



Eltern-Kind-Gruppen  
Mehrgenerationenangebote  
Gesundheit und Vorsorge  
Beratungsangebote  
FBSmobil  
Kreativ  
Treffpunkt Café  
60 Jahre Ev. Familienbildungsstätte

Gefördert von:



Landesministerium  
für Familie, Senioren, Frauen  
und Jugend



Mehr  
Generationen  
Haus  
Rendsburg

# Familienbildungsstätte Mehrgenerationenhaus Programm 2. Halbjahr 2017



Evangelische  
**Familienbildungsstätte**  
Rendsburg-Eckernförde

Herzlich willkommen im neuen Programm der Familienbildungsstätte und des Mehrgenerationenhauses!



Wir sind im **60. Jubiläumsjahr der FBS** und eine Woche voller Feiern und schönen Erlebnissen liegt hinter uns. Allen Beteiligten und Besucher\_innen noch einmal an dieser Stelle ein herzliches **Dankeschön** fürs dabei sein und mitmachen!

Im September möchten wir mit Ihnen **10 Jahre Mehrgenerationenhaus Rendsburg** mit einem Erzähl-Café feiern. Dazu laden wir alle ehemaligen und aktuellen Mitstreiter\_innen im MGH und Interessierte ein.

Und dann haben wir noch Neues im Programm: **Heiteres Gedächtnistraining für Männer!** Hier sind Sie unter sich und können auf Ihre Weise Ihr Training aufbauen. Und dann gibt es noch **Urban Scetching**. Unsere Künstlerin Telse Polenski führt Sie in diesem spannenden Workshop ins Freihandzeichnen ein. Neu ist auch die Gruppe „**Musikflöhe**“ in der Kirchengemeinde Nortorf.

Für alle DELFI®-Kursleiter\_innen richten wir landesweit das **DELFI®-Jahrestreffen** zu dem Thema „babygeleitete Beikost“ aus.

Zum Jahresende bereiten wir uns auf das große Fest vor mit einem **Verschenkbasar „Weihnachtsdeko“** und der Möglichkeit, in Gemeinschaft Adventsdeko zu basteln, Kränze zu binden, bei Kaffee und Plätzchen die **Adventszeit** mit Gedichten und Geschichten zu erleben.

Wir wünschen Ihnen beim Stöbern und Mitmachen viel Freude!

Herzliche Grüße,

Frauke Kondritz

(Leiterin der Ev. Familienbildungsstätte Rendsburg-Eckernförde und des Mehrgenerationenhauses Rendsburg)

*Berg und Berg kommen nicht zusammen, aber Mensch und Mensch.* (aus Armenien)

# Inhalt

Vorwort	2
Leitbild	5
Informationen und Anmeldung	6
<b>Mehrgenerationenhaus Rendsburg</b>	
Mehrgenerationenhaus Rendsburg: Offenes Café	9
Offene Kinderbetreuung	10
Offenes Singen – nach Herzenslust!	10
English? – no problem!	11
Senioren-Spielenachmittag	11
Ehrenamtssprechstunde	12
<b>Schwangerschaft und 1. Lebensjahr</b>	
Mit DELFI® durch das erste Lebensjahr	13
DELFI®-Jahrestreffen	14
Eins, zwei, .... Brei: von der Milch zum ersten Löffel	15
<b>Angebote für Eltern und Kind</b>	
Das Eltern-Café	17
Väter-Café	17
Familienfrühstück	18
Eltern-Kind-Gruppe Büdelsdorf	19
Kleine Entdecker	19
Eltern-Kind-Gruppe Büdelsdorf (Mini-Club)	20
Eltern-Kind-Spielgruppe	21
Musikgarten	22
Musikflöhe in Nortorf	23
Kinderspielgruppen	24
„wenn der frische Herbstwind weht...“	27
Geschichten, Wissenswertes und Leckereien rund um den Apfel	28
... und was kommt nach der Kur?	28
Babysitterführerschein	29

## Kirche, Gesellschaft und Kultur

Kulturgruppe	31
Gewaltfreie Kommunikation	31
Literatur-Bistro	32
MusikCafé	33
Heiteres Gedächtnistraining für Senior/-innen	34
Heiteres Gedächtnistraining für Männer	35
Tablet, Smartphone & Co.	35
Tablet, Smartphone: Anfängerkurs 1	36
Tablet, Smartphone (Android): Anfängerkurs 2	37
Verschenkbasar: „Weihnachtsdeko“ - Kränze, Gestecke und Adventsbasteleien	37

## Gesundheit und Vorsorge

Interkulturelles Kochen & Kultur	38
Weihnachtsbäckerei für Kinder ab 6 Jahren	39
Kochclub ab 50	39
Vegetarisch Kochen	40
Vegetarische Brotaufstriche selbstgemacht	40
Fit ins Alter!	41
Feldenkrais®	41
Wirbelsäulengymnastik	42
Wirbelsäulengymnastik	43
Entspannung und Kraftschöpfen mit Shiatsu	43
Ballroom-Fitness	44
Fitness 60+	44
Top in Form: ein Bewegungsangebot für Männer Ü60	45
Faszientraining	46

## Kreativ

Patchwork und Nähen	47
Schnuppertag: Nähen und Patchwork	48
Patchwork und Nähen	48
Urban Sketching	49
Biographisches Schreiben: ein Schnupperkurs	50
So schmeckt der September	51
Malen für Frauen	51

Kurse für geflüchtete Frauen	52
SIS – Seniorpartner in School	53

Schulabschlüsse an der VHS Rendsburger Ring e.V.	54
Neue Kursleiter_innen gesucht	55
Rückblick 60 Jahre FBS	56
wellcome   Kurvermittlung	57
Unser Team	58
Unsere Kursleitungen	59
Förderverein Evangelische Bildungsarbeit	64
Förderverein für Müttergenesung	66
Partner der FBS: Diakonie	68
Partner des Mehrgenerationenhauses	69
Wegbeschreibung: So finden Sie uns	70

## Leitbild

Leben gestalten – beweglich bleiben – himmelwärts hoffen – miteinander unterwegs!

Wir sind die Familienbildungsstätte im Evangelisch-Lutherischen Kirchenkreis Rendsburg-Eckernförde. Wir wissen uns getragen von Gottes Liebe. Das christliche Menschenbild ist uns Zusage und Auftrag zugleich.

Wir bieten einen Ort:

- an dem sich Menschen offen und wertschätzend begegnen;
- an dem wir voneinander lernen;
- für Austausch und Beratung;
- an dem sie Trost und Begleitung erfahren;
- an dem Menschen die Freude am Leben teilen.

Mit anderen Organisationen in Kirche und Gesellschaft setzen wir uns in Gesprächen mit der Politik für Familien ein.

So verstehen wir unsere Familienbildungsstätte:  
Als einen Ort, wo Menschen aller Generationen sich offen und engagiert begegnen und Verantwortung für einander leben.

Wir freuen uns auf ein herzliches Miteinander!

# Informationen und Anmeldung

## **Auskunft und Beratung:**

Evangelische Familienbildungsstätte Rendsburg-Eckernförde  
Mehrgenerationenhaus Rendsburg  
im Zentrum für Kirchliche Dienste  
Am Margarethenhof 41  
24768 Rendsburg  
Tel. 04331/9 45 60 10 oder Fax 04331/9 45 60 19  
E-Mail [fbs@kkre.de](mailto:fbs@kkre.de)  
[www.fbs-rendsborg.de](http://www.fbs-rendsborg.de) und [www.mgh-rendsborg.de](http://www.mgh-rendsborg.de)

## **Bürozeiten:**

Montag bis Freitag 09.00 bis 12.00 Uhr  
Montag und Donnerstag 17.00 bis 19.00 Uhr

## **Ansprechpartnerinnen:**

Petra Grützmann und Susanne Funck  
Tel. 04331/9 45 60 10

## **Leiterin:**

Frauke Kondritz  
Tel. 04331/9 45 60 30  
E-Mail [frauke.kondritz@kkre.de](mailto:frauke.kondritz@kkre.de)



# So melden Sie sich an

Das Kursprogramm ist ein Angebot. Da die Anzahl der Plätze begrenzt ist, melden Sie sich bitte rechtzeitig verbindlich an. Sie können sich persönlich, telefonisch, schriftlich, per E-Mail oder online anmelden. Bitte notieren Sie sich Ihren Kursbeginn. Wir schicken keine Benachrichtigung. Der erste Kurstag gilt nicht als Probestunde.

## **Gebühren**

Wir ziehen die Kursgebühr per Lastschrift ein. Dafür benötigen wir von Ihnen ein ausgefülltes und unterschriebenes Lastschriftformular. Wir informieren Sie fristgerecht über den Termin des Einzugs der Gebühr. In Ausnahmefällen sind Barzahlungen mit unserem Büro zu vereinbaren. Die Gebühr für Vortragsveranstaltungen ist am Kurstag bar zu entrichten. Die Kursgebühr kann bis eine Woche vor Kursbeginn von Ihnen überwiesen werden. Bitte geben Sie als Verwendungszweck die Kursnummer und 523010 an. Unsere Bankverbindung ist: Evangelische Bank – IBAN: DE 89 5206 0410 0806 4041 20

## **Ermäßigung**

Bildungs- und Teilhabegutscheine können Sie bei uns einlösen. In besonderen Härtefällen (Arbeitslosigkeit o.ä.) kann eine Gebühr ermäßigt werden. Bitte sprechen Sie vor Kursbeginn unser Büro an. Der Förderverein der Evangelischen Bildungsarbeit bietet die Möglichkeit an, einen Teil der Gebühr zu erstatten. Der Antrag muss begründet werden. Den Antrag erhalten Sie im Büro. Bitte erkundigen Sie sich auch bei Ihrer Krankenkasse, ob ein Teil der Kursgebühr erstattet wird.

### **Abmeldung**

Abmeldungen erbitten wir schriftlich bis spätestens eine Woche vor Kursbeginn an unser Büro. Bei späterer Abmeldung oder Nichtteilnahme ohne Abmeldung muss die volle Kursgebühr bezahlt werden. Wir bitten um Ihr Verständnis.

### **Rückerstattung**

Bei zu geringer Teilnehmer\_innenzahl behalten wir uns vor, den Kurs abzusagen. Die bereits gezahlte Kursgebühr wird von uns erstattet.

### **Schlecht-Wetter-Regelung**

Eine Haftung für den Ausfall eines Kurstermins wegen schlechter Witterungsverhältnisse kann nicht übernommen werden.

## Spenden

Sie können die Arbeit der FBS Rendsburg-Eckernförde und des MGH mit einer Spende unterstützen.

Wir möchten gerne unsere Außenanlage für unsere Kleinsten attraktiver gestalten und weitere Spielmöglichkeiten schaffen.

Alle Spender werden zur Einweihung eingeladen.

Bitte geben Sie immer an:

**Verwendungszweck: 46100/523010 – Spielgeräte**  
**IBAN DE89 5206 0410 0806 4041 20**

Vielen Dank für Ihre Unterstützung!



# Mehrgenerationenhaus Rendsburg: Offenes Café



Das Mehrgenerationenhaus Rendsburg bietet ein Offenes Café an. Jede/r ist herzlich eingeladen zu kommen, zum Reden und Klönen, zum Schauen, Kaffee/Teetrinken und Kuchen essen. Wer Lust hat, kann mit anderen Gesellschaftsspiele spielen, Handarbeiten oder lesen! Oder haben Sie Ideen für gemeinsame Ausflüge?



Mehr Generationen Haus Rendsburg

**Öffnungszeiten: Dienstag und Mittwoch von 14.30 bis 17.00 Uhr**

Dazu bieten wir eine offene Kinderbetreuung an!

Eintritt und Kinderbetreuung sind frei. Kaffee, Tee, Kaltgetränke und Kuchen gegen eine Spende.

**Leitung:** MGH -Team

**Ort:** ZeKiD, Am Margarethenhof 41, Rendsburg

Kurs-Nr.	Wochentag	Beginn	Ende	Uhrzeit	Gebühr
X010	Di	05.09.	13.12.	14.30-17.00 Uhr	Kaffee/ Kuchen gegen eine Spende



## Offene Kinderbetreuung

Jeden Dienstag und Mittwoch Nachmittag von 14.30 bis 17.00 Uhr betreuen und fördern kreative Fachkräfte Ihre Kinder.



Spenden sind herzlich willkommen.

**Leitung:** MGH-Team

**Ort:** ZeKiD, Am Margarethenhof 41, Rendsburg

Kurs-Nr.	Wochentag	Beginn	Ende	Uhrzeit	Gebühr
X011	Di	05.09.	13.12.	14.30-17.00 Uhr	Spenden sind willkommen

## Offenes Singen – nach Herzenslust!

Wer gerne singt ist herzlich eingeladen zum Singen mit Martina! In fröhlicher Runde werden Volkslieder, Schlager, Gospels und viele weitere Hits aus vielen Musikrichtungen gesungen. Martina Jochims hält jede Menge Lieder vor und begleitet mit ihrer Gitarre. Wünsche können gerne mitgebracht und jederzeit vorgeschlagen werden.



In der Pause gibt es Kaffee, Tee, Kuchen und einen netten Klönschnack. Dienstags, vierzehntägig von 15.30 bis 17.00 Uhr.

**Leitung:** Martina Jochims

**Ort:** ZeKiD, Am Margarethenhof 41, Rendsburg

Kurs-Nr.	Wochentag	Beginn	Ende	Uhrzeit	Gebühr
X012	Di	05.09.	12.12.	15.30-17.00 Uhr	Kaffee/ Kuchen gegen eine Spende

## English? – no problem!

Brush up your English speaking skills! Zögern Sie noch, sich in einer fremden Sprache auszudrücken? Probieren Sie es hier unter Freunden in entspannter Atmosphäre!

Ihre deutsch-amerikanische Gastgeberin Pauli Peter unterstützt Sie gerne!



Jeden Mittwoch von 15.30 bis 17.00 Uhr im MGH-Café

**Leitung:** Pauli Peter

**Ort:** ZeKiD, Am Margarethenhof 41, Rendsburg

Kurs-Nr.	Wochentag	Beginn	Ende	Uhrzeit	Gebühr
X013	Mi	06.09.	13.12.	15.30-17.00 Uhr	keine

## Senioren-Spielenachmittag

Alle Freunde von Gesellschaftsspielen sind hier genau richtig! Jeden Montag Nachmittag wird in fröhlicher Runde gespielt. In einer Kaffeepause ist Zeit für einen Klönschnack.

Jeden Montag außer in den Schulferien.



**Leitung:** Magdalena Skuza

**Ort:** ZeKiD, Am Margarethenhof 41, Rendsburg

Kurs-Nr.	Wochentag	Beginn	Ende	Uhrzeit	Gebühr
X014	Mo	04.09.	11.12.	14.00-17.00 Uhr	keine

# Ehrenamtssprechstunde



Gabriele Lüttmer bietet eine Sprechzeit  
für Ehrenamtliche des  
Mehrgenerationenhauses an:  
Jeden 1. Dienstag im Monat  
von 12.00 bis 13.30 Uhr  
Telefon: 04331/9 45 60 32



### Mit DELFI® durch das erste Lebensjahr

Babys ab der sechsten Lebenswoche können mit ihren Eltern das gesamte spannende erste Lebensjahr über an DELFI®-Kursen mit Babys ähnlichen Alters teilnehmen. In einer Gruppe von max. acht Müttern/Vätern erhalten Sie als Eltern viele unterschiedliche Anregungen, um die Entwicklung Ihres Kindes spielerisch zu begleiten, zum Beispiel durch Bewegungsanregungen, Handlingtechniken, Finger- und Berührungsspiele, Lieder sowie interessante Materialien zum "Begreifen" und Experimentieren. Die Babys genießen es, ohne Kleidung in einem wohligen warmen Raum ihre Umgebung zu entdecken.



Gleichzeitig gewinnen Sie als Eltern Vertrauen in Ihre eigenen Fähigkeiten und Sicherheit im Umgang mit Ihrem Baby. Gespräche über Entwicklung, Ernährung und praktische Tipps geben Ihnen eine zusätzliche Orientierung. Babys mit Einschränkungen sind willkommen.

Die Kurse werden von Montag bis Freitag, vormittags und nach Bedarf nachmittags angeboten.

Bitte melden Sie sich frühzeitig an.

Gebühr: pro Termin 8 Euro - Die Kursgebühren werden

quartalsweise abgerechnet. Einmalig 5 Euro für Material (DELFI®-Tagebuch).

Gerne können auch Zuschüsse für Kurse beim Förderverein der Evangelischen Bildungsarbeit beantragt werden.

Bitte erkundigen Sie sich hierfür im Büro unter Tel. 04331/9 45 60 10.

Leitung: das DELFI®-Leiterinnen-Team Melanie Borrmann, Sylvia Gerdes, Antje Goldmann, Verena Hein, Walburga Schikorra,

**Die DELFI®-Kurse finden statt in Rendsburg, Hamdorf, Schacht-Audorf, Hohenwestedt und Nortorf.**

Kurs-Nr.	Wochentag	Beginn	Ende	Uhrzeit	Gebühr
X10000	Di	01.08.	31.12.		keine



## DELFI®-Jahrestreffen

### Thema: Babygeleitete Beikost

Das Jahrestreffen für alle DELFI® - Kursleiter/-innen!

Wir hören einen Vortrag zum Thema Babygeleitete Beikost von der Referentin Tatje Bartig-Prang, M.A., Kulturwissenschaftlerin.

Es ist seit Jahrzehnten ein nie endendes Thema: Welche Nahrung bekommt mein Baby nach der Milchzeit? - Brei? Möhrenbrei oder lieber Pastinakenbrei? Oder etwa doch

gemuste Banane? Oder alles nicht und stattdessen mit vom Familientisch essen? Gibt es Fingerfood nicht nur auf Partys sondern auch für Babys? Gibt es in anderen Nationen die gleichen Regeln? Wie war es früher?

Die Referentin bringt Licht in das Dunkel über Ernährungsmythen. Wir als DELFI® - Kursleiter/-innen bekommen das nötige Handwerkszeug um sicher in den Kursen auftreten zu können.

Danach gibt es ein gemeinsames Abendessen und Zeit für regen Austausch untereinander.

**Leitung:** Angelika Wichert, Kinderkrankenschwester, DELFI®-Kursleiterin, DELFI®-Multiplikatorin

**Ort:** ZeKiD, Am Margarethenhof 41, Rendsburg

**Anmeldung:** fbs@kkre.de oder Tel 04331/9 45 60 10

Anmeldeschluss ist der 12. Oktober

Kurs-Nr.	Wochentag	Beginn	Ende	Uhrzeit	Gebühr
X10080	Fr	03.11.	03.11.	15.30-21.00 Uhr	18 Euro

Info: Der Förderverein der Evangelischen Bildungsarbeit gibt auf Anfrage im Büro einen Zuschuss zur Gebühr!

## Eins, zwei, .... Brei: von der Milch zum ersten Löffel



Was kann mein Baby wann essen? Vom ersten Brei bis zum Familientisch – fertig gekauft oder selbst zubereitet?

In diesem Kurs lernen Sie, wie gesunde und altersgerechte Babykost entsteht. Die Kursteilnehmer\_innen bereiten gemeinsam vom ersten Brei bis zum Familienessen die Babynahrung zu, die auch mit

nach Hause genommen werden kann. Bitte Vorratsdosen mitbringen.

**Gebühr:** 27 Euro plus Kochumlage bei 3 Kurstagen

**Leitung:** Christine Dregelies, Dipl. Ökotrophologin

**Ort:** ZeKiD, Am Margarethenhof 41, Rendsburg

**Anmeldung:** Tel 04331/9 45 60 10 oder fbs@kkre.de

Kurs-Nr.	Wochentag	Beginn	Ende	Uhrzeit	Gebühr
X11001	Mi	27.09.	11.10.	09.00-11.30 Uhr	27 Euro



## Das Eltern-Café

Eltern sein lernt man nicht über Nacht. Darum ist es kein Wunder, dass rund um Erziehung, Kindergesundheit und die eigene Elternrolle Fragen und Probleme auftreten.

Bei einer gemütlichen Tasse Kaffee oder Tee lernen Sie andere Eltern kennen und kommen mit Ihnen ins Gespräch. Dabei können Sie Erfahrungen aus ihrem familiären Alltag und dem Zusammenleben mit Ihren Kindern austauschen und neue Anregungen mit nach Hause nehmen. Bei gezielten Fragen steht Ihnen eine kompetente Ansprechpartnerin zur Verfügung.

Sie sind herzlich eingeladen!

Jeden Dienstag außer in den Schulferien.

**Leitung:** Verena Hein

**Ort:** ZeKiD, Am Margarethenhof 41, Rendsburg

Kurs-Nr.	Wochentag	Beginn	Ende	Uhrzeit	Gebühr
X20000	Di	05.09.	12.12.	09.30-11.30 Uhr	für das Frühstück



## Väter-Café

Ich möchte euch und eure Kinder zu einem gemütlichen Frühstück mit Freude & Spaß, spielen & basteln oder einfach

zum Schnackern einladen. Alles geht – nichts muss! Eure Zufriedenheit ist mir wichtig. Gestaltet mit mir die Stunden in „eurem“ Väter-Café! Ein Austausch unter uns Männern hilft uns vielleicht, die neue Rolle als Familienvater besser zu verstehen.

**Termine:** 7. Oktober und 2. Dezember

**Leitung:** Uwe Niels Schütt, Beziehungs-Coach

**Ort:** ZeKiD, Am Margarethenhof 41, Rendsburg

**Gebühr:** Frühstück/Bastelmaterial jeweils 2 Euro

**Anmeldung:** Tel 04331/9 45 60 10 oder fbs@kkre.de

---

Kurs-Nr.	Wochentag	Beginn	Ende	Uhrzeit	Gebühr
X20001	Sa	07.10.	02.12.	09.30-11.30 Uhr	Jeweils 2 Euro für Frühstück/Bastelmaterial

---

## Familienfrühstück

Das Elternfrühstück und das Väter-Café veranstalten am Samstag gemeinsam ein Familienfrühstück. Bitte melden Sie sich an.

**Termine:** 9. September und 4. November

**Leitung:** Uwe Niels Schütt, Beziehungs-Coach, Sylvia Gerdes, Familien-Gesundheits- und Kinderkrankenpflegerin

**Ort:** ZeKiD, Am Margarethenhof 41, Rendsburg

**Gebühr:** für Frühstück und Bastelmaterial jeweils 2 Euro

**Anmeldung:** Tel 04331/9 45 60 10 oder fbs@kkre.de

---

Kurs-Nr.	Wochentag	Beginn	Ende	Uhrzeit	Gebühr
X20002	Sa	09.09.	04.11.	09.30-12.00 Uhr	Jeweils 2 Euro für Frühstück/Bastelmaterial

---



## Eltern-Kind-Gruppe Büdelsdorf

Eingeladen sind Eltern mit Kindern im Alter von 1 bis 3 Jahren: Erfahrungsaustausch, Informationen und Anregungen für die Bewegungs- und Wahrnehmungsentwicklung der Kinder in Form von Lieder-, Finger- und Bewegungsspielen und das Ausprobieren von Materialien bilden die Grundlage für unsere Treffen.

**Leitung:** Angelika Nielsen, Entspannungspädagogin für Kinder

**Ort:** Büdelsdorf Gemeindehaus, Moorweg 22

**Anmeldung:** bei der Kursleitung Frau Nielsen unter  
Tel 04331/3 71 58

Kurs-Nr.	Wochentag	Beginn	Ende	Uhrzeit	Gebühr
X20005	Di	05.09.	10.10.	09.00-10.30 Uhr	22,50 Euro
X20006	Di	07.11.	19.12.	09.00-10.30 Uhr	31,50 Euro

## Kleine Entdecker

### Die kreative Eltern-Kind-Gruppe

Die Kinder dürfen sich mit Hilfe der Eltern mit den unterschiedlichsten Bastel-, Gestaltungs- und Naturmaterialien ausprobieren, wie Fingerfarben, Salzteig, Blätter und vieles mehr. Es können kleine Kunstwerke erschaffen werden. Die

vielfältigen Sinneseindrücke, die während des Gestaltens über das Sehen, Fühlen und Anfassen gesammelt werden, wirken sich sehr positiv auf die Entwicklung der Kinder aus. Ein Garten lädt zum Entdecken der Natur und ausgiebigem Spielen ein.

**Leitung:** Anja Dammann, Elternbegleiterin

**Ort:** ZeKiD, Am Margarethenhof 41, Rendsburg

**Anmeldung:** Tel 04331/9 45 60 10 oder fbs@kkre.de

Kurs-Nr.	Wochentag	Beginn	Ende	Uhrzeit	Gebühr
X20012	Do	07.09.	12.10.	09.00-10.30 Uhr	27 Euro
X20013	Do	02.11.	14.12.	09.00-10.30 Uhr	keine

## Eltern-Kind-Gruppe Büdelsdorf (Mini-Club)

### für Kinder von 1 bis 4 Jahren

Wir spielen, singen, basteln, machen Ausflüge, frühstücken gemeinsam, feiern unsere Jahreszeitenfeste und lernen die Welt mit unseren neuen Spielkollegen kennen. Für die Eltern eine gute Möglichkeit um sich auszutauschen und viele Tipps und Anregungen für den Familienalltag zu bekommen.

**Leitung:** Kirsten Schauer, Musikgartenpädagogin

**Ort:** Büdelsdorf, Kreuzkirche, Kirchenstraße 14

**Anmeldung:** bei Kirsten Schauer an unter Tel 04331/3 82 71

Kurs-Nr.	Wochentag	Beginn	Ende	Uhrzeit	Gebühr
X20018	Di	05.09.	10.10.	09.30-11.00 Uhr	22,50 Euro
X20019	Di	07.11.	19.12.	09.30-11.00 Uhr	31,50 Euro

Info: Der Förderverein der Evangelischen Bildungsarbeit gibt auf Anfrage im Büro einen Zuschuss zur Gebühr!



## Eltern-Kind-Spielgruppe

### für Eltern mit Kindern von 1 bis 4 Jahren

Wir möchten mit Euch spielen, singen, basteln...

Die Eltern möchten wir anregen ihre Kinder zu beobachten, wo ihre Stärken und Schwächen liegen. Wo und wie kann gefördert werden, was ist toll an meinem Kind, wie entwickelt es sich...

Probleme können besprochen und Anregungen gegeben werden. Immer nach dem Motto „Alles kann – nichts muss“

Wir freuen uns auf Euch, Birte und Walli.

**Leitung:** Walburga Schikorra, Erzieherin

**Ort:** Gemeindehaus „Uns Huus bi de Kark“, Dorfstraße 15a, Hamdorf

**Anmeldungen:** Tel 04331/9 45 60 10 oder fbs@kkre.de

Kurs-Nr.	Wochentag	Beginn	Ende	Uhrzeit	Gebühr
X20020	Mi	06.09.	11.10.	16.00-17.30 Uhr	27 Euro
X20021	Mi	01.11.	13.12.	16.00-17.30 Uhr	31,50 Euro

# Musikgarten

## für Kinder von 1,5 bis 4 Jahren

GEMEINSAM MUSIZIEREN - aktiv musizieren - sich zur Musik bewegen, Musik erleben, Instrumente spielen, Musik hören und andere Aktivitäten, die kleinen Kindern Freude machen, sind Inhalt dieses Kurses. Auch Jahreszeitenfeste werden erlebt.

Damit der Erwachsene und das "Musikgartenkind" gemeinsam diese Stunden verbringen und genießen können, bitten wir darum, kleinere Geschwisterkinder nicht mitzubringen.

**Leitung:** Kirsten Schauer, Musikgartenpädagogin

**Ort:** ZeKiD, Am Margarethenhof 41, Rendsburg

**Anmeldung:** bei Frau Schauer an unter Tel. 04331/3 82 71

Kurs-Nr.	Wochentag	Beginn	Ende	Uhrzeit	Gebühr
X22001	Di	05.09.	10.10.	15.30-16.15 Uhr	24 Euro
X22002	Di	05.09.	10.10.	16.30-17.15 Uhr	24 Euro
X22003	Di	07.11.	19.12.	15.30-16.15 Uhr	33,60 Euro
X22004	Di	07.11.	19.12.	16.30-17.15 Uhr	33,60 Euro

Kurs-Nr.	Wochentag	Beginn	Ende	Uhrzeit	Gebühr
X22005	Mi	06.09.	11.10.	10.00-10.45 Uhr	28,80 Euro
X22006	Mi	01.11.	20.12.	10.00-10.45 Uhr	38,40 Euro



## Musikflöhe in Nortorf

### Angebot für die Kleinsten ab 1,5 Jahren und ihre Eltern und Großeltern

Gemeinsam lernen wir lustige Lieder kennen! Hier darf gesungen, getanzt, gehüpft und geklatscht werden. Die Kinder dürfen viele Lieder mit Instrumenten begleiten, welche gut von kleinen Händen gehalten werden können. Neben Finger- und Kniereiterspielen werden auch Lieder gesungen, die der Entspannung dienen und dem Bedürfnis des Kindes nach Geborgenheit gerecht werden.

**Leitung:** Antje Goldmann

**Ort:** Nortorf, Markushaus

**Anmeldung:** Tel 04331/9 45 60 10 oder [fbs@kkre.de](mailto:fbs@kkre.de)

Kurs-Nr.	Wochentag	Beginn	Ende	Uhrzeit	Gebühr
X22015	Mi	13.09.	11.10.	09.30-10.15 Uhr	24 Euro
X22016	Mi	01.11.	13.12.	09.30-10.15 Uhr	33,60 Euro



## Kinderspielgruppe

### für Kinder ab 2 Jahre

Diese Gruppe bietet Kindern die Möglichkeit, erste Schritte ohne Eltern zu üben.

Gemeinsam spielen, basteln, singen, draußen toben und das Miteinander erleben. Diese Gruppe ist die ideale Vorbereitung auf den Kindergarten.

Der Kurs findet am Montag und Freitag statt, außer in den Ferien.

**Leitung:** Nadine Ode

**Ort:** ZeKiD, Am Margarethenhof 41, Rendsburg

**Anmeldung:** Tel 04331/9 45 60 10 oder fbs@kkre.de

Kurs-Nr.	Wochentag	Beginn	Ende	Uhrzeit	Gebühr
X30001	Mo	04.09.	13.10.	08.45-11.45 Uhr	108 Euro
X30002	Mo	30.10.	18.12.	08.45-11.45 Uhr	135 Euro

## Kinderspielgruppe

### für Kinder ab 2 Jahren

In der Spielgruppe treffen sich Kinder ab ca. 2 Jahren um miteinander zu spielen. Sie sammeln neue Erfahrungen mit



Materialien, Finger-, Bewegungs- und Stille-Spielen, Tänzern, Liedern und Geschichten, aber auch im Umgang miteinander und mit Regeln und Ritualen: "Gemeinsam" macht Spaß!

Der Kurs findet am Montag und Mittwoch statt.

**Leitung:** Angelika Nielsen, Entspannungspädagogin für Kinder

**Ort:** Gemeindehaus, Moorweg 22, Büdelsdorf

**Anmeldung:** bei der Kursleitung Frau Nielsen an unter

Tel 04331/3 71 58

Kurs-Nr.	Wochentag	Beginn	Ende	Uhrzeit	Gebühr
X30005	Mo	04.09.	11.10.	08.30-11.30 Uhr	108 Euro
X30006	Mo	30.10.	20.12.	08.30-11.30 Uhr	144 Euro

## Kinderspielgruppe Büdelsdorf

### Für Kinder von ca. 2 - 4 Jahren

Diese Gruppe bietet Kindern an drei Tagen wöchentlich die Möglichkeit, erste Schritte ohne Eltern zu üben. Gemeinsam mit der Kursleiterin Martina Fischer können Kinder im Alter von 2 bis 4 Jahren spielen, basteln, singen und das Miteinander erleben.

Der Kurs findet an folgenden Wochentagen statt: Montag, Mittwoch und Donnerstag (man kann sich keine einzelnen Tage aussuchen).

**Leitung:** Martina Fischer

**Ort:** Büdelsdorf, Berliner Straße 20

**Anmeldung:** bei Martina Fischer an unter

Tel. 04331/4 38 09 65

Kurs-Nr.	Wochentag	Beginn	Ende	Uhrzeit	Gebühr
X30010	Mo	11.09.	12.10.	09.00-12.00 Uhr	135 Euro
X30011	Mo	30.10.	20.12.	09.00-12.00 Uhr	207 Euro

# Kinderspielgruppe Alt Duvenstedt

In der Spielgruppe treffen sich Kinder um ohne Begleitperson miteinander zu spielen und neue Erfahrungen zu sammeln mit Materialien, mit Finger-Spielen, Tänzern, Liedern und Geschichten, im Umgang miteinander und mit Regeln und Ritualen. Es gibt Möglichkeiten für gemeinsame Erlebnisse mit Bewegung, aber auch Angebote zum gemeinsamen Ruhig- und Stillwerden: "Gemeinsam" macht Spaß!

Diese Gruppe findet an 2 Tagen pro Woche statt.

**Leitung:** Karin Hein

**Ort:** Gemeindehaus Alt Duvenstedt, Dorfstraße 12

**Anmeldung:** Tel 04331/9 45 60 10 oder fbs@kkre.de

Kurs-Nr.	Wochentag	Beginn	Ende	Uhrzeit	Gebühr
X30012	Mo	04.09.	10.10.	09.00-12.00 Uhr	99 Euro
X30013	Mo	30.10.	19.12.	09.00-12.00 Uhr	135 Euro



## „Wenn der frische Herbstwind weht...“

### **Drachen und Windräder**

Wir wollen einen Drachen oder Windräder bauen und sie gleich draußen ausprobieren! Bei Kaffee, Tee und Kuchen wollen wir gemeinsam basteln und den Herbst begrüßen. Lieder und Gedichte können gerne mitgebracht werden.

**Leitung:** MGH-Team

**Ort:** ZeKiD, Am Margarethenhof 41, Rendsburg

Kurs-Nr.	Wochentag	Beginn	Ende	Uhrzeit	Gebühr
X30015	Di	10.10.	10.10.	14.30-17.00 Uhr	keine

Info: Der Förderverein der Evangelischen Bildungsarbeit gibt auf Anfrage im Büro einen Zuschuss zur Gebühr!



## Geschichten, Wissenswertes und Leckereien rund um den Apfel

### Den Herbst erleben

Äpfel sind wunderbare Früchte, die wir in vielfältige Leckereien verwandeln können. Es gibt hunderte von Apfelsorten und es gibt viele Geschichten, Gedichte und Wissenswertes über den Apfel. Bringen Sie gerne Texte und Ideen mit.

**Leitung:** MGH-Team

**Ort:** ZeKiD, Am Margarethenhof 41, Rendsburg

Kurs-Nr.	Wochentag	Beginn	Ende	Uhrzeit	Gebühr
X30016	Mi	11.10.	11.10.	14.30-17.00 Uhr	keine

## ... und was kommt nach der Kur?

### Mütter- oder Mutter-Kind-Maßnahme: Was kommt danach?

Eine Kur kann nur dann langfristig wirken, wenn ihre Erfolge im Alltag der Mütter verankert werden! Wenn Mütter aus der Kurmaßnahme nach Hause kommen, sind sie gestärkt und können und wollen ihren vielfältigen Aufgaben in Familie und Beruf wieder gerecht werden. Wie aber kann die gewonnene Kraft erhalten bleiben?

Mit diesem Angebot der Kurnachsorge werden Frauen ermutigt, ihren Alltag zu verändern und krankmachende Einflüsse zu vermeiden, damit sie den neu gewonnenen Lebensmut in ihren Alltag mitnehmen.

Bei der Nachsorge werden u.a. folgende Aspekte besprochen:

- Wie war es vor der Kur?
- Wie ist es jetzt?
- Was kann im Familienalltag umgesetzt werden?

Gemeinsam in der Gruppe kann mit fachlicher Unterstützung in entspannter Atmosphäre nach Wegen gesucht werden, die neu gewonnene Gesundheit und Lebensfreude zu erhalten. Eine Kinderbetreuung ist möglich.

**Leitung:** Sabine Klüh, Diakonin

**Ort:** ZeKiD, Am Margarethenhof 41, Rendsburg

**Gebühr:** 2 Euro

**Anmeldung:** Tel 04331/9 45 60 10

Kurs-Nr.	Wochentag	Beginn	Ende	Uhrzeit	Gebühr
X30021	Di	26.09.	07.11.	15.00-16.30 Uhr	2 Euro
X30022	Di	05.12.	05.12.	15.00-16.30 Uhr	2 Euro

## Babysitterführerschein

### für Jugendliche ab 14 Jahren

Babysitten ist eine willkommene Möglichkeit, das Taschengeld aufzubessern. Ein\_e gute\_r Babysitter\_in ist geschult und vermittelt den Eltern dadurch Sicherheit und kennt sich mit folgenden Themen aus:

Was gehört zu den Aufgaben als Babysitter\_in? Was können und erwarten Kinder im Säuglings-, Kleinkind- und Schulalter? Wie kann ich mit diesem Wissen das Kind versorgen, mit ihm spielen und auf seine Eigenarten eingehen? Was mache ich, wenn sich ein Kind verletzt? Mädchen und Jungen sind herzlich willkommen. Am Ende des Kurses gibt es eine Bescheinigung. Wir helfen bei der Vermittlung. Bitte Schreibunterlagen

mitbringen. Der Kurs findet freitags von 15.00 bis 19.00 Uhr statt und samstags von 10.00 bis 16.00 Uhr.

**Leitung:** Lena Meyer, Erzieherin

**Ort:** ZeKiD, Am Margarethenhof 41, Rendsburg

**Gebühr:** 30 Euro pro Kurs

**Anmeldung:** Tel 04331/9 45 60 10 oder fbs@kkre.de

Kurs-Nr.	Wochentag	Beginn	Ende	Uhrzeit	Gebühr
X30025	Fr	08.09.	09.09.	15.00-19.00 Uhr	30 Euro

## Babysitterführerschein in Eckernförde

### für Jugendliche ab 14 Jahren

Babysitten ist eine willkommene Möglichkeit, das Taschengeld aufzubessern. Ein\_e gute\_r Babysitter\_in ist geschult und vermittelt den Eltern dadurch Sicherheit und kennt sich mit folgenden Themen aus:

Was gehört zu den Aufgaben als Babysitter\_in? Was können und erwarten Kinder im Säuglings-, Kleinkind- und Schulalter? Wie kann ich mit diesem Wissen das Kind versorgen, mit ihm spielen und auf seine Eigenarten eingehen? Was mache ich, wenn sich ein Kind verletzt? Mädchen und Jungen sind herzlich willkommen. Am Ende des Kurses gibt es eine Bescheinigung. Wir helfen bei der Vermittlung. Bitte Schreibunterlagen mitbringen. Anmeldungen erforderlich unter Tel. 04331/9 45 60 10 oder fbs@kkre.de oder über das Familienzentrum Eckernförde unter Tel. 04351/ 4 68 45 27 oder mail@familienzentrum-eckernfoerde.de

**Leitung:** Lena Meyer, Erzieherin

**Ort:** Familienzentrum Eckernförde,

Saxtorfer Weg 18b, Eckernförde

Kurs-Nr.	Wochentag	Beginn	Ende	Uhrzeit	Gebühr
X30026	Sa	30.09.	30.09.	09.30-17.30 Uhr	25 Euro

## Kulturgruppe

Bei uns treffen sich kreative Menschen unterschiedlichen Alters. Wir tauschen uns aus über Literatur, Theater, Musik, Malerei und vieles mehr. Wir unternehmen auch Ausflüge zu Kunstausstellungen und anderen interessanten Veranstaltungen. Gäste und interessierte „Mitmacher“ sind herzlich willkommen.

**Termine:** ab 5. September – 14-tägig (außer in den Ferien)

**Leitung:** Dora-Johanna Arold

**Ort:** ZeKiD, Am Margarethenhof 41, Rendsburg

Kurs-Nr.	Wochentag	Beginn	Ende	Uhrzeit	Gebühr
X40021	Di	05.09.	19.12.	15.00-17.00 Uhr	keine

## Gewaltfreie Kommunikation

Gefühle und Bedürfnisse wirklich wahrnehmen, zuhören, sehen, sagen, üben. Mit Hilfe eines Buches erleben Sie bei sich selbst und in der Gruppe, wie sich Türen öffnen und Begegnung geschieht.

Beim gemeinsamen Lesen und Besprechen des Buches von Marshall B. Rosenberg und an Fällen aus dem Leben kommen Sie sich im Gespräch selbst auf die Schliche, verstehen Ihr Verhalten und lernen, mit Vorurteilen umzugehen. Wie schnell stecken wir andere in Schubladen und verbreiten fix und fertige (Vor-)Urteile!

**Termine:** 4. September | 9. Oktober | 6. November und 4. Dezember

**Leitung:** Wolfgang Venzke

**Ort:** ZeKiD, Am Margarethenhof 41, Rendsburg

Kurs-Nr.	Wochentag	Beginn	Ende	Uhrzeit	Gebühr
X50021	Mo	11.09.	04.12.	14.30-16.00 Uhr	keine



## Literatur-Bistro

Klassik und Moderne, Drama und Lyrik, Biographien und Krimis, alles findet Eingang im Literatur-Bistro.

Das Literatur-Bistro ist ein Wegweiser durch den Dschungel vieler Neuerscheinungen, aber auch bekannte Bücher werden vorgestellt und wieder ins Gedächtnis gerufen. Es wird vorgelesen, Texte werden vorgestellt und in lebendiger Diskussion besprochen. Es gibt viel Raum für eigene Meinungen und Vorschläge für weiteren Lesestoff. Das Jahresprogramm kann per E-Mail angefordert werden.

**Termine:** 4. September | 2. Oktober | 6. November und 4. Dezember

**Leitung:** Gerd Menzel

**Ort:** 24819 Todenbüttel, Haus im Kirchgrund

**Kontakt:** Gerd Menzel, Tel 04892/85 90 89,  
E-Mail [literatur-bistro@t-online.de](mailto:literatur-bistro@t-online.de)

Kurs-Nr.	Wochentag	Beginn	Ende	Uhrzeit	Gebühr
X50025	Mo	04.09.	04.12.	19.30-21.30 Uhr	keine





## MusikCafé

Das MusikCafé findet in der Regel 10 x jährlich am vierten Sonntag eines Monats ab 15.00 Uhr auf dem Reesehof, Jevenstedter Feld 15, statt. Vorwissen ist nicht erforderlich, Interesse an der Musik reicht aus. In der Pause gibt es Kaffee und selbstgebackenen Kuchen, den die Besucher\_Innen gerne mitbringen dürfen. Gäste sind immer herzlich willkommen, Programmvorschlage/Wünsche bitte ich mir mitzuteilen. Der Eintritt ist frei, die Kostenbeteiligung für Kaffee und Kuchen beträgt 5 Euro. Änderungen sind – wenn auch nicht gewollt – jedoch nie auszuschließen. Weitere Informationen und Termine erhalten Sie telefonisch unter Tel 04875/8 28. Sie können auch per E-Mail unter [testlaborssifrank@yahoo.de](mailto:testlaborssifrank@yahoo.de) angefordert werden. Werden Sie Mitglied im Musikverein Rendsburg e.V., nehmen Sie an Reisen teil und fördern über den Musikverein Rendsburg e.V. unter anderem Musikprojekte und das KULTURNETZ Region Rendsburg sowie andere kulturelle Einrichtungen. Der Mitgliedsbeitrag beträgt jährlich ab 20 Euro.

**Jahresthema 2017: Musik und Fantasie**

27. August - Thema noch offen

24. September - Thema noch offen

26. Oktober - Thema noch offen

26. November - Heiteres zum Jahresende

Dezember - Kein MusikCafé (Weihnachten)

Das MusikCafé an neuem Ort: Während der Umbau- und Renovierungszeit des Gemeindehauses in Jevenstedt ist das MusikCafé bis auf Weiteres zu Gast bei Janina und Heiko Reese auf dem Reesehof, Jevenstedter Teich 15, 24808 Jevenstedt. Tel 04337/91 95 96.

Fahrhinweis: In Jevenstedt/Shell-Tankstelle/Schwaber Straße, nach etwa 2 km finden Sie den Reesehof auf der linken Seite. Parkplätze auf dem Hof.

**Leitung:** Reinhard Frank

**Ort:** Reesehof, Jevenstedt

Kurs-Nr.	Wochentag	Beginn	Ende	Uhrzeit	Gebühr
X50026	So	27.08.	26.11.	15.00-17.00 Uhr	eine Kostenbeteiligung wird erbeten.



## Heiteres Gedächtnistraining für Senior/-innen

Möchten Sie spielerisch und ohne Stress die Leistung Ihres Gedächtnisses steigern? Unsere zertifizierte Gedächtnistrainerin bietet ganzheitliche Übungen unter Beteiligung von Körper, Geist und Seele an. Die Durchblutung und der Stoffwechsel des Gehirns werden verbessert, die Lernfähigkeit gesteigert und der gesamte Organismus aktiviert.

**Termine:** 14. September | 28. September | 9. November und 23. November

**Leitung:** Helga Jahn, Lehrerin für Pflegeberufe

**Ort:** ZeKiD, Am Margarethenhof 41, Rendsburg

**Gebühr:** 1 Euro pro Termin

Kurs-Nr.	Wochentag	Beginn	Ende	Uhrzeit	Gebühr
X50115	Do	14.09.	23.11.	10.00-11.00 Uhr	1 Euro

## Heiteres Gedächtnistraining für Männer

Nur für Männer! Möchten Sie spielerisch und ohne Stress die Leistung Ihres Gedächtnisses steigern? Unsere zertifizierte Gedächtnistrainerin bietet ganzheitliche Übungen unter Beteiligung von Körper, Geist und Seele an. Die Durchblutung und der Stoffwechsel des Gehirns werden verbessert, die Lernfähigkeit gesteigert und der gesamte Organismus aktiviert.

**Termine:** 15. September | 29. September | 10. November und 24. November

**Gebühr:** 1 Euro pro Termin

**Leitung:** Helga Jahn, Lehrerin für Pflegeberufe

**Ort:** ZeKiD, Am Margarethenhof 41, Rendsburg

Kurs-Nr.	Wochentag	Beginn	Ende	Uhrzeit	Gebühr
X50116	Fr	15.09.	24.11.	10.00-11.00 Uhr	keine

## Tablet, Smartphone & Co.

### mit dem Android Betriebssystem

Praxisanwendungen für den Alltag – Das Smartphone ist ein Telefon, Musik-Player, Terminkalender, Kamera und je nach Ausführung auch ein Navigationsgerät. Dieses Seminar bietet eine Einführung in die Möglichkeiten der Nutzung als modernes Kommunikationsmittel. Sie benötigen keine Vorkenntnisse. Der Inhalt dieses Seminars wird das Folgende umfassen:

Grundfunktionen in der Bedienung, Einstellungen (Personalisierung des Geräts), Telefonie, Internetnutzung, soziale Netzwerke, Apps, nützliche Programme, Datensicherung und Sicherheit sowie Foto, Musik, Video und Datenübertragung.

Bringen Sie Ihr Smartphone oder Tablet mit, ich gehe gern auf persönliche Fragen und Wünsche ein. Voraussetzung: Smartphone oder Tablet mit eingerichteter SIM-Karte.

**Leitung:** Gerd Katzer, Berufssoldat a.D.

**Ort:** ZeKiD, Am Margarethenhof 41, Rendsburg

**Anmeldung:** 04331/9 45 60 10 oder fbs@kkre.de

Kurs-Nr.	Wochentag	Beginn	Ende	Uhrzeit	Gebühr
X50120	Mo	14.08.	04.09.	10.00-11.45 Uhr	36 Euro
X50121	Mo	23.10.	13.11.	10.00-11.45 Uhr	36 Euro



## Tablet, Smartphone: Anfängerkurs 1

Grundlagen der mobilen Kommunikation, Grundfunktionen und Personalisierung des Smartphone/Tablet.

**Leitung:** Gerd Katzer, Berufssoldat a.D.

**Ort:** ZeKiD, Am Margarethenhof 41, Rendsburg

Kurs-Nr.	Wochentag	Beginn	Ende	Uhrzeit	Gebühr
X50122	Mo	10.07.	17.07.	10.00-11.45 Uhr	18 Euro
X50123	Mo	11.12.	18.12.	10.00-11.45 Uhr	18 Euro

# Tablet, Smartphone (Android): Anfängerkurs 2

## Telefonie, Datenverbindung, WLAN, Internet

Im 2. Teil des Anfängerkurses erlernen Sie den Umgang und die grundlegenden Funktionsweisen der Geräte. Bitte ein Gerät mit eingerichteter SIM-Karte mitbringen.

**Leitung:** Gerd Katzer, Berufssoldat a.D.

**Ort:** ZeKiD, Am Margarethenhof 41, Rendsburg

Kurs-Nr.	Wochentag	Beginn	Ende	Uhrzeit	Gebühr
X50124	Mo	24.07.	31.07.	10.00-11.45 Uhr	18 Euro

# Verschenkbasar: „Weihnachtsdeko“ – Kränze, Gestecke und Adventsbasteleien

An diesem Nachmittag wollen wir gemeinsam die Adventszeit bei leckerem Gebäck einläuten. Jeder kann gut erhaltene Weihnachtsdeko zum Verschenken mitbringen oder sich von den mitgebrachten Dingen etwas aussuchen.

Wer mag, kann Kränze und Gestecke herstellen oder Adventsschmuck basteln. Ideen und Material sind da, gern kann auch etwas mitgebracht werden. Bitte bringen Sie zum Kränze binden Handschuhe und eine Gartenschere (wenn vorhanden) mit. Zweige werden gestellt. Kaffee, Tee und Kuchen gibt es gegen einen kleinen Obolus.

**Leitung:** MGH-Team

**Ort:** ZeKiD, Am Margarethenhof 41, Rendsburg

Kurs-Nr.	Wochentag	Beginn	Ende	Uhrzeit	Gebühr
X60004	Di	28.11.	28.11.	14.30-17.00 Uhr	keine



## Interkulturelles Kochen & Kultur

Essen ist ein wesentlicher Bestandteil der verschiedenen Kulturen, Rezepte aus unterschiedlichen Regionen transportieren immer auch Wissen über denjenigen, der kocht. Einmal im Monat können Interessierte diese Erfahrung machen: Gemeinsam kochen wir an Thementagen Rezepte aus den jeweiligen Ländern und lernen uns dabei auch besser kennen. Am Ende gibt es ein leckeres Essen für alle – und etwas mehr Wissen darüber, wie die Esskultur in anderen Küchen ist.

**Termine:** 23. September | 28. Oktober | 25. November

Am 23. September wird syrisch gekocht. Die Informationen zu den weiteren Terminen entnehmen Sie bitte der Tagespresse.

**Leitung:** Christine Dregelies, Dipl. Ökotrophologin

**Ort:** ZeKiD, Am Margarethenhof 41, Rendsburg

**Anmeldung:** Tel 04331/9 45 60 10 oder fbs@kkre.de

Kurs-Nr.	Wochentag	Beginn	Ende	Uhrzeit	Gebühr
X60002	Sa	23.09.	25.11.	17.00-20.00 Uhr	6 Euro

Info: Der Förderverein der Evangelischen Bildungsarbeit gibt auf Anfrage im Büro einen Zuschuss zur Gebühr!



## Weihnachtsbäckerei für Kinder ab 6 Jahren

Gemeinsam probieren wir leckere Rezepte aus, deren Ergebnisse wir z.T. auch sofort probieren. Bitte Gefäße für Kekse und etwas zum Trinken für die Kinder mitgeben.

**Gebühr:** 9 Euro plus Backumlage

**Leitung:** Christine Dregelies, Dipl. Ökotrophologin

**Ort:** ZeKiD, Am Margarethenhof 41, Rendsburg

**Anmeldung:** Tel 04331/9 45 60 10 oder fbs@kkre.de

Kurs-Nr.	Wochentag	Beginn	Ende	Uhrzeit	Gebühr
X60006	Sa	02.12.	02.12.	14.00-16.30 Uhr	9 Euro

## Kochclub ab 50

Kochen und essen Sie auch nicht gerne alleine? Dann sind Sie im Kochclub genau richtig. Wir kochen einmal im Monat gemeinsam und lassen es uns dann in gemütlicher Runde schmecken. Vorratsdosen dürfen gerne mitgebracht werden. Anmeldung erforderlich unter Tel 04331/9 45 60 10 oder fbs@kkre.de. Gern können Sie sich auch nur für einzelne Termine anmelden.

**Termine:** 21. September | 19. Oktober | 16. November und 14. Dezember

**Gebühr:** 8 Euro plus Kochumlage pro Termin

**Leitung:** Christine Dregelies, Dipl. Ökotrophologin

**Ort:** ZeKiD, Am Margarethenhof 41, Rendsburg

Kurs-Nr.	Wochentag	Beginn	Ende	Uhrzeit	Gebühr
X60009	Do	21.09.	14.12.	09.30-12.00 Uhr	32 Euro

## Vegetarisch Kochen

Wir kochen fleischlose, schnell zuzubereitende Gerichte, die aber auch für Gäste etwas Besonderes sind. Bitte Vorratsdosen mitbringen.

**Gebühr:** 9 Euro plus Kochumlage

**Leitung:** Christine Dregelies, Dipl. Ökotrophologin

**Ort:** ZeKiD, Am Margarethenhof 41, Rendsburg

**Anmeldung:** Tel 04331/9 45 60 10 oder fbs@kkre.de

Kurs-Nr.	Wochentag	Beginn	Ende	Uhrzeit	Gebühr
X60010	Di	12.09.	12.09.	19.30-22.00 Uhr	9 Euro
X60011	Mi	08.11.	08.11.	19.30-22.00 Uhr	9 Euro

## Vegetarische Brotaufstriche selbstgemacht

Wir bereiten leckere süße und salzige vegetarische Brotaufstriche zu, die wir anschließend probieren. Bitte Marmeladengläser oder Vorratsdosen mitbringen.

**Gebühr:** 9 Euro plus Kochumlage

**Leitung:** Christine Dregelies, Dipl. Ökotrophologin

**Ort:** ZeKiD, Am Margarethenhof 41, Rendsburg

**Anmeldung:** Tel 04331/9 45 60 10 oder fbs@kkre.de

Kurs-Nr.	Wochentag	Beginn	Ende	Uhrzeit	Gebühr
X60012	Di	21.11.	21.11.	19.30-22.00 Uhr	9 Euro





## Fit ins Alter!

### Spaß und Freude an der Bewegung für Ältere

Bewegen und denken in einem Atemzug fördert die Beweglichkeit und Merkfähigkeit. Anmeldung erforderlich unter: 04331/9 45 60 10 oder fbs@kkre.de.

**Leitung:** Erika Grötzner, Übungsleiterin

**Ort:** Gemeindehaus Hoheluft, Joh.-Brahms-Str. 7/9, Rendsburg

Kurs-Nr.	Wochentag	Beginn	Ende	Uhrzeit	Gebühr
X61001	Mo	04.09.	09.10.	18.30-19.30 Uhr	27 Euro
X61002	Mo	30.10.	18.12.	18.30-19.30 Uhr	36 Euro

## Feldenkrais®

### Beweglicher Rücken

Wünschen Sie sich mehr Leichtigkeit und freiere Beweglichkeit im Alltag, beim Sport, Tanzen oder Musizieren? Die Feldenkrais-Methode® ermöglicht es Ihnen, unnötige Anspannung – äußere wie innere – abzubauen. Behutsam durchgeführte, sehr wirksame Bewegungslektionen von Dr. M. Feldenkrais können dabei helfen, neue Bewegungsmöglichkeiten zu entdecken

und so zu größerer Bewegungsfreiheit zu gelangen. Durch einen bewussteren Umgang mit sich selbst finden Sie zu mehr Bewegungs-/Handlungsspielraum bei erhöhtem Wohlbefinden. Genießen Sie den Vorher/Nachher-Unterschied.

Weitere Infos und Anmeldung bei der Kursleiterin unter Tel. 0175/8 15 55 40.

Bitte bringen Sie bequeme Kleidung, warme Stoppersocken und ein größeres Handtuch mit.

**Leitung:** Sabine Böller-Schleiff, Physiotherapeutin & Feldenkraispractitioner

**Ort:** Mozartsaal, Paradeplatz 10, Rendsburg

Kurs-Nr.	Wochentag	Beginn	Ende	Uhrzeit	Gebühr
X61003	Mo	11.09.	09.10.	18.00-19.15 Uhr	40 Euro
X61004	Mo	06.11.	04.12.	18.00-19.15 Uhr	50 Euro
X61005	Mi	13.09.	11.10.	19.30-20.45 Uhr	40 Euro
X61006	Mi	01.11.	06.12.	19.30-20.45 Uhr	50 Euro

## Wirbelsäulengymnastik

### am Morgen

Lernen Sie eine präventive Maßnahme kennen, um Rückenschmerzen vorzubeugen oder diesen entgegenzuwirken.

Durch konsequente isometrische Gymnastik soll die wirbelsäulenstabilisierende Muskulatur gelockert und gestärkt werden. Rückenschulung und Entspannungsübungen ergänzen die sportliche Aktivität, körperliches Wohlbefinden stellt sich ein.

**Leitung:** Brigitta Doebel, Sportlehrerin

**Ort:** Gemeindehaus Hoheluft, Joh.-Brahms-Str. 7/9, Rendsburg

**Anmeldung:** Tel 04331/9 45 60 10 oder fbs@kkre.de

Kurs-Nr.	Wochentag	Beginn	Ende	Uhrzeit	Gebühr
X61010	Mo	04.09.	09.10.	09.00-10.00 Uhr	33 Euro
X61011	Mo	30.10.	18.12.	09.00-10.00 Uhr	44 Euro



## Wirbelsäulengymnastik

### am Abend

Lernen Sie eine präventive Maßnahme kennen, um Rückenschmerzen vorzubeugen oder diesen entgegenzuwirken.

Durch konsequente isometrische Gymnastik soll die wirbelsäulenstabilisierende Muskulatur gelockert und gestärkt werden. Rückenschulung und Entspannungsübungen ergänzen die sportliche Aktivität, körperliches Wohlbefinden stellt sich ein.

**Leitung:** Brigitta Doebel, Sportlehrerin

**Ort:** Gemeindehaus Hoheluft, Joh.-Brahms-Str. 7/9, Rendsburg

**Anmeldung:** Tel 04331/9 45 60 10 oder fbs@kkre.de

Kurs-Nr.	Wochentag	Beginn	Ende	Uhrzeit	Gebühr
X61012	Di	05.09.	10.10.	18.30-19.30 Uhr	27,50 Euro
X61013	Di	07.11.	19.12.	18.30-19.30 Uhr	38,50 Euro

## Entspannung und Kraftschöpfen mit Shiatsu

### Ein Freitag Nachmittag für Frauen

Shiatsu ist eine japanische Meridianmassage am bekleideten

Körper, die tief entspannend und ausgleichend wirkt. Es werden leichte Shiatsu-Abläufe für den Rücken, die Schultern, die Mitte (Hara) und die Füße gezeigt und gegenseitig geübt. Außerdem werden Akupressur-Punkte zur Linderung von Alltagsbeschwerden gezeigt und erlernt.

Mitzubringen: Bequeme Kleidung, warme Socken, Decke, Kissen und Getränk.

**Leitung:** Anke Schauf, Shiatsu-Lehrerin

**Ort:** ZeKiD, Am Margarethenhof 41, Rendsburg

**Anmeldung:** bis 10. November unter Tel 04331/9 45 60 10 oder fbs@kkre.de

Kurs-Nr.	Wochentag	Beginn	Ende	Uhrzeit	Gebühr
X61024	Fr	24.11.	24.11.	14.30-18.30 Uhr	30 Euro

## Ballroom-Fitness

Fit werden mit klassischen Tänzen wie Langsamer Walzer, Rumba oder Cha-Cha-Cha? Kein Problem in diesem Kurs. Und das Beste: Einen Partner braucht man hier nicht. Alle Übungen können allein zu entsprechender Tanzmusik ausgeführt werden. Für alle, die Spaß am Standard- und Lateintanz haben, ist das eine tolle Möglichkeit.

**Leitung:** Andreas Jessen, DTB-Trainer

**Ort:** ZeKiD, Am Margarethenhof 41, Rendsburg

**Anmeldung:** Tel 04331/9 45 60 10 oder fbs@kkre.de

Kurs-Nr.	Wochentag	Beginn	Ende	Uhrzeit	Gebühr
X65010	Mo	25.09.	11.12.	17.15-18.15 Uhr	50 Euro

## Fitness 60+

Mobilität erhalten, vorhandene Fertigkeiten verbessern und Muskeln (wieder) aufbauen. Das sind die wichtigsten Ziele in unserem Seniorensportkurs. Mit leichten Bewegungsübungen mit und ohne Handgeräten, aber auch Denkaufgaben und natürlich einer Menge Spaß, sowie Zeit zum kleinen Plausch

zwischen durch, tun wir hier genau das Richtige, um fit bis ins hohe Alter zu bleiben.

**Leitung:** Andreas Jessen, DTB-Trainer

**Ort:** Edvard-Grieg-Str. 11, Rendsburg

**Anmeldung:** Tel 04331/9 45 60 10 oder fbs@kkre.de

Kurs-Nr.	Wochentag	Beginn	Ende	Uhrzeit	Gebühr
X65013	Di	05.09.	10.10.	09.30-10.30 Uhr	22,50 Euro
X65014	Di	07.11.	12.12.	09.30-10.30 Uhr	27 Euro

## Top in Form: ein Bewegungsangebot für Männer Ü60

Der Kurs richtet sich ausschließlich an Männer Ü 60, sodass wir auf die Bedürfnisse dieser Zielgruppe individuell eingehen können. In diesem Kurs wollen wir die vorhandene Bewegungsfähigkeit verbessern und erhalten. Der Körper soll gezielt mobilisiert und gekräftigt werden, um so Problemen und Schmerzen vorzubeugen und diese ggf. zu reduzieren.

Auch diejenigen, die Gewicht reduzieren wollen, finden in diesem Kursangebot den richtigen Rahmen und geeignete Ansätze. Immer wieder lassen wir auch Bewegungsmöglichkeiten für zu Hause einfließen, die sich problemlos in den Alltag integrieren lassen.

Durch regelmäßige Bewegung und natürlich viel Spaß in der Gruppe kommen alle Männer so top in Form!

**Leitung:** Andreas Jessen, DTB-Trainer

**Ort:** ZeKiD, Am Margarethenhof 41, Rendsburg

**Anmeldung:** Tel 04331/9 45 60 10 oder fbs@kkre.de

Kurs-Nr.	Wochentag	Beginn	Ende	Uhrzeit	Gebühr
X65015	Do	07.09.	12.10.	10.00-11.00 Uhr	27 Euro
X65016	Do	02.11.	14.12.	10.00-11.00 Uhr	31,50 Euro

# Faszientraining

Das den ganzen Körper durchziehende Bindegewebe – die Faszien – sind für manche Verspannung und auch Schmerzen verantwortlich. Gezieltes Training hilft beim Gegensteuern, im wahrsten Sinne des Wortes: Faszien reagieren auf Zug- und Druckbelastungen. Diese beiden Reize sorgen für (positive!) Veränderungen in der Struktur. Mit musikalischer Unterstützung bauen wir unterschiedliche Bewegungselemente zu einfachen Bewegungsflows zusammen.

Als tolle Ergänzung nutzen wir auch die bekannten Faszienrollen. Bei korrektem Einsatz werden sich die positiven Effekte eines Trainings so noch weiter verbessern.

**Leitung:** Andreas Jessen, DTB-Trainer

**Ort:** ZeKiD, Am Margarethenhof 41, Rendsburg

**Anmeldung:** Tel 04331/9 45 60 10 oder fbs@kkre.de

Kurs-Nr.	Wochentag	Beginn	Ende	Uhrzeit	Gebühr
X65020	Do	07.09.	12.10.	09.30-10.00 Uhr	24 Euro
X65021	Do	02.11.	14.12.	09.30-10.00 Uhr	28 Euro

Info: Der Förderverein der Evangelischen Bildungsarbeit gibt auf Anfrage im Büro einen Zuschuss zur Gebühr!

## Gastfamilie bzw. Wohnung mit Anschluss gesucht

Ab dem 01.03.2018 nimmt das Zentrum für Kirchliche Dienste eine/-n chinesische/-n Südfreiwillige/-n für ein Jahr auf. Die/der Südfreiwillige verfügt über Deutschkenntnisse und ist im Studentenalter.

Wer hat Lust und Platz, diese/-n bei sich zu beherbergen? Eine Miete kann gezahlt werden.

Wir freuen uns auf Ihre Rückmeldungen und stehen für nähere Auskünfte gerne zur Verfügung.



## Patchwork und Nähen

Dekorative Kleinigkeiten für die Winter- und Weihnachtszeit, Nützliches und Niedliches fürs Baby bis zum Schulkind, Modeaccessoires wie Tasche, Loop, Loopuze, Schürze, u.v.m. Dazu Homeaccessoires wie Kissen, Tischsets, Buchhüllen, Tischbänder, Topflappen, Tischdecken. Aus „Alt mach Neu“, z.B. Tauf-, Krabbel-, und Konfirmationsdecken. Dazu das beliebte „Show & Tell“ mit Ideen, Anregungen, Tipps und Tricks für Anfänger\_innen und Fortgeschrittene.

Das benötigte Material erfragen Sie bitte eine Woche vor Kursbeginn bei der Kursleiterin Heike Hamann unter Tel 04332/3 44.

**Leitung:** Heike Hamann

**Ort:** ZeKiD, Am Margarethenhof 41, Rendsburg

**Anmeldung:** Tel 04331/9 45 60 10 oder fbs@kkre.de

Kurs-Nr.	Wochentag	Beginn	Ende	Uhrzeit	Gebühr
X70001	Mo	18.09.	06.11.	18.30-21.30 Uhr	24 Euro

# Schnuppertag: Nähen und Patchwork

Kommen Sie zu unserem Schnuppertag „Nähen und Patchwork“ und lassen Sie sich von der Kursleiterin Heike Hamann eine kurze Einweisung geben. Geeignet auch für Schüler/-innen und Erwachsene jeden Alters. Bitte melden Sie sich zu diesem kostenlosen Schnuppertag an unter Tel 04331/9 45 60 10 oder fbs@kkre.de.

**Leitung:** Heike Hamann

**Ort:** ZeKiD, Am Margarethenhof 41, Rendsburg

Kurs-Nr.	Wochentag	Beginn	Ende	Uhrzeit	Gebühr
X70002	Do	28.09.	28.09.	14.30-17.00 Uhr	keine



## Patchwork und Nähen

Haben Sie auch manchmal den Wunsch, etwas wirklich Schönes und Einmaliges zu schaffen? Vielleicht ein Stofftier für die Jüngsten, eine nicht alltägliche Handtasche, eine größere Kulturtasche mit abwischbarem Futter für die nächste Reise, weihnachtliche Frühstücksets, einen Läufer in Seminoltechnik für den Wohnzimmertisch oder Deko für die Adventszeit? Mitgebrachte Schnittmuster können auf Wunsch durch Veränderung von Details und Größe Ihrem persönlichen



Geschmack angepasst werden. Dazu das beliebte „Show & Tell“ mit Ideen, Anregungen, Tipps und Tricks für Anfänger und Fortgeschrittene. Außerdem „Handmaking“: Aus gefärbtem Filz nähen wir kleine Wichtel, Weihnachtsmänner, einen Engelschor u.v.m.

Nähere Informationen zum Bastelmaterial etc. bei der Kursleiterin Heike Hamann Tel 04332/3 44.

**Leitung:** Heike Hamann

**Ort:** ZeKiD, Am Margarethenhof 41, Rendsburg

**Anmeldung:** Tel 04331/9 45 60 10 oder fbs@kkre.de

Kurs-Nr.	Wochentag	Beginn	Ende	Uhrzeit	Gebühr
X70003	Sa	30.09.	30.09.	09.30-17.30 Uhr	25 Euro
X70004	Sa	14.10.	14.10.	09.30-17.30 Uhr	25 Euro
X70005	Sa	25.11.	25.11.	09.30-17.30 Uhr	25 Euro
X70006	Sa	02.12.	02.12.	09.30-17.30 Uhr	25 Euro
X70007	Sa	09.12.	09.12.	09.30-17.30 Uhr	25 Euro



## Urban Sketching

### Einfach losgehen und draußen zeichnen

Sich einfach irgendwo hinsetzen und zeichnen, was einem gerade ins Auge fällt. Das ist „Urban Sketching“. Das macht nicht nur unglaublich viel Spaß, sondern ist auch entspannend. In diesem Workshop werden in einer kurzen Anfangsrunde die Grundlagen des Freihandzeichnens erklärt und dann geht es

schon los. Alles was man braucht, sind ein, zwei Bleistifte, ein Radiergummi und ein Zeichenblock /Skizzenbuch. Und dann geht es los. Innerhalb von drei Stunden wollen wir bei gutem Wetter Rendsburg zeichnend erkunden. Bei Regenwetter bietet die Künstlerin ein Alternativprogramm in den Räumen der Evangelischen Familienbildungsstätte an. Keine Vorkenntnisse nötig. Bitte Sitzunterlage mitbringen.

**Leitung:** Dipl.-Ing. Telse Polenski, Autorin + Künstlerin

**Ort:** ZeKiD, Am Margarethenhof 41, Rendsburg

**Anmeldung:** Tel 04331/9 45 60 10 oder fbs@kkre.de

Kurs-Nr.	Wochentag	Beginn	Ende	Uhrzeit	Gebühr
X71002	Sa	09.09.	09.09.	11.00-13.00 Uhr	9 Euro

## Biographisches Schreiben: ein Schnupperkurs

Wir wollen uns schreibend auf eine Erinnerungsreise begeben. Ob komisch, traurig, spannend oder kostbar, in jeder Familie gibt es Erlebnisse, Anekdoten und Begebenheiten, die sich lohnen aufgeschrieben zu werden. Sie möchten die Erinnerungen an die eigenen Großeltern an ihre Enkel weitergeben? Oder aufschreiben, wie es war, auf dem Schulweg nach Hause zu trödeln? Wie war das mit dem ersten Auto, wie war das mit dem ersten Kuss? Erinnern Sie sich noch an Ihre Sandkastenfreunde oder wie gut es im Schrank der Tante roch? Wir wollen uns auf eine Entdeckungsreise begeben und mit Hilfe von verschiedenen Schreibtechniken dem biographischem Schreiben annähern. Bitte eigenes Schreibzeug mitbringen. Auf Wunsch wird der Kurs fortgesetzt.

**Leitung:** Dipl.-Ing. Telse Polenski, Autorin + Künstlerin

**Ort:** ZeKiD, Am Margarethenhof 41, Rendsburg

**Anmeldung:** Tel 04331/9 45 60 10 oder fbs@kkre.de

Kurs-Nr.	Wochentag	Beginn	Ende	Uhrzeit	Gebühr
X71003	Fr	03.11.	17.11.	17.00-19.00 Uhr	37,50 Euro

# So schmeckt der September

## Kräuterführung an den Eiderwiesen

Zusammen mit Telse Polenski bestimmen, erschmecken und erschnuppern Sie die Pflanzenwelt am Wegesrand und Ufern. Sie können lernen, wie man Kräuter erkennt. Was ist essbar, was ist heilsam? Das ist mehr als Sie ahnen!

Treffpunkt: Evangelische Familienbildungsstätte, Am Margarethenhof 41.

**Leitung:** Dipl.-Ing. Telse Polenski, Autorin + Künstlerin

**Ort:** ZeKiD, Am Margarethenhof 41, Rendsburg

**Anmeldung:** Tel 04331/9 45 60 10 oder fbs@kkre.de

Kurs-Nr.	Wochentag	Beginn	Ende	Uhrzeit	Gebühr
X71004	Sa	16.09.	16.09.	10.00-12.00 Uhr	7 Euro

## Malen für Frauen

Ansprechen möchten wir deutsche Frauen und geflüchtete Frauen, die Freude haben am Malen und künstlerischen Gestalten. Dabei entstehen schöne Werke, gute Kontakte, ein Austausch der Kulturen und ein besseres Sprachverständnis. Die Leitung haben die Künstlerinnen Telse Polenski und Anahita Osman. Das Angebot findet jeden Montag von 15 bis 16.30 Uhr Am Margarethenhof 41. (in den Schulferien nach Absprache). Kosten entstehen keine. Anmeldungen sind nicht erforderlich.

**Datum:** montags, 4. September - 18. Dezember

**Leitung:** Dipl.-Ing. Telse Polenski, Autorin + Künstlerin

**Ort:** ZeKiD, Am Margarethenhof 41, Rendsburg

**Anmeldung:** Tel 04331/9 45 60 10 oder fbs@kkre.de

## Babytreff für geflüchtete Frauen und ihre Babys

Babys ab der sechsten Lebenswoche können mit ihren Eltern das gesamte spannende erste Lebensjahr über an DELFI®-Kursen mit Babys ähnlichen Alters teilnehmen. In einer Gruppe von max. acht Müttern erhalten Sie als Eltern viele unterschiedliche Anregungen, um die Entwicklung Ihres Kindes spielerisch zu begleiten, zum Beispiel durch Bewegungsanregungen, Handlingtechniken, Finger- und Berührungsspiele, Lieder sowie interessante Materialien zum „Begreifen“ und Experimentieren.

Gleichzeitig gewinnen Sie als Eltern Vertrauen in Ihre eigenen Fähigkeiten und Sicherheit im Umgang mit Ihrem Baby. Gespräche über Entwicklung, Ernährung und praktische Tipps geben Ihnen eine zusätzliche Orientierung. Babys mit Einschränkungen sind herzlich willkommen. Die Leitung hat die DELFI®-Fachfrau Ulrike Struve. Die Sprach Mittlerin ist Khadija Khourghi Ratzlaff. Kinderbetreuung wird angeboten.

## Deutschkurse für geflüchtete und migrierte Frauen mit Kinderbetreuung

Jeden Mittwoch von 14.30 bis 17 Uhr finden bei uns Deutschkurse für Frauen statt. Jede Frau ist herzlich eingeladen zu kommen. Geübt werden die Alltagsbegriffe und häufigsten Sätze. Auch Alphabetisierung und Leseübungen finden statt. Bitte seien Sie beim ersten Mal etwas früher da, damit die Kursleiterin Zeit für ein Gespräch hat. Die Leitung hat Khadija Khourghi Ratzlaff. Kinderbetreuung wird angeboten. Das Angebot findet Am Margarethenhof 41 statt.

Weitere Informationen und Anmeldungen im Büro unter Telefon: 04331-9456010 bei Petra Grützmann, [www.fbs-rendsburg.de](http://www.fbs-rendsburg.de) und E-Mail [fbs@kkre.de](mailto:fbs@kkre.de).

# SIS – Seniorpartner in School

SIS - Seniorpartner in School ist ein bundesweit tätiges, bürgerschaftlich engagiertes Projekt, bei dem Ältere und Jüngere voneinander profitieren. SIS bietet Seniorinnen und Senioren die Möglichkeit, sich in einem 80-stündigen Seminar zu Schulmediatoren ausbilden zu lassen, anschließend an einer Schule ehrenamtlich tätig zu werden und regelmäßig an Fortbildungen und Kollegialen Fallberatungen teilzunehmen.

Mit den Angeboten Mediation, Bildungsbegleitung und Mobbing-Intervention (no blame approach) unterstützen wir Älteren die Enkelgeneration, indem wir als Vertrauenspersonen für sie da sind und sie befähigen, ihre Konflikte gewaltfrei und eigenverantwortlich zu lösen. Wir Senior\_innen erleben in den Schulen eine erfüllende und sinnstiftende Tätigkeit.

Die SIS-Regionalgruppe Rendsburg trifft sich einmal monatlich freitags von 10.00 bis 13.00 Uhr zum Austausch und zur kollegialen Fallberatung.

Interessierte Seniorinnen und Senioren, Schulleitungen oder Lehrkräfte, Eltern und Schüler\_innen melden sich bitte gerne bei uns: wolfgang.glinicke@t-online.de

**Termine:** 22. September | 17. November

**Leitung:** Wolfgang Glinicke

**Ort:** ZeKiD, Am Margarethenhof 41, Rendsburg

Kurs-Nr.	Wochentag	Beginn	Ende	Uhrzeit	Gebühr
X85000	Fr	22.09.	17.11.	10.00-13.00 Uhr	keine

# Schulabschlüsse an der VHS Rendsburger Ring e.V.

## **Vorbereitungskurs auf den ersten allgemeinbildenden Schulabschluss**

**Ort: Büdelsdorf, Bürgerzentrum**

**Zeit: Mo.-Do., 04.09.17, 16.00-19.15 Uhr**

**Gebühr: 96 € pro Monat**

Weitere Informationen bei Gabriele Schuchardt,  
Tel 04331/2088-26.

## **Vorbereitungskurs auf den mittleren Schulabschluss**

**Ort: BÜD, Bürgerzentrum, Realschulraum**

**Zeit: Mo.-Fr., 04.09.17, 17.00-20.15 Uhr**

**Gebühr: 120 € pro Monat**

Weitere Informationen bei Gabriele Schuchardt,  
Tel 04331/2088-26.

## **N e u - Vorbereitungskurs auf die allgemeine Hochschulreife/Fachhochschulreife**

**Ort: Büdelsdorf, Bürgerzentrum, Seminarraum 1**

**Zeit: Mo-Do., 05.09.17, 18.00-21.15 Uhr,**

**Fr. Latein 18-20.30 Uhr**

**Gebühr: 180 € pro Monat**

**zuzügl. 40 € pro Monat für Lateinkurs**

Weitere Informationen bei Gabriele Schuchardt,  
Tel 04331/2088-26.



# Werden Sie Teil unseres Teams

Haben Sie Freude am Umgang mit kleinen Kindern und ihren Eltern? Möchten Sie als Honorarkraft tätig sein oder als Ehrenamtliche?

Wir bieten eine Arbeit in einem freundlichen Team, eine gute Organisation, schöne Räume, Fachgespräche und Austauschrunden sowie gemeinsame Feiern und Unternehmungen.

Wir bieten die Möglichkeit Kursleitung zu sein in

- DELFI®-Gruppen,
- Kinderspielgruppen,
- Eltern-Kind-Gruppen,
- Musikgarten,
- Kreativ-Kursen für Kinder und Erwachsene
- Gesundheitskursen, -vorträgen und -fortbildungen

Wir bieten eine ehrenamtliche Tätigkeit an

- in der Kinderbetreuung durch Senior\_innen
- im Team des Offenen Cafés als Gastgeberin
- als Kuchenbäcker\_in

Wenn wir Ihr Interesse geweckt haben, rufen Sie uns bitte an oder schicken Sie uns eine Mail an:

Frauke Kondritz

Tel. 04331/9 45 60 30

E-Mail: [frauke.kondritz@kkre.de](mailto:frauke.kondritz@kkre.de)

Petra Grützmann

Tel. 04331/9 45 60 10

E-Mail: [petra.gruetzmann@kkre.de](mailto:petra.gruetzmann@kkre.de)



Evangelische  
**Familienbildungsstätte**  
Rendsburg-Eckernförde



# 60 Jahre Evangelische Familienbildungsstätte



Evangelische  
**Familienbildungsstätte**  
Rendsburg-Eckernförde



# wellcome

## Praktische Hilfe für Familien nach der Geburt



Bundesweit bieten wellcome-Teams durch geschulte und erfahrene ehrenamtliche Mitarbeiter\_innen im ersten Lebensjahr des Kindes individuelle Hilfe. Ein- bis zweimal in der Woche jeweils für zwei bis drei Stunden entlasten sie Mütter mit Neugeborenen, kümmern sich um Geschwisterkinder, begleiten zum Kinderarzt, unterstützen Sie ganz praktisch und hören zu.



**Ansprechpartnerin:** Gabriele Lüttmer

**Telefon Rendsburg:** 04331/9 45 60 32

**Sprechzeiten:** montags 10.00 - 12.00 Uhr

**Telefon Eckernförde:** 0171/2 90 06 01

**Sprechzeiten:** mittwochs 11.00 - 13.00 Uhr

Außerdem bietet Gabriele Lüttmer eine Sprechzeit für Ehrenamtliche des Mehrgenerationenhauses an: Jeden 1. Dienstag im Monat von 12.00 bis 13.30 Uhr; Telefon 04331/9 45 60 32

## Müttergenesung/Kurvermittlung

Alltägliche Anforderungen und Belastungen bei Erziehung, Haushalt, Berufstätigkeit nehmen immer mehr zu. Häufig kommt noch die Pflege und Versorgung kranker Angehöriger dazu. Das bedeutet enormen körperlichen und seelischen Dauerstress, häufig mit Gefährdung oder Störung der eigenen Gesundheit. In der Beratungsstelle helfen und unterstützen wir Mütter und/oder Väter bei der Antragstellung, die mit oder ohne ihrem/n Kind(er) an einer Vorsorge- oder Rehabilitationsmaßnahme teilnehmen möchten.



**Ansprechpartnerin:** Martina Iken

**Telefon:** 04331/9 45 60 34

**Bürozeiten:** mittwochs 10.00 bis 12.00 Uhr

# Unser Team

Jensen, Karen

Leiterin ZeKiD



Kondritz, Frauke

Leiterin FBS |  
MGH



Grützmann, Petra

Sekretariat



Funck, Susanne

FBSmobil  
Sekretariat



Iken, Martina

Müttergenesung



Lüttmer, Gabriele

wellcome | MGH



# Unsere Kursleitungen

Arnold, Dora-Johanna Kulturgruppe



Böller-Schleiff, Sabine Feldenkrais®



Borrmann, Melanie DELFI®



Dammann, Anja Musikflöhe Eltern-Kind-Gruppe



Doebel, Brigitta Sport



Dregelies, Christine Ernährung



## Kursleitungen

Fischer, Martina

Kinderspielgruppe



Frank, Reinhard

Musik-Café



Gerdes, Sylvia

DELFI®  
Elternarbeit  
Babymassage



Goldmann, Antje

DELFI®

Grötzner, Erika

Sport



Hamann, Heike

Patchwork

Hein, Verena

Eltern-Café  
DELFI®



Hein, Karin

Spielgruppe  
Alt Duvenstedt

Jahn, Helga

Gedächtnistraining



Jessen, Andreas

Sport



Jochims, Martina

offenes Singen

Katzer, Gerd

Handy, Tablet und  
Co.



Menzel, Gerd

Literatur-Bistro



Meyer, Lena

Babysitter-  
Führerschein



Nielsen, Angelika

Kinderspielgruppe  
Eltern-Kind-Gruppe



Ode, Nadine

Kinderspielgruppe  
Spielgruppe

## Kursleitungen

Peter, Pauli

Englisch-  
Gesprächskreis

Petzold, Katrin  
(zurzeit in Elternzeit)

Kanga



Polenski, Telse

Biographisches  
Schreiben  
Malen für Frauen



Schauer, Kirsten

Musikgarten  
Eltern-Kind-Gruppe  
Seminare



Schikorra, Walburga

DELFI® Hamdorf  
Eltern-Kind-Gruppe



Schneider, Stephanie

DELFI®



Schütt, Uwe

Väter-Café  
Elternarbeit  
SIS-Seminar-  
partner



Venske, Wolfgang

Gewaltfreie  
Kommunikation

Wichert, Angelika

DELFI®-Ausbildung



# Förderverein Evangelische Bildungsarbeit des Kirchenkreises Rendsburg-Eckernförde e.V.

Der Verein fördert die Arbeit der Ev. Familienbildungsstätte (FBS) und die Bildungsarbeit des Zentrums für Kirchliche Dienste (ZeKiD) durch

- finanzielle Unterstützung neuer Projekte z.B. DELFI®-Arbeit (Eltern/Säuglings-Gruppen)
- Zuschüsse für Freizeiten z.B. Konficamps, Fahrten nach Taizé, u.a.
- Unterstützung von Veranstaltungen z.B. Frühlingmarkt, Literatur-Bistro, Musik-Café

Durch Ihren Beitritt helfen Sie mit, Ideen zu verwirklichen und Lebensbegleitung zu ermöglichen.

- für Eltern, Großeltern und Kinder
- für Teens und Jugendliche
- für Erwachsene jeden Alters



# Beitrittserklärung Förderverein

Gläubiger-ID: DE63ZZZ00000384798

Hiermit erkläre ich den Beitritt zum „Förderverein Evangelische Bildungsarbeit des Kirchenkreises Rendsburg-Eckernförde e.V.“ mit einem Mindestbeitrag von z.Zt. 15 Euro/ Jahr.

---

Name, Vorname

---

Straße

---

PLZ / Ort

---

Telefon

---

E-Mail

---

Geburtstag

---

Datum / Unterschrift

Hiermit ermächtige ich den Förderverein Evangelische Bildungsarbeit des Kirchenkreises Rendsburg-Eckernförde e.V, den Beitrag von meinem Konto mittels Lastschrift einzuziehen. Zugleich weise ich mein Geldinstitut an, die vom Förderverein Evangelische Bildungsarbeit des Kirchenkreises Rendsburg-Eckernförde e.V. auf mein Konto gezogenen Lastschriften einzulösen.

Hinweis: Dieses Lastschriftmandat dient nur dem Einzug von Lastschriften auf das unten stehende Konto. Ich kann innerhalb von 8 Wochen, beginnend mit dem Belastungsdatum, die Erstattung des belasteten Betrages verlangen. Es gelten dabei die mit meinem Geldinstitut vereinbarten Bedingungen.

.....- - - - - / - - -

Kreditinstitut (Name und BIC)

DE \_\_ | \_\_\_\_ | \_\_\_\_ | \_\_\_\_ | \_\_\_\_ | \_\_

IBAN

---

Datum / Unterschrift

Der Austritt kann drei Monate zum Ende des Kalenderjahres schriftlich erklärt werden. Mandatsreferenz wird gesondert zugestellt.

# Förderverein für Müttergenesung im Kirchenkreis Rendsburg-Eckernförde

Kurberatung und Kurvermittlung

- Kurzuschüsse für Frauen in finanziellen Notlagen
- Angebote, um den Kurerfolg z. B. in der Nacharbeit zu vertiefen

## **Information:**

Die Beratungs- und Vermittlungsstelle im Kirchenkreis Rendsburg-Eckernförde befindet sich im Zentrum für Kirchliche Dienste (ZeKiD) in Rendsburg.

Beratungstermine werden individuell mit Ihnen abgestimmt.

## **Ansprechpartnerin:**

Martina Iken

Telefon: 04331/9 45 60 34

## **Kontakt zum Vorstand:**

1. Vorsitzende:

Anna-Elisabeth Heister Telefon: 04305/6 09

Mitglieder des Vorstandes:

Christel Hemmler Telefon: 04871/41 67

Antje Bundfuss Telefon: 04331/7 13 71

Ingeburg Hausschildt-Sierck Telefon: 04331/7 65 72

Maren Petersen Telefon: 04642/9 28 92 47

# Beitrittserklärung Müttergenesung

Gläubiger-ID: DE 70ZZZ00000568972

Ich möchte Mitglied werden im „Förderverein für Müttergenesung im Kirchenkreis Rendsburg-Eckernförde e. V.“ mit einem Mindestbeitrag von z.Zt. 15 Euro pro Jahr.

---

Name, Vorname

---

Straße

---

PLZ / Ort

---

Telefon

---

E-Mail

---

Geburtstag

Hiermit ermächtige ich den Förderverein Müttergenesung im Kirchenkreis Rendsburg-Eckernförde e.V, den Beitrag von meinem Konto mittels Lastschrift einzuziehen. Zugleich weise ich mein Geldinstitut an, die vom Förderverein für Müttergenesung im Kirchenkreis Rendsburg-Eckernförde e. V. auf mein Konto gezogenen Lastschriften einzulösen. Hinweis: Dieses Lastschriftmandat dient nur dem Einzug von Lastschriften auf das unten stehende Konto. Ich kann innerhalb von 8 Wochen, beginnend mit dem Belastungsdatum, die Erstattung des belasteten Betrages verlangen. Es gelten dabei die mit meinem Geldinstitut vereinbarten Bedingungen.

..... - - - - - / - - -

Kreditinstitut (Name und BIC)

DE \_\_ | \_\_\_\_ | \_\_\_\_ | \_\_\_\_ | \_\_\_\_ | \_\_

IBAN

---

Datum / Unterschrift

Beitrags- und Spendenkonto: Sparkasse Mittelholstein

IBAN: DE07 2145 0000 0000 0341 80

Mandatsreferenz wird gesondert gestellt.



**Wir sind für Sie da. Wir beraten Sie.  
Wir finden gemeinsam eine Lösung.**

- Sozialberatung und soziale Hilfen
- Schuldner- und Insolvenzberatung
- Ambulante Betreuung
- Ehrenamt
- Suchtberatung und Suchtprävention
- Migrationsberatung
- Erziehungs- und Familienberatung
- Schwangeren- und Schwangerschaftskonfliktberatung
- Familienzentrum
- Aufsuchende Familienhilfen

Diakonisches Werk des Kirchenkreises  
Rendsburg-Eckernförde gGmbH

Am Holstentor 16  
24768 Rendsburg

info@diakonie-rd-eck.de  
www.diakonie-rd-eck.de

Telefon (0 43 31) 69 63-0  
Telefax (0 43 31) 69 63-19

# Partner des Mehrgenerationenhauses

Das Mehrgenerationenhaus hat mit seinen Partnern das Konzept für unser Haus geschrieben und unterstützt die Arbeit immer durch Beratung, gemeinsame Angebote und vieles mehr.



Pflege LebensNah  
Wir beraten, betreuen und pflegen individuell und auf die jeweilige Lebenssituation abgestimmt.



Diakonisches Werk  
Kinder-, Familien- und Lebensberatung  
Soziale Integration Gesundheit  
Rehabilitation und Pflege  
Ehrenamtliches Engagement



Christkirchengemeinde  
[www.christkirche-rendsburg.de](http://www.christkirche-rendsburg.de)



Familia-Markt im Kreishafen RD

## Hinweis auf Förderer

Die Arbeit des MGH wird gefördert durch das Bundesministerium für Familie, Senioren, Frauen und Jugend, den Kreis Rendsburg-Eckernförde und die Stadt Rendsburg.

Gefördert vom:



# So finden Sie uns

### Ev. Familienbildungsstätte Rendsburg-Eckernförde

Mehrgenerationenhaus Rendsburg  
im Zentrum für Kirchliche Dienste  
Am Margarethenhof 41  
24768 Rendsburg

### Sie erreichen uns aus Richtung Kiel, A7, Hamburg:

Ende A 210 bis Abfahrt Tunnel auf die B77, nach dem Tunnel die 2. Abfahrt Fockbek an der Ampel rechts auf die Fockbeker Chaussee. An der nächsten Ampel rechts, Am Margarethenhof 41, neben der Kirche St. Michael.

### Aus Richtung Flensburg und Eckernförde über Büdelsdorf:

am Thormannplatz Richtung Fockbek, an der 2. Ampel links.

Parkplätze befinden sich vor dem Haus und in der Straße.

### Mit dem Bus vom Bahnhof:

Die direkte Anbindung mit den Buslinien 1, 2 und 3 bis Haltestelle Grüner Kranz.

### Anfahrtsskizze:

