



Katholische  
Erwachsenenbildung  
Bildungswerk Dammer Berge e.V.

---



# Programmheft

## 2025

*Herbst / Winter*

# BILDUNGSWERK DAMMER BERGE E.V.

## INHALT

Geschäftsbedingungen / Allgemeine Hinweise	2
Inhaltsübersicht der Veranstaltungen	6
Gesellschaft / Politik	8
Theologie / Erziehung / Psychologie	15
Eltern- und Familienbildung	17
Kindertagespflege	24
Klosterseminare	34
EDV / Foto	37
Kreatives Gestalten	41
Gesund und fit	43
Frauenkreise	51
Seniorenveranstaltungen	53
Veranstaltungen in Holdorf	55
Veranstaltungen in Steinfeld	57
Veranstaltungen in Neuenkirchen-Vörden	60

# Geschäftsbedingungen

1. **Anmeldungen** zu den Veranstaltungen sind ausschließlich bei der Geschäftsstelle vorzunehmen, sowohl schriftlich, telefonisch, per E-Mail, per Fax oder über das Anmeldeformular per Internet. Anmeldungen sind immer verbindlich. Mit der Anmeldung erkennen Sie die Geschäftsbedingungen an. Anmeldebestätigungen werden nicht verschickt. Sie werden lediglich benachrichtigt, wenn der Kurs ausfällt oder verschoben wird.
2. Die **Kursgebühr** wird am ersten Unterrichtstag fällig. Bei Wochenendkursen und Langzeitkursen ist die Kursgebühr spätestens vier Wochen vor Kursbeginn zu entrichten. Kosten für Lernmittel, Tests und Prüfungen können gesondert berechnet werden. Verpflegungskosten sind separat zu bezahlen.  
Die Kursteilnehmer werden gebeten, eine Einzugsermächtigung zum Einzug der Kursgebühren von einem Girokonto zu erteilen. Die Gebühren werden in der Regel innerhalb von 14 Tagen nach Kursbeginn abgebucht.
3. **Widerrufsbelehrung:** Eine **kostenlose Abmeldung** ist nur **bis drei Werktage vor Kursbeginn** schriftlich (Brief, Fax, Mail), telefonisch oder persönlich bei der Geschäftsstelle möglich. Bei **mehrtägigen Seminaren** gilt eine **vierwöchige Frist**. Die KursleiterInnen sind nicht berechtigt, Abmeldungen entgegenzunehmen. Unregelmäßige Teilnahme oder vorzeitiges Ausscheiden entbindet nicht von der Zahlung der vollen Kursgebühr. Vermeiden Sie Ärger: Das Fernbleiben vom Kurs gilt nicht als Abmeldung! Die Anmeldung zu dem Seminar kann der Teilnehmer innerhalb von 14 Tagen nach Erhalt dieser AGB ohne Angabe von Gründen in Textform (z. B. Brief, Fax, E-Mail) widerrufen. Zur Wahrung der Widerrufsfrist genügt die rechtzeitige Absendung des Widerrufs. Der Widerruf ist an das Bildungswerk Dammer Berge in Damme zu richten. Das Widerrufsrecht des Teilnehmers erlischt, wenn das Bildungswerk Dammer Berge mit der Durchführung des Seminars vor Ende der Widerrufsfrist begonnen hat. Der Teilnehmer gibt mit Teilnahme an dem Seminar seine ausdrückliche Zustimmung zum Erlöschen seines Widerrufsrechtes. Im Falle des wirksamen Widerrufs erstatten wir bereits an uns überwiesene Teilnahmegebühren auf Ihr Konto.
4. **Ausschluss aus besonderen Gründen**  
Das Bildungswerk Dammer Berge ist berechtigt, Teilnehmer in besonderen Fällen, z. B. bei Zahlungsverzug oder Störung der Veranstaltung und des Betriebsablaufs, von der weiteren Teilnahme auszuschließen. In diesen Fällen hat das Bildungswerk Dammer Berge einen Anspruch auf die Zahlung des vollen Teilnahmeentgeltes bzw. Abschnittsbetrages.
5. Das Bildungswerk Dammer Berge e. V. kann für Verluste oder Diebstahl sowie Unfälle keinerlei **Haftung** übernehmen.

## **Allgemeine Hinweise zur Arbeit des Bildungswerkes Dammer Berge e. V.**

1. Das Bildungswerk Dammer Berge e. V. ist Mitglied der Katholischen Erwachsenenbildung im Lande Niedersachsen e. V. Die Veranstaltungen und Kurse des Bildungswerkes Dammer Berge finden in pädagogischer Verantwortung der KEB statt.
2. Das Bildungswerk Dammer Berge e. V. ist als KEB-Außenstelle nach DIN EN ISO 9001 zertifiziert.
3. Das Bildungswerk Dammer Berge e. V. arbeitet mit den örtlichen Bildungswerken im Landkreis Vechta zusammen.
4. Die Gemeinnützigkeit nach dem Steuerrecht ist gegeben.
5. Die Veranstaltungen des Bildungswerkes Dammer Berge e. V. stehen jedermann offen.

Anmeldungen zu den Veranstaltungen, Fragen zum laufenden Programm oder Vorschläge und Anregungen für neue Bildungsveranstaltungen richten Sie bitte an die

### **Geschäftsstelle des Bildungswerkes Dammer Berge e. V. im Kloster Damme**

**Benediktstr. 19, 49401 Damme,  
Tel. 05491 90639-0, Fax 05491 90639-15  
E-Mail: [info@bw-dammer-berge.de](mailto:info@bw-dammer-berge.de)  
Internet: [www.bw-dammer-berge.de](http://www.bw-dammer-berge.de)**

#### **Geschäftszeiten:**

Montag bis Freitag	08:30 - 12:30 Uhr
Montag, Dienstag, Donnerstag	14:00 - 17:00 Uhr

#### **Bankverbindung:**

Landessparkasse zu Oldenburg in Damme  
IBAN: DE92 2805 0100 0071 4024 24

## In der Geschäftsstelle arbeiten:



Andrea Platen  
(Verwaltungsleitung)



Annette Kröger  
(Gesamtleitung / Vorstand  
Ludgerus-Werk e.V. Lohne)



Bettina Schlarman  
(Verwaltung)



Nina Hespos  
(Verwaltung)



Milka Budde  
(Abenddienst u. Verwaltung)

## Netzwerk Kindertagespflege im Südkreis Vechta



Claudia Schick  
(Koordinatorin der  
Kindertagespflege)



Stephanie Egert  
(Dipl. Pädagogin)



Andrea Platen  
(Dipl. Sozialpädagogin)

## **Der Vorstand des Bildungswerkes Dammer Berge e. V.**

### **Erster Vorsitzender:**

Andreas Koch, Damme

### **Zweiter Vorsitzender:**

Ansgar Brockmann, Bürgermeister Gemeinde Neuenkirchen-Vörden

### **Geschäftsführerin:**

Maike Hanusch, Rathaus Neuenkirchen-Vörden, Küsterstr. 4

### **Gesamtleitung / Vorstand Ludgerus-Werk e.V. Lohne**

Annette Kröger

### **Vertreter der kath. Kirchengemeinden:**

Pfarrer Bernd Strickmann, Pastor-Schlichting-Str. 4, 49439 Steinfeld

### **Vertreterin der evangelischen Kirchengemeinden:**

Pastor Tim Rathjen, Weizenkamp 18, 49401 Damme

### **Beisitzer:**

Dr. Wolfgang Krug, Bürgermeister Gemeinde Holdorf

Sebastian Gehrold, Bürgermeister Gemeinde Steinfeld

Mike Otte, Bürgermeister Stadt Damme

Jan Runge, Damme

Richard Schlarmann, Neuenkirchen-Vörden

## **Datenschutz**

Wir unterstehen dem kirchlichen Datenschutzgesetz (KDG), das sich eng an die EU-DSGVO anlehnt. Mit Ihrer Anmeldung für Kurse des Bildungswerkes Dammer Berge e. V. erheben wir personenbezogene Daten wie Name, Adresse, Email, Telefonnummer, Kontodaten. Diese verwenden wir nur im Rahmen der Kursverwaltung und für die Information über vergleichbare Kurse. Die Daten werden nicht an Dritte weitergegeben, außer in anonymisierter Form für statistische Zwecke oder im Fall einer gesetzlichen Überprüfung durch die Agentur für Erwachsenen- und Weiterbildung. Sie haben das Recht auf Auskunft über Ihre bei uns gespeicherten Daten und das Recht, diese löschen oder anonymisieren zu lassen, wenn sie nicht mehr benötigt werden. Ausführliche Informationen zum Datenschutz in unserer Einrichtung finden Sie in der Datenschutzerklärung auf der Internetseite [www.bw-dammer-berge.de](http://www.bw-dammer-berge.de)

## **Veranstaltungen 2. Halbjahr 2025**

### **Juli 2025**

15.07.2025 Tanzen hält jung Nr. 1018

### **August 2025**

09.08.2025 Beikost-Workshop Nr. 0210  
12.08.2025 Hatha Yoga Nr. 1003  
18.08.2025 Tanzen macht Spaß Nr. 1201  
18.08.2025 Hatha Yoga Nr. 1001  
19.08.2025 Hatha Yoga Nr. 1802  
19.08.2025 Hatha Yoga Nr. 1803  
19.08.2025 Stressfrei mit Kinesiologie: Entspannungsstrategien i. Alltag Nr. 1010  
20.08.2025 Kindertagespflege - Infoabn - ein Berufsfeld für mich? Nr. 0217  
20.08.2025 BellyBasics® Elternvorbereitungskurs Nr. 0205  
20.08.2025 Bewegung als Grundlage für erfolgreiches Lernen Nr. 1015  
20.08.2025 Spaß, Spiel und Gemeinschaft – Treffen für KTHP Nr. 0216  
21.08.2025 Hatha Yoga Nr. 1804  
21.08.2025 Hatha Yoga Nr. 1805  
21.08.2025 Mama-Club Nr. 0224  
22.08.2025 Hatha Yoga Nr. 1002  
22.08.2025 BabySteps® (Babys von 2-12 Monate) Nr. 0209  
23.08.2025 Geschwisterkurs Nr. 0212

### **September 2025**

04.09.2025 Hatha Yoga Nr. 1009  
06.09.2025 Workshop - Heil- und Wildpflanzen im Garten Nr. 1017  
09.09.2025 Erben und Vererben Nr. 0102  
10.09.2025 Präsenz in der Stille – Ankommen im eigenen Sein Nr. 1013  
10.09.2025 Smartphone Fotografie Nr. 0502  
11.09.2025 Qualifizierung in der Kindertagespflege Nr. 0218  
11.09.2025 Als Mama mehr Glücklichkeit u. Leichtigkeit i. Alltag finden Nr. 0215  
30.09.2025 Tanzen hält jung Nr. 1019

### **Oktober 2025**

01.10.2025 Hatha Yoga Nr. 1007  
01.10.2025 Hatha Yoga Nr. 1008  
01.10.2025 BellyBasics® Elternvorbereitungskurs Nr. 0206  
09.10.2025 Bewegung als Grundlage für erfolgreiches Lernen Nr. 1016  
11.10.2025 Beikost-Workshop Nr. 0211  
14.10.2025 Der Muskeltest: Wahrnehmen, Spüren, Verstehen Nr. 1011  
25.10.2025 Weihnachtliche Dekoration selbst gießen Nr. 0804  
25.10.2025 Weihnachtliche Dekoration selbst gießen Nr. 0805  
28.10.2025 Hatha Yoga Nr. 1005  
28.10.2025 Hatha Yoga Nr. 1006

## **November 2025**

03.11.2025	Testament zugunsten von beeinträchtigten Erben	Nr. 0103
06.11.2025	Fotobuch kreativ gestalten	Nr. 0504
07.11.2025	Tatschreiben am PC	Nr. 0501
08.11.2025	Zwergensprache - Mit Babys auf dem Weg zur Sprache	Nr. 0214
08.11.2025	Geschwisterkurs	Nr. 0213
11.11.2025	Präsenz in der Stille – Ankommen im eigenen Sein	Nr. 1014
14.11.2025	Mit Ruhe und Gelassenheit durch die Weihnachtszeit	Nr. 0307
19.11.2025	Fotografieren mit Spiegelreflex- / Systemkamera	Nr. 0503
23.11.2025	Ein Tag für mich	Nr. 0308
25.11.2025	Vorsorgevollmacht mit Patientenverfügung	Nr. 0104

## **Dezember 2025**

09.12.2025	Stärken Sie Ihre Konzentration: Kinesiologie im Alltag	Nr. 1012
------------	--	----------



© Photo: Myriams-Fotos on pixabay

## 0101 Prävention in Damme “VORBEUGUNG ist jedermanns Sache”

In Kooperation mit der Stadt Damme

Infos: Stadt Damme, Tel.: 054941 662-0

Gemeinsam **gegen** Sucht und Gewalt, Menschenfeindlichkeit, Jugendkriminalität und Aggressionen. Mit Zivilcourage **für** Kinder- und Jugendförderung, Stärkung der Persönlichkeit, Akzeptanz aller Mitbürger/innen und eine gesunde Stadt.

Nach dem Prinzip Sehen - Urteilen - Handeln entwickeln und realisieren die Bürger/innen des Präventionsrates mit seiner Koordinierungsgruppe und den einzelnen Arbeitsgruppen Handlungskonzepte und Projekte ihrer Themenbereiche. Der Präventionsrat hat zum Ziel und die Aufgabe das Sicherheitsbewusstsein, die Gesundheit und das Wohlbefinden der Bürger/innen zu stärken und das Image der Stadt zu verbessern.

In der **Koordinierungsgruppe** werden die Vorbeugungs- und Verhütungskonzepte der einzelnen Arbeitsgruppen und deren praktische Umsetzung in entsprechenden Projekten koordiniert.

Es gibt folgende Arbeitsgruppen:

- **Integration**
- **Jugend-Schule-Beruf**
- **Sucht und Gewalt**
- **Sicherheit und Ordnung**
- **Kinder und Familie**

In jeder Arbeitsgruppe sind neue Teilnehmer/innen zur **Mitarbeit herzlich eingeladen und willkommen.**

*Man sollte die Dinge nehmen,  
wie sie kommen.  
Aber man sollte auch dafür sorgen,  
dass die Dinge so kommen,  
wie man sie nehmen möchte.*

*Curt Goetz*

## A0102 Erben und Vererben

Leitung: Ulrich Kettler, Rechtsanwalt & Notar  
Beginn: Dienstag, 09.09.2025  
Zeit: Di., 19:00 - 21:15 Uhr  
Gebühr: 10,00 €  
Ort: Bildungswerk, Benediktstr. 19, Damme

Wer soll mein Erbe sein? Wer bekommt mein Haus, wer mein Geld, wer meinen Schmuck? Wer soll sich um die Grabpflege einmal kümmern? Oder soll ich schon jetzt etwas verschenken?

Oft gestellte Fragen, häufig verdrängt. Es ist keine Frage des Alters, die Erbschaft zu regeln. Auch junge Menschen oder Familien sorgen für den Fall vor, dass ihnen etwas zustößt. Für den Fall, dass Sie Ihre Erbfolge nicht durch ein Testament bestimmt haben, tritt die gesetzliche Erbfolge ein, die nicht ganz einfach ist und auch zu manchen Überraschungen führen kann.

In dieser Veranstaltung wird Ihnen das gesetzliche Erbrecht erläutert und ebenfalls näher gebracht, wie Sie Ihre Erbfolge durch ein Testament oder einen Erbvertrag auf Ihre Verhältnisse maßgeschneidert regeln können. Hierbei ist zu berücksichtigen, dass einige Personen Pflichtteilsrechte haben, wodurch Ihre Gestaltungsfreiheit eingeschränkt wird, was in dieser Veranstaltung ebenfalls erläutert wird.

Ebenfalls angesprochen wird die Situation, nachdem der Erbfall eingetreten ist. In dieser Situation müssen die nahen Angehörigen und Erben nämlich trotz aller Trauer in kürzester Zeit wichtige Entscheidungen treffen. So kommt es vor, dass mehrere Erben eine Erbengemeinschaft bilden. In anderen Fällen ist ein Erbschein erforderlich.

Diese Veranstaltung soll Ihnen das Erbrecht näherbringen und Ihnen erläutern, wie Sie Ihre Erbfolge selbst gestalten können.



©\_by\_Tingey\_Injury\_Law\_Firm\_Unsplash

## **A0103 Testamentsgestaltung zugunsten von beeinträchtigten Erben (Behinderten- und Bedürftigentestament)**

Leitung: Ulrich Kettler, Rechtsanwalt & Notar  
Beginn: Montag, 03.11.2025  
Zeit: Mo., 19:00 - 21:15 Uhr  
Gebühr: 10,00 €  
Ort: Bildungswerk, Benediktstr. 19, Damme

Eltern und Angehörige von Menschen mit Beeinträchtigungen/Behinderungen beschäftigen häufig die Fragen "Was passiert mit meinem Kind, wenn ich nicht mehr da bin? Kann ich ihm überhaupt etwas vererben? Fällt das geerbte Vermögen oder der Pflichtteil sofort an den Träger der Sozial- bzw. Eingliederungshilfe?"

In diesem Vortrag werden die Besonderheiten des sogenannten "Behinderten- und Bedürftigentestaments" erläutert. Hierbei handelt es sich um ein besonderes Testament, dessen Gestaltung durch höchst richterliche Rechtsprechung abgesichert ist. Durch ein "Behindertentestament" können Menschen mit Beeinträchtigungen/Behinderungen auch nach dem Ableben von Eltern oder anderer Personen über das Niveau der Sozialhilfe hinaus versorgt werden. Das Familienvermögen bleibt damit erhalten und fällt nicht an den Träger der Sozial- bzw. Eingliederungshilfe. Dies gilt auch dann, wenn größere Vermögen vererbt werden.

In diesem Vortrag werden die einzelnen erforderlichen Bestandteile eines "Behindertentestaments" erläutert. Auch werden Erbschafts- und Schenkungssteuerfreibeträge angesprochen. Wenn Eltern ein "Behindertentestament" errichten, ist es wichtig, dass sowohl für den Tod des ersten als auch für den Tod des zweiten Elternteils konkrete Regelungen zugunsten des behinderten Kindes getroffen werden, worauf im Vortrag eingegangen wird. Bei richtiger Gestaltung sorgt das "Behindertentestament" dafür, dass ein Erbe mit Behinderung durch das geerbte Vermögen über das Sozialhilfeniveau hinaus versorgt wird und damit ein zumindest finanziell besseres Leben führen kann, da ein Zugriff des staatlichen Leistungsträgers nicht möglich ist.

Auf all diese verschiedenen Aspekte geht der Vortrag ein und bietet auch die Möglichkeit, Fragen an den Dozenten zu stellen.

***Schade übrigens...***

***Wenn wir einen Kurs vor Beginn schon abgesagt haben,  
weil wir nicht wussten, dass Sie kommen...***

***Deshalb: Bitte melden Sie sich rechtzeitig an!***

## **A0104 Vorsorgevollmacht mit Patientenverfügung**

Leitung: Ulrich Kettler, Rechtsanwalt & Notar  
Beginn: Dienstag, 25.11.2025  
Zeit: Di., 19:00 - 21:15 Uhr  
Gebühr: 10,00 €  
Ort: Bildungswerk, Benediktstr. 19, Damme

Ein Verkehrsunfall oder eine schwere Krankheit – mit einem Mal ist man auf andere angewiesen. Es kann jeden von uns treffen. Den Alltag bewältigen, das ist nur die eine Seite. Die andere Seite ist: Wer trifft Entscheidungen für mich, wenn ich dazu selbst nicht mehr in der Lage bin? Wer regelt meine Bankangelegenheiten? Wer bestimmt, wie ich im Krankheitsfall behandelt werde? Wo werde ich leben, wenn ich in meiner eigenen Wohnung nicht mehr ausreichend versorgt werden kann?

Dies sind schwierige Fragen, mit denen Sie sich rechtzeitig befassen sollten. Sicher haben Sie schon einmal von einer Vorsorgevollmacht und auch einer Patientenverfügung gehört. Aber was steckt dahinter? Wenn Sie keine Vorsorge getroffen haben und aufgrund einer körperlichen oder geistigen Beeinträchtigung Ihre Angelegenheiten nicht mehr selbst regeln können, dann setzt das Betreuungsgericht als Unterabteilung des Amtsgerichts für Sie einen Betreuer ein. Selbst nächste Verwandte oder der Ehepartner haben nicht automatisch das Recht, stellvertretend für den anderen zu handeln und zu entscheiden. Die Person des Betreuers wird vom Gericht bestimmt. Vielen Menschen ist aber der Gedanke, dass ein Fremder ihre Angelegenheiten regeln könnte, unangenehm. Das Gesetz ermöglicht es Ihnen, eine Person Ihres Vertrauens durch eine Vorsorgevollmacht zu ermächtigen, für Sie zu handeln.

Mit einer Patientenverfügung, die auch gemeinsam mit einer Vorsorgevollmacht verfasst werden kann, legen Sie persönliche Handlungsanweisungen an Ärzte und Pflegepersonal fest, welche Behandlungen Sie wünschen bzw. nicht wünschen, wenn Sie Ihren Willen nicht mehr selbst äußern können.

Dieser Vortrag möchte Ihnen diese Begriffe "Vorsorgevollmacht und Patientenverfügung" inhaltlich näherbringen und geht auch auf den Aspekt ein, in welcher Form eine Vollmacht errichtet werden sollte. Reicht es aus, irgendeinen Vordruck zu unterzeichnen oder macht eine notariell beurkundete Vollmacht Sinn? Was ist eine Betreuungsverfügung und was darf ich vom Bevollmächtigten erwarten?

Auf all diese verschiedenen Aspekte geht der Vortrag ein und bietet auch die Möglichkeit, Fragen an den Dozenten zu stellen.

**Katholische Pfarrei St. Viktor**

Pfarrbüro  
Kirchplatz 15, 49401 Damme  
Tel.: 05491 9089-00  
Fax: 05491 9089-049  
pfarrbuero@st-viktor-damme.de

**Öffnungszeiten:**

Montags: 09:00 - 12:00 Uhr  
Dienstags: 14:00 - 17:00 Uhr  
Mittwochs: 09:00 - 12:00 Uhr  
Donnerstags: 10:00 - 12:00 Uhr  
und 14:00 - 16:00 Uhr

**Pfarrer Heiner Zumdohme**

Kirchplatz 15, 49401 Damme  
Tel.: 05491 90890-21  
h.zumdohme@st-viktor-damme.de

**Pfarrer Albert Lütkebohmert**

Meisenweg 11, 49434 Neuenkirchen  
Tel.: 05493 5491890  
a.luetkebohmert@st-viktor-damme.de

**Pater Rijo John Muttathil**

Kirchplatz 19, 49401 Damme  
Tel.: 05491 90890-32  
r.john@st-viktor-damme.de

**Pfarrer Thorsten Weßling**

Seelsorger Fachklinik St. Marienstift  
Dammer Str. 4a, 49434 Neuenkirchen  
Tel. 05493 502-200  
Wessling-t@bistum-muenster.de

**Diakon Karl-F. Behl**

Strietweg 4, 49434 Neuenkirchen  
Tel.: 05493 1757  
kfbeh1@gmail.com

**Mary Drezewski**

Pastoralreferentin  
Kirchplatz 18, 49401 Damme  
Tel.: 05491 9089-062  
m.drezewski@st-viktor-damme.de

**Florian Rolfes**

Pastoralreferent  
Kirchplatz 18, 49401 Damme  
Tel.: 05491 9089-062  
f.rolfes@st-viktor-damme.de

**Josef Peters**

Pastoralreferent, Seelsorger im  
Krankenhaus St. Elisabeth  
Tel.: 05491 60379  
j.peters@krankenhaus-damme.de

**Björn Thedering**

Pastoralreferent, Seelsorger in der  
Jugendklinik Clemens-August  
Wahlde 11, 49431 Neuenkirchen  
Tel. 05493 504-171  
Bjoern.thedering@bmo-vechta.de

**Pia Pauli**

Pastorale Mitarbeiterin  
Kirchplatz 15, 49401 Damme  
Tel.: 05491 9089-031  
m.Timmermann@st-viktor-damme.de



**Zum guten Hirten**  
Evangelische Kirche Damme  
Schützenstraße 4  
49401 Damme

**Pastor Tim Rathjen**  
Weizenkamp 18  
49401 Damme  
Tel. 05491 9056490  
Mail: [timrathjen@gmx.de](mailto:timrathjen@gmx.de)

Pfarrbüro:  
Frau **Anke Manthey**,  
Frau **Petra Reinhold**  
Tel.: 05491 2111 Fax: 05491 2399  
Mail: [kirchenbuero.damme@kirche-oldenburg.de](mailto:kirchenbuero.damme@kirche-oldenburg.de)

dienstags 09.00 – 11.30 Uhr  
donnerstags 14.00 – 18.30 Uhr



**Katholische  
Erwachsenenbildung  
Bildungswerk Dammer Berge e.V.**

**.... FÜR JEDEN ETWAS!**



St.  
Johannes  
Baptist

**KATHOLISCHE KIRCHE  
IN  
STEINFELD – HOLDORF – MÜHLEN – HANDORF-LANGENBERG**

**ZENTRALES PFARRBÜRO STEINFELD**

Pastor Schlichting Straße 4  
49439 Steinfeld  
Telefon: 05492 92685-0  
Fax: 05492 02685-25  
E-Mail: [pfarramt@st-johannes-baptist.de](mailto:pfarramt@st-johannes-baptist.de)  
Homepage: [www.st-johannes-baptist.de](http://www.st-johannes-baptist.de)

**Öffnungszeiten:**

Mo: 8.30 - 12.30 Uhr und 15 - 17 Uhr  
Di: 11 - 12.30 Uhr  
Mi - Fr: 8.30 - 12.30 Uhr

**PFARRBÜRO HOLDORF**

Ostring 28  
Telefon: 05494 225

**Öffnungszeiten:**

Dienstag: 15 - 17 Uhr  
Mittwoch und Freitag: 8.30 - 12.30 Uhr

**PFARRBÜRO MÜHLEN**

Poststraße 13  
Tel: 05492 3747

**Öffnungszeiten:**

Dienstag: 8.30 - 10.30 Uhr

**PFARRBÜRO HANDORF-LANGENBERG**

Steinfelder Damm 8  
Tel: 05494 520

**Öffnungszeiten:**

Mittwoch: 10 - 12 Uhr

**Wir freuen uns auf Sie!**

# THEOLOGIE ERZIEHUNG PSYCHOLOGIE

## **0201 Gruppenabend für ehrenamtliche Mitarbeiter des Hospizverein Damme e. V.**

Leitung: Heide Lange und Elisabeth Bornhorst, Koordinatorinnen des Hospizvereins  
Beginn: Montag, 20.01.2025  
Zeit: Mo. 19:00 – 20:30 Uhr  
Ort: Hospizverein Damme e. V., Gartenstr. 4

Seit 1998 gibt es in Damme eine lebendige und engagierte Hospizgruppe, die sich an jedem 3. Montag im Monat trifft. Wenn Sie Interesse haben, die Arbeit, Ziele und Grundgedanken der Hospizarbeit kennen zu lernen, sind Sie herzlich eingeladen sich bei den Koordinatorinnen zu informieren. Themen und Termine weiterer Veranstaltungen werden über das Bildungswerk und die Presse bekannt gegeben.

## **In Zusammenarbeit mit der Ev.-luth. Kirchengemeine Damme**

## **0202 Bibel - Gesprächskreis**

Leitung: Ella Kirchner, Tel.: 05491 5166  
Beginn: freitags, Termine nach Absprache  
Zeit: Fr. 15:00 – 16:30 Uhr  
Ort: Gemeindehaus, Schützenstr. 4, Damme

## **0203 Lesegruppe**

Leitung: Tim Rathjen, Tel.: 05491 9056490  
Beginn: Termine und Thema auf Anfrage  
Ort: Gemeindehaus, Schützenstr. 4, Damme

# ELTERN- UND FAMILIENBILDUNG

Im Rahmen von Erwachsenenbildung hat die Eltern- und Familienbildung und die Qualifizierung haupt- und ehrenamtlicher Mitarbeiter/innen in der frühkindlichen Bildung eine zunehmende Bedeutung. Das uns dies ein besonderes Anliegen ist, wird in dem erweiterten Angebot dieses Fachbereichs deutlich.

## „Mit Kindern leben lernen“ In Eltern-Kind-Gruppen gemeinsam wachsen

Wo werden wir heute noch auf das Leben mit Kindern vorbereitet? Die Fähigkeit, Kinder zu erziehen, wird oft als selbstverständlich vorausgesetzt. Dabei gibt es kaum eine schwierigere und verantwortungsvollere Aufgabe. Eltern-Kind-Gruppen stärken die Eltern in dieser Aufgabe.

Sie bieten Vätern und Müttern mit kleinen Kindern von Anfang an Beratung, Unterstützung und Austausch sowohl in problematischen Situationen als auch bei ganz alltäglichen Erziehungsfragen. In der Begegnung in Eltern-Kind-Gruppen erhalten Eltern vielfältige Anregungen für die Bewältigung des Alltags und Hilfen für die Gestaltung des eigenen Familienlebens.

- Junge Familien finden Halt und Unterstützung in der Gemeinschaft.
- Die erzieherische Kompetenz der Eltern wird gestärkt.
- Kinder machen ihre ersten Erfahrungen in Gruppen.
- Eltern und Kinder knüpfen Kontakte zu anderen Eltern und Kindern.

Interessierte Eltern, die eine Eltern-Kind-Gruppe gründen oder einer Gruppe beitreten möchten, können sich an uns wenden.

Leiter/innen von bereits bestehenden Gruppen bieten wir Unterstützung und Begleitung in ihrer Arbeit. Sprechen Sie uns an!



**0204 Die Krabbelmäuse**  
**Gemeinsame Lernschritte für Kinder von 0-3 Jahren,**  
**mit ihren Eltern, Großeltern, Tagespflegepersonen**

Leitung: Karoline Düsing, Tel.: 0176 42724987  
Zeit: dienstags, 09:30 - 11:00 Uhr  
Ort: ev. Gemeindehaus, Schützenstraße, Damme

Miteinander singen, basteln, spielen und viel Zeit zum Austausch

**BellyBasics® Elternvorbereitungskurs**  
(ab der 12 Schwangerschaftswoche)

Leitung: Julia Bornhorst, Referentin für BabySteps®  
Zeit: Mi., 18:45 – 20:00 Uhr  
Gebühr: 99,00 € inkl. einer Begleitperson  
Ort: Bildungswerk, Benediktstr. 19, Damme

**A0207**

Beginn: Mittwoch, 20.08.2025 6 mal

**A0208**

Beginn: Mittwoch, 01.10.2025 6 mal

BellyBasics® ist eine wunderbare Ergänzung zu eurem Geburtsvorbereitungskurs. Ihr erhaltet viele weitere Informationen für die Schwangerschaft, eine selbstbestimmte Geburt, ein entspanntes Wochenbett und die Babyzeit.

In den 6 Kursstunden mit jeweils 75 Minuten erhaltet ihr Informationen zu folgenden Themen und könnt euch mit anderen Gleichgesinnten austauschen.

**Schwangerschaft & Geburt:**

- Das Tragetuch in der Schwangerschaft als Erleichterung im Alltag
- positive Einstimmung auf die Geburt durch Affirmationen
- Erstausrüstung und Kliniktasche - was brauche ich wirklich?
- Kriterien bei der Wahl des Geburtsortes
- selbstbestimmte Geburt, was ist das eigentlich?
- Sinn oder Unsinn von Geburtsplänen
- aktive Unterstützung des Partners bei der Geburt, u.a. mit Hilfe von Rebozo-Techniken
- Unterhaltsame und verständliche Erklärungen rund um die Schwangerschaft und Geburt

### **Wochenbett & Babyzeit:**

- wie gestalte ich mir ein entspanntes Wochenbett?
- wie kommunizieren Babys und was will mein Baby mir sagen?
- Milch – Stillen oder Fläschchen?
- Kinderwagen und Babytrage. Was passt zu mir und was gibt es zu beachten?
- die sichere Schlafumgebung zur SIDS-Prävention und warum der Babyschlaf so herausfordernd sein kann.
- Wie halte ich ein Baby, wie nehme ich es auf und wie lege ich es ab, um es gleichzeitig in seiner Bewegungsentwicklung zu unterstützen?
- Säuglingspflege – welche Kleidung und Kosmetikartikel braucht mein Baby und wie gestalte ich die tägliche Körperpflege?

Der Kurs ist bindungs- und bedürfnisorientiert. Egal, ob ihr mit eurem Partner, eurer Partnerin oder alleine kommt, ob ihr eine Hausgeburt oder einen Kaiserschnitt plant, ob ihr stillen oder das Fläschchen geben möchtet – ihr seid herzlich willkommen!

Der BellyBasics® Kurs kann ab der 12. Schwangerschaftswoche besucht werden. Ihr könnt alleine oder zu zweit – mit dem anderen Elternteil oder eurer Geburtsbegleitung – teilnehmen.

Am dritten Termin gerne mit einer Begleitperson zur Einübung der Rebozo-Techniken.



©\_by\_Tim Bish auf Unsplash

## **BabySteps® (Babys von 2-12 Monate)**

Leitung: Julia Bornhorst, Referentin für BabySteps®  
Ort: Bildungswerk, Benediktstr. 19, Damme

BabySteps® ist ein bindungs- und bedürfnisorientierter Babykurs mit themenbasierten Stunden für Eltern mit ihren Babys im ersten Lebensjahr.

Neben Spielanregungen, Sing- und Schoßspielen, Elementen der Babymassage sowie Handling-Tipps steht der Austausch über alle wichtigen Themen im 1. Lebensjahr der Babys im Mittelpunkt: - Eltern-Kind-Bindung - Babyschlaf - Stillen/Fläschchen - Beikost - Tragen von Babys - Kommunikation

Die Schwerpunkte sind:

Babys verstehen - Bindung stärken - Soziale Kontakte knüpfen - Frühe Babykontakte - Spiel- und Sinnesanregungen

Der BabySteps®-Kurs kann das gesamte erste Lebensjahr durchgehend besucht werden. Aus organisatorischen Gründen sind die Kurse immer in mehrwöchigen Blöcken buchbar. Ein Ausstieg ist zum Ende eines Kursblocks möglich.

**Hinweis:** bei der Anmeldung Vornamen und Geburtsdatum des Kindes angeben!

### **A0209 Folgekurs – ausgebucht**

Beginn: Donnerstag, 21.08.2025 8 mal  
Zeit: Do., 09:00 - 10:00 Uhr

### **A0210 Folgekurs – ausgebucht**

Beginn: Donnerstag, 21.08.2025 8 mal  
Zeit: Do., 10:15 - 11:15 Uhr

### **A0211 Neuer Kurs**

Beginn: Freitag, 22.08.2025 7 mal  
Zeit: Fr., 09:00 - 10:00 Uhr  
Gebühr: 87,00 €

## **BabySteps® - Kurse**

**Es starten regelmäßig weitere Kurse.**

**Die Beginndaten können in der Geschäftsstelle erfragt oder auf der Homepage ([www.bw-dammer-berge.de](http://www.bw-dammer-berge.de)) eingesehen werden.**

**Per E-Mail ([info@bw-dammer-berge.de](mailto:info@bw-dammer-berge.de)) können Sie sich bereits jetzt für zukünftige Kurse vormerken lassen.**

## **Beikost-Workshop - Entspannt und mit Spaß die Beikostzeit erleben**

Leitung: Nadja Lindemann, BFB bindungsorientierte Familienbegleiterin ©  
Gebühr: 12,00 €  
Ort: Bildungswerk, Benediktstr. 19, Damme

Der Beikoststart ist eine spannende Zeit für die Familie. Ab wann kann man beginnen? Brei oder Fingerfood? Welche Lebensmittel sind erlaubt?

Es entstehen viele Fragen und man hört viele unterschiedliche Meinungen. In meinem Beikost-Workshop nehme ich Euch die Unsicherheiten und erkläre Euch, welchen Mythos Ihr getrost ignorieren könnt. Ihr könnt danach entspannt und mit viel Freude dem Beikoststart entgegensehen.

Folgende Themen werden u.a. besprochen:

- Beikoststart
- Sicherheitsregeln
- Brei, "Baby-led Weaning", Beikost nach Bedarf
- (un-) geeignete Lebensmittel
- respektvolle Beikostgabe

Das Baby darf mitgebracht werden.

Infos zur Dozentin unter <https://www.familienbegleitung-nadja-lindemann.de>

### **A0212**

Beginn: Samstag, 09.08.2025  
Zeit: Sa., 09:00 - 11:15 Uhr

### **A0213**

Beginn: Samstag, 11.10.2025  
Zeit: Sa., 09:00 - 11:15 Uhr

## Geschwisterkurs

Leitung: Nadja Lindemann, BFB bindungsorientierte Familienbegleiterin ©  
Gebühr: 15,00 € zzgl. 2,- Euro Materialkosten  
Ort: Bildungswerk, Benediktstr. 19, Damme

Bitte geben Sie bei der Anmeldung den Namen und das Alter des Kindes an. Ihr Kind sollte 3 Jahre alt sein. Nach Rücksprache mit uns ist die Teilnahme mit einem jüngeren Kind ggf. möglich.

Die Geburt eines weiteren Babys verändert das Gefüge innerhalb der Familie. An diesem Nachmittag können die Schwangere und das werdende Geschwisterkind sich auf das neue Baby vorbereiten.

Neben der Gestaltung eines Namensschildes können die Kinder ein Bild malen und einen Snack einnehmen.

Dann wird über das Baby in Mamas Bauch und die bevorstehenden Veränderungen gesprochen. Wie kann das große Kind der Mama helfen? Wie sieht der Alltag mit einem Baby aus? Auf diese und weitere Fragen gehen wir in dem Kurs ein.

Es wird für das Baby gebastelt, der Bauch bemalt und mit einer Puppe, die die Kinder selbst mitbringen, geübt (wickeln, baden etc.)

Nach erfolgreicher Teilnahme wird ein Geschwisterdiplom verliehen.

Bitte ältere Kleidung (wegen Bemalen des Bauches) anziehen und eine Puppe mitbringen.

### A0214

Beginn: Samstag, 23.08.2025  
Zeit: Sa., 09:30 - 11:00 Uhr

### A0215

Beginn: Samstag, 08.11.2025  
Zeit: Sa., 09:30 - 11:00 Uhr



© Foto: Jelleke Vanooteghem auf Unsplash

## **A0216 Zwergensprache - Mit Babys auf dem Weg zur Sprache**

Leitung: Britta Schraad, Parens-Referentin  
Beginn: Samstag, 08.11.2025  
Zeit: Sa., 09:30 - 12:30 Uhr  
Gebühr: 30,00 €  
Ort: Bürgerhaus Holdorf, Osterort 4

Die ersten Babyzeichen und leichten Gebärden ermöglichen Kindern und ihren Eltern, bereits früh aktiv in den Dialog zu kommen. So können sie die Verständigung erleichtern und positive gemeinsame Erlebnisse schaffen.

Dieser Workshop vermittelt Ihnen eine Einführung in die Babyzeichensprache und eignet sich für Eltern, Großeltern, Tagesmütter / -väter und BetreuerInnen, die ihre Babys besser verstehen und einen frühen Austausch auf Augenhöhe unterstützen möchten.

## **A0217 Wie du als Mama mehr Glückliches und Leichtigkeit im Alltag findest Wege raus aus dem ständigen Funktionieren, innerem Druck und Selbstzweifeln, hin zu Gelassenheit, Glückliches und Positivität als Frau & Mama**

Leitung: Anna-Lena Burbrink, Zert. Systemische Coachin, Mindset Training für Mamas  
Beginn: Donnerstag, 11.09.2025  
Zeit: Do., 19:00 - 21:15 Uhr  
Gebühr: 17,50 €  
Ort: Bildungswerk, Benediktstr. 19, Damme

Hello liebe Mama,  
inmitten des oft hektischen und anspruchsvollen Alltags, den das Mama-Sein mit sich bringt, ist es leicht, sich selbst zu vergessen. Viele von uns kennen das Gefühl, ständig funktionieren zu müssen und hohen Ansprüchen gerecht zu werden. Doch es gibt Wege, diesen Kreislauf zu durchbrechen und ein Leben voller Leichtigkeit, Positivität und Glückliches zu führen.

In diesem Workshop werden wir genau diese Wege gemeinsam erkunden. Du wirst die Bausteine kennenlernen, um aus Perfektionismus auszubrechen, inneren Druck loszulassen und Vertrauen in Dich selbst und Dein Leben zu gewinnen. Unsere Reise basiert auf wissenschaftlichen Erkenntnissen unter anderem aus der Positiven Psychologie, die zeigt, wie Du durch eine positive Grundhaltung Dein Wohlbefinden nachhaltig verbessern kannst.

Dieser Workshop ist Dein erster Schritt zu einem neuen Lebensgefühl. Lass uns gemeinsam aus dem reinen Funktionieren ausrechnen und das Leben in vollen Zügen genießen. Du hast die Kraft, Veränderungen zu bewirken und ich freue mich darauf, Dich dabei zu unterstützen.

## 0224Z Mama-Club

Leitung: Erika Raifschneider, Erzieherin  
Beginn: Donnerstag, 21.08.2025 5 mal  
Zeit: Do., 15:00 - 17:15 Uhr  
Gebühr: kostenlos  
Ort: Bildungswerk, Benediktstr. 19, Damme

Der Mama-Club versteht sich als Treffpunkt für Mütter, werdende Mütter sowie Mütter mit Babys, Kleinkindern oder Kugelbauch.

iel des Kurses ist es, einen Raum zu schaffen, in dem sich Frauen gesehen, verstanden und unterstützt fühlen können. Hier haben die Teilnehmerinnen die Möglichkeit, sich auszutauschen, Fragen zu stellen, Sorgen zu teilen und gemeinsam Freude zu erleben – ganz ohne Druck und mit viel Verständnis.

Der Mama-Club trifft sich einmal im Monat, jeweils donnerstags zur Monatsmitte von 15:00 bis 17:00 Uhr im Bildungswerk Dammer Berge.

Bei gutem Wetter kann das Treffen spontan nach draußen verlegt werden. Die Teilnahme ist offen für alle Mütter und werdende Mütter, eine Anmeldung ist nicht erforderlich, eine kurze Rückmeldung vorab ist jedoch willkommen, um die Planung zu erleichtern.

Der Kurs bietet eine wertvolle Gelegenheit zum Innehalten, Mitfühlen und Netzwerken in einer unterstützenden Gemeinschaft. Der Austausch erfolgt über Instagram (@mamaclubdamme), wo aktuelle Informationen und Änderungen kommuniziert werden. Der Mama-Club möchte ein Ort sein, an dem Mütter sich gegenseitig stärken und gemeinsam durch die Herausforderungen des Alltags gehen können.



## Kindertagespflege im Südkreis Vechta

- **Qualifizierungskurse für Kindertagespflegepersonen**
- **Fortbildung und Austausch**
- **Vermittlung geeigneter Kindertagespflegepersonen**
- **Beratung der Kindertagespflegeverhältnisse**



Unter dem Dach des Bildungswerkes Dammer Berge e. V. organisiert das „Netzwerk Kindertagespflege im Südkreis Vechta“ seit dem 01.09.2006 die

## Betreuung von Kindern in Kindertagespflege

im Auftrag und in enger Zusammenarbeit mit den Familienbüros der beteiligten Kommunen nach den Vorgaben des SGBVIII (Kinder- und Jugendhilfe).

Eltern aus Damme, Holdorf, Neuenkirchen-Vörden und Steinfeld, die ihr Kind in Kindertagespflege betreuen lassen möchten und Personen, die als Kindertagespflegepersonen tätig sind, erhalten hier Beratung und Unterstützung. Ebenso wird die passgenaue Vermittlung qualifizierter Kindertagespflegepersonen, die alle eine Kindertagespflegeerlaubnis des Jugendamtes haben, über das Netzwerk organisiert. Die entsprechenden Qualifizierungskurse für Kindertagespflegepersonen, Fort- und Weiterbildungen und Möglichkeiten zum regelmäßigen Austausch zu praxisrelevanten Fragen werden ebenfalls angeboten.

Eltern die eine Betreuung suchen und mögliche Kindertagespflegepersonen aus der Stadt Damme und den Gemeinden Holdorf, Steinfeld und Neuenkirchen-Vörden wenden sich in allen Fragen der Kindertagespflege an:

## Netzwerk Kindertagespflege

**Benediktstr. 19, 49401 Damme, Tel. 05491 90639-0**

### Sprechzeiten der Kindertagespflege:

**Montag bis Freitag: 09:00 - 12:00 Uhr**

**Montag, Dienstag, Donnerstag: 14:00 - 16:00 Uhr**

**Beratungsgespräche nach Vereinbarung**

## **A0218 Kindertagespflege - ein Berufsfeld für mich?** **Info-Veranstaltung zur Qualifizierung in der Kindertagespflege**

Leitung: Fachberaterinnen der Kindertagespflege  
Beginn: Mittwoch, 20.08.2025  
Zeit: Mi., 18:30 - 20:45 Uhr  
Gebühr: kostenlos für alle Interessierten  
Ort: Bildungswerk, Benediktstr. 19, Damme

Die Kindertagespflege ist ein wichtiger Bestandteil der Betreuungslandschaft für Kinder von 0 bis einschließlich 13 Jahren. Die Stärken der Kindertagespflege liegen in der familiennahen und flexiblen Betreuung insbesondere von Kindern unter 3 Jahren. Diese Veranstaltung für angehende Kindertagespflegepersonen bietet die Gelegenheit, sich über ein sehr vielfältiges und verantwortungsvolles Aufgabenfeld zu informieren.

Der 160 Unterrichtsstunden umfassende Kurs "Qualifizierung in der Kindertagespflege" wird inhaltlich vorgestellt. Dieser entspricht den gesetzlichen Anforderungen und der Satzung des Landkreises Vechta und ist Voraussetzung für die Erteilung der Kindertagespflegeerlaubnis durch das Jugendamt. Inhaltlich orientiert sich der Kurs an dem bundesweit anerkannten DJI-Curriculum "Qualifizierung in der Kindertagespflege" und der Qualifizierungs- und Prüfungsordnung des "Bundesverbandes für Kindertagespflege e.V.".

*Das Bildungswerk Dammer Berge ist vom*  
**Bundesverband für Kindertagespflege e. V.**



*als Maßnahmeträger für die Ausrichtung der Qualifizierungskurse nach der Qualifizierungs- und Prüfungsordnung des Bundesverbandes anerkannt. Nach erfolgreichem Kurs erhalten die Kindertagespflegepersonen ein Zertifikat.*

## A0219 Qualifizierung in der Kindertagespflege

Leitung: Fachberaterinnen der Kindertagespflege

Beginn: Donnerstag, 11.09.2025, 160 UStd.

Zeit: Di., Do., 08:30 - 11:00 Uhr, ein Samstag im Monat, 09:00 - 14:00 Uhr

Ort: Bildungswerk, Benediktstr. 19, Damme

Kleine Kinder zu betreuen, sie in ihrer Entwicklung zu unterstützen und zu fördern, kann eine sehr schöne und erfüllende Aufgabe sein. Kindertagespflegepersonen sind wichtige Bezugspersonen für Kinder. Sie übernehmen eine große Verantwortung und begleiten die Kinder in einer sensiblen Phase ihres Lebens. Es handelt sich oft um kleine Kinder von Eltern, die berufstätig, in Ausbildung oder auf Arbeitsuche sind.

Die Kinder werden in geschwisterähnlichen Kleingruppen betreut und ihrem individuellen Rhythmus folgend gefördert. Die Kindertagespflege ist eine anspruchsvolle Tätigkeit mit einem gesetzlichen Auftrag, der die Erziehung, Bildung und Betreuung des Kindes umfasst und die soziale, emotionale, körperliche und geistige Entwicklung der zu betreuenden Kinder einbezieht.

Der 160 Unterrichtsstunden umfassende Qualifizierungskurs für Kindertagespflegepersonen und Kinderfrauen entspricht den gesetzlichen Anforderungen und den Richtlinien des Landkreises Vechta und ist Voraussetzung für die Erteilung der Kindertagespflegeerlaubnis durch das Jugendamt.

Inhaltlich orientiert sich der Kurs an dem bundesweit anerkannten DJI-Curriculum "Qualifizierung in der Kindertagespflege" und der Qualifizierungs- und Prüfungsordnung des "Bundesverbandes für Kindertagespflege e.V." Die TeilnehmerInnen erhalten nach erfolgreichem Abschluss ein bundesweit anerkanntes Kurszertifikat.

Für TeilnehmerInnen aus den Kommunen Damme, Holdorf, Steinfeld und Neuenkirchen-Vörden ist der Kurs kostenfrei. Weitere Infos erhalten Sie in der Geschäftsstelle.



©Photo by Ben Wicks on Unsplash

## Fortbildungen für Kindertagespflegepersonen

Seit dem 01.08.2017 sind alle Kindertagespflegepersonen im Landkreis Vechta verpflichtet, sich mindestens 24 Unterrichtsstunden im Jahr fortzubilden.

**Achtung:** Wir weisen nochmals auf eine frühzeitige Abmeldung (min. 3 Werktage vor Kursbeginn) hin, um die Chance zu haben, den Platz anderweitig zu vergeben um eine Planungssicherheit für Teilnehmende und Dozenten zu gewährleisten. Bei verspäteten Absagen (ohne AU) und Nichterscheinen erheben wir eine **Verwaltungsgebühr von 10,-€.**

Abmeldungen sind telefonisch, per Mail oder persönlich in der Geschäftsstelle möglich. Die KursleiterInnen sind nicht berechtigt, Abmeldungen entgegenzunehmen.

Bei kostenpflichtigen Fortbildungen wird die Kursgebühr zusätzlich berechnet.

### Anmeldung:

**per Telefon (05491 906390)  
ab Dienstag, 12.08.2025, 14:00 Uhr und an den  
folgenden Tagen zu den bekannten KTP-Sprechzeiten**

## A0220-01 Workshop "Beobachten und Dokumentieren in der Kindertagespflege"

Leitung: Mandy Koplín, KTPP und Erzieherin  
Beginn: Mittwoch, 24.09.2025  
Zeit: Mi., 18:30 - 20:45 Uhr  
Wichtig: nur für KTPP aus dem Südkreis  
Ort: Bildungswerk, Benediktstr. 19, Damme

"Jedes Kind lernt in seinem eigenen Tempo." Diese Aussage kennt jede Kindertagespflegeperson, aber was heißt das eigentlich? Wie stellen wir fest, ob die Entwicklung "normal" verläuft? Wie können wir die Kinder unterstützen oder uns auf bevorstehende Elterngespräche vorbereiten?

In der Kindertagespflege gehören Beobachtung und Dokumentation zu den unverzichtbaren Aufgaben einer Kindertagespflegeperson. Sie dienen als Grundlage unserer pädagogischen Arbeit. Zudem sorgen wir damit für Transparenz und mehr Professionalität.

In unserem Workshop gehen wir auf bereits in der Kindertagespflege vorhandene Beobachtungsmethoden ein, lernen andere kennen und erarbeiten, wie eine praktikable Dokumentation gestaltet werden kann. Es werden praktische Tipps ausgetauscht, die auch für die Elternarbeit wichtig sein können. (Modul 9, 16)

**Mitzubringen:** Instrumente (Materialien), die zurzeit für die Beobachtungs- und Dokumentationsarbeit genutzt werden

## **A0220-02 Portfolio für "Faule"**

Leitung: Anna Schütz, Kindertagespflegeperson  
Beginn: Mittwoch, 29.10.2025  
Zeit: Mi., 19:00 - 21:15 Uhr  
Wichtig: nur für KTPP aus dem Südkreis  
Ort: Bildungswerk, Benediktstr. 19, Damme

Portfolioarbeit ist eine Wertschätzung des Kindes und seiner individuellen Persönlichkeit. Sie macht seine Entwicklung nachvollziehbar und transparent – für das Kind selbst, für die Eltern und die Kindertagespflegeperson.

Doch Portfolioarbeit kann manchmal eine Herausforderung sein. Zu wenig Zeit, zu wenig Ideen oder ähnliche Hindernisse, die uns davon abhalten, ein Portfolio zu gestalten. Ich möchte euch zeigen, wie man mit einfachen Schritten und wenig Materialien großartige Ergebnisse erzielt und schöne Erinnerungen für die Tageskinder festhält. (Modul ,9, 12, 16)

**Mitzubringen:** einige Fotos der Tageskinder, eigene Schere und Klebestift

## **A0220-03 Wie aus Dokumentationen Elterngespräche werden**

Leitung: Mandy Koplin, KTPP und Erzieherin  
Beginn: Mittwoch, 12.11.2025  
Zeit: Mi., 18:30 - 20:45 Uhr  
Wichtig: nur für KTPP aus dem Südkreis  
Ort: Bildungswerk, Benediktstr. 19, Damme

In dieser Fortbildung thematisieren wir, wie Beobachtungen und Dokumentationen genutzt werden können, um wertvolle Gespräche mit Eltern zu führen. Wir zeigen, wie durch gezielte Dokumentationen wichtige Erkenntnisse über die Entwicklung und das Verhalten der Kinder gewonnen werden und diese Informationen in verständliche und konstruktive Elterngespräche umzuwandeln.

Der Fokus liegt auf praktischen Methoden, um Beobachtungen professionell zu dokumentieren und daraus Gesprächsanlässe zu entwickeln. Sie erfahren, wie Sie eine vertrauensvolle Gesprächsatmosphäre schaffen, um gemeinsam mit den Eltern die Entwicklung des Kindes zu reflektieren, zu fördern und Lernprozesse zu erkennen.

Ziel ist es, die eigenen Kompetenzen im Umgang mit Beobachtungen und Dokumentationen zu stärken und Sie darin zu unterstützen, Elterngespräche als wertvolle Partnerschaft für das Wohl des Kindes zu gestalten. (Modul 4, 9, 16)

**Mitzubringen:** 2-3 Dokumentationen eines Kindes (ohne Namen)

## **A0220-04 Fachtag Kindertagespflege beim Landkreis Vechta Heute wieder nur gespielt und dabei viel gelernt**

Leitung: Thomas Rupf, Dipl. Pädagoge, BV Päd. e.V. (Berufsverband der Erziehungswissenschaftlerinnen und Erziehungswissenschaftler)  
Beginn: Samstag, 22.11.2025  
Zeit: Sa., 09:30 - 13:00 Uhr  
Wichtig: alle KTPP im Südkreis  
Ort: Kreishaus Vechta, Ravensberger Str. 20, Vechta

Kinder lieben Spielen, Eltern wünschen sich eine Förderung ihres Kindes.

Was zunächst als Gegensatz erscheint, ist in Wirklichkeit ein Traumpaar - Spielen ist die Grundlage einer gesunden Persönlichkeitsentwicklung und aller Bildungsprozesse. Aus diesem Grund gehört das Spielen der Kinder zu den UN-Kinderrechten. Ziel dieser Veranstaltung ist es, allen Teilnehmer\*innen aufzuzeigen, wie eng die Verbindung zwischen Spielen und Lernen ist und wie positiv sich dieser Sachverhalt auf die kognitiven und motorischen Fähigkeiten auswirken kann. Leseschwäche, Rechenstörungen, Artikulation und Hören werden durch das Spielen positiv beeinflusst. (Modul 9, 12)

## **A0220-05 Weihnachtspost – kreativ sein und Freude teilen**

Leitung: Fachberaterinnen der Kindertagespflege  
Beginn: Donnerstag, 04.12.2025  
Zeit: Do., 19:00 - 21:15 Uhr  
Wichtig: alle KTPP im Südkreis  
Ort: Bildungswerk, Benediktstr. 19, Damme

Gemeinsam möchten wir schöne Karten gestalten und liebevoll beschriften. Diese Karten möchten wir anschließend an Senioren übergeben, um ihnen eine Freude zu bereiten.

Der Abend bietet die wunderbare Gelegenheit, sich kreativ zu betätigen, Gemeinschaft zu erleben und anderen Menschen eine kleine Aufmerksamkeit zukommen zu lassen. Ob mit bunten Farben, persönlichen Worten oder kleinen Gedichten – jede Karte wird zu einem kleinen Schatz, der Wärme und Verbundenheit vermittelt. Gemeinsam schaffen wir schöne Erinnerungen und zeigen den Senioren, dass jemand an sie denkt. (Modul 8)

**Mitzubringen:** Schere, Kleber, Bastelmaterialien

## **A0221 Fortbildungstreffen für KТПP aus Damme, Neuenkirchen-Vörden, Holdorf und Steinfeld**

Leitung: Fachberaterinnen der Kindertagespflege  
Beginn: Dienstag, 07.10.2025  
Zeit: Di., 19:00 - 21:15 Uhr  
Wichtig: alle KТПP im Südkreis  
Ort: Rathaus Damme, Mühlenstraße 18, Damme

In regelmäßigen Intervallen finden an verschiedenen Standorten im Südkreis Vechta Vernetzungstreffen statt. Das "Fortbildungstreffen" wird in diesem Halbjahr erstmalig für alle Kindertagespflegepersonen aus Damme, Neuenkirchen-Vörden, Steinfeld und Holdorf gemeinsam in einer Kommune stattfinden.

Kindertagespflegepersonen nutzen das Treffen zum gegenseitigen Austausch, kollektionalen Kennenlernen oder um Neuerungen und Informationen zur Kindertagespflege zu erhalten.

Außerdem erhalten Sie die Gelegenheit, sich mit Mitarbeiter\*innen der Familienbüros auszutauschen. (Modul 3, 5)



©\_by\_RosZie\_on pixabay

## **A0222 Kollegiale Beratung: "Guter Rat muss nicht teuer sein..." NUR für Kindertagespflegepersonen im Südkreis Vechta**

Leitung: Claudia Schick, Erzieherin, Fachberaterin Kindertagespflege  
Termine: Mo., 25.08.2025; Mo., 27.10.2025; Mo. 01.12.2025  
Zeit: Mo., 18:00 - 20:15 Uhr  
Wichtig: nur für KТПP aus dem Südkreis  
Ort: Bildungswerk, Benediktstr. 19, Damme

Diese Fortbildung findet in einer festen Gruppe statt und wird als Qualitätsmerkmal in der Kindertagespflege zunehmend interessanter. Die Methode des gegenseitigen BERATens eignet sich sowohl für die Unterstützung der pädagogischen Arbeit als auch zur Ergänzung im Hinblick auf den Umgang mit problematischen Situationen oder Schwierigkeiten mit den anvertrauten Kindern.

Kindertagespflegepersonen sind in ihrem täglichen Geschäft auf sich allein gestellt. In der "Kollegialen Beratung" wird die Möglichkeit angeboten, sich mit Kolleginnen und Kollegen auszutauschen, sich zu unterstützen und zu ermutigen. Die bereits erlernten Grundlagen und pädagogischen Inhalte der Qualifizierung sollen Anwendung finden und umgesetzt werden.

Die Termine finden in einer festen Gruppe statt. Die Teilnahme an der Kollegialen Beratung wird als Fortbildung anerkannt. (Modul nach Themenschwerpunkt)

## **A0223 Fortbildungstreffen Großtagespflege**

Leitung: Fachberaterinnen der Kindertagespflege  
Termin: Datum, Uhrzeit und Ort wird durch die zuständige  
Fachberatung bekanntgegeben

In der Großtagespflege als besonderer Form der Kindertagespflege ergeben sich immer wieder auch besondere Fragestellungen. Ein regelmäßiger Austausch und die Reflexion der täglichen Arbeit unterstützt die professionelle Arbeit in den einzelnen Großtagespflegestellen.

Das Miteinander und voneinander lernen soll im Vordergrund der halbjährlichen Treffen stehen! Gegenseitige Besuche in den Großtagespflegestellen geben Einblicke in die Arbeit und fördern den fachlichen Austausch. Darüber hinaus, werden die unterschiedlichen Konzeptionen vorgestellt. (Modul 3, 8)



©Photo by Baby-Lama.de on pixabay

## **Aufbauqualifizierung Kindertagespflege**

Die Qualität von Bildung und Erziehung in der Kindertagespflege hängt neben dem Engagement von der Professionalität und damit auch von der Qualifizierung der hier tätigen Personen ab.

Diese auf der 160-stündigen Grundqualifizierung aufbauende Weiterqualifizierung möchte fachliche Impulse für die qualitative Entwicklung der Kindertagespflege bieten. In 400 Stunden, aufgeteilt in 16 Module, bekommen Kindertagespflegepersonen die Chance, ihre Handlungskompetenzen zu erweitern.

Die Aufbauqualifizierung ist ein Angebot für alle Kindertagespflegepersonen im Landkreis Vechta, die in den letzten Jahren die Grundqualifizierung absolviert haben. Das Bildungswerk Dammer Berge kooperiert für dieses Angebot mit dem Ludgerus-Werk Lohne und der KVHS Vechta.

**Achtung:** Wir weisen nochmals auf eine frühzeitige Abmeldung (min. 3 Werktage vor Kursbeginn) hin, um die Chance zu haben, den Platz anderweitig zu vergeben um eine Planungssicherheit für Teilnehmende und Dozenten zu gewährleisten. Bei verspäteten Absagen (ohne AU) und Nichterscheinen erheben wir eine

**Verwaltungsgebühr von 10,-€.**

Abmeldungen sind telefonisch, per Mail oder persönlich in der Geschäftsstelle möglich. Die KursleiterInnen sind nicht berechtigt, Abmeldungen entgegenzunehmen.

Bei kostenpflichtigen Fortbildungen wird die Kursgebühr zusätzlich berechnet.

***Telefonische (05491 906390-0) Kursanmeldungen im***

***Anmeldezeitraum vom 16. bis 20.06.2025 ab 9:00 Uhr***

## **A0224-01 Mit anderen Augen sehen - Neue Perspektiven auf herausfordernde Situationen im pädagogischen Alltag**

Leitung: Helena Ansmann, Heilerziehungspflegerin, Heilpädagogin, Fachkraft für frühkindliche Sprachbildung

Beginn: Samstag, 23.08.2025

Zeit: Sa., 09:00 - 12:00 Uhr

Ort: Bildungswerk, Benediktstr. 19, Damme

Herausfordernde Situationen gehören zum Berufsalltag in der Kindertagespflege – doch wie wir ihnen begegnen, macht den Unterschied. In dieser Fortbildung laden wir dich ein, den Blick zu verändern: Raus aus der Negativspirale, hin zu einer Haltung der Akzeptanz und Selbstwirksamkeit.

Wir richten unseren Fokus darauf, was wir beeinflussen können – und was wir lernen dürfen, anzunehmen. Gemeinsam erkunden wir, wie innere Haltungen unsere Wahrnehmung und unseren Umgang mit Stresssituationen prägen. Dabei spielen die Unterscheidung zwischen persönlichen und beruflichen Reaktionen sowie der Blick auf unsere eigene Rolle eine zentrale Rolle.

Ein weiterer Schwerpunkt liegt auf dem Thema Selbstfürsorge: Wo finde ich Kraft im Alltag? Welche Ressourcen stehen mir zur Verfügung? Wie kann ich mich selbst regulieren und stabilisieren – auch in schwierigen Momenten?

Die Fortbildung bietet Raum für Reflexion, Austausch und neue Impulse für einen gelasseneren, professionellen Umgang mit Herausforderungen. (Modul 3)

## **A0224-02 Mehr als nur Vorlesen - Dialogische Bilderbuchbetrachtung in der Kindertagespflege**

Leitung: Helena Ansmann, Heilerziehungspflegerin, Heilpädagogin, Fachkraft für frühkindliche Sprachbildung  
Beginn: Donnerstag, 18.09.2025  
Zeit: Do., 18:00 - 20:15 Uhr  
Ort: Bildungswerk, Benediktstr. 19, Damme

Bilderbücher sind wahre Schätze im pädagogischen Alltag – sie eröffnen Welten, wecken Gefühle und laden zum gemeinsamen Entdecken ein.

In dieser praxisnahen Fortbildung schauen wir gemeinsam auf die dialogische Bilderbuchbetrachtung: Ein Ansatz, der Kinder zum Mitdenken, Mitreden und Mitgestalten anregt. Es geht nicht nur ums Vorlesen – sondern um ein gemeinsames Erleben.

Freu dich auf einen Abend mit viel Praxisnähe, Sprachanlässe, Austausch und kreativen Ideen für deinen Betreuungsalltag! (Modul 13)

**Mitzubringen:** 1–2 deiner liebsten Bilderbücher – so schaffen wir einen persönlichen Zugang und Raum für Austausch.

## **A0224-03 KI in der Kindertagespflege?! Praktisch, alltagstauglich, rechtssicher**

Leitung: Benjamin Möbus, Wissenschaftlicher Mitarbeiter und Lehrkoordinator im Fach Erziehungswissenschaften (Universität Vechta)  
Beginn: Donnerstag, 13.11.2025  
Zeit: Do., 19:00 - 21:15 Uhr  
Ort: Bildungswerk, Benediktstr. 19, Damme

In unserem Crashkurs tauchen wir in die faszinierende Welt der Künstlichen Intelligenz (KI) ein. Sie werden nicht nur erfahren, wie Sprachmodelle wie ChatGPT funktionieren, sondern vor allem praktische Anwendungsbeispiele im Kontext der Kindertagespflege kennenlernen.

Der Workshop konzentriert sich dabei vor allem darauf, mit Ihnen gemeinsam Praxisbeispiele zu entwickeln und konkret auszuprobieren, die Ihren privaten und beruflichen Alltag erleichtern und effizienter gestalten können. (Modul 5)

Vorkenntnisse im Umgang mit KI werden nicht benötigt.

**Mitzubringen:** ein mobiles Endgerät (Laptop, Tablet oder Mobiltelefon)

## **A0224-04 Begleitende Lerngruppe Aufbauqualifizierung (Südkreis, Dinklage)**

Leitung: Stephanie Egert, Dipl. Pädagogin, Fachberaterin Kindertagespflege  
Beginn: Di., 26.08.2025, Di., 30.09.2025; Di., 25.11.2025  
Zeit: Di., 19:00 - 21:15 Uhr  
Ort: Bildungswerk, Benediktstr. 19, Damme

# KLOSTERSEMINARE

## WOCHENENDKURSE / MEHRTÄGIGE SEMINARE

### Hinweise:

Für unsere Klosterseminare können Sie wieder im gleichen Gebäude, im Hotel Kloster Damme (Tel. 05491 9776030, [www.hotel-damme.de](http://www.hotel-damme.de)) übernachten.

**Wir bitten Sie, Ihre Übernachtungen direkt beim Hotel zu buchen.**

Für unsere Kurse sind dort Zimmer reserviert, bitte erwähnen Sie dies bei Ihrer Kontaktaufnahme. Die Kosten für die Übernachtung und Verpflegung ist ebenfalls direkt beim Hotel zu begleichen.

**Einzig die jeweiligen Kursgebühren sind an das Bildungswerk zu entrichten.**

Wir freuen uns auf Ihre Anmeldung.

### **0307 Mit Ruhe und Gelassenheit durch die Weihnachtszeit Wochenendseminar**

Leitung: Tina Boll, Trainerin u. Coach für Stressbewältigung & Achtsamkeit

Beginn: Freitag, 14.11.2025, 17:00 Uhr

Ende: Sonntag, 16.11.2025, 14:00 Uhr

Gebühr: 230,00 € **zzgl.** 83,50,- € Verpflegung ODER

**zzgl.** ab 231,50 € p. Pers. im EZ

inkl. Verpflegung im Hotel Kloster Damme

Ort: Bildungswerk, Benediktstr. 19, Damme



Laut Studien sind die Weihnachtstage und der Jahreswechsel für viele Menschen die stressigste Zeit des Jahres. Für Sie auch? Dann möchte ich Sie einladen in diesem Advent es ruhiger angehen zu lassen. Lernen Sie den Weg der Achtsamkeit kennen und stimmen Sie sich mit kleinen Meditationen, Übungen und Reflexionen auf diese ganz besondere Zeit ein.

Für alle, die den Jahresausklang für eine bewusste Ausrichtung auf mehr Stille und Müßiggang richten wollen.

## 0308 Ein Tag für mich – Ein Wert-, statt Werktag

Leitung: Otto Pötter, Verhaltenstherapeut,  
Psychologischer Lebensberater  
Termin: Sonntag, 23.11.2025, 09:30 - 17:30 Uhr  
Gebühr: 60,00 € Verpflegung ist mitzubringen  
Ort: Bildungswerk, Benediktstr. 19, Damme



Sich auch mal einen Werttag zu gönnen, statt sich nur in Werktagen zu verbrauchen, belebt das Selbstwertgefühl. Wer innehält, um das Innere zu halten, fördert einen achtsame(re)n Umgang mit sich selbst. Das stimuliert nicht nur das Wohlbefinden, es fördert auch unbewusste Lösungen.

Worauf dabei so zu achten ist, das wird an diesem außergewöhnlichen Werttag vermittelt: Sinnvoller leben, um nicht durchs Leben zu rutschen – Sich vom Leben befragen lassen – Entschieden denken, statt abzulenken – Ein starkes Wofür überwindet jedes Warum – Den Megabedürfnissen nach Güte und Gelassenheit mehr Beachtung schenken.

Herr Pötter ist Buchautor und ein bundesweit tätiger Dozent für logotherapeutische (sinnzentrierte) Persönlichkeitsentwicklung ([www.otto-poetter.de](http://www.otto-poetter.de)).

**Mitzubringen:** Schreibzeug und warme Socken für die meditative Ruhe ("Die Seele baumeln lassen").

Für Merkblätter sind noch 5,00 € an den Referenten zu entrichten.



©Photo by Bettina Schlarman



## Beratung und Förderung für Berufsrückkehrerinnen und Beschäftigte mit Familienaufgaben

### Was kann gefördert werden?

Förderfähig sind berufliche Qualifizierungen, die Ihre Chancen am Arbeitsmarkt verbessern. Der Antrag auf Förderung einer Fortbildung muss **vor Beginn der Maßnahme** bei der Koordinierungsstelle Frauen und Wirtschaft im Oldenburger Münsterland gestellt werden. Der Eigenanteil an den Fortbildungskosten beträgt mindestens 50%. Eine zuschussberechtigte Person kann maximal 400 € pro Jahr geltend machen. Bewilligte Anträge werden nach Vorlage der bezahlten Rechnung und der Teilnahmebescheinigung (Kopien) ausgezahlt.

### Zuschussberechtigte Personen

Für die Förderung einer beruflichen Qualifizierung können Frauen und Männer in Elternzeit, Berufsrückkehrerinnen und Frauen mit geringfügigem Einkommen einen Antrag bei der Koordinierungsstelle Frauen und Wirtschaft stellen. Dieses Angebot richtet sich ebenfalls an zuschussberechtigte Personen ohne Leistungsbezug nach SGB II und SGB III im Oldenburger Münsterland. Auf dieses Angebot besteht kein Rechtsanspruch.

### Antragstellung und Information:

Anette Schlarmann, Tel: 04441 898-2622

Nadine Bornemann, Tel: 04471 15-305

**Sprechzeiten:** Montag bis Freitag von 08:30 – 12:30 Uhr

### Beratung

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

### Kontakt:

In **Cloppenburg**, Bahnhofstr.14: **Renate Hitz**, Tel: 04471/ 15-383

In **Vechta**, Ravensberger Str. 20: **Nancy Menke**, Tel: 04441 898-2621



EUROPÄISCHE UNION  
Europäischer Sozialfonds



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

## **A0501 Tastschreiben am PC für Schüler/innen ab der 6. Klasse**

Leitung: Annelore Arnold

Termine: Freitag, 07.11.2025, Samstag, 08.11.2025  
Freitag, 14.11.2025, Samstag, 15.11.2025

Zeiten: freitags, 16:00 - 18:15 Uhr,  
samstags, 10:00 - 12:15 Uhr

Gebühr: 54,00 €

Ort: Bildungswerk, Benediktstr. 19, Damme

Um den Computer schnell bedienen zu können, ist das Tastschreiben unverzichtbar. Am Computer kann man das Zehnfingersystem gut und gründlich lernen. Das Tastenfeld an der Tastatur des PCs wird dabei systematisch erarbeitet.

**Voraussetzungen:** Keine



©Photo: SatyaPrem on pixabay

# Digitale Fotopraxis

## **A0502 Smartphone Fotografie** **Cooler Bilder mit dem Handy machen**

Leitung: Gundolf Renze, Marketing, Webdesign & Fotografie  
Termine: Mittwoch, 10.09.2025, 18:30 - 21:00 Uhr  
Freitag, 12.09.2025, 14:30 – 17:45 Uhr  
Gebühr: 56,00 €  
Ort: Bildungswerk, Benediktstr. 19, Damme

Fotografieren mit dem Handy ist so viel mehr als nur hinhalten, draufdrücken und fertig! Vergessen Sie ab sofort die nichtssagende "Bilderflut", denn in Ihrem Smartphone steckt eine Kamera / App, die nur darauf wartet, zielgerichtet eingesetzt zu werden für Porträts, Makros, Fotos mit Tiefe oder Panoramaaufnahmen. Mit dem Fotowissen aus diesem Kurs und das Knowhow für "bewusstes Sehen", optimale Motivansprache und Bildgestaltung können Sie Ihren Urlaub, Familie oder Berufliches in gelungenen Bildern festhalten!

**Am 1. Abend** (Mi. 10.09.2025) setzen wir uns mit der Fototechnik in Smartphones (Kamera-App und diverse Modi), den fotografischen Grundlagen und der Bildgestaltung auseinander.

**Am 2. Tag** (Fr. 12.09.2025) geht's in kleiner Gruppe auf Fototour. In unserem "Einsteiger" Smartphone-Fotokurs lernen Sie typische Anfängerfehler zu vermeiden. Gemeinsam und unter Anleitung setzen wir unterschiedlichste Motive und fotografische Herausforderungen um. Dazu gehört: Lichtverhältnisse und Stimmungen optimal nutzen, Schärfe richtig setzen, Belichtung und Farbgestaltung anpassen. Tipps für hilfreiches Zubehör runden den praxisnahen Kurs ab.

**Mitzubringen:** Smartphone (egal, ob iPhone, Samsung, Xiaomi oder Google etc.) mit vollem Akku und Speicherplatz für Fotos.

### **Schade übrigens...**

**Wenn wir einen Kurs vor Beginn schon abgesagt haben,  
weil wir nicht wussten, dass Sie kommen!  
Deshalb: Bitte melden Sie sich rechtzeitig an!**

## **A0503 Fotografieren mit Spiegelreflex- / Systemkamera Anfänger Fotokurs - Fototour durch das Bexaddetal**

Leitung: Gundolf Renze, Marketing, Webdesign & Fotografie

Termine: Mittwoch, 19.11.2025, 18:30 - 21:00 Uhr

Samstag, 22.11.2025, 10:30 - 14:30 Uhr

Gebühr: 68,00 €

Ort: Bildungswerk, Benediktstr. 19, Damme

Sind Sie mit Ihren Fotos oft unzufrieden? Möchten Sie sich vom "Automatik-Modus" Ihrer Kamera lösen, fühlen sich aber überfordert mit der Fülle an Drehrädern und Einstellknöpfen? Das "Foto-Einmaleins" von Blende, Verschlusszeit und ISO würden Sie gerne beherrschen? Dann ist dieser Fotokurs genau richtig für Sie!

**Am 1. Abend (Mi. 19.11.2025)** setzen wir uns mit den fotografischen Grundlagen und der Bildgestaltung auseinander.

**Am 2. Tag (Sa. 22.11.2025)** geht's in kleiner Gruppe auf Fototour durch den Wald und das Bexaddetal! Wir setzen gemeinsam - unter Anleitung - unterschiedlichste Motive und fotografische Herausforderungen um: Portraits ansprechend gestalten, schnelle Bewegungen erfassen, mit Schärfe und Hintergrundunschärfe spielen. Dabei verlassen wir den "Automatik-Modus" und nutzen gezielt den kreativen Spielraum der Kamera.

Tipps und Anregungen für Kameraauf, Objektivauswahl und Zubehör runden den praxisnahen Kurs ab.

Diese Veranstaltung ist für Einsteiger ohne Vorkenntnisse bzw. "digitale Neueinsteiger" - mit jeder Bridge-, System- oder Spiegelreflexkamera - geeignet!

### **Mitzubringen:**

Kamera mit vollem Akku und leerer Speicherkarte, ggfs. auch vorhandenes Zubehör.



© Foto: Gundolf Renze



© Foto: Gundolf Renze

## A0504 Fotobuch kreativ gestalten

Leitung: Gundolf Renze, Marketing, Webdesign & Fotografie  
Beginn: Donnerstag, 06.11.2025 2 mal  
Zeit: Do., 18:30 - 21:00 Uhr  
Gebühr: 51,00 €  
Ort: Bildungswerk, Benediktstr. 19, Damme

Ob als persönliche Erinnerung an den Urlaub oder als Geschenk – Fotobücher werden immer beliebter.

Mit Hilfe der kostenlosen Software von CEWE lernen Sie alle Arbeitsschritte von der optimalen Bereitstellung Ihres Bilderordners über die Gestaltung bis zur Bestellung des Fotobuches kennen.

Ihnen stehen eine Fülle an kreativen Gestaltungsmöglichkeiten zur Verfügung: Stile, Seitenlayouts, Hintergründe, Cliparts, Masken etc.

Fotos - wie auch eigene Texte - können dank verschiedener Tools und Effekte professionell bearbeitet werden.

Nebenbei erhalten Sie viele Inspirationen und wichtige Infos zu Produktauswahl, Einbänden, Papiersorten, Dekorationen etc. Übungsdateien (Beispielfotos) werden im Kurs gestellt.

Stand heute enthält der Kurs einen Gutschein von CEWE für ein Fotoprodukt im Wert von 15,00 Euro!

**Voraussetzungen:** Sicheres Arbeiten unter Windows oder macOS an Ihrem Gerät.

### **ACHTUNG**

**Dafür müssen Sie vor Kursbeginn selbst sorgen:**

**Mitzubringen:** Ein Laptop (mit Ladekabel und separater Maus) und funktionsfähig installierter Software: CEWE Fotowelt (mind. Version 8.0.)!

Die Fotobuch Software können Sie zuvor kostenlos von der Seite:  
<https://www.cewe.de/bestellsoftware.html> downloaden und auf Ihrem Gerät installieren!

Eine Installation ist aus zeitlichen Gründen im Kurs leider nicht möglich!

# Kreatives Gestalten

## 0801 Literaturkreis

Leitung: Gisela Mustermann-Fiedler, Erwachsenenbildnerin  
Termine: noch nicht bekannt  
Ort: Bildungswerk, Benediktstr. 19, Damme

Der Literaturkreis richtet sich an Personen, die gerne lesen und das Gelesene in Gesprächen über Eindrücke, Gedanken, Fragen und Hintergründe vertiefen möchten. In gemütlicher Atmosphäre teilen wir Buchinhalte mit eigenen Perspektiven. Wir lesen Romane, Kurzgeschichten und Biografien.



© Foto: Dariusz Sankowski auf Pixabay

## In Zusammenarbeit mit der Ev.-luth. Kirchengemeine Damme

## 0802 Posaunenchor

Leitung: Heiko Wichmann, Tel.: 04477 9296872  
Beginn: montags (wöchentlich)  
Zeit: Mo. 19:30 – 21:00 Uhr  
Ort: Gemeindehaus, Schützenstr. 4, Damme

## 0803 Kirchenchor

Leitung: Tatjana Gorst, Tel.: 05491 994955  
Beginn: dienstags (wöchentlich)  
Ort: Gemeindehaus, Schützenstr. 4, Damme

## Weihnachtliche Dekoration selbst gießen

Leitung: Petra Engelmann  
Gebühr: 26,00 € zzgl. Materialkosten  
Ort: Bildungswerk, Benediktstr. 19, Damme

Das Gießen von Figuren ist eine tolle Möglichkeit kreative Dekorationen und ansprechende Geschenke herzustellen. So faszinierend und gleichzeitig einfach kann es sein selbst zu gestalten.

In unserem weihnachtlichen Kreativ-Workshop werden Sie wunderschöne Figuren, bezaubernde Häuser und vieles mehr selbst gießen. Sie lernen die Grundlagen des Figuren Gießens, richtiges Anmischen, Entformen und Nachbearbeiten.

Sie benötigen keine Vorkenntnisse und nehmen stilvolle Ergebnisse mit nach Hause. Für erfahrenden Teilnehmer gibt es immer wieder neue Formen zu entdecken und zu nutzen.

Freuen Sie sich auf ein paar schöne Stunden und stimmen Sie sich schon auf die Weihnachtszeit ein!

Die Materialkosten (Gießpulver) werden je nach Verbrauch vor Ort bar entrichtet.

**Mitzubringen:** eine Schürze und eine Küchenrolle

### A0804

Beginn: Samstag, 25.10.2025  
Zeit: Sa., 11:00 - 14:00 Uhr

### A0805

Beginn: Samstag, 25.10.2025  
Zeit: Sa., 14:30 - 17:30 Uhr



© Foto: Petra Engelmann

# GESUND UND FIT

Bei Gesundheitskursen besteht

## die Möglichkeit der Kostenbeteiligung durch die Krankenkassen.

Zur Prüfung der Erstattungsfähigkeit setzen Sie sich bitte mit Ihrer Krankenkasse in Verbindung.

## Hatha Yoga

Leitung: Mary Joy Harvest, Yogalehrerin, Heilpraktikerin

Ort: Bildungswerk, Benediktstr. 19, Damme

Yoga bedeutet Einheit, Harmonie von Körper, Geist und Seele, und kann von jedem Menschen – egal, wie alt oder mit welchen körperlichen Voraussetzungen – praktiziert werden. Das ganzheitliche Hatha-Yoga beinhaltet: Yogastellungen wirken systematisch aufbauend auf den ganzen Körper. Muskeln werden gekräftigt, Bänder gedehnt, Wirbelsäule und Gelenke wieder flexibel. Yogastellungen wirken durchblutungsfördernd auf alle inneren Organe. Atemübungen führen zur bewussten, freien und tiefen Atmung. Sie wirken reinigend, beruhigend und vitalisierend auf alle Körpersysteme. Entspannungsübungen lösen Stress und tiefsitzende Verspannungen auf. Der gesamte Organismus kommt zur Ruhe und erfährt eine tiefgehende Regenerierung. Richtige Ernährung hält gesund, reinigt und stärkt den gesamten Organismus und macht den Geist stark und ruhig. Meditation ist der Schlüssel für inneren Frieden, geistige Klarheit, Kreativität und Lebensfreude. Positives Denken hilft, die Aufgaben des täglichen Lebens leichter zu erfüllen.

**Mitzubringen:** Eine Yoga-Matte, ein Kissen, bequeme Kleidung und warme Socken mit rutschfester Unterseite.

### A1001

Beginn: Montag, 18.08.2025

Zeit: Mo., 18:30 - 20:00 Uhr

Gebühr: 150,00 € 15 mal

### A1002

Beginn: Freitag, 22.08.2025

Zeit: Fr., 18:00 - 19:30 Uhr

Gebühr: 130,00 € 13 mal



©Photo by Ilona Frey on Unsplash

# Hatha Yoga

Leitung: Michael Zeits  
Ort: Bildungswerk, Benediktstr. 19, Damme

Die Yoga Philosophie beinhaltet die sechs Hauptwege, welche die Gesundheit (Körper), die Persönlichkeitsentwicklung (Geist) und Spiritualität (Seele) des Individuums fördern. Hatha Yoga, ist der körperlichste Zweig des Yoga, hat seinen Ursprung in Indien und geht auf etwa 2.000 Jahre zurück.

Yoga ist ein ganzheitliches Übungssystem, welches uns unabhängig vom Geschlecht hilft, unseren Körper und Geist gesund zu erhalten. Hatha Yoga, mit seinen Asanas (Körperhaltungen), den Pranayama (Atemtechniken) und Meditation, gut dazu geeignet Körper, Geist und Seele in Einklang zu bringen.

Hatha Yoga stärkt Muskeln, Knochen und Gelenke, dehnt Bänder und Faszien und wirkt positiv auf unsere inneren Organe. Es hilft loszulassen und zu entspannen. Viele weitere positive Eigenschaften werden dem Hatha Yoga zugesprochen. Sowohl im Bodyweight-Training, in der Krankengymnastik und beim Fitnessstraining werden Übungen geübt, die den Asanas ähneln oder sogar identisch sind.

Jeder kann von den positiven Effekten von Hatha Yoga profitieren und sie selbst erfahren. Für den Kurs werden keine Vorkenntnisse benötigt.

**Mitzubringen:** Eine Yoga-Matte (wenn vorhanden), eine Decke, ein Kissen, bequeme Kleidung und warme Socken.

## A1003

Beginn: Dienstag, 12.08.2025 9 mal  
Zeit: Di., 17:30 - 19:00 Uhr  
Gebühr: 90,00 €

## A1005

Beginn: Dienstag, 28.10.2025 8 mal  
Zeit: Di., 17:30 - 19:00 Uhr  
Gebühr: 80,00 €

## A1006

Beginn: Dienstag, 28.10.2025 8 mal  
Zeit: Di., 19:15 - 20:45 Uhr  
Gebühr: 80,00 €

## Hatha Yoga

Leitung: Anni Averbeck, Yoga-Lehrerin BDY / EYU, Dipl. Pädagogin  
Gebühr: 120,00 €  
Ort: Bildungswerk, Benediktstr. 19, Damme

Yoga wird in jahrtausend alten Schriften als das "Zur Ruhe kommen der Gedanken und seelisch geistigen Vorgänge" beschrieben. In all der Zeit hat Yoga an Aktualität nichts eingebüßt! Immer mehr Menschen fühlen sich gestresst und angespannt und sehnen sich nach mehr Lebensfreude und innerem Gleichgewicht. Durch das Ausführen bestimmter Körperhaltungen, verbunden mit bewusst gelenktem Atem, stellen Sie sich selbst in den Mittelpunkt des Handelns und erfahren sich hierdurch auf bewusste und achtsame Art und Weise. Das Erleben des Atems in den Bewegungen und in gezielten Atemübungen wie auch als Gegenstand der Meditation fördert den Prozess der Entspannung, lässt den Geist klar und wach werden, woraus Sie die Kraft schöpfen können, die Sie im Alltag brauchen, vor allem in Phasen von großer Belastung und Stress.

**Mitzubringen:** Decke, Isomatte, bequeme Kleidung, warme Socken.

### A1009

Beginn: Mittwoch, 01.10.2025 12 mal  
Zeit: Mi., 09:00 - 10:30 Uhr

### A1010

Beginn: Mittwoch, 01.10.2025 12 mal  
Zeit: Mi., 10:45 - 12:15 Uhr

## A1011 Hatha Yoga

Leitung: Monika Weber-Goosmann, Yoga-Lehrerin, Physiotherapeutin  
Beginn: Donnerstag, 04.09.2025 12 mal  
Zeit: Do., 19:00 - 20:30 Uhr  
Gebühr: 120,00 €  
Ort: Bildungswerk, Benediktstr. 19, Damme

Yoga bietet uns die Möglichkeit zur aktiven Gesundheitsvorsorge. Yoga-Übungen aus der Hatha-Yoga-Praxis und der Marmalehre beinhalten ein gezieltes Körper- und Entspannungstraining, und durch diese Übungen schulen wir die Fähigkeit zur Selbstbeobachtung. Der Umgang mit Stress, Druck oder psychosomatischen Äußerungen des Körpers kann sich dadurch positiv verändern.

**Mitzubringen:** Wolldecke, kl. Kissen, Socken und Isomatte.

## **A1017 Stressfrei mit Kinesiologie: Entspannungsstrategien für den Alltag**

Leitung: Anna Repking, Kinesiologin BF - DGAK zertifiziert, Brain Gym® Instruktorin  
Beginn: Dienstag, 19.08.2025  
Zeit: Di., 18:30 - 21:00 Uhr  
Gebühr: 28,00 €  
Ort: Bildungswerk, Benediktstr. 19, Damme

Erleben Sie, wie die ganzheitliche Methode der Kinesiologie Ihnen helfen kann, Stress abzubauen und mehr Gelassenheit in Ihren Alltag zu integrieren. In diesem praxisnahen Workshop lernen Sie einfache und effektive Techniken kennen, um Ihr inneres Gleichgewicht zu fördern und Ihre Resilienz zu stärken.

Ziele des Kurses:

- Stress besser verstehen und bewältigen
- Alltagsnahe Entspannungsmethoden erlernen
- Körperliches und emotionales Wohlbefinden steigern
- Mehr Balance und Gelassenheit in das eigene Leben bringen

Für wen ist der Kurs geeignet?

Dieser Kurs richtet sich an alle, die ihre persönliche Stressbewältigung verbessern möchten – unabhängig von Vorkenntnissen. Ob Sie beruflich oder privat hohen Belastungen ausgesetzt sind, hier finden Sie Werkzeuge für mehr Ruhe und Lebensfreude.

## **A1018 Der Muskeltest: Wahrnehmen, Spüren, Verstehen**

Leitung: Anna Repking, Kinesiologin BF - DGAK zertifiziert, Brain Gym® Instruktorin  
Beginn: Dienstag, 14.10.2025  
Zeit: Di., 18:30 - 21:00 Uhr  
Gebühr: 28,00 €  
Ort: Bildungswerk, Benediktstr. 19, Damme

Tauchen Sie ein in die faszinierende Welt des Muskeltests und lernen Sie, wie Sie die subtilen Signale Ihres Körpers verstehen und nutzen können. Dieser Workshop bietet Ihnen eine Einführung in die Methode, begleitet von praktischen Übungen, die Ihnen helfen, Ihre Selbstwahrnehmung zu schärfen und das Zusammenspiel von Körper, Geist und Emotionen besser zu verstehen.

Ziel des Kurses:

- Die Technik des Muskeltests sicher anwenden lernen
- Ein tieferes Verständnis für die Körpersprache entwickeln
- Das eigene Wohlbefinden durch gezielte Selbstwahrnehmung steigern
- Den Muskeltest als hilfreiches Tool in verschiedenen Lebensbereichen einsetzen

Für wen ist der Kurs geeignet?

Der Kurs richtet sich an alle, die mehr über die feinen Zusammenhänge zwischen Körper und Geist erfahren möchten – von Einsteigern ohne Vorkenntnisse bis hin zu Menschen mit Erfahrung in kinesiologischen oder ähnlichen Methoden.

## **A1019 Stärken Sie Ihre Konzentration: Kinesiologie im Alltag**

Leitung: Anna Repking, Kinesiologin BF - DGAK zertifiziert, Brain Gym® Instruktoren  
Beginn: Dienstag, 09.12.2025  
Zeit: Di., 18:30 - 21:00 Uhr  
Gebühr: 28,00 €  
Ort: Bildungswerk, Benediktstr. 19, Damme

Erfahren Sie, wie kinesiologische Techniken Ihre Konzentration verbessern und Sie zu mehr Klarheit und Fokus im Alltag führen können. Dieser Kurs vermittelt praktische Werkzeuge, um Ablenkungen zu minimieren und Ihre mentale Leistungsfähigkeit zu steigern – ideal für Beruf, Studium oder persönliche Ziele.

Ziele des Kurses:

- Konzentrationsstörungen erkennen und bewältigen
- Praktische kinesiologische Techniken erlernen
- Stress reduzieren und die mentale Leistungsfähigkeit steigern
- Mehr Konzentration und Effizienz im Alltag erreichen.

Für wen ist der Kurs geeignet?

Dieser Kurs richtet sich an alle, die ihre Konzentrationsfähigkeit stärken möchten – sei es für berufliche Herausforderungen, schulische Anforderungen oder persönliche Weiterentwicklung. Es sind keine Vorkenntnisse erforderlich.



**Katholische  
Erwachsenenbildung**

**Bildungswerk Dammer Berge e.V.**

**...WEITER *mit* BILDUNG**

## **Präsenz in der Stille – Ankommen im eigenen Sein**

Leitung: Carolin Tepe, begleitende Kinesiologin  
Gebühr: 43,00 €  
Ort: Bildungswerk, Benediktstr. 19, Damme

In diesem Abendkurs lade ich die Teilnehmenden ein, einen Raum der inneren Ruhe zu betreten – einen Ort, an dem wir uns selbst wieder begegnen dürfen, jenseits von Reizüberflutung, Tempo und Alltagsdruck.

Gerade in der heutigen Zeit werden wir stark vom Außen bestimmt. Viele Menschen spüren den Wunsch, wieder mehr bei sich selbst anzukommen, innerlich zur Ruhe zu finden und sich in einem geschützten Rahmen gehalten zu fühlen.

Dieser Abend schafft genau diesen Raum – durch gemeinsame Präsenz, achtsame Berührung und Stille.

Die Grundlage des Abends bildet meine Erfahrung aus der Cranio Sakral Therapie. In respektvollem Miteinander und durch sanftes Halten entsteht ein besonderes Feld, in dem Regeneration, Selbstwahrnehmung und innere Kraft spürbar werden.

Ein Raum, in dem wir nichts "müssen" – sondern einfach sein dürfen.

Willkommen ist jeder Erwachsene - Menschen, die wieder bei sich selbst ankommen möchten

### **A1020**

Beginn: Mittwoch, 10.09.2025  
Zeit: Mi., 18:00 - 21:00 Uhr

### **A1021**

Beginn: Dienstag, 11.11.2025  
Zeit: Di., 18:00 - 21:00 Uhr

## **Bewegung als Grundlage für erfolgreiches Lernen**

Leitung: Carolin Tepe, begleitende Kinesiologin  
Gebühr: 24,00 €  
Ort: Bildungswerk, Benediktstr. 19, Damme

Der praxisorientierte Abendkurs zum Thema "Bewegung als Grundlage für erfolgreiches Lernen" richtet sich an Eltern, Pädagoginnen, Erzieherinnen und weitere Interessierte. In diesem Kurs lernen die Teilnehmenden die drei Dimensionen des Lernens kennen und erhalten einen ersten Einblick in kinesiologische Übungen – insbesondere Elemente aus dem Brain Gym®-Programm von Dr. Paul Dennison.

Ziel des Kurses ist es, ein besseres Verständnis für die Bedeutung von Bewegung im Lernprozess zu vermitteln und praktische Übungen an die Hand zu geben, die sich im Alltag mit Kindern – aber auch bei Erwachsenen – direkt anwenden lassen

### **A1022**

Beginn: Mittwoch, 20.08.2025  
Zeit: Mi., 18:00 - 20:15 Uhr

### **A1023**

Beginn: Donnerstag, 09.10.2025  
Zeit: Do., 18:00 - 20:15 Uhr

### **A1024 Workshop - Heil- und Wildpflanzen im Garten Schwerpunkt Herbst: Früchte und Wurzeln**

Leitung: Hilke Schick  
Beginn: Samstag, 06.09.2025  
Zeit: Sa., 09:30 - 12:30 Uhr  
Gebühr: 25,00 € zzgl. 10,- Euro Materialkosten  
Ort: Privat-Garten in Neuenkirchen-Vörden

Regional, günstig, hochwertig und naturbelassen – das sind Wünsche der Verbraucher, denen bei Anbau im hauseigenen Garten oder bei der Nutzung von Wildpflanzen entsprochen werden können. Doch was wächst wann und wo? Wofür ist es nützlich und gibt es Verwechslungsmöglichkeiten?

In diesem Kurs wollen wir Heil- und Wildpflanzen näher betrachten und in meinem kreativen Siedlungsgarten sinnvolle Rezepturen für Küche, Kosmetik und Gesundheit herstellen.

Mit einem Snack und ersten Produkten beenden wir den Kurs.

## Tanzen hält jung

Leitung: Lilija Possenriede, Tanzleiterin

Zeit: Di., 19:00 - 20:30 Uhr

Gebühr: 50,00 €

Ort: Haus Am Ohlkenberg, Ohlkenbergsweg 12 a, Damme

Tanzen hält Geist und Körper fit.

Wer regelmäßig das Tanzbein schwingt, ist nicht nur körperlich, sondern auch im Geiste fit. Konzentration, Aufmerksamkeit, Denkvermögen und Reaktionsfähigkeit werden gefördert.

### A1025

Beginn: Dienstag, 15.07.2025 10 mal

### A1026

Beginn: Dienstag, 30.09.2025 10 mal



# FRAUENKREISE

## **1101    Arbeitskreis "Frauen miteinander"**

**Leitung: Hanna Osterhues, Dalinghausen 16, Telefon: 7960**

Der Kreis verwitweter Frauen trifft sich **einmal im Monat** zu gemeinsamen Unternehmungen und Gesprächen, zu aktuellen Themen und zum Austausch über ihre Lebenssituationen. Nähere Informationen erhalten Sie bei Frau Osterhues.

## **1102    Handarbeitstreff**

**Leitung: Marlies Nyhuis, Stormstr. 23, Telefon: 1289**

**Dienstags, 14-täglich in der geraden KW** um 15:00 Uhr treffen sich Interessierte zum Handarbeiten im „Kleines Kaufhaus“, Große Str. 33. Gemeinsam macht das Handarbeiten noch viel mehr Spaß.

## **In Zusammenarbeit mit der Ev.-luth. Kirchengemeine Damme**

## **1103    Mit Spielen kommunikative Kompetenzen fördern und fit für den Alltag bleiben**

**Ansprechpartnerin: Margot Escher, Tel.: 1466**

Zu gemeinsamen Spielnachmittagen trifft man sich **an jedem 1. Mittwoch im Monat** um 15:00 Uhr im ev. Gemeindehaus.



**Katholische  
Erwachsenenbildung**

**Bildungswerk Dammer Berge e.V.**

**.... FÜR JEDEN ETWAS!**

# **Rat und Tat**

## **Seniorenbüro Stadt Damme**

**Geöffnet jeden Donnerstag  
von 10:00 bis 12:00 Uhr**

**Rathaus Damme,  
Zimmer 14 (im Untergeschoß)  
Mühlenstraße 18  
49401 Damme**

**Tel. 05491 662-14**

**E-Mail: [seniorenbuero@damme.de](mailto:seniorenbuero@damme.de)**

Die ehrenamtlichen Helfer des Seniorenbüros möchten den älteren Mitbürgern und deren Angehörigen mit Rat + Tat zur Seite stehen. Eingerichtet von der Stadt Damme zum Wohle aller Senioren der Stadt.

Sie haben Fragen? Suchen Sie ein persönliches Gespräch?  
Schauen Sie bei uns vorbei, oder Sie rufen uns an und  
wir schauen bei Ihnen vorbei.

### Ehrenamtlicher Sprecher:

Herr Bernard Reinken, Tel.: 05491 7973 (privat)

### Kontakt über die Stadtverwaltung:

Tel.: 05491 662-0

**Sie haben Interesse? Sie möchten uns unterstützen?**  
Ihre Mitarbeit ist jederzeit willkommen

**Bitte sprechen Sie uns an!**

# SENIORENVERANSTALTUNGEN

## A1201 Tanzen macht Spaß

Leitung: Lilija Possenriede, Tanzleiterin  
Beginn: Montag, 18.08.2025 11 mal  
Zeit: Mo., 15:00 - 16:30 Uhr  
Gebühr: 35,00 € **pro Halbjahr**  
Ort: Grundschule Damme, Grüner Weg 3

Hier eine kurzgefaßte Definition:

Seniorentanz ist ...

- eine eigene, altersgemäße Tanzdisziplin
- in seinen Formen auf gleichberechtigte Partner eingestellt
- die eleganteste Form des Trainings für ältere Menschen, die den Anforderungen der Sportärzte entspricht
- ein wesentlicher Beitrag zu sozialem Wohlbefinden
- ein Anstoß für das Mitschwingen geistig-seelischer Kräfte, die seinen besonderen Bildungswert ausmachen

Seniorentanz ist kein Allheilmittel. Aber er birgt ungeahnte Möglichkeiten, die „späten Jahre“ zu einem gehaltreichen Lebensabschnitt zu gestalten.



## Senioren­gemeinschaft St. Viktor

- in Zusammenarbeit mit der Kath. Kirchengemeinde -

**Leitung: Johannes Malik, Steinfelder Str. 2, Damme, Telefon: 5100**

Die Senioren­gemeinschaft St. Viktor trifft sich in der Regel an **jedem zweiten Mittwoch im Monat** um 15:00 Uhr im Pfarrheim St. Viktor am Kirchplatz.

**1202 Senioren­kreis zu gesellschaftspolitischen Fragen**

**1203 Senioren­kreis zu religiösen Fragen**

**1204 Arbeitskreis Senioren**

## Senioren­gemeinschaft Osterfeine

- in Zusammenarbeit mit der Kath. Kirchengemeinde -

**Leitung: Clemens Kauling, Kuhlenkamp 39, Dümmerlohausen,  
Telefon: 976788**

Die Senioren­gemeinschaft trifft sich in der Regel dienstags zu Vortrags­veranstaltungen oder geselligen Zusammenkünften im Vereinshaus Osterfeine

**1205 Senioren­kreis zu gesellschaftspolitischen Fragen**

**1206 Senioren­kreis zu religiösen Fragen**

**1207 Arbeitskreis Senioren**

## Evangelischer Mittwochs­/ Donnerstagstreff

- in Zusammenarbeit mit der Ev.­luth. Kirchengemeinde -

An **jedem zweiten Mittwoch des Monats** treffen sich Männer und Frauen im Gemeindehaus zu kurzer Andacht, Kaffeetrinken, Vorträgen, Gesprächsrunden und anderem mehr.

**1208 ev. Mittwochstreff zu religiösen Fragen**

**1209 ev. Mittwochstreff Senioren**

**1210 ev. Donnerstagstreff Senioren**

# VERANSTALTUNGEN IN HOLDORF

**Anmeldungen werden in der Geschäftsstelle in Damme, Tel.: 05491 90639-0 entgegengenommen.**

## Elternabende zur Vorbereitung auf die Erstkommunion

### 1601

Leitung: Ursula Peters, Pastoralreferentin  
Termine: werden bekannt gegeben  
Ort: Pfarrheim Holdorf, Ostring 30

### 1602

Leitung: Ursula Peters, Pastoralreferentin  
Termine: werden bekannt gegeben  
Ort: Barbraheim Handorf-Langenberg, Steinfelder Damm 8

## Krabbelgruppe

Leitung: Ursula Peters, Pastoralreferentin  
Ort: Pfarrheim Holdorf, Ostring 30

In dieser Spielgruppe treffen sich **14täglich** Mütter mit ihren Kindern im Vorkindergartenalter. Sie lernen neue Spiele und Lieder, üben sich in verschiedenen Basteltechniken, machen gemeinsame Naturerfahrungen und vieles mehr. Neben dem Spiel der Kinder, haben die Eltern die Gelegenheit Kontakte zu knüpfen und sich über Erziehungsfragen auszutauschen.

**Infos erteilt Frau Ursula Peters, Tel. 05492 92685-16**

### 1603 Kinder unter 8 Monate

Zeit: mittwochs, 09:30 - 11:00 Uhr

### 1604 Kinder über 8 Monate

Zeit: donnerstags, 15:30 - 17:00 Uhr

- Qualifizierungskurse für Kindertagespflegepersonen
- Fortbildung und Austausch
- Vermittlung geeigneter Kindertagespflegepersonen
- Beratung der Kindertagespflegeverhältnisse



Benediktstr. 19, 49401 Damme, Tel. 05491 90639-0  
E-Mail: [info@bw-dammer-berge.de](mailto:info@bw-dammer-berge.de)  
Internet: [www.bw-dammer-berge.de](http://www.bw-dammer-berge.de)

## Seniorengemeinschaft Holdorf

- in Zusammenarbeit mit der Kath. Kirchengemeinde -

**Leitung: Silvia Boye**

Die Seniorengemeinschaft trifft sich **jeden Mittwoch um 15:30 Uhr** im Pfarrheim zu Gesprächsrunden oder Gesellschaftsspielen. Darüber hinaus werden gemeinsame Feiern oder Ausflüge veranstaltet. **Jeden zweiten Dienstag im Monat** werden im Anschluss an die Gemeinschaftsmesse im Pfarrheim interessante Einzelvorträge angeboten.

**1605 Seniorenkreis zu gesellschaftspolitischen Fragen**

**1606 Seniorenkreis zu religiösen Fragen**

**1607 Arbeitskreis Senioren**

## Seniorengemeinschaft St. Barbara Handorf-Langenberg

- in Zusammenarbeit mit der Kath. Kirchengemeinde -

**Leitung: Annegret Stärk, Steinfelder Damm 59, 49451 Holdorf**

An **jedem dritten Dienstag im Monat** findet um 15:00 Uhr eine hl. Messe statt. Anschließend treffen sich die Senioren im Barbaraheim zum Kaffee und gemütlichem Beisammensein. Es werden Vorträge gehalten und Dias vorgeführt. Darüber hinaus werden gemeinsame Feiern und Ausflüge veranstaltet.

**Neue Besucherinnen und Besucher sind herzlich eingeladen.**

**1608 Seniorenkreis zu gesellschaftspolitischen Fragen**

**1609 Seniorenkreis zu religiösen Fragen**

**1610 Arbeitskreis Senioren**

# VERANSTALTUNGEN IN STEINFELD

**Anmeldungen werden in der Geschäftsstelle in Damme, Tel.: 05491 90639-0 entgegengenommen.**

## **1701 Steinfelder Präventionsrat**

**Leander Kuper, Dammer Straße 57**

**Helga Sterzenbach, Bettina-von-Arnim-Straße 6**

**Mareike Kuper, Dammer Straße 13**

**Petra Burwinkel, Hufeisenstraße 2**

**VORBEUGEN** ist das Motto des Steinfelder Präventionsrates. Im Gesamtgremium und in den verschiedenen Arbeitskreisen geht es um unterschiedlichste Präventivmaßnahmen in der Gemeinde. Ziel ist es, die gegebene Lebensqualität in Steinfeld zu erhalten wie auch Lebensbedingungen und Lebensraum für den Einzelnen und für Gruppen zu schaffen, die ein gedeihliches Miteinander aller Bürger/innen fördern. Die Teilnehmer/innen setzen sich kritisch mit den Situationen und Bedingungen vor Ort auseinander und entwickeln Handlungsperspektiven und Projekte für den solidarischen Umgang der einzelnen Menschen miteinander, gleich welcher Generation, Herkunft oder Nationalität, und für die Gestaltung des gesellschaftlichen und kulturellen Lebens.

**Im Präventionsrat sind neue Teilnehmer zur Mitarbeit herzlich eingeladen und willkommen. Interessierte wenden sich bitte an die genannten Ansprechpartner.**

- **Qualifizierungskurse für Kindertagespflegepersonen**
- **Fortbildung und Austausch**
- **Vermittlung geeigneter Kindertagespflegepersonen**
- **Beratung der Kindertagespflegeverhältnisse**



**Benediktstr. 19, 49401 Damme, Tel. 05491 90639-0**

**E-Mail: [info@bw-dammer-berge.de](mailto:info@bw-dammer-berge.de)**

**Internet: [www.bw-dammer-berge.de](http://www.bw-dammer-berge.de)**

## **Kurs-Nr.: 1702 - 1729**

**Das Bildungswerk Dammer Berge e. V. bietet in  
Zusammenarbeit mit den Kindergärten der Gemeinde Steinfeld**

**St. Antonius, Mühlen  
St. Marien, Wiesenweg  
St. Nikolaus, Am Tiefen Weg**

Elternarbeit in folgenden Bereichen an:

**Erziehung im Kindergarten und Familie  
Religiöse Erziehung  
Kreatives Arbeiten**

Themen und Termine werden örtlich bekannt gegeben.

### **Krabbelgruppe**

Leitung: Ursula Peters, Pastoralreferentin Holdorf / Steinfeld

In dieser Spielgruppe treffen sich Mütter mit ihren Kindern im Vorkindergartenalter. Sie lernen neue Spiele und Lieder, üben sich in verschiedenen Basteltechniken, machen gemeinsame Naturerfahrungen und vieles mehr. Neben dem Spiel der Kinder, haben die Eltern die Gelegenheit Kontakte zu knüpfen und sich über Erziehungsfragen auszutauschen.

**Weitere Infos erteilt Frau Ursula Peters, Tel. 05492 92685-16**

**1730 Gruppe 1**

**1731 Gruppe 2**

**1732 Elternabende zur Vorbereitung auf die Erstkommunion**

Leitung: Ursula Peters, Pastoralreferentin

Termine: werden bekannt gegeben

Ort: Altes Pastorat, Pastor-Schlichting-Straße 4, Steinfeld

**1733 Elternabende zur Vorbereitung auf die Erstkommunion**

Leitung: Ursula Peters, Pastoralreferentin

Termine: werden bekannt gegeben

Ort: Maximilian-Kolbe-Haus, Mühlen

## Frauengemeinschaft Steinfeld KFD

**Ansprechpartnerin: Mechthild Rohe, Moorkamp 36, 49439 Steinfeld**

Jeden **ersten Dienstag im Monat** trifft sich die Frauengemeinschaft um 08:00 Uhr zur Heiligen Messe und zum gemeinsamen Frühstück. Jeden ersten Donnerstag im Monat treffen sich die Bezirkshelferinnen um 20:00 Uhr. Besondere Termine entnehmen Sie bitte dem Pfarrblatt oder der Presse. Zu allen Veranstaltungen sind neue Interessentinnen herzlich willkommen.

**1734 Arbeitskreis zu gesellschaftspolitischen Fragen**

**1735 Arbeitskreis zu religiösen Fragen**

**1736 Arbeitskreis für Frauen**

## Senioren-gemeinschaft Mühlen

**Ansprechpartnerin: Ulla van Koten, Glockenheide 20, 49439 Mühlen**

Jeden **ersten Mittwoch im Monat** um 15:00 Uhr findet ein Treffen mit Kaffeetrinken, Programm oder gemütlichem Beisammensein im Maximilian-Kolbe-Haus statt. Die Themen der einzelnen Termine werden auf dem Pfarrblatt bekannt gegeben.

**1737 Seniorenkreis zu gesellschaftspolitischen Fragen**

**1738 Seniorenkreis zu religiösen Fragen**

**1739 Arbeitskreis Senioren**

- **Qualifizierungskurse für Kindertagespflegepersonen**
- **Fortbildung und Austausch**
- **Vermittlung geeigneter Kindertagespflegepersonen**
- **Beratung der Kindertagespflegeverhältnisse**



**Bildungswerk Dammer Berge e.V.**  
**Netzwerk Kindertagespflege**  
im Südkreis Vechta

**Benediktstr. 19, 49401 Damme, Tel. 05491 90639-0**  
**E-Mail: [info@bw-dammer-berge.de](mailto:info@bw-dammer-berge.de)**  
**Internet: [www.bw-dammer-berge.de](http://www.bw-dammer-berge.de)**

# VERANSTALTUNGEN IN NEUENKIRCHEN-VÖRDEN

*Anmeldungen werden in der Geschäftsstelle in Damme, Tel.: 05491 90639-0 entgegengenommen.*

## **1801 Ökumenischer Eltern-Kind-Kreis / Krabbelgruppe**

Zeit: montags, 09:30 - 11:00 Uhr

Ort: Lutherhaus, Große Hinterstr. 13, Neuenkirchen-Vörden

Infos erteilt die Ev.-luth. Kirchengemeinde St. Christophorus, Tel: 05495 479

## **Hatha Yoga**

Leitung: Mary Joy Harvest, Yogalehrerin, Heilpraktikerin

Ort: Pfarrheim Neuenkirchen, Nurrepfad 1

Yoga bedeutet Einheit, Harmonie von Körper, Geist und Seele, und kann von jedem Menschen – egal, wie alt oder mit welchen körperlichen Voraussetzungen – praktiziert werden. Das ganzheitliche Hatha-Yoga beinhaltet: Yogastellungen wirken systematisch aufbauend auf den ganzen Körper. Muskeln werden gekräftigt, Bänder gedehnt, Wirbelsäule und Gelenke wieder flexibel. Yogastellungen wirken durchblutungsfördernd auf alle inneren Organe. Atemübungen führen zur bewussten, freien und tiefen Atmung. Sie wirken reinigend, beruhigend und vitalisierend auf alle Körpersysteme. Entspannungsübungen lösen Stress und tiefsitzende Verspannungen auf. Der gesamte Organismus kommt zur Ruhe und erfährt eine tiefgehende Regenerierung. Richtige Ernährung hält gesund, reinigt und stärkt den gesamten Organismus und macht den Geist stark und ruhig. Meditation ist der Schlüssel für inneren Frieden, geistige Klarheit, Kreativität und Lebensfreude. Positives Denken hilft, die Aufgaben des täglichen Lebens leichter zu erfüllen.

**Mitzubringen:** Eine Yoga-Matte (rutschfest), ein Kissen, eine Decke, bequeme und warme Kleidung + Socken.

## **A1802 Hatha Yoga**

Beginn: Dienstag, 19.08.2025 15 mal

Zeit: Di., 18:30 - 20:00 Uhr

Gebühr: 150,00 €

## **A1803 Hatha Yoga**

Beginn: Dienstag, 19.08.2025 15 mal

Zeit: Di., 20:00 - 21:30 Uhr

Gebühr: 150,00 €

## **A1804 Hatha Yoga**

Beginn: Donnerstag, 21.08.2025 15 mal

Zeit: Do., 18:00 - 19:30 Uhr

Gebühr: 150,00 €

## **A1805 Hatha Yoga**

Beginn: Donnerstag, 21.08.2025 15 mal

Zeit: Do., 19:30 - 21:00 Uhr

Gebühr: 150,00 €



© Photo: Jay Castor on Unsplash

# Senioren­gemeinschaft St. Bonifatius Neuenkirchen

- In Zusammenarbeit mit der Kath. Kirchengemeinde -

**Leitung: Bernard Dalinghaus, Wenstrup 24, Telefon: 05494 8637**

An **jedem ersten Montag im Monat** findet um 14:45 Uhr eine hl. Messe statt. Anschließend treffen sich die Senioren im Pfarrzentrum zum Kaffee und gemütlichem Beisammensein. Es werden Lieder gesungen, Vorträge gehalten und Dias vorgeführt. Darüber hinaus werden gemeinsame Feiern und Ausflüge veranstaltet. Und jeden 2. Donnerstag findet ein Treffen zum Kartenspielen etc. um 14:15 Uhr im Pfarrzentrum statt.

**Neue Besucherinnen und Besucher sind herzlich eingeladen.**

**1806 Seniorenkreis zu gesellschaftspolitischen Fragen**

**1807 Seniorenkreis zu religiösen Fragen**

**1808 Arbeitskreis Senioren**

- **Qualifizierungskurse für Kindertagespflegepersonen**
- **Fortbildung und Austausch**
- **Vermittlung geeigneter Kindertagespflegepersonen**
- **Beratung der Kindertagespflegeverhältnisse**



**Benediktstr. 19, 49401 Damme, Tel. 05491 90639-0**  
**E-Mail: [info@bw-dammer-berge.de](mailto:info@bw-dammer-berge.de)**  
**Internet: [www.bw-dammer-berge.de](http://www.bw-dammer-berge.de)**