



**JAHRESPROGRAMM DER KATHOLISCHEN
FAMILIENBILDUNGSSTÄTTE LÜBECK E.V.
2016 – 2017**

Hiermit stellen wir Ihnen das neue Jahresprogramm der Katholischen Familienbildungsstätte Lübeck 2016/2017 vor.

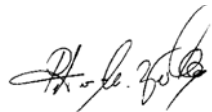
Wir bieten Ihnen eine Vielfalt an unterschiedlichsten Veranstaltungen, Kursen und Seminaren für Familie und Gesellschaft.

Wir sind Treffpunkt, um gemeinsam Alltag und Leben zu gestalten. Unabhängig von Generation, Konfession und Lebenssituation. Begegnungen schaffen, das ist unser Anliegen.

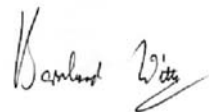
Wir wünschen Ihnen, dass Sie sich bei den Veranstaltungen, Weiterbildungen und Beratungen stets wohlfühlen. Seien Sie herzlich willkommen!

Im Namen aller Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter

1. Vorsitzender:



Leiter:



A Partnerschaft und Familie

• Partnerschaft

Seite 4

• Eltern-Kind-Angebote/Erziehung

Seite 8

B Leben und Glauben

Seite 19

C Kreativ und Aktiv

• Gesundheit/Sport

Seite 36

• Kreativ mit Stoff/Wachs/Farbe

Seite 43

• Gesang und Tanz

Seite 45

• Kulinarisches

Seite 47

Wichtige Hinweise

Seite 48

Referentenverzeichnis

Seite 52

Adressenverzeichnis

Seite 54

Kursübersicht

Seite 55

wellcome unterstützt so, wie es sonst Großeltern, Nachbarn oder Freunde tun. Ein bis zwei Mal in der Woche wird von einer ehrenamtlichen Mitarbeiterin ganz praktisch geholfen: bei der Betreuung des oder der Babys, beim Spielen mit den Geschwistern und anderem mehr.

wellcome ersetzt keinerlei Fachleute, Pflegedienste, Hebammen oder Beratungsstellen, wellcome ist eine Art moderne Nachbarschaftshilfe.

Welche Familien erhalten die Betreuung durch wellcome und wie funktioniert das? wellcome hilft Familien, die sich subjektiv hilfsbedürftig fühlen, die unter besonderen Belastungen leiden, die keine bezahlte Hilfe von Pflegediensten haben. Jede Familie mit einem Neugeborenen in den ersten Lebensmonaten kann Hilfe von wellcome anfordern – ganz unbürokratisch

Katholische Familienbildungsstätte
Telefon: 0451 7098750
E-Mail: luebeck@wellcome-online.de



Das praxisorientierte Präventionsprogramm Eltern-AG ist eine Mischung aus Elternschule und Selbsthilfe. Es richtet sich an Paare in der Familienplanungsphase und Eltern von Kindern im Vorschulalter von der Geburt bis zum siebten Lebensjahr.

Das Angebot eignet sich durch seinen ausdrücklichen Verzicht auf Institutionen und Experten sowie seinen Selbsthilfecharakter ganz besonders für Eltern mit negativen Erfahrungen im Schul- und Ausbildungsbereich, Migranten/Innen und Menschen in besonderen Lebenslagen, die den konventionellen Angeboten eher ablehnend gegenüber stehen.

Eine Eltern-AG teilt sich in Einführungs- und Vertiefungsphase und umfasst insgesamt 20 Treffen von je 2 Stunden. Die teilnehmenden Eltern werden bei weiteren Treffen unterstützt.

Parallel wird Kinderbetreuung angeboten. Ganz unbürokratisch anmelden bei: Katholische Familienbildungsstätte Lübeck e.V.



A1

Termin: Samstag,
18.02.2017
Zeit: 15.00 - 17.30
Ort: St. Bonifatius
Leitung: Bernhard Witte,
Petra Eilers,
Pastor: N. N.
Kosten: kostenlos

A2

Termin: wird
bekannt gegeben
Zeit: 15.00 - 17.30
Ort: St. Bonifatius
Leitung: Bernhard Witte,
Petra Eilers,
Pastor: N. N.
Kosten: kostenlos

A Partnerschaft und Familie

• Partnerschaft

A1/A2 Damit die Liebe wächst

In der aufregenden Zeit der Hochzeitsvorbereitungen wollen wir dazu ermutigen, sich Zeit zu nehmen, für sich und den Partner/die Partnerin, für eigene und gemeinsame Wünsche, für Fragen und Hoffnungen über die Zukunft.

Wir gehen gemeinsam mit anderen Paaren auf Spurensuche, was unserer Partnerschaft gut tut, wie sie gelingen kann, was wir gemeinsam glauben und hoffen, wo Gottes Segen einen Platz bei uns hat.

Die Kurse sind offen für katholische, evangelische und konfessionsverbindende Paare.

A3/A4 Zeit für mich, Zeit für dich, Zeit füreinander

Ein Paarwochenende

Die Lebensmitte ist eine Zeit der Veränderung. Einige Lebensaufgaben sind geschafft, Haus gebaut und beruflich verwirklicht, Kinder verlassen das Nest und man möchte ihnen am liebsten zuvorkommen. Was nun? Wir möchten Paare in dieser Lebensphase einladen, sich Zeit zu nehmen für sich und die Beziehung zueinander.

Gemeinsam gehen wir Fragen nach wie:

Was hat uns verbunden? Was ist das Besondere an unserer Beziehung?

Wo wollen wir hin und was sind die nächsten Schritte?

In Kooperation mit dem Edith-Stein-Haus Parchim.

A4 Dieser Kurs richtet sich nur an Paare, die den Kurs bereits einmal besucht haben und weiterführend im Gespräch und Austausch bleiben möchten.

A3

Termin: Freitag, 17.03.
bis Sonntag,
19.03.2017
Zeit: Freitag 18.00
bis Sonntag 13.00
Ort: Edith-Stein-Haus,
Parchim
Leitung: Sunna Hollmann
und
Ronald Beckmann
Kosten: 210 € pro Paar

A4

Termin: Freitag, 13.10.
bis Sonntag,
15.10.2017
Zeit: Freitag 18.00
bis Sonntag 13.00
Ort: Edith-Stein-Haus,
Parchim
Leitung: Sunna Hollmann
und
Ronald Beckmann
Kosten: 210 € pro Paar

A5 Eltern sein und Liebespaar bleiben

Ein Vortrag mit Impulsen und Gesprächen

Die Familienphase mit Kindern stellt eine große Herausforderung dar. Auch wenn sie vom Paar sehnlichst erwünscht wurde, so stürmt doch vieles auf die beiden Partner ein: die Begleitung der Kinder mit allen Erziehungsfragen, die Organisation des Tages mit vielen Aufgaben und Terminen, die Anforderungen beider im Beruf, eventuell der Bau eines Hauses – in der „rush hour“ des Lebens zerbrechen viele Partnerschaften.

Konflikte und Verletzungen häufen sich an, die Liebe wird zermürbt von Zeitmangel und Stress. Doch es gibt Möglichkeiten, dem entgegen zu wirken, so dass die Verbundenheit als Paar immer wieder hergestellt und erfahren werden kann. Sie ist die Basis für das Erleben einer insgesamt glücklichen Familiensituation.

Frau Oinone Buschendorff-Schaar, Mediatorin, Paarberaterin und Kommunikations-trainerin, wird Anregungen geben, wie Eltern in der Familienphase die gemeinsamen Herausforderungen bewältigen und eine erfüllende Liebesbeziehung gestalten können.

A6 Die Kunst der guten Kommunikation in der Partnerschaft

Ein Kurs über 4 Abende

Kommunikation ist in der Partnerschaft oft der Kitt, der die Liebe erhält und zum Blühen bringt oder sie möglicherweise zerbrechen lässt. Viele Paare klagen über eine schwierige Gesprächs- und Streitkultur. Dies schafft großen Unfrieden, ist sehr Nerven aufreibend und schmerzhaft. Ungelöste Differenzen sind der Nährboden für eine allmähliche Entfremdung. Doch das muss nicht sein: Gute und konstruktive Kommunikation kann gelernt werden – trotz aller Unterschiedlichkeit der Partner. Dieser Kurs will dazu Mut machen. Das Angebot ist gedacht für Paare, die konkrete Möglichkeiten lernen wollen, wie sie in ein zufrieden stellendes Gespräch finden und verhärtete Fronten auflösen können. Der Kurs ist praxisorientiert, so dass Sie ganz konkrete Impulse für eine gelingende Kommunikation im Alltag mitnehmen können. Oinone Buschendorff-Schaar ist Mitglied des Mediationszentrums Lübeck und arbeitet als Familienmediatorin, Paarberaterin und Kommunikationstrainerin in eigener Praxis in Lübeck.

Termine: 4 x donnerstags:

09.03.2017

16.03.2017

23.03.2017

30.03.2017

Zeit: 20.00 - 22.00

Ort: Haus der
Begegnung

Leitung: Oinone
Buschendorff-Schaar

Kosten: 150 € pro Paar

Termine: nach Absprache
Ort: Elternschule
Parade 5
23552 Lübeck
Leitung: Kerstin Oelker,
Hebamme

A Partnerschaft und Familie

• Eltern-Kind-Angebote/Erziehung

A7 Geburtsvorbereitung

Geburtsvorbereitungskurs für werdende Mütter und Väter

Vor der Geburt:

- Beratung in der Schwangerschaft
- Betreuung bei Schwangerschaftsbeschwerden
- Geburtsvorbereitungskurs
- Kreißsaal-Führungen

Nach der Geburt:

- Betreuung im Wochenbett
- Stillberatung, Säuglingspflege

A8 „Reisen macht Spaß – Träumen erst recht“ für Kinder von 6 bis 10 Jahren

Wir gehen auf Entdeckungsreise in die Welt des Yoga.

Dort treffen wir auf Übungen aus dem Kinder-Yoga, die uns mit dem fliegenden Teppich auf Fantasiereise schicken, und in der Traumgeschichte können wir uns so leicht wie eine Feder fühlen. Der gemeinsame Nachmittag lässt Zeit für eine Tee- und Erzählrunde und jede/r hat Gelegenheit, für die Träume zu Hause ein eigenes Traumkissen zu bemalen. Elternbeteiligung ist nicht möglich.

A9/A10/A11 Spielgruppe für Kinder ab 8 Monaten mit Eltern oder Großeltern

Wir singen, musizieren und tanzen, lernen Fingerspiele und Kniereiter kennen. Beim Freispiel sammeln die Kinder erste Erfahrung mit Gleichaltrigen und in der Gruppe. Währenddessen bleibt für die Eltern oder Großeltern viel Zeit zum Austausch. Kreative Angebote bieten auch Anregungen für zu Hause.

A12 „Mein Lieblingsplatz“ – ein ganz privater Raum Ein Angebot für Kinder von 8 bis 12 Jahren

Ein Raum nur für dich, in dem dich keiner stört und in den du gehen kannst, wann immer du magst. Wir nutzen Übungen aus dem Kinderyoga, begeben uns auf Körperreise, genießen die Entspannung und werden unseren Wohlfühlraum finden. Auf der Fantasiereise richten wir unseren Raum ein. Anschließend kann der Lieblingsplatz von jedem frei gestaltet werden. Verschiedene Gestaltungsmaterialien stehen zur Verfügung.

A9
Termin: Mo., ab 12.09.2016
Zeit: 10.00 - 11.30
Ort: K-Punkt

A10
Termin: Mi., ab 14.09.2016
Zeit: 09.15 - 10.45
Ort: Gemeinde Liebfrauen

A11
Termin: Do., ab 15.09.2016
Zeit: 09.30 - 11.00
Ort: K-Punkt

Leitung: Sigrid Joos
Kosten: ca. 15 € pro Monat

Termin: Mittwoch,
31.08.2016
Zeit: 15.00 - 18.00
Ort: K-Punkt
Leitung: Ina Behring-Frische
Kosten: 5 €

Termin: nach Absprache
Zeit: ca. 3 Stunden
Ort: Familienzentrum
Leitung: Ina Behring-Frische
Kosten: 30 €

A13 Workshop für Erzieher/innen

Thema: Kreatives Bewegen und Yoga für Kinder

Der Alltag in Kindertagesstätten ist häufig von einem aufreibenden Zeitplan gerahmt. Umso wichtiger ist es, einen Raum zu schaffen für Stille, die vom Alltagslärm in die Ruhe finden lässt. Das Spektrum des Kinder-Yoga umfasst Körperübungen, Entspannungs-, Wahrnehmungs- und Konzentrationsübungen, die durch praktisches Üben und Ausprobieren im Mittelpunkt des Workshops stehen.

Die Erfahrung im eigenen Tun eröffnet den Zugang zu dieser Ebene und bietet „Handwerkszeug“ für die direkte Umsetzung in die Wirkungsbereiche – der Arbeit mit den Kindern.

Der Workshop kann vor Ort in der jeweiligen Einrichtung stattfinden.

Termin: Mittwoch,
ab 14.09.2016
Zeit: 16.30 - 17.30
Ort: K-Punkt
Leitung: Ina Behring-Frische
Kosten: 48 € für 12x

A14 Kreatives Bewegen und Yoga für Kinder von 8 bis 12 Jahren

Im Vordergrund steht, ein Erfahrungsfeld zu schaffen, in dem Bewegungsfreude geweckt und Fantasie angeregt werden. Bewegungsabläufe aus dem Kinder-Yoga sollen den achtsamen Umgang mit uns und unserem Gegenüber vertiefen. Stilleübungen ermöglichen dabei den Kindern, vom Alltagslärm in die Ruhe zu finden.

A15 Kreatives Bewegen und Yoga für Kinder von 5 bis 7 Jahren

Im Vordergrund steht, ein Erfahrungsfeld zu schaffen, in dem Bewegungsfreude geweckt und Fantasie angeregt werden. Bewegungsabläufe aus dem Kinder-Yoga sollen den achtsamen Umgang mit uns und unserem Gegenüber vertiefen. Stilleübungen ermöglichen dabei den Kindern, vom Alltagslärm in die Ruhe zu finden.

Termin: Mittwoch,
ab 14.09.2016
Zeit: 15.00 - 16.00
Ort: K-Punkt
Leitung: Ina Behring-Frische
Kosten: 48 € für 12x

A16 Yoga für Familien

Ein Termin zu zweit, ein gemeinsames Erlebnis

Wir gehen auf Entdeckungsreise in die Welt des Yoga und erleben uns in Yoga-Übungen, die Spaß machen, Entspannungsübungen, Fantasiereisen und genießen die gegenseitige Massage. Das Angebot ist offen für Kinder zwischen 5 und 12 Jahren in Begleitung eines Erwachsenen.

Termin: Dienstag,
20.09.2016
11.10.2016
08.11.2016
13.12.2016
Zeit: 17.00 - 18.00
Ort: K-Punkt
Leitung: Ina Behring-Frische
Kosten: 13 € pro Termin
(1 Erw. + 1 Kind)

Termin: Freitag, 07.10.
bis Sonntag,
09.10.2016
Zeit: Freitag 17.00
bis Sonntag 14.00
Ort: Schloss Dreilützow
Leitung: Harald Jäger
und Bruder
Josef van Scharrel
Kosten: 150 € p. Familie

A17 Männer kochen anders **Wochenende für Väter und Söhne (ab 6 Jahre)**

Männer essen anders! Männer kochen anders! In einer Jahreszeit, in der in der Landwirtschaft und in Gärten die Ernte des Jahres eingefahren wird, laden wir Väter mit ihren Söhnen zu einem gemeinsamen Wochenende ein. Im Mittelpunkt steht das wirklich praktische Zubereiten unseres eigenen Essens – unserer LEBENSMittel. Manches kommt frisch aus der Erde in den Topf oder die Pfanne. Gekocht wird über dem Feuer und auf einem Holzherd. Die Lebensmittel werden z. T. selbst geerntet und das Fleisch zubereitet. Mit gemeinsamen Morgen- und Abendrunden und einer gemeinsamen Gesprächsrunde der Väter.

In Kooperation mit Schloss Dreilützow

Termin: Freitag, 19.05.
bis Sonntag,
21.05.2017
Zeit: Freitag 18.00
bis Sonntag 14.00
Ort: Schloss Dreilützow
Leitung: Harald Jäger
und Bernhard Witte
Kosten: 150 € p. Familie

A18 Mit Pfeil und Bogen **Wochenende für Väter und Kinder (ab 12 Jahre)**

Wer hat nicht schon einmal als Kind vom Schießen mit Pfeil und Bogen geträumt? Nur träumen Jung und Alt wahrscheinlich verschiedene Träume. An diesem Wochenende wollen wir an den Spuren unserer Träume anknüpfen. Mit selbst gebauten Bögen und Sportbögen werden wir uns an die Kunst des Bogenschießens herantasten. Im Bogenschießen sind viele Metaphern verborgen, so z. B. das Festhalten und Loslassen, Spannung und Entspannung, Standpunkt und Bewegung. In einer gemeinsamen Runde mit den Vätern können wir diesen Bildern u. a. einmal bewusst nachgehen. Mit gemeinsamen Morgen- und Abendrunden und einer gemeinsamen Gesprächsrunde der Väter.

In Kooperation mit Schloss Dreilützow

A19 Die Holzwerkstatt **Vater-Kind-Wochenende im Schloss Dreilützow (ab 12 Jahre)**

Es ist fantastisch: Seine Möbel oder Spielsachen selbst zu bauen.
Es ist kreativ: Pläne zu schmieden, Dinge zu entwerfen und zu zeichnen.
Es ist sinnlich: Holz zu berühren und zu riechen.
Es ist magisch: Ein Stück Holz in die Hand zu nehmen, es zu hobeln, zu sägen, zu schleifen.
Es ist schöpferisch: Mit seinen Händen etwas Bleibendes aus einem natürlichen Rohstoff zu bauen. Etwas für die Ewigkeit.
In der Holzwerkstatt lernen wir traditionelle Techniken und Werkzeuge kennen, um Holz zu bearbeiten. Wir bauen nach unseren eigenen Vorstellungen und Plänen, was uns gefällt und was wir schaffen. Neben dem Bauen finden wir Zeit für gemeinsame Morgen- und Abendrunden bzw. eine Gesprächsrunde für die Väter.

A20 Männer kochen anders **Wochenende für Väter und Söhne (ab 6 Jahre)**

Männer essen anders! Männer kochen anders! In einer Jahreszeit, in der in der Landwirtschaft und Gärten die Ernte des Jahres eingefahren wird, laden wir Väter mit ihren Söhnen zu einem gemeinsamen Wochenende ein. Im Mittelpunkt steht das wirklich praktische Zubereiten unseres eigenen Essens – unserer LEBENSMittel. Manches kommt frisch aus der Erde in den Topf oder die Pfanne. Gekocht wird über dem Feuer und auf einem Holzherd. Die Lebensmittel werden z. T. selbst geerntet und das Fleisch zubereitet. Mit gemeinsamen Morgen- und Abendrunden und einer gemeinsamen Gesprächsrunde der Väter.
In Kooperation mit Schloss Dreilützow

Termin: Freitag, 24.03.
bis Sonntag,
26.03.2017
Zeit: Freitag 18.00
bis Sonntag 14.00
Ort: Schloss Dreilützow
Leitung: Harald Jäger,
Jochen Stöppler
und
Bernhard Witte
Kosten: 150 € p. Familie

Termin: Freitag, 13.10.
bis Sonntag,
15.10.2017
Zeit: Freitag 17.00
bis Sonntag 14.00
Ort: Schloss Dreilützow
Leitung: Harald Jäger
und Bruder
Josef van Scharrel
Kosten: 150 € p. Familie

Termin: Freitag, 24.02.
bis Sonntag,
26.02.2017
Zeit: Freitag 17.00
bis Sonntag 14.00
Ort: Schloss Dreilützow
Leitung: Harald Jäger
und
Bernhard Witte
Kosten: 150 € p. Familie

A21 Faszination Feuer **Wochenende für Väter und Kinder (9 bis 14 Jahre)**

Feuer ist untrennbar mit unserer Geschichte als Menschen verbunden. Es übt eine große Anziehungskraft auf Jung und Alt aus. Feuer ist uns hilfreich und zugleich so zerstörerisch. Wir werden gemeinsam viele Feuer entfachen und bewahren. Jeder wird sein Feuer schlagen – auf dass ein Funke auch unser Feuer entfacht. Während unserer gemeinsamen Zeit suchen wir unter anderem im Wald nach geeigneten Materialien für unsere Feuer. Wir werden Fackeln bauen, eine Feuershow vorbereiten, uns etwas zum Essen bereiten und auch einfach am Feuer sitzen und kokeln.
Mit gemeinsamen Morgen- und Abendrunden und einer gemeinsamen Gesprächsrunde der Väter
In Kooperation mit Schloss Dreilützow

Termin: Mittwoch,
15.02.2017
Zeit: 19.30 - 21.30
Ort: Familienzentrum
St. Bonifatius
Leitung: Torsten Heuer
Kosten: 6 €

A22 „Grenzen setzen? – oder Rahmen schaffen und Geborgenheit bieten!“

Es wird natürlich nicht bestritten, dass Kinder auch Grenzen erleben müssen. Der Vortrag geht jedoch vorrangig der Aussage nach, dass Kinder ein Urbedürfnis nach einem verlässlichen Rahmen haben. Kinder suchen Geborgenheit, Schutz, Strukturen.... Welche Gestaltungsmöglichkeiten haben wir im familiären Umfeld?
Wie reagieren wir in erzieherischen Konflikt-Situationen kurzfristig und langfristig?
Zielgruppe: Eltern von Kindern im Alter von 0 bis 10 Jahren

A23 Eltern-AG **Das praxisorientierte Präventionsprogramm Eltern-AG**

ist eine Mischung aus Elternschule und Selbsthilfe.
Es richtet sich an Paare in der Familienplanungsphase und Eltern von Kindern im Vorschulalter, d. h. von der Geburt bis zum siebten Lebensjahr. Das Angebot eignet sich durch seinen ausdrücklichen Verzicht auf Institutionen und Experten sowie seinen Selbsthilfecharakter ganz besonders für Eltern mit negativen Erfahrungen im Schul- und Ausbildungsbereich, Migranten/innen und Menschen in besonderen Lebenslagen, die den konventionellen Angeboten eher ablehnend gegenüberstehen.
Eine Eltern-AG teilt sich in Einführungs- und Vertiefungsphase und umfasst insgesamt 20 Treffen von je 2 Stunden. Parallel wird Kinderbetreuung angeboten.
Weitere Informationen im Familienzentrum St. Bonifatius und im Familienzentrum St. Franziskus

A24 Eltern-AG **Das praxisorientierte Präventionsprogramm Eltern-AG**

ist eine Mischung aus Elternschule und Selbsthilfe.
Es richtet sich an Paare in der Familienplanungsphase und Eltern von Kindern im Vorschulalter, d. h. von der Geburt bis zum siebten Lebensjahr. Das Angebot eignet sich durch seinen ausdrücklichen Verzicht auf Institutionen und Experten sowie seinen Selbsthilfecharakter ganz besonders für Eltern mit negativen Erfahrungen im Schul- und Ausbildungsbereich, Migranten/innen und Menschen in besonderen Lebenslagen, die den konventionellen Angeboten eher ablehnend gegenüberstehen.
Eine Eltern-AG teilt sich in Einführungs- und Vertiefungsphase und umfasst insgesamt 20 Treffen von je 2 Stunden. Parallel wird Kinderbetreuung angeboten.

Termin: Donnerstag,
ab 15.09.2016
Ort: Familienzentrum
St. Franziskus
Zeit: 9.30 - 11.45
Leitung: Gesa Scharf
und
Heike Köhler
Kosten: kostenlos

Termin: wird
bekanntgegeben
Ort: Familienzentrum
St. Bonifatius
Zeit: 9.30 - 11.45
Leitung: Gesa Scharf
und
Heike Köhler
Kosten: kostenlos

Termin: wird bekanntgegeben
Ort: St. Bonifatius
Leitung: Sabine Dörre-Brunner und Sigrun Brenner-Taukel
Kosten: kostenlos

A25 Rendsburger Elternteraining

Das Rendsburger Elternteraining ist ein curriculares Elternterainingsprogramm in Kursform zur Veränderung des Erziehungsstils und der Erziehungseinstellung. Es integriert Elemente aus der Gesprächstherapie, der Lerntheorie, der Kommunikationstheorie und der Konfliktlösung und legt den Schwerpunkt auf praktische Übungen und Rollenspiele.

Das Rendsburger Elternteraining wird seit über 28 Jahren in verschiedenen Kontexten erfolgreich durchgeführt.

- Sensibilisierung und Auseinandersetzung mit Erziehungsfragen und -prozessen
- Information über Erziehung und psychologische Zusammenhänge der kindlichen Entwicklung
- Einübung alternativer Verhaltensweisen im Umgang mit den Kindern

Ziele

- Veränderung der Erziehungseinstellung und des Erziehungsstiles in Richtung liebevoll-konsequenten Verhaltens, also einerseits partnerschaftlich, verständnisvoll, einfühlend, andererseits Grenzen setzend, konsequent
- Erhöhung der erzieherischen und Problemlösekompetenz der Eltern
- Verbesserung der Interaktion zwischen Eltern und Kindern

Weitere Informationen erhalten Sie im Sekretariat der Familienbildungsstätte.

A26 „Pubertät ist, wenn Eltern schwierig werden.“

Nicht selten ist die Pubertätsphase geprägt von heftigen Auseinandersetzungen, Stimmungsschwankungen, Missverständnissen etc., die Eltern (und Jugendliche) verunsichern, zermürben, an den Rand der Verzweiflung bringen können. Das erstaunt wenig, wenn wir uns klar machen, dass während der Phase fundamentale Umarbeitungen im Gehirn im Gange sind und Jugendliche dabei ständig Hormonausschüttungen ausgesetzt sind. An den beiden Abenden dieser Veranstaltung erhalten Sie Informationen zu dieser Entwicklungsphase und haben Gelegenheit, mit anderen Eltern darüber ins Gespräch zu kommen.

Termin: Donnerstag, 23.02.2017
Zeit: 19.00 - 21.00
Ort: Familienzentrum St. Bonifatius
Leitung: Klaudia Bruns
Kosten: 5 €

Termin: Montag, 25.07.
bis Sonntag,
31.07.2016
Ort: Schweden
Leitung: Richard Fischer
Kosten: 290 € - 390 €

A27 Vater-Kind-Paddeltour Schweden

Vom Montag, 25.07. bis Sonntag, 31.07.2016 wollen wir mit euch den Helge å in Schweden per Kanu erkunden. Ihr seid mindestens 12 Jahre alt und habt keine Angst, in der schwedischen Wildnis im Zelt zu übernachten; eine Woche ohne Handyempfang ist für euch kein Problem, dafür steht ihr auf Spaghetti vom Campingkocher, Lagerfeuer und Morgentoilette mit kaltem Wasser vom Bach? – Dann packt euren Papa ein, schnappt den Schlafsack und kommt mit uns nach Småland für 8 Tage voller Spaß und Wildnis. Wir paddeln familiengerechte Flüsse und Seen, ihr solltet aber Campingerfahrung haben und nach Möglichkeit etwas outdoor-erprobt sein. Kanumiete und Transport sowie Verpflegung sind im Preis mit inbegriffen. Die Anfahrt organisieren wir mit Fahrgemeinschaften in Privat-PKW. Zelte werden entweder selbst mitgebracht (wenn vorhanden) oder gegen einen geringen Aufpreis von uns organisiert. Schlafsack, Isomatte bringt jeder Teilnehmer selber mit. Wir verstehen die Aktion als Gemeinschaftserlebnis, d. h. alle „Arbeiten“ wie kochen, einkaufen, organisieren werden geteilt und machen gemeinsam sogar Spaß!

Kosten: 290 € für Väter mit einem Kind, 390 € für Väter mit zwei oder mehr Kindern (Spritkosten, Kosten für Fähre ab Puttgarden und Öresundbrücke entstehen zusätzlich und werden pro Fahrgemeinschaft geteilt).

Bei weiteren Fragen steht Ihnen die Katholische Familienbildungsstätte Lübeck gerne zur Verfügung.

B Leben und Glauben

B1 „Glauben Teilen“ Grundkurs des Glaubens

Menschen suchen danach, den christlichen Glauben kennenzulernen oder ihren über Jahre und Jahrzehnte gelebten Glauben neu zu bedenken, zu teilen, zu verlebendigen. Besonders eingeladen sind alle, die sich evtl. auf eine Taufe, auf eine Firmung oder auf eine Konversion vorbereiten. Die Gruppe trifft sich – ähnlich wie viele Christen in Basisgemeinden – indem sie das Evangelium des jeweils kommenden Sonntages liest und Impulse für das alltägliche Leben aus der Perspektive des Glaubens sucht.

B2 Aufwachsen mit Gott

Dieses Angebot richtet sich an junge Familien, die ihre Kinder im christlichen Glauben erziehen möchten. Jedes Kind braucht zu seiner Entfaltung die Gewissheit, bejaht zu sein. Dieses Angenommensein können Eltern ihrem Kind im Miteinander vermitteln. Die Sicherheit, dass Gott sie und ihr Kind bejaht, kann auch Müttern und Vätern helfen, ihre Kinder so anzunehmen, wie sie sind. Dort wo sie das bei aller eigenen Begrenztheit versuchen, fördern sie in ihrem Kind die Lebensbejahung und das Vertrauen zu Gott. Ein religionspädagogischer Diskurs mit

- Anregungen
- Erfahrungen
- Austausch

Termin: jeden 1. und 3.
Donnerstag
im Monat
Ort: K-Punkt
Zeit: 19.00 - 21.00
Leitung: Pfarrer S. Muth
Kosten: kostenlos

Termin: nach Absprache
Ort: Katholische Schule
Lübeck
Leitung: Stephanie Brand
und
Bernhard Witte
Kosten: kostenlos

Termin: wird bekanntgegeben
Zeit: 19.30 - ca. 21.00
Ort: Familienzentrum St. Bonifatius
Leitung: Petra Eilers und Pastor Peter Otto
Kosten: kostenlos

B3 Advent, Advent ein Lichtlein brennt – und dann?

Ideen und Anregungen für die Advents- und Weihnachtszeit in der Familie mit Kindern bis 6 Jahre.

Dieser Elternabend möchte zum einen Ideen und Anregungen geben, wie man die Advents- und Weihnachtszeit mit kleinen Kindern gestalten kann. Neben praktischen Ideen gibt es auch einen kleinen Büchertisch mit Kinderbüchern zum Thema. Zum anderen soll aber auch Zeit sein, dass die Eltern eigene Erfahrungen austauschen können.

Gestaltet wird der Abend von Petra Eilers und Pastor Peter Otto.

Frau Eilers ist verheiratet und Mutter zweier Kinder im Kindergartenalter.

Sie ist Sozialpädagogin, Ehe-, Familien- und Lebensberaterin und Familientherapeutin.

Pastor Otto ist tätig in den katholischen Kirchengemeinden St. Bonifatius und St. Birgitta.

Termine: Freitag, 14.10. bis Sonntag, 23.10.2016
Kosten: 190 € pro Person, für Hin- und Rückfahrt mit dem Reisebus, Unterkunft und Verpflegung in Taizé

B4 Jugendfahrt nach Taizé

Taizé ist ein kleines Dorf auf einem Hügel in Südburgund, Frankreich. Dort gründete Frère Roger 1940 eine internationale ökumenische Gemeinschaft (Communauté). Die Brüder der Communauté verpflichten sich, ein Leben lang materielle und spirituelle Güter zu teilen, in Ehelosigkeit zu leben und einen schlichten Lebensstil zu führen. Heute gehören zur Communauté an die hundert Brüder aus über 25 Nationen, sowohl Katholiken als auch Männer aus verschiedenen evangelischen Kirchen. Seit Ende der fünfziger Jahre nehmen jährlich tausende Jugendliche aus aller Welt an den wöchentlichen Jugendtreffen mit Gebeten, Gesprächsgruppen und Arbeitseinsätzen teil. Die Brüder von Taizé unternehmen auch Besuchsreisen und bereiten kleinere oder größere Jugendtreffen in der ganzen Welt vor. Sie sind Teil eines „Pilgerwegs des Vertrauens auf der Erde“.

Anmeldung: Katholische Jugendarbeit in Schleswig-Holstein
Fachbereich Religiöse Bildung, Brückenstraße 15, 24306 Plön

B5 „Durch Fasten nach Buchinger die Gesundheit fördern, Körper und Seele etwas Gutes tun.“

Beim Buchinger Fasten handelt es sich um eine Fastenart, die vor allem durch bewussten Nahrungsverzicht die Gesundheit fördern soll. Durch das Buchinger Fasten werden die Selbstheilungskräfte des Körpers gefördert und eine Entgiftung und Entsäuerung des Körpers eingeleitet. Der Darm wird gereinigt und es wird auf feste Nahrung verzichtet, gleichzeitig werden nur hochwertige Säfte, stärkende Gemüsebrühe, Wasser und ungesüßter Kräutertee zu sich genommen.

Wir werden unsere Fastensuppe selber kochen, Getränke gemeinsam zu uns nehmen, Entspannungsübungen, kurze Fastenwanderungen durchführen und Erfahrungsaustausch haben.

Die Fastenmaterialien werden teilweise von der Referentin besorgt.

Obst- und Gemüsesäfte werden von jedem Teilnehmer besorgt.

Fastenkurs: Samstag, 25.03. bis Freitag, 31.03.2017

Informationsabend: 15.03.2017, 19.00 - 20.30

Anmeldung bei der Referentin: Elisabeth Kreimer

Telefon: 04544 890189

Die 12 € werden von der Referentin eingesammelt.

Termine: Sa, 25.03.2017, von 15.00 - 17.15
Mo., 27.03.2017, von 18.00 - 19.30
Mi., 29.03.2017, von 18.00 - 20.15
Fr., 31.03.2017, von 18.00 - 19.30

Ort: Haus der Begegnung

Leitung: Elisabeth Kreimer

Kosten: 55 €

+ 12 € für

Fastenutensilien

Termin: Freitag,
24.03.2017
Zeit: 14.30 - 18.30
Ort: K-Punkt
Leitung: R. J. Olbricht,
Dipl.-Theologe
Kosten: kostenlos

B6 Frauen in der Bibel

In der christlichen Bibel handeln drei Bücher des AT von Frauen. Die Erzählungen spielen in verschiedenen geschichtlichen Zeiten: Das Buch Rut (Richterzeit), das Buch Judit (Assyrisches Großreich), das Buch Ester (Babylonisches Großreich). In der Bibelwerkstatt sollen diese drei Bücher in den nächsten drei Jahren vorgestellt und ihre Inhalte erarbeitet werden. Wie sind ihre Themen in der Kunst dargestellt worden? Und was sagen sie uns Heutigen?

B7 Weltgebetstag WELTGEBETSTAG 2017 von den Philippinen

Der Weltgebetstag wird weltweit jedes Jahr, immer am 1. Freitag im März, ökumenisch gefeiert und jeweils von einem anderen Land vorbereitet. Der nächste „Hafen“ auf der Weltgebetstags-Kreuzfahrt werden am 3. März 2017 die Philippinen sein. Das Motto lautet: „Was ist denn fair?“ Auf dem Weg zum Weltgebetstag informieren folgende Veranstaltungen

- **Informationsabend** über die Philippinen am Mittwoch, **02.11.2016**, 19.00 bis 21.00 Uhr im Evangelischen Frauenwerk, Steinrader Weg 11, Lübeck, Verantwortlich: Maren Wienberg und WGT-Team
- **Über die Situation der Menschen auf den Philippinen**, berichtet Tobias Grummel, am Freitag, den **18.11.2016**, 19.00 bis 21.00 Uhr im Weltladen Lübeck, Huxstraße 83 „Die Menschenrechts- und Fairhandelsorganisation Preda unterstützt Sozialarbeit mit Kindern und Jugendlichen auf den Philippinen.“ Tobias Grummel, Freiwilliger des Jahres 2012/13, berichtet kenntnisreich und aus eigener Erfahrung über die Arbeit der Organisation und die Situation der Menschen auf den Philippinen.
- **Philippinischer Kinoabend** im Kommunalen Kino Lübeck, Mengstraße 35
Tel.: 0451 1221287, info@kinokoki.de
im Februar 2017, der genaue Termin wird noch bekannt gegeben

Informationen zum Weltgebetstagsland und Ideen zum Vorbereiten des Weltgebetstags bietet die **Weltgebetstags-(WGT)-Werkstatt** im Christophorushaus Bäk/bei Ratzeburg von **Freitag, 20.01. bis Sonntag, 22.01.2017**.

Anmeldemöglichkeit beim Ev. Frauenwerk, Steinrader Weg 11, 23558 Lübeck,
Fax: 0451 3008687-20 oder per E-Mail: info@frauenwerk-luebeck.de

Haben Sie Lust und Interesse, bei der Vorbereitung des Ökumenischen Weltgebetstag 2017 mitzumachen???

Dann wenden Sie sich doch gern an eine der Kirchengemeinden in Ihrer Nähe oder an das Frauenwerk: Fon 0451 300868712, E-Mail: info@frauenwerk-luebeck.de oder an eine der Ansprechpersonen für den Weltgebetstag: Angelika Sextro, Tel: 0451 54699795.

Termin: Infoabend:
Mittwoch,
02.11.2016
Zeit: 19.00 - 21.00
Ort: Evangelisches
Frauenwerk

Termin: Vortrag:
Freitag,
18.11.2016
Zeit: 19.00 - 21.00
Ort: Weltladen, Lübeck

Termin: Kinoabend:
Februar 2017,
der genaue
Termin wird noch
bekanntgegeben
Ort: Kommunales Kino,
Lübeck

Termin: wird noch
bekanntgegeben
Ort: St. Birgitta
Kosten: kostenlos

B8 „Eine Kultur der Achtsamkeit und Wertschätzung“ Hinsehen – Handeln – Schützen

Fortbildung für alle Erwachsenen, die in unseren Gemeinden, Verbänden und Einrichtungen mit Kindern und Jugendlichen zu tun haben, zur Prävention von sexueller Gewalt in kirchlichen Einrichtungen nach der Ordnung des Erzbistums Hamburg. Der Skandal um die Missbrauchsfälle in der katholischen Kirche hat viele Menschen erschüttert. Eine Kultur der Achtsamkeit und Wertschätzung ist Grundlage für die Prävention von sexueller Gewalt in kirchlichen Einrichtungen. In der Fortbildung geht es um Achtsamkeit und genaues Hinsehen in der Arbeit mit Schutzbefohlenen, professionelle Formen von Nähe und Distanz, die Förderung der offenen und wertschätzenden Kommunikation, das frühzeitige Erkennen von sexuellen Grenzverletzungen, die Stärkung der Fähigkeit zu qualifizierter Intervention und Einleitung notwendiger Handlungsschritte sowie um die Vermittlung von Kenntnissen zu Tätern und ihren Strategien. Ziel ist ein möglichst weitreichender Schutz von Kindern, Jugendlichen und erwachsenen Schutzbefohlenen vor jeder Form sexueller Gewalt, besonders in kirchlichen Einrichtungen.

B9 Romwallfahrt 2016 zum Jahr der Barmherzigkeit vom 23.10.2016 bis 29.10.2016

Das Rahmenprogramm

- 1. Tag:** Eigenanreise zum Flughafen Hamburg. Flug von Hamburg mit Umstieg in Frankfurt nach Rom
- 2. bis 6. Tag:** Das Programm wird in einem Vorbereitungstreffen vorgestellt und ggf. mit den Teilnehmern abgestimmt. Ein geplanter Punkt ist der Besuch der Papstkapelle im Lateran.
- 7. Tag:** Rückflug von Rom mit Umstieg in München nach Hamburg

Im Reisepreis enthalten:

- Flüge mit Lufthansa
- Bustransfer vom Flughafen Rom zur Unterkunft
- 6 Übernachtungen in Rom im Ordensgästehaus DOMUS NASCIMBENI in Doppelzimmern mit Bad bzw. Dusche/WC
- 5 x Halbpension
- Betreuung der Gruppe durch unsere örtliche Agentur in Rom
- Reisepreis-Sicherungsschein

Vorgesehene Unterkunft:

Wir haben Zimmer im Ordensgästehaus **Domus Nascimbeni** (Via di Torre Rossa 68) reserviert. Das Haus liegt ruhig, besitzt einen Garten und eine gute Anbindung an die Innenstadt und St. Peter. Busse 98/881 vor der Haustür bis St. Peter, Bus 916 an der Piazza Carpegna bis Piazza Venezia, U-Bahn Cornelia 700m in die Altstadt, S. M. Maggiore und Lateran. Das Abendessen (in der Unterkunft) besteht aus einem Antipasto, Vorspeise, Hauptgericht mit 2 Beilagen, Nachtsch, Wein und Wasser.

Reisepreis pro Person im Doppelzimmer:	990,00 €
Einzelzimmerzuschlag:	210,00 €
Reduktion bei Mehrbettzimmerbelegung:	30,00 €

Weitere Informationen im Büro der Familienbildungsstätte 0451 7098750
oder bei Bernhard Witte 0162 5154801

Termin: Sonntag, 23.10.
bis Samstag,
29.10.2016
Leitung: Bernhard Witte
und Dechant
Joachim Kirchhoff

Termine: 17.09.2016,
Familie
und Gemeinschaft
17.12.2016,
Glaube
und Spiritualität
Zeit: 10.00 - 17.00
Ort: Kloster Nütschau
Leitung: Ludger
Nikorowitsch,
Bruder
Josef van Scharrel
Kosten: 20 € je Termin

B10 Nütschauer Männersamstage 2016

Der Große Segen

Viele Männer sehnen sich nach dem Großen Segen für ihr Leben. Im Johannesevangelium heißt es dazu: „Ich bin gekommen, damit sie das Leben haben und es in Fülle haben.“ (Joh 10,10)
Als Gesegnete und Segnende können wir uns erfahren, z. B. in Beruf und Berufung, in Freiheit und Liebe, in Familie und Gemeinschaft, in Spiritualität und Glaube. Spirituelle und thematische Impulse strukturieren den jeweiligen Tag, den wir draußen und im Haus Raphael verbringen.

Anmeldung: Kloster Nütschau, Bildungshaus St. Ansgar

Termine: 25.03.2017, Vom
Jungen zum Mann
02.07.2017,
Verantwortung
übernehmen
16.09.2017,
Schöpferisch leben
16.12.2017,
Innehalten und
(Er-)Warten
Zeit: 10.00 - 17.00
Ort: Kloster Nütschau
Leitung: Ludger Nikorowitsch,
Bruder
Josef van Scharrel
Kosten: 20 € je Termin
26

B11 Nütschauer Männersamstage 2017

Männer am Übergang

Männerleben ist bunter und vielfältiger geworden. Anders als frühere Generationen besitzen Männer heute weitaus mehr Optionen und Wahlmöglichkeiten, ihr Leben zu gestalten. In den unterschiedlichen Lebensphasen stehen sie damit immer wieder vor neuen Fragen, Herausforderungen und Entscheidungen.

Anmeldung: Kloster Nütschau, Bildungshaus St. Ansgar

B12 Allein in der Wildnis

Waldexerziten für Männer

Wälder und Wildnis üben auf viele Männer seit jeher eine besondere Anziehung aus. Sie sind ein guter Ort, um in der Begegnung mit der Natur Klarheit, Orientierung und Heilung zu finden; schöpferische Kraft zu spüren, sich wieder mehr mit dem eigenen Herzen, mit der Schöpfung und mit dem Schöpfer zu verbinden.
Nach einer Zeit der Vorbereitung gehen die Teilnehmer für einen Tag und eine Nacht, jeder für sich und mit Gott allein, unter freiem Himmel, fastend (mit Wasser) an ihren Platz in der Natur. Die Erlebnisse und Erfahrungen werden durch die Leiter und im Kreis der anderen Männer gewürdigt und vertieft. Der Vorbereitungstag ist Teil der Vorbereitung.

Kooperation mit der Abtei Münsterschwarzach

Vorbereitungstag: Sonntag, 12. März, 14.00 bis 17.30 im Gästehaus Münsterschwarzach oder Sonntag, 26. März, 11.00 bis 16.00 im Kloster Nütschau

Anmeldung: Gästehaus der Abtei Münsterschwarzach, Tel. 09324 20-203
www.abtei-muensterschwarzach.de

Termin: Mittwoch, 19.07.
bis Sonntag,
23.07.2017
Zeit: Mittwoch 16.00
bis Sonntag 14.00
Ort: Winkelhof im
Steigerwald
Leitung: Ludger
Nikorowitsch,
Bruder
Josef van Scharrel
Kosten: 300,00 €
(Unterkunft,
Verpflegung,
Material)

Termin: Freitag, 03.02.
bis Sonntag,
05.02.2017

Zeit: Freitag 15.00
bis Sonntag 9.00

Ort: Kloster Nütschau

Leitung: Ludger
Nikorowitsch,
Bruder
Josef van Scharrel

Kosten: 130 €

B13 Men's Spirit Männer und Spiritualität

Welchem Spirit, welchem (heiligen) Geist folgen Männer heute? Wie geht das: Mannsein? Diese Tage richten sich an Männer, die einen Ansatz der Männerarbeit kennen lernen wollen, der sowohl die Natur als spirituellen Erfahrungsraum als auch das eigene Leben als Mann und die Gruppe der Männer mit einbezieht. Die Reflexion der eigenen Erfahrungen und das Lernen an den Erfahrungen anderer in Begleitung der Mentoren stehen im Vordergrund.

Anmeldung: Kloster Nütschau, Bildungshaus St. Ansgar

B14 Was Mann bewegt – Werkstatt-Tag Männerarbeit

Männerleben ist bunter und vielfältiger geworden. Anders als frühere Generationen besitzen Männer heute weitaus mehr Optionen und Wahlmöglichkeiten, ihr Leben zu gestalten. In den unterschiedlichen Lebensphasen stehen sie damit immer wieder vor neuen Fragen, Herausforderungen und Entscheidungen. Männer in diesen Lebensphasen zu begleiten, ihnen Räume zu bieten, gute Wege für ihr Leben zu finden, ist Grundauftrag kirchlicher Männerarbeit. Dafür braucht es differenzierte und differenzierende Angebote. Mit einer Auswahl davon können sich die Teilnehmer an diesem Tag vertraut machen.

Erfahrungsfelder: **1.** Väter-Kind-Wochenenden, **2.** Bogenschießen und Schwertarbeit, **3.** Schöpfungsspiritualität, **4.** Männer in der Erstkommunionvorbereitung
Anmeldung bis zum 23. Juni im Kloster Nütschau, Bildungshaus St. Ansgar
Tel. 04531 5004-0, E-Mail: termine@haus-sankt-ansgar.de

Termin: Sonntag,
02.07.2017

Zeit: 11.00 bis 17.00

Ort: Kloster Nütschau,
Haus Raphael

Leitung: Ludger
Nikorowitsch,
Bruder
Josef van Scharrel
und
Bernhard Witte

Kosten: 30,00 €

B15 Gesprächskreis für junge Väter

Ein Angebot für alle Männer, Partner, Väter, Ernährer, Liebhaber..., die Lust haben, sich in vertraulicher Atmosphäre über alle Facetten des „Mann-Seins“ auszutauschen. Was ändert sich für mich in den verschiedenen Bereichen und Rollen meines Lebens, wenn ich Vater werde? Nehme ich diese Herausforderungen an? Wie kann ich sie gestalten? Wo ist der Platz für meine Wünsche?

Termin: monatlich;
Termine werden
nach Absprache
veröffentlicht;
weitere
Informationen im
Sekretariat

Ort: K-Punkt
Leitung: Bernhard Witte
und andere Väter

Kosten: kostenlos

Termin: Montag, 07.08.
bis Freitag,
11.08.2017
Ort: Bondrum,
Südschweden
Leitung: Ludger
Nikorowitsch,
Bruder Josef
van Scharrel
Kosten: 560,00 €
(Übernachtung,
Material und
Verpflegung)

B16 Into the wild **Waldexerziten für Männer in Schweden**

„Drei Tage und Nächte – nur für Dich in der Natur, mit minimaler Ausrüstung, ohne Ablenkung, fastend ohne Essen – lediglich mit Wasser.

Drei Tage und Nächte – nur für Dich an einem Ort, die Erde unter und der Himmel über Dir. Drei Tage und Nächte – für Leib, Seele und Geist.“

Dies bildet neben der Vorbereitungszeit und der Nachbereitung des Erfahrenen den Kern der insgesamt neuntägigen Waldexerziten, die wir in Südschweden in der Tradition von biblischen Propheten, Eremiten und anderen Männern und Frauen verbringen. Sie zogen sich in die Wildnis zurück, um sich mit den Kräften der Schöpfung und ihrem Schöpfer zu verbinden. Sie gingen auf Visionssuche/Vision Quest, ein uraltes, in vielen Kulturen und Religionen praktiziertes Ritual im Dialog mit der Schöpfung.

Die Begegnung mit den Elementen, die Reduzierung auf das Lebensnotwendige, individuelle Impulse und Rituale und vieles mehr können den Blick für anstehende Themen, Fragen, Entscheidungen und die eigene Berufung öffnen und erweitern.

Kooperationspartner: Kloster Nütschau und Den Heiligen Benedictus Kloster, Mariavall

Anmeldung: Pastorale Dienststelle im Erzbistum Hamburg, Fachbereich Männer
Tel.: 040 24877270

B17 „Timeout!“ **Auszeit für Männer**

Auszeit, Unterbrechung, Atempause, bevor die Luft wegbleibt – auch für Männer ist es eine Herausforderung, sich regelmäßige Zeiten zur Standortbestimmung und Orientierung zu nehmen, damit sich Kraft und Lust zum Leben, alltägliche Präsenz und Klarheit erneuern und vertiefen können. Denn alles hat und braucht seine Zeit: Freundschaften und Familie, Spiritualität und Beruf, Gesundheit, Kreativität und inneres Wachstum. Zeiten des Alleinseins in der Natur und in der Stille, Gespräche in der Männerrunde, thematische Impulse und die Möglichkeit zur Teilnahme am Stundengebet der Mönche.

Anmeldungen bis zum 27. Oktober im Kloster Nütschau, Bildungshaus St. Ansgar
Tel. 04531 5004-0, E-Mail: termine@haus-sankt-ansgar.de

B18 „Männer. Erfindet. Euch. Neu.“ **Vortrag und Gespräch mit Björn Süfke**

Was hat das traditionelle Verständnis von Männlichkeit in der Familie und Gesellschaft bewirkt? Welche Chancen bieten die Veränderungen gewachsener Männerrollen und Männlichkeitsvorstellungen heute? – Männer von heute sollen gefühlvoll sein, aber keine Weicheier; möglichst 24 Stunden Papa und gleichzeitig berufliche Überflieger und feurige Liebhaber... Kein Wunder, dass Mann sich verwirrt fragt, wo's nun langgeht. Björn Süfke, der Männertherapeut und Autor des gleichnamigen Buches („Männer. Erfindet. Euch. Neu.“) fordert die Männer auf, sich von den Ansprüchen der Gesellschaft, den traditionellen wie den modernen, loszusagen und ihre eigene Männlichkeit „neu zu erfinden“. Und er appelliert an die Frauen, diese Veränderungen auch wirklich zuzulassen. Denn nur so werden wir letztlich alle profitieren: durch Partner- und Elternschaft auf Augenhöhe und eine wahrhaft gleichberechtigte Gesellschaft.
Anmeldung: Kath. Familienbildungsstätte Lübeck bis zum 14. November 2017.
In Kooperation mit Fachbereich Männer/Erzbistum Hamburg

Termin: Freitag, 03.11.
bis Sonntag,
05.11.2017
Zeit: Freitag 17.00
bis Sonntag 13.00
Ort: Kloster Nütschau
Leitung: Ludger
Nikorowitsch,
Bruder
Josef van Scharrel
Kosten: 150 €

Termin: Donnerstag,
17.11.2017
Zeit: 19.00
Ort: K-Punkt
Leitung: Björn Süfke
Kosten: 5 €

Termin: Freitag, 10.03.
bis Sonntag,
12.03.2017
Zeit: Freitag 18.00 bis
Sonntag 13.00
Ort: Gästehaus der Abtei
Münsterschwarz-
ach
Leitung: Ludger
Nikorowitsch,
Bruder
Josef van Scharrel
Kosten: 200,00 €

B19 Damit mehr LEBEN ins Leben kommt Für Männer in Zeiten der Wandlung

Da muss es doch noch etwas Anderes geben im Leben! Manchmal muss Mann sich zurückziehen, abschalten, aus der Tretmühle des Alltags rausgehen, allein sein, im eigenen Körper das Leben spüren, zu sich selbst kommen. Dies wird umso drängender in Zeiten des Übergangs – z. B. bei Veränderungen im Familienbereich oder Freundeskreis, bei Wechsel oder Verlust von Arbeit, in Krankheit, am Ende einer Lebensphase und vor einem noch ausstehenden Neubeginn – oder überhaupt einmal.

Dabei können sich Fragen auftun und Antworten wachsen:
Wie haben andere Männer solche Übergänge er- und gelebt?
Was haben sie unternommen, um mehr Lebendigkeit zu erfahren?
Welche neuen Fähigkeiten und Stärken haben andere und habe ich entdeckt?

Mit Zeiten der Stille und des Alleinseins in der Natur, im Rahmen des Stundengebets der Mönche und beim Austausch im Kreis der Männer werden wir diesen Pfaden der Wandlung folgen – damit mehr LEBEN ins Leben kommen kann.

Anmeldung: Gästehaus der Abtei Münsterschwarzach,
Tel. 09324 20-203, www.abtei-muensterschwarzach.de

B20 Männer auf dem Weg – Übergänge des Lebens Auszeit für Männer im Kloster Montserrat

Übergänge des Lebens: Manchmal fließend und weich, manchmal hart und sehr plötzlich. Welche Übergänge erfahre ich gerade, was ist im Moment bei mir dran?

Wir machen uns auf den Weg ins Kloster Montserrat, in der Nähe von Barcelona, wo die Übergänge zwischen Natur und Kultur seit jeher sehr deutlich sind. Wir schätzen die Annehmlichkeiten und den Schutz des Klosters zum Übernachten und verbringen unsere Tage draußen in der wilden Natur des Nationalparks Montserrat. Wir gehen alleine und auch mit anderen Männern auf Fährtenuche zu den Übergängen des Lebens. Zu dieser Reise gibt es eine persönliche Vorbereitungszeit.

Für Männer zwischen 40 und 60

- Unterbringung im Kloster im Einzelzimmer
- Vollpension
- Kursmaterial
- Flughafentransfer

Flug nach Barcelona muss selbst organisiert werden und ist nicht im Kurspreis enthalten
Dieser Kurs findet in Kooperation mit der Katholischen Familienbildungsstätte Lübeck statt.

Termin: Sonntag, 07.05.
bis Samstag,
13.05.2017
Ort: Kloster Montserrat,
Barcelona
Leitung: Jochen Stöppler
und
Dr. Malte Herwig
Kosten: 900 €

Termine: nebenstehend
Zeit: 19.00 - 21.00
Ort: Katholische
Ehe-, Familien-
und Lebens-
beratungsstelle
Leitung: Bernhard Witte
Kosten: kostenlos

B 21 Männer. Erfindet. Euch. Neu.

Angelehnt an diesen Buchtitel von Björn Süfke (Männertherapeut in Bielefeld) findet jeden ersten Montag ein Männergesprächskreis statt.

Termine: 05.09.2016, 10.10.2016, 07.11.2016, 05.12.2016, 09.01.2017, 06.02.2017, 06.03.2017, 03.04.2017, 02.05.2017, 12.06.2017, 03.07.2017

Anmeldung erforderlich: 0451 78205

Termin: Mittwoch,
23.11.2016
Zeit: 18.00
Ort: Haus der
Begegnung
Leitung: Sybille Bernard
Kosten: kostenlos

B22 Patientenverfügung

Der medizinische Fortschritt hat in den letzten Jahrzehnten zu einer schwierigen Situation geführt. Der Einsatz aller medizinisch-technischen Mittel der Intensivmedizin kann auch das Leiden und Sterben eines Menschen verlängern. Ein würdevolles Leben bis zuletzt kann auch der Verzicht auf die Anwendung intensiver Medizin bedeuten. Eine letzte Entscheidung muss aus der konkreten Situation des Menschen heraus getroffen werden. Dieser Vortrag möchte Ihnen Inhalte der „Patientenverfügung“ näherbringen, mit der Sie schon jetzt die Anwendung medizinischer Verfahren und somit die Qualität der letzten Lebensphase mitbestimmen können.

B23 Ehrenamtliche in der Krankenhauseelsorge gesucht

Die Krankenhauseelsorge in Lübeck bietet in diesem Jahr wieder einen Kurs für neue Ehrenamtliche an (Universitätsklinikum, Sana Krankenhaus Süd und Marien-Krankenhaus). Willkommen sind Frauen und Männer, die für ca. 2 Stunden in der Woche Patienten auf einer konkreten Station besuchen möchten. Für diese Aufgabe ist es wichtig, dass Sie psychisch gesund sind, einfühlsam zuhören können und zu einer christlichen Kirche gehören. Der Einführungskurs wird nach den Herbstferien beginnen.

An zwölf Abenden (jeweils mittwochs von 17.30 Uhr bis 19.00 Uhr) werden die Teilnehmer/innen auf die neue Aufgabe vorbereitet.

Am Kursende stehen ein Abschlussgespräch und die Entscheidung zur Mitarbeit. Die Arbeit auf den Stationen wird anschließend begleitet in einer Supervision, die alle drei Wochen stattfindet. Der Kurs steht unter der Leitung der Krankenhauseelsorgerin Karin Wilmes (Marien-Krankenhaus, Tel: 0451 1407170) und des Krankenhauseelsorgers Hubert Sieverding (Universitätsklinikum, Tel: 0451 5003178).

Telefonische Anmeldungen zu einem Vorgespräch bitte bis zum 16.09.2016 bei der Kursleitung.

Termin: jeweils mittwochs,
12x
Zeit: 17.30 - 19.00
Leitung: Karin Wilmes
und
Hubert Sieverding

Termin: jeden Donnerstag
Zeit: 9.30 - 12.30
Ort: K-Punkt
Leitung: Christa Benedict
Kosten: kostenlos

C Kreativ und Aktiv

• Gesundheit/Sport

C1 Krebsnachsorgegruppe für Frauen

Die Teilnehmer unserer Gruppe haben alle eine Krebserkrankung mit anschließender, anstrengender Nachbehandlung hinter sich oder sie befinden sich noch in der Behandlung. Einige Frauen versorgen zusätzlich ihre pflegebedürftigen Ehemänner oder kümmern sich um erkrankte Angehörige. Unsere Gemeinschaft soll eine Kraftquelle sein und die Lebensfreude erhalten oder wieder aufbauen. Dies geschieht durch das Gespräch (zuhören, verstehen, mitteilen), durch Lesungen von Geschichten oder Gedichten, Spiele, handwerkliche Arbeiten, Meditationen und gemeinsame Ausflüge. Wir beginnen unser Treffen immer mit einem gemeinsamen Frühstück.

C2 Balance – Bewegung – Tanz

Ein fortlaufender Kurs: Hier können Sie dehnende und kräftigende Übungen (Yoga) und energetisierende, ruhige Bewegungsfolgen (Qi Gong) erlernen, die am Boden und im Stand ausgeführt werden. Wenn Sie sich verspannt fühlen, werden Sie Ihre Beweglichkeit verbessern und zudem viel für eine aufrechte Haltung und mühelose Körperkoordination tun können.

Am Schluss gibt es Bewegungsfolgen zu belebender Musik!

C3 Aufrichtung & Koordination

Die Stunde besteht aus drei Teilen:

- Körperwahrnehmung und Entspannung im Liegen
- Übungen für Beweglichkeit und Dehnung
- Bewegung im Raum/ Verbesserung der Koordination

Der Kurs hilft Ihnen, die Körperachse und Schwerkraft aktiv einzusetzen und Bewegungen mit Leichtigkeit auszuführen. Ob Sie im Alltag viel sitzen oder stehen müssen: Hier können Sie lernen, Ihr Rückensystem und die Gelenke zu entlasten, den Körper aufzurichten und die Anspannung herunterzufahren.

Termin: Mittwoch
Zeit: 8.45 - 9.45
Ort: K-Punkt
Leitung: Georg Schmidt
Kosten: monatlich 40 €
für 4 Kursstunden

Termin: Dienstag
Zeit: 18.00 - 19.00
Ort: K-Punkt
Leitung: Georg Schmidt
Kosten: monatlich 40 €
für 4 Kursstunden

C4

Termin: Montag, 05.09. -
14.11.2016 und
09.01. - 13.03.2017

C5

Termin: Donnerstag, 08.09. -
10.11.2016 und
12.01. - 13.03.2017

Ort: Kindergarten

St. Bonifatius

Zeit: 18.00 - 19.00

Leitung: Inke Fey

Kosten: 45 €

C4/C5 Rückengymnastik

Wer kennt nicht das Gefühl, der Rücken würde durchbrechen, man kommt nicht vom Stuhl hoch? Die Rückengymnastik für Männer Frauen gibt praktische Tipps gegen das Volksleiden Nr. 1.

C7 Pilates

Termine: Montag, 18.07.2016 bis 14.11.2016 10x
21.11.2016 bis 19.12.2016 5x
09.01.2017 bis 20.03.2017 10x
03.04.2017 bis 03.07.2017 10x
10.07.2016 bis 06.11.2017 10x

Zeit: 16.30 - 17.30

Ort: Kita Herz Jesu

Leitung: Angela
Schmeckebeer

Kosten: 50 € für 10x

Zeit: 08.45 - 9.45

Ort: K-Punkt

Leitung: Angela
Schmeckebeer

Kosten: 50 € für 10x

C6 Rückenfitness

Termine: Montag, 30.05.2016 bis 12.09.2016 10x
19.09.2016 bis 12.12.2016 10x
09.01.2017 bis 20.03.2017 10x
03.04.2017 bis 03.07.2017 10x
10.07.2016 bis 06.11.2017 10x

C8 Pilates

Termine: Mittwoch, 29.04.2016 bis 09.11.2016 10x
16.11.2016 bis 14.12.2016 5x
11.01.2017 bis 22.03.2017 10x
29.03.2017 bis 14.06.2017 10x
21.06.2017 bis 04.10.2017 10x

Zeit: 18.00 - 19.00

Ort: Kita Herz Jesu

Leitung: Angela
Schmeckebeer

Kosten: 50 € für 10x

Zeit: 10.00 - 11.00
Ort: K-Punkt
Leitung: Angela
Schmeckeber
Kosten: 50 € für 10x

C9 Bauch Beine Po

Termine: Mittwoch, 29.04.2016 bis 09.11.2016 10x
16.11.2016 bis 14.12.2016 5x
11.01.2017 bis 22.03.2017 10x
29.03.2017 bis 14.06.2017 10x
21.06.2017 bis 04.10.2017 10x

C11 Pilates

Termine: Freitag, 03.06.2016 bis 16.09.2016 10x
23.09.2016 bis 17.12.2016 10x (einmal gut)
13.01.2017 bis 17.03.2017 10x
24.03.2017 bis 16.06.2017 10x
23.06.2017 bis 06.10.2017 10x

Zeit: 10.00 - 11.00
Ort: K-Punkt
Leitung: Angela
Schmeckeber
Kosten: 50 € für 10x

Zeit: 19.00 - 20.00
Ort: Kita Herz Jesu
Leitung: Angela
Schmeckeber
Kosten: 50 € für 10x

C10 Aerobic

Termine: Mittwoch, 29.04.2016 bis 09.11.2016 10x
16.11.2016 bis 14.12.2016 5x
11.01.2017 bis 22.03.2017 10x
29.03.2017 bis 14.06.2017 10x
21.06.2017 bis 04.10.2017 10x

C12 Pilates

Termine: Freitag, 03.06.2016 bis 16.09.2016 10x
23.09.2016 bis 17.12.2016 10x (einmal gut)
13.01.2017 bis 17.03.2017 10x
24.03.2017 bis 16.06.2017 10x
23.06.2017 bis 06.10.2017 10x

Zeit: 11.00 - 12.00
Ort: K-Punkt
Leitung: Angela
Schmeckeber
Kosten: 50 € für 10x

Termin: wird bekanntgegeben
Ort: wird bekanntgegeben
Leitung: Angela Schmeckeblie
Kosten: wird bekanntgegeben/
Absprache mit der Krankenkasse

C13 Rehasport

Ziel des Rehasports ist es,

- Ihre Ausdauer und Kraft zu stärken,
- Ihre Koordination und Flexibilität zu verbessern,
- Ihr Selbstbewusstsein zu stärken und Hilfe zur Selbsthilfe zu bieten

Rehasport umfasst bewegungstherapeutische Übungen, die von unseren qualifizierten Übungsleitern angeleitet werden. Die Übungen werden als Gruppenbehandlungen im Rahmen regelmäßiger Übungsveranstaltungen durchgeführt.

Das Training wird von den gesetzlichen Krankenkassen bezuschusst und umfasst 50 Übungseinheiten. Nähere Informationen zum Reha-Sport erhalten Sie von Ihrer Krankenkasse.

Rehabilitationssport (Reha-Sport) stellt eine ergänzende Maßnahme im Rahmen der medizinischen Rehabilitation und zur Förderung der Teilhabe am Arbeitsleben dar.

Reha-Sport ist gesetzlich verankert und wird zeitlich befristet von den Rehabilitations-trägern finanziert. Die positiven Auswirkungen auf die Gesundheit sind unumstritten: Alltagsbeschwerden werden vermindert und krankheitsbedingten Folgeschäden kann entgegengewirkt werden. Das Risiko, an Folgeerkrankungen zu erkranken, sinkt.

C Kreativ und Aktiv

- **Kreativ mit Stoff / Wachs / Farbe**

C14 Kerzen gestalten

Eine mit Liebe angefertigte Taufkerze oder Kommunionkerze ist ein persönliches und einzigartiges Geschenk. Auch viele Brautpaare gestalten ihre Hochzeitskerze gerne selbst. Mit ein wenig Geschick, Übung und fachkundiger Anleitung ist es gar nicht so schwer, eine Kerze zu verzieren.

C15 Nähen für Anfänger

Selber nähen und schneiden ist leichter als Sie denken und macht Spaß! Dieser Kurs richtet sich an Interessierte, die über keine oder nur minimale Grundkenntnisse im Schneiden verfügen. Sie bekommen alle wichtigen Grundlagen zu den Themen Stoff- und Materialkunde sowie den Umgang mit verschiedensten Schnittmustern.

Termin: 1. Dienstag
im Monat
Zeit: 10.00 - 12.00
Ort: St. Birgitta
Leitung: Leokadia Baron
Kosten: kostenlos

Termin: jeden Freitag,
ab 16.09.2016
Zeit: 14.00 - 17.00
Ort: Evangelisches
Frauenwerk
Leitung: Leyla Onat
Kosten: 10 € im Monat
(Zahlung vor Ort)

Termin: Samstagvormittag
auf Anfrage
Ort: St. Joseph
Leitung: Christiane Kiwitt
Kosten: 10 €

C16 Acrylmalerei **Für Kinder im Alter von 7 bis 12 Jahren**

Ihr könnt an diesem Vormittag die Acrylmalerei kennenlernen. Auf Leinwand wollen wir mit dem Pinsel, Spachtel oder Schwamm die Farben mischen, auftragen und zu einem Thema ein Kunstwerk schaffen. Mitzubringen ist ein Malkittel.

Termin: Samstagvormittag
auf Anfrage
Ort: St. Joseph
Leitung: Christiane Kiwitt
Kosten: 23 €

C17 Aquarellmalerei für Erwachsene

An diesem Vormittag können Sie die Leuchtkraft und Transparenz der Aquarellfarben kennenlernen. Verschiedene Techniken wie Nass-in-Nass, Nass auf Trocken, das Lasieren und das Mischen der Farben werden vorgestellt. Es kann auch in Mischtechniken mit Pastellkreide und/oder Ölkreide gearbeitet werden. Vorkenntnisse sind nicht erforderlich. Mitzubringen ist ein Malkittel.

C Kreativ und Aktiv

• Gesang und Tanz

C18 Meditatives Tanzen

Beschwingte, beruhigende, ausgleichende Tänze, z. T. zur Jahreszeit passend oder thematisch orientiert, bilden den Inhalt dieser Tanzabende. Jeder Abend ist in sich abgeschlossen und kann einzeln besucht werden.

Bitte Gymnastikschuhe oder dicke Socken mitbringen (Teppichboden)!

C19 Gedichtmeditation

In ruhiger und schöner Atmosphäre lassen wir ein zum Beginn des Jahres passendes Gedicht auf uns wirken und „bewegen es im Herzen“. Bitte einen Schreibblock und einen Stift mitbringen.

Termine: 07.10.2016,
13.12.2016,
21.02.2017,
07.04.2017,
13.06.2017
Zeit: 19.30 - 21.00
Ort: Kita Herz Jesu
Leitung: Gabriele
Gronemeyer
Kosten: je Abend 6 €

Termin: Freitag,
06.01.2017
Zeit: 19.30 - 20.30
Ort: Haus der
Begegnung
Leitung: Gabriele
Gronemeyer
Kosten: 3 €

Termin: Samstag,
08.07.2017
Zeit: 10.30 - 12.00
Ort: Haus der
Begegnung
Leitung: Gabriele
Gronemeyer
Kosten: 6 €

C20 Rhythm is it!

Auch ohne große Vorkenntnisse lassen sich mit einer kleinen Auswahl von Rhythmusinstrumenten interessante Stücke musizieren, die Aufmerksamkeit und Genauigkeit erfordern und fördern – und die einfach Spaß machen.

Termin: Freitag,
20.05.2017
Zeit: 10.30 - 12.00
Ort: Haus der
Begegnung
Leitung: Gabriele
Gronemeyer
Kosten: 6 €

C21 Gesänge aus Taizé

Seit vielen Jahren schon sind die ein- und mehrstimmigen Gesänge aus Taizé aus meditativen Gottesdiensten nicht mehr wegzudenken und werden auch bei vielen anderen Anlässen gerne gesungen. Wir erlernen neue Lieder, vertiefen Bekanntes und üben – je nach Stimmlagen der Teilnehmenden – verschiedene Stimmen ein.

C Kreativ und Aktiv

• Kulinarisches

C22 Kräuterwanderung am Elbe-Lübeck-Kanal Essbares und Heilkräuter der Volksheilkunde

Wir werden die heimischen Wildkräuter kennenlernen, die früher als Heilpflanzen oder zur Ernährung genutzt wurden. Die Brennnessel war früher ein sehr geschätztes Nahrungs- und Heilmittel, der Spitzwegerich ein gutes Mittel gegen Blasen an den Füßen etc. Zum Abschluss werden kleine Kostproben gereicht.

C23 Kräuteröle und -essig selber herstellen

Kräuteröle und -essig bereichern die kulinarische Küche von Feinschmeckern und sind für Wellnesszwecke einsetzbar. Sie sind sehr aromatisch, enthalten ätherische Öle, fettlösliche Aromastoffe und tragen zum gesundheitlichen Wohlbefinden bei. Selbst hergestellte Kräuterliköre sind nicht nur sehr köstlich vor oder nach Mahlzeiten eingesetzt, sondern regen auch die Verdauungstätigkeit an. Tinkturen wurden schon früher oft in der Volksheilkunde zur Förderung der Gesundheit eingesetzt.

Termin: Samstag,
06.05.2017
Zeit: 11.00 - 12.30
Ort: Oberbüssau,
Kanalbrücke
Leitung: Elisabeth Kreimer
Kosten: 5 € für Erwachsene,
3 € für Kinder,
2 € werden
zusätzlich von der
Referentin für die
Kostproben
eingesammelt.

Termin: Montag,
10.10.2016
Zeit: 19.30 - 21.30
Ort: K-Punkt
Leitung: Elisabeth Kreimer
Kosten: 20 €

Veranstaltungen und Kurse:

Die Veranstaltungen und Kurse der Katholischen Familienbildungsstätte Lübeck sind offen für alle, unabhängig von religiöser, beruflicher oder parteilicher Zugehörigkeit.

Die Veranstaltungen finden in kommunalen und kirchlichen Räumen statt.

Bitte beachten Sie, dass in fortlaufende Kurse evtl. auch nach Kursbeginn eingestiegen werden kann. Anfragen sind telefonisch unter 0451 7098750 möglich.

Im Laufe des Jahres wird das Programm durch weitere Angebote ergänzt, welche Sie unseren Monatsprogrammen entnehmen können.

Anmeldung

ist bei allen Angeboten erforderlich. Wir bitten Sie, sich telefonisch, schriftlich, per E-Mail: info@fabi-luebeck.de oder mündlich in unserem Büro anzumelden.

Bei der Anmeldung ist mit der Aufnahme der Personalien die Anmeldung verbindlich.

Abmeldung

Wenn nicht drei Tage vor Kursbeginn die Anmeldung storniert wird, ist die volle Kursgebühr zu zahlen.

Kostenlose Kurse

Auch bei kostenlosen Kursen ist eine Anmeldung im Sekretariat unbedingt erforderlich. Bei diesen kostenlosen Angeboten bitten wir um eine Spende.

Rückerstattung von Kursgebühren

Sollte eine Veranstaltung wegen mangelnder Beteiligung nicht zustande kommen, werden die Kursgebühren in voller Höhe erstattet.

Rückerstattung von Gebühren bei Rücktritt oder Abbruch des Kurses ist grundsätzlich nicht möglich; ebenso kann keine Rückerstattung von Gebühren für einzelne Einheiten erfolgen.

Ankündigungen durch die Presse

Die Veranstaltungen werden in der Lokalpresse, im Veranstaltungskalender sowie durch Artikel bekannt gegeben. Zudem erfolgt eine Veröffentlichung über die Pfarrbriefe der Gemeinden, über gesonderte Faltblätter, auf der Internetpräsenz (www.fabi-luebeck.de), in den Monatsprogrammen und Aushängen.

Teilnahmegebühren

werden vor Beginn der Veranstaltung fällig. Die Gebühren sind aus den Angaben zu den einzelnen Veranstaltungen zu entnehmen. Erfolgt keine Angabe, ist der Kurs kostenlos. Die Teilnahmegebühren sind auf das folgende Konto zu überweisen:

Kath. Familienbildungsstätte Lübeck e.V. · DKM (Darlehnskasse Münster eG)

IBAN: DE59 4006 0265 0022 0417 00 · BIC: GENODEM1DKM

Sozial Benachteiligte können nach Rücksprache eine Ermäßigung der Kursgebühren erhalten, ebenso Familien mit mehreren teilnehmenden Kindern.

Haftung

für Diebstahl, Verlust und Beschädigung Ihrer Garderobe kann nicht übernommen werden.

E-Mail-Verteiler

Wenn Sie wünschen, können wir Ihnen auch per E-Mail die aktuellen Monatsprogramme zuschicken. Bitte teilen Sie uns dazu Ihre E-Mail-Adresse telefonisch oder über info@fab-luebeck.de mit.

Im E-Mail-Newsletter der Katholischen Familienbildungsstätte e.V. erhalten Sie zudem auch Informationen über aktuelle Kurse, die derzeit angeboten werden.

Anschrift und Kontakt

**Katholische Familienbildungsstätte
Lübeck e. V.
Parade 4
23552 Lübeck**

**Tel: 0451 7098750
Tel: 0451 7098766
E-Mail: info@fab-luebeck.de
Homepage: www.fabi-luebeck.de**

Sekretariat

Öffnungszeiten: Montag und Donnerstag von 14.00 - 17.00
Mittwoch von 08.00 - 13.00

Unsere Einrichtung

Die Katholische Familienbildungsstätte Lübeck e.V. wird getragen von den Katholischen Kirchengemeinden des Dekanates Lübeck, dem Caritasverband Lübeck e.V., der Katholischen Frauengemeinschaft Deutschland, Dekanat Lübeck, dem Kolpingwerk Lübeck und der Katholischen Jugend Lübeck und Stormarn Lauenburg.

Vorstand

Peter-W. Werbs (1. Vorsitzender)
Angela Ohlendorf (stellv. Vorsitzende)
Johannes Krefting Abteilung Bildung, Erzbischöfliches Generalvikariat Hamburg
Dorothee Martini Caritasverband Lübeck
Pfarrer Kirchhoff Dechant des Dekanates Lübeck
Karin Wilmes Dekanat Lübeck

Leiter Bernhard Witte

Sekretariat Dagmar Mütter

Das Programm der Katholischen Familienbildungsstätte Lübeck e.V. ist erstellt worden in Zusammenarbeit mit dem Referat Katechese und dem Referat Frauen und Männer des Erzbistums Hamburg.

Lekardia Baron	Pfarrsekretärin
Regina Behring Frische	Erzieherin
Christa Benedict	EFL Beraterin, Analytische Gruppenberaterin
Sibylle Bernard	Ärztin
Stephanie Brand	Lehrerin
Sigrun Brenner-Taukel	Dipl.-Sozialarbeiterin
Klaudia Bruns	Dipl.-Sozialpädagogin, Elternberaterin
Oinone Buschendorff-Schaar	Mediatorin, Kommunikationsberaterin
Sabine Dörre-Brunner	Dipl.-Sozialarbeiterin
Petra Eilers	Fam.-Therapeutin, Eheberaterin
Inke Fey	Krankengymnastin
Richard Fischer	Dipl.-Forstwirt
Gabriele Gronemeyer	Seniorentanzleiterin im Bundesverband Seniorentanz
Heidrun Hannemann	EPL und KEK Trainerin
Dr. Malte Herwig	Publizist
Torsten Heuer	Dipl.-Sportlehrer
Harald Jäger	Erlebnispädagoge
Sigrid Joos	Dipl.-Sozialpädagogin

Christiane Kiwitt	Dipl.-Kunstpädagogin/Kunsttherapeutin
Heike Köhler	Erzieherin, Leiterin Familienzentrum
Elisabeth Kreimer	Gesundheitsberaterin
Dr. Thomas Kroll	Dipl.-Theol., Leiter des Referats Verkündigung/Missionarische Pastoral
Hilburg Linder	Fachreferentin
Stefan Muth	Katholischer Priester i. R.
Ludger Nikorowitsch	Kath. Theologe, Fachreferent Männerseelsorge
Robert J. Olbricht	Dipl.-Theologe und Supervisor
Leyla Onat	Schneiderin
Peter Otto	Kath. Priester St. Birgitta und St. Bonifatius
Gesa Scharf	Psychologin
Br. Josef van Scharrel OSB	Leiter Haus Raphael, Kloster Nütschau
Angela Schmeckebier	Fachreferentin
Georg Schmidt	ATVD-zertifizierter Lehrer der Alexander-Technik
Jochen Stöppler	Dipl.-Betriebswirt
Björn Süfke	Männertherapeut und Dozent
Bernhard Witte	Dipl.-Reli.päd, Dipl.-Soz.arb., Ehe-, Familien- und Lebensberater
Michael Wrage	EPL und KEK Trainer, Dipl.-Theologe

K-Punkt/Haus der Begegnung Kinder u. Jugendkulturhaus „Die Röhre“ Marienkrankenhaus	Parade 4, 23552 Lübeck Mengstr. 35, 23552 Lübeck Parade 3, 23552 Lübeck
Katholische Kindertagesstätten:	
Familienzentrum St. Bonifatius	Friedenstr. 103a, 23554 Lübeck
Familienzentrum St. Franziskus	Kiwittredder 1, 23560 Lübeck
Kita Herz Jesu	Parade 4a, 23552 Lübeck
Kita St. Konrad	Jürgen-Wullenwever-Str. 8, 23566 Lübeck
Gemeindehäuser:	
St. Birgitta	Eduard-Müller-Weg 1, 23558 Lübeck
St. Bonifatius	Wickedestr. 74, 23554 Lübeck
Liebfrauen	Benzstr. 2, 23566 Lübeck
St. Franziskus	Kiwittredder 1, 23560 Lübeck
St. Georg	Rose 32, 23570 Travemünde
Heilig Geist	Goerdelerstr. 31, 23566 Lübeck
Maria Königin	Geibelstr. 20, 23611 Bad Schwartau
St. Joseph	Josephstr. 15, 23569 Lübeck
St. Vicelin	Mönkhofer Weg 84, 23562 Lübeck
Ev. Frauenwerk	Steinrader Weg 11, 23558 Lübeck

2016**Nach Absprache**

- A7 Geburtsvorbereitung
- A25 Rendsburger Elterntraining
- A13 Workshop für Erzieher/innen
- A24 Eltern-AG
- B2 Aufwachsen mit Gott
- B15 Gesprächskreis für junge Väter
- C16 Acrylmalerei für Kinder
- C17 Aquarellmalerei für Erwachsene
- B8 „Eine Kultur der Achtsamkeit und Wertschätzung“
- A5 Eltern sein und Liebespaar bleiben
- B23 Ehrenamtliche in der Krankenhauseelsorge

Juli 2016

- A27 Vater-Kind Paddeltour in Schweden
- A8 „Reisen macht Spaß – Träumen erst recht“ für Kinder von 6 bis 10 Jahren

August 2016

- B1 Grundkurs des Glaubens
- C1 Krebsnachsorgegruppe für Frauen
- C2 Balance-Bewegung-Tanz
- C3 Aufrichtung & Koordination
- C14 Kerzen gestalten
- C15 Nähen für Anfänger
- C7 Pilates Montag
- C8 Pilates Mittwoch
- C9 Bauch Beine Po – Mittwoch
- C10 Aerobic – Mittwoch
- C13 Rehasport
- A12 „Mein Lieblingsplatz“ für Kinder von 8-12 Jahren

September 2016

- A9 Spielgruppe für Kinder Montag
- A10 Spielgruppe für Kinder Mittwoch

- A11 Spielgruppe für Kinder Donnerstag
- C4 Rückengymnastik – Montag
- B21 Männergesprächskreis
- C5 Rückengymnastik – Donnerstag
- A23 Eltern-AG
- A14 Yoga für Kinder von 8 bis 12
- A15 Yoga für Kinder von 5 bis 7
- A16 Yoga für Familien
- B1 Grundkurs des Glaubens
- C1 Krebsnachsorgegruppe für Frauen
- B10 Nütschauer Männersamstage: Familie und Gemeinschaft
- C6 Rückenfitness – Montag
- C11 Pilates – Freitag
- C12 Pilates – Freitag
- C13 Rehasport
- C15 Nähen für Anfänger
- C14 Kerzen gestalten
- C2 Balance-Bewegung-Tanz
- C3 Aufrichtung & Koordination

Oktober 2016

- A17 Männer kochen anders
- C18 Meditatives Tanzen
- C23 Kräuteröle und -essig selber herstellen
- B4 Jugendfahrt nach Taizé
- A16 Yoga für Familien
- A9 Spielgruppe für Kinder
- A10 Spielgruppe für Kinder
- A11 Spielgruppe für Kinder
- B1 Grundkurs des Glaubens
- B9 Romwallfahrt zum Jahr der Barmherzigkeit
- C13 Rehasport
- C2 Balance-Bewegung-Tanz
- C3 Aufrichtung & Koordination
- C1 Krebsnachsorgegruppe für Frauen
- C15 Nähen für Anfänger
- C14 Kerzen gestalten

November 2016

- A9 Spielgruppe für Kinder
- A10 Spielgruppe für Kinder
- A11 Spielgruppe für Kinder
- A14 Yoga für Kinder von 8 bis 12
- A15 Yoga für Kinder von 5 bis 7
- B1 Grundkurs des Glaubens
- B3 Advent, Advent
- B17 „Time out“ Auszeit für Männer
- B22 Patientenverfügung
- C13 Rehasport
- C1 Krebsnachsorgegruppe für Frauen
- C2 Balance-Bewegung-Tanz
- C3 Aufrichtung & Koordination
- C15 Nähen für Anfänger
- C14 Kerzen gestalten

Dezember 2016

- A9 Spielgruppe für Kinder
- A10 Spielgruppe für Kinder
- A11 Spielgruppe für Kinder
- A16 Yoga für Familien
- C18 Meditatives Tanzen
- B1 Grundkurs des Glaubens
- B10 Nütschauer Männersamstage Glaube und Spiritualität
- C1 Krebsnachsorgegruppe für Frauen
- C13 Rehasport
- C2 Balance-Bewegung-Tanz
- C3 Aufrichtung & Koordination
- C15 Nähen für Anfänger
- C14 Kerzen gestalten

2017**Januar 2017**

- A9 Spielgruppe für Kinder
- A10 Spielgruppe für Kinder
- A11 Spielgruppe für Kinder
- B1 Grundkurs des Glaubens
- C19 Gedichtmeditation
- C1 Krebsnachsorgegruppe für Frauen
- C13 Rehasport
- C2 Balance-Bewegung-Tanz
- C3 Aufrichtung & Koordination
- C15 Nähen für Anfänger
- C14 Kerzen gestalten

Februar 2017

- A9 Spielgruppe für Kinder
- A10 Spielgruppe für Kinder
- A11 Spielgruppe für Kinder
- A16 Yoga für Familien
- B13 Men's spirit: Männer und Spiritualität

- A22 „Grenzen setzen? – oder Rahmen schaffen...!“
- B1 Grundkurs des Glaubens
- A1 Damit die Liebe wächst – Ehevorbereitung
- A26 „Pubertät ist, wenn Eltern schwierig werden.“
- A21 Faszination Feuer Vater-Kind-Wochenende
- C1 Krebsnachsorgegruppe für Frauen
- C13 Rehasport
- C2 Balance-Bewegung-Tanz
- C3 Aufrichtung & Koordination
- C15 Nähen für Anfänger
- C14 Kerzen gestalten
- C18 Meditatives Tanzen

März 2017

- B7 Weltgebetsstag der Frauen
- A6 Die Kunst der guten Kommunikation in der Partnerschaft
- A3 Zeit für mich, Zeit für dich, Zeit füreinander

- A9 Spielgruppe für Kinder
- A10 Spielgruppe für Kinder
- A11 Spielgruppe für Kinder
- A16 Yoga für Familien
- B1 Grundkurs des Glaubens
- B19 Damit mehr LEBEN ins Leben kommt – Männer in Zeiten der Wandlung
- B11 Nütschauer Männersamstage: Männer am Übergang
- B5 Durch Fasten nach Buchinger die Gesundheit fördern
- C1 Krebsnachsorgegruppe für Frauen
- C13 Rehasport
- C2 Balance-Bewegung-Tanz
- C3 Aufrichtung & Koordination
- A19 Die Holzwerkstatt – Vater-Kind-Wochenende
- B6 Frauen in der Bibel
- C15 Nähen für Anfänger
- C14 Kerzen gestalten

April 2017

A9 Spielgruppe für Kinder
 A10 Spielgruppe für Kinder
 A11 Spielgruppe für Kinder
 A16 Yoga für Familien
 B1 Grundkurs des Glaubens
 C1 Krebsnachsorgegruppe für Frauen
 C13 Rehasport
 C2 Balance-Bewegung-Tanz
 C3 Aufrichtung & Koordination
 C15 Nähen für Anfänger
 C14 Kerzen gestalten
 C18 Meditatives Tanzen

Mai 2017

B20 Männer auf dem Weg –
 Exerzitien auf dem Montserrat
 C22 Kräuterwanderung am
 Elbe-Lübeck-Kanal
 A18 Mit Pfeil und Bogen –
 Vater-Kind-Wochenende
 C21 Gesänge aus Taizé

A9 Spielgruppe für Kinder
 A10 Spielgruppe für Kinder
 A11 Spielgruppe für Kinder
 B1 Grundkurs des Glaubens
 C1 Krebsnachsorgegruppe für Frauen
 C13 Rehasport
 C2 Balance-Bewegung-Tanz
 C3 Aufrichtung & Koordination
 C15 Nähen für Anfänger
 C14 Kerzen gestalten

Juni 2017

A9 Spielgruppe für Kinder
 A10 Spielgruppe für Kinder
 A11 Spielgruppe für Kinder
 B1 Grundkurs des Glaubens
 C1 Krebsnachsorgegruppe für Frauen
 C13 Rehasport
 C2 Balance-Bewegung-Tanz
 C3 Aufrichtung & Koordination

C15 Nähen für Anfänger
 C14 Kerzen gestalten
 C18 Meditatives Tanzen

Juli 2017

A9 Spielgruppe für Kinder
 A10 Spielgruppe für Kinder
 A11 Spielgruppe für Kinder
 B11 Nütschauer Männersamstage:
 Verantwortung übernehmen
 B14 Was Mann bewegt –
 Werkstatt Männerarbeit
 B1 Grundkurs des Glaubens
 C1 Krebsnachsorgegruppe für Frauen
 C13 Rehasport
 C2 Balance-Bewegung-Tanz
 C3 Aufrichtung & Koordination
 C15 Nähen für Anfänger
 C14 Kerzen gestalten
 C20 Rhythm is it!
 B12 Allein in der Wildnis
 Waldexerzitien für Männer

August 2017

B16 Into the wild
 Waldexerzitien für Männer

September 2017

A9 Spielgruppe für Kinder
 A10 Spielgruppe für Kinder
 A11 Spielgruppe für Kinder
 B1 Grundkurs des Glaubens
 B11 Nütschauer Männersamstage:
 Schöpferisch leben
 C1 Krebsnachsorgegruppe für Frauen
 C13 Rehasport
 C2 Balance-Bewegung-Tanz
 C3 Aufrichtung & Koordination
 C15 Nähen für Anfänger
 C14 Kerzen gestalten

Oktober 2017

A9 Spielgruppe für Kinder
 A10 Spielgruppe für Kinder
 A11 Spielgruppe für Kinder

A20 Männer kochen anders
 A4 Zeit für mich, Zeit für dich, Zeit
 füreinander – Paarwochenende
 B1 Grundkurs des Glaubens
 C1 Krebsnachsorgegruppe für Frauen
 C13 Rehasport
 C2 Balance-Bewegung-Tanz
 C3 Aufrichtung & Koordination
 C15 Nähen für Anfänger
 C14 Kerzen gestalten

November 2017

B18 „Männer. Erfindet. Euch. Neu.“
 Vortrag und Gespräch mit
 Männertherapeut Björn Süfke
 A9 Spielgruppe für Kinder
 A10 Spielgruppe für Kinder
 A11 Spielgruppe für Kinder
 B1 Grundkurs des Glaubens
 C1 Krebsnachsorgegruppe für Frauen

C13 Rehasport
 C2 Balance-Bewegung-Tanz
 C3 Aufrichtung & Koordination
 C15 Nähen für Anfänger
 C14 Kerzen gestalten

Dezember 2017

A9 Spielgruppe für Kinder
 A10 Spielgruppe für Kinder
 A11 Spielgruppe für Kinder
 B1 Grundkurs des Glaubens
 B11 Nütschauer Männersamstage:
 Innehalten und (Er-)Warten
 C1 Krebsnachsorgegruppe für Frauen
 C13 Rehasport
 C2 Balance-Bewegung-Tanz
 C3 Aufrichtung & Koordination
 C15 Nähen für Anfänger
 C14 Kerzen gestalten

BabyOne – von Anfang an!



BabyOne Markt für Baby- und
Kinderausstattung Lübeck GmbH

23569 Lübeck

Dänischburger Landstr. 81

Tel.: 04 51/70 73 73-0

Öffnungszeiten:

Mo. – Sa.: 10.00 – 20.00

Direkt im:



84 x in Deutschland

www.babyone.de

BABY1ONE®

Die großen Babyfachmärkte