



## KURSE 2021-2022

www.efbsalzgitter.de





### Liebe Leserin und Leser, liebe Freunde der EFB Salzgitter,

die Corona-Pandemie hat uns in der ersten Jahreshälfte 2021 leider weiterhin kein regelmäßiges Kursangebot ermöglicht, viele der geplanten Angebote und Veranstaltungen mussten ausfallen.

Eine Programmplanung in diesen Zeiten ist schwierig und deshalb haben wir uns entschieden, Ihnen in der Printversion unseres Programms nur einen kurzen Überblick unserer Kurse zu geben.

Aktuelle Informationen und genaue Kursbeschreibungen finden Sie unter **www.efbsalzgitter.de**. Oder Sie nutzen hier im Heft einfach den QR-Code (zu finden auf jeder Seite mit den Kursübersichten). Sie können diesen mit Ihrer Smartphone-Kamera einscannen und schon gelangen Sie auf unsere Homepage mit den entsprechenden Kursen. Diese können Sie dann über unser Warenkorb-System buchen. Bei weiteren Fragen erreichen Sie uns natürlich auch wie gewohnt per E-Mail oder Telefon.

Wir freuen uns auf die Begegnungen mit Ihnen, bis dahin

Ihr Team der EFB

EEB Mit diesem Zeichen gekennzeichnete Veranstaltungen dieses Programmheftes werden in der pädagogischen Verantwortung der Ev. Erwachsenenbildung Niedersachsen durchgeführt (§ 8 Abs. 1). Gemäß Erwachsenenbildungsgesetz informieren wir Sie gerne über die Methoden in unseren Bildungsangeboten. Meist gehen sie aus dem Ausschreibungstext hervor. Wenn Sie hierzu Fragen haben oder sich tiefgreifender informieren möchten, nehmen Sie bitte Kontakt zu uns auf.

#### **Unsere Bürozeiten:**

Montag: 9 – 12 Uhr und 15 – 18 Uhr

Mittwoch: 9 – 12 Uhr

Donnerstag: 9 – 12 Uhr und 15 – 18 Uhr

#### **Unsere Adresse:**

Kattowitzer Str. 225, 38226 Salzgitter Telefon: 0 53 41 83 63-30 | Telefax: -33

E-Mail: efbsalzgitter@lk-bs.de | www.efbsalzgitter.de www.facebook.com/hierkannichmichentfalten

### **EFB FÜR ALLE**

Auch, wenn Sie ganz oder teilweise vom Jobcenter unterstützt werden, können Sie über "Bildung und Teilhabe" mit Ihrem Kind an einer Gruppe in der EFB teilnehmen.

Die Kosten betragen 10 € pro Kind im Monat und Sie können als Begleitperson dabei sein.

Der Antrag ist ganz einfach – wir unterstützen Sie dabei gerne! Bitte beachten Sie: Wenn "Bildung und Teilhabe" möglich ist, nehmen wir den Sozialpass nicht an.

Musikkurse - Ausflüge - Kurse
Eltern-Kind-Gruppe - DELFI®
Kindergeburtstag - Kreativkurse

Rindergeburtstag - Kreativkurse

Teilhabe

Wacht es wäglich!

für alle Kinder, die "Kunden" des Jobcenters sind;
auch mit ihren Eltern. Wir beraten Sie gerne!

### **UNSER LEITBILD**

Die Arbeit der Ev. Familien-Bildungsstätten orientiert sich entsprechend ihres Leitsatzes "Hier kann ich mich entfalten"\* an den Bedürfnissen der Menschen in Salzgitter in ihren unterschiedlichen Lebensphasen, Lebensformen und Lebenssituationen – unabhängig von ihrer Religion, Konfession, Herkunft oder Weltanschauung.

### **Evangelisch:**

Wir sehen unsere Mitmenschen in ihrer Einmaligkeit – mit allen Stärken und Schwächen – und in ihrer Würde. Als Christen glauben wir an die liebende Zuwendung Gottes, die allen Menschen gilt. Hierauf basieren Achtung, Toleranz, Vertrauen und Gemeinschaft, die unser Handeln leiten.

#### Familien:

Wir wenden uns an Frauen, Männer und Kinder in der Vielfalt heutiger Familien- und Lebensformen. Unser besonderes Augenmerk gilt dabei Eltern mit ihren Kindern. Wir möchten deren Erziehungs- und Beziehungskompetenz stärken.

### **Bildung:**

Wir knüpfen an die Alltagssituationen und Erfahrungen unserer Teilnehmenden an und unterstützen sie darin, Fähigkeiten und Begabungen zu entwickeln oder (wieder-) zu entdecken und persönliche Lösungswege zu finden. Wir unterstützen und begleiten Menschen dabei, sich zu entfalten. Im Dialog mit anderen Teilnehmenden werden Standpunkte entwickelt und die Kommunikationsfähigkeit gestärkt. Die unterschiedlichen sozialen, kulturellen, religiösen Erfahrungen unserer Teilnehmenden bereichern das Leben und fördern das Lernen miteinander und voneinander.

\*vergl. 2. Timotheus 1, 6 und 7: Denn Gott hat uns nicht gegeben den Geist der Furcht, sondern den Geist der Kraft und der Liebe und der Besonnenheit.



### BERATUNG

### Ev. Ehe-, Lebens- und Krisenberatung



### Wir helfen weiter bei

- Partnerschafts- oder Eheproblemen
- Familien- und Erziehungsschwierigkeiten
- Ängsten
- Krisen
- Sorgen
- Gesundheits- und Lebensfragen

### Wir

- suchen mit Ihnen zusammen nach neuen Wegen
- versuchen, mit Ihnen gemeinsam Situationen zu klären und Entwicklungen zu verstehen
- ermutigen Sie, nach Kraftquellen zu suchen
- unterstützen Sie, in den Lebensumbrüchen selbstbewusster und handlungsfähiger zu werden

### Beratungsgespräche finden statt

in der Ev. Familien-Bildungsstätte, Kattowitzer Str. 225, Salzgitter-Lebenstedt

Gesprächstermine können nach Absprache persönlich oder unter der Telefonnummer 83 63 30 vereinbart werden.

Alle Anfragen, Kontakte und Gespräche sind streng vertraulich!



Kinder sind ein Geschenk und auch eine große Herausforderung. Nicht immer gelingt es, neben der Rundum-Versorgung der Kinder auch die notwendige Erholung für sich selbst zu finden. Dabei ist es wichtig, die eigene Balance zu stärken, denn nur so kann Familie gelingen.

Bei "Zeit für Kinder" geht es darum, Ihnen regelmäßig kleine Verschnaufpausen zu verschaffen. Sie haben dabei die Gewissheit, dass Ihre Kinder währenddessen in guten und liebevollen Händen durch geschulte ehrenamtliche Mitarbeiterinnen sind.

### Mit unserem Projekt "Zeit für Kinder" bieten wir Ihnen

- zeitlich befristete Unterstützung in den ersten Lebensjahren Ihres Kindes oder Ihrer Kinder (0–3 Jahre).
- liebevolle Begleitung bei Ihnen vor Ort, aber auch Unterstützung bei Arztbesuchen, Ämtergängen, Einkäufen o.ä. mit dem Kind.
- wertvolle Auszeiten, damit Sie z.B. Termine wahrnehmen oder einfach mal ein wenig ausspannen können.

### Ansprechpartnerin ist Stefanie Hosak,

Tel.: 05341 – 836330, E-Mail: zeitfuerkinder@efbsalzgitter.de

Engagierte Personen, die junge Familien ehrenamtlich unterstützen möchten, sind bei "Zeit für Kinder" herzlich willkommen! Sie bestimmen den Umfang Ihrer Tätigkeit.

Gefördert durch:





## **FAMILIENSTART**



### Damit Ihr Kind einen guten Start ins Leben hat:

Sie erwarten ein Kind. Die Freude darauf, aber auch viele Fragen bestimmen die Zeit der Schwangerschaft.

Wir möchten Sie in diesem so wichtigen Lebensabschnitt begleiten und Ihnen in unseren Kursen Sicherheit und Orientierung in allen Ihren Fragen vermitteln.

Richten Sie einfach die Kamera Ihres Smartphones auf diesen QR-Code. Er leitet Sie direkt zu den aktuellen Kursen zum Thema Familienstart.



Geburtsvorbereitung



Fit in der







Fit nach der Schwangerschaft

Rückbildungsgymnastik

Kangatraining®

Beratungsangebote rund um die Themen spielen, schlafen und Babytragen

Babymassage mit Elementen von

Baby-Yoga (NEU)

Säuglingspflegekurse (NEU)

Geschwistervorbereitungskurs (NEU)





## Für Schwangere und Eltern mit Babys im ersten Lebensjahr

Unser Café Kinderwagen ist ein offener, kostenloser Treff für alle Fragen rund um die ersten Lebensjahre, zum Stillen, zur Beikost oder zum alltäglichen Zusammenleben als Familie. Ein offener Austausch über Erfahrungen, Wünsche oder auch Probleme findet in gemütlicher Runde und bei Kaffee und Tee statt. Babys und Geschwisterkinder dürfen natürlich mitgebracht werden.

Die Treffen betreut eine AFS Stillberaterin i.A.

Richten Sie einfach die Kamera Ihres Smartphones auf diesen QR-Code. Er leitet Sie direkt zu den aktuellen Kursen zum Thema Familienstart.





## **FAMILIENLEBEN**

## Ihre Familie ist uns wichtig!

Mit Ihrem Kind oder alleine als Eltern – in diesem Bereich finden Sie viele Anregungen für das Leben als Familie.

Bitte beachten Sie, dass seit dem 01.03.2020 die **Masern-Impfpflicht** in den Kitas gilt. Diese gilt auch für Eltern-Kind-Gruppen, die in diesen Einrichtungen stattfinden.

Richten Sie einfach die Kamera Ihres Smartphones auf diesen QR-Code. Er leitet Sie direkt zu den aktuellen Kursen zum Thema Familienleben.





### Eltern-Kind-Gruppen

Musik für Kleinkinder ab 12 Monaten

Musikgarten in St. Markus

Zumbini

Mini-Gruppe ab ca. 1,5/2 Jahren

Griffbereit – zweisprachige Spielgruppe für Eltern und Kinder in verschiedenen Sprachen

DELFI® ab der

6. Lebenswoche



Papa und Kind

Musik für Babys ab dem 4. Monat mit einem Elternteil

Vielfältige Beratungsangebote für Eltern

Eltern-Treff: Austausch & Coaching

## FAMILIENLEBEN (1)



### Opstapje: Für Kinder im Alter von 6 Monaten bis 3 Jahre.

### **OPSTAPJE**

ist ein Programm von

Wöchentlich begleitet Sie eine Hausbesucherin mit einem tollen Spielangebot zuhause für 1 Stunde. Sie bringt Ihnen Spielzeug und Spielideen mit. Dabei tauscht sie sich mit Ihnen über die Entwicklung Ihres Kindes aus, hilft neue Spielideen zu entwickeln um zwischen Ihnen und Ihrem Kind eine gute Beziehung aufzubauen. Alle 2 Wochen findet ein Gruppentreffen statt, an dem alle Eltern und Kinder teil-

nehmen. Dort gibt es ein gemeinsames Frühstück, Spielangebote und kleine Ausflüge, sowie Zeit für Themen rund um die Erziehung.

Die Mitarbeiterinnen bei Opstapje sprechen neben Deutsch auch russisch, arabisch, albanisch oder serbisch.

Ansprechpartnerin ist Stefanie Hosak,

Tel.: 05341 – 836330, E-Mail: opstapje@efbsalzgitter.de



©Adobe Stock |akira\_photo

### ELTERN UND KINDER

### Elterntraining: zwei tolle Programme "Starke Eltern – Starke Kinder" und "Handwerkszeug für Eltern"



Für Eltern mit Kindern ab dem Kindergartenstart. Der Elternkurs zur Stärkung der Erziehungskompetenz mit acht Bausteinen:

- "Jetzt geht's los" Was Kinder für eine gesunde Entwicklung brauchen
- "Gut zu wissen" Alterstypische Entwicklung
- "Ich bin ganz Ohr"

   Aktives Zuhören & Klarheit schaffen

Richten Sie einfach die Kamera Ihres Smartphones auf diesen QR-Code. Er leitet Sie direkt zu den aktuellen Kursen zum Thema Familienleben.



- 4. "Wie sag ich's meinem Kinde?" Ich-Botschaften & Erziehungsfallen
- "Aus Erfahrung wird man klug" Erfahrungsspielräume & Konsequenzen
- "Mut statt Wut" Umgang mit einem starken Gefühl
- "Gemeinsam geht's besser" Miteinander Lösungen finden
- "Ich packe meinen Handwerkskoffer"
   Kinder ermutigen & stärken

Was wir im Kurs ausprobieren: Aktiv zuhören, Klartext reden, Rituale entdecken und entwickeln, Grenzen setzen und Folgen eintreten lassen, mit Wut umgehen, partnerschaftliches Verhandeln und kreativ auf Situationen eingehen.

Infos unter 05341 - 836330



HANDWERKSZEUG FÜR ELTERN





### Tolle Angebote mit Spaß-Garantie!

Viele kreative und sportliche Angebote zum Ausprobieren und Mitmachen für alle Kids ab 4 Jahren.

Richten Sie einfach die Kamera Ihres Smartphones auf diesen QR-Code. Er leitet Sie direkt zu den aktuellen Kursen zum Thema Kids.



Spiel und Spaß mit der Blockflöte für Anfänger und Fortgeschrittene

Bauchtanz für Mädchen im Alter ab 4 Jahren

### Nähkurs

Naturwissenschaftliche Experimente

Kindergeburtstag in der EFB



## PERSÖNLICHKEIT UND



## KOMPETENZ



### Zum Lernen ist es nie zu spät.

Den Alltag mit Freude und Kompetenz gestalten und damit die eigene Persönlichkeit stärken – unsere Kurse können einen gelingenden Teil dazu beitragen!

Richten Sie einfach die Kamera Ihres Smartphones auf diesen QR-Code. Er leitet Sie direkt zu den aktuellen Kursen zum Thema Kompetenz.



Englisch am Nachmittag -Fortgeschrittene II



Englisch für Fortgeschrittene I



Wir spielen Gitarre - Anfänger\*innen **S**EEB und Fortgeschrittene

Die richtigen Worte im richtigen

Moment 65FFR



Leicht von der Hand -Professionelle Putztipps



## KREATIV & PRAKTISCH





### Selbst genäht – nachhaltig und schick.

In diesem Bereich sind zur Zeit vor allem die Nähbegeisterten mit kreativen Ideen, die unter fachkundiger Anleitung und Betreuung neue Kleidungsstücke erstellen möchten, angesprochen. Dies soll aber nicht so bleiben, schauen Sie für aktuelle Angebote einfach auf unserer Internetseite nach!

Richten Sie einfach die Kamera Ihres Smartphones auf diesen QR-Code. Er leitet Sie direkt zu den aktuellen Kursen zum Thema Kreativität.



Kreatives Nähen für Anfänger	
& Fortgeschrittene	€ <sup>5</sup> EEB
Nähen am Vormittag	€ <sup>5</sup> EEB
Nähen Kurzworkshop	EEB
Nähen – Workshop am	
Samstag	<b>6</b> EEB





# GESUNDHEIT 📥

### Das tut Körper und Seele gut!

Sie möchten fit, aktiv und beweglich bleiben oder etwas für Ihrer innere Balance und Ruhe tun? Oder sich über Gesundheitsthemen informieren? Dann finden Sie sicher den passenden Kurs oder Vortrag bei uns!

Richten Sie einfach die Kamera Ihres Smartphones auf diesen QR-Code. Er leitet Sie direkt zu den aktuellen Kursen zum Thema Gesundheit.



Den Kurs Bierbrauen finden Sie im Bereich Kreative Küche:





### Vortrag:

Gesund älter werden



Vortrag:

Säure-Basen-Haushalt



Ätherische Öle



Gemeinsam fasten



Yoga (versch. Kurse)



Tai Chi & Qi Gong (versch. Kurse)

Tanz und Entspannung

Shirin Yoku - Waldbaden

Zumba Fitness®

Pound® Rockout Workout

Bauchtanz (versch. Kurse)

Haltung und Bewegung

Faszio® - Faszientraining

**Smovey** 

Selbsthilfe bei Schüchternheit

Bier brauen zu Hause

- natürlich!





# FORTBILDUNG 🖧

### Das tut Körper und Seele gut!

Hier finden Sie Fortbildungen im Bereich frühe Förderung, z.B. DELFI®-Leiterin, Tagesmütter/-väter, DUO Haushaltsassistenz und Alltagsbegleitung und anderes mehr.

Kitas und andere Einrichtungen können hier fündig werden, ebenso alle interessierten Einzelpersonen.

Richten Sie einfach die Kamera Ihres Smartphones auf diesen QR-Code. Er leitet Sie direkt zu den aktuellen Kursen zum Thema Fortbildung.





### **DUO Haushaltassistenz und**

### Alltagsbegleitung

Fachbereichstreffen

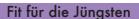
DELFI® & Eltern-Kind

Fachbereichstreffen Bewegung

und Entspannung

QHB Anschlussqualifizierung

für Kinder-Tagespflegepersonen



Qualifizierung zum/ zur DELFI®-Leiter\*in DELFI®
Denken Entwickeln
Lieben Fühlen Individuell

FFR

Fortbildung: Erste Hilfe am Kind

für Tagespflegepersonen

Fortbildung: Beobachtung in

Eltern-Kind-Gruppen

Fortbildung: Gruppen leiten

mit Gespür und Überblick (NEU)

### **ANMELDEBEDINGUNGEN**

### **Anmeldung**

Ihre Anmeldung ist ein rechtsverbindlicher Vertrag, der in schriftlicher Form (Anmeldekarte, E-Mail oder über unsere Internetseite) bei uns eingehen muss. Ihre Angaben werden bei uns elektronisch gespeichert und ausschließlich für eigene Zwecke verwendet. Mit der Anmeldung wird anerkannt, dass keine Ansprüche gegen den Veranstalter oder Trainer wegen Diebstählen, Schäden oder Verletzungen geltend gemacht werden, die bei der Teilnahme am Kurs entstehen könnten. Wir verschicken keine Anmeldebestätigung. Sie werden benachrichtigt, wenn der Kurs belegt ist, ausfällt oder sich Daten ändern.

#### Gebühren

Die Zahlung der Kursgebühren erfolgt durch Abbuchung. Das SEPA-Mandat gilt für alle weiteren Kurse, für die uns eine verbindliche Anmeldung vorliegt. Vortragsveranstaltungen (1 Abend) und offene Treffen können bar bezahlt werden. Evtl. anfallendes Materialgeld wird extra berechnet.

Wir weisen besonders darauf hin, dass ein Fernbleiben vom Kurs oder Nichterscheinen zu Beginn bzw. unregelmäßige Teilnahme oder vorzeitiges Ausscheiden keinen Einfluss auf die Zahlungsverpflichtung der gesamten Kursgebühr haben.

### Fälligkeit der Gebühr / Abbuchung

Die Kursgebühr ist zu Kursbeginn fällig und wird von uns per SEPA-Lastschriftmandat eingezogen. Bitte erteilen Sie uns dafür das notwendige Mandat.

### **Abmeldung**

Eine schriftliche Abmeldung kann bis zu 7 Tage vor Kursbeginn kostenfrei erfolgen. Danach berechnen wir die volle Kursgebühr, gegebenenfalls auch anfallende Materialkosten.

### Ermäßigung

Wenn Sie Leistungen vom Jobcenter beziehen oder Inhaber des Sozialpasses sind, kann Ihre Gebühr ermäßigt werden. Es sei denn, Sie bekommen diese von anderer Seite erstattet. Leistungen über "Bildung und Teilhabe" sind vorrangig in Anspruch zu nehmen.

Ab dem 2. Geschwisterkind pro Kurs werden nur 80% der Gebühr berechnet. Bei Eltern-Kind-Gruppen und DELFI® zahlen Sie für das Geschwisterkind 50% der Gebühr.

#### **Datenschutz**

Wir nehmen den Schutz Ihrer persönlichen Daten sehr ernst. Die gesetzlichen Bestimmungen sind für uns maßaebend.

Die komplette Datenschutzerklärung finden Sie in der Fußzeile unserer Internetseite. Sie können Sie in unserem Büro einsehen und gerne auch als Mail oder per Brief zugeschickt bekommen. Eine Kurzfassung finden Sie auf Seite 88 dieses Heftes.

#### **Hinweis:**

Die Teilnehmenden des vorhergehenden Kurses haben Vorrang. Als Neuanmeldung sind Sie auf der Warteliste und werden eingeladen, sobald Plätze frei sind.

### LEBEN MIT KINDERN

Die Familien-Bildungsstätten in Salzgitter hatten 2002 die Vision, eine salzgitterweite Lobby für Kinder und Eltern entstehen zu lassen. Deshalb wurde ein Bündnis "Leben mit Kindern" in Salzgitter ins Leben gerufen. Im Bündnis nahmen rund 20 Organisationen und Institutionen wie Kindertagesstät-

ten, Wohlfahrtverbände, Gewerkschaft und Industrie, soziale Organisationen, Parteien und kommunale Ämter die Arbeit auf. Sie alle führen ihre Kompetenz zusammen, um gemeinsam Maßnahmen zu entwickeln, die das Leben mit Kindern in Salzgitter erleichtern.





### **Impressum**

Herausgeber: Erarbeitet vom EFB-Team

V.i.S.d.P.: Daniel Ryll, Kattowitzer Str. 225, 38226 Salzgitter

Gestaltung: Leonarda text+ design Fotos: EFB | Pixabay | Adobe Stock

Auflage: 1.500 Exemplare

©EFB | 07.2021



# WIR SUCHEN VERSTÄRKUNG

### Sie vermissen ein Angebot bei uns? Vielleicht suchen wir genau SIE!

Sie üben ein interessantes Hobby aus? Sie sind sportlich aktiv (vielleicht schon als Übungsleiter)? Sie besitzen handwerkliches Geschick oder spielen ein Musikinstrument?

Wenn Sie Lust auf eine neue Herausforderung haben (mit und ohne pädagogische Kenntnisse) sich persönlich weiterentwickeln und kreativ miteinbringen möchten, dann sind Sie bei uns genau richtig!

Für den Ausbau unserer Angebote suchen wir Kursleiter\*Innen in den Bereichen Familienstart und -leben, Bewegung, Entspannung, Kreativität, Ernährung etc.

Falls wir Ihr Interesse geweckt haben freuen wir uns, wenn Sie auf uns zukommen und wir Sie vielleicht demnächst bei uns als neue(r) Kursleiter\*In begrüßen dürfen!

> Kattowitzer Str. 225, 38226 Salzgitter Telefon: 0 53 41 83 63-30 | Telefax: -33

Ev. Familien-Bildunasstätte E-Mail: efbsalzgitter@lk-bs.de | www.efbsalzgitter.de