D11175	4,00 €
Mo, 10.02.25,	15.30 - 17.00 Uhr,	1 x	D11176	4,00 €
Mo, 10.03.25,	15.30 - 17.00 Uhr,	1 x	D11177	4,00 €
Mo, 28.04.25,	15.30 - 17.00 Uhr,	1 x	D11177	4,00 €
Mo, 12.05.25,	15.30 - 17.00 Uhr,	1 x	D11179	4,00 €
Mo, 16.06.25,	15.30 - 17.00 Uhr,	1 x	D11180	4,00 €

Leitung: Christina Brüggemann, M. Sc. Wirtschaftspsychologie,  
zertifizierte artgerecht® Coach

– Mit Stempelkarte –

**RÜCKBILDUNGSGYMNASTIK MIT BABY  
VORMITTAGS**

Do, 22.08.24,	08.45 - 09.45 Uhr,	10 x	D11200	17,00 €
Do, 09.01.25,	08.45 - 09.45 Uhr,	10 x	D11201	17,00 €
Do, 10.04.25,	08.45 - 09.45 Uhr,	10 x	D11202	17,00 €

Leitung: Julia Kooter, Hebamme

**RÜCKBILDUNGSGYMNASTIK MIT BABY  
VORMITTAGS**

Do, 22.08.24,	10.00 - 11.00 Uhr,	10 x	D11203	17,00 €
Do, 09.01.25,	10.00 - 11.00 Uhr,	10 x	D11204	17,00 €
Do, 10.04.25,	10.00 - 11.00 Uhr,	10 x	D11205	17,00 €

Leitung: Julia Kooter, Hebamme

... von Anfang an!

**Alles für einen glücklichen Start**

Online & über 100 Fachmärkte – auch in deiner Nähe:  
BabyOne Osnabrück, Inhaber Peter Schatzl, 49082 Osnabrück,  
Iburger Str. 225 (im Nahne Center) • babyone

Baby- und  
Kinderausstattung  
Persönliche  
Beratung vor Ort  
Qualität zum Sparpreis  
Exklusive Services &  
Garantien



## BABYSIGNAL - MIT DEN HÄNDEN SPRECHEN FÜR ELTERN MIT KINDERN AB DEM 6 - 24 LEBENS MONAT

Fr, 08.11.24,	15.30 - 17.00 Uhr,	2 x	D11700	38,00 €
Fr, 14.03.25,	15.30 - 17.00 Uhr,	2 x	D11701	38,00 €

Leitung: Lea Ellerbrock, Fachkraft für Kleinkindpädagogik

## LAUFMAMALAUF

Fr, 09.08.24,	09.15 - 10.25 Uhr,	10 x	D11220	145,00 €
Fr, 06.09.24,	10.45 - 11.55 Uhr,	10 x	D11221	145,00 €

Kooperation: Anmeldung per E-Mail unter [kathi-osnabrueck@laufmamalauf.de](mailto:kathi-osnabrueck@laufmamalauf.de) oder direkt auf der Website mit dem Stichwort „Fabi“

Leitung: Jessica Schleutker

## SPIELEN UND ENTDECKEN FÜR KINDER IM ALTER VON 10-18 MONATEN

Di, 22.10.24,	11.30 - 12.15 Uhr,	7 x	D11554	25,20 €
Di, 21.01.25,	11.30 - 12.15 Uhr,	9 x	D11555	32,40 €
Di, 20.05.25,	11.30 - 12.15 Uhr,	6 x	D11556	21,60 €

Leitung: Annika Behnck, Zertifizierte Eltern-Kind-Kursleitung nach QEKK

## RÜCKBILDUNG OHNE BABY

Mo, 12.08.24,	16.50 - 18.15 Uhr,	9 x	D11209	17,00 €
Mo, 21.10.24,	16.50 - 18.15 Uhr,	9 x	D11210	17,00 €
Mo, 13.01.25,	16.50 - 18.15 Uhr,	9 x	D11211	17,00 €
Mo, 19.05.25,	16.50 - 18.15 Uhr,	9 x	D11212	17,00 €

Leitung: Helene Baumgarth, Hebamme

## YOGA MIT STRAMPELHOSEN UND STILLEINLAGEN FÜR MÜTTER MIT BABYS AB DEM 4. LEBENS MONAT

Di, 22.10.24,	15.30 - 16.30 Uhr,	9 x	D11250	66,00 €
Di, 07.01.25,	15.30 - 16.30 Uhr,	9 x	D11251	66,00 €
Di, 22.04.25,	15.30 - 16.30 Uhr,	9 x	D11252	66,00 €

Leitung: Laura Düllings, Yogalehrerin

## MAMA ZEIGT MUSKELPOWER FÜR MÜTTER MIT BABYS AB DEM 4. LEBENS MONAT

Di, 22.10.24,	14.15 - 15.15 Uhr,	9 x	D11253	66,00 €
Di, 07.01.25,	14.15 - 15.15 Uhr,	9 x	D11254	66,00 €
Di, 22.04.25,	14.15 - 15.15 Uhr,	9 x	D11255	66,00 €

Leitung: Laura Düllings, Yogalehrerin

## BABYS BEWEGEN SICH AB 6. - 8. LEBENS MONAT (EINSTIEGSALTER)

Mi, 14.08.24,	09.30 - 10.15 Uhr,	8 x	D11500	28,80 €
Mi, 23.10.24,	09.30 - 10.15 Uhr,	9 x	D11501	32,40 €
Mi, 08.01.25,	09.30 - 10.15 Uhr,	13 x	D11502	46,80 €
Mi, 23.04.25,	09.30 - 10.15 Uhr,	10 x	D11503	36,00 €

Leitung: Susanne Riese, Master of Arts Erziehungswissenschaften



### OFFENER TREFF FÜR SOLO-ELTERN

Di, 13.08.24,	15.45 - 17.45 Uhr,	1 x	D50000	0,00 €
Di, 10.09.24,	15.45 - 17.45 Uhr,	1 x	D50001	0,00 €
Di, 01.10.24,	15.45 - 17.45 Uhr,	1 x	D50002	0,00 €
Di, 12.11.24,	15.45 - 17.45 Uhr,	1 x	D50003	0,00 €
Di, 10.12.24,	15.45 - 17.45 Uhr,	1 x	D50004	0,00 €

Leitung: Natalie Sommer, Dipl.-Pädagogin

Förderung durch die Dieter Fuchs Stiftung

### WOCHEN-AKTION FÜR SOLO-ELTERN MIT KINDERN

So, 25.08.24,	15.00 - 18.00 Uhr,	1 x	D50010	0,00 €
Wasserspiele und Eis im Innenhof der Fabi.				
So, 24.11.25,	15.00 - 18.00 Uhr,	1 x	D50011	0,00 €
Eltern-Kind-Yoga - gemeinsam Bewegen und Entspannen				

Leitung: Natalie Sommer, Dipl.-Pädagogin

Förderung durch die Dieter Fuchs Stiftung

### ONLINE SOLO-ELTERN-ABEND

Mi, 07.08.24, 20.00 - 21.30 Uhr, 1 x D50005 0,00 €  
 Tipps und Infos zu Wiedereinstieg und Orientierung für Frauen von der Koordinierungsstelle Frau & Betrieb e.V.  
 Leitung: Bettina Stallforth

Mi, 23.09.24, 20.00 - 21.30 Uhr, 1 x D50006 0,00 €  
 „Bei Mama darf ich und bei Papa nicht“ - wenn zwei Erziehungswelten aufeinander treffen.  
 Leitung: Inge Zumsande

Mi, 23.10.24, 20.00 - 21.30 Uhr, 1 x D50007 0,00 €  
 „Lebenskrise Trennung meistern – Konkrete Alltagstipps für ein mehr an Selbstfürsorge“  
 Leitung: Franziska Karl

Mi, 13.11.24, 20.00 - 21.30 Uhr, 1 x D50008 0,00 €  
 „Wenn die Wut hochkommt“ – Überforderung & Hilfslosigkeit  
 Leitung: Daniela Hirt

Mi, 04.12.24, 20.00 - 21.30 Uhr, 1 x D50009 0,00 €  
 „Konflikt-entschärfende Kommunikation via Smartphone unter getrennten Eltern“  
 Leitung: Bettina Kaus  
 Förderung durch die Dieter Fuchs Stiftung



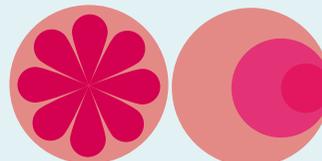
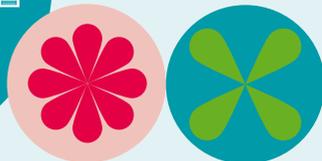
Für ein Mehr an Unterstützung als Solo-Eltern.



Solo-Eltern stärken

Angebote für allein- und getrennt-erziehende Eltern

## IM ERSTEN LEBENS- JAHR



### BABYS IN BEWEGUNG AB 9. - 12. LEBENS MONAT (EINSTIEGSALTER)

Mi, 14.08.24,	10.15 - 11.00 Uhr,	8 x	D11504	28,80 €
Mi, 23.10.24,	10.15 - 11.00 Uhr,	9 x	D11505	32,40 €
Mi, 08.01.25,	10.15 - 11.00 Uhr,	13 x	D11506	46,80 €
Mi, 23.04.25,	10.15 - 11.00 Uhr,	10 x	D11507	36,00 €

Leitung: Susanne Riese, Master of Arts Erziehungswissenschaften

### BEWEGUNGSSPIELE AUF DEM WICKELTISCH

Do, 29.08.24,	09.00 - 10.00 Uhr,	1 x	D11520	6,00 €
Do, 28.11.24,	09.00 - 10.00 Uhr,	1 x	D11521	6,00 €
Do, 27.02.25,	09.00 - 10.00 Uhr,	1 x	D11522	6,00 €
Do, 22.05.25,	09.00 - 10.00 Uhr,	1 x	D11523	6,00 €

Leitung: Katrin Epheser, Dipl.-Sonderpädagogin

### BABYS IN BEWEGUNG AB 3. - 6. LEBENS MONAT

Förderung und Kooperation durch die Kinder-Bewegungsstadt (KiBS) der Bürgerstiftung Osnabrück

Mo, 12.08.24,	09.30 - 10.30 Uhr,	8 x	D11510	16,00 €
Mo, 21.10.24,	09.30 - 10.30 Uhr,	8 x	D11511	16,00 €
Mo, 06.01.25,	09.30 - 10.30 Uhr,	10 x	D11512	20,00 €
Mo, 28.04.25,	09.30 - 10.30 Uhr,	8 x	D11513	16,00 €

Leitung: Beate Bierbach,  
Zertifizierte DTB-Kursleiter in Babys in Bewegung

### SPIELERISCHES TURNEN AB 9. - 14 LEBENS MONAT (EINSTIEGSALTER)

Fr, 09.08.24,	10.30 - 11.30 Uhr,	6 x	D11530	28,80 €
Fr, 25.10.24,	10.30 - 11.30 Uhr,	7 x	D11531	33,59 €
Fr, 10.01.25,	10.30 - 11.30 Uhr,	12 x	D11532	57,60 €
Fr, 25.04.25,	10.30 - 11.30 Uhr,	8 x	D11533	38,41 €

Leitung: Sophia Toben, Ergotherapeutin

### BABYS IN BEWEGUNG AB 6. - 8. LEBENS MONAT

Förderung und Kooperation durch die Kinder-Bewegungsstadt (KiBS) der Bürgerstiftung Osnabrück

Mo, 12.08.24,	10.45 - 11.45 Uhr,	8 x	D11514	16,00 €
Mo, 21.10.24,	10.45 - 11.45 Uhr,	8 x	D11515	16,00 €
Mo, 06.01.25,	10.45 - 11.45 Uhr,	10 x	D11516	20,00 €
Mo, 28.04.25,	10.45 - 11.45 Uhr,	8 x	D11517	16,00 €

Leitung: Beate Bierbach,  
Zertifizierte DTB-Kursleiter in Babys in Bewegung

### KOMM UND SPIEL' MIT! FÜR KRABBEL-UND LAUFKINDER VON 9 - 24 MONATEN

Mo, 12.08.24,	09.00 - 10.30 Uhr,	8 x	D11540	57,60 €
Mo, 21.10.24,	09.00 - 10.30 Uhr,	9 x	D11541	64,80 €
Mo, 06.01.25,	09.00 - 10.30 Uhr,	12 x	D11542	86,40 €
Mo, 28.04.25,	09.00 - 10.30 Uhr,	8 x	D11543	57,60 €

Leitung: Stefanie Zalewski,  
Zertifizierte Eltern-Kind-Kursleitung nach QEKK



### KOMM UND SPIEL' MIT! FÜR KRABBEL-UND LAUFKINDER VON 9 - 24 MONATEN

Mo, 12.08.24,	10.45 - 12.15 Uhr,	8 x	D11544	57,60 €
Mo, 21.10.24,	10.45 - 12.15 Uhr,	9 x	D11545	64,80 €
Mo, 06.01.25,	10.45 - 12.15 Uhr,	12 x	D11546	86,40 €
Mo, 28.04.25,	10.45 - 12.15 Uhr,	8 x	D11547	57,60 €

Leitung: Stefanie Zalewski,  
Zertifizierte Eltern-Kind-Kursleitung nach QEKK

### BABYMASSAGE, SPIELE UND BEWEGUNG FÜR SÄUGLINGE IM ALTER VON 6 WOCHEN - 6 MONATEN

Mo, 19.08.24,	15.30 - 16.30 Uhr,	5 x	D11588	30,02 €
Mo, 28.10.24,	15.30 - 16.30 Uhr,	5 x	D11589	30,02 €
Mo, 20.01.25,	15.30 - 16.30 Uhr,	5 x	D11590	30,02 €
Mo, 19.05.25,	15.30 - 16.30 Uhr,	5 x	D11591	30,02 €

Leitung: Helene Baumgarth, Hebamme

### GEMEINSAM WACHSEN – SPIEL, SPASS UND MUSIK 6. - 12. LEBENSMONAT

Mi, 14.08.24,	09.00 - 09.45 Uhr,	7 x	D11550	25,20 €
Mi, 23.10.24,	09.00 - 09.45 Uhr,	7 x	D11551	25,20 €
Mi, 08.01.25,	09.00 - 09.45 Uhr,	10 x	D11552	36,00 €
Mi, 14.04.25,	09.00 - 09.45 Uhr,	7 x	D11553	25,20 €

Leitung: Sinah Habermann, Erzieherin

### LIEDERGARTEN 7. - 15. LEBENSMONAT

Di, 13.08.24,	10.00 - 10.45 Uhr,	8 x	D11654	44,80 €
Di, 22.10.24,	10.00 - 10.45 Uhr,	9 x	D11655	50,40 €
Di, 07.01.25,	10.00 - 10.45 Uhr,	12 x	D11656	67,20 €
Di, 22.04.25,	10.00 - 10.45 Uhr,	9 x	D11657	50,40 €

Leitung: Claudia Otten, Musikpädagogin

### BEWEGUNGSSPASS FÜR BABYS AB 9 MONATEN (EINSTIEGSALTER)

Di, 13.08.24,	15.00 - 15.45 Uhr,	8 x	D11580	28,80 €
Di, 22.10.24,	15.00 - 15.45 Uhr,	9 x	D11581	32,40 €
Di, 07.01.25,	15.00 - 15.45 Uhr,	12 x	D11582	43,20 €
Di, 22.04.25,	15.00 - 15.45 Uhr,	9 x	D11583	32,40 €

Leitung: Susanne Riese, Master of Arts Erziehungswissenschaften

### LIEDERGARTEN 7. - 15. LEBENSMONAT

Di, 13.08.24,	11.00 - 11.45 Uhr,	8 x	D11658	44,80 €
Di, 22.10.24,	11.00 - 11.45 Uhr,	9 x	D11659	50,40 €
Di, 07.01.25,	11.00 - 11.45 Uhr,	12 x	D11660	67,20 €
Di, 22.04.25,	11.00 - 11.45 Uhr,	9 x	D11661	50,40 €

Leitung: Claudia Otten, Musikpädagogin

Sa, 08.03.25, 10.00 - 13.00 Uhr, 1 x D11001

## SCHWANGERSCHAFTS-, BABY- & KLEINKINDER-FLOHMARKT

STAND-  
GEBÜHR:  
10.00 €

beim Babyfest

Leitung: Mitarbeiterteam



PEKIP

## SPIELEN UND BEWEGEN NACH DEM PRAGER-ELTERN-KIND-PROGRAMM

### SEPTEMBER - OKTOBER 2023 GEBORENE KINDER

Mo, 12.08.24, 10.30 - 12.00 Uhr, 8 x D11400 78,40 €

### OKTOBER - NOVEMBER 2023 GEBORENE KINDER

Fr, 16.08.24, 09.00 - 10.30 Uhr, 7 x D11401 68,60 €

### NOVEMBER - DEZEMBER 2023 GEBORENE KINDER

Mi, 14.08.24, 09.00 - 10.30 Uhr, 17 x D11402 166,60 €

## DAS PEKIP IST EIN BEGLEITPROGRAMM ÜBER DEN ZEITRAUM DES 1. LEBENSJAHRES.

Im intensiven Kontakt und in der genauen Beobachtung erfahren Eltern, welche Bedürfnisse ihr Kind signalisiert, was ihrem Kind Freude macht und gut tut. Speziell entwickelte Bewegungsanregungen werden gemeinsam mit den Kindern erarbeitet. Das PEKIP unterstützt den Aufbau einer positiven Eltern-Kind-Beziehung durch gemeinsames Erleben, Bewegen, Spiel und Spaß.

Die Gruppe ist auf maximal 8 Erwachsene mit Kindern beschränkt. Sie trifft sich in einem warmen Raum, die Kinder sind nackt. Die Anmeldung gilt je nach Einstiegsalter der Kinder für maximal 4 Kursblöcke. Die Gebühren werden dementsprechend in bis zu 4 Teilzahlungsraten jeweils nach Beginn eines Blockes abgebucht.

Ein Ausstieg ist nur durch schriftliche Abmeldung am Ende eines Kursblockes möglich. Eltern auf der Warteliste werden benachrichtigt, sobald ein Platz frei geworden ist. Bitte geben Sie auf der Anmeldung unbedingt das errechnete bzw. tatsächliche Geburtsdatum Ihres Kindes an!

Bitte mitbringen: großes Handtuch, wasserdichte Unterlage.

Die Kurse werden von folgenden PEKiP-Kursleiterinnen geleitet: Katrin Epheser, Nina Raeth, Bianca Zimmermann, Laura Hahn



### DEZEMBER 2023 - JANUAR 2024 GEBORENE KINDER

Do, 15.08.24, 09.00 - 10.30 Uhr, 14 x D11403 137,20 €

### JANUAR - FEBRUAR 2024 GEBORENE KINDER

Di, 13.08.23, 09.00 - 10.30 Uhr, 20 x D11404 196,00 €

### FEBRUAR - MÄRZ 2024 GEBORENE KINDER

Mi, 14.08.24, 10.30 - 12.00 Uhr, 30 x D11405 294,00 €



## OKTOBER - NOVEMBER 2023 GEBORENE KINDER

Fr, 16.08.24, 14.00 - 15.30 Uhr, 7 x D11406 68,60 €

## AUGUST - SEPTEMBER 2024 GEBORENE KINDER

Fr, 25.10.24, 09.00 - 10.30 Uhr, 28 x D11412 274,40 €  
 zum 25.10.2024 68,60 €  
 zum 10.01.2025 127,40 €  
 zum 25.04.2025 78,40 €

## MÄRZ - APRIL 2024 GEBORENE KINDER

Do, 15.08.24, 10.30 - 12.00 Uhr, 27 x D11407 264,60 €  
 zum 15.08.2024 137,20 €  
 zum 09.01.2025 127,40 €

## SEPTEMBER - OKTOBER 2024 GEBORENE KINDER

Mi, 08.01.25, 09.00 - 10.30 Uhr, 23 x D11413 225,40 €  
 zum 08.01.2025 127,40 €  
 zum 23.04.2025 98,00 €

## APRIL - MAI 2024 GEBORENE KINDER

Mo, 12.08.24, 09.00 - 10.30 Uhr, 29 x D11408 284,20 €  
 zum 12.08.2024 166,60 €  
 zum 06.01.2025 117,60 €

## OKTOBER - NOVEMBER 2024 GEBORENE KINDER

Do, 09.01.25, 09.00 - 10.30 Uhr, 21 x D11414 205,80 €  
 zum 09.01.2025 127,40 €  
 zum 24.04.2024 78,40 €

## MAI - JUNI 2024 GEBORENE KINDER

Di, 13.08.24, 10.30 - 12.00 Uhr, 28 x D11409 274,40 €  
 zum 13.08.2024 156,80 €  
 zum 07.01.2025 117,60 €

## NOVEMBER - DEZEMBER 2024 GEBORENE KINDER

Di, 11.02.25, 09.00 - 10.30 Uhr, 17 x D11415 166,60 €  
 zum 11.02.2025 78,40 €  
 zum 22.04.2025 88,20 €

## JUNI - JULI 2024 GEBORENE KINDER

Fr, 16.08.23, 10.30 - 12.30 Uhr, 35 x D11410 343,00 €  
 zum 16.08.2024 137,20 €  
 zum 10.01.2025 127,40 €  
 zum 25.04.2025 78,40 €

## DEZEMBER 2024 - JANUAR 2025 GEBORENE KINDER

Do, 24.04.25, 10.30 - 12.00 Uhr, 8 x D11416 78,40 €

## JULI - AUGUST 2024 GEBORENE KINDER

Mo, 21.10.24, 10.30 - 12.00 Uhr, 29 x D11411 284,20 €  
 zum 21.10.2024 88,20 €  
 zum 10.01.2025 117,60 €  
 zum 25.04.2025 78,40 €

## JANUAR - FEBRUAR 2025 GEBORENE KINDER

Di, 22.04.25, 10.30 - 12.00 Uhr, 9 x D11417 88,20 €

## FEBRUAR - MÄRZ 2025 GEBORENE KINDER

Mo, 28.04.25, 09.00 - 10.30 Uhr, 8 x D11418 78,40 €

## MÄRZ - APRIL 2025 GEBORENE KINDER

Mi, 04.06.25, 10.30 - 12.00 Uhr, 4 x D11419 39,20 €

## JUNI - JULI 2024 GEBORENE KINDER

Di, 13.08.24, 15.00 - 16.30 Uhr, 38 x D11427 372,40 €

## AUGUST - SEPTEMBER 2024 GEBORENE KINDER

Fr, 25.10.24, 14.00 - 15.30 Uhr, 28 x D11420 274,40 €  
zum 25.10.2025 68,60 €  
zum 10.01.2025 127,40 €  
zum 24.04.2025 78,40 €

## SCHNUPPERSTUNDE PEKIP

Sa, 26.10.24, 09.00 - 10.30 Uhr, 1 x D11421 10,20 €  
für Babys im Alter von 8 Wochen bis 6 Monaten

Sa, 26.10.24, 10.30 - 12.00 Uhr, 1 x D11422 10,20 €  
für Babys im Alter von 6 bis 12 Monaten

Sa, 15.03.25, 09.00 - 10.30 Uhr, 1 x D11423 10,20 €  
für Babys im Alter von 8 Wochen bis 6 Monaten

Sa, 15.03.25, 10.30 - 12.00 Uhr, 1 x D11424 10,20 €  
für Babys im Alter von 6 bis 12 Monaten

Sa, 24.05.25, 09.00 - 10.30 Uhr, 1 x D11425 10,20 €  
für Babys im Alter von 8 Wochen bis 12 Monate

Sa, 24.05.25, 10.30 - 12.00 Uhr, 1 x D11426 10,20 €  
für Babys im Alter von 8 Wochen bis 12 Monate

## artgerecht® - Workshops entdecken



Was Babys und Kleinkinder brauchen, um glücklich und gesund aufzuwachsen.

- Offener artgerecht®-Treff (Stempelkarte)
- Windelfrei für Kleinkinder
- Babyschlaf-Workshop
- artgerecht®-Crashkurs rund um das Kleinkind

Mehr Infos unter [www.kath-fabi-os.de](http://www.kath-fabi-os.de)



## LAUFMAMALAUF Osnabrück Outdoorfitness für Mütter

- ▶ **Fitnesstraining für jede Mama-Station**
- ▶ **Bewegung für DEIN Wohlbefinden**
- ▶ **an der frischen Luft mit Gleichgesinnten**
- ▶ **Präventionskurse in Kooperation mit der kath. Fabi (Start: 05.04., 03.05., 09.08. & 06.09.)**

Quatschen erwünscht!

kostenfreie  
Probestunde



KATHI KLUTE  
0176 / 630 544 57  
KATHI-OSNABRUECK@LAUFMAMALAUF.DE





IM  
2. UND 3.  
LEBENS-  
JAHR

Die detaillierten Kursbeschreibungen finden Sie auf [www.kath-fabi-os.de](http://www.kath-fabi-os.de).

Einzelne Kurse sind einfach zu finden, indem Sie die Kursnummer in die Suchmaske unter: „Stichwort“ eingeben.

Die Stempelkarte berechtigt zur Teilnahme an den folgenden Angeboten:

Offener Babytreff, offener artgerecht® Treff und die MachBar. Die Stempelkarte hat einen Wert von 20 Euro = 5 Termine oder 40 Euro = 10 Termine. Bei Erwerb der Stempelkarte mit zehn Terminen ist die Teilnahme am elften Termin gebührenfrei.

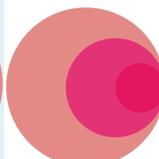
Nähere Informationen findest du in den AGB's

## DIE MACHBAR – NACHHALTIGKEITSIDEEN UND SPIELZEIT – OFFENER TREFF FÜR ELTERN & KINDER AB 0 JAHREN



Di, 27.08.24,	15.00 - 17.00 Uhr, 1 x	D12100	4,00 €
Von der Verpackung zum Musikinstrument			
Di, 24.09.24,	15.00 - 17.00 Uhr, 1 x	D12101	4,00 €
Experimentieren mit Kleister und Sand			
Di, 22.10.24,	15.00 - 17.00 Uhr, 1 x	D12102	4,00 €
Kreativ und spielerisch mit buntem Herbstlaub			
Di, 19.11.24,	15.00 - 17.00 Uhr, 1 x	D12103	4,00 €
Von der Verpackung zum Licht			
Di, 17.12.25,	15.00 - 17.00 Uhr, 1 x	D12104	4,00 €
„Auf die Plätzchen fertig los“			
Di, 21.01.25,	15.00 - 17.00 Uhr, 1 x	D12105	4,00 €
Mit Weiß ins neue Jahr			
Di, 18.02.25,	15.00 - 17.00 Uhr, 1 x	D12106	4,00 €
Alles rund um den Luftballon			
Di, 18.03.25,	15.00 - 17.00 Uhr, 1 x	D12107	4,00 €
Von der Verpackung zum Spiel			
Di, 22.04.25,	15.00 - 17.00 Uhr, 1 x	D12108	4,00 €
Es wird bunt mit der Tütenmalerei			
Di, 20.05.25,	15.00 - 17.00 Uhr, 1 x	D12109	4,00 €
Alles, was fliegt			
Di, 24.06.25,	15.00 - 17.00 Uhr, 1 x	D12110	4,00 €
Von der Verpackung zur lustigen Deko			
Di, 01.07.25,	15.00 - 17.00 Uhr, 1 x	D12111	4,00 €
Lasst euch überraschen			

**Leitung:** Claudia Schlörb, Kindertagespflegeperson, Tagesmutter  
– Mit Stempelkarte –





## OFFENER TREFF MIT NACHHALTIGKEITSIDEEN UND SPIELZEIT FÜR ELTERN UND KINDER AB 0 JAHREN

### Von der Verpackung zum Musikinstrument

Di, 27.08.24, 15.00-17.00, Nr. D12100

### Experimentieren mit Kleister und Sand

Di, 24.09.24, 15.00-17.00, Nr. D12101

### Kreativ & spielerisch mit bunten Herbstlaub

Di, 22.10.24, 15.00-17.00, Nr. D12102

### Von der Verpackung zum Licht

Di, 19.11.24, 15.00-17.00, Nr. D12103

Weitere Termine online unter  
[www.kath-fabi-os.de/nachhaltigkeit](http://www.kath-fabi-os.de/nachhaltigkeit)

- Mit Stempelkarte -



### SPIELERISCHES TURNEN FÜR KINDER IM ALTER VON 1 - 3 JAHREN

Mi, 14.08.24,	15.15 - 16.15 Uhr,	8 x	D12200	38,41 €
Mi, 23.10.24,	15.15 - 16.15 Uhr,	9 x	D12201	43,20 €
Mi, 08.01.25,	15.15 - 16.15 Uhr,	13 x	D12202	62,39 €
Mi, 23.04.25,	15.15 - 16.15 Uhr,	10 x	D12203	47,99 €

Leitung: Jakob Bremsteller, Kindertagespflegeperson

### SPIELERISCHES TURNEN FÜR KINDER IM ALTER VON 1 - 3 JAHREN

Mi, 14.08.24,	16.30 - 17.30 Uhr,	8 x	D12204	38,41 €
Mi, 23.10.24,	16.30 - 17.30 Uhr,	9 x	D12205	43,20 €
Mi, 08.01.25,	16.30 - 17.30 Uhr,	13 x	D12206	62,39 €
Mi, 23.04.25,	16.30 - 17.30 Uhr,	10 x	D12207	47,99 €

Leitung: Jakob Bremsteller, Kindertagespflegeperson

### BEWEGUNGSSPASS FÜR KLEINKINDER AB 14 MONATEN (EINSTIEGSALTER)

Di, 13.08.24,	16.00 - 17.00 Uhr,	8 x	D12210	38,41 €
Di, 22.10.24,	16.00 - 17.00 Uhr,	9 x	D12211	43,20 €
Di, 07.01.25,	16.00 - 17.00 Uhr,	12 x	D12212	57,60 €
Di, 22.04.25,	16.00 - 17.00 Uhr,	9 x	D12213	43,20 €

Leitung: Susanne Riese, Master of Arts Erziehungswissenschaften

### GEMEINSAM WACHSEN – SPIEL, SPASS UND MUSIK 12. - 18. LEBENS MONAT

Mi, 14.08.24,	10.00 - 10.45 Uhr,	7 x	D12220	25,20 €
Mi, 23.10.24,	10.00 - 10.45 Uhr,	7 x	D12221	25,20 €
Mi, 08.01.25,	10.00 - 10.45 Uhr,	10 x	D12222	36,00 €
Mi, 14.05.25,	10.00 - 10.45 Uhr,	7 x	D12223	25,20 €

Leitung: Sinah Habermann, Erzieherin



### SPIELERISCHES TURNEN FÜR KINDER IM ALTER VON 1 - 3 JAHREN

Fr, 09.08.24,	11.30 - 12.30 Uhr,	6 x	D12214	47,99 €
Fr, 25.10.24,	11.30 - 12.30 Uhr,	7 x	D12215	47,99 €
Fr, 10.01.25,	11.30 - 12.30 Uhr,	12 x	D12216	47,99 €
Fr, 25.04.25,	11.30 - 12.30 Uhr,	8 x	D12217	49,08 €

Leitung: Sophia Toben, Ergotherapeutin

### MINIMUSIK FÜR ELTERN UND KINDER VON 2 - 3,5 JAHREN

Do, 15.08.24,	15.00 - 15.45 Uhr,	7 x	D12750	39,20 €
Do, 24.10.24,	15.00 - 15.45 Uhr,	7 x	D12751	39,20 €
Do, 09.01.25,	15.00 - 15.45 Uhr,	13 x	D12752	72,80 €
Do, 24.04.25,	15.00 - 15.45 Uhr,	8 x	D12753	44,80 €

Leitung: Sophia Hoffmann, Musikpädagogin

### KINDERATELIER FÜR KINDER VON 2 - 3 JAHREN MIT BEGLEITUNG

Mi, 14.08.24,	16.15 - 17.15 Uhr,	7 x	D12500	55,98 €
Mi, 23.10.24,	16.15 - 17.15 Uhr,	6 x	D12501	48,00 €
Mi, 08.01.25,	16.15 - 17.15 Uhr,	11 x	D12502	88,02 €
Mi, 23.04.25,	16.15 - 17.15 Uhr,	7 x	D12503	55,98 €

Leitung: Diana Meschter

### MINIMUSIK FÜR ELTERN UND KINDER VON 2 - 3,5 JAHREN

Do, 15.08.24,	16.00 - 16.45 Uhr,	7 x	D12754	39,20 €
Do, 24.10.24,	16.00 - 16.45 Uhr,	7 x	D12755	39,20 €
Do, 09.01.25,	16.00 - 16.45 Uhr,	13 x	D12756	72,80 €
Do, 24.04.25,	16.00 - 16.45 Uhr,	8 x	D12757	44,80 €

Leitung: Sophia Hoffmann, Musikpädagogin

E-Paper im Web!

# Klecks

Das regionale Familienmagazin

**Klecks...**

- ▶ **aktuelle Themen**  
rund um die Familie und Freizeittipps
- ▶ **monatlicher Veranstaltungskalender**  
+ 2 x halbjährliche Flohmarktübersichten
- ▶ **Spezialausgaben**  
zu den Themen Kindergeburtstag, Gesundheit und Baby
- ▶ **10 Ausgaben jährlich**  
Doppelausgaben im Juli/August und Dezember/Januar
- ▶ **kostenlose Auslage**  
u. a. in Kindergärten, -fachgeschäften, -arztpraxen, Familieneinrichtungen, und Stadt-/Gemeindeverwaltungen



**JAHRES-ABO**  
10 Ausgaben

Zustellkosten: 19 Euro  
[www.klecks-os.de/service/abo](http://www.klecks-os.de/service/abo)



[www.klecks-os.de](http://www.klecks-os.de)



**Entdecke mehr!**  
Einfach den QR-Code scannen  
& weitere Angebote finden.



Die detaillierten Kursbeschreibungen finden Sie auf [www.kath-fabi-os.de](http://www.kath-fabi-os.de).

Einzelne Kurse sind einfach zu finden, indem Sie die Kursnummer in die Suchmaske unter: „Stichwort“ eingeben.

Kursdetails, aktuelle Infos und weitere neue Kurse finden Sie unter [www.kath-fabi-os.de](http://www.kath-fabi-os.de)

## APFELSAFT VON DER STREUOBSTWIESE

Sa, 28.09.24, 15.00 - 17.00 Uhr, 1 x D15501 12,00 €

Ein Erlebnis-Nachmittag für Eltern und Kinder

Leitung: Familie Pohlmann

## FAMILIENFREUNDLICHER NATURSPAZIERGANG

So, 06.10.24, 15.00 - 17.00 Uhr, 1 x D15502 6,00 €

Ein Erlebnis-Nachmittag für Eltern und Kinder

Leitung: Familie Pohlmann

## MIT KINDERN MALEN – AB 5-9 JAHREN MIT BEGLEITUNG

Di, 22.10.24,	16.00 - 17.30 Uhr,	4 x	D12505	53,00 €
Di, 07.01.25,	16.00 - 17.30 Uhr,	4 x	D12506	53,00 €
Di, 11.02.25,	16.00 - 17.30 Uhr,	4 x	D12507	53,00 €
Di, 29.04.25,	16.00 - 17.30 Uhr,	4 x	D12508	53,00 €

Großformatiges gemeinsames freies Malen ab 5 bis 9 Jahren mit Begleitung

Leitung: **Maria Ananieva**, Master of Arts in „Computerlinguistik und künstliche Intelligenz“



Willkommen im Leben,  
♥ kleiner Segen! ♥

**SEGENSFEIER FÜR BABYS AM 22.09.2024  
& 23.03.2025 IN DER KATH. FABI**

Wir feiern mit Ihnen die Geburt Ihres Kindes und stellen Sie und ihr Baby unter den Segen Gottes



[www.kath-fabi-os.de](http://www.kath-fabi-os.de)



## DURCH DIE FABI AUF UND NIEDER – LATERNFEST FÜR DIE GANZE FAMILIE

Fr, 08.11.24, 17.00 - 19.00 Uhr, 1 x D15001 0,00 €

Leitung: Katrin Epheser, Dipl.-Sonderpädagogin

## „WILLKOMMEN IM LEBEN, KLEINER SEGEN“ – SEGENSFEIER

So, 24.09.24, 15.00 - 15.30 Uhr, 1 x D31006 0,00 €

So, 23.03.25, 11.00 - 11.30 Uhr, 1 x D31007 0,00 €

Leitung: Tanja Krautstrunk, B.A. Soziale Arbeit

Kooperation mit dem Bistum Osnabrück

## „FÜNF BROTE UND ZWEI FISCH ZU WEIHNACHTEN“ WEIHNACHTSMUSICAL 2024

Sa, 07.12.24 und So, 08.12.24

Sa ab 9.30 bis So ca. 13.00 Uhr, 2 x D31000

Kosten (inkl. Verpflegung)

Erwachsene ohne Kind 45,00 €

je Elternteil 32,00 €

je Kind 21,00 €

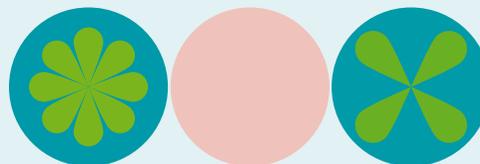
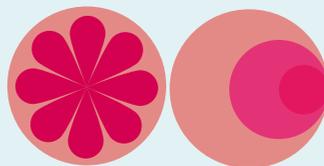
ab 3. Kind 5,00 €

Auch in diesem Jahr laden wir Familien herzlich ein, miteinander ein Wochenende in adventlicher Atmosphäre zu erleben und in nur einem Samstag diese Weihnachtsgeschichte zu gestalten. Während die Kinder auf der Bühne mit Theater, Tanz, Musik und Gesang aktiv werden, singen die Erwachsenen im Chor. Für Kinder jeden Alters ab ca. 4 Jahren ist eine passende Rolle dabei. .

**Am Sonntag können Freunde und Verwandte eine großartige Aufführung erleben!**

Karten dafür gibt es ab Oktober in der FABI zu kaufen.

Leitung: Oliver Fietz, Komponist und Musiker; Ute Steffen, Regie; Sabine Schmidt, Leitung



## ALLES FÜR...

## ...den kostbaren ersten Kontakt mit deinem Baby

### AUSSERDEM BEI UNS:

• Naturtextilien und Schuhe für kleine und große Leute

• Still- und Wickeloase

[www.impulse-os.de](http://www.impulse-os.de) | [insta: impulse\\_os](https://www.instagram.com/impulse_os)

impulse | Kleine Hamkenstraße 5 - 7 | 49074 Osnabrück | 0541.29292 | [info@impulse-os.de](mailto:info@impulse-os.de)



FOTO **disana**  
BETH HOFFMANN, PHOT. ART



Die detaillierten Kursbeschreibungen finden Sie auf [www.kath-fabi-os.de](http://www.kath-fabi-os.de).

Einzelne Kurse sind einfach zu finden, indem Sie die Kursnummer in die Suchmaske unter: „Stichwort“ eingeben.

Kursdetails, aktuelle Infos und weitere neue Kurse finden Sie unter [www.kath-fabi-os.de](http://www.kath-fabi-os.de)



## VATER KIND TURNEN AB 12. LEBENSMONAT (EINSTIEGSALTER) BIS 48 MONATEN

Sa, 24.08.24,	09.30 - 10.45 Uhr,	1 x	D12300	5,00 €
Sa, 07.09.24,	09.30 - 10.45 Uhr,	1 x	D12301	5,00 €
Sa, 26.10.24,	09.30 - 10.45 Uhr,	1 x	D12302	5,00 €
Sa, 30.11.24,	09.30 - 10.45 Uhr,	1 x	D12303	5,00 €
Sa, 14.12.24,	09.30 - 10.45 Uhr,	1 x	D12304	5,00 €
Sa, 25.01.25,	09.30 - 10.45 Uhr,	1 x	D12305	5,00 €
Sa, 22.02.25,	09.30 - 10.45 Uhr,	1 x	D12306	5,00 €
Sa, 22.03.25,	09.30 - 10.45 Uhr,	1 x	D12307	5,00 €
Sa, 26.04.25,	09.30 - 10.45 Uhr,	1 x	D12308	5,00 €
Sa, 10.05.25,	09.30 - 10.45 Uhr,	1 x	D12309	5,00 €
Sa, 21.06.25,	09.30 - 10.45 Uhr,	1 x	D12310	5,00 €

Leitung: Annalena Knutzen, Erzieherin

## COOLE AUSZEIT FÜR VÄTER MIT BABYS AB 6. LEBENSMONAT BIS 18 LEBENSMONAT

Sa, 24.08.24,	11.00 - 12.00 Uhr,	1 x	D15570	4,00 €
Sa, 07.09.24,	11.00 - 12.00 Uhr,	1 x	D15571	4,00 €
Sa, 26.10.24,	11.00 - 12.00 Uhr,	1 x	D15572	4,00 €
Sa, 30.11.24,	11.00 - 12.00 Uhr,	1 x	D15573	4,00 €
Sa, 14.12.24,	11.00 - 12.00 Uhr,	1 x	D15574	4,00 €
Sa, 25.01.25,	11.00 - 12.00 Uhr,	1 x	D15575	4,00 €
Sa, 22.02.25,	11.00 - 12.00 Uhr,	1 x	D15576	4,00 €
Sa, 22.03.25,	11.00 - 12.00 Uhr,	1 x	D15577	4,00 €
Sa, 26.04.25,	11.00 - 12.00 Uhr,	1 x	D15578	4,00 €
Sa, 10.05.25,	11.00 - 12.00 Uhr,	1 x	D15579	4,00 €
Sa, 21.06.25,	11.00 - 12.00 Uhr,	1 x	D15580	4,00 €

Leitung: Annalena Knutzen, Erzieherin



*Brettspiele*  
*Rollenspiele*  
*Würfelspiele*  
*Kartenspiele*  
*Krimidinnerspiele*  
*Escaperoomspiele*

und mehr!



[www.spieltraum.de](http://www.spieltraum.de)



Dein **Fachhändler**  
für **Spiele**  
in **Osnabrück**



Dielingerstr. 40 | 49074 Osnabrück  
Haltestelle "Nikolaizentrum"  
0541 21152 | [info@spieltraum.de](mailto:info@spieltraum.de)

**spieltraum**  
rund ums Spiel



### DIE FOLGENDEN ONLINE-ELTERNABENDE WERDEN GEFÖRDERT DURCH:



### GRENZEN ZEIGEN OHNE BELOHNUNG UND BESTRAFUNG – ELTERNABEND ONLINE

Fr, 23.08.24, 19.30 - 21.30 Uhr, 1 x D13003 0,00 €

Wie Sie Kindern durch liebevolle Begleitung Orientierung, Grenzen und Freiraum schenken können.

Leitung: Dr. Martina Stotz

### KINDER BEDÜRFNISORIENTIERT BEGLEITEN – ELTERNABEND ONLINE

Do, 19.09.24, 19.30 - 21.30 Uhr, 1 x D13000 0,00 €

Wie können wir Kinder heute in die Welt begleiten und ihre Bedürfnisse erkennen und stärken?

Leitung: Kathrin Hohmann

### BINDUNGSSTARKE VORSCHULZEIT – ELTERNABEND ONLINE

Mi, 23.10.24 19.30 - 21.30 Uhr, 1 x D13002 0,00 €

Fit für die Schule – Impulse und Wissen rund um die Entwicklung im letzten Kita-Jahr

Leitung: Kiran Deuretzbacher

### GELUNGENE PAARBEZIEHUNG MIT KINDERN – ELTERNABEND ONLINE

Do, 21.11.24, 19.30 - 21.30 Uhr, 1 x D13001 0,00 €

Wie ihr eure Beziehung NICHT in den Sand setzt, wenn ihr Kinder habt.

Leitung: Nina Grimm

### BINDUNG OHNE BURNOUT – ELTERNABEND ONLINE

Do, 23.01.25, 19.30 - 21.30 Uhr, 1 x D13102 0,00 €

Kinder zugewandt begleiten ohne auszubrennen

Leitung: Nora Imlau

### WEG DURCH DIE TROTZPHASE – ELTERNABEND ONLINE

Mi, 19.02.25, 19.30 - 21.30 Uhr, 1 x D13100 0,00 €

Ideen für Mütter und Väter entspannter durch die Trotzphase zu kommen.

Leitung: Danielle Graf



## STARKE KINDER BRAUCHEN STARKE VÄTER – ELTERNABEND ONLINE

Mi, 12.03.25, 19.30 - 21.00 Uhr, 1 x D13101 0,00 €

Als Papa wirklich Familie auf Augenhöhe gestalten und in liebevolle Verantwortung gehen.

Leitung: Carsten Vonnoh

## MAMA DENKT AN ALLES: MENTAL LOAD – ELTERNABEND ONLINE

Di, 01.04.25, 19.30 - 21.00 Uhr, 1 x D13105 0,00 €

„Die Frau fürs Leben ist nicht das Mädchen für alles!“

Leitung: Laura Fröhlich

## DEINE ANGST, MEINE ANGST – ELTERNABEND ONLINE

Do, 08.05.25, 19.30 - 21.00 Uhr, 2 x D13103 0,00 €

Die Gefühle Deines Kindes sicher begleiten und Deine eigenen Gefühle nicht übertragen.

Leitung: Inke Hummel

## MEIN FABELHAFTES EINZELKIND – ELTERNABEND ONLINE

Do, 12.06.25, 19.30 - 21.00 Uhr, 1 x D13106 0,00 €

Warum Kinder auch ohne Geschwister glücklich groß werden

Leitung: Anna Hofer

## ARTGERECHT CRASHKURS RUND UM DAS KLEINKIND – WORKSHOP NACH ARTGERECHT®

Sa, 21.09.24, 09.00 - 12.00 Uhr, 1 x D15450 25,00 €

In diesem Workshop geht es u.A. um die Themen: Essen, Schlafen, Sauberwerden, Spielen

Leitung: Christina Brüggemann,  
M.Sc. Wirtschaftspsychologie, zertifizierte artgerecht® Coach

## LIEBEVOLLES SAUBERWERDEN (KLEINKINDER) – WORKSHOP NACH ARTGERECHT®

Sa, 02.11.24, 09.00 - 11.00 Uhr, 1 x D15451 20,00 €

In diesem Workshop geht es um die liebevolle Begleitung beim Sauberwerden von Kleinkindern.

Leitung: Christina Brüggemann,  
M.Sc. Wirtschaftspsychologie, zertifizierte artgerecht® Coach

## WINDELFREI FÜR BABYS – WORKSHOP NACH ARTGERECHT®

Sa, 23.11.24, 09.00 - 11.00 Uhr, 1 x D15452 20,00 €

Leitung: Christina Brüggemann,  
M.Sc. Wirtschaftspsychologie, zertifizierte artgerecht® Coach

## BABYSCHLAF – WORKSHOP NACH ARTGERECHT®

Sa, 25.01.24, 09.00 - 11.00 Uhr, 1 x D15453 20,00 €

In diesem Workshop wird das Schlafverhalten und die -entwicklung eines Säuglings/Babys beleuchtet.

Leitung: Christina Brüggemann,  
M.Sc. Wirtschaftspsychologie, zertifizierte artgerecht® Coach



## LIEBEVOLL GRENZEN SETZEN – WORKSHOP NACH ARTGERECHT

Sa, 24.05.24, 09.00 - 11.00 Uhr, 1 x D15454 20,00 €

In diesem Workshop erhältst du Hintergrundwissen, warum es uns Eltern so schwerfällt, ruhig zu bleiben. Durch Beispiele/praktische Übungen lernst du Alternativen zum Schimpfen & Strafen.

**Leitung:** Christina Brüggemann, M.Sc. Wirtschaftspsychologie, zertifizierte artgerecht® Coach

## ELTERNTISCH: „ZÄHNEPUTZEN, ANZIEHEN, LOSGEHEN“ – IMMER DIESES THEATER – ONLINE

Di, 13.05.25, 20.00 - 21.30 Uhr, 1 x D51154 0,00 €

**Leitung:** Sara Pöttker,  
zertifizierte Stillbegleiterin DAIS, Schlafberaterin

Förderung durch die Dieter Fuchs Stiftung

## ELTERNTISCH: ELTERNWUT – VERSTEHEN UND DARAN WACHSEN – ONLINE

Mi, 15.01.25, 20.00 - 21.30 Uhr, 1 x D51155 0,00 €

**Leitung:** Daniijela Klich, Familienbegleiterin, Lehrerin

Förderung durch die Dieter Fuchs Stiftung

## ELTERNTISCH: DIE NATÜRLICHE SCHLAFENTWICKLUNG VON SÄUGLINGEN/KLEINKINDERN – ONLINE

Di, 29.10.24, 20.00 - 21.30 Uhr, 1 x D51156 0,00 €

**Leitung:** Sara Pöttker,  
zertifizierte Stillbegleiterin DAIS, Schlafberaterin

Förderung durch die Dieter Fuchs Stiftung

## ELTERNTISCH: DER ERSTE BREI! – ONLINE

Mi, 06.11.24, 20.00 - 21.30 Uhr, 1 x D51150 0,00 €

**Leitung:** Verena Huerkamp, Dipl.-Ökotrophologin

Förderung durch die Dieter Fuchs Stiftung

## ELTERNTISCH: WIE LERNEN KINDER ESSEN? WAS MACHE ICH, WENN MEIN KIND NICHT ISST? – ONLINE

Mi, 12.02.25, 20.00 - 21.30 Uhr, 1 x D51151 0,00 €

**Leitung:** Verena Huerkamp, Dipl.-Ökotrophologin

Förderung durch die Dieter Fuchs Stiftung

## ELTERNTISCH: UNSER IMMUNSYSTEM WIE TICKT DAS? – ONLINE

Mi, 25.09.24, 20.00 - 21.30 Uhr, 1 x D51152 0,00 €

Wie kann ich das Immunsystem schon im Kindesalter anregen bzw. unterstützen?

**Leitung:** Silke Wochnik, Zertifizierte Fachberaterin für holistische Gesundheit

Förderung durch die Dieter Fuchs Stiftung



## ELTERNTISCH: ALLERGIEN UND INTOLERANZEN, WO KOMMEN SIE SO PLÖTZLICH HER? – ONLINE

Mi, 05.03.25, 20.00 - 21.30 Uhr, 1 x D51153 0,00 €

Können wir schon durch die Ernährung unser Kinder dieses vorbeugen?

**Leitung:** Silke Wochnik, Zertifizierter Fachberaterin für holistische Gesundheit

Förderung durch die Dieter Fuchs Stiftung

## ELTERNTISCH: WIE LERNEN KINDER ESSEN? WAS MACHE ICH, WENN MEIN KIND NICHT ISST? – ONLINE

Mi, 11.09.24, 20.00 - 21.30 Uhr, 1 x D51157 0,00 €

**Leitung:** Verena Huerkamp, Dipl.-Ökotrophologin

Förderung durch die Dieter Fuchs Stiftung

## QI GONG FÜR DEN ALLTAG MIT KINDERN. IN DER RUHE BLEIBEN, AUCH WENN DER ALLTAG TOBT

Mi, 23.10.24, 19.30 - 20.30 Uhr, 7 x D51158 50,00 €

Mit Bewegung, Atmung und Vorstellungskraft eintauchen in die 5 Übungen des Wudang Qi Gong und kleine Entspannungsübungen kennenlernen.

**Leitung:** Claudia Schlörb, Tagesmutter, Qi Gong Übungsleiterin, Fachkraft für frühkindliche Entwicklungsberatung, Kindertagespflegeperson

## QI GONG FÜR DEN ALLTAG MIT KINDERN. IN DER RUHE BLEIBEN, AUCH WENN DER ALLTAG TOBT

Mi, 05.02.25, 19.30 - 20.30 Uhr, 7 x D51159 50,00 €

Mit Bewegung, Atmung und Vorstellungskraft eintauchen in die 5 Übungen des Wudang Qi Gong und kleine Entspannungsübungen kennenlernen.

**Leitung:** Claudia Schlörb, Tagesmutter, Qi Gong Übungsleiterin, Fachkraft für frühkindliche Entwicklungsberatung, Kindertagespflegeperson



FERIEN-  
FREI-  
ZEIT

## FERIENFREIZEIT OSTERN 2025

Mo, 07.04.25 - Fr, 11.04.25, 5 Tage D57001 90,00 €  
Für Osnabrücker Kids von 6-11 Jahren

Mo, 14.04.25 - Fr, 17.04.25, 4 Tage D57002 73,00 €  
Für Osnabrücker Kids von 6-11 Jahren

## FERIENFREIZEIT SOMMER 2025

Mo, 07.07.25 - Fr, 11.07.25, 5 Tage D57003 90,00 €  
Für Osnabrücker Kids von 6-11 Jahren

Mo, 14.07.25 - Fr, 18.07.25, 5 Tage D57004 90,00 €  
Für Osnabrücker Kids von 6-11 Jahren

## FERIENFREIZEIT HERBST 2025

Mo, 13.10.25 - Fr, 17.10.25, 5 Tage D57005 90,00 €  
Für Osnabrücker Kids von 6-11 Jahren

Mo, 20.10.25 - Fr, 24.10.25, 5 Tage D57006 90,00 €  
Für Osnabrücker Kids von 6-11 Jahren



**WENN**  
dich das Leben packt,

**DANN**  
packen wir mit an.

Die Starter-Versicherungen  
[www.vgh.de/anpacken](http://www.vgh.de/anpacken)

VGH Versicherungen  
Regionaldirektion Osnabrück  
Neumarkt 12 49074 Osnabrück  
Tel. 0541 331098804

**VGH**   
fair versichert

 Finanzgruppe



KINDER-  
GEBURTS-  
TAG

## KINDERGEBURTSTAGE

### BESONDERE FESTE IN DER FABI

Für Kinder von 4 bis 12 Jahren

Lust auf einen unvergesslichen Geburtstag mit deinen Freundinnen und Freunden?

Kommt in die FABI und feiert euren großen Tag! Ihr habt die Qual der Wahl und könnt aus einer bunten Angebotspalette aussuchen. Wir planen für euch eine tolle altersgerechte Party, bei der Staunen, Mitspielen und Aktion einander abwechseln!

Die Themenangebote sind vielfältig.

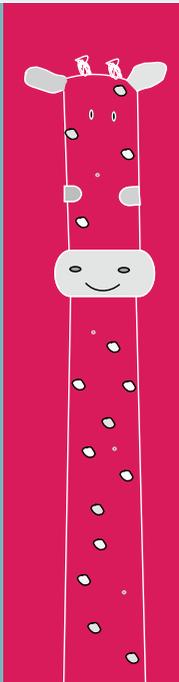
Finde das zu dir passende Geburtstagsangebot auf unserer Homepage:

[www.kath-fabi-os.de/programm/kindergeburtstage](http://www.kath-fabi-os.de/programm/kindergeburtstage)

**FABI** katholische  
Familien-  
Bildungsstätte  
Osnabrück

**BABY- und  
KLEINKINDERFEST**  
mit  
Flohmarkt  
Samstag, 08.03.2025  
10.00 – 13.00 Uhr

[www.kath-fabi-os.de](http://www.kath-fabi-os.de)





## Praktische Hilfen für Familien nach der Geburt

Ehrenamtliche Mitarbeiter\*innen ermöglichen im ersten Jahr nach der Geburt eines Kindes Entlastung, indem sie den Eltern kleine Auszeiten schenken oder sich mit den Geschwisterkindern beschäftigen, damit diese nicht zu kurz kommen.

### Ziel:

Das Ziel von wellcome ist es, unabhängig von Einkommen und Nationalität, präventiven Schutz vor Überforderungssituationen anzubieten, um Kindern ein gesundes Aufwachsen zu ermöglichen. Als weitere Ziele sind zu nennen:

- » Entlastung, Unterstützung und Hilfe für Eltern(-teile)
- » Weitergabe von Erfahrungen seitens der Ehrenamtlichen

### Zielgruppe:

- » Alle Osnabrücker Familien mit Kindern im 1. Lebensjahr
- » Ehrenamtliche

### Leistung:

Während der ersten Wochen und Monate kommt eine einfühlsame, zuverlässige und verschwiegene ehrenamtliche Mitarbeiterin ein- bis zweimal in der Woche in die Familie. Sie wacht über den Schlaf des Kindes, begleitet die Zwillingsmutter zum Kinderarzt, spielt mit den Geschwisterkindern oder holt sie vom Kindergarten ab.

### Ansprechpartnerin:

Katrin Epheser

Tel.: 05 41/358 68 22

E-Mail: [katrin.epheser@kath-fabi-os.de](mailto:katrin.epheser@kath-fabi-os.de)

## Ihre Spende für Kinder in Osnabrück



Sparkasse Osnabrück  
IBAN DE18 2655 0105 0000 2930 01  
BIC NOLADE22XXX

## GROSSELTERN- PATENSCHAFTEN

GEMEINSAM NEUE WEGE GEHEN

## Projekt Großelternpatenschaften

In der heutigen Zeit gehört das Miteinander zwischen den Generationen immer weniger zum alltäglichen Leben. Hier hilft das Projekt Großelternpatenschaften, indem es durch den Aufbau von generationsübergreifenden Kontakten Beziehungen schafft, durch die alle Beteiligten voneinander profitieren.

### Ziel:

Mit der Großelternpatenschaft wollen wir Familien mit lebenserfahrenen Erwachsenen zusammenbringen, um intergenerative Kontakte zu ermöglichen, welche zu einem familienähnlichen Zusammenhalt führen können.

Weitere Ziele sind:

- » Entlastung von Familien mit kleineren Kindern
- » das Miteinander und den Dialog zwischen verschiedenen Generationen fördern
- » Betreuung der Kinder
- » win-win Situationen
- » ältere Menschen aktiv in die Gesellschaft einbinden

### Zielgruppe:

- » Osnabrücker Familien, unabhängig von Einkommen und Nationalität, mit kleineren Kindern, deren Großeltern weit entfernt wohnen oder wo aus anderen Gründen kein Kontakt besteht.
- » Menschen im 3. und 4. Lebensabschnitt, die als Paten Teil einer Familie werden wollen

### Leistung:

Ehrenamtliche Großelternpaten gehen in die Familie und übernehmen dort Großelternaufgaben. 1x wöchentlich für ca. 3 Stunden haben sie Zeit für die Kinder. Sie malen, backen, basteln mit ihnen, machen Ausflüge oder erzählen ihnen kleine Geschichten. Für beide Seiten sollten die Beziehung und die Freude an der Begegnung im Vordergrund stehen.

### Ansprechpartnerin:

Katrin Epheser

Tel.: 05 41/358 68 22

E-Mail: [katrin.epheser@kath-fabi-os.de](mailto:katrin.epheser@kath-fabi-os.de)

## KINDERMAHLZEIT KINDERBILDUNG

### Spendenprojekt für eine gesunde Mahlzeit und Bildungsangebote für Kinder und Familie

„Zusammen is(s)t man weniger allein!“

Die Kindermahlzeit bietet Kindern und deren Eltern bzw. Begleitpersonen mit dem Osnabrück-Pass einen frisch zubereiteten Mittagstisch an und weitere Aktionen in den Niedersächsischen Ferien. Darüber hinaus gibt es weitere Unterstützungs- und Förderangebote, die den Kindern bzw. Eltern vielfältige Zugänge zu Bildung ermöglichen. Neben Fachkräften engagieren sich Ehrenamtliche im Projekt, die Zeit, aber auch ein offenes Ohr für Fragen und Sorgen der Kinder bzw. Eltern haben.

#### Ziel:

Ziel ist es, sozial benachteiligten Kindern/Familien eine gesunde und warme Mahlzeit zu bieten, Teilhabe und Integration zu ermöglichen und die Chancengleichheit auf Bildung zu verbessern.

#### Zielgruppe:

- » Familien, Kinder und Jugendliche, alleinerziehende Eltern mit Osnabrück-Pass, sowie Familien mit Zuwanderungshintergrund.

**KENNSTE  
SCHON?**

*Total lecker,  
sagen Tina  
und Tom*

### Ihre Spende für Kinder in Osnabrück



Sparkasse Osnabrück  
IBAN DE18 2655 0105 0000 2930 01  
BIC NOLADE22XXX



#### Leistungen:

Die Arbeit der Fachkräfte und Ehrenamtlichen umfasst verschiedene Bausteine:

#### » ESSEN

gesunde und frisch zubereitete Mahlzeiten, Koch-AG's, Multikulturelles Frühstück

#### » BILDUNG

Bewegungs- und Musikangebote für Kinder  
Förderung frühkindlicher Entwicklung  
Freizeit- und Bildungsangebote für Kinder und Jugendliche, Elternbildung

#### » FREIZEIT

Interessengeleitete Angebote, Ferienangebote, Kultur, Ausflüge, Osnabrück entdecken

#### » FAMILIE

Offener Treffpunkt für Eltern, Begleitung der Eltern in Fragen der Erziehung, Entwicklung, Bildung und Gesundheit, Austausch bei Erziehungsfragen, Bezuschussung von Kursangeboten der FABI im familienpädagogischen Bereich mit 90%

#### Ansprechpartnerin:

Bianca Zimmermann  
Tel.: 0541 341 461  
Mobil: 0178 18 65 453  
E-Mail: kindermahlzeit@kath-fabi-os.de

#### Projektstandorte:

Familienbistro der KINDERMAHLZEIT im Caritasgebäude,  
Johannisstraße 91

Mehrgenerationenhaus Haste, Saßnitzer Straße 31

Nähere Infos im Internet unter [www.kath-fabi-os.de](http://www.kath-fabi-os.de) sowie auf Facebook (KinderMahlzeit) und Instagram (kindermahlzeit\_fabi\_os)

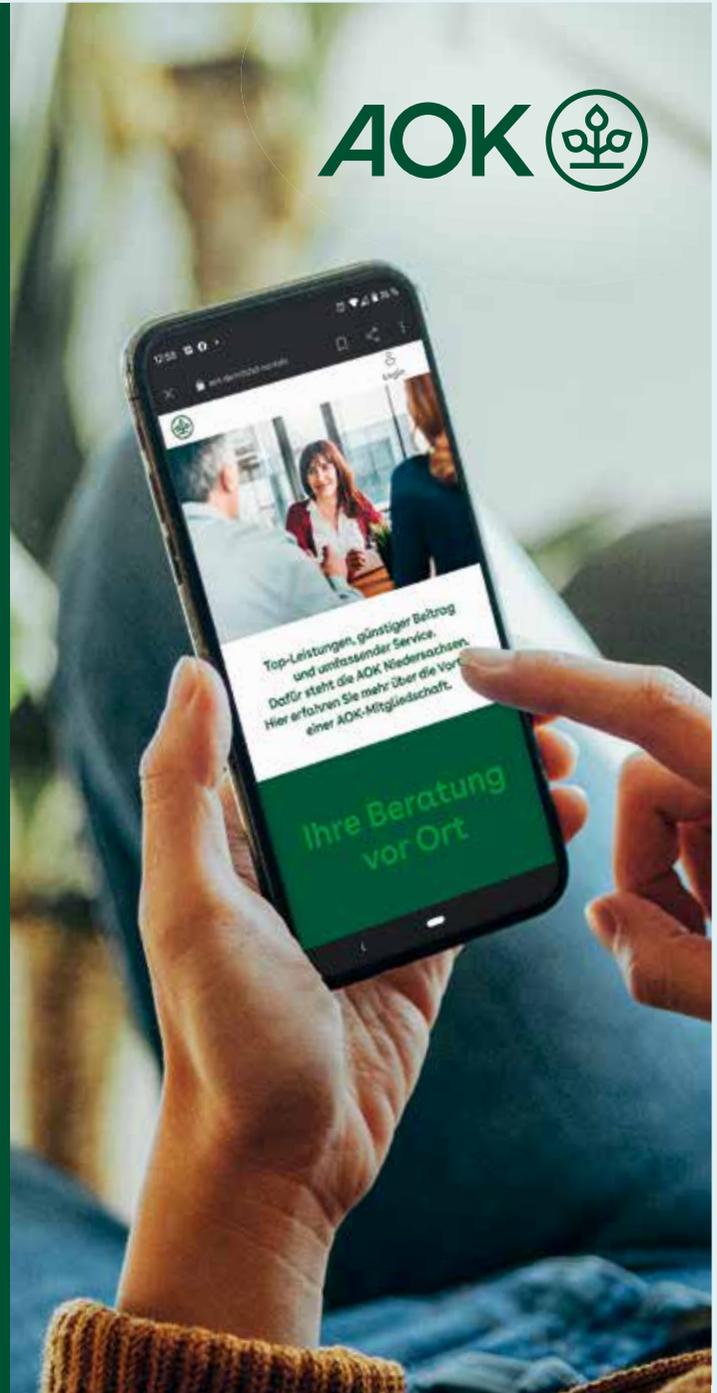
## Ihr AOK-Team im Außendienst – vor Ort und online für Sie da.

- Wichtige Produkte und Services für Privat- und Firmenkunden einfach erklärt
- Schnell alle Kontaktdaten auf einen Blick
- Termin vereinbaren oder direkt AOK-Mitglied werden



Besuchen Sie uns  
auf [aok.de/nds/  
ad-kontakt](https://aok.de/nds/ad-kontakt)

**AOK Niedersachsen**  
**Die Gesundheitskasse.**



Wir sind  
FuN-Qualifizierungs-  
standort

## FuN-Referent\*in werden!

### FuN

fördert die Elternkompetenzen und intensiviert die Erziehungspartnerschaft zwischen Eltern und pädagogischen Einrichtungen. Wir bieten Ihnen folgende Qualifizierungen an:

#### FuN Baby:

(für Eltern mit Babys zwischen 0-1,5 Jahren)

#### FuN Kleinkind

(für Eltern mit Kleinkindern von 1,5-3 Jahren)

**FuN Familie** (für Familien mit Kindern im KiTa- und Grundschulalter)

#### Anmeldungen / Infos

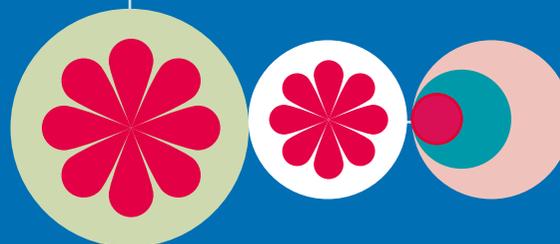
[www.kath-fabi-os.de](http://www.kath-fabi-os.de) oder [www.fun-fortbildungen.de](http://www.fun-fortbildungen.de)  
oder [sabine.schmidt@kath-fabi-os.de](mailto:sabine.schmidt@kath-fabi-os.de)



**START**  
gemeinnützige  
Beratungsgesellschaft mbH



## FAMILIE/FABI WOHNORTNAH



Kitas & Familienzentren in der Stadt und im Landkreis Osnabrück

Gut ankommen in Bersenbrück

FuN – Familie und Nachbarschaft

ElternChanceN – mit Elternbegleitung  
Familien stärken

Online-Elternabende



FABI  
WOHN-  
ORT-  
NAH

FÜR SIE  
GANZ NAH  
VOR ORT



FABI IN KITAS, FAMILIENZENTREN UND IN KOOPERATION MIT DEN FRÜHEN HILFEN IN STADT UND LANDKREIS OSNABRÜCK

Wir bieten KiTas und Familienzentren, Frühen Hilfen und allen Interessierten vor Ort ein vielfältiges Angebot: Wir planen für Sie Kurse für Familien oder für Ihr Team, organisieren Referent\*innen für Ihre Themen und beraten Sie gern in der Umsetzung. Gern können Sie uns auch mit ins Boot holen, wenn Sie Projektpartner suchen.

Vom Baby bis zum Schulkind und von werdenden Eltern bis zum Großvater ist für alle etwas dabei! Wir sind für Sie als KiTa oder Familienzentrum Kooperationspartner und Dienstleister und bieten Ihnen an, die Entwicklung Ihrer KiTa zu einem Zentrum für die ganze Familie zu erleichtern. Sprechen Sie uns an! Wir entwickeln gemeinsam mit Ihnen die konkreten Angebote vor Ort! Gern beraten wir Sie auch bei der Umsetzung von Online-Angeboten.

SIE KÖNNEN ALS  
ERZIEHER\*IN UND  
MITARBEITER\*IN BEI UNS  
HONORARKRAFT WERDEN  
UND IN IHRER EINRICHTUNG  
NEUE IDEEN UMSETZEN.

---

**Ansprechpartnerin:**  
Sabine Schmidt  
Tel.: 0541/35868-19  
E-Mail: [sabine.schmidt@kath-fabi-os.de](mailto:sabine.schmidt@kath-fabi-os.de)



Das FuN-Programm ist ein präventiv wirkendes Familienbildungsprogramm zur Förderung der Elternkompetenz, Stärkung des inneren Zusammenhalts (Bindung) in der Familie und Stärkung der Familie in ihrem sozialen Umfeld. Ein Programm, das Spaß (= englisch: fun) macht.

**Wir bilden aus und setzen mit Ihnen um:**

**FuN Baby / FuN Baby@home**

für Familien mit Babys (bis 18 Monaten)

Qualifizierung: im Frühjahr 2025

**FuN Kleinkind**

für Familien mit Kindern (von 1,5 bis 3 Jahren)

Fortbildung: D13500 am 24.09.2024

**FuN Familie**

für Familien mit Kindern im Kita- und Grundschulalter



Gefördert durch:



Bundesministerium  
für Familie, Senioren, Frauen  
und Jugend



Kooperationsrat zum 100.  
Jahrestag des 2. Weltkrieges

Das Bundesministerium für Familie, Senioren, Frauen und Jugend unterstützt und fördert mit dem ESF Plus-Programm „ElternChanceN – mit Elternbegleitung Familien stärken“ Elternbegleitung vor Ort. In Osnabrück (Drei-Religionen-Schule und KiTa ST. Johann) und in Ankum (KiTa im Dorfe und Grundschule Ankum) vernetzen unsere drei Elternbegleiter\*innen Familien mit Bildungsinstitutionen und setzen niedrigschwellige Beratungs- und Bildungsangebote um.



## GUT ANKOMMEN IN NIEDERSACHSEN PROJEKT FÜR MENSCHEN MIT MIGRATIONSHINTERGRUND



Mit dem Projekt „Gut ankommen in Niedersachsen!“ unterstützt das Land Niedersachsen die Arbeit der Kath. FABI und des Landkreises Osnabrück. Es geht um innovative und nachhaltige integrative Bildungs- und Begegnungsangebote für Eltern und Kinder mit Zuwanderungshintergrund. Standort ist die Samtgemeinde Bersenbrück.

**Angebote, z. B.:**

- » Familientreff mit und ohne Migrationshintergrund
- » Griffbereit- und Rucksack-KiTa-Gruppe
- » Individuelle Begleitung einiger Familien
- » Unterstützung der Ehrenamts-Arbeit vor Ort
- » Vernetzung aller Beteiligten
- » Passgenaue Angebote nach Bedarf

finanziert durch:



## ONLINE-ELTERNABENDE

Wir bieten Ihnen tolle kostenlose Online-Elternabende (Zoom) zu vielen spannenden Themen an! Sie brauchen keinen Babysitter und können es sich zu interessanten Themen mit qualifizierten Referent\*innen wie Danielle Graf und Nora Imlau zu Hause gemütlich machen.

Weitere Infos auf [www.kath.fabi-os.de](http://www.kath.fabi-os.de) oder bei Instagram & Facebook. Schauen Sie mal rein!

Ein paar der Abende finden Sie auf Seite 27/28 in diesem Heft

## Katholische Kindertagesstätten im Stadtdekanat Osnabrück

### 1 St. Petrus Dom

Frau Tegeler, Tel. 31 85 86  
Mühlenstr. 4a, 49074 Osnabrück  
Kita-St.Petrus-Dom@web.de  
<https://petrus.domkitas.de>

### 2 Herz Jesu

Frau Buch-Karcisky, Tel. 2 68 91  
E.-M.-Remarque-Ring 5, 49074 Osnabrück  
os-kita-herzjesu@web.de  
<https://herz-jesu.domkitas.de>

### 3 St. Johann

Herr Remmers, Tel. 3 50 63 51  
Am Landgericht 3, 49074 Osnabrück  
kita-st.johann-osnabrueck@kita-bistum-os.de  
[https://kitas-st-johann.de/st\\_johann](https://kitas-st-johann.de/st_johann)

### 4 Krippe Niels Stensen

Herr Remmers, Tel. 3 50 63 70/71  
Johannisfreiheit 11a, 49074 Osnabrück  
kita-st.johann-osnabrueck@kita-bistum-os.de  
[https://kitas-st-johann.de/niels\\_stensen\\_krippe](https://kitas-st-johann.de/niels_stensen_krippe)

### 5 St. Barbara

Frau Gertken, Tel. 6 71 82  
Natruper Str. 145 c, 49076 Osnabrück  
kita-st.barbara@web.de  
<https://barbara.domkitas.de>

### 6 König David

Herr Brömstrup  
Tel. 18 16 78 35  
Barbarastr. 26, 49076 Osnabrück  
koenigdavid-osnabrueck@kita-bistum-os.de  
<https://koenig-david.domkitas.de>

### 7 Liebfrauen

Frau Burmeister, Tel. 12 22 83  
Die Eversburg 14, 49090 Osnabrück  
liebfrauen-osnabrueck@kita-bistum-os.de  
<https://liebfrauen.domkitas.de>

### 8 St. Antonius Haste

Frau Munko-Imdieke, Tel. 6 18 15  
Bramstr. 101, 49090 Osnabrück  
st.antonius-haste@osnanet.de  
<https://st.antonius-haste.de>

### 9 Kindertagesstätte Rasselbande

Sozialdienst kath. Frauen e.V.  
Frau Glosemeyer, Tel. 9 62 68 50  
Bramstr. 59, 49090 Osnabrück  
rasselbande@skf-os.de  
[www.skf-os.de/vor-ort/rasselbande](http://www.skf-os.de/vor-ort/rasselbande)

### 10 Heilig Geist

Frau Lemme, Tel. 18 73 00  
Lerchenstr. 95, 49088 Osnabrück  
heilig-geist-kindergarten@christus-koenig-os.de  
<https://kiga.heilig-geist-os.de>

### 11 St. Franziskus

Frau Duhme, Tel. 1 55 20  
Bassumer Str. 34 a, 49088 Osnabrück  
st-franziskus-kindergarten@christus-koenig-os.de  
[www.st-franziskus-os.de](http://www.st-franziskus-os.de)

### 12 Heilig Kreuz

Frau Berger, Tel. 7 84 26  
Schützenstr. 85 a, 49084 Osnabrück  
kita@hl-kreuz.de  
[www.kitaheiligkreuz.de](http://www.kitaheiligkreuz.de)

### 13 St. Bonifatius

Frau Birk, Tel. 7 21 50  
Friesenweg 45, 49086 Osnabrück  
kita-bonifatius@hl-kreuz.de  
[www.kita-bonifatius-os.de](http://www.kita-bonifatius-os.de)

### 14 St. Maria Rosenkranz

Frau Schweer, Tel. 7 71 00  
Windthorststr. 60, 49084 Osnabrück  
kita-rosenkranz@hl-kreuz.de  
[www.kita-mariarosenkranz.de](http://www.kita-mariarosenkranz.de)

### 15 St. Antonius Voxtrup

Frau Stieve-Brüggemann, Tel. 38 71 25  
Antoniusweg 17 a, 49086 Osnabrück  
kita-st-antonius@st-joseph-os.de  
<https://st-joseph-os.de/kitas/st-antonius>

### 16 St. Christophorus

Frau Wendtland, Tel. 38 69 96  
Holsten-Münderup Str. 27, 49086 Osnabrück  
kita-st-christophorus@st-joseph-os.de  
<https://st-joseph-os.de/kitas/st-christophorus>

### 17 Heilige Familie

Frau Elvers, Tel. 58 02 98 48  
Voxtruper Str. 81, 49082 Osnabrück  
kita-hl-familie@st-joseph-os.de  
<https://st-joseph-os.de/kitas/hl-familie>

### 18 Krippe Fleddermäuse

Frau Wendtland,  
Frau Ruge, Ansprechpartnerin vor Ort  
Tel. 5 00 06 81, Fax 50 08 72 68  
Hettlicher Masch 8, 49084 Osnabrück  
fleddermaeuse@meyermeyer.de  
<https://st-joseph-os.de/kitas/st-christophorus>

### 19 Hort der Bernhard-Overberg-Schule

Herr Hüpel, Tel. 75 04 20 30  
Overbergstr. 4, 49082 Osnabrück  
hort@overbergschule-os.de  
[www.kath-fabi-os.de/programm/familie-/fabi-wohnortnah/aussenstellen-der-kath-fabi-hort-an-der-bernhard-overberg-schule](http://www.kath-fabi-os.de/programm/familie-/fabi-wohnortnah/aussenstellen-der-kath-fabi-hort-an-der-bernhard-overberg-schule)

### 20 St. Joseph

Frau Krelage, Tel. 5 00 51 20  
Miquelstr. 27, 49082 Osnabrück  
kita-st-joseph@st-joseph-os.de  
<https://st-joseph-os.de/kitas/st-joseph>

### 21 St. Ansgar

Frau Hafke, Tel. 5 67 46  
Höhenweg 2a, 49082 Osnabrück  
kita-st-ansgar@st-joseph-os.de  
<https://st-joseph-os.de/kitas/st-ansgar>

### 22 St. Pius

Frau Tolksdorf, Tel. 8 38 21  
Knappsbrink 52, 49080 Osnabrück  
mail@kita-stpius.de  
[https://kitas-st-johann.de/st\\_pius](https://kitas-st-johann.de/st_pius)

### 23 Maria Königin des Friedens

Frau Schwarberg, Tel. 5 92 50  
Zum Töfatt 17 b, 49082 Osnabrück  
kita-mkdf-osnabrueck@kita-bistum-os.de  
[https://kitas-st-johann.de/maria\\_koenigin\\_des\\_friedens](https://kitas-st-johann.de/maria_koenigin_des_friedens)

### 24 St. Wiho

Frau Plogmann, Tel. 3 55 57 29  
An der Wihokirche 12, 49078 Osnabrück  
st.wiho.kindergarten@googlemail.com

### 25 St. Elisabeth

Frau Otten, Tel. 2 02 98 10  
Rückertstr. 2 a, 49078 Osnabrück  
kindergarten.st.elisabeth@googlemail.com  
[www.kita-stelisabeth.de](http://www.kita-stelisabeth.de)

### 26 St. Josef

Frau Brüggemann, Tel. 0 54 05 / 14 80  
Kolpingstr. 3, 49205 Hasbergen  
kita-st.josef-osnabrueck@kita-bistum-os.de

### Maria Hilfe der Christen

Frau Gierke, Tel. 60 00 95 30  
Mindener Str. 337, 49086 Osnabrück  
kita-maria-hilfe-der-christen@st-joseph-os.de  
<https://st-joseph-os.de/kitas/maria-hilfe-der-christen>

- mit Krippe
- Haus für Kinder und Familien



Ansprechpartner im Katholischen  
Kirchengemeindeverband Osnabrück:  
Diakon Hans Ulrich Schmiegelt,  
Tel. 05 41/31 85 83

Kolpingstraße 5 · 49074 Osnabrück  
Tel. 05 41/31 85 83 / [www.kgv-os.de](http://www.kgv-os.de)  
Fax -82 · [info@kgv-os.de](mailto:info@kgv-os.de)

# STEPHANSWERK

Zukunft bauen × Heimat geben



## ZUKUNFT BAUEN

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

## HEIMAT GEBEN

- Wohnungen für Jung und Alt
- Vermietung und Verwaltung
- Vermittlung und Verkauf

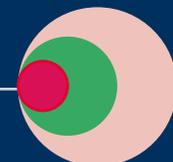
stephanswerk.de



BEGEGNUNG

KULTUR

GLAUBE



Kultur und Begegnung  
Sprachen  
Theologie und Religion



Die detaillierten Kursbeschreibungen finden Sie auf [www.kath-fabi-os.de](http://www.kath-fabi-os.de).

Einzelne Kurse sind einfach zu finden, indem Sie die Kursnummer in die Suchmaske unter: „Stichwort“ eingeben.

### LITERATURKREIS

Mo, 02.09.24, 09.45 - 12.00 Uhr, 8 x D22000 79,20 €

Leitung: Elisabeth Zumbrägel, Buchhändlerin

### LUST AUF MUSEUM KUNST AM VORMITTAG MIT DEM MUSEUMSKREIS FABI

Fr, 20.09.24, 11.00 - 13.15 Uhr, 5 x D22001 75,00 €  
Fr, 21.02.25, 11.00 - 13.15 Uhr, 5 x D22002 75,00 €

Leitung: Alexej Eisner, Kunst- und Sportpädagoge

### KINDER, HÖRT MAL ALLE HER! BESUCH DER KUNSTHALLE OSNABRÜCK MIT FÜHRUNG

Di, 24.09.24, 15.00 - 16.30 Uhr, 1 x D58023 5,00 €

Leitung: Katrin Epheser, Mitarbeiter\*innenteam

### AUF DEN SPUREN DES WIDERSTANDS WÄHREND DER NS-ZEIT IN OSNABRÜCK STADTFÜHRUNG

So, 03.11.24, 11.00 - 13.00 Uhr, 1 x D22005 12,00 €

Leitung: Martina Sellmeyer, M.A. Literaturwissenschaften

### KRIEG UND FRIEDEN

Mo, 06.11.24, 16.00 - 17.30 Uhr, 8 x D22016 10,00 €

Leitung: Stadtführergilde Osnabrück e.V.

Ein guter Schluck Regionalität  
aus dem OSNABRÜCKER

Avanus Mineralbrunnen GmbH  
Power Weg 45 · 49191 Belm  
Tel.: (0 54 06) 44 43  
Fax: (0 54 06) 96 59  
[www.avanus.de](http://www.avanus.de)

**MUSEUMSBESUCH DER DRAIFLESEN COLLECTION, METTINGEN MIT BESUCH DER JEWEILS AKTUELLEN AUSSTELLUNG**

Mi, 13.11.24, 14.00 - 17.00 Uhr, 1 x D22008 27,00 €

Leitung: Karin Starke

**„STAHL ERLEBEN“  
WERKSBESICHTIGUNG DER  
GEORGSMARIENHÜTTE**

Mi, 05.03.25, 15.00 - 17.30 Uhr, 1 x D22019 0,00 €

Leitung: Mitarbeiter\*innenteam der Georgsmarienhütte

**MUSEUMSBESUCH DER DRAIFLESEN COLLECTION, METTINGEN  
BESUCH DER JEWEILS AKTUELLEN AUSSTELLUNG**

Mi, 21.05.25, 14.00 - 17.00 Uhr, 1 x D22009 27,00 €

Leitung: Karin Starke

**POETRY TO GO  
DER BESONDERE LITERATURSPAZIERGANG**

Do, 03.04.25, 16.30 - 18.45 Uhr, 1 x D22006 13,00 €

Leitung:

Martina Sellmeyer, M.A. Literaturwissenschaften,  
Annette Lührmann-Sellmeyer, Mitarbeiter\*innenteam

**PAUKEN WIE VOR 100 JAHREN  
DAS OSNABRÜCKER SCHULMUSEUM**

Do, 23.01.25, 16.00 - 17.30 Uhr, 1 x D22020 3,00 €

Leitung: Mitarbeiterteam Schulmuseum

**„DAS GEHT AUF KEINE KUHHAUT“  
SPRICHWÖRTLICH UNTERWEGS**

Do, 24.04.25, 16.30 - 18.00 Uhr, 1 x D22017 10,00 €

Leitung: Stadtführungsgilde Osnabrück e.V.

**DIE ALTERNATIVE STADTFÜHRUNG  
EIN EINBLICK IN DEN ALLTAG VON ARMUT UND  
GESELLSCHAFTLICHER AUSGRENZUNG**

Mi, 19.02.25, 17.00 - 19.30 Uhr, 1 x D22003 10,00 €

Leitung: Heinz-Hermann Flint, Sozialarbeiter\*innen der  
Ambulanten Wohnungslosenhilfe Osnabrück

**LEICHTE SPRACHE FÜR INKLUSION UND  
KOMMUNIKATION  
GEMEINSAM VERSTEHEN!**

Mi, 29.01.25, 15.00 - 17.30 Uhr, 1 x D22014 90,00 €

Leitung:

Shpresa Matoshi, ausgebildete Büropraktikerin für Leichte  
Sprache;  
Thorsten Lotze, Dipl. Soz. Päd., Vorstandsmitglied des Netzwerkes  
Leichte Sprache e.V.





GE-  
FÜHL-  
S-BE-  
TONT

## WENN ETWAS IN DIR ZERBRICHT MIT KINTSUGI KREATIV GEFÜHLEN BEGEGNEN

Mo, 18.11.24, 17.00 - 20.15 Uhr, 1 x D22013 35,00 €

Leitung: Stefanie Kreye,  
Trauerbegleiterin BVT, Business Coach (IHK zertifiziert)



HINGE-  
SCHAUT

## WILDE PFLANZEN IN DER STADT

So, 27.04.25, 11.00 - 12.30 Uhr, 1 x D22007 10,00 €

Leitung: Martina Sellmeyer, M.A. Literaturwissenschaften

## ERINNERUNGSSCHMIEDE KREATIVE GESTALTUNG VON ERINNERUNGSTÜCKEN ALS "TRAUERHELFER"

Do, 13.05.25, 17.00 - 20.15 Uhr, 1 x D22004 25,00 €

Leitung: Christiane Wolter, Trauerbegleiterin)

## „BLICKWECHSEL“ – FOTOGRAFIE UND BILDBEARBEITUNG MIT DEM HANDY

Do, 08.05.25, 17.30 - 20.45 Uhr, 2 x D22018 49,00 €

Leitung: Michaela Kruse,  
Erziehungswissenschaftlerin/Kunstpädagogin MA



Jörg Zink:  
**Frieden ist in  
meiner Seele**

12,00 €



Rainer  
Oberthür:  
**Der Friedens-  
sucher**

16,00 €



**Friedens-  
gebete**

18,95 €



Alle Preise zzgl.  
Versandkostenanteil  
von 3 Euro. Ab 25 Euro  
Bestellwert versandkosten-  
frei. Lieferung erfolgt auf Rechnung.

Domhof 2 · 49074 Osnabrück · Telefon 0541 35738-20  
bestellservice@dom-buchhandlung.de

[www.dom-buchhandlung.de](http://www.dom-buchhandlung.de)

  
**Dom Buchhandlung**  
Buch & Kunst & mehr

## WANDERUNG IM OSNABRÜCKER LAND FÜR EHRENAMTLICHE UND WANDERINTERESSIERTE

Fr, 06.09.24,	14.30 - 16.45 Uhr,	1 x	D58008	5,00 €
Fr, 18.10.24,	14.00 - 16.15 Uhr,	1 x	D58009	5,00 €
Fr, 22.11.24,	10.00 - 12.15 Uhr,	1 x	D58010	5,00 €
Fr, 17.01.25,	14.00 - 16.15 Uhr,	1 x	D58011	5,00 €
Fr, 07.02.25,	10.00 - 12.15 Uhr,	1 x	D58012	5,00 €
Fr, 14.03.25,	14.00 - 16.15 Uhr,	1 x	D58013	5,00 €
Fr, 11.04.25,	10.00 - 12.15 Uhr,	1 x	D58014	5,00 €
Fr, 09.05.25,	14.00 - 16.15 Uhr,	1 x	D58015	5,00 €
Fr, 27.06.25,	10.00 - 12.15 Uhr,	1 x	D58016	5,00 €

Leitung: Maria Schwall-Boder, Erzieherin

## NEUE SPIELWELTEN ENTDECKEN AKTUELLE HIGHLIGHTS AM SPIELEABEND FÜR ERWACHSENE

Di, 19.11.24, 19.00 - 22.00 Uhr, 1 x D22015 5,00 €

Leitung: Hauke Petersen und Karsten Grosser, Spieletester

## WINTERZAUBER FLOHMARKT: FUNKELNDE FUNDE FÜR KALTE TAGE UND FESTLICHE DEKORATIONEN!

Sa, 23.11.24, 10.00 - 15.00 Uhr, 1 x D92006 0,00 €

Leitung: Ingrid Ketteler, A. Lührmann-Sellmeyer,  
Mitarbeiter\*innenteam



## DIE KUGEL ROLLEN LASSEN BINGOABEND

Do, 27.02.25, 19.00 - 21.15 Uhr, 1 x D92006 7,00 €

Leitung: Steffi Vallo, A. Lührmann-Sellmeyer,  
Mitarbeiter\*innenteam

KURZ-  
WEI-  
LIG

## FRAUENFLOHMARKT „DAMENWAHL“

Sa, 07.09.24, 10.00 - 15.00 Uhr, 1 x D92004 0,00 €

Leitung: Ingrid Ketteler, A. Lührmann-Sellmeyer,  
Mitarbeiter\*innenteam

## TASTING IN DER HÜGGELDISTILLERY VON DER REGIONALEN STREUOBSTWIESE ZUM HOCHPROZENTIGEN DESTILLAT

Sa, 23.11.24, 17.00 - 19.00 Uhr, 1 x D22010 25,00 €

Sa, 22.02.25, 17.00 - 19.00 Uhr, 1 x D22011 25,00 €

Leitung: Mitarbeiterteam Hüggheldistillery

OFFEN  
&  
GEBÜHREN-  
FREI

## FAMILIENSACHE RECHTSBERATUNG

Mi, 11.09.24,	12.00 - 13.00 Uhr,	1 x	D22041	0,00 €
Mi, 13.11.24,	12.00 - 13.00 Uhr,	1 x		0,00 €
Mi, 11.12.24,	12.00 - 13.00 Uhr,	1 x		0,00 €
Mi, 08.01.25,	12.00 - 13.00 Uhr,	1 x		0,00 €
Mi, 12.02.25,	12.00 - 13.00 Uhr,	1 x		0,00 €
Mi, 12.03.25,	12.00 - 13.00 Uhr,	1 x		0,00 €
Mi, 14.05.25,	12.00 - 13.00 Uhr,	1 x		0,00 €

Leitung: Susanne Buchweitz, Rechtsanwältin

## SONNTAGSTREFF FÜR TRAUERENDE JEDEN 1. SONNTAG IM MONAT

So, 04.08.24,	15.00 - 17.00 Uhr,	5 x	D22040	0,00 €
---------------	--------------------	-----	--------	--------

Leitung: Team Osnabrücker Hospiz e.V.

## OFFENES KFD-FRAUEN-MARKTCAFÉ JEDEN 2. DONNERSTAG IM MONAT

Do, 08.08.24,	09.30 - 11.00 Uhr,	1 x	D22030	0,00 €
Do, 12.09.24,	09.30 - 11.00 Uhr,	1 x	D22031	0,00 €
Do, 14.11.24,	09.30 - 11.00 Uhr,	1 x	D22032	0,00 €
Do, 12.12.24,	09.30 - 11.00 Uhr,	1 x	D22033	0,00 €
Do, 09.01.25,	09.30 - 11.00 Uhr,	1 x	D22034	0,00 €
Do, 13.02.25,	09.30 - 11.00 Uhr,	1 x	D22035	0,00 €
Do, 13.03.25,	09.30 - 11.00 Uhr,	1 x	D22036	0,00 €
Do, 08.05.25,	09.30 - 11.00 Uhr,	1 x	D22037	0,00 €
Do, 12.06.25,	09.30 - 11.00 Uhr,	1 x	D22038	0,00 €

Leitung: Helene Dieckmann-Hoffmann



KULTUR

SPRACHEN

## ENGLISCH B2 ENGLISCH MIT MUSSE

Mo, 05.08.24,	16.00 - 17.00 Uhr,	16 x	D26004	112,19 €
Mo, 06.01.25,	16.00 - 17.00 Uhr,	20 x	D26005	140,28 €

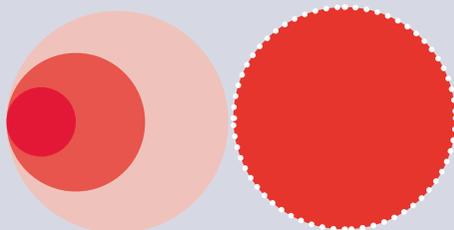
Leitung: Brigitte Jordan-Kellermeier, M.A. Literatur- und Sprachwissenschaften

## ENGLISCH B2 ENGLISCH MIT MUSSE

Di, 06.08.24,	08.30 - 09.30 Uhr,	16 x	D26000	112,19 €
Di, 07.01.25,	08.30 - 09.30 Uhr,	21 x	D26001	147,28 €

Leitung: Brigitte Jordan-Kellermeier, M.A. Literatur- und Sprachwissenschaften

In kleinen Lerngruppen und persönlicher Atmosphäre können Sie entspannt eine neue Sprache erlernen oder Ihr vorhandenes Wissen erweitern. Ganz gleich, ob aus beruflichen oder privaten Gründen – Sie sind herzlich willkommen, selbstverständlich auch zu einem Probebesuch und jederzeit im laufenden Jahr.



## ENGLISCH B2 ENGLISCH MIT MUSSE

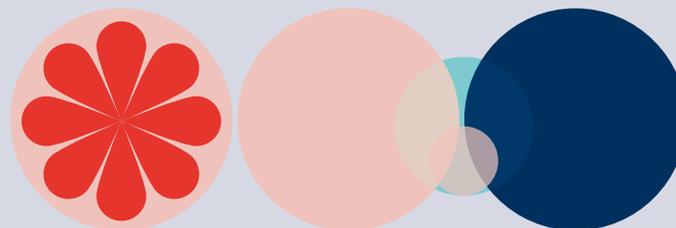
Di, 06.08.24,	09.45 - 10.45 Uhr,	16 x	D26002	112,19 €
Di, 07.01.25,	09.45 - 10.45 Uhr,	21 x	D26003	147,28 €

Leitung: Brigitte Jorden-Kellermeier, M.A. Literatur- und Sprachwissenschaften

## ENTSPANNTES ENGLISCH AM VORMITTAG

Mi, 07.08.24,	09.45 - 10.45 Uhr,	18 x	D26012	126,24 €
Mi, 08.01.25,	09.45 - 10.45 Uhr,	23 x	D26013	161,32 €

Leitung: Sigrid Meschede, Studienrätin



## ITALIENISCH FÜR ANFÄNGER\*INNEN „PRIMO PASSO“

Mo, 16.09.24,	17.45 - 18.45 Uhr,	11 x	D26008	117,62 €
Mo, 17.02.25,	17.45 - 18.45 Uhr,	20 x	D26009	142,82 €

Leitung: Gloria Maria Oddone, Sprachtrainerin

## ITALIENISCH B1 - BENVENUTI IN ITALIA

Mo, 16.09.24,	19.00 - 20.00 Uhr,	14 x	D26006	117,62 €
Mo, 17.02.25,	19.00 - 20.00 Uhr,	17 x	D26007	142,82 €

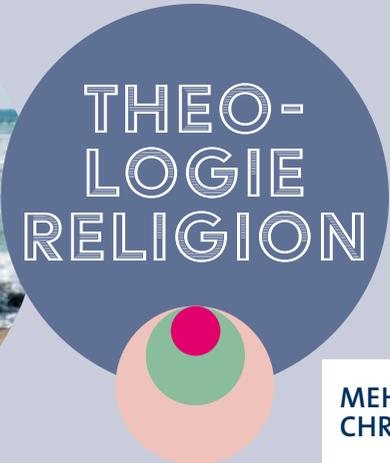
Leitung: Gloria Maria Oddone, Sprachtrainerin

## SPANISCH B1

Mo, 05.08.24,	08.30 - 09.30 Uhr,	18 x	D26010	126,24 €
Mo, 06.01.25,	08.30 - 09.30 Uhr,	20 x	D26011	140,28 €

Leitung: Pilar Maria Bujan Quintela



THEO-  
LOGIE  
RELIGION

Die detaillierten Kursbeschreibungen finden Sie auf [www.kath-fabi-os.de](http://www.kath-fabi-os.de).

Einzelne Kurse sind einfach zu finden, indem Sie die Kursnummer in die Suchmaske unter: „Stichwort“ eingeben.



**VERGEBUNG: EIN „ARZNEIMITTEL“ OHNE RISIKEN UND NEBENWIRKUNGEN**

Di, 12.11.24, 18.00 - 21.30 Uhr, 1 x D34007 85,00 €  
und  
Sa, 16.11.24, 10.00 - 17.00 Uhr, 1 x

Leitung: Thorsten Engwer

**ENGEL OHNE FLÜGEL  
EIN ADVENTLICHER NACHMITTAG**

Mi, 04.12.24, 15.00 - 18.00 Uhr, 1 x D34000 31,00 €

Leitung: Anne Schwöppe, Gemeindeferentin

**MEHR WISSEN ÜBER DIE GEBURT JESU AUS  
CHRISTLICHER UND MUSLIMISCHER PERSPEKTIVE**

Mi, 11.12.24, 18.00 - 21.00 Uhr, 1 x D34003 10,00 €

Eine Begegnung der Religionen im Vorfeld von Weihnachten

**Leitung:** Dr. Michael Schober, Diözesanbeauftragter für interreligiösen Dialog; Dr. Jörg Ballnus, Institut für Islamische Theologie, Universität Osnabrück

**GLÜCKLICHEIN:  
ALS WENN SIE BESSERES ZU TUN HÄTTEN?**

Fr, 17.01.25, 18.00 - 21.30 Uhr, 1 x D34006 85,00 €  
und  
Sa, 18.01.25, 10.00 - 17.00 Uhr, 1 x

Leitung: Thorsten Engwer

**DIALOGBEGLEITER\*IN CHRISTENTUM-ISLAM  
MULTIPLIKATORENSCHULUNG**

Fr, 24.01.2025 - Sa, 24.05.2025, 1 x D34005

detaillierte Terminplanung bei der KEB erfragen

**Gebühr auf Anfrage**

**Leitung:** Dr. Michael Schober,  
Diözesanbeauftragter für interreligiösen Dialog

**Zweite Leitung:** Birgit Lemper,  
Geschäftsstellenleiterin der KEB, Osnabrück

## MEHR WISSEN ÜBER ABRAHAM/IBRAHIM IN CHRISTENTUM UND ISLAM EINE BEGEGNUNG DER RELIGIONEN

Mi, 19.02.25, 18.00 - 21.00 Uhr, 1 x C34004 10,00 €

### Leitung:

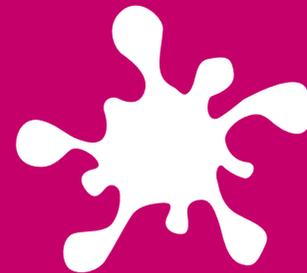
Dr. Michael Schober, Diözesanbeauftragter für Interreligiösen  
Dialog;

Dr. Jörg Ballnus, Institut für Islamische Theologie, Universität  
Osnabrück

## AUFSTEHEN - LEBEN - HOFFNUNG WAS HEISST OSTERN FÜR MICH?

Mi, 02.04.25, 15.00 - 18.00 Uhr, 1 x D34001 31,00 €

Leitung: Anne Schwöppe, Gemeindeferentin



KREATIVITÄT  
MODE  
MUSIK

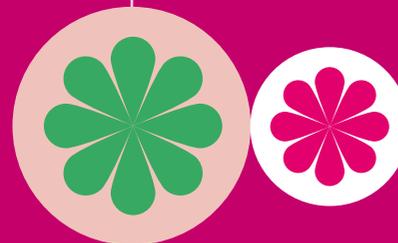


## „ZEIT FÜR UNS“ AUF DEM WEG ZUR TRAUUNG

Fr, 14.02.25, 18.00 - 22.00 Uhr, 1 x D34002 40,00 €  
und

Sa, 15.02.25 10.00 - 17.00 Uhr, 1 x

Leitung: Karin Buchholz, Dipl.-Sozialpädagogin



Kreativ sein  
Kreative Events  
Kunst- und Museumsfahrten  
Nadel und Faden  
Gesang und Instrument  
Ausstellungen

KREATIV  
SEIN



Die detaillierten Kursbeschreibungen finden Sie auf [www.kath-fabi-os.de](http://www.kath-fabi-os.de).

Einzelne Kurse sind einfach zu finden, indem Sie die Kursnummer in die Suchmaske unter: „Stichwort“ eingeben.



## „GANZ IN WEISS“ GIESSEN UND GESTALTEN MIT RAYSIN

Do, 19.09.24, 17.00 - 19.30 Uhr, 1 x D91000 29,14 €

Die Materialkosten (1 kg Raysin kosten 7 Euro) richten sich nach Verbrauch und werden direkt nach Kursende mit der Kursleiterin abgerechnet.

Leitung: Birgit Schöppner, Handwerkerin

## „GANZ IN WEISS“ GIESSEN UND GESTALTEN MIT RAYSIN ZUR OSTERZEIT UND MEHR

Do, 06.03.25, 17.00 - 19.30 Uhr, 1 x D91001 29,14 €

Die Materialkosten (1 kg Raysin kosten 7 Euro) richten sich nach Verbrauch und werden direkt nach Kursende mit der Kursleiterin abgerechnet.

Leitung: Birgit Schöppner, Handwerkerin

## „GANZ IN WEISS“ GIESSEN UND GESTALTEN MIT RAYSIN ZUR ADVENTS- UND WEIHNACHTSZEIT

Do, 07.11.24, 17.00 - 19.30 Uhr, 1 x D91001 29,14 €

Do, 28.11.24, 17.00 - 19.30 Uhr, 1 x D91002 29,14 €

Die Materialkosten (1 kg Raysin kosten 7 Euro) richten sich nach Verbrauch und werden direkt nach Kursende mit der Kursleiterin abgerechnet.

Leitung: Birgit Schöppner, Handwerkerin

## FARBSAMSTAG EIN GEFÜHL FÜR DIE JAHRESZEIT MIT FARBE ZUM LEUCHTEN BRINGEN!

Sa, 21.09.24, 11.00 - 17.30 Uhr, 1 x D91004 25,60 €

Sa, 25.01.25, 11.00 - 17.30 Uhr, 1 x D91005 25,60 €

Sa, 29.03.25, 11.00 - 17.30 Uhr, 1 x D91006 25,60 €

Bitte mitbringen: Ideen, Fundstücke, oder Fotos davon, Getränke und Verpflegung. Malmaterialien: Stifte, Acryl-/ Wasserfarben..., Skizzenpapier, kleine und große Malgründe.

Leitung: Jutta Stelter-Essig, Kunstpädagogin

## OFFENES ATELIER EXPERIMENTELLE MALEREI

Do, 08.08.24,	09.00 - 11.15 Uhr,	8 x	D91007	76,80 €
Do, 24.10.24,	09.00 - 11.15 Uhr,	7 x	D91008	67,20 €
Do, 09.01.25,	09.00 - 11.15 Uhr,	13 x	D91009	124,80 €
Do, 24.04.25,	09.00 - 11.15 Uhr,	8 x	D91010	76,80 €

Bitte mitbringen: eigene Malutensilien

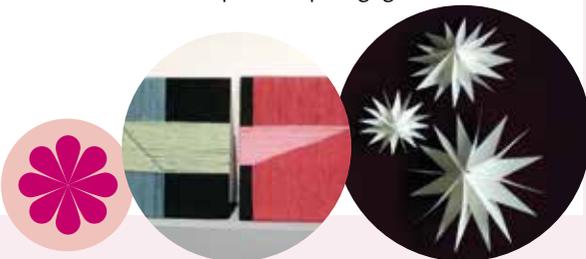
Leitung: Jutta Stelter-Essig Kunstpädagogin

## FABI-KREATIVWERKSTATT AM MITTWOCH

Mi, 04.09.24,	17.00 - 19.00 Uhr,	1 x	D91011	11,70 €
Mit der Nadel gefilzt – Objekte für Schlüsselbund oder Hosentasche				
Mi, 02.10.24,	17.00 - 19.00 Uhr,	1 x	D91012	11,70 €
Schichtwerk – Wandbilder aus Papp- Ornamenten				
Mi, 06.11.24,	17.00 - 19.00 Uhr,	1 x	D91013	11,70 €
3-D-Papiersterne – gefaltet und gesteckt				
Mi, 04.12.24,	17.00 - 19.00 Uhr,	1 x	D91014	11,70 €
Schachtelgeschenke – Nachhaltige Verpackung zum Weiternutzen				
Mi, 05.02.25,	17.00 - 19.00 Uhr,	1 x	D91015	11,70 €
Kunst im Kleinformat – Moderne Web- und Wickelbilder				
Mi, 05.03.25,	17.00 - 19.00 Uhr,	1 x	D91017	11,70 €
Frühling wird's – Blühende Ideen aus Papier				
Mi, 02.04.25,	17.00 - 19.00 Uhr,	1 x	D91018	11,70 €
Zum Beschriften fast zu schade – Handgeschöpftes Papier				
Mi, 07.05.25,	17.00 - 19.00 Uhr,	1 x	D91019	11,70 €
Eingeprägt – Muster und Formen ins Papier gebracht				
Mi, 04.06.24,	17.00 - 19.00 Uhr,	1 x	D91020	11,70 €
Mixed Media mit Papier und Stoff				

Die Materialkosten richten sich nach Verbrauch und werden direkt nach Kursende mit der Kursleiterin zum Selbstkostenpreis abgerechnet.

Leitung: Mechthild Werner, Dipl.-Sozialpädagogin



## AFTER-WORK-ACRYLMALEREI

Di, 13.08.24,	18.30 - 20.45 Uhr,	7 x	D91021	71,40 €
Di, 14.01.25,	18.30 - 20.45 Uhr,	9 x	D91022	91,80 €

Bitte bringen Sie Ihr komplettes Material zu dem Kurs selber mit.

Beispielbilder der Kurse sind auf der Homepage hinterlegt.

Leitung: Stefanie Wempe, Künstlerin



## MIXED MEDIA ART AUF LEINWAND BILDENTWICKLUNG MIT VERSCHIEDENSTEN MATERIALIEN

Di, 05.11.24,	18.30 - 20.45 Uhr,	7 x	D91023	71,40 €
Di, 22.04.25,	18.30 - 20.45 Uhr,	7 x	D91024	71,40 €

Bitte mitbringen: Maluntergrund wie Leinwand, Spanplatte, Pappe etc., verschiedene Gegenstände zum Einarbeiten und Ihre kompletten Malutensilien.

Leitung: Stefanie Wempe, Künstlerin

Ein Teil der gezeigten Bilder sind in den Malkursen von Frau Wempe entstanden.



## ORIGAMI-SCHNUPPERKURS

Do, 09.09.24, 18.00 - 20.00 Uhr, 2 x D91025 21,50 €

Bitte mitbringen: Origamipapier, Schere, Lineal, Bleistift, Klebstoff

Leitung: Chitose Richter, Papierkünstlerin

## ORIGAMI ZUR WEIHNACHTSZEIT

Do, 14.11.24, 18.00 - 20.00 Uhr, 4 x D91026 43,00 €

Bitte mitbringen: Origamipapier, Schere, Lineal, Bleistift, Klebstoff

Leitung: Chitose Richter, Papierkünstlerin

## FALTE DICH GLÜCKLICH – ORIGAMI-BILD-KRANICH

Do, 13.02.25, 18.00 - 20.00 Uhr, 2 x D91027 21,00 €

Bitte mitbringen: Origamipapier, Schere, Lineal, Bleistift, Klebstoff

Leitung: Chitose Richter, Papierkünstlerin

## FUROSHIKI – EIN KLEINES STAURAUmwUNDER DIE GEKNOTETE TASCHE UND VIELES MEHR!

Do, 20.03.25, 18.00 - 20.00 Uhr, 1 x D91028 11,00 €

Bitte mitbringen: grob quadratische Stoffe (am besten Baumwolle) in den Größen ca. 70 cm, 90 cm und/oder 120 cm

Leitung: Chitose Richter, Papierkünstlerin



## ZEICHNEN MIT PROCREATE

Fr, 25.10.24 16.00 - 17.30 Uhr, 2 x D91029 65,31 €  
und

Sa, 26.10.24 10.00 - 15.30 Uhr

Detaillierte Informationen zum Kurs sind auf der Homepage hinterlegt. Bitte mitbringen: iPad mit Pensil und Procreate.

Leitung: Anna Breitkopf-Siepmann, Künstlerin

## SKETCHEN MIT MARKERN

Mo, 02.09.24, 17.00 - 19.00 Uhr, 4 x D91030 74,69 €

Detaillierte Informationen zum Kurs sind auf der Homepage hinterlegt. Bitte mitbringen: Zeichenpapier oder Zeichenblock DIN A4, schwarzer Fineliner oder Gelschreiber, weißer Edding oder Gelstift, Marker auf Alkoholbasis, z. B. ein 12-Set.

Leitung: Anna Breitkopf-Siepmann, Künstlerin

## BEAUTY WORKSHOP – NATÜRLICH SCHÖN IM ALLTAG

Do, 22.08.24,	16.30 - 19.30 Uhr,	1 x	D91031	56,00 €
Do, 12.09.24,	09.30 - 12.30 Uhr,	1 x	D91032	56,00 €
Do, 24.10.24,	18.00 - 21.00 Uhr,	1 x	D91033	56,00 €
Do, 14.11.24,	16.30 - 19.30 Uhr,	1 x	D91034	56,00 €
Do, 09.01.25,	16.30 - 19.30 Uhr,	1 x	D91035	56,00 €
Do, 13.02.25,	09.30 - 12.30 Uhr,	1 x	D91036	56,00 €
Do, 13.03.25,	18.00 - 21.00 Uhr,	1 x	D91037	56,00 €
Do, 24.04.25,	16.30 - 19.30 Uhr,	1 x	D91038	56,00 €

Lernen Sie mit wenigen Handgriffen Ihr typgerechtes Tagesmake-up

Materialien und Produkte werden im Kurs inklusiv zur Verfügung gestellt.

Bitte mitbringen: eigene Beautyprodukte bzw. Schminkutensilien/ Produkte. Detaillierte Informationen zum Kurs sind auf der Homepage hinterlegt.

**Leitung:** Babett Bartelt, Beauty Coach



## SHIBORI – JAPANISCHE HANDWERKSTECHNIK NEU INTERPRETIERT

Sa, 28.09.24,	11.00 - 16.15 Uhr,	1 x	D91041	41,80 €
---------------	--------------------	-----	--------	---------

Weitere Infos zum Kurs und zur Materialbeschaffung sind in der Kursbeschreibung auf der Homepage zu finden.

**Leitung:** Mechthild Werner, Dipl.-Sozialpädagogin

## STICKEN MIT DER PUNCH NEEDLE

Do, 22.08.24,	18.00 - 20.15 Uhr,	3 x	D91042	50,40 €
Do, 24.10.24,	18.00 - 20.15 Uhr,	3 x	D91042	50,40 €
Do, 23.01.25,	18.00 - 20.15 Uhr,	3 x	D91042	50,40 €

Die Materialkosten richten sich nach Verbrauch und werden nach Kursende mit der Kursleiterin zum Selbstkostenpreis abgerechnet.

**Leitung:** Mechthild Werner, Dipl.-Sozialpädagogin

## NASS-FILZEN FÜR ANFÄNGER\*INNEN

Sa, 22.03.25,	11.00 - 16.15 Uhr,	1 x	D91045	37,80 €
---------------	--------------------	-----	--------	---------

Bitte mitbringen: 3 Frottee-Handtücher, 2 Stück saubere Noppenfolie (je etwa 50 x 50 cm – kann gebraucht sein), Plastiktüte zum Transport.

**Leitung:** Mechthild Werner, Dipl.-Sozialpädagogin

## DEKOKETTEN MIT DER NÄHMASCHINE

Do, 21.11.24,	18.00 - 20.15 Uhr,	1 x	D91046	16,80 €
---------------	--------------------	-----	--------	---------

Nur für TeilnehmerInnen, die Erfahrungen mit der Nutzung der Nähmaschine haben. Bitte mitbringen: Weißes Nähgarn.

Die Materialkosten richten sich nach Verbrauch und werden direkt mit der Kursleiterin abgerechnet.

**Leitung:** Mechthild Werner, Dipl.-Sozialpädagogin

## NÄHMALEN – KLEINE MOTIVE AUF STOFF PRODUZIEREN

Do, 15.05.25,	18.00 - 20.15 Uhr,	1 x	D91047	16,80 €
---------------	--------------------	-----	--------	---------

Der Kurs ist nur für TeilnehmerInnen geeignet, die Erfahrungen mit der Nutzung der Nähmaschine haben.

Bitte mitbringen: Kleine Stoffreste (Baumwolle), verschiedene Nähgarne.

**Leitung:** Mechthild Werner, Dipl.-Sozialpädagogin



## ZEICHNEN UND MALEN FÜR ANFÄNGER\*INNEN UND FORTGESCHRITTENE

Mo, 04.11.24, 09.30 - 11.45 Uhr, 7 x D91048 67,20 €

Schwerpunkt: Junge / Alte Menschen und deren Gewohnheiten

Mo, 06.11.24, 09.30 - 11.45 Uhr, 12 x D91049 115,20 €

Schwerpunkt: Wohin möchte ich reisen?

Mo, 28.04.25, 09.30 - 11.45 Uhr, 8 x D91050 76,80 €

Schwerpunkt: Gesund bleiben

Mi, 06.11.24, 19.30 - 21.45 Uhr, 7 x D91051 67,20 €

Schwerpunkt: Junge / Alte Menschen und deren Gewohnheiten

Mi, 08.11.25, 19.30 - 21.45 Uhr, 13 x D91052 124,80 €

Schwerpunkt: Wohin möchte ich reisen?

Mi, 23.04.25, 19.30 - 21.45 Uhr, 10 x D91053 96,00 €

Schwerpunkt: Gesund bleiben

Bitte mitbringen: 1 Aquarellblock (mind. 300 g), Aquarellfarben, ein kleiner und ein großer Pinsel, Bleistifte, Radiergummi

Leitung: **Sybille Hertel**, Kunstpädagogin

## AQUARELL UND HANDLETTERING WEIHNACHTS- KARTEN – SELBST GESTALTETE KARTEN ZUM VERSCHENKEN

Fr, 29.11.24, 17.00 - 19.15 Uhr, 1 x D91056 18,80 €

Inklusiv 3 Aquarellkarten und Brushpen

Bitte mitbringen: eigene Aquarellfarben und -pinsel, weitere Materialien

Leitung: **Friederike Tobergte**, B.A. Soziale Arbeit

## FRÜHLINGSHAFTER AQUARELL UND HANDLETTE- RING WORKSHOP – ANHAND EINFACHER MOTIVE GESTALTEN WIR Z. B. OSTERKARTEN

Fr, 04.04.25, 17.00 - 19.15 Uhr, 1 x D91057 19,80 €

Inklusiv 3 Aquarellkarten und Brushpen

Bitte mitbringen: eigene Aquarellfarben und -pinsel, weitere Materialien

Leitung: **Friederike Tobergte**, B.A. Soziale Arbeit

## PORTRAITKURS MIT MODELL EIN KREATIVER SAMSTAG MIT PORTRAITMALEREI

Sa, 26.04.25, 10.00 - 18.00 Uhr, 1 x D91054 34,14 €

Bitte mitbringen: Buntstifte, Aquarellfarbe, Acrylfarbe, Feder und Tusche, Klebstoff und buntes Papier

Leitung: **Sybille Hertel**, Kunstpädagogin

## HANDLETTERING BASICS WORKSHOP ZUM EINSTIEG

Fr, 06.09.24, 17.00 - 19.15 Uhr, 1 x D91055 18,80 €

Fr, 13.06.25, 17.00 - 19.15 Uhr, 1 x D91059 18,80 €

Inklusiv Pinselstift, zwei Karten und ein größeres Motiv auf Aquarellpapier

Bitte mitbringen falls vorhanden: Fineliner, Aquarellkasten, wasserbasierte Filzstifte, weitere Lettering Materialien

Leitung: **Friederike Tobergte**, B.A. Soziale Arbeit

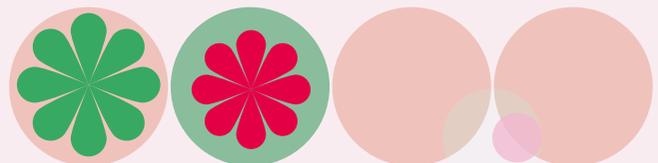
## MAKRAMEE SCHNUPPERKURS ... GRUNDKNOTEN UND FREIES KNÜPFEN

Fr, 21.02.25, 17.00 - 19.15 Uhr, 1 x D91058 19,80 €

Inklusiv 9,00 Euro für Makramee Garn und weitere Materialien.

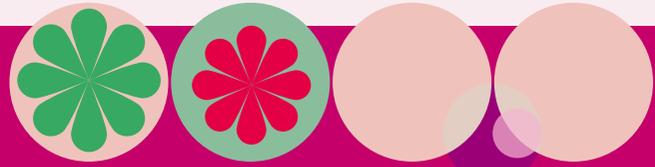
Bitte mitbringen: Schere, Maßband oder Zollstock

Leitung: **Friederike Tobergte**, B.A. Soziale Arbeit



Sa, 09.11.24, 08.00 - 19.30 Uhr, 1 x D94000 58,99 €

Leitung: Sybille Hertel, Kunstpädagogin



## MUSEUMSFAHRT ZUM BUCERIUS KUNST-FORUM HAMBURG AUSSTELLUNG: FLOWERS FOREVER. FLOWERS IN KUNST UND KULTUR

Mit ihrer Pracht und Vielfalt ziehen Blumen uns seit jeher in ihren Bann.

Zudem schreiben wir ihnen große Symbolkraft zu – sei es in der Mythologie, Religion,

Kunst oder Politik. In vergangenen Jahrhunderten waren Blumen begehrte Statussymbole, heute werden sie als Massenprodukt global gehandelt. Aktuell rückt die Blume als ebenso fragiler wie unverzichtbarer Bestandteil des weltweiten Ökosystems in den Fokus. Flowers Forever versammelt Objekte aus Kunst, Design, Mode und Naturwissenschaft zu einem faszinierenden, aufwendig inszenierten Rundgang durch die Kulturgeschichte der Blume vom Altertum bis heute. (buceriuskunstforum.de).

Der Preis beinhaltet eine Gruppenführung im Kunst Forum zur aktuellen Ausstellung, so wie den Eintritt (12.00 Euro pro Person). Es handelt sich um eine Tagesfahrt, die genaue Uhrzeit der Hin- und Rückfahrt wird noch bekanntgegeben.

Die Fahrtkosten werden von der Kursleiterin am Bahnhof Osnabrück eingesammelt.

Sa, 07.09.24, 10.00 - 15.00 Uhr, 1 x D92004 Eintritt 2,00 € ( als Verzehrsgutschein)

## FRAUENFLOHMARKT „DAMENWAHL“

Von Frau zu Frau! Stöbern, staunen, kaufen! Vom Sommerkleid bis zur Jeans, von S bis XXL, ob sportlich, lässig, elegant - hier lassen sich kleine und auch große Kleidungsschätze finden.

Bei gutem Wetter findet die Veranstaltung im Innenhof der FABI statt, sollte das Wetter nicht so gut sein, werden wir die Räumlichkeiten in der FABI nutzen.

Möchten Sie selbst verkaufen? Dann buchen Sie ihren Standplatz telefonisch (0541/35868-0) oder auf unserer Homepage.

STAND-  
GEBÜHR:  
10.00 €

Sa, 23.11.24, 10.00 - 15.00 Uhr, 1 x D92005 Eintritt 2,00 € ( als Verzehrsgutschein)

## WINTERZAUBER FLOHMARKT: FUNKELNDE FUNDE FÜR KALTE TAGE & FESTLICHE DEKORATIONEN!

Die FABI bietet für Osnabrück den 1. Winter-Zauber-Flohmarkt an.

Was erwartet Euch als Besuchende und als als potenzielle Anbieter\*innen? Wenn ihr stilvoll durch die Kälte und festlich durch die Feiertage kommen wollt, lädt dieser Flohmarkt zum nachhaltigen Christmas-Shopping ein.

Möchten Sie selbst verkaufen? Dann buchen Sie ihren Standplatz telefonisch (0541/35868-0) oder auf unserer Homepage, indem Sie diesen "Kurs" in den Warenkorb legen und den Bestellprozess abschließen.

STAND-  
GEBÜHR:  
10.00 €



OSNA-  
BRÜCKER  
MAL-  
PARTY



OSNABRÜCKER MAL-PARTY  
BILDTHEMA: BANKSYS „ZEBRA“

Fr, 27.09.24, 18.30 - 21.30 Uhr, 1 x D92001 46,54 €

Inklusiv Leinwand, Farben, Fingerfood und 1 Glas Prosecco.

Leitung: Stefanie Wempe, Künstlerin



OSNABRÜCKER MAL-PARTY  
BILDTHEMA: MÄDCHEN MIT LUFTBALLONS NACH  
BANKSY-ART

Fr, 21.03.25, 18.30 - 21.30 Uhr, 1 x D92003 46,54 €

Inklusiv Leinwand, Farben, Fingerfood und 1 Glas Prosecco.

Leitung: Stefanie Wempe, Künstlerin

OSNABRÜCKER MAL-PARTY  
BILDTHEMA: „DAS MÄDCHEN MIT DEM PERLEN-  
OHRRING“

Fr, 08.11.24, 18.30 - 21.30 Uhr, 1 x D92002 46,54 €

Inklusiv Leinwand, Farben, Fingerfood und 1 Glas Prosecco.

Leitung: Stefanie Wempe, Künstlerin



NADEL  
FADEN

HANDMADE – DER HANDARBEITSTREFF  
STRICKEN UND HÄKELN FÜR ANFÄNGER\*INNEN  
UND FORTGESCHRITTENE

Di, 13.08.24,	19.30 - 21.00 Uhr,	4 x	D93000	33,60 €
Di, 22.10.24,	19.30 - 21.00 Uhr,	5 x	D93001	42,00 €
Di, 07.01.25,	19.30 - 21.00 Uhr,	6 x	D93002	50,40 €
Di, 29.04.25,	19.30 - 21.00 Uhr,	4 x	D93003	33,60 €

Leitung: Susanne Müller-Kirk, Dipl.-Ing. Landschaftspflege



## NÄHEN – 14-TÄGIG FÜR ANFÄNGER\*INNEN UND FORTGESCHRITTENE GRUPPE 1

Mo, 05.08.24,	18.30 - 21.30 Uhr,	9 x	D93004	100,80 €
Mo, 06.01.25,	18.30 - 21.30 Uhr,	6 x	D93005	67,20 €
Mo, 05.05.25,	18.30 - 21.30 Uhr,	4 x	D93006	44,80 €

Leitung: Erika Konerding, Bekleidungsschneiderin

## NÄHEN AM VORMITTAG – 14-TÄGIG ANFÄNGER\*INNEN UND TEILNEHMER\*INNEN MIT VORKENNTNISSEN

Di, 06.08.24,	08.30 - 11.45 Uhr,	9 x	D93014	130,37 €
Di, 07.01.25,	18.30 - 20.45 Uhr,	6 x	D93015	86,91 €
Di, 29.04.25,	18.30 - 20.45 Uhr,	4 x	D93016	57,93 €

Leitung: Friederike Rasch, Schneidermeisterin, Schnitt-Direktrice

## NÄHEN – 14-TÄGIG FÜR ANFÄNGER\*INNEN UND FORTGESCHRITTENE GRUPPE 2

Mo, 12.08.24,	18.30 - 21.30 Uhr,	9 x	D93007	100,80 €
Mo, 13.01.25,	18.30 - 21.30 Uhr,	6 x	D93008	67,20 €
Mo, 28.04.25,	18.30 - 21.30 Uhr,	4 x	D93009	44,80 €

Leitung: Erika Konerding, Bekleidungsschneiderin

## NÄHEN FÜR ANFÄNGER\*INNEN TASCHEN, KISSEN, BABYBEKLEIDUNG? DIY!

Di, 22.10.24,	18.30 - 20.45 Uhr,	5 x	D93017	54,00 €
Di, 11.02.24,	18.30 - 20.45 Uhr,	5 x	D93018	54,00 €
Di, 06.05.25,	18.30 - 20.45 Uhr,	5 x	D93019	54,00 €

Leitung: Heike Matz, Dipl.-Designerin

## NÄHEN FÜR ANFÄNGER\*INNEN FÜR ANFÄNGER\*INNEN UND FORTGESCHRITTENE

Mi, 07.08.24,	18.30 - 21.30 Uhr,	9 x	D93010	100,80 €
Mi, 23.10.24,	18.30 - 21.30 Uhr,	9 x	D93011	100,80 €
Mi, 08.01.25,	18.30 - 21.30 Uhr,	13 x	D93012	145,60 €
Mi, 23.04.25,	18.30 - 21.30 Uhr,	9 x	D93013	100,80 €

Leitung: Erika Konerding, Bekleidungsschneiderin

## NÄHKURS FÜR ALLES AUS MERINOWOLLE FÜR FORTGESCHRITTENE UND FORTGESCHRITTENE EINSTEIGER\*INNEN

Do, 14.11.24,	19.00 - 21.30 Uhr,	5 x	D93020	66,68 €
---------------	--------------------	-----	--------	---------

von der Unterwäsche bis zur Winterjacke

Leitung: Nele Horstmeier,  
Bekleidungsschneiderin und -technikerin

## UPCYCLING – NEUES DESIGN FÜR ALTE SCHÄTZE

Do, 27.02.25,	19.00 - 21.30 Uhr,	5 x	D93021	66,68 €
---------------	--------------------	-----	--------	---------

Ein Nähangebot für alle, die nachhaltige, witzige Inspirationen suchen!

Leitung: Nele Horstmeier,  
Bekleidungsschneiderin und -technikerin

### Exklusives Shopping für dich und deine Mädels

Liebevoll ausgewählte Wohn- und Lifestyle- Accessoires,  
geschmackvolle Deko, inspirierende Geschenkartikel,  
kleine Gaumenfreuden

**Edelkram**  
by Steffi Vallo

Ebbighausenstr. 16 · 49565 Bramsche · Mobil 0177 6099629 · info@edelkrambysteffi.de





Die detaillierten Kursbeschreibungen finden Sie auf [www.kath-fabi-os.de](http://www.kath-fabi-os.de).

Einzelne Kurse sind einfach zu finden, indem Sie die Kursnummer in die Suchmaske unter: „Stichwort“ eingeben.



### GITARRE FÜR ANFÄNGER\*INNEN UND WIEDEREINSTEIGER\*INNEN

Fr, 08.11.24,	17.30 - 18.30 Uhr,	6 x	D95000	35,00 €
Fr, 07.02.25,	17.30 - 18.30 Uhr,	6 x	D95001	35,00 €

Leitung: Andreas Ottmer, Theaterpädagoge

### KLAVIERUNTERRICHT FÜR ERWACHSENE EINZELUNTERRICHT FÜR ANFÄNGER\*INNEN UND FORTGESCHRITTENE

Di, 06.08.24,	07.45 - 08.30 Uhr,	9 x	D95003	257,40 €
Di, 22.10.24,	07.45 - 08.30 Uhr,	9 x	D95004	257,40 €
Di, 07.01.25,	07.45 - 08.30 Uhr,	12 x	D95005	343,20 €
Di, 22.04.25,	07.45 - 08.30 Uhr,	9 x	D95006	257,40 €

Leitung: Claudia Otten, Musikpädagogin



### KLAVIERUNTERRICHT FÜR ERWACHSENE EINZELUNTERRICHT FÜR ANFÄNGER\*INNEN UND FORTGESCHRITTENE

Di, 06.08.24,	08.45 - 09.30 Uhr,	8 x	D95007	228,80 €
Di, 22.10.24,	08.45 - 09.30 Uhr,	8 x	D95008	228,80 €
Di, 07.01.25,	08.45 - 09.30 Uhr,	12 x	D95009	343,20 €
Di, 22.04.25,	08.45 - 09.30 Uhr,	9 x	D95010	257,40 €

Leitung: Claudia Otten, Musikpädagogin

### KLAVIERUNTERRICHT FÜR ERWACHSENE EINZELUNTERRICHT FÜR ANFÄNGER\*INNEN UND FORTGESCHRITTENE

Wollen Sie Ihre Kenntnisse im Klavierspiel auffrischen oder ganz neu mit dem Instrument Klavier beginnen?

Wir bieten eine bunte Palette vom gut bewährten „Klassiker“ (wie z. B. von Beethoven, Mozart oder Schumann) bis hin zu neuen Klavierstücken in verschiedenen Stilen.

Nehmen Sie sich Zeit für eines der schönsten Hobbys.

Der Unterricht findet digital über Skype, Zoom oder Facetime statt.

Nehmen Sie bitte dazu Kontakt mit der FABI-Verwaltung auf (Tel. 0541-35868-0), dort erfahren Sie weitere Informationen.

Leitung: Claudia Otten, Musikpädagogin

Dauer: 10 Einheiten x a 45 Minuten

Beginn: Nach individueller Absprache

264,00 €

# AUSSTELLUNGEN IN DER FABI 2024/2025



## nothing is permanent

Annette Hanekamp

Montag, 12. August 2024 –  
Mittwoch, 9. Oktober 2024

## BUNTES TREIBEN

Werke in Acryl –  
gemalt in den Kursen  
von Stefanie Wempe

Montag, 21. Oktober 2024 –  
Mittwoch 29. Januar 2025

## LICHT und FARBE

Anna Budina

Montag, 3. Februar 2025 –  
Mittwoch, 23. April 2025

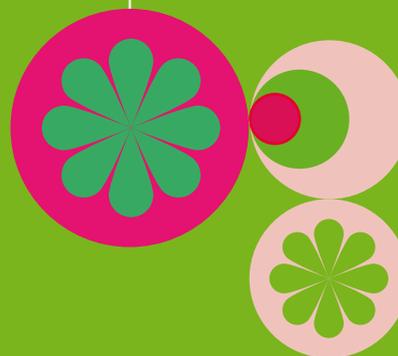
## Freiwilligendienst zeigt Gesicht – Geschichten eines Wertvolljahres.

Freiwilligendienste  
Bistum Osnabrück

Montag, 28. April 2025 –  
Donnerstag, 26. Juni 2025



BEWEGUNG  
GESUNDHEIT



Vital mit Yoga und Hatha-Yoga  
Bewegen – Entspannen – Fit bleiben  
Bildungsurlaube  
Vorbeugen – Heilen – Wohlfühlen



VITAL



## VITAL MIT YOGA UND HATHA-YOGA

Hatha Yoga ist der wohl bekannteste Teil des Yoga. Er umfasst körperorientierte Praktiken: Asanas, die Yogastellungen, Pranayama, die Atemübungen und die Tiefenentspannungstechniken.

Yoga inspiriert, die eigene Lebensweise bewusst zu betrachten und sich selbst und der Umgebung mit mehr Achtsamkeit zu begegnen. Yoga hilft frischer, gelassener, beweglicher und zufriedener zu bleiben oder zu werden.

Hatha-Yoga hat folgende Wirkungen:

- Muskelaufbau: mehr Kraft und weniger Fettpolster
- Gelassenheit: Gesunder Umgang mit Stress
- Geist: Verbesserung der Konzentrationsfähigkeit und des Selbstwertgefühls
- Entgiftung: Abbau von belastenden Stoffen aus dem Körper

Eine Übersicht über die wöchentlich stattfindenden Kurse finden Sie nebenstehend.

Die detaillierten Kursbeschreibungen finden Sie auf [www.kath-fabi-os.de](http://www.kath-fabi-os.de).



# 4. YOGA TASTING

*Einblick in die Vielfalt der Yogawelten...*

Kurs-Nr:  
D73500

Ein Event für Yoga-Einsteiger\*innen und praktizierende Yogis zum Experimentieren, Ausprobieren und Wohlfühlen

Erleben Sie vielfältigste Yoga-Workshops und genießen Sie die entspannte Atmosphäre an diesem Januarabend

**Freitag, 24.01.25, 15.30 – 22.00 Uhr**

38 € pro Person für alle Workshops inkl. Abend snack und Kaltgetränk

Kath. Familien-Bildungsstätte e. V.  
Große Rosenstraße 18, 49074 Osnabrück

Jetzt anmelden unter [www.kath-fabi-os.de](http://www.kath-fabi-os.de)



## ↓ VITAL MIT YOGA UND HATHA YOGA

Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
	<b>*Hatha-Yoga</b> 08.30 - 10.00 Uhr Marion Schulte D73110 – D73112	<b>Hatha Yoga vor Ort</b> 09.00 - 10.30 Uhr Leonie Neumann D73107 – D73109	<b>*Sanftes Yoga für Frauen und Männer 60 plus</b> 08.45 - 10.15 Uhr Petra Konczalla D73116 – D73118	<b>*Hatha-Yoga</b> 08.45 - 10.15 Uhr Jan Rautenberg D73100 – D73103
<b>*Hatha-Yoga 60 plus vor Ort im Bischof-Lilje-Haus</b> 09.30 - 11.00 Uhr Wanda Lingemann D73130 – D73133	<b>Hatha Yoga vor Ort</b> 08.30 - 10.00 Uhr Leonie Neumann D73104 – D73106	<b>*Hatha-Yoga 60 plus</b> 09.00 - 10.30 Uhr Wanda Lingemann D73122 – D73125	<b>*Hatha-Yoga (Schwerpunkt Rücken)</b> 10.30 - 12.00 Uhr Petra Konczalla D73119 – D73121	<b>*Hatha-Yoga</b> 10.15 - 11.45 Uhr Marion Schulte D73113 – D73115
		<b>*Hatha-Yoga 60 plus</b> 10.45 - 12.15 Uhr Wanda Lingemann D73126 – D73129		
			<b>*Hatha-Yoga</b> 16.30 - 18.00 Uhr Friederike Rasch D73204 – D73207	<b>*Hatha-Yoga</b> 16.00 - 17.30 Uhr Jan Rautenberg D73212 – D73215
<b>*Hatha-Yoga (Ashtanga-Yoga)</b> 18.00 - 19.30 Uhr Jutta Bücker D73308 – D73311	<b>*Hatha-Yoga</b> 16.50 - 18.20 Uhr Ines Wiebrow D73208 - D73211	<b>*Sanftes Yoga für Frauen nach längerer Erkrankung</b> 16.45 - 18.15 Uhr Jutta Bücker D73216 - D73219		<b>Yoga für Männer</b> 16.30 - 18.00 Uhr Annette Kramer D73200 – D73203
<b>Yoga für dich! Fließend entspannt – sanft kräftigend</b> 18.15 - 19.15 Uhr Nicole Gran D73300 – D73303	<b>Yin Yoga</b> 19.30 – 20.30 Uhr Birgit Lorenz D73304 – D73307	<b>*Hatha-Yoga</b> 18.00 - 19.30 Uhr Petra Konczalla D73318 – D73320		
<b>*Hatha-Yoga (Schwerpunkt Rücken)</b> 19.00 - 21.00 Uhr Petra Konczalla D73315 – D73317			<b>*Hatha-Yoga</b> 18.30 - 20.00 Uhr Birgitt Kramer-Nennen D73312 – D73314	
			<b>*Hatha-Yoga</b> 19.45 - 21.15 Uhr Petra Konczalla D73321 – D73323	

NEU



Die mit \* markierten Kurse sind Präventionskurse der Krankenkassen.

Die ersten Kursblöcke starten in der Regel in der Woche nach den Sommerferien 2024 ab Montag, den 05. August 2024





## ENT- SPANNUNGS- UND FITNESS- KURSE

### BEWEGEN – ENTSPANNEN – FIT BLEIBEN

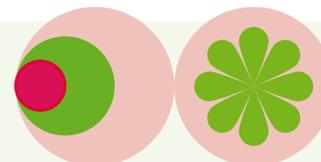
Kurse im Bereich Bewegen, Entspannen, Fit bleiben sind Angebote, in denen Sie sich körperlich betätigen können, die Ihnen helfen, Stress abzubauen und mit denen Sie Ihre Fitness erhalten bzw. steigern können.

Eine Übersicht über die in der Regel wöchentlich stattfindenden Kurse finden Sie nebenstehend.

Die detaillierten Kursbeschreibungen finden Sie auf [www.kath-fabi-os.de](http://www.kath-fabi-os.de).

### ↓ BEWEGEN – ENTSPANNEN – FIT BLEIBEN

Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
<p><b>*Fit bleiben 60 plus</b> 08.45 - 10.15 Uhr Petra Frye D72111 – D72114</p>	<p><b>Pilates – Fitness für Männer und Frauen</b> 10.15 - 11.15 Uhr Monja Höger D72103 – D72106</p>			<p><b>*Faszination Tai Chi Chuan</b> 09.00 - 10.00 Uhr Marion Schulte D72100 – D72102</p>
<p><b>*Fit bleiben 60 plus</b> 10.30 - 12.00 Uhr Petra Frye D72115 – D72118</p>	<p><b>Pilates – Fitness für Männer und Frauen</b> 11.30 - 12.30 Uhr Monja Höger D72107 – D72110</p>			



## ↓ BEWEGEN – ENTSPANNEN – FIT BLEIBEN

Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
<b>Tanzen – Fit im Kopf und flott in den Beinen</b> 14.15 - 15.45 Uhr Sonja Willmann D72208 – D72211				
<b>Rückhalt im Alter – unter physiotherapeutischer Anleitung</b> 15.30 - 16.30 Uhr <b>NEU</b> Nicole Gran D72204 – D72207				
<b>*Beckenbodentraining</b> 16.45 - 17.45 Uhr Nicole Gran D72200 – D72203	<b>Yogalates für Frauen und Männer mit Yin-Yoga und Meridian-Yoga</b> 17.10 - 18.10 Uhr Joshua Blanchard D72335 – D72338		<b>Pilates für Fortgeschrittene</b> 17.15 - 18.15 Uhr Dagmar Paschen D72316 – D72319	
<b>Ganzheitliches Nordic Walking vor Ort</b> Fit in der Natur 18.00 - 19.30 Uhr Desirée Wielers D72324 – D72326 <b>NEU</b>	<b>Pilates – Fitness für Männern und Frauen</b> 18.20 - 19.20 Uhr Joshua Blanchard D72339 – D72342	<b>Schritt für Schritt zum Wohlfühlgewicht – Gemeinsam wandern und Gewicht verlieren</b> 17.00 - 18.30 Uhr Heike Schürkamp D72331 – D72334 <b>NEU</b>	<b>Sanftes Pilates</b> 18.30 - 19.30 Uhr Dagmar Paschen D72320 – D72323 <b>NEU</b>	
<b>*Faszientraining</b> 19.45 - 20.45 Uhr Nicole Gran D72327 – D72330	<b>*Qigong</b> 18.35 - 20.05 Uhr Petra Jokuszies-Bülter D72300 – D72303		<b>*Ruhiges Schlafen zur Stärkung der Gesundheit mit „PMR“</b> 18.45 - 20.15 Uhr Petra Jokuszies-Bülter D72308 – D72309	
	<b>*Ohren und Augen stärken – Stressregulation mit „Qigong“</b> 20.15 - 21.15 Uhr <b>NEU</b> Petra Jokuszies-Bülter D72304 – D72307		<b>„Akupressur“</b> 18.45 - 20.15 Uhr Petra Jokuszies-Bülter D72310– D72311 <b>NEU</b>	
			<b>*Faszien-Kraft-Training</b> 20.15- 21.15 Uhr Barbara Liemke-Waltz D72312 – D72315	



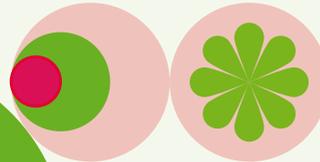
Die mit \* markierten Kurse sind Präventionskurse der Krankenkassen.

Die ersten Kursblöcke starten in der Regel in der Woche nach den Sommerferien 2024 ab Montag, den 05. August 2024





## BILDUNGS-URLAUBE



### BILDUNGSURLAUBE

Sie haben dringend ein wenig Erholung nötig? Am besten dem Stress entfliehen und auch zukünftig mehr Gelassenheit in ihren Alltag integrieren? Dann nutzen Sie Ihr Recht auf Bildungsurlaub!

In der Regel haben alle Angestellten in Deutschland das Recht auf 5 Tage Bildungsurlaub pro laufendem Kalenderjahr.\* In diesem Zeitraum wird das Gehalt von Ihrem Arbeitgeber weitergezahlt. Voraussetzung dafür ist eine offizielle Anerkennung/Zertifizierung des Bildungsurlaubs in ihrem Heimat-Bundesland. Darüber hinaus muss der Bildungsurlaub beim Arbeitgeber per Formularvordruck beantragt werden.

Wir möchten Ihnen den Abschluss einer **Reiserücktritts- bzw. Reiseabbruchversicherung** empfehlen, sodass Sie sich ganz entspannt auf Ihren Bildungsurlaub freuen können.

2024

### BILDUNGSURLAUB AUF LANGEEOOG: LEBENSBALANCE

Zufriedener und ausgeglichener durch den Alltag

**Mo, 02.12.2024 - Do, 05.12.2024, 4 Tage D74101 690,00 €  
ab 16.00 Uhr**

**Leitung: Marion Schulte, Tai-Chi-Instructor und Yogalehrerin (BDY/EYU)**

2025

### BILDUNGSURLAUB AUF WANGEROOGE: LEBENSBALANCE

Zufriedener und ausgeglichener durch den Alltag

**Mo, 17.02.2025 - Do, 20.02.2025, 4 Tage D74102 788,00 €  
ab 16.00 Uhr**

**Leitung: Marion Schulte, Tai-Chi-Instructor und Yogalehrerin (BDY/EYU)**



2025

## BILDUNGSURLAUB AUF NORDERNEY: M.E.T.® METHODE

Mehr Entspannung und Ausgeglichenheit schaffen

Mo, 07.04.2025 - Fr, 11.04.2025, 5 Tage D74107 850,00 €  
ab 16.00 Uhr

Leitung: Petra Jokuszies-Bülter, Stressmanagementtrainerin

## BILDUNGSURLAUB AUF WANGEROOGE: LEBENSBALANCE

Zufriedener und ausgeglichener durch den Alltag

Mo, 03.11.2025 - Do, 06.11.2025, 4 Tage D74100 706,00 €  
ab 16.00 Uhr

Leitung: Marion Schulte, Tai-Chi-Instructor und Yogalehrerin  
(BDY/EYU)

## BILDUNGSURLAUB AUF LANGEEOG: GANZHEITLICHE GESUNDHEITSPRÄVENTION DURCH HALTUNG

Mo, 05.05.2025 - Fr, 09.05.2025, 5 Tage D74105 946,00 €  
ab 16.00 Uhr

Alles was dem Rücken gut tut!

Leitung: Desirée Wielers,  
Physiotherapeutin, Stressmanagementtrainerin

## BILDUNGSURLAUB AUF NORDERNEY – STRESS REDUZIEREN DURCH ENTSPANNUNGS- TECHNIKEN

Mo, 08.12.2025 - Fr, 12.12.2025, 5 Tage D74103 798,00 €  
ab 16.00 Uhr

Leitung: Martina Haacks, Entspannungspädagogin und  
Yogalehrerin

## BILDUNGSURLAUB AUF BORKUM: BEWEGUNG UND DIE MAGIE DES ATEMS

Einfach mal durchatmen

Di, 10.06.2025 - Fr, 13.06.2025, 4 Tage D74101 680,00 €  
ab 16.00 Uhr

Leitung: Friederike Rasch, Ergotherapeutin und Yogalehrerin

## BILDUNGSURLAUB AUF LANGEEOG: RKT®-TRAINING

Weniger Stress - mehr Gelassenheit!

Mo, 08.12.2025 - Fr, 12.12.2025, 5 Tage D74106 967,00 €  
ab 16.00 Uhr

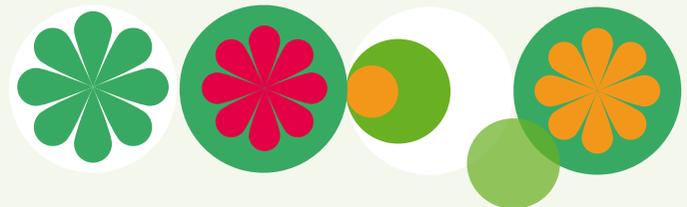
Leitung: Petra Jokuszies-Bülter, Stressmanagementtrainerin

## BILDUNGSURLAUB AUF LANGEEOG: GANZHEITLICHE GESUNDHEITSPRÄVENTION DURCH HALTUNG

So, 26.10.2025 - Fr, 31.10.2025, 6 Tage D74104 952,00 €  
ab 16.00 Uhr

Alles was dem Rücken gut tut!

Leitung: Desirée Wielers,  
Physiotherapeutin, Stressmanagementtrainerin





VOR-  
BEUGEN  
HEILEN  
WOHL-  
FÜHLEN

## VORBEUGEN – HEILEN – WOHLFÜHLEN

Der Bereich Vorbeugen - Heilen - Wohlfühlen legt insbesondere den Fokus auf eine gesunde und ausgewogenen Lebensführung mit dem Ziel der individuellen work-life-Balance.

Es geht darum, die Selbstfürsorge zu stärken, achtsam zu sein für den eigenen Körper und sich etwas Gutes zu tun.

Die detaillierten Kursbeschreibungen finden Sie auf [www.kath-fabi-os.de](http://www.kath-fabi-os.de).



## VITALITÄT UND NEUER SCHWUNG DURCH FASTEN

Mo, 31.03.25 - Fr, 04.04.25  
ab 15 Uhr, 6 x D71001 160,00 €

Wellness für Körper, Geist und Seele  
Verbindlicher Vorbereitungsabend für die Fastenwoche ist am 06.03.2025

Leitung: Manuela Griesehop



## ZIMTZIMMER-COACHING „STRESS LASS NACH“ VERWÖHNE GEIST & GAUMEN BEIM COACHINGDINNER

NEU

So, 29.09.24, 19.00 - 22.00 Uhr, 1 x D84046 56,00 €

Verwöhne Geist & Gaumen beim Coachingdinner  
„Stress lass nach“

Sa, 26.10.24, 19.00 - 22.00 Uhr, 1 x D84047 56,00 €

Verwöhne Geist & Gaumen beim Coachingdinner  
„Einfach mal was Schönes“

Sa, 30.11.24, 19.00 - 22.00 Uhr, 1 x D84048 56,00 €

Verwöhne Geist & Gaumen beim Coachingdinner  
„Abgrenzung: Selbstbestimmt NEIN sagen“

Die Lebensmittelumlage inkl. der Getränke wird am Kursabend mit der Kursleitung abgerechnet (max. 20,00 €)

Leitung: Michaela Kruse und Pauline Jarmatz-Rott,  
Erziehungswissenschaftlerin/Kunstpädagogin MA

Der Abend findet bei der Kursleitung privat statt.  
Adresse: Zimtzimmer, Strothmannsweg 115, 49086 Osnabrück

Wir sind aktiv für ...

- Familie und Beruf
- Bildung und Erziehung
- Familienfreundliche Region Osnabrück
- Starke Familien und ein starkes Netzwerk



Gemeinsam Familienfreundlichkeit  
in der Region Osnabrück gestalten!

**Stadt Osnabrück**

Familienbündnis Region Osnabrück  
Telefon 0541 323-4507  
Familienbuendnis@osnabrueck.de

**Landkreis Osnabrück**

Familienbündnis Region Osnabrück  
Telefon 0541 501-3175  
Familienbuendnis@lkos.de

[www.familienbuendnis-region-osnabrueck.de](http://www.familienbuendnis-region-osnabrueck.de)



# HOLZ & HAUS

Dämmtechnik Holzböden Innenausbau Zimmerei  
Fachmarkt für ökologisches Bauen und Wohnen

*Verlässlich. Verbindlich. Fair.*  
*Aus Freude am ökologischen Bauen.*

Bramstraße 57 | 49090 Osnabrück  
Tel. 0541 961 9612 | Fax 0541 961 9614  
[www.holzundhaus.de](http://www.holzundhaus.de) | [post@holzundhaus.de](mailto:post@holzundhaus.de)



renovieren sanieren umbauen ausbauen neu bauen



KOCHKURSE  
UND  
KOCHCLUBS



Treffpunkt Küche – Kochkurse  
nach Wunsch

Kochen rund um die Welt

Essen und Coaching

Kochen im Club



## KULI- NARISCHE REISE

Die detaillierten Kursbeschreibungen finden Sie auf [www.kath-fabi-os.de](http://www.kath-fabi-os.de).

Einzelne Kurse sind einfach zu finden, indem Sie die Kursnummer in die Suchmaske unter: „Stichwort“ eingeben.



### TREFFPUNKT KÜCHE – KOCHKURSE NACH WUNSCH

Im Kochstudio der FABI bieten wir Ihnen die Möglichkeit einen Kochkurs zu buchen, der auf Ihre persönlichen Wünsche abgestimmt ist. Hier können neben dem Termin, auch die Lebensmittel und die Dauer der Veranstaltung angepasst werden. Diese Art von Kochkursen richtet sich besonders an Firmen, Vereine und private Gruppen mit einer Teilnehmerzahl zwischen 10 und 12 Personen. Gerne erstellen wir Ihnen hierzu ein individuelles Angebot.

Tel: 0541/35868-0

E-Mail: [stefanie.vallo@kath-fabi-os.de](mailto:stefanie.vallo@kath-fabi-os.de) oder  
[sabine.schmidt@kath-fabi-os.de](mailto:sabine.schmidt@kath-fabi-os.de)

### SO EINFACH GEHT VEGAN

NEU

**Do, 15.08.24, 18.45 - 22.00 Uhr, 1 x D84038 29,60 €**

Kochkurs für Einsteiger und alle, die es mal ausprobieren möchten

**Leitung: Karin Gerbes, Hauswirtschaftsleiterin**

### TAPAS SPANISCHE HÄPPCHEN VIELFALT



**Mi, 21.08.24, 18.45 - 22.00 Uhr, 1 x D84008 31,60 €**  
**Mo, 20.01.25, 18.45 - 22.00 Uhr, 1 x D84009 31,60 €**

inkl. Lebensmittelgebühr, Mineralwasser & Rezeptkopien

**Leitung: Borja Baragaño Prieto, Landestypischer Küchenexperte**

# Essen ist ein Bedürfnis, Genießen ist eine Kunst.

(La Rochefoucauld)

## SUSHI, TAPAS, PASTA & STEAK ...

Zurzeit sind weitere Kochkurse in Planung.

Schauen Sie regelmäßig auf unsere Homepage, ob noch etwas nach Ihrem „Gusto“ dabei ist.

### QUICHE & TARTE: BON APPÉTIT



Mi, 28.08.24, 18.00 - 22.00 Uhr, 1 x D84020 33,75 €

Leitung: Adrian Lovis Wagner, Koch

### DIE WELT DER INDISCHEN KÜCHE ENTDECKEN CURRY, KURKUMA & CO.



Do, 05.09.24, 18.45 - 22.00 Uhr, 1 x D84027 28,60 €  
Do, 30.03.25, 18.45 - 22.00 Uhr, 1 x D84028 28,60 €

inkl. Lebensmittelgebühr, Mineralwasser & Rezeptkopien

Leitung: Karin Gerbes, Hauswirtschaftsleiterin

### ORIENTALISCH KOCHEN WIE AUS 1001 NACHT



Do, 29.08.24, 18.45 - 22.00 Uhr, 1 x D84030 30,60 €  
Do, 15.05.25, 18.45 - 22.00 Uhr, 1 x D84031 30,60 €

inkl. Lebensmittelgebühr, Mineralwasser & Rezeptkopien

Leitung: Karin Gerbes, Hauswirtschaftsleiterin

### BUDDHA BOWLS & CO.: KOCHKURS FÜR BUNTE BOWLS ZUM SELBERMACHEN



Mo, 16.09.24, 18.00 - 21.15 Uhr, 1 x D84014 31,60 €  
Mo, 05.05.25, 18.00 - 21.15 Uhr, 1 x D84015 31,60 €

inkl. Lebensmittelgebühr, Mineralwasser & Rezeptkopien

Leitung: Stefanie Köplin, Fachpraxislehrerin Hauswirtschaft



## PASTA PASTA TAGLIATELLE, RAVIOLI & CO



Mi, 18.09.24, 18.00 - 22.00 Uhr, 1 x D84016 33,75 €

inkl. Lebensmittelgebühr, Mineralwasser & Rezeptkopien

Leitung: Adrian Lovis Wagner, Koch

## NORDSPANISCHE KÜCHE – ENTDECKE DIE VIELFALT DES SPANISCHEN NORDENS



Do, 19.09.24, 18.45 - 22.00 Uhr, 1 x D84004 31,60 €

Mi, 19.02.25, 18.45 - 22.00 Uhr, 1 x D84005 31,60 €

inkl. Lebensmittelgebühr, Mineralwasser & Rezeptkopien

Leitung: Borja Baragaño Prieto, Landestypischer Küchenexperte

## MÄDELSABEND – ENTSPANNT. LECKER. GENIESSEN.

Fr, 20.09.24, 18.45 - 22.00 Uhr, 1 x D84041 34,60 €

Mo, 17.02.25, 18.45 - 22.00 Uhr, 1 x D84042 34,60 €

inkl. Lebensmittelgebühr, Mineralwasser & Rezeptkopien

Leitung: Karin Marx, Hobbyköchin

## SUSHI SELBST GEMACHT: DIE KUNST DER JAPANISCHEN REISROLLE



Mi, 25.09.24, 18.30 - 21.45 Uhr, 1 x D84039 34,10 €

Mi, 19.03.24, 18.30 - 21.45 Uhr, 1 x D84040 34,10 €

inkl. Lebensmittelgebühr, Mineralwasser & Rezeptkopien

Leitung: Karin Marx, Hobbyköchin

## MEZZE EIN ORIENTALISCHER GENUSS



Fr, 27.09.24, 18.45 - 22.00 Uhr, 1 x D84033 29,60 €

Fr, 10.01.25, 18.45 - 22.00 Uhr, 1 x D84034 29,60 €

inkl. Lebensmittelgebühr, Mineralwasser & Rezeptkopien

Leitung: Karin Gerbes, Hauswirtschaftsleiterin

## ZIMTZIMMER-COACHING „STRESS LASS NACH“ VERWÖHNE GEIST & GAUMEN BEIM COACHINGDINNER

NEU

So, 29.09.24, 19.00 - 22.00 Uhr, 1 x D84046 56,00 €

Verwöhne Geist & Gaumen beim Coachingdinner  
„Stress lass nach“

Sa, 26.10.24, 19.00 - 22.00 Uhr, 1 x D84047 56,00 €

Verwöhne Geist & Gaumen beim Coachingdinner  
„Einfach mal was Schönes“

Sa, 30.11.24, 19.00 - 22.00 Uhr, 1 x D84048 56,00 €

Verwöhne Geist & Gaumen beim Coachingdinner  
„Abgrenzung: Selbstbestimmt NEIN sagen“

Die Lebensmittelumlage inkl. der Getränke wird am Kursabend  
mit der Kursleitung abgerechnet (max. 20,00 €)

Leitung: Michaela Kruse und Pauline Jarmatz-Rott,  
Erziehungswissenschaftlerin/Kunstpädagogin MA

Der Abend findet bei der Kursleitung privat statt.  
Adresse: Zimtzimmer, Strothmannsweg 115, 49086 Osnabrück

## STEAKGENUSS AUF HÖCHSTEM NIVEAU: DAS PERFEKTE STEAK ANBRATEN

Fr, 25.10.24, 18.00 - 21.15 Uhr, 1 x D84021 34,60 €

Fr, 17.01.24, 18.00 - 21.15 Uhr, 1 x D84022 34,60 €

inkl. Lebensmittelgebühr, Mineralwasser & Rezeptkopien

Leitung: Adrian Lovis Wagner, Koch

## FISCH MAL ANDERS – SCHNELL, RAFFINIERT, LECKER ...

Mo, 28.10.24, 18.00 - 21.15 Uhr, 1 x D84010 36,60 €  
Mo, 27.01.25, 18.00 - 21.15 Uhr, 1 x D84011 36,60 €

inkl. Lebensmittelgebühr, Mineralwasser & Rezeptkopien

Leitung: Stefanie Köplin, Fachpraxislehrerin Hauswirtschaft

## BROT – KNUSPRIG & LECKER

Mi, 06.11.24, 18.00 - 22.00 Uhr, 1 x D84018 32,75 €  
Fr, 21.02.25, 18.00 - 22.00 Uhr, 1 x D84019 32,75 €

inkl. Lebensmittelgebühr, Mineralwasser & Rezeptkopien

Leitung: Lovis Wagner, Koch

## DINNER MIT HERZKLOPFEN

Sa, 09.11.24, 18.00 - 22.00 Uhr, 1 x D84044 38,75 €  
Sa, 15.02.25, 18.00 - 22.00 Uhr, 1 x D84043 38,75 €

inkl. Lebensmittelgebühr, Mineralwasser & Rezeptkopien

Leitung: Karin Marx, Hobbyköchin

## VEGETARISCHE KÜCHE SPANIENS



Fr, 15.11.24, 18.45 - 22.00 Uhr, 1 x D84006 28,60 €  
Mi, 23.04.25, 18.45 - 22.00 Uhr, 1 x D84007 28,60 €

inkl. Lebensmittelgebühr, Mineralwasser & Rezeptkopien

Leitung: Borja Baragaño Prieto, Landestypischer Küchenexperte

## BE WILD – DER WILD-KOCHABEND.

Fr, 15.11.24, 18.45 - 22.00 Uhr, 1 x D84002 36,60 €

inkl. Lebensmittelgebühr, Mineralwasser & Rezeptkopien

Leitung: Axel Hagemann, Hobbykoch

## WIENER WEIHNACHTSBÄCKEREI – EINE BESONDERE BACKTRADITION



Mi, 27.11.24, 18.00 - 21.15 Uhr, 1 x D84026 29,60 €

inkl. Lebensmittelgebühr, Mineralwasser & Rezeptkopien

Leitung: Ulrike Hamm, Konditorin

## ZUCKERGUSS UND ENGELSSTAUB – HIMMLISCHE BACKREZEPTE FÜR DIE WEIHNACHTSZEIT

Fr, 29.11.24, 18.45 - 22.00 Uhr, 1 x D84032 26,60 €

inkl. Lebensmittelgebühr, Mineralwasser & Rezeptkopien

Leitung: Karin Gerbes, Hauswirtschaftsleiterin

## TRÜFFEL & PRALINEN: SÜSSE VERFÜHRUNGEN SELBST GEMACHT

Mi, 04.12.24, 18.00 - 21.15 Uhr, 1 x D84024 28,60 €  
Mi, 02.04.25, 18.00 - 21.15 Uhr, 1 x D84025 28,60 €

inkl. Lebensmittelgebühr, Mineralwasser & Rezeptkopien

Leitung: Ulrike Hamm, Konditorin



## WEIHNACHTSKLASSIKER NEU INTERPRETIERT



Do, 05.12.24, 18.00 - 21.15 Uhr, 1 x D84000 31,60 €

inkl. Lebensmittelgebühr, Mineralwasser & Rezeptkopien

Leitung: Axel Hagemann, Hobbykoch

## JUNGS AM HERD: VATER-SOHN-KOCHKURS

Fr, 21.03.25, 18.00 - 21.15 Uhr, 1 x D84003 31,60 €

inkl. Lebensmittelgebühr, Mineralwasser & Rezeptkopien

Leitung: Axel Hagemann, Hobbykoch

## SUPPEN & EINTÖPFE WÄRMENDE GERICHTE IN DER KALTEN JAHRESZEIT

Do, 16.01.25, 18.45 - 22.00 Uhr, 1 x D84029 28,60 €

inkl. Lebensmittelgebühr, Mineralwasser & Rezeptkopien

Leitung: Karin Gerbes, Hauswirtschaftsleiterin

## PASTA E BASTA – GNOCCHI UND TORTELLINI



Fr, 28.03.25, 18.00 - 22.00 Uhr, 1 x D84017 33,75 €

inkl. Lebensmittelgebühr, Mineralwasser & Rezeptkopien

Leitung: Adrian Lovis Wagner, Koch

## HEUTE IST KNÖDELTAG!

Mi, 05.02.25, 18.45 - 22.00 Uhr, 1 x D84001 30,60 €

inkl. Lebensmittelgebühr, Mineralwasser & Rezeptkopien

Leitung: Axel Hagemann, Hobbykoch

## OSTERGESCHENKE AUS DER KÜCHE – MIT LIEBE SELBST GEMACHT

Mo, 31.03.25, 18.00 - 21.15 Uhr, 1 x D84013 33,60 €

inkl. Lebensmittelgebühr, Mineralwasser & Rezeptkopien

Leitung: Stefanie Köplin, Fachpraxislehrerin Hauswirtschaft

## KOCHEN FÜR DIE GANZE FAMILIE – SCHNELL, GESUND UND LECKER!



Do, 20.02.25, 18.45 - 22.00 Uhr, 1 x D84036 31,60 €

inkl. Lebensmittelgebühr, Mineralwasser & Rezeptkopien

Leitung: Karin Gerbes, Hauswirtschaftsleiterin

## HÜLSENFRÜCHTE: KLEINE POWERPAKETE – GESUND, VIELFÄLTIG UND LECKER

Do 03.04.25, 18.45 - 22.00 Uhr, 1 x D84035 28,60 €

inkl. Lebensmittelgebühr, Mineralwasser & Rezeptkopien

Leitung: Karin Gerbes, Hauswirtschaftsleiterin

## KOCHKURS FÜR JUGENDLICHE



Fr, 25.04.25, 17.00 - 20.15 Uhr, 1 x D84023 31,60 €

inkl. Lebensmittelgebühr, Mineralwasser & Rezeptkopien

Leitung: Adrian Lovis Wagner, Koch

## VEGETARISCHES 4-GÄNGE-MENÜ



Di, 29.04.25, 18.45 - 22.00 Uhr, 1 x D84037 29,60 €

inkl. Lebensmittelgebühr, Mineralwasser & Rezeptkopien

Leitung: Karin Gerbes, Hauswirtschaftsleiterin

## KOCHEN WIE IN FRANKREICH



Mi, 21.05.25, 18.00 - 21.15 Uhr, 1 x D84045 44,60 €

inkl. Lebensmittelgebühr, Mineralwasser & Rezeptkopien

Leitung: Karin Marx, Hobbyköchin



KOCHEN  
IM  
CLUB



## KOCHEN IM CLUB

Sie möchten sich in regelmäßigen Abständen zum Kochen treffen und sind auf der Suche nach einem Kochclub? Ob alleine oder als Gruppe, sprechen Sie uns an. Wir werden für Ihre Wünsche und Vorstellungen die passende Lösung finden!

Tel: 0541/35868-0

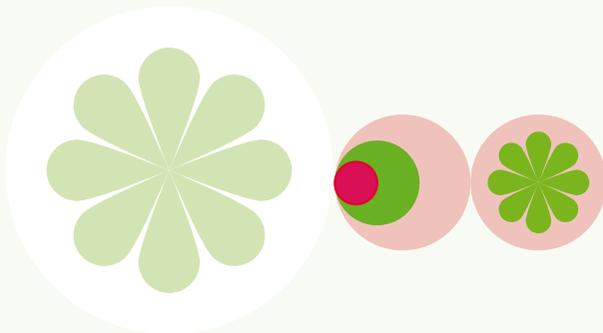
E-Mail: stefanie.vallo@kath-fabi-os.de oder  
sabine.schmidt@kath-fabi-os.de

## MÄNNERKOCHCLUB JEDEN 2. MONTAG IM MONAT

Mo, 12.08.24, 18.00 - 21.15 Uhr, 8 x D85001 128,96 €

zzgl. Lebensmittelumlage, inkl. Mineralwasser & Rezeptideen

Leitung: Carola Ostendorf, Hauswirtschafterin



## KOCHCLUB FÜR MÄNNER UND FRAUEN JEDEN 1. DIENSTAG IM MONAT

Di, 06.08.24, 18.30 - 21.45 Uhr, 10 x D85002 161,20 €

zzgl. Lebensmittelumlage, inkl. Mineralwasser & Rezeptideen

Leitung: Adrian Lovis Wagner, Koch

## MÄNNERKUCHCLUB JEDEN 2. DONNERSTAG IM MONAT

Do, 12.09.24, 18.00 - 21.15 Uhr, 7 x D85007 145,08 €

zzgl. Lebensmittelumlage, inkl. Mineralwasser & Rezeptideen

Leitung: Silke Nordhoff, Ernährungs- und Diätberaterin

## MÄNNERKUCHCLUB JEDEN 2. DIENSTAG IM MONAT

Di, 21.09.24, 18.30 - 21.45 Uhr, 7 x D85003 128,96 €

zzgl. Lebensmittelumlage, inkl. Mineralwasser & Rezeptideen

Leitung: Karin Marx, Hobbyköchin

## MÄNNERKUCHCLUB JEDEN 4. DONNERSTAG IM MONAT

Do, 22.08.24, 18.45 - 22.00 Uhr, 7 x D85008 145,08 €

zzgl. Lebensmittelumlage, inkl. Mineralwasser & Rezeptideen

Leitung: Silke Nordhoff, Ernährungs- und Diätberaterin

## MÄNNERKUCHCLUB JEDEN 3. DIENSTAG IM MONAT

Di, 17.09.24, 18.30 - 21.45 Uhr, 8 x D85004 145,08 €

zzgl. Lebensmittelumlage, inkl. Mineralwasser & Rezeptideen

Leitung: Karin Marx, Hobbyköchin

## MÄNNERKUCHCLUB JEDEN 1. FREITAG IM MONAT

Fr, 06.09.24, 18.45 - 22.00 Uhr, 8 x D85009 96,72 €

zzgl. Lebensmittelumlage, inkl. Mineralwasser & Rezeptideen

Leitung: Silke Nordhoff, Ernährungs- und Diätberaterin

## MÄNNERKUCHCLUB JEDEN 4. DIENSTAG IM MONAT



Di, 27.08.24, 18.30 - 21.45 Uhr, 10 x D85011 145,08 €

zzgl. Lebensmittelumlage, inkl. Mineralwasser & Rezeptideen

Leitung: Adrian Lovis Wagner, Koch

## MÄNNERKUCHCLUB JEDEN 2. FREITAG IM MONAT

Fr, 09.08.24, 18.00 - 21.15 Uhr, 8 x D85010 128,96 €

zzgl. Lebensmittelumlage, inkl. Mineralwasser & Rezeptideen

Leitung: Axel Hagemann, Hobbykoch

KOOPERATION MIT DER  
KOORDINIERUNGSSTELLE  
FRAU & BETRIEB e.V.



**Koordinierungsstelle  
Frau & Betrieb e.V.**

Für die Frauen. Für die Betriebe.

**Unser Ziel:**

**Die Förderung der beruflichen  
Weiterentwicklung von Frauen**

Dazu bieten wir individuelle Beratungen,  
gezielte Workshops und enge Betriebskontakte  
im Verbund Frau & Betrieb e.V. an.

**Finanzielle Förderung (FIFÖ):**

- von Kursen für Berufsrückkehrerinnen,  
Elternzeitnehmenden, Minijobberinnen und  
Verbundmitarbeiterinnen
- für Kurse, die der beruflichen  
Entwicklung dienen
- Förderhöhe 50% der Kursgebühr, max. 150€
- Anträge müssen vor Kursbeginn gestellt  
werden, es besteht kein Rechtsanspruch

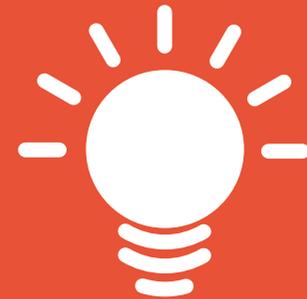
Haben Sie Fragen? Sprechen Sie uns an!



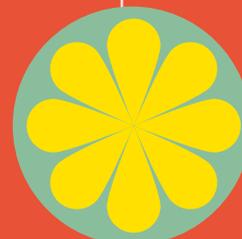
EUROPÄISCHE UNION  
Europäischer Sozialfonds



Tel. 0541 27026  
[info@frau-und-betrieb-os.de](mailto:info@frau-und-betrieb-os.de)  
[www.frau-und-betrieb-os.de](http://www.frau-und-betrieb-os.de)



FORTBILDUNGEN  
QUALIFIZIERUNG  
EHRENAMT



Fortbildungen für pädagogische Fachkräfte in Tageseinrichtungen für Kinder

Fortbildungen für pädagogische Fachkräfte in der Kindertagespflege

Bildung und Begleitung im Ehrenamt

## ↓ FORTBILDUNGEN FÜR PÄDAGOGISCHE FACHKRÄFTE IN TAGESEINRICHTUNGEN FÜR KINDER

Unsere Fortbildungen finden in Kooperation mit dem Fachbereich Tageseinrichtungen für Kinder des Caritasverbandes der Diözese Osnabrück statt. Natürlich sind die Fortbildungen für alle Träger offen. Vollständige Ausschreibungen: im Sonderdruck „Fortbildungen für pädagogische Fachkräfte 2024/2025“ oder [www.kath-fabi-os.de](http://www.kath-fabi-os.de)

Bitte beachten Sie unsere AGBs für Fortbildungen

Kostenfreie Abmeldung spätestens bis 14 Werktage vor Kursbeginn!



Kursnummer	Kurstitel	Leitung	Termin & Uhrzeit	Gebühr	Beginn
D54000	<b>Sexueller Missbrauch – Prävention gegen sexualisierte Gewalt in Krippe und Kita *</b> Schulung nach § 8a Kindeswohlgefährdung	Koordinationsstelle Prävention Bistum Osnabrück	1x, 15.00 - 18.00 Uhr	49,75 €	Mi, 25.09.2024
D31003	<b>Gott ist dabei – auch unter drei!</b> Religionssensible Rituale im Kita-Alltag	Anne Schwöppe, Kitapastoral	1x, 14.00 - 17.15 Uhr	49,00 €	Mi, 23.10.2024
D54306	<b>Auf Augenhöhe *</b> Wirksame Elterngespräche kooperativ und lösungsorientiert führen	Marianne Landwehr, Dipl. Sozialpädagogin, Supervisorin, Systemische Familienberaterin	zwei aufeinander folgende Tage 09.00 - 16.30 Uhr	198,00 €	Mo, 28.10.2024
D54400	<b>Musikschrank auf und losgeht 's! *</b> Orff-Instrumente mit Kindern entdecken	Veronika Hoffstädt, Erzieherin, Musikpädagogin	1x, 09.00 - 16.30 Uhr	102,00 €	Mi, 30.10.2024
D54316	<b>Der Zauber der Stärke</b> Mut zu neuen Perspektiven und Wegen zur Persönlichkeitsstärkung von Mädchen und Jungen	Manfred Pomorin, Dozent für Körpersprache und Körperausdruck, Pantomime; Hedwig Middendorf-Greife, Theaterpädagogin, Psychodrama-Praktikerin	1x, 09.00 - 16.30 Uhr	139,00 €	Di, 05.11.2024
D54319	<b>Meilensteine der Sprachentwicklung im Alter von 0-3 *</b> Sprachentwicklung und orofaciale Entwicklung im Krippenalter	Michael Winkler, Logopäde	1x, 09.00 - 16.30 Uhr	120,00 €	Mi, 06.11.2024
D31002	<b>Sternstunden im Advent</b> Mit der Franz-Kett Pädagogik GSEB Weihnachten vorbereiten	Maria Steinfort, Trainerin Kett-Pädagogik	1x, 09.00 - 16.30 Uhr	118,00 €	Do, 07.11.2024
D54317	<b>Einführung in die ICF- CY</b> Internationale Klassifikation der Funktionsfähigkeit, Behinderung und Gesundheit - Kindheit und Jugend	Christian Flohre, B.A. Heilpädagogik und Mentoring	1x, 14.00 - 17.00 Uhr	44,00 €	Mo, 11.11.2024
D54308	<b>„Ich sehe was, was du nicht siehst!“</b> Methoden der Fallbesprechung in Krippe und Kitas	Martina de Vries, Dipl. Sozialarbeiterin, Kita-Leiterin, Prozessbegleiterin	zwei aufeinander folgende Tage 09.00 - 16.30 Uhr	259,00 €	Di, 12.11.2024

Kursnummer	Kurstitel	Leitung	Termin & Uhrzeit	Gebühr	Beginn
D54302	<b>Kita als sicherer Hafen!</b> Die Entwicklung von Bindungs- und Beziehungsfähigkeit in der Arbeit mit Kindern	Helga Reekers, Dipl. Sozialpädagogin, Systemische Supervisorin, Fachpädagogin für Psychotraumatologie	1x, 09.00 - 16.30 Uhr	121,00 €	Do, 14.11.2024
D54700	<b>Ich kann kochen! Wie man Genussbotschafter*in wird - Einstiegsfortbildung</b> Fortbildung der Sarah Wiener Stiftung und der BAR-MER für päd. Fachkräfte und Lehrkräfte	N.N.	1x, 09.00 - 13.00 Uhr in Präsenz weitere Termine: zwei Wochen Selbstlernphase: 15. -29.11.2024 29.11.2024 Abschluss - Webinar via Zoom	0,00 €	Fr, 15.11.2024
D54330	<b>Inklusion (er)-leben *</b> Das WIR gewinnt	Heike Kostarellis, Erzieherin, Heilpädagogin, Kitaleitung, Fortbildnerin	1x, 09.00 - 16.30 Uhr	134,00 €	Mo, 18.11.2024
D54325	<b>Konfliktkompetenz stärken</b> Achtsame Kommunikation als Schlüssel für erfolgreiche Teamführung in der Kita	Marianne Oshege, Trainerin für Gewaltfreie Kommunikation	1x, 09.00 - 16.30 Uhr	125,00 €	Di, 19.11.2024
D54322	<b>Gefühlsstarke Kinder liebevoll begleiten *</b> Sicherheit im Umgang mit starken Gefühlen auch im turbulenten Kita-Alltag	Susanne Binder, Master of Education, Coach für Gefühlsstärke, Traumasensibles Begleiten; Marita Rekers, Erzieherin, zertifizierte Elternbegleiterin	1x, 09.00 - 16.30 Uhr	135,00 €	Mi, 20.11.2024
D54305	<b>Ressourcenorientierte Beobachtung der Entwicklung von Kindern*</b> zum Einsatz von „BaSiK“ und „MotorikPlus“	Prof. Dr. Renate Zimmer, Erziehungswissenschaftlerin mit dem Schwerpunkt Frühe Kindheit, Professorin für Sportwissenschaft, Autorin	1x, 09.00 - 16.30 Uhr	125,00 €	Do, 21.11.2024
D54328	<b>Worte mit Wirkung *</b> Achtsam sprechen in Krippe und Kita	Julia Horstmann, Heilpädagogin, Erzieherin, Multiplikatorin für Kinderperspektiven	1x, 09.00 - 16.30 Uhr	125,00 €	Mo, 25.11.2024
D54300	<b>Gewaltfreie Kommunikation nach M.Rosenberg</b> Vertiefungskurs	Dr. Sophia Kumpmann, Coach, Trainerin für Gewaltfreie Kommunikation (CNVC), Mediatorin, Berlin	zwei aufeinander folgende Tage 09.00 - 16.30 Uhr	255,00 €	Di, 26.11.2024
D54311	<b>„Wer hat angefangen?“ *</b> Konflikte dialogisch begleiten!	Annette Drüner, Dipl. Sozialpädagogin, Coach, Erzieherin	1x, 09.00 - 16.30 Uhr	139,00 €	Fr, 29.11.2024
D54336	<b>Praxisreflexion (und mehr) für heilpädagogische Fachkräfte</b>	Nadine Gertken, Heilpädagogin und Mentoring, Entwicklungspsychologische Beraterin, Erzieherin	4x, 14.00 - 16.30 Uhr weitere Termine: 05.02.2025, 05.03.2025, 02.04.2025	184,00 €	Mi, 08.01.2025
D54410	<b>„Yoga-Zauber für Kinder“</b> Einführung ins „Yoga für Kinder“ für pädagogische Fachkräfte	Katja Werries, Kursleiterin DGBM, Psychologische Psychotherapeutin	1x, 09.00 - 16.30 Uhr	112,00 €	Do, 09.01.2025
D54201	<b>Presse- und Öffentlichkeitsarbeit heute</b> Medien, Gestaltung und rechtliche Fragen für Leitungen und stellvertretende Leitung	Ulrike Lindner, Fachbuchautorin, Dipl.-Kommunikationswirtin	1x, 09.00 - 16.00 Uhr	135,00 €	Di, 14.01.2025
D54324	<b>Klare Worte *</b> Elterngespräche sicher und kompetent führen	Ulrike Lindner, Fachbuchautorin, Dipl.-Kommunikationswirtin	1x, 09.00 - 16.00 Uhr	135,00 €	Mi, 15.01.2025



Kursnummer	Kurstitel	Leitung	Termin & Uhrzeit	Gebühr	Beginn
D54307	<b>Einsatzmöglichkeiten der ressourcenorientierten Videoarbeit in Krippe und Kita</b>	Helga Reekers, Dipl. Sozialpädagogin, Systemische Supervisorin, Fachpädagogin für Psychotraumatologie	1x, 09.00 - 16.30 Uhr	121,00 €	Di, 21.01.2025
D54323	<b>AD(H)S in Tageseinrichtungen für Kinder Was tun?</b>	Doris Morzeck-Groten, Dipl. Sozialpädagogin, Elterntrainerin	1x, 09.00 - 16.00 Uhr	109,00 €	Mi, 22.01.2025
D54338	<b>Kinder schützen – Kindern fördern – Kinder beteiligen</b> Interaktion und Partizipation Kindern ermöglichen	Gabriele Haug-Schnabel, Fachautorin, Verhaltensbiologin, Entwicklungsforscherin	1x, 09.00 - 16.30 Uhr	125,00 €	Do, 23.01.2025
D54334	<b>„Bitte wachsen lassen!“</b> Zeit und Raum zum Wachsen und Reifen	Nadine Gertken, Heilpädagogin und Mentoring, Entwicklungspsychologische Beraterin, Erzieherin	1x, 09.00 - 16.30 Uhr	110,00 €	Mo, 27.01.2025
D54301	<b>Ehrlich oder nett sein? - Es geht auch beides! *</b> Gewaltfreie Kommunikation nach M. Rosenberg	Dr. Sophia Kumpmann, Coach, Trainerin für Gewaltfreie Kommunikation (CNVC), Mediatorin, Berlin	zwei aufeinander folgende Tage 09.00 - 16.30 Uhr	257,00 €	Di, 28.01.2025
D54600	<b>Den Rücken schonen *</b> Fit mit Kindern	Inez Wichmann, Dipl.Religionspädagogin, Atem-, Sprech- und Stimmlehrerin	1x, 9.00 - 16.30 Uhr	102,00 €	Do, 30.01.2025
D54200	<b>Selbstfürsorge und Führungsqualitäten vereinen</b> für Leitungskräfte	Michaela Kruse, Erziehungswissenschaftlerin, Erzieherin, Personal- und Business-Coach	1x, 09.00 - 16.30 Uhr	120,00 €	Do, 06.02.2025
D54318	<b>Individuelle Entwicklungspläne in der Praxis</b> Ein modernes Konzept zur ICF-basierten Förderplanung	Christian Flohre, B.A. Heilpädagogik und Mentoring,	2x, 14.00 - 17.00 Uhr weiterer Termin: 17.02.2025	75,00 €	Mo, 10.02.2025
D54309	<b>Dem Schutz der Kinder Raum geben *</b> Reflexion der eigenen pädagogischen Praxis	Martina de Vries, Dipl. Sozialarbeiterin, Kita-Leiterin, Prozessbegleiterin	zwei aufeinander folgende Tage 09.00 - 16.30 Uhr	259,00 €	Di, 11.02.2025
D54403	<b>„Wörter, Worte, Wortwerkstatt“ *</b> Ideen-Werkzeugkasten zur Sprachförderung	Gabriele Thober, Musikpädagogin, Bewegungspädagogin	1x, 09.00 - 16.30 Uhr	105,00 €	Do, 13.02.2025
D54303	<b>Kinderängste verstehen und achtsam begleiten *</b>	Helga Reekers, Dipl. Sozialpädagogin, Systemische Supervisorin, Fachpädagogin für Psychotraumatologie	1x, 09.00 - 16.30 Uhr	121,00 €	Di, 18.02.2025
D54320	<b>Ella's Frühstück: Toast und Milchschnitte *</b> Eckpunkte des kindlichen Spracherwerbs	Michael Winkler, Logopäde	1x, 09.00 - 16.30 Uhr	120,00 €	Mi, 19.02.2025
D54333	<b>Autismus-Spektrum-Störung (ASS) im Kindergarten *</b> Fortbildung für pädagogische Fachkräfte in Krippe und Kita	Andrea Raßfeld, Heilpädagogin, Autismus Therapeutin, Therapeutische Leitung Autismus Therapiezentrum, HHO	1x, 09.00 - 16.00 Uhr	125,00 €	Do, 20.02.2025
D54001	<b>Sexueller Missbrauch - Prävention gegen sexualisierte Gewalt in Krippe und Kita*</b> Schulung nach § 8a Kindeswohlgefährdung	Koordinationsstelle Prävention Bistum Osnabrück	1x, 15.00 - 18.00 Uhr	49,75 €	Di, 25.02.2025
D54406	<b>Trauerbox</b> Kreative Ideen für den Umgang mit Trauer in Kitas	Stefanie Kreye, Trauerbegleiterin BVT	1x, 09.00 - 16.30 Uhr	114,00 €	Mi, 26.02.2025
D54411	<b>Kinder zu innerer Ruhe führen *</b> Kindgerechte Entspannungs- und Achtsamkeitstechniken für die Kita	Katja Werries, Kursleiterin der DGBM, Psychologische Psychotherapeutin	2x, 09.00 - 16.30 Uhr weiterer Termin: 03.04.2025 09.00 - 13.00 Uhr	145,00 €	Do, 06.03.2025

Kursnummer	Kurstitel	Leitung	Termin & Uhrzeit	Gebühr	Beginn
D54408	<b>Licht und Schatten</b> Erhellende Entdeckungen	Michael Fink, Kunstpädagoge, Fachbuch-Autor, Fortbildner	1x, 09.00 - 16.30 Uhr	134,00 €	Di, 11.03.2025
D54401	<b>Eine Gitarre spielt ein Kinderlied</b> Grundkurs für Anfänger*innen oder mit geringen Vorkenntnissen	Veronika Hoffstädt, Erzieherin, Musikpädagogin	4x, 18.30 - 20.00 Uhr weitere Termine: 19.03. 26.03. und 02.04.2025	75,00 €	Mi, 12.03.2025
D54310	<b>Crash-Kurs Krippe *</b>	Annette Drüner, Dipl. Sozialpädagogin, Coach, Erzieherin	zwei aufeinander folgende Tage 09.00 - 16.30 Uhr	260,00 €	Do, 13.03.2025
D54304	<b>„Die unsichtbare Last“ *</b> Begleitung von Kindern psychisch kranker Eltern in Kindertageseinrichtungen	Helga Reekers, Dipl. Sozialpädagogin, Systemische Supervisorin, Fachpädagogin für Psychotraumatologie	1x, 09.00 - 16.30 Uhr	121,00 €	Di, 18.03.2025
D54312	<b>„Wut - Wenn das Rumpelstilzchen tanzt“ *</b> Einen bewussten und sinnvollen Umgang mit dem Gefühl der Wut finden!	Marianne Oshege, Trainerin für Gewaltfreie Kommunikation	1x, 09.00 - 16.30 Uhr	124,00 €	Mi, 19.03.2025
D54601	<b>Fit for Work *</b> Gesund im Beruf durch Methoden der Achtsamkeit, Resilienz und Stressverarbeitung	Katja Werries, Kursleiterin der DGBM, Psychologi- sche Psychotherapeutin	1x, 09.00 - 16.30 Uhr	112,00 €	Do, 20.03.2025
D54315	<b>Partizipation leben und umsetzen *</b> mit Kindern U3	Michaela Kruse, Erziehungswissenschaftlerin, Erzie- herin, Personal- und Business-Coach	1x, 09.00 - 16.30 Uhr	120,00 €	Mo, 24.03.2025
D54409	<b>Work Life Balance durch kreative Methoden</b> Entspannung und Stressabbau für Kinder und Fachkräfte	Heike Kostarellis, Erzieherin, Heilpädagogin, Kitalei- tung, Fortbildnerin	1x, 09.00 - 16.30 Uhr	134,00 €	Di, 25.03.2025
D54331	<b>Entwicklungsschritte bewegt begleiten *</b> Psychomotorik in Kindertageseinrichtungen	Dr. mot. Phil.Fiona Martzy, Transferwissenschaftlerin, Nifbe	1x, 09.00 - 16.30 Uhr	126,00 €	Do, 27.03.2025
D54335	<b>„Voll behindert!“</b> Bewusstsein schaffen - Ableismus überwinden und Vielfalt leben!	Nadine Gertken, Heilpädagogin und Mentoring, Ent- wicklungspsychologische Beraterin, Erzieherin	1x, 09.00 - 16.30 Uhr	110,00 €	Mo, 31.03.2025
D54404	<b>Musikwerkstatt für Kleinkinder U3 *</b> Musikpädagogische Ideen für den Krippenalltag	Gabriele Thober, Musikpädagogin, Bewegungspäd- agogin	1x, 09.00 - 16.30 Uhr	105,00 €	Do, 24.04.2025
D54329	<b>Du bist super! *</b> Feedback für Kinder prozessorientiert gestalten	Julia Horstmann, Heilpädagogin, Erzieherin, Multiplika- torin für Kinderperspektiven	1x, 14.00 - 17.15 Uhr	56,00 €	Mo, 05.05.2025
D54402	<b>Die kleinste Bühne der Welt *</b> Finger- und Knireiterspiele für die Kleinsten	Veronika Hoffstädt, Erzieherin, Musikpädagogin	1x, 09.00 - 16.30 Uhr	102,00 €	Mi, 07.05.2025
D54326	<b>Das geht zu weit... Respektlosigkeit begegnen *</b> Umgang mit Angriffen, selbstbewusst Grenzen setzen, Techniken sich zu distanzieren und zu schützen	Bettina Theissen, Autorin, Schauspielerin, Weiterbil- dungsmanagerin	1x, 09.00 - 16.30 Uhr	120,00 €	Di, 13.05.2025
D54337	<b>Kamishibai XL – die ganze bunte Erzählwelt</b> Mitspielaktionen, Requisiteneinsatz, Musik und eine Erzählfigur	Bettina Theissen, Autorin, Schauspielerin, Weiterbil- dungsmanagerin	1x, 09.00 - 16.30 Uhr	120,00 €	Mi, 14.05.2025
D54405	<b>Raufen nach Regeln</b> Kräfte messen, Fairness trainieren, Umgang mit Wut	Bettina Theissen, Autorin, Schauspielerin, Weiterbil- dungsmanagerin	1x, 09.00 - 16.30 Uhr	120,00 €	Do, 15.05.2025



Kursnummer	Kurstitel	Leitung	Termin & Uhrzeit	Gebühr	Beginn
D54327	<b>Kurz! Effektiv! Lebendig!</b> Teamfördernde Besprechungen	Bettina Theissen, Autorin, Schauspielerin, Weiterbildungsmanagerin	1x, 09.00 - 16.30 Uhr	120,00 €	Fr, 16.05.2025
D54313	<b>Achtsamkeit in der Natur</b> Ein Tag zum Auftanken und Entspannen	Marianne Oshege, Trainerin für Gewaltfreie Kommunikation	1x, 09.00 - 16:30 Uhr	99,00 €	Mo, 19.05.2025
D54321	<b>Hörvermögen und Sprachentwicklung *</b> Wie kindliche Hörstörungen den Spracherwerb beeinflussen können	Michael Winkler, Logopäde	1x, 09.00 - 16.30 Uhr	120,00 €	Di, 20.05.2025
D54412	<b>„Unter Drei und voll dabei“ *</b> Naturwissenschaftliche Forschungsabenteuer in Pampers	Pit Brüssel, Künstler, Musiker, Kunstpädagogin, Fortbildner, Fachbuch-Autor	zwei aufeinander folgende Tage 09.00 - 16.30 Uhr	248,00 €	Mi, 21.05.2025
D54407	<b>Malen - Matschen - Kneten</b> Ideen für das kreative Arbeiten mit den Jüngsten	Michael Fink, Kunstpädagogin, Fachbuch-Autor, Fortbildner	1x, 09.00 - 16.30 Uhr	134,00 €	Di, 27.05.2025
D54314	<b>Damit die Eingewöhnung gelingt *</b> Den Übergang vom Elternhaus in die Kindertageseinrichtung gestalten	Helga Reekers, Dipl. Sozialpädagogin, Systemische Supervisorin, Fachpädagogin für Psychotraumatologie	1x, 14.00 - 17.15 Uhr	56,00 €	Di, 03.06.2025
D54413	<b>Sinnesabenteuer in Krippe und Kita *</b>	Pit Brüssel, Künstler, Musiker, Kunstpädagogin, Fortbildner, Fachbuch-Autor	zwei aufeinander folgende Tage 09.00 - 16.30 Uhr	248,00 €	Mi, 04.06.2025



Grundsätzlich sind die Fortbildungen für pädagogische Fachkräfte aller Träger offen. Die Fortbildungen für Mitarbeiter\*innen in Tageseinrichtungen für Kinder finden in Kooperation mit dem Caritasverband für die Diözese Osnabrück, statt. Das Familien- und Kinderservicebüro der Stadt Osnabrück ermöglicht den Fachkräften in der Kindertagespflege die Teilnahme an einigen Fortbildungen im Bereich A54000 ff und übernimmt die Kosten. Diese Fortbildungen sind mit einem Sternchen \* gekennzeichnet. Bitte beachten Sie: Es gelten die An- und Abmeldebedingungen der Kath. FABI für die Fachbereiche 54000 (Berufliche Fortbildungen)! Eine kostenfreie Abmeldung muss bis 14 Werktage vor Kursbeginn schriftlich erfolgen!

Die detaillierten Kursbeschreibungen finden Sie auf [www.kath-fabi-os.de](http://www.kath-fabi-os.de)



**DR. HÖCKELMANN & PARTNER BERGER**

**RECHTSANWÄLTE | NOTAR**

<p><b>Dragana Peschke</b>  <b>Fachanwältin für Miet-/Wohnungseigentumsrecht</b>  <b>Fachanwältin für Bau-/Architektenrecht</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Zwangsverwaltungsrecht</li> </ul>	<p><b>Andreas Berger</b>  <b>Fachanwalt für Arbeitsrecht</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Transport-/Speditionsrecht</li> <li>• Datenschutz</li> <li>• Unternehmensrecht</li> <li>• OWI-/Verkehrsrecht</li> <li>• Strafrecht</li> </ul>	<p><b>Susanne Buchweitz</b>  <b>Fachanwältin für Familienrecht</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Bankrecht</li> <li>• Verwaltungsrecht</li> <li>• Sozialrecht</li> </ul>	<p><b>Dr. Eckhard Höckelmann</b>  <b>Notar</b>  <b>Fachanwalt für Erbrecht</b>  <b>Fachanwalt für Steuerrecht</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Grundstücksrecht</li> <li>• Immobilienrecht</li> <li>• Versicherungsrecht</li> <li>• Wettbewerbsrecht</li> </ul>	<p><b>Gesine Avermann</b>  <b>Fachanwältin für Handels-/Gesellschaftsrecht</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Vertragsrecht</li> <li>• Wirtschaftsrecht</li> <li>• Insolvenzrecht</li> <li>• Mediatorin</li> </ul>
---	---	---	---	--

Herrenteichsstraße 5 | 49074 Osnabrück | Telefon: 05 41 / 58 05 45-0 | [www.HBP-net.de](http://www.HBP-net.de)

## ↓ FORTBILDUNGEN FÜR PÄDAGOGISCHE FACHKRÄFTE IN DER TAGESPFLEGE FÜR KINDER

Das Familien- und Kinderservicebüro der Stadt Osnabrück ermöglicht den Fachkräften in der Kindertagespflege die Teilnahme an allen Kursen des Fachbereiches mit den Nummern B52000 ff.

Die Fortbildungen für pädagogische Fachkräfte in Kitas und Krippen mit den Nummern 54000 ff werden ebenfalls bezuschusst, wenn Sie mit einem Sternchen \* gekennzeichnet sind.

Bitte beachten Sie unsere AGBs für Berufliche Fortbildungen: Kostenfreie Abmeldung spätestens bis 14 Werktage vor Kursbeginn!



Kursnummer	Kurstitel	Leitung	Termin & Uhrzeit	Gebühr	Beginn
D52100	<b>Grundqualifizierung für die Kindertagespflege nach dem kompetenzorientierten Qualitätshandbuch (QHB)</b> Grundqualifizierungen tätigkeitsvorbereitend mit 160 UE	Christiane Dierkes, Erziehungsberaterin, Pikler-Pädagogin; Doris Morszeck-Groten, Dipl.-Sozialpädagogin, Elterntrainerin	34x, 18.00 - 21.15 Uhr weitere Termine: Sa, 09.00 - 14.15 Uhr (vierzehntägig)	0,00 €	Di, 03.09.2024
D52011	<b>Kleinkinder entdecken ihr ICH</b> Die Autonomiephase des Kindes	Christiane Dierkes, Erziehungsberaterin, Pikler-Pädagogin	1x, 18.00 - 21.15 Uhr	42,00 €	Mo, 16.09.2024
D52007	<b>„Eltern im Blick“</b> Erfolgreiche Eingewöhnung durch vertrauensvolle Elternarbeit	Pia Pryklenk, Erzieherin, Elterntrainerin, Fachwirtin für Kindertageseinrichtungen	1x, 18.00 - 21.15 Uhr	42,00 €	Di, 24.09.2024
D52018	<b>Kreative Jahreszeiten: Herbst und Winter</b> Entdecken und Gestalten mit Kindern im Alter von 1 - 3 Jahren	Claudia Schlörb, Tagesmutter, Fachkraft für frühkindliche Entwicklungsberatung, Kursleiterin der kreativZEIT für Kinder und Erwachsene	1x, 18.00 - 21.15 Uhr	48,50 €	Do, 26.09.2024
D52016	<b>„Unternehmen Kindertagespflege“</b> Rechtliche Aspekte und Finanzfragen im Fokus	Eva-Maria Koslowski, Kindertagespflegeperson (QHB), Rechtsanwältin, freie Dozentin	1x, 09.00 - 16.30 Uhr	119,00 €	Mo, 21.10.2024
D52005	<b>Die Beobachtungsschnecke</b> Ein Dokumentationsinstrument	Pia Pryklenk, Erzieherin, Elterntrainerin, Fachwirtin für Kindertageseinrichtungen	1x, 18.00 - 20.15 Uhr	35,00 €	Di, 22.10.2024
D52012	<b>Das Praktikum in der Kindertagespflege</b> Mentorenschulung	Christiane Dierkes, Erziehungsberaterin, Pikler-Pädagogin	1x, 18.00 - 21.15 Uhr	42,00 €	Do, 24.10.2024
D52001	<b>„Das hatte ich zuerst“</b> Umgang mit Konflikten um Spielzeug	Julia Horstmann, Heilpädagogin, Multiplikatorin für Kinderperspektiven, Erzieherin	1x, 14.00 - 17.15 Uhr	56,00 €	Mo, 04.11.2024
D52010	<b>Naschen erlaubt!</b> Alternative Leckereien selbstgemacht	Silke Nordhoff, Ernährungs- und Diätberaterin, Hauswirtschaftsleiterin	1x, 18.00 - 21.15 Uhr	42,00 €	Mi, 20.11.2024



Kursnummer	Kurstitel	Leitung	Termin & Uhrzeit	Gebühr	Beginn
D52013	<b>Machtkämpfe der Kinder</b> Konflikte kindgerecht begleiten	Christiane Dierkes, Erziehungsberaterin, Pikler-Pädagogin	1x, 18.00 - 21.15 Uhr	42,00 €	Mo, 20.01.2025
D52003	<b>Praxisreflexion für Kindertagespflegepersonen</b>	Doris Morzeck-Groten, Dipl. Sozialpädagogin	4x, 18.30 - 21.00 Uhr weitere Termine: 05.02.2025, 19.02.2025, 05.03.2025 21.02.2024 03.04.2024	140,00 €	Mi, 29.01.2025
D52008	<b>Tür- und Angelgespräche</b> Elternbeziehung fördern, Vertrauen schaffen	Pia Pryklenk, Erzieherin, Elterntrainerin, Fachwirtin für Kindertageseinrichtungen	1x, 18.00 - 21.15 Uhr	42,00 €	Di, 25.02.2025
D52017	<b>Umgang mit Lebensmittelallergien und Unverträglichkeiten in der Kindertagespflege</b>	Annette Liebner, Dipl.-Ökotrophologin, Verbraucherzentrale Niedersachsen	1x, 09.00 - 16.30 Uhr	48,00 €	Fr, 28.02.2025
D52009	<b>„Verstecktes Gemüse“</b> Die Kunst Kinder zu überzeugen	Silke Nordhoff, Ernährungs- und Diätberaterin, Hauswirtschaftsleiterin	1x, 18.00 - 21.15 Uhr	42,00 €	Mi, 05.03.2025
D52014	<b>Spielen und Lernen in der Kindertagespflege</b> Wie setze ich meinen Bildungsauftrag um?	Christiane Dierkes, Erziehungsberaterin, Pikler-Pädagogin	1x, 18.00 - 21.15 Uhr	42,00 €	Mo, 10.03.2025
D52015	<b>Kinderschutz in der Kindertagespflege</b> Die Kindertagespflege als sicherer Ort	Daniela Kröger, Dipl.-Sozialarbeiterin, Kinderschutzbund Osnabrück/ Kinderschutz-Zentrum	1x, 09.00 - 16.00 Uhr	119,00 €	Mo, 17.03.2025
D52019	<b>Kreative Jahreszeiten: Frühling und Sommer</b> Entdecken und Gestalten mit Kindern im Alter von 1 - 3 Jahren	Claudia Schlörb, Tagesmutter, Fachkraft für frühkindliche Entwicklungsberatung, Entspannungstrainerin für Kinder	1x, 18.00 - 21.15 Uhr	48,50 €	Di, 01.04.2025
D52002	<b>Hier wimmelt es</b> Wissenswertes & Spielideen für den Alltag	Julia Horstmann, Heilpädagogin, Multiplikatorin für Kinderperspektiven, Erzieherin	1x, 14.00 - 16.30 Uhr	44,00 €	Do, 03.04.2025
D52006	<b>Entwicklungsfördernde Pädagogik für Kinder U3</b> Ein Blick auf Pikler, Montessori, Reggio & Naturpädagogik	Pia Pryklenk, Erzieherin, Elterntrainerin, Fachwirtin für Kindertageseinrichtungen	1x, 09.00 - 16.30 Uhr	119,00 €	Di, 29.04.2025
D52004	<b>Entspannung für die Kleinsten (unter 3-jährigen)</b> Entspannungs- und Achtsamkeitsübungen, Stillespiele, Traumreisen	Katja Werries, Kursleiterin der DGBM, Psychologische Psychotherapeutin	1x, 09.00 - 14.30 Uhr	83,00 €	Do, 08.05.2025



Das Familien- und Kinderservicebüro der Stadt Osnabrück ermöglicht den Fachkräften in der Kindertagespflege die Teilnahme an einigen Fortbildungen im Bereich A54000 ff und übernimmt die Kosten. Die geförderten Fortbildungen sind mit einem Sternchen \* gekennzeichnet. Bitte beachten Sie: Es gelten die An- und Abmeldebedingungen der Kath. FABI für die Fachbereiche 54000 (Berufliche Fortbildungen)! Eine kostenfreie Abmeldung muss bis 14 Werktage vor Kursbeginn schriftlich erfolgen!

Die detaillierten Kursbeschreibungen finden Sie auf [www.kath-fabi-os.de](http://www.kath-fabi-os.de)



**Bremer Straße 72 A · 49084 Osnabrück**  
**Telefon 0541 / 751 89 · Fax 7 66 14**  
**info@elektro-mense.de**



***Glauben, Wissen, Unterhaltung.***  
**Für die ganze Familie.**

Was immer Sie und Ihre Lieben bewegt – hier lesen Sie es.  
 Bestellen Sie jetzt [www.kirchenbote.de](http://www.kirchenbote.de) oder 0541 318-610.



**WIR SIND KATHOLISCH.**

Kirchenbote des Bistums Osnabrück · Schillerstraße 15 · 49074 Osnabrück

Wiedereinstieg in den Beruf

### **Bereit für die berufliche Zukunft?**

Sie möchten sich beruflich neu orientieren oder wieder in die Berufswelt einsteigen? Die „Berufsberatung im Erwerbsleben“ bietet Ihnen hierfür ein umfassendes und modernes Dienstleistungs- und Beratungsangebot.

### **Gemeinsam zu einer tragfähigen Berufswegentscheidung!**

**Sprechzeit: jeden Monat (außerhalb der Ferienzeit) am 2. Freitag in der kath. FABI**

**Rückrufservice unter: 0541 980-888**  
**(Di 8-12 Uhr, Do 14-18 Uhr)**

**E-Mail: [Osnabrueck.Berufswegplanung@arbeitsagentur.de](mailto:Osnabrueck.Berufswegplanung@arbeitsagentur.de)**



 **Bundesagentur für Arbeit**  
 bringt weiter.





## ENGAGIEREN SIE SICH IN DER FABI UND ENTDECKEN DABEI DIE SPANNENDEN SEITEN DES EHRENAMTES!

Haben Sie Lust, Ihre Zeit anderen Menschen zu schenken? Suchen Sie ein überschaubares Ehrenamt, eine Tätigkeit, die Sinn stiftet und Freude bereitet?

Dann werden Sie Teil unseres Teams und entdecken die zahlreichen Schätze eines Ehrenamtes. Neben neuen Erlebnissen, die Sie als freiwillig Tätige\*r in unseren Projekten sammeln können, erhalten Sie viele Möglichkeiten der Begleitung. Wir bieten Ihnen regelmäßige Fortbildungen und Treffen, die Sie gezielt in Ihrem Ehrenamt unterstützen und mit anderen Ehrenamtlichen vernetzen.

### Neugierig geworden?

Ansprechpartnerin:

Katrin Epheser

Tel.: 05 41/358 68 22

E-Mail: [katrin.epheser@kath-fabi-os.de](mailto:katrin.epheser@kath-fabi-os.de)



### ESSTISCH FÜR FABI-EHRENAMTLICHE EIN DANKESCHÖN FÜR IHR ENGAGEMENT

Di, 24.09.24,	12.00 - 13.00 Uhr,	1 x	D58000	0,00 €
Di, 29.10.24,	12.00 - 13.00 Uhr,	1 x	D58001	0,00 €
Do 28.11.24,	12.00 - 13.00 Uhr,	1 x	D58002	0,00 €
Di, 28.01.25,	12.00 - 13.00 Uhr,	1 x	D58003	0,00 €
Do 27.02.25,	12.00 - 13.00 Uhr,	1 x	D58004	0,00 €
Do, 27.03.25,	12.00 - 13.00 Uhr,	1 x	D58004	0,00 €
Di, 27.05.25,	12.00 - 13.00 Uhr,	1 x	D58006	0,00 €
Do, 26.06.25,	12.00 - 13.00 Uhr,	1 x	D58007	0,00 €

Leitung: Katrin Epheser, Dipl.-Sonderpädagogin

### WANDERUNG IN OSNABRÜCK UND UMGEBUNG FÜR EHRENAMTLICHE DER FABI UND WANDER-INTERESSIERTE

Fr, 06.09.24,	14.30 - 16.30 Uhr,	1 x	D58008	5,00 €
Fr, 18.10.24,	14.00 - 16.15 Uhr,	1 x	D58009	5,00 €
Fr, 22.11.24,	10.00 - 12.15 Uhr,	1 x	D58010	5,00 €
Fr, 17.01.25,	14.00 - 16.15 Uhr,	1 x	D58011	5,00 €
Fr, 07.02.25,	10.00 - 12.15 Uhr,	1 x	D58012	5,00 €
Fr, 14.03.25,	14.00 - 16.15 Uhr,	1 x	D58013	5,00 €
Fr, 11.04.25,	10.00 - 12.15 Uhr,	1 x	D58014	5,00 €
Fr, 09.05.25,	14.00 - 16.15 Uhr,	1 x	D58015	5,00 €
Fr, 27.06.25,	10.00 - 12.15 Uhr,	1 x	D58016	5,00 €

Leitung: Maria Schwall-Boder, Erzieherin

### „WELCOME“ FÜR DAS ABENTEUER FAMILIE QUALIFIZIERUNG EHRENAMTLICHER IM PROJEKT „WELCOME“

Di, 29.10.24,	10.00 - 12.00 Uhr,	1 x	D58017	0,00 €
Do, 27.03.25,	10.00 - 12.00 Uhr,	1 x	D58018	0,00 €

Leitung: N. N.

### FIT FÜRS EHRENAMT QUALIFIZIERUNG FÜR EHRENAMTLICH TÄTIGE IN DER FABI

Di, 28.01.25,	10.00 - 12.00 Uhr,	1 x	D58019	0,00 €
Di, 27.05.25,	10.00 - 12.00 Uhr,	1 x	D58020	0,00 €

Leitung: N. N.

### ZEIT SCHENKEN - EHRENÄMTER DER KATH. FABI ENGAGEMENTMÖGLICHKEITEN AUCH FÜR SENIOR\*INNEN IN DER KATH. FABI

Di, 24.09.24,	10.30 - 12.00 Uhr,	1 x	D58021	0,00 €
Di, 28.04.25,	15.30 - 17.00 Uhr,	1 x	D58022	0,00 €

Leitung: Katrin Epheser, Dipl.-Sonderpädagogin

### „KINDER, HÖRT MAL ALLE HER!“ BESUCH DER KUNSTHALLE OSNABRÜCK MIT FÜHRUNG

Di, 24.09.24,	15.00 - 16.30 Uhr,	1 x	D58023	5,00 €
---------------	--------------------	-----	--------	--------

Leitung: Katrin Epheser, Dipl.-Sonderpädagogin

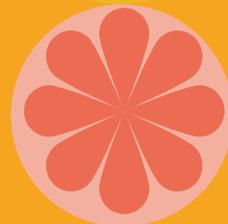


INFOS

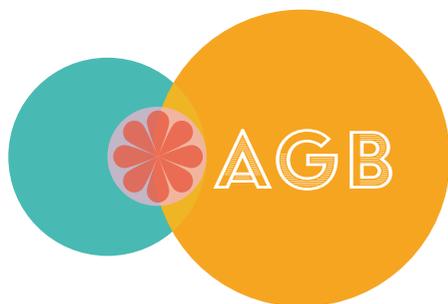
AGB

Tagen in der FABI

Bistro



# ALLGEMEINE GESCHÄFTSBEDINGUNGEN (AGB)



Die Katholische Familien-Bildungsstätte ist ein eingetragener Verein. Als Einrichtung der Kinder- und Jugendhilfe bietet sie im Herzen Osnabrücks präventiv erziehungsbezogene Familienbildung für Eltern, Kinder und Jugendliche an.

Nach § 16 Abs. 2 SGB VIII stellt sie Familienbildung, -beratung, -freizeit und -erholung ins Zentrum ihrer Aktivitäten.

Die Allgemeinen Geschäftsbedingungen gelten für alle ausgeschriebenen Bildungsveranstaltungen.

## »» TEILNAHME

An unseren Veranstaltungen und Kursen können alle interessierten Erwachsenen, Jugendlichen und Kinder teilnehmen, unabhängig von Alter, Herkunft, Konfession.

Während der offiziellen niedersächsischen Schulferien finden keine kontinuierlichen Veranstaltungen statt, außer den geplanten Angeboten im Rahmen der Ferien.

## »» ANMELDUNG

Anmeldungen müssen schriftlich erfolgen: Online auf unserer Homepage [www.kath-fabi-os.de](http://www.kath-fabi-os.de), per Post oder per E-Mail über [info@kath-fabi-os.de](mailto:info@kath-fabi-os.de).

Wenn Sie Ihre Handynummer oder aktuelle E-Mail-Adresse angeben, werden wir Sie bei Kursausfällen/Terminänderungen per SMS oder E-Mail informieren!

Anmeldebestätigungen erfolgen nur bei Vorliegen einer gültigen E-Mail-Adresse per E-Mail. Ansonsten erhalten Sie keine Anmeldebestätigungen! Sollten Sie keine Anmeldebestätigung erhalten, ist Ihre Anmeldung trotzdem rechtsgültig. Wir informieren Sie nur, wenn der Kurs belegt ist oder wenn zu wenige Anmeldungen vorliegen.

Mit der Anmeldung in Textform besteht eine Zahlungspflicht, unabhängig von der Teilnahme, das bedeutet auch bei Krankheit oder vorzeitigem Ausscheiden eine 100%ige Gebührenpflicht.

**Gebühren werden erstattet, falls ein Kurs ausfällt.**

**Telefonische An- und Abmeldungen sind nicht möglich.** Die Anmeldungen werden in der Reihenfolge des Eingangs berücksichtigt.

**Wir können, aufgrund Ihrer telefonischen Anfrage, 5 Tage für Sie einen Platz reservieren.** Dann spätestens muss Ihre schriftliche Anmeldung vorliegen, sonst wird der Platz weitergegeben.

Ein Probebesuch der Kurse ist leider nicht möglich.

Teilnehmer\*innen der Bildungsurlaube und Fortbildungsangebote in den Fachbereichen 3100, 5200 und 5400 erhalten eine Anmeldebestätigung per E-Mail oder per Post!

## **Adress- bzw. Kontoverbindungsänderung**

Bitte teilen Sie uns rechtzeitig mit, wenn sich Ihre Adresse oder Kontoverbindung ändert.

## »» ABMELDUNG

Sollten Sie an einem Kurs nicht teilnehmen können, so ist eine **Abmeldung (schriftlich oder per E-Mail) spätestens fünf Werktage vor Kursbeginn** notwendig, um von der Zahlungspflicht entbunden zu werden. Wird diese Abmeldefrist nicht eingehalten oder Sie können wegen Krankheit nicht teilnehmen, verpflichten Sie sich zur Zahlung der vollen Kursgebühr.

Bei Fortbildungen in den Fachbereichen 3100, 5200 und 5400 gilt eine Abmeldefrist bis spätestens **14 Tage vor Kursbeginn**.

Das Fernbleiben vom Kurs gilt nicht als Rücktritt, beziehungsweise Kündigung vom Vertrag. Ab- oder Ummeldungen bei Kursleiter\*innen sind unwirksam.

Bei Bildungsurlauben im Fachbereich 7400 ist eine Abmeldung bis zu drei Wochen nach der Anmeldung gebührenfrei. Bei späteren Abmeldungen werden folgende Kosten berechnet:

- Ab drei Wochen nach Anmeldung bis zu zwei Monaten vor Veranstaltungsbeginn: 20 % des Basispreises (mind. 50 Euro als Verwaltungsgebühr)
- Zwischen zwei Monaten bis einem Monat vor Veranstaltungsbeginn: 50 % des Basispreises
- Nach weniger als einem Monat vor Veranstaltungsbeginn: 100 % des Basispreises.

## »» ORGANISATORISCHES

Grundsätzlich findet eine Veranstaltung nur statt, wenn die geplante Mindestteilnehmerzahl erreicht ist.

Es besteht kein Anspruch darauf, dass eine Veranstaltung durch eine bestimmte Kursleitung durchgeführt wird. Das gilt auch dann, wenn die Veranstaltung mit dem Namen einer Kursleitung angekündigt wurde. Soweit der Gesamtzuschnitt der Veranstaltung nicht wesentlich beeinträchtigt wird, berechtigen der Wechsel der Kursleitung und Verschiebungen im Ablaufplan weder zum Rücktritt vom Vertrag noch zur Minderung des Entgelts.

## »» TEILNAHMEGEBÜHREN

Die Gebühren werden per SEPA-Basis-Lastschriftinzugsverfahren erhoben. Das Mandat erbitten wir auf dem entsprechenden Formular auszufüllen (auf unserer Internetseite, in der FABI).

Das Mandat gilt längstens 36 Monate nach der letzten Lastschrift oder bis zum Widerruf. Bei einer falsch angegebenen Bankverbindung oder einer Rückbuchung mangels Kontodeckung belastet Ihre Bank

unser Konto mit einer Gebühr in Höhe von 3 Euro. Diesen Betrag werden wir Ihnen in Rechnung stellen. Die Kursgebühr wird nach Veranstaltungsbeginn erhoben. Die Fälligkeit der Kursgebühren fällt auf den ersten Kurstag und wird unter Einhaltung der neuen Bankfristen innerhalb von ca. 14 Tagen von Ihrem Konto abgebucht. Zeitliche Abweichungen sind verwaltungsbedingt möglich. Eine weitere Benachrichtigung für den Lastschriftinzug erfolgt nicht.

**Unsere Bankverbindung lautet:**

**Darlehnskasse Münster (DKM)**  
**IBAN DE98 4006 0265 1101 5507 00**  
**BIC GENODEM1DKM**

Bei **Barzahlung** ist die Gebühr **spätestens am ersten Kurstag vor Beginn der Veranstaltung** in der FABI-Verwaltung bar zu entrichten. Jugendliche zählen ab dem 18. Lebensjahr als Erwachsene und werden so berechnet. Familienpreise sind in Einzelfällen über die Fachbereichsleitung möglich.

## »» STEMPELKARTE

Die Stempelkarte hat einen Wert von 20 Euro = 5 Termine oder 40 Euro = 10 Termine. Bei Erwerb der Stempelkarte mit zehn Terminen ist die Teilnahme am elften Termin gebührenfrei. Die Stempelkarte berechtigt zur Teilnahme an den folgenden Angeboten: Offener Babytreff, offener artgerecht® Treff und die MachBar.

Gültigkeit: Zwei Jahre nach Ausstellungsdatum.

Die Stempelkarte ist personengebunden und nicht auf Drittpersonen übertragbar (Ausnahme: Partner\*innen/Großeltern). Die Stempelkarte wird erst nach Zahlungseingang/Abbuchung ausgehändigt. Kurzfristig kann diese in der Verwaltung erworben werden (nur Barzahlung möglich).

## »» ERMÄSSIGUNGEN

Folgende Ermäßigungen können beantragt werden:

- » **Erstattungen für Präventionskurse durch Krankenkassen**  
Diese Kurse sind im Programmheft gekennzeichnet als Krankenkassen zertifizierte Präventionskurse nach § 20 SGB V (regelmäßige Teilnahme von 80 % der Kursstunden).
- » **Osnabrück-Pass**  
Auf Anfrage können Inhaber\*innen des Osnabrücker Familienpasses eine Ermäßigung bei der FABI beantragen. Weitere Infos dazu erhalten Sie in unserer Verwaltung.
- » **Gutschein für die Teilhabe am sozialen und kulturellen Leben**  
Weitere Informationen erhalten Sie beim zuständigen Jobcenter.

## »» DATENSCHUTZ

Die Kath. FABI unterliegt den Regelungen des kirchlichen Datenschutzgesetzes (KDG) in der jeweils gültigen Fassung. Zum Zwecke der Vertragsdurchführung der Veranstaltungen setzt die FABI automatisierte Datenverarbeitung ein. Dabei werden mit der Anmeldung folgende Daten nach **Art. 6 Abs 1. Buchst. b** erfasst: Name, Vorname, Anschrift, Geburtsdatum der Kinder, Geschlecht, Telefonnummer,

Kursnummer, Semester, Kurstitel und Entgelt sowie im Falle einer Einzugsermächtigung die Bankverbindung. Zu statistischen Zwecken wird die Einteilung in Altersgruppen, die Einteilung weiblich/männlich anonymisiert weiterverarbeitet. Zum Zwecke des Bankeinzugsverfahrens werden Name, Vorname, Bankverbindung, Entgelte und Kursnummer an die Hausbank der Kath. FABI übermittelt.

Sämtliche von Ihnen bereitgestellten Daten werden elektronisch gespeichert. Die hierdurch entstehenden Datenbanken und Anwendungen können durch von uns beauftragte IT-Dienstleister betreut werden.

Weitere Informationen finden Sie in unserer Datenschutzerklärung unter [www.kath-fabi-os.de](http://www.kath-fabi-os.de).

Für weitere Auskünfte rund um das Thema Datenschutz in unserer Einrichtung steht Ihnen Ingrid Ketteler zur Verfügung.

## »» SSL-VERSCHLÜSSELUNG IM INTERNET

Werden auf [www.kath-fabi-os.de](http://www.kath-fabi-os.de) persönliche Daten erhoben, findet die Datenübertragung verschlüsselt unter Verwendung des SSL-Verfahrens statt. Wir verwenden dabei die in Deutschland sicherste Standard-Verschlüsselung mit einem 256bit-Schlüssel, wie sie z. B. auch bei Banken eingesetzt wird.

## »» BESCHEINIGUNG

Teilnahmebescheinigungen für Fortbildungen und Präventionskurse werden nach Kursende durch die Kursleitung gebührenfrei ausgeteilt. Benötigen Sie eine Bescheinigung für einen anderen Kurs, teilen Sie das bitte in der Verwaltung mit (die regelmäßige Teilnahme von 80 % der Kursstunden muss gegeben sein).

## »» HAFTUNG

Für die Beschädigungen, Diebstahl oder den Verlust von persönlichem Eigentum kann keine Haftung übernommen werden. Bitte lassen Sie keine Wertsachen unbeaufsichtigt liegen!

## »» VERANSTALTUNGSORT

Wenn kein Ort angegeben ist, finden die Veranstaltungen in den Räumen der Kath. Familien-Bildungsstätte statt. Die FABI ist behindertengerecht ausgestattet und barrierefrei.

## »» HAUSORDNUNG

Die FABI ist eine rauchfreie Zone. Wir bitten, auf das Rauchen in den Räumlichkeiten und im Innenhof der FABI zu verzichten. Die Mitnahme von Tieren in die FABI ist nicht gestattet!

Gefördert durch:



Weiterhin werden Kurse in Kooperation mit der KEB im Sinne des Nieders. Erwachsenenbildungsgesetzes in pädagogischer Verantwortung der KEB durchgeführt.





### Räume

- » zum Denken
- » zum Kreativsein
- » zum Wohlfühlen

### Catering/Verpflegungsservice

- » aus der eigenen Genusswerkstatt

### Technik

- » für die sichere Kommunikation



Nähere Infos unter  
[www.kath-fabi-os.de](http://www.kath-fabi-os.de)

oder persönlich  
Stefanie Vallo  
Telefon: 0541 35868-11  
[stefanie.vallo@kath-fabi-os.de](mailto:stefanie.vallo@kath-fabi-os.de)



# ERFOLGREICH TAGEN IN DER FABI



## Fakten und Zahlen

- » 5 Tagungs-/Konferenzräume
- » 1 Saal
- » für 5 - 180 Personen
- » 3 Etagen
- » 3 Wohlfühlräume
- » 3 Kreativwerkstätten
- » 360 Tage buchbar
- » Hauseigenes Catering
- » 1 Bistro für „Jedermann“
- » 1 Innenhof – im Sommer mit Sonnengarantie
- » 5 Min. in die Innenstadt
- » 10 Min. zum Bahnhof

ZENTRAL IN  
OSNABRÜCK

... in guter Atmosphäre tagen!



## » IMPRESSUM

### Herausgegeben von:

Katholische Familien-Bildungsstätte e. V.  
Große Rosenstraße 18, 49074 Osnabrück  
Telefon 05 41/3 58 68 -0, Fax 05 41/3 58 68 -20

### Verantwortlich:

Juliane Huesmann, Leiterin der FABI  
Ingrid Ketteler, stellvertretende Leiterin der FABI

**Bildquellen:** Mitarbeiterfotos von C. Kemp und I. Ketteler

**Technische Herstellung:** Levien-Druck GmbH  
Eduard-Pestel-Straße 16, 49080 Osnabrück  
Telefon 05 41/95 92 9-0, [www.levien.de](http://www.levien.de)

**Layout:** lichtweis

**Auflage:** 7.000 Exemplare



ENTSPANNT  
GENIESSEN IM

**FABISTRO**  
Katholische  
Familien-  
Bildungsstätte  
Osnabrück

# Guten Appetit

FRISCH, REGIONAL  
UND LECKER



Täglich frisch, regional  
und lecker!

Mittagstisch und Kaffee-  
spezialitäten warten auf Sie!

Öffnungszeiten Mittagstisch  
Montags bis Donnerstags  
11.30 Uhr bis 14.00 Uhr

Kath. Familien-Bildungsstätte e.V.  
Große Rosenstraße 18  
49074 Osnabrück  
[www.kath-fabi-os.de](http://www.kath-fabi-os.de)

Ulrike Gilles, Telefon 0541 358 68-18

Hier geht's  
zum aktuellen  
Speiseplan

