

### Für Kinder und Familien

#### **Kindersachenflohmarkt**

##### In Varel-Büppel

Gut erhaltene Kinderkleidung und Spielzeug werden rund um das Evangelische Gemeindehaus „Die Arche“ in Varel-Büppel angeboten (bei Regen in der Arche). Eine Cafeteria sorgt für das leibliche Wohl. Eine Standanmeldung ist notwendig.

**Termin** Samstag, 3. September 2011, 14-16 Uhr

**Ort** Gemeindehaus „Die Arche“, Geestweg 9, Varel-Büppel

**Anmeldung** Kirchenbüro Varel, Tel.: 04451 - 9662-19

#### **Eltern-Kind-Gruppen**

werden gemeinsam von Eltern und einer Leiterin gestaltet. Neben dem gemeinsamen Spiel haben Mütter und Väter Gelegenheit, unter Anleitung ihren Erziehungsauftrag zu überdenken. In regelmäßigen Elternbegleitseminaren werden aktuelle Fragen aus dem Zusammenleben mit einem Kleinkind besprochen. Die Teilnahme an diesen Gesprächsabenden ist verbindlich.

#### **Familienleben mit kleinen Kindern - Elternbegleitseminare**

Die Elternarbeit ist ein grundsätzlicher und wesentlicher Bestandteil der Eltern-Kind-Gruppen. Fragen rund um die Erziehung, das Nachdenken über das eigene Rollenverhalten als Mann oder Frau, familiäre und gesellschaftliche Themen, sowie Orientierung an Werten und Normen stehen im Mittelpunkt der Elternbegleitseminare. Die fachliche, pädagogische Begleitung wird ergänzt durch den offenen Austausch von Meinungen und Erfahrungen in der Gruppe. Aus folgenden

Bereichen wählen die Eltern ihre Themen aus:

- \* Kindheit
- \* Zusammenleben in Partnerschaft und Familie
- \* Rollen- und Lebenssituationen von Frauen und Männern
- \* Verantwortung für das Leben in der Gesellschaft
- \* Glaubensfragen

### Eltern-Kind-Gruppen in Varel

#### Gruppe für Kinder (von ca. 6 - 15 Monaten)

**3402** ab der zweiten Septemberwoche · 9.30 Uhr · 13 x 90 Min. + 2 Elternabende · 58,75 €

**Ort** Gemeindehaus „Die Arche“, Geestweg 9, Varel-Büppel  
**Leitung** N.N.

#### Eltern-Kind-Gruppen in Bockhorn Neuenburg und Zetel

Die Einrichtung weiterer Eltern-Kind-Gruppen in anderen Ev. Kirchengemeinden ist jederzeit möglich. Information bei Heike Küls-Bitter unter (04421) 754 866.

Die Gruppen werden im Januar 2012 fortgesetzt.



• Ihr Fachmann für den gesamten Innenausbau

• Küchenplanung

• individuelle Einbauschränke

• Ladenbau

• Leichtbauwände

• Dachausbau

• Akustikdecken

**Rüderstraße 6 · 26382 Wilhelmshaven**  
**Tel. (0 44 21) 20 34 35 · Fax (0 44 21) 20 12 46**  
**www.tischlerei-papcke.de · e-mail: Papcke@t-online.de**

## ELTERN UND ERZIEHUNG

Angebote in Varel und der Friesischen Wehde

### Schnuppergarten

Im Schnuppergarten in den Ev. Kindertagesstätten in Friesland werden Kinder ab 2 Jahren unterstützt, einen sanften Einstieg in den Kindergartenalltag zu bekommen. Einmal wöchentlich beschnuppern die Kinder unter der Leitung von zwei pädagogischen Fachkräften einen Kindergarten und begleitende Elternabende informieren und beraten die Eltern bei diesem wichtigen Übergang in eine neue Entwicklungsphase ihres Kindes. Die Anmeldung erfolgt über den jeweiligen Ev. Kindergarten.

Schnuppergarten-Gruppen finden derzeit in folgenden Ev. Kindertagesstätten der Friesischen Wehde statt:

· Ev. Kindergarten Varel „Zum guten Hirten“, Oldenburger Str. 44a, 04451-3470

### Schnuppergarten in Friesland

Die Einrichtung weiterer Gruppen in anderen Ev. Kindertagesstätten in Friesland ist jederzeit möglich. Information bei Heike Küls-Bitter unter (04421) 754 866.

## Eltern und Erziehung



### Babys gesund ernährt

#### Was kommt nach der Milch?

Wann gibt es den ersten Brei? Was ist besser: Gläschen oder selbst gekocht? Wie viel sollen Babys trinken? Wie kann ich einer Allergie vorbeugen? Diese Fragen stellen sich alle Eltern, wenn Milch alleine für ihr Baby nicht mehr ausreicht. Welche Lebensmittel nach und nach den Speiseplan erweitern und wie sie am besten zubereitet werden, ist Thema dieser Veranstaltung.

**1818** Di · 13.09.11 · 19-21 Uhr · 6 € + 4 € Mat.

**Ort** Gemeindehaus „Die Arche“, Geestweg 9, Varel-Büppel

**1819** Mi · 14.09.11 · 19-21 Uhr · 6 € + 4 € Mat.

**Ort** Gemeindehaus Neuenburg, Graf-Anton-Günther-Str. 8

**Leitung** Elke Diekmann



### Kunterbunt und kerngesund

#### Essen und Trinken für Kleinkinder

Wenn Sie Ihrem Kind von Anfang an eine abwechslungsreiche Kost mit vielen verschiedenen Lebensmitteln anbieten, sorgen Sie am ehesten dafür, dass es die nötigen Nährstoffe zum Wachsen und Gesundbleiben bekommt. Hier erfahren Sie, was und wie viel Kleinkinder essen und trinken sollten, ob spezielle Kinderlebensmittel nötig sind, ob es auch mal Süßes sein darf und was dazu gehört, damit Kinder und Eltern Spaß beim Essen haben.

**1820** Mi · 11.01.12 · 19-21 Uhr · 6 € + 4 € Mat.

**Ort** Gemeindehaus Neuenburg, Graf-Anton-Günther-Str. 8

**1821** Di · 07.02.12 · 19-21 Uhr · 6 € + 4 € Mat.

**Ort** Gemeindehaus „Die Arche“, Geestweg 9, Varel-Büppel

**Leitung** Elke Diekmann

**Das Angebot ist auf Nachfrage auch für geschlossene Gruppen erhältlich.**

Information in der Ev. Familien-Bildungsstätte unter 04421 - 754 866.



### NEU Advent in der Familie besinnlich gestalten

#### Praktische und kreative Ideen

Die Advents- und Weihnachtszeit kommt meist schneller als gedacht, und im Nu ist wieder die Hektik da, die wir eigentlich in diesem Jahr vermeiden wollten. An diesem Abend bekommen Sie Ideen, wie Sie diese Zeit in und mit Ihrer Familie bewusst und besinnlich gestalten können und so Advent und Weihnachten wieder als wertvolle Zeit des Glaubens und des Kirchenjahres erfahren können.

**1830** Di · 15.11.11 · 20 Uhr · 1 x 120 Min. · 6 €

**Ort** Gemeindehaus „Die Arche“, Geestweg 9, Varel-Büppel

**Leitung** Nicole Janßen

## ELTERN UND ERZIEHUNG

Angebote in Varel und der Friesischen Wehde

### NEU Kreative Kindergeburtstage feiern

#### Anregungen für Eltern

„Gespenstergeburtstag“, „Feen-Fest“, „Pippi Langstrumpf-Party“, Kindergeburtstag gibt es jedes Jahr mindestens 1 Mal, bei mehreren Kindern entsprechend häufiger. Irgendwann gehen den Eltern die Ideen aus. Bei dieser „Ideen-Tankstelle Kindergeburtstag“ bekommen Sie neue Anregungen für abwechslungsreiche Feste mit Kindern, ohne Party-Schnick-Schnack und kostspielige Konsum-Ausflüge.

**1831** Di · 28.02.12 · 20 Uhr · 1 x 120 Min. · 6 €

**Ort** Gemeindehaus „Die Arche“, Geestweg 9, Varel-Büppel

**Leitung** Nicole Janßen

### Handwerkszeug für Eltern

#### Damit der Familienalltag (noch) besser gelingt

Ob mit einem Kleinkind oder Schulkind: Kinder erziehen ohne Schimpfen oder Schreien? Ohne sich in endlose Diskussionen zu verstricken? Und dabei gelassen bleiben? Wenn Sie Antworten auf diese Fragen suchen, finden Sie diese im Kurs „Handwerkszeug“ für den Alltag. Sie erfahren, was Kinder für eine positive Entwicklung ihres Selbstwertgefühls brauchen und weshalb sie manchmal bestimmte Verhaltensweisen zeigen. Sie lernen, wie Sie konstruktiv auf Fehlverhalten reagieren, Grenzen setzen und die soziale Entwicklung Ihres Kindes fördern können. Sie entwickeln gemeinsam Lösungen für einen respektvollen Umgang miteinander. Der Schlüssel dazu ist: Kinder verstehen – ermutigen – Grenzen setzen – Kinder zur Mitwirkung gewinnen. Vor einem Kurs findet ein Infoabend statt. Bei Interesse melden Sie sich bitte unter Tel. 04421-32016. Kurse werden bei entsprechender Nachfrage eingerichtet.



#### Evangelische Familienstiftung Wilhelmshaven

Wir stärken Familien.

Erhöhen Sie unser Stiftungsvermögen.

**Kontakt:**

Dr. Götz Strömsdörfer, Tel.: 04421-85242

**1850** nach Vereinbarung · 8 x 135 Min.

**Ort** nach Vereinbarung

**Leitung** Multiplikatoren/innen „Handwerkszeug für Eltern“

Die Teilnehmer des Elterntrainings können bei Bedarf aus Mitteln der Ev. Familienstiftung finanziell unterstützt werden.



### Kinder und Jugendliche im Medienschungel

#### Für Eltern, Pädagogen/innen und Interessierte

Kinder und Jugendliche wachsen heute in einer Welt der digitalen Medien auf. Fernsehen, Computer, Internet, Handy, Spielkonsolen... – Kinder und Jugendliche kennen sich scheinbar bestens aus. Das ist gut so, denn Medien sollen Spaß machen, – sie unterhalten, vermitteln Werte und liefern nützliche Informationen. Ein Streifzug durch die Medienlandschaft mit Fakten und pädagogischen Hinweisen. Wo liegen die Chancen und wo liegen die Risiken? Termine und Kosten für Gruppen aus Kindergärten, Schulen u.a. auf Anfrage. Für Einzelinteressierte wird bei entsprechender Nachfrage ein Kurs eingerichtet.

**1810** Kurs auf Nachfrage

**Ort** nach Vereinbarung

**Leitung** Jörg Ratzmann



### „Erste Hilfe“ – vor allem am Kind

#### Ein Kurs für Kursleiter des Fachbereichs „Eltern-Kind“ und interessierte Eltern

Die Experimentierfreudigkeit von Kindern ist oft grenzenlos. Das kann auch einmal gefährlich werden. Erwachsene müssen deshalb Gefahren vorbeugen und im Notfall schnell und richtig handeln können. Der Kurs gibt Informationen und praktische Übungen zu den Themen: Unfallverhütung zu Hause, Erste Hilfe bei Verletzungen, Verbrennungen und Vergiftungen, richtiges Verhalten bei Insektenstichen bis hin zu Krampfanfällen. Dabei wird auch auf die unterschiedliche Behandlung von Kindern und Erwachsenen eingegangen.

**1823** Sa · 21.01.12 · 9.30-18 Uhr · 25 € + 3 € für Verpflegung

**Ort** Gemeindehaus Neuenburg, Graf-Anton-Günther-Str. 8

**Leitung** Jutta Wilhelms

## ELTERN UND ERZIEHUNG

Angebote in Varel und der Friesischen Wehde

### NEU **Jugendalter – schwere Zeit für wen?**

Ein Vortrag mit Diskussion nicht nur für Eltern.

Wie ist das heute mit den Jugendlichen? Warum sind sie so, wie sie sind? Die Phase der Jugend ist nicht nur der Übergang vom Kind zum Erwachsensein, sie ist eine eigenständige Phase in der Biografie eines jeden Menschen. Sie bedeutet nicht nur eine größere Belastung für die Familien, sondern die Jugendlichen fordern auch bis dahin unbekannte Spiel- und Freiräume. An diesem Nachmittag werden neue Erkenntnisse über das Jugendalter vermittelt: Es geht um Entwicklungsaufgaben, die sich den Jugendlichen stellen, um die Bedeutung der Gleichaltrigen und um die Rolle, die die Eltern im Leben der Jugendlichen spielen.

**1826** Fr · 24.02.12 · 16 – 18 Uhr · 6 €

**Ort** Ev. Gemeindehaus, Graf-Anton-Günther-Str. 8, Neuenburg  
**Leitung** Dr. Holger Küls



### **Wenn Kinder verwaisen...: Vorsorgemöglichkeiten**

Auch Eltern können sterben! Eine Rechtsanwältin informiert Sie an diesem Abend über die rechtliche Situation der Kinder, aber auch über die Möglichkeiten der Eltern, ihre Kinder für diesen Fall finanziell und persönlich (durch die Einsetzung eines Vormundes) abzusichern.

**1816** Mi · 14.03.12 · 20 Uhr · 120 Min. · 6 €

**Ort** Ev. Gemeindehaus, Graf-Anton-Günther-Str. 8, Neuenburg  
**Leitung** Angelika Prieß-Tiemann

## Musik

### NEU **Gitarrenkurs für Jugendliche und Erwachsene**

Anfänger ab 12 Jahren

Spielerisch werden in einer Gruppe die Grundbegriffe des Gitarrespielens erlernt: Griffe, Fingerübungen, Tabulatur, einfaches Melo-

## MUSIK

in Varel und der Friesischen Wehde

diespiel, basierend auf populären, christlichen Liedern. Diese werden unter anderem auch mit Zupf- und Schlagtechniken kombiniert, um die Vielseitigkeit des Instruments auszuprobieren. Bitte mitbringen: Gitarre, Schreibzeug, Schnellhefter, Stimmgerät

**4220** Di · 13.09.11 · 18 –19 Uhr · 10 x 60 Min. · 34 € + Mat.

**Ort** Ev. Gemeindehaus Obenstrohe, Riesweg 30, Varel  
**Leitung** Edgar Rebbe

### NEU **Cajon – Das Schlagzeug in der Kiste**

Workshop für Jugendliche ab 14 Jahren und Erwachsene

Das Cajon (gesprochen: Kachon) ist ein latein-amerikanisches Rhythmusinstrument, auf dem man sitzt und das, wenn man es spielt, wie ein ganzes Schlagzeug klingen kann.

Inhalte des Kurses sind:

- Grundschrifttechniken am Cajon
- Grundrhythmen fürs gemeinsame Musizieren
- Notenlesen und -schreiben
- Üben mit und ohne Begleitmusik

Jede/r Teilnehmer/in erhält ein Handout, mit dem man auch später noch üben kann. Außerdem werden wir mit Musikstücken das Gelernte ausprobieren und somit schon gleich den Grundstein zum Musizieren in der Band legen. Auch Musiker, die gerne einmal ins Cajonspielen reinschnuppern wollen, sind herzlich eingeladen. Eigene Instrumente können mitgebracht werden. Wer kein Instrument für die beiden Nachmittage hat, muss dies bei der Anmeldung angeben (spätestens eine Woche vor Workshopbeginn), damit der Dozent ein Leihinstrument zur Verfügung stellen kann.

**4250** Sa · 08.10.11 · 15–18 Uhr + So · 09.10.11 · 15–18 Uhr · 28 €

**4251** Sa · 25.02.12 · 15–18 Uhr + So · 26.02.12 · 15–18 Uhr · 28 €

**4252** Sa · 14.04.12 · 15–18 Uhr + So · 15.04.12 · 15–18 Uhr · 28 €

**Ort** Gemeindehaus „Die Arche“, Geestweg 9, Varel-Büppel  
**Leitung** Benjamin Meier



## Blockflöte spielen(d) lernen

### Für Schulkinder ab 6 Jahren in Varel-Büppel

Die Blockflöte eignet sich wie kaum ein anderes Instrument für erste musikalische Erfahrungen. In einer kleinen Gruppe lernen die Kinder die Tonleiter, Notenwerte und leichte Kinderlieder. Bitte mitbringen: Sopranblockflöte (wenn möglich, barocke Griffweise), Notenständer, falls vorhanden, Blockflötenschule: „Meine lustige Blockflöte“ von Richard Voss, Ricordi Verlag Sy. 2500A.

### Für Anfänger/innen mit leichten Vorkenntnissen

**4106** Mi · 21.09.11 · 13.45 Uhr · 10 x 45 Min.

**4107** Mi · 11.01.12 · 13.45 Uhr · 10 x 45 Min.

**4108** Mi · 18.04.12 · 13.45 Uhr · 10 x 45 Min.

### Für Anfänger/innen mit erweiterten Vorkenntnissen

**4109** Mi · 21.09.11 · 14.30 Uhr · 10 x 45 Min.

**4110** Mi · 11.01.12 · 14.30 Uhr · 10 x 45 Min.

**4111** Mi · 18.04.12 · 14.30 Uhr · 10 x 45 Min.

### Für Anfänger/innen

**4112** Mi · 21.09.11 · 15.15 Uhr · 10 x 45 Min. · 34 € + Kopiergeld

**4113** Mi · 11.01.12 · 15.15 Uhr · 10 x 45 Min. · 34 € + Kopiergeld

**4114** Mi · 18.04.12 · 15.15 Uhr · 10 x 45 Min. · 34 € + Kopiergeld

**Ort** Gemeindehaus „Die Arche“, Geestweg 9, Varel-Büppel  
**Leitung** Cornelia Thoma



## Blockflöte spielen(d) lernen

### Für Kinder in Neuenburg

Die Blockflöte eignet sich wie kaum ein anderes Instrument für erste musikalische Erfahrungen. In einer kleinen Gruppe lernen die Kinder die Tonleiter, Notenwerte und leichte Kinderlieder. Das Übungsbuch wird beim 1. Treffen bekannt gegeben. Darüber hinaus wird im Kurs gesungen und der Umgang mit einfachen Rhythmusinstrumenten gelernt. Die Kurse für Anfänger/innen und das Flötenensemble bauen aufeinander auf. Bitte mitbringen: Sopranblockflöte (wenn möglich, barocke Griffweise)

### Für Anfänger/innen (Grundschulkinder) ab 6 Jahren

**4115** Do · 25.08.11 · 15.30 Uhr · 15 x 60 Min. · 42 €

**4116** Do · 12.01.12 · 15.30 Uhr · 24 x 60 Min. · 67,20 €

## Flötenensemble (Flötengruppe für Fortgeschrittene)

Voraussetzung: Teilnahme an den Anfängerkursen. Im Flötenensemble werden das Ensemblespiel eingeübt und Auftritte u.a. im Gottesdienst vorbereitet.

**4117** Do · 25.08.11 · 16.30 Uhr · 15 x 60 Min. · 42 €

**4118** Do · 12.01.12 · 16.30 Uhr · 24 x 60 Min. · 67,20 €

**Ort** Ev. Gemeindehaus, Graf-Anton-Günther-Str. 8, Neuenburg  
**Leitung** Gertrud Schedl  
**Anmeldung** Kirchenbüro der Ev.-luth. Kirchengemeinde Neuenburg, Graf-Anton-Günther-Str. 8, Neuenburg, Tel. 04452 - 918130 (Di - Fr 9.30-12 Uhr)



## Kinder- und Jugendkantorei an der Schlosskirche Varel

### Kinderchor (5-7 Jahre)

Förderung der kinderstimmlichen Ausdrucksmöglichkeiten, musikalisch-rhythmische Früherziehung in spielerischer Form, erste Auftritte im Gottesdienst.

**Termin** Donnerstags, 15 Uhr

### Kurrende (8-12 Jahre)

Gesangspädagogische Förderung, erste Auftritte in Gottesdienst und Konzert.

**Termin** Donnerstags, 15.45 Uhr

### Jugendkantorei (ab 13 Jahren)

Konzertfähiger Jugendchor

**Termin** Freitags, 18.45 Uhr

**Gebühr** Die Angebote sind kostenlos.

**Ort** Ev. Gemeindehaus an der Schlosskirche, Schlossplatz 3, Varel

**Leitung** Kantoren Thomas Meyer-Bauer, Dorothee Bauer

**Anmeldung** (04451) 951 783 (Thomas Meyer-Bauer, Dorothee Bauer)

## MUSIK

Angebote in Varel und der Friesischen Wehde



### Heilendes und meditatives Singen

#### Klangerlebnisse in der St. Martin Kirche in Zetel

Die Stimme als Musikinstrument der Seele kann jedes Gefühl ausdrücken und hörbar machen. Tönen und Singen haben eine heilsame Wirkung. Die Atmung vertieft sich, die Resonanz der Töne versetzt Körper und Energiezentren in Schwingung. Das ganze körperlich-seelische System erlebt Licht und Freude. Klang ist Ausdruck dessen, was ist und wirkt jenseits von Raum und Zeit im Hier und Jetzt. Das Einlassen auf den Klang, das Verschmelzen mit Tönen führt uns zu uns selbst auf sehr einfache und natürliche Weise. Heilende Töne haben seit Jahrtausenden einen festen Platz in den mystischen Traditionen der Welt. Töne haben die Kraft zu reinigen und gleichzeitig zu aktivieren. Ganz ohne Worte haben wir durch sie Zugang zu unseren tiefsten Gefühlen. So schöpfen wir neue Kraft und können uns auf kreative Prozesse einlassen – vom Herzen her, aus der Tiefe unseres Seins. Es werden gemeinsam Mantren gesungen und frei getönt.

**1209** Di · 04.10.11 · 19 Uhr · 7 x 90 Min. · 31,50 €

**1210** Di · 21.02.12 · 19 Uhr · 5 x 90 Min. · 22,50 €

**1211** Di · 17.04.12 · 19 Uhr · 12 x 90 Min. · 54 €

**Ort** Ev. St. Martin-Kirche, Kirchstraße, Zetel

**Leitung** Theresia Maria de Jong

### Angebote für Kinder



### NEU Ruhige Stunde für Grundschul Kinder

#### Für Kinder von 6–10 Jahren

Eine Auszeit in Ruhe tut auch (oder gerade) Kindern gut. Unterschiedliche Entspannungsverfahren können helfen, gelassener zu werden und Störreizen leichter zu widerstehen. Konsequentes Üben führt zu einer besseren Konzentrationsfähigkeit und größerer Selbstakzeptanz. Fantasie und Kreativität werden angeregt. Hier wird Kindern in einer kleinen Gruppe die Möglichkeit gegeben, verschiedene Entspannungsübungen kennenzulernen: Wir machen Fantasiereisen, malen zu Musik, auch Übungen zur Körperwahrnehmung und dynamische Übungen haben ihren Platz. Bitte mitbringen: Isomatte, eine leichte Decke, evtl. ein kleines Kissen, bequeme Kleidung anziehen

## ANGEBOTE FÜR KINDER

Angebote in Varel und der Friesischen Wehde

**4907** Fr · 23.09.11 · 15–16 Uhr · 8 x 60 Min. · 26 €

**4908** Fr · 13.01.12 · 15–16 Uhr · 8 x 60 Min. · 26 €

**4909** Fr · 20.04.12 · 15–16 Uhr · 8 x 60 Min. · 26 €

**Ort** Gemeindehaus „Die Arche“, Geestweg 9, Varel-Büppel  
**Leitung** Tanja Sürmann



### NEU Kinder aus Trennungs- und Scheidungsfamilien

#### Gruppe für Kinder von 6–11 Jahren

Die Eltern trennen sich, und die Kinder stehen daneben und wissen nicht, was sie tun sollen. Oft leiden die Kinder besonders heftig. Sie beziehen die Trennung der Eltern auf sich und quälen sich mit eigenen Schuldgefühlen. Diese Gruppe möchte den Kindern helfen, das für sie besonders stressreiche Ereignis besser zu bewältigen. Dabei merken sie schnell, dass andere Kinder ähnliche Gefühle und Erfahrungen (Wut, Trauer, Einsamkeit, Schuld, Wünsche etc.) haben. Die kreative Arbeit an trennungsspezifischen Themen hilft den Kindern, die eigene Sichtweise der neuen Situation zu überdenken. Neue Bewältigungsstrategien werden erarbeitet (z. B. durch Schreiben/ Malen, Spiele / Bewegungsspiele / Rollenspiele, Meditation / Fantasiereisen etc.). Vor Beginn des Kurses gibt es einen Elternabend.

Elternabend: Do · 22.9.11 · 20 Uhr

Der Kurs wird finanziell durch Sponsorengelder gefördert.

**3800** Fr · 23.09.11 · 16.30–18.30 Uhr · 8 x 120 Min. · 15 €

**Ort** Gemeindehaus „Die Arche“, Geestweg 9, Varel-Büppel

**Leitung** Tanja Sürmann, Jörg Franke

### Aktiv als ehrenamtliche/r Mitarbeiter/in

- Haben Sie Zeit und Lust, Verantwortung für einen klar abgegrenzten Aufgabenbereich zu übernehmen?
- Arbeiten Sie gerne mit freundlichen Mitarbeiter/innen zusammen in einem Haus mit Charme und Charakter?
- Haben Sie ein paar Stunden Zeit im Monat frei?

Dann kommen Sie zu uns.

In vielen Bereichen sind wir als Familien-Bildungsstätte auf ehrenamtliche Unterstützung angewiesen. Wir freuen uns über jede helfende Hand und Idee. Ehrenamtliche Mitarbeiter/innen erhalten über uns auch die EhrenamtsCard der Stadt Wilhelms-haven. Sie erreichen uns in der Ev. Familien-Bildungsstätte unter 04421 – 32016.

## ANGEBOTE FÜR FRAUEN

Angebote in Varel und der Friesischen Wehde



### Handwerkszeug für Kinder

#### Sozialtraining für Kinder im Alter von 5-8 Jahren

Dieses Sozialtraining fördert die soziale Kompetenz und die emotionale Intelligenz von Kindern. In acht Bausteinen lernen die Kinder spielerisch, Lösungsstrategien bei Konflikten zu entwickeln, die eigenen Gefühle und die anderer wahrzunehmen und angemessen damit umzugehen. Außerdem werden die Kinder darin unterstützt, selbstbewusster und kommunikationsbereiter zu werden, um besser in Gruppen agieren zu können. Kurse können in Kindergärten oder Grundschulen stattfinden. Weitere Informationen bei Kirsten Witte unter Tel. 04421-7479042.

**Termin** nach Vereinbarung · 8 x 90 Min.

**Ort** auf Anfrage

**Gebühr** auf Anfrage

**Leitung** Multiplikatoren/innen „Handwerkszeug für Kinder“

### Angebote für Frauen



### NEU Literaturtreff für Frauen

#### Aktuelle und klassische Literatur im Gespräch

Berühmte oder weniger bekannte Texte werden im neugeschaffenen Literaturtreff für Frauen unter die Lupe genommen. Der Kurs richtet sich an Frauen, die Spaß an der Auseinandersetzung mit Literatur haben und sich nicht scheuen, den großen Meistern über die Schulter zu gucken. Fachwissen wird für die Teilnahme am Kurs nicht benötigt, denn ein gesunder Menschenverstand und Spaß am Lesen sind eine ideale Mischung, um den Texten auf die Spur zu kommen oder neue Blickwinkel durch die Besprechung des Textes zu erleben. Bitte mitbringen: Papier, Stift oder Laptop.

**1500** Mi · 05.10.11 · 17.30 Uhr · 8 x 90 Min. · 30 € + Mat.

**1501** Mi · 11.01.12 · 17.30 Uhr · 10 x 90 Min. · 37,50 € + Mat.

**1502** Mi · 18.04.12 · 17.30 Uhr · 10 x 90 Min. · 37,50 € + Mat.

**Ort** Gemeindehaus „Die Arche“, Geestweg 9, Varel-Büppel

**Leitung** Kerstin Willuhn



### NEU Schreibwerkstatt für Frauen

#### Eigene Texte oder Gedichte selbst entwickeln und kreativ setzen

Geschichten und Poesie sind Formen unseres sprachlichen Ausdrucks, die viele nur bekannten Künstlern zutrauen. Wer endlich einmal selbst zur Feder greifen will, ist in der Schreibwerkstatt für Frauen gut aufgehoben. Gleichgültig ob Kurzgeschichte, Abhandlung oder Gedicht – hier wagen sich auch Ungeübte mutig an das Erstellen eigener Texte. Mit fachkundiger Unterstützung können sich Anfängerinnen erstmals der Schreiberei hingeben oder geübte Schreiberinnen der Schriftstellerei frönen. Bitte mitbringen: Papier, Stift

**1503** Mi · 05.10.11 · 19.15 Uhr · 8 x 90 Min. · 30 € + Mat.

**1504** Mi · 11.01.12 · 19.15 Uhr · 10 x 90 Min. · 37,50 € + Mat.

**1505** Mi · 18.04.12 · 19.15 Uhr · 10 x 90 Min. · 37,50 € + Mat.

**Ort** Gemeindehaus „Die Arche“, Geestweg 9, Varel-Büppel  
**Leitung** Kerstin Willuhn



### NEU Wechseljahre - Wechselzeit

#### Einführung in die sanfte und natürliche Behandlung von Wechseljahresbeschwerden

Dieser Vormittag richtet sich an alle Frauen, die Wechseljahresbeschwerden sanft behandeln möchten. Ganz im Sinne von Sebastian Kneipp, der den Satz prägte, „In der Apotheke Gottes ist für jede Krankheit ein Kraut gewachsen“, werden wir uns an diesem Vormittag auf die Anwendung von Hormon regulierende und ausgleichende Heilpflanzen und ätherischer Öle konzentrieren. Zum Abschluss kann jede Teilnehmerin ein Öl für die eigene Hausapotheke herstellen. Das Skript über die Veranstaltung kann bei der Kursleitung für ca.2 € erworben werden. (Anmeldeschluss: 02.03.12)

**1534** Sa · 10.03.12 · 10-13 Uhr · 14 € incl Mat.

**Ort** Ev. Gemeindehaus, Graf-Anton-Günther-Str. 8, Neuenburg  
**Leitung** Sandra Steineke

## ANGEBOTE FÜR FRAUEN

Angebote in Varel und der Friesischen Wehde



### Handwerk im Alltag für Frauen

Im Kurs werden verschiedene handwerkliche Tätigkeiten aus dem Alltag besprochen und in praktischen Übungen vertieft. Geplant sind z.B. Arbeiten mit der Bohrmaschine und Stichsäge, Schmirgeln und Schleifen, Auswechseln verschiedener Leuchtmittel, Reinigung eines Siphons, sowie Einstellen und Ölen von Scharnieren. Bitte mitbringen: Kreuzschraubendreher, Schlitzschraubendreher, Abisolierzange, Seitenschneider, außerdem entsprechende Kleidung: Jeans, Pullover und festes Schuhwerk. Zusätzliche Materialkosten: 8 €

**7003** Sa · 24.03.12 · 14 Uhr · 2 x 240 Min. · 25 €

**Ort** Ev. Gemeindehaus, Graf-Anton-Günther-Str. 8, Neuenburg

**Leitung** Sandra Olbricht

#### Bildung auf Bestellung - Was ist das?

- Haben Sie in unserem Programm das Thema Ihrer Wahl nicht gefunden?
- Wollen Sie in Ihrer Kirchengemeinde, Schule, Kindergarten, Betrieb oder Ihrem Verein, mit Freunden oder Nachbarn gemeinsam einen Kurs besuchen?
- Fehlt Ihnen ein kompetenter Partner, mit dem Sie eine spezielle Schulung für Ihre Mitarbeiter/-innen planen können?

In vielen Fällen sind wir der richtige Ansprechpartner für Sie. Im persönlichen Gespräch reden wir mit Ihnen über das inhaltliche Konzept und den organisatorischen Rahmen und wählen für die gemeinsam geplante Veranstaltung geeignete Fachkräfte aus unserem Dozententeam aus. Termine und Veranstaltungsorte sprechen wir mit Ihnen ab.

Bitte wenden Sie sich an die Ev. Familien-Bildungsstätte unter 04421 - 32016.

## Sprachen



### Polnisch für Anfänger

#### Crash-Kurs am Wochenende

Wer noch nie Polnisch gelernt oder schon alles vergessen hat, kann hier Basiskenntnisse erwerben, um sich im Urlaub behaupten und verständigen zu können. Wir führen kurze und leichte Konversationen, üben vertraute alltägliche Ausdrücke und bauen einfache Sätze zusammen. Am Ende des Kurses können Sie sich und andere auf Polnisch vorstellen, Fragen stellen und auf einfache Art Fragen zu Ihrer Person beantworten. Der Crash-Kurs vermittelt einen kompakten Einstieg in die polnische Sprache.

20

EFB-Anmeldung: 04421/32016

## SPRACHEN

Angebote in Varel und der Friesischen Wehde

**5136** Sa · 15.10.11 · 10-17 Uhr + So · 16.10.11 · 11.30-16.30 Uhr · 600 Min.  
**Gebühr** 30 € + 2 € Mat.  
**Ort** Ev. Gemeindehaus, Graf-Anton-Günther-Str. 8, Neuenburg  
**Leitung** Agnieszka Solisch



### NEU Schwedisch für Anfänger

Ziel dieses Kurses ist das rasche Erlernen der Sprache: Dazu gehört vor allem die Sprechfertigkeit und das Hörverstehen in einfachen Alltagssituationen. Die Teilnehmer/innen erarbeiten sich die Aussprache, einen Grundwortschatz und eine Basisgrammatik. Außerdem ist Raum für Landeskunde und den Austausch von Informationen und Erfahrungen. Das Lehrbuch wird zu Beginn des Kurses bekanntgegeben.

**5165** Mi · 21.09.11 · 19.15 Uhr · 10 x 90 Min · 38,50 + Mat.

**5166** Mi · 11.01.12 · 19.15 Uhr · 10 x 90 Min · 38,50 + Mat.

**5167** M · 18.04.12 · 19.15 Uhr · 10 x 90 Min · 38,50 + Mat.

**Ort** Hof Kranenkamp 6-8, Bockhorn

**Leitung** Pia Polenz

## Gesundheit - Bewegung - Entspannung



### Yoga - zum Kennen lernen

Für Männer und Frauen, die Stress abbauen wollen und Entspannung im Alltag suchen

Stress? Schlafstörungen? Konzentrationsprobleme? Rückenschmerzen? Yoga bringt den Geist zur Ruhe und entspannt. Die Übungen dehnen sanft die Muskulatur, lockern und kräftigen. Yoga bietet die Möglichkeit, den eigenen Körper neu zu entdecken, lebendiger und beweglicher werden zu lassen. Wer Yoga kennen lernen will, kann jederzeit nach Absprache in eine der Gruppen hineinschnuppern und sich danach entscheiden. Anmeldung und Information unter Tel.: (04421) 3 20 16

**6338** Mo · 22.08.11 · 17 Uhr · 13 x 90 Min. · 59,50 €

**6339** Mo · 09.01.12 · 17 Uhr · 17 x 90 Min. · 77,50 €

**Ort** Gemeindehaus „Die Arche“, Geestweg 9, Varel-Büppel

**Leitung** Marita Nowak

Angebote in Varel und der Friesischen Wehde

### NEU Lach - Yoga

Die Gelotologie (Wissenschaft vom Lachen) hat die Heilkraft des Lachens erforscht: Lachen stärkt das Immunsystem, vertieft die Atmung, stabilisiert den Kreislauf, stärkt Herz und Nerven, wirkt schmerzstillend, ist ein Antidepressivum, regt die Verdauung an, fördert tiefen gesunden Schlaf und ist die beste Medizin gegen Stress. Die Methode basiert auf der Tiefenatmung des Yoga, aus der einzelne Lachübungen entwickelt wurden. Körper und Geist werden durch einfache Entspannungsübungen auf das Lachen vorbereitet. Sanfte „Lachübungen“ führen zur „Lachmeditation“. In der Meditation wird tief und herzlich aus dem Bauch heraus gelacht oder entspannt. Lachen mit anderen zusammen ist ansteckend, stärkt die Gemeinschaft und vermittelt das Gefühl der Vertrautheit. Bitte mitbringen: bequeme Kleidung, dicke Socken, Decke

**6413** Mo · 22.08.11 · 18.45 Uhr · 7 x 60 Min. · 23,10 €

**6414** Mo · 31.10.11 · 18.45 Uhr · 6 x 60 Min. · 19,80 €

**6415** Mo · 09.01.12 · 18.45 Uhr · 11 x 60 Min. · 36,30 €

**6416** Mo · 16.04.12 · 18.45 Uhr · 6 x 60 Min. · 19,80 €

**Ort** Gemeindehaus „Die Arche“, Geestweg 9, Varel-Büppel

**Leitung** Marita Nowak

### NEU Wellness-Tag

Für Frauen

Brauchen Sie einfach einmal Zeit für sich? Wollen Sie sich so richtig entspannen und erholen? Dann ist dieser Tag genau das Richtige für Sie! Lassen Sie sich von „Hot-Stone“ Steinen durchwärmen und massieren, genießen Sie eine ajurvedische Fußmassage und gönnen Sie Ihren Augen Ruhe und Entspannung. Tanken Sie positive Energien. Relaxen Sie bei einer Tasse Tee vor der „Lichtdusche“. Ein Verwöhn-Tag vom Kopf bis zu den Füßen. Einfach die Seele baumeln lassen! Bitte bringen Sie für das gemeinsame Mittagessen etwas Leckeres mit.

**1544** So · 09.10.11 · 10-16 Uhr · 50,40 €

**1545** So · 20.11.11 · 10-16 Uhr · 50,40 €

**1546** So · 22.01.12 · 10-16 Uhr · 50,40 €

**1547** So · 19.02.12 · 10-16 Uhr · 50,40 €

**Ort** Gesundheitszentrum Wapelersiel, Bundesstraße 145, 26349.Jade-Wapelersiel (ca. 25 Autominuten von WHV, 7 Autominuten von Varel entfernt)

**Leitung** Andrea Leichter-Rausch



### Tänze aus aller Welt und Entspannung!

Für tanzfreudige Frauen

Tänze und uralte Rituale im Jahreskreis – mal ruhig entspannt, mal heiter und auch fröhlich – lassen uns bewusst wahrnehmen, was mit uns und um uns herum vorgeht. Lockere Bewegungen im Einklang mit Musik ist das Lachen des Körpers, Musik ist Balsam für die Seele. Körperübungen zur Entspannung lassen uns den Alltag vergessen, um ganz im Hier und Jetzt anzukommen. Bitte mitbringen: Schuhe mit dünner Sohle oder Socken, Decke

**1541** Fr · 23.09.11 · 16 Uhr · 5 x 120 Min. · 30 € (vierzehntägig)

**1542** Fr · 13.01.12 · 16 Uhr · 6 x 120 Min. · 36 € (vierzehntägig)

**1543** Fr · 13.04.12 · 16 Uhr · 7 x 120 Min. · 42 € (vierzehntägig)

**Ort** Ev. Gemeindehaus, Graf-Anton-Günther-Str. 8, Neuenburg

**Leitung** Monika Werker

### Glaube und Leben

### NEU Mit dem Motorrad zu ausgewählten Kirchen in Friesland

Tour zum „Tag des offenen Denkmals“

Am Tag des Offenen Denkmals sind viele Menschen unterwegs und besichtigen Orte, die Geschichte atmen und zum Nachdenken oder Staunen anregen. Wir wollen eine entspannte Bikertour machen, die uns an eben solche Ziele führt. Geplant ist eine Tour von ca. 120 bis 150 km, die sich auch etwas nach dem Wetter und den Interessen der Teilnehmer richten wird. Mitfahren kann jeder, der verkehrssicher mit mindestens 125 ccm anrollt. An zwei oder drei Kirchen („Lasst euch überraschen!“) werden wir einkehren und auftanken. Eine Kirchenerkundung wird Geschichte mit Gegenwart und Zukunft verbinden. Treffpunkt ist ab 9.30 Uhr in Zetel am ZOB (-in der Nähe der Feuerwehr-) und Abfahrt nach Verabredungen zu Fahrt und Strecke dann gegen 10 Uhr. Wo wir für einen Kaffee oder zum Mittag einkehren, ist abhängig von der Teilnehmerzahl und der Strecke. Als Abschluss der Tour ist eine Andacht („Denk mal: Es ist offen!“) geplant, und zurück in Zetel sind wir zwischen 17 und 18 Uhr.

## GLAUBE UND LEBEN

**1216** So · 11.09.11 · 10 Uhr · keine Gebühr  
**Treffpunkt** ZOB, Am Markthamm, Zetel  
**Leitung** Michael Winkel

### NEU **Die Adventszeit bewusst gestalten und erleben**

#### Botschaft und Besonderheit der Adventszeit

Anders als das Kalenderjahr beginnt das Kirchenjahr mit dem 1. Advent. Was macht die Besonderheit dieser Zeit der Vorbereitung auf Weihnachten aus? Was ist die Botschaft der biblischen Texte der Sonntage bis Weihnachten? Wie lässt sich zwischen Einkaufsrummel und hektischer Betriebsamkeit die Adventszeit bewusst gestalten und erleben? Der Abend stellt die theologische Bedeutung des Advent in den Mittelpunkt und gibt Anregungen für die Gestaltung dieser Zeit in Familie und Freundeskreis.

**1217** Do · 03.11.11 · 19.30 Uhr · 120 Min. · gegen Spende  
**Ort** Ev. Gemeindehaus, Graf-Anton-Günther-Str. 8, Neuenburg  
**Leitung** Harro Kawaletz



### **Tauf- und Konfirmationskurs für Erwachsene**

Sie möchten mehr über den christlichen Glauben erfahren? Sie überlegen, ob Sie die Taufe und die Konfirmation nachholen wollen? In diesem Kurs haben Sie die Möglichkeit, in einer Gruppe zusammen mit einem Pastor die Grundlagen des Evangelischen Glaubens kennen zu lernen und Antwort auf Ihre Fragen zu bekommen. Im Anschluss können Sie sich dann auf einer klaren Grundlage entscheiden.

**1224** Di · 20.09.11 · 19.30 Uhr · 4 x 90 Min. · keine Gebühr  
**1225** Mo · 27.02.12 · 19.30 Uhr · 4 x 90 Min. · keine Gebühr  
**Ort** Gemeindehaus „Die Arche“, Geestweg 9, Varel-Büppel  
**Leitung** Pastoren aus Varel

Sie möchten Ihr Kind taufen lassen!

Für diesen besonderen Tag im Leben Ihres Kindes und Ihrer ganzen Familie leihen wir Ihnen gerne unser Familien-Bildungsstätten - Taufkleid. Für Jungen und Mädchen im Alter von etwa von 6 - 14 Monaten.

Bitte wenden Sie sich an unsere Verwaltung unter (04421) 320 16.



### NEU **Wir nähen ein Taufkleid**

#### Für Eltern, Großeltern und andere Familienmitglieder

In früheren Zeiten wurden die Taufkleider von Generation zu Generation weitergegeben. Doch in vielen Familien gibt es eine solche Tradition nicht (mehr). An zwei Samstagen können Sie hier in einer kleinen Gruppe unter Anleitung ein hübsches, einmaliges Taufkleid Ihrer Wahl nähen. Bitte mitbringen: Nähmaschine (falls vorhanden), Schere, Stecknadeln, Maßband, Schnitt (falls möglich). Leihmaschinen sind vorhanden. Das Material wird beim 1. Treffen besprochen.

**7310** Mo · 16.01.12 · 20 Uhr · 4 x 120 Min. · 24 €  
**Ort** Gemeindehaus „Die Arche“, Geestweg 9, Varel-Büppel  
**Leitung** Edith Jacobi

**NEU**  **Zum Taufen nimmt man Wasser ohne Seife**

**Informationsabend**

„Zum Taufen nimmt man Wasser ohne Seife“, das weiß schon der kleine Florian im gleichnamigen Buch. Aber was wissen wir Erwachsene über Taufkleid, Taufsprüche oder Taufkerzen? Und wie erklären wir unseren Kindern die Bedeutung der Taufe? Eingeladen sind alle Eltern, die sich für die Taufe interessieren.

**1226** Mo · 16.04.12 · 20 – 21.30 Uhr · keine Gebühr  
**Ort** Gemeindehaus „Die Arche“, Geestweg 9, Varel-Büppel  
**Leitung** Tom Oliver Brok

 **Meditation: Sitzen in der Stille**

Der Kurs bietet eine Einführung für Interessierte, die Grundschritte der Meditation kennen lernen möchten: Sitzen in der Stille, Achtsamkeit, Körperwahrnehmung, Gebetsgebärden.

Bitte bringen Sie eine Wolldecke (evtl. eine zweite Decke, um die Schultern zu wärmen), dicke Socken und bequeme Kleidung mit. Information: 04451-960807 (Petra Czeppat).

**1205** Do · 02.02.12 · 19.30 Uhr · 4 x 90 Min. · 12 €  
**Ort** Ev. Gemeindehaus, Graf-Anton-Günther-Str. 8, Neuenburg  
**Leitung** Petra Czeppat, Pastorin und Spiritualin

 **Perlen des Glaubens**

18 in Form und Farbe verschiedene Perlen an einem Band stehen für wichtige Themen des Lebens. Sie machen den Glauben begreifbar. Am Beginn des Lebensweges steht die Gottesperle. Die 18 Perlen repräsentieren wichtige Stationen im Leben Jesu: z.B. Taufe, Wüste, Liebe, Stille... Sie öffnen somit den Blick auf uns selbst.

**1227** Do · 15.03.12 · 19.30 Uhr · 1 x 90 Min. · keine Gebühr  
**Ort** Gemeindehaus „Die Arche“, Geestweg 9, Varel-Büppel  
**Leitung** Petra Czeppat, Pastorin und Spiritualin

 **Patientenverfügung, Betreuungsrecht, Vorsorgevollmacht**

Ob Unfall oder schwere Krankheit, jede(r) von uns kann in eine Situation kommen, in der eigenverantwortliche Entscheidungen nicht mehr möglich sind. Auch Familienangehörige benötigen für viele Entscheidungen eine Vollmacht. Der juristische Informationsabend zeigt Möglichkeiten der Vorsorge durch die rechtzeitige Errichtung einer Vorsorgevollmacht, einer Betreuungsverfügung oder einer Patientenverfügung.

**1106** Di · 08.11.11 · 19.30 Uhr · 1 x 120 Min. · gegen eine Spende  
**Ort** Haus am Wald, Oldenburger Str. 59, Varel  
**Referent** Ulfert Janssen, Rechtsanwalt und Notar

 **Umgang mit Demenzkranken**

**Für Angehörige und andere Interessierte**

Wenn wir in unserem Alltag Menschen mit einer demenziellen Veränderung treffen, wissen wir oft nicht, wie wir uns verhalten sollen. Aus Unwissenheit machen wir viele Fehler, die zu weiterer Verunsicherung der Erkrankten führen. Als Angehörige der Erkrankten stehen wir vor beinahe unlösbaren Aufgaben. Einmal nicht aus medizinischer Sicht wird es an diesem Abend um eine veränderte Einstellung und Sichtweise in Bezug auf die Erkrankten gehen. Ein verändertes Verhalten unsererseits kann den Erkrankten sehr helfen, sich wohl zu fühlen, ruhiger zu werden und Vertrauen zu fassen. Kleine Beispiele für schöne Beschäftigungsangebote runden den Abend ab. Eingeladen sind neben Angehörigen auch Menschen, die beruflich mit Demenzkranken in Kontakt kommen: Geschäftsleute, Friseure, Feuerwehrleute, Polizisten etc.

Eine Vertiefung mit praktischen Tipps zum Umgang mit Demenzkranken unter der Überschrift „Türöffner und Stolpersteine“ bietet das Seminar am 24. November 2011 in Varel oder am 13. März 2012 in Wilhelmshaven (siehe unten).

**1114** Do · 10.11.11 · 18 Uhr · 120 Min. · 6 €  
**1115** Di · 20.03.12 · 19 Uhr · 120 Min. · 6 €  
**Ort** Gemeindehaus „Die Arche“, Geestweg 9, Varel-Büppel  
**Leitung** Rita Kusch

**NEU**  **Türöffner und Stolpersteine: praktische Tipps zum Umgang mit Demenzkranken**

Für Besuchskreisgruppen, Familien, Mitarbeiter/innen in Einrichtungen der Altenhilfe und andere Interessierte

Im Mittelpunkt des Abends stehen biografieorientierte Kommunikationsimpulse: Spiele und Übungen, die nach dem Leben fragen, Wie gestalte ich ein Gespräch, wie kann eine Erinnerungstunde ablaufen. In praktischen Übungen werden „Türöffner“ zum Leben und Erleben der Erkrankten gesucht und Stolpersteine erkannt und vermieden. Eingeladen sind neben (Familien-) Angehörigen auch Menschen, die ehrenamtlich und/oder beruflich mit Demenzkranken in Kontakt kommen.

**1117** Di · 22.11.11 · 19 Uhr · 120 Min. · 6 €  
**Ort** Gemeindehaus „Die Arche“, Geestweg 9, Varel-Büppel  
**Leitung** Rita Kusch

## Weiterbildung



### „Burnout“- Prävention

Wir haben alle nur begrenzte Energiereserven in uns und möchten doch täglich helfen und alles erledigen. Der Anspruch an uns selbst ist hoch und manchmal tun wir zu viel und brauchen selbst Hilfe. In diesem Vortrag erfahren Sie, wie Sie sich selbst oder auch Ihre Mitarbeiter schützen können.

**1123** Mi · 28.09.11 · 19.30–21.30 Uhr · 6 €  
**Ort** Ev. Gemeindehaus, Graf-Anton-Günther-Str. 8, Neuenburg  
**Leitung** Cathleen Gabert



### Treff für Leiter/innen von Seniorenkreisen

aus den Gemeinden des KK Friesland-Wilhelmshaven

Die Leitung eines Seniorenkreises oder Altenclubs einer Kirchengemeinde ist eine schöne Aufgabe, aber sie erfordert auch viel Ideenreichtum und viel Energie. Deshalb lädt die Ev. Familien-Bildungs-

stätte alle Leiterinnen und Leiter herzlich zu einem Nachmittag ein, an dem neue Ideen vorgestellt werden und Sie Gelegenheit zum Austausch und zu gegenseitigen Anregungen haben. Die Referentin ist Seniorenbeauftragte der Ev. Kirche in Oldenburg.

**1110** Do · 16.02.12 · 15 –17.30 Uhr · 150 Min. · 3 €  
**Ort** Gemeindehaus „Die Arche“, Geestweg 9, Varel-Büppel  
**Leitung** Rita Kusch

## Kreatives



### Stricken – einfach und schön

Sie fürchten sich vor der kalten Jahreszeit? Aber nicht mehr lange! In gemütlicher Runde werden hier unter Anleitung verschiedene Einzelstücke gestrickt. Wussten Sie schon? Stricken beansprucht beide Gehirnhälften, senkt den Puls und den Blutdruck, entspannt und hilft, Stress abzubauen. Voraussetzung: Interesse und erste Kenntnisse.

**7252** Di · 18.10.11 · 19.30 Uhr · 5 x 120 Min. · vierzehntägig  
**7253** Di · 10.01.12 · 19.30 Uhr · 6 x 120 Min. · vierzehntägig  
**Gebühr** es wird um eine Spende gebeten  
**Ort** Gemeindehaus „Die Arche“, Geestweg 9, Varel-Büppel  
**Leitung** Margrit Watermann



### Ikebana für Anfänger und Fortgeschrittene

Die japanische Blumenkunst ist ein ästhetisch gestalteter Ausschnitt der Natur. Mit wenigen Mitteln können Sie etwas Dekoratives für zu Hause schaffen und dabei Stille, Konzentration und Entspannung erfahren. Daneben erhalten Sie Einblicke in andere kulturelle Bereiche Ostasiens. Bitte mitbringen: Papier, Stifte, Gartenschere, flache Schale, 3 Stängel Blumen der Jahreszeit. Zweige werden am 1. Abend gestellt. Ein japanischer Blumen-Igel kann erworben oder gegen eine Pfandgebühr in Höhe des Kaufpreises entliehen werden.

**7004** Mi · 02.11.11 · 17.30 Uhr · 5 x 90 Min. · 18 €  
**Ort** Ev. Gemeindehaus Bockhorn, Lauwstr. 5  
**Leitung** Beate Ramm

## KREATIVES



### Astronomie für Ungeübte

„Warum funkeln die Sterne?“ – „Woran erkenne ich Planeten?“ – „Was ist eine Galaxie?“ Diese und eine Menge weiterer Fragen aus dem faszinierenden Reich der Astronomie werden in diesem Kurs beantwortet. Behutsam dargereichte Theorie wird durch praktische Beobachtungen ergänzt, wenn Petrus den Wolkenvorhang offen hält. Bei den Teilnehmer/innen wird lediglich Neugier auf „Sonne, Mond und Sterne“ vorausgesetzt. Der Kurs wird in Verbindung mit einer Predigtreihe (siehe unten) angeboten.

**1108** Di · 10.01.12 · 19.30 Uhr · 3 x 120 Min. · 15 €

**Ort** Gemeindehaus „Die Arche“, Geestweg 9, Varel-Büppel

**Leitung** Ulrich Beilfuß



### Mit dem Sternenhimmel die Schöpfung verstehen

#### Sonntagspredigten

Ein besonderer Stern führte die Menschen zur Krippe nach Bethlehem. Welche Himmelserscheinung können wir historisch zu dieser Zeit nachweisen? In welchem Verhältnis stehen Glaube und Naturwissenschaft zu einander? Wie wird in der Bibel von den Gestirnen gesprochen? Beeinflussen sie unser Leben?

So · 08.01.12 · 10 Uhr

So · 22.01.12 · 18 Uhr

So · 05.02.12 · 10 Uhr

**Ort** Gemeindehaus „Die Arche“, Geestweg 9, Varel-Büppel

**Leitung** Tom Oliver Brok

## AKADEMIE AM VORMITTAG

### Akademie am Vormittag



### Akademie am Vormittag in Wilhelmshaven

### NEU Glauben in Liedern begreifen

#### Theologie der Lieder

Das Evangelische Gesangbuch (EG) ist 1995 in neuer Bearbeitung erschienen. Die meisten Lieder sind ihrem Charakter nach gesungene Gebete, die biblische Aussagen und christliche Einsichten mit eigenen Worten formulieren. Zu den berühmtesten Liederdichtern zählen neben Martin Luther Paul Gerhardt und Jochen Klepper. Das EG enthält darüber hinaus auch Lieder katholischer Dichter, wie sich auch umgekehrt im Gesangbuch der römisch-katholischen Kirche (Gotteslob) auch evangelisches Liedgut findet.

In den Liedern drückt sich verdichteter Glaube aus, in einer für die heutigen Ohren oft unvertrauten Sprache, mit fremden Bildern und einer verblüffend unmittelbaren Wortwahl.

An jedem der Vormittage steht ein traditionelles Lied im Mittelpunkt, dessen Theologie und Bedeutung freigelegt und in Beziehung zu unserer Lebenswirklichkeit gesetzt wird. Dem „alten“ Lied wird dann jeweils ein neueres Lied gegenübergestellt.

#### Advent

**Traditionell:** „Es kommt ein Schiff geladen“ (EG 8)

**Neu:** „Die Nacht ist vorgedrungen“ (EG 16)

Mo · 31.10.11 · 9.30–11.30 Uhr

**Leitung** Benno Gliemann

#### Weihnachten

**Traditionell:** „Ich steh an deiner Krippen hier“ (EG 37)

**Neu:** „Weil Gott in tiefster Nacht erschienen“ (EG 56)

Mo · 07.11.11 · 9.30–11.30 Uhr

**Leitung** Bernd Mehler

#### Passion

**Traditionell:** „Ein Lämmlein geht und trägt die Schuld“ (EG 83)

**Neu:** „Korn, das in die Erde, in den Tod versinkt“ (EG 98)

Mo · 14.11.11 · 9.30–11.30 Uhr

**Leitung** Holger Harrack