

Eltern- und Familienbildung

Eltern - Kind - Gruppen

Diese Kurse wollen Eltern mit ihren Kindern (ab 3 Monaten) Anregungen und Hilfen geben, ihre Erziehungsverantwortung besser wahrnehmen zu können. Es geht darum, die eigenen Bedürfnisse sowie die Bedürfnisse und das Verhalten der Kinder bewusst wahrzunehmen und angemessen zu reagieren. Die Eltern sollen lernen, mit ihnen auf altersgemäße Weise zu spielen, zu basteln und Geschichten zu erzählen. Aktuelle Erziehungsfragen und Themen aus dem Alltag mit Kleinkindern sind Grundlage der Gespräche unter den Eltern. Die Kinder haben dabei die Möglichkeit, erste soziale Kontakte in einer Gruppe zu schließen. Ein Elternabend dient der Klärung der Bildungsziele und dem Erfahrungsaustausch.

18 Monate - 3 Jahre

Termin: Di. 10.01.12 / 8 x + 1 EA
Zeit: 10:15 - 11:45 Uhr
Ort: Pfarrzentrum
Leitung: Angelika Diekmann
Kursnr.: 614-352 (20,90 €)

19 UStd.

Termin: Di. 17.04.12 / 8 x + 1 EA
Zeit: 10:15 - 11:45 Uhr
Ort: Pfarrzentrum
Leitung: Angelika Diekmann
Kursnr.: 614-353 (20,90 €)

19 UStd.

ab 3 Monate

Termin: Mo. 09.01.12 / 8 x + 1 EA
Zeit: 10:00 - 11:30 Uhr
Ort: Pfarrzentrum
Leitung: Angelika Diekmann
Kursnr.: 614-350 (20,90 €)

19 UStd.

Termin: Mo. 16.04.12 / 8 x + 1 EA
Zeit: 10:00 - 11:30 Uhr
Ort: Pfarrzentrum
Leitung: Angelika Diekmann
Kursnr.: 614-351 (20,90 €)

19 UStd.

ab 9 Monate

Termin: Fr. 13.01.12 / 8 x + 1 EA
Zeit: 10:00 - 11:30 Uhr
Ort: Pfarrzentrum
Leitung: Angelika Diekmann
Kursnr.: 614-354 (20,90 €)

19 UStd.

Termin: Fr. 20.04.12 / 8 x + 1 EA
Zeit: 10:00 - 11:30 Uhr
Ort: Pfarrzentrum
Leitung: Angelika Diekmann
Kursnr.: 614-355 (20,90 €)

19 UStd.





Fitness und Bewegung

Schwimmkurs für Frauen

Termin: Mo. 16.01.12 / 10 x
Zeit: 14:30 - 16:00 Uhr
Ort: Schwimmhalle Osterwick
Leitung: Hedwig Eissing
Kursnr.: 633-350 (23,00 €)
20 UStd.

Termin: Mo. 26.03.12 / 10 x
Zeit: 14:30 - 16:00 Uhr
Ort: Schwimmhalle Osterwick
Leitung: Hedwig Eissing
Kursnr.: 633-351 (23,00 €)
20 UStd.

Termin: Mo. 18.06.12 / 10 x
Zeit: 14:30 - 16:00 Uhr
Ort: Schwimmhalle Osterwick
Leitung: Hedwig Eissing
Kursnr.: 633-352 (23,00 €)
20 UStd.

Spezial - Wirbelsäulengymnastik

- Zur Vorbeugung von Rückenleiden -
Der Kurs beinhaltet gezieltes Bauch- und Rücken-
muskeltraining mit zusätzlicher Dehnung der ver-
kürzten Sehnen und Bänder des gesamten Körpers.

Termin: Mi. 08.02.12 / 10 x
Zeit: 19:00 - 19:45 Uhr
Ort: Pfarrzentrum
Leitung: Ansgar Schneider
Kursnr.: 633-353 (30,00 €)
10 UStd.

Termin: Mi. 18.04.12 / 10 x
Zeit: 19:00 - 19:45 Uhr
Ort: Pfarrzentrum
Leitung: Ansgar Schneider
Kursnr.: 633-354 (30,00 €)
10 UStd.

Termin: Mi. 27.06.12 / 10 x
Zeit: 19:00 - 19:45 Uhr
Ort: Pfarrzentrum
Leitung: Ansgar Schneider
Kursnr.: 633-355 (30,00 €)
10 UStd.

Seniorengymnastik

Der Kurs beinhaltet leichte, gezielte Übungen u.a. auf
dem Stuhl, mit Bällen und Keulen zur körperlichen,
geistigen Gesunderhaltung und Verbesserung der
Beweglichkeit im Seniorenalter.

Termin: Mi. 04.01.12 / 10 x
Zeit: 16:00 - 16:45 Uhr
Ort: Pfarrzentrum
Leitung: Ansgar Schneider
Kursnr.: 633-356 (15,00 €)
10 UStd.

Termin: Mi. 14.03.12 / 10 x
Zeit: 16:00 - 16:45 Uhr
Ort: Pfarrzentrum
Leitung: Ansgar Schneider
Kursnr.: 633-357 (15,00 €)
10 UStd.

Termin: Mi. 23.05.12 / 10 x
Zeit: 16:00 - 16:45 Uhr
Ort: Pfarrzentrum
Leitung: Ansgar Schneider
Kursnr.: 633-358 (15,00 €)
10 UStd.

Ernährung

Kochkurs für Männer

Wieder einmal wird den Männern ein Kursus angeboten, die selbständig in der Küche und am Herd wirken möchten oder auch müssen.

Während des Kurses werden so viele Kenntnisse vermittelt, dass jeder nach vorgegebenen Rezepten ein komplettes Menü herstellen und anrichten kann.



Termin: Mo. 16.01.12 / 4 x
Zeit: 19:00 - 22:00 Uhr
Ort: Küche der offenen
Ganztagsschule Holtwick
Leitung: Hedwig Breuing
Kursnr.: 634-350 (16,00 €)

16 UStd.

Termin: Mo. 13.02.12 / 4 x
Zeit: 19:00 - 22:00 Uhr
Ort: Küche der offenen
Ganztagsschule Holtwick
Leitung: Hedwig Breuing
Kursnr.: 634-351 (16,00 €)

16 UStd.

Kultur

Indien

Vortrag

Reise von Pakistan bis Kerala

Termin: Do. 19.04.12 / 1 x
Zeit: 20:15 - 22:30 Uhr
Ort: Haus Eissing
Referent: Bernhard Hindahl
Kursnr.: 651-350

3 UStd.