



HAUS
DER FAMILIE
Rheinland-Pfalz

Katholische Familien- bildungsstätte

Pirmasens



Programm

²2026

Herbst | Winter



Begegnung
Lebensgestaltung



**Mach deine
Freunde happy.
Mit Wero.**

**Sende Geld einfach
und schnell.**

Jetzt in der App Sparkasse nutzen.



Weil's um mehr als Geld geht.



**Sparkasse
Südwestpfalz**

Vorwort

„Es braucht mutige Schritte für die Zukunft, damit die Vielfalt von Kirche auch morgen gefördert und lebendige Realität wird.“

Bischof Dr. Karl-Heinz Wiesemann

Sie halten unsere Programmbroschüre 2/2026 in der Hand und ich bin mir sicher, Sie werden einiges Vertrautes, aber auch sehr viel Neues entdecken.

Getreu unserem Motto „Begegnung – Lebensgestaltung“, das die Familienbildungsstätte bereits seit Jahrzehnten prägt, werden die Programme stets orientiert am soziokulturellen Umfeld und Sozialraum sowie an den Lebenswelten, den Lebensphasen und den Lebenssituationen der Familien und Menschen von uns geplant und organisiert.

Vieles hat sich in den zurückliegenden Jahren verändert: gab es noch vor zwanzig Jahren über neunzig Eltern-Kind-Gruppen vor Ort in der FBS und dezentral im Landkreis und im Dekanat. Dies hat sich durch die frühkindliche Betreuung der Kleinkinder in den Krippen und Kindertagesstätten auf aktuell dreizehn Gruppenangebote reduziert: klein aber fein!!

Im Gegenzug dazu steigt die Nachfrage nach Optionen und Angeboten für Menschen im späteren Erwachsenenalter, Menschen am Übergang in den Ruhestand, Menschen im Ruhestand, Menschen in besonderen Lebenslagen wie z.B. Menschen mit Demenz, Pflegebedürftigkeit und ihre Zu- und Angehörigen, Menschen in Trauersituationen. Hier könnten wir noch einiges mehr aufführen.

Wir hören die Menschen in ihrem Alltag – hören ihnen zu, wir verstehen sie und wir konzipieren unsere Arbeit entsprechend dem Aufruf unseres Bischofs. So gestalten wir in unserer christlichen Grundhaltung mit und für die Menschen Angebote für ihre Lebenswelten und ihren Lebensalltag.

Diese Aufgabe, diese mutigen Schritte mit mancherlei Herausforderung nehmen wir gerne motiviert und engagiert weiterhin an. Folgend der Vision unseres Bistums stehen unsere Türen offen, unser Tisch ist bereitet und wir freuen uns auf Ihr und Euer Kommen!!

Brigitte Maria Facco
Geschäftsführende Einrichtungsleitung
und das Team FBS / HdF / Quartierstreff ZaS

Bildung NACH MAß

Wir schneiden Ihr Bildungsangebot!

Neben unseren offenen Kursangeboten planen wir auf Wunsch auch maßgeschneiderte Bildungsangebote für **Organisationen, Firmen, Verwaltungen, Vereine, Schulen und Kindertageseinrichtungen**. Dabei können Sie die Kursdauer und den Inhalt individuell mit uns abstimmen.

Gemeinsam mit unseren qualifizierten KursleiterInnen konzipieren wir speziell für Sie die passenden Angebote aus unseren Fachbereichen, z.B.:

- Kochen & Ernährung
- Gesundheit
- Entspannung & Achtsamkeit
- Pädagogik
- Kreativität
- und mehr

Haben Sie Interesse?
Dann nehmen Sie
Kontakt mit uns auf.

Kath. Familienbildungsstätte
Unterer Sommerwaldweg 44
66953 Pirmasens
06331/2039715
info@fbs-pirmasens.de
www.fbs-pirmasens.de



Begegnung
Lebensgestaltung

Katholische Familienbildungsstätte Pirmasens

Wir über uns

Für diejenigen, die die Katholische Familienbildungsstätte & Haus der Familie Pirmasens noch nicht kennen:

Die Katholische Familienbildungsstätte & Haus der Familie Pirmasens ist eine Institution in Trägerschaft des Bistums Speyer, als Referat in die Abteilung Seelsorge in Pfarrei und Lebensräumen eingebunden und vom Land Rheinland Pfalz anerkannt und gefördert.

Basierend auf christlichen Werten unterstützt die Katholische Familienbildungsstätte & Haus der Familie Pirmasens Familien in unterschiedlichsten Lebenssituationen mit zeitgemäßen und innovativen Konzepten. Sie nimmt die Lebenswelten von Familien sozialraumorientiert in den Blick und geht mit ihren Angeboten dorthin, wo sich Mütter, Väter und Kinder aufhalten. Sie fungiert als Dienstleisterin für viele erfolgreiche Projekte und Kooperationen im öffentlichen Raum, unterstützt Partner bei der Konzeptentwicklung und organisiert verlässlich gut erreichbare Bildungsangebote.

Die Katholische Familienbildungsstätte & Haus der Familie Pirmasens wirkt in der Stadt Pirmasens, dem Landkreis Südwestpfalz und darüber hinaus. Die Angebote entsprechen den gesetzlichen und konzeptionellen Bestimmungen des Kinder- und Jugendhilfegesetzes.

Was die Katholische Familienbildungsstätte & Haus der Familie Pirmasens auszeichnet ist die langjährige Erfahrung in der Familienbildungsarbeit, die große Fachkompetenz und das herzliche Miteinander.

Die Katholische Familienbildungsstätte & Haus der Familie Pirmasens steht an der Seite der Menschen. All das spiegelt sich in ihrem Motto „Begegnung und Lebensgestaltung“ wieder.



Unsere Kurse werden zu einem Teil mit Landesmitteln des Ministeriums für Arbeit, Soziales, Frauen, Familie und Jugend gefördert.



Teilnahmebedingungen / AGB

Anmeldungen

Zu jedem Kurs ist eine schriftliche Anmeldung erforderlich. Anmeldungen werden im Sekretariat der Katholischen Familienbildungsstätte & Haus der Familie Pirmasens zu unseren Bürozeiten entgegengenommen. Die Anmeldekarte kann uns auch per Post oder per E-Mail zugesandt werden. Jede Anmeldung gilt als rechtsverbindliche Anmeldung und verpflichtet zur Zahlung der Kursgebühren.

Es werden keine Anmeldebestätigungen verschickt. Der Erhalt einer Rechnung gilt als Kurszusage/Anmeldebestätigung.

Bei bereits ausgebuchten Kursen tragen wir Sie gerne auf die Warteliste ein.

Unsere Bürozeiten

Montag: 14:00 - 16:00 Uhr

Dienstag bis Donnerstag: 08:00 - 12:00 Uhr, 14:00 - 16:00 Uhr

Freitag: 08:00 - 12:00 Uhr

Telefon 06331/203 97-15

E-Mail: info@fbs-pirmasens.de, www.fbs-pirmasens.de

Abmeldungen

Abmeldungen müssen generell schriftlich, per Mail, Briefpost (nicht bei der Kursleitung) erfolgen; sie sind bis spätestens eine Woche vor Kursbeginn möglich.

Bei Nichterscheinen oder nicht fristgerechter Abmeldung wird die gesamte Kursgebühr fällig. Dies gilt auch für Materialkosten und Umlagen, falls diese im betreffenden Kurs anfallen.

Bei rechtzeitiger Abmeldung wird eine Verwaltungsgebühr von 3,00 € erhoben. Ist die Teilnahmegebühr eines Kurses höher als 25,00 €, beträgt die Verwaltungsgebühr 20% derselben.

Gebühren

Für das Bistum Speyer als Körperschaft des öffentlichen Rechts gelten die umsatzsteuerlichen Regelungen. Die Teilnahmebeiträge verstehen sich inklusive gesetzlicher Mehrwertsteuer.

Die Kursgebühr ist vor Beginn des Kurses fällig und ist unaufgefordert per Überweisung oder bar im Sekretariat zu zahlen.

Bei Überweisungen geben Sie bitte Kursnummer, Teilnehmer*in und Rechnungsnummer an.

Durch Versäumnisse oder Abbrechen der Teilnahme entsteht kein Anspruch auf Rückerstattung der Kursgebühr. Werden die Gebühren nicht pünktlich gezahlt, wird über das Bistum Speyer das Mahnverfahren eingeleitet.

Ferientermine

In den Herbstferien vom 5. Oktober bis 18. Oktober finden keine Kursangebote statt.

Unsere Bankverbindung**Sparkasse Südwestpfalz****IBAN: DE11542500100030008833 / BIC: MALADE51SWP****Teilnahmebescheinigungen**

Teilnahmebescheinigungen werden auf Wunsch ausgestellt.

Wir berechnen eine Gebühr von 2,00 €.

Bei Fortbildungsveranstaltungen ist die Teilnahmebescheinigung in der Kursgebühr enthalten.

Haftung / Beschädigungen

Die Katholische Familienbildungsstätte, Haus der Familie & ZaS-Treff Pirmasens haftet nicht für Unfälle während der Veranstaltung und auf dem Weg zum oder vom Veranstaltungsort, sowie für den Verlust oder die Beschädigung von persönlichem Eigentum.

Für durch Besucher*innen verursachte Beschädigungen besteht seitens der Katholischen Familienbildungsstätte, Haus der Familie & ZaS-Treff Pirmasens Ersatzanspruch.

Haftungsausschluss

Alle Informationen, Erklärungen, Angebote sind unverbindlich und ohne Gewähr für Richtigkeit und Vollständigkeit der Inhalte.

Urheberrecht

Das Fotografieren, Filmen und Aufnehmen auf Tonträger ist in allen unseren Veranstaltungen grundsätzlich nicht gestattet.

Lehrmaterial darf ohne Zustimmung der Katholischen Familienbildungsstätte, Haus der Familie & ZaS-Treff Pirmasens nicht vervielfältigt oder gewerblich genutzt werden.

Aufsichtspflicht

Bei allen Angeboten für Kinder gilt, dass die Aufsichtspflicht erst mit der Übergabe des Kindes an die zuständige Kursleitung beginnt und entsprechend mit der Übergabe des Kindes an die Eltern endet.

Wir bitten Sie, keine Sonderabsprachen mit Ihrem Kind zu treffen, die Räume der Katholischen Familienbildungsstätte & Haus der Familie Pirmasens alleine zu verlassen!

Bei Eltern-Kind-/Familienangeboten obliegt die Aufsichtspflicht den Eltern/Sorgeberechtigten.

Einverständnis

Mit Ihrer Anmeldung erkennen Sie die Teilnahmebedingungen der Katholischen Familienbildungsstätte & Haus der Familie Pirmasens an.

Besondere Hinweise**Grundsätzlich sind zu allen Kursen nur angemeldete Personen teilnahmeberechtigt. Bitte achten Sie bei den jeweiligen Kursen auf die ausgeschriebenen Zielgruppen.**

Datenschutzerklärung

Der Schutz Ihrer persönlichen Daten ist uns ein ernstes Anliegen. In der Diözese Speyer gelten für die Erhebung, Verarbeitung und Nutzung personenbezogener Daten, die Bestimmungen des Gesetzes über den Kirchlichen Datenschutz (KDG) sowie die sonstigen anzuwendenden kirchlichen und staatlichen Datenschutzvorschriften. Mit dieser Datenschutzerklärung möchten wir Sie informieren.

Auskunftsrecht und Datenberichtigung

Sie haben einen gesetzlichen Anspruch auf jederzeitige, unentgeltliche Auskunft über Ihre bei uns gespeicherten personenbezogenen Daten. Ferner steht Ihnen das Recht zu, unrichtige Daten berichtigen, sowie Daten sperren und löschen zu lassen.

Wenn Sie darüber hinaus Auskunft über Ihre personenbezogenen Daten wünschen oder weitergehende Fragen über die Verarbeitung oder Nutzung Ihrer uns überlassenen personenbezogenen Daten haben, so wenden Sie sich bitte während unserer Öffnungszeiten an unser Büro.

Kontaktaufnahme

Informationen, die Sie unverschlüsselt per Elektronischer Post (E-Mail) an uns senden, können möglicherweise auf dem Übertragungsweg von Dritten gelesen werden. Wir können in der Regel auch Ihre Identität nicht überprüfen und wissen nicht, wer wirklicher Inhaber einer E-Mailadresse ist. Eine rechtssichere Kommunikation durch einfache E-Mail ist daher nicht gewährleistet. Wie viele E-Mail-Anbieter, setzen wir Filter gegen unerwünschte Werbung („SPAM-Filter“) ein, die in einigen Fällen auch normale E-Mails fälschlicherweise automatisch als unerwünschte Werbung einordnen und löschen. E-Mails, die schädigende Programme („Viren“) enthalten, werden von uns in jedem Fall automatisch gelöscht. Wenn Sie schutzwürdige Nachrichten an uns senden wollen, empfehlen wir, die Nachricht auf konventionellem Postwege an uns zu senden. Im Falle der Kontaktaufnahme mit uns werden Ihre Daten für die weitere Korrespondenz gespeichert.

Einwilligungen

Soweit erforderlich haben Sie uns ggf. Einwilligungen zur Erhebung, Verarbeitung und Nutzung Ihrer personenbezogener Daten erteilt. In diesem Fall haben wir Ihre Einwilligung jeweils protokolliert. Wir sind gesetzlich verpflichtet den Text der jeweiligen Einwilligung jederzeit für Sie abrufbar zu halten.

Widerspruchs- und Widerrufsrecht

Sie haben das Recht, eine an uns erteilte Einwilligung – beispielsweise für den Versand unseres Programmheftes, Newsletters oder die Anmeldung zu einem Kursangebot – zu widerrufen. In diesem Fall werden wir die Verarbeitung und Nutzung Ihrer Daten zu diesem Zweck unverzüglich unterlassen. Einen Widerspruch oder Widerruf können Sie jederzeit ohne Angabe von Gründen formlos per Post oder E-Mail an uns übermitteln.

Katholische Familienbildungsstätte & Haus der Familie
 Unterer Sommerwaldweg 44, 66953 Pirmasens
 Tel. 06331 / 203 97-15
 info@fbs-pirmasens.de

Recht auf Anrufung des Diözesandatenschutzbeauftragten, Kontaktdaten betrieblicher Datenschutzbeauftragter

Wir weisen Sie auf das Recht zur Anrufung des Diözesandatenschutzbeauftragten gemäß § 44 Abs. 3 KDG hin. Demnach kann sich jede/jeder die/der der Ansicht ist, dass bei Erhebung, Verarbeitung oder Nutzung von personenbezogenen Daten durch Stellen gemäß § 3 Abs.1 KDG gegen Vorschriften des KDG oder gegen andere Datenschutzvorschriften verstoßen worden ist oder ein solcher Verstoß bevorsteht, unmittelbar an den Diözesandatenschutzbeauftragten wenden (§ 44 Abs. 3 KDG).

Die Kontaktdaten des zuständigen Diözesandatenschutzbeauftragten lauten:

Kath. Datenschutzzentrum Frankfurt/M. KdöR,
 Roßmarkt 23, 60311 Frankfurt/M.
 Diözesane Datenschutzbeauftragte: Frau Ursula Becker-Rathmair
 Tel. 069 / 58 99 755 -10, Fax 069 / 58 99 755 -11

Die Kontaktdaten des zuständigen betrieblichen Datenschutzbeauftragten für das Bischöfliche Ordinariat der Diözese Speyer lauten:

Herr René Pfeiffer
 Kleine Pfaffengasse 16, 67346 Speyer
 Tel. 06232 / 102 240
 E-Mail: datenschutz@bistum-speyer.de

Vorwort	1
Wir über uns	3
Teilnahmebedingungen / AGB	4-5
Datenschutzbestimmungen	6-7
Inhaltsverzeichnis	8-10

01 Vielfalt Familienbildung **11-22**

Netzwerk Familienbildung	12-15
Babysitterschulung	13
BabyBahnhof	13
FamilienKOMPASS.....	14
MGH Waldfischbach	15
Quartierstreff: Zusammenhalt am Sommerwald.....	16-22
Zusammen-Spielen	18
Zusammen-Beim Espresso Treff	18
Zusammen-Lesen.....	18
Zusammen-Ma(s)chen	19
Zusammen-Mittagessen	19
Zusammen-Quasseln	20
Zusammen mit Männern.....	20
Zusammen-Rätseln	21
Adventskonzert Shanty Chor Zweibrücken	21
Zusammen-Ausgehen	22
Tour de Quartier	22

02 Sinn erfahren – Glauben leben **23-32**

Herzensworte machen Mut	24
„Die Ernte meines Lebens“	24-25
Bibel Krimi Dinner	26
Liebe, Brot und Rosen – Die Heilige Elisabeth.....	26
Frauen tragen im Advent.....	27
Adventskonzert – Shanty Chor Zweibrücken	28
Wir sagen euch an den lieben Advent – Adventsingen.....	28
„Lieber guter Nikolaus“ – Wortgottesfeier	29
„Freu dich: Gott kommt auf die Welt“ – Krabbelmette	30
Mutfinder – Trauergruppe für Kinder	30
Himmelslichter – Trauercafé für verwaiste Eltern	31
Treffen für junge verwitwete Mütter und Väter.....	32
Vorbereitungsseminar Weltgebetstag.....	32

03 Familie werden und leben **33-44**

Jetzt bist Du da – Willkommen im Leben	34
Sinne wecken – Welt entdecken	34
Mit DELFI durch das erste Lebensjahr	35

Eltern-Kind-Gruppen – Miniclubs	36-37
Klangwelten klitzeklein	37
Turnzwerge	38
Perlenschmuck selbst gefädelt	38
Heimaterlebnis	39
Zwei Leinwände – eine Komposition	40
Pilze schnitzen aus Erlenholz	40
Schaurig schöne „Rummelbooze“	41
Basteln mit Oma und Opa	41
In der Weihnachtsbäckerei	42
Weihnachtstörtchen backen mit Oma oder Opa	42
Gefüllte Zeit – Erfüllte Zeit	43
Würdevoll leben als Königskinder Gottes	44
Wir sagen euch an den lieben Advent – Adventsingen	44

04 Partnerschaft mit Kindern leben 45-48

Baby krank... ..	46
Grenzen setzten, aber wie?	46
Nein, ich will nicht!.....	47
Dem Sandmännchen unter die Arme greifen	47
In Notfällen mit dem Baby und Kleinkind gut reagieren	48
Gelassen durch die Wackelzahnpubertät	48

05 Kinder machen tolle Sachen 49-54

Was ich schon (kochen) kann!	50
Backen ist ein Kinderspiel.....	51
Cupcake	52
Die Walddetektive – zu Besuch bei Sherlock Holz	52
Popart Affe	53
Kalligraphie – Im Reich der Lombarden.....	53
Emaillé Schmuck	54
Makramee weihnachtlich	54

06 Wert(e) voll leben 55-69

Adventskonzert – Shanty Chor Zweibrücken	56
Ukulele Spielkreis.....	56
„Tanzen ist wie Träumen mit den Füßen“	57
Literatur im Garten	57
Bibel Krimi Dinner.....	58
Liebe, Brot und Rosen – Die Heilige Elisabeth	58
Frauentragen im Advent.....	59
Wir sagen euch an den lieben Advent – Adventsingen	60
5 Kilometer Pfälzerwald.....	60-61
Kaffeehaus-Nachmittag für Frauen.....	61
Rechtzeitig vorsorgen.....	61
Ein Koffer voller Töne	62
Mein Kompass – Wegweiser zur Gesundheit	63

„Die Ernte meines Lebens“	64-65
Kaffeenachmittag für wagemutige Witwen	65
Demenz – Hilfe beim Helfen.....	66-67
Fortbildung „Lesebotschafter*innen“	68
Repair Café.....	69

07 Gesundheit fördern und erhalten **71-80**

Primäre Prävention und Gesundheitsförderung – Yoga.....	72
Yoga auf dem Stuhl.....	73
Mit Powerworkout den Tag beenden.....	73
Ganzkörpertraining sanft und effektiv	74
Fitness und Gesundheit.....	74
Kreatives Tanzen	75
Line Dance	75-76
Hula-Hoop.....	76
Rechtzeitig vorsorgen.....	77
Demenz, die Krankheit	77
Mein Kompass – Wegweiser zur Gesundheit.....	78
Demenz – Hilfe beim Helfen.....	79-80

08 Freizeit / Kreativität **81-84**

Workshop Nadelfilzen	82
Pilze schnitzen aus Erlenholz	82
Pop-Art-Engel aus Pappe	83
Bleistift-Zeichenkurs Naturstudien	83
„Prägendes Erlebnis“ – Papier prägen mit der Prägenadel	84
„Ein Brief sagt mehr als tausend Worte“ – Collage, Schrift und Gold	84

09 Vielfalt schmecken – Tischgemeinschaft erleben **85-88**

Liebe geht durch den Magen	86
Sterneküche für Zuhause	86
Herbstlich deftig.....	87
Die Kastanie.....	87
Es war einmal... in der Küche	88
Tea Time – Very British	88

10 Sich austauschen und weiterbilden **89-94**

Fachtag Netzwerk Familienbildung – Besser Kess statt Stress.....	91
„Kess erziehen“ – professionell – Auf die Haltung kommt es an.....	92
„Kess erziehen“ – Ausbildung Pädagogische*r Referent*in	93
Es singt in mir und klingt in mir – Weihnachten voller Töne.....	94
Ukulele Workshop für Beginner*innen	94

11 Referent*innen Verzeichnis **95-96**

Impressum

Umschlag hinten



01

Vielfalt Familienbildung

Die Arbeit der Kath. Familienbildungsstätte hat sich seit der Eröffnung im Jahr 1979 beständig weiterentwickelt und eine Vielfalt an neuen innovativen Netzwerken und Projekten angegliedert, die über finanzielle Mittel der Familienministerien des Landes RLP, des Bundes und über den Europäischen Sozialfond gefördert werden.

Bei allen Angeboten geht es darum die Familien, die Kinder, die Eltern, die Mütter, die Väter, die Alleinerziehenden gut zu erreichen und ihnen in ihren verschiedenen Lebenssituationen und Lebensphasen Begleitung und Unterstützung anzubieten.

In diesem Fachbereich finden Sie Angebote des Netzwerks Familienbildung, des Projektes „Zusammenhalt am Sommerwald“ und des Mehrgenerationenhauses MGH Waldfischbach-Burgalben.

NETZWERK

Das Netzwerk Familienbildung der Kath. Familienbildungsstätte & Haus der Familie Pirmasens initiiert und koordiniert Angebote, die wohnortnah und an Bedarfen und Bedürfnissen der Familien ausgerichtet sind. Es wird vom Ministerium für Arbeit, Soziales, Frauen, Familie und Jugend des Landes Rheinland-Pfalz ideell und finanziell gefördert.

Das Netzwerk versteht sich als Bindeglied zwischen Institutionen, Kommunalen Stellen, Fachkräften und Familien.

In Zusammenarbeit z.B. mit Kindertagesstätten werden Angebote initiiert. Fachkräfte werden regelmäßig informiert und miteinander vernetzt.

Im Netzwerk tätig sind Vertreter*innen vieler Akteure im Bereich der Familienhilfe und -beratung im Landkreis sowie der Kreisverwaltung.

Pädagogische Fachkräfte werden mit in die Arbeit eingebunden. Diese können für pädagogische Elterncafés/Elternnachmittage und -abende von Kitas angefragt werden.

Verschiedene Angebote sind kostenfrei.

In Zusammenarbeit mit den Kita-Sozialarbeiter*innen und der Fachberatung sollen zielgerichtet Angebote erarbeitet und etabliert werden.

Aktuelle Veranstaltungen entnehmen Sie bitte:

- unserem Programm,
- den jeweiligen Flyern,
- der Homepage des Lokalen Bündnisses für Familie
www.familienfreundliche-suedwestpfalz.de

oder erfragen Sie bei der

- Netzwerkkordinatorin
Telefon 06331/203 97-15,
E-Mail: netzwerk-familienbildung@fbs-pirmasens.de



BABYSITTER



Babysitterschulung

für Jugendliche ab 14 Jahren

Jugendliche übernehmen gerne verantwortungsvolle Aufgaben. Warum nicht babysitten und dabei nebenher das Taschengeld aufbessern?!

In der Schulung lernen Jugendliche kennen: Rechte, Pflichten und Aufgaben der Babysitter / Eigenwerbung und Vermittlung / Kontaktaufnahme, Erstkontakt mit der Familie / Phasen der kindlichen Entwicklung / Spiel-, Bewegungs- und Beschäftigungsmöglichkeiten / Unfallgefahren / Unfallverhütung.

Mit dem erworbenen Babysitter-Zertifikat können die Jugendlichen selbst Werbung für sich machen und ihre erworbenen Kenntnisse in die Praxis umsetzen.

Die nächste Schulung in der Kath. Familienbildungsstätte & Haus der Familie findet im 1. Halbjahr 2027 statt.

Fragen Sie ab April nach unserem Flyer.

Die Babysitterschulung bieten wir gerne auch vor Ort an. Wenn Sie als Schule, z.B. bei Projekttagen, als Gemeinde oder Pfarrei daran interessiert sind, eine individuelle Schulung anzubieten, wenden Sie sich bitte an unsere Ansprechpartnerin Frau Brigitte Facco unter 06331/203 97-15.

BabyBahnhof

Offener Treff für Mütter, Väter und werdende Eltern mit ihrem Kind

Der BabyBahnhof ermöglicht Eltern sich rund um das Thema Baby und die neue Familiensituation zu informieren und auszutauschen. Auch sind immer Referenten eingeladen, die zu einem Thema kurz informieren und anschließend ausführlich befragt werden können.

Der BabyBahnhof ist ein kostenfreies Angebot der genannten Netzwerkpartner*innen und startet im Frühjahr 2027.

Fragen Sie ab April 2027 nach unserem Flyer!



FamilienKOMPASS

für den Landkreis Südwestpfalz und die Stadt Pirmasens

Der Familienkompass enthält wichtige Adressen. Er bietet im Notfall oder auch für Neu-Hinzugezogene eine Orientierungshilfe.

Er passt an jeden Kühlschrank oder jede Pinnwand und ist damit schnell zur Hand.

Er umfasst Notrufnummern und Anlaufstellen in Krisensituationen, wie z.B. Giftnotrufzentrale, Suchtberatung oder Lebensberatung.

Er enthält auch Telefonnummern für den Familienalltag, wie z.B. Informationen zu Kinderbetreuung, Jugendhäusern oder öffentlichen Fahrplänen.

Erhältlich ist der Kompass in Kindertagesstätten, bei Gemeindeverwaltungen, Kinderärzten und Bildungsstätten.

Der Familienkompass entstand im Netzwerk Familienbildung der FBS & HdF in Zusammenarbeit mit dem Stadtjugendamt Pirmasens und dem lokalen Bündnis für Familie im Landkreis Südwestpfalz.



LANDKREIS
SÜDWESTPFALZ





**Mehr
Generationen
Haus**

Miteinander – Füreinander

Das Mehrgenerationenhaus & Haus der Familie Waldfischbach-Burgalben

**ein Kooperationspartner der Katholischen Familien-
bildungsstätte & Haus der Familie Pirmasens**

Mehrgenerationenhäuser sollen den Zusammenhalt und den Austausch der verschiedenen Lebensalter in Deutschland stärken.

Mehrgenerationenhäuser sind offene Tagestreffpunkte, in denen sich die Generationen wieder selbstverständlich begegnen und sich gegenseitig helfen – ganz wie in einer Familie. Denn wo das Netzwerk der Großfamilie zur Ausnahme wird, sollen Mehrgenerationenhäuser Orte sein, an denen die gegenseitige Unterstützung von Jung und Alt neu belebt wird.

Wie bereits seit vielen Jahren bietet das MGH verschiedene Angebote, diese reichen von regelmäßigen, kreativen Angeboten bis hin zu Bildungs- und Familienangeboten und werden im aktuellen Programmheft des MGH Waldfischbach-Burgalben präsentiert.

Einige Aktivitäten im Landkreis sind gemeinsame Kooperationsprojekte von Mehrgenerationenhaus Waldfischbach-Burgalben und Familienbildungsstätte Pirmasens

**Weitere Infos unter: 06333/27667 63
Denise Porteck, MGH: 06333/2791 89
Café am Bahnhof: Mobil: 0178/50765 90
E-Mail: mgh@ghgimasb.de**



Treten Sie bei uns ein,
wir heißen Sie alle
herzlich willkommen
im Sommerwaldtreff!



Öffnungszeiten

montags 11:30-17:00 Uhr

mittwochs 8:30-14:00 Uhr

donnerstags 8:30-14:00 Uhr

Kontakt

angela.nadler@bistum-speyer.de

Telefon 06331 / 20 397-24

Mobil 0151 / 14 880 141



Zusammenhalt stärken Menschen verbinden

Quartierstreff: Zusammenhalt am Sommerwald

In Deutschland fühlen sich Millionen Menschen einsam. Einsamkeit kann jede und jeden treffen. Das Bundesfamilienministerium (BMFSFJ) setzt sich deshalb dafür ein, dieser gesellschaftlichen Herausforderung wirksam zu begegnen, startete die Arbeit an einer Strategie gegen Einsamkeit und initiierte verschiedene Programme gegen Einsamkeit für Menschen unterschiedlicher Altersgruppen, die mit Geldmitteln des Europäischen Sozialfonds Plus gefördert werden. Ziel ist es, Einsamkeit stärker zu beleuchten und dafür zu sensibilisieren.

Ein neuer Begegnungsort für die Menschen am Sommerwald und der angrenzenden Husterhöhe hat seine Türen geöffnet. Ein Ort, der die Menschen verbindet und den Zusammenhalt stärkt. Ein offener Treff und Anlaufpunkt, der an mehreren Tagen der Woche geöffnet ist. Der Sommerwaldtreff bietet Raum zu Gespräch, zu Austausch, zu Geselligkeit und Miteinander, er bietet Beratung und Unterstützung. Ergänzend dazu gibt es immer wieder Angebote für gemeinsame Unternehmungen und Aktionen für unterschiedliche Interessengruppen.

Gefördert durch:



Bundesministerium
für Bildung, Familie, Senioren,
Frauen und Jugend



Kofinanziert von der
Europäischen Union



BISTUM
SPEYER



Zusammen-Spielen...

Alles dreht sich um Würfel, Karten, und Brettspiele. Gesellschaftsspiele brauchen Gesellschaft, so sagt es schon der Name. Wer diese Gesellschaft sucht, weil zuhause niemand da ist, der/die mitspielt, ist herzlich zu uns in den Sommerwaldtreff eingeladen! In diesem Zeitraum können Sie gemeinsam mit anderen spielfreudigen Menschen die Würfel rollen lassen, die Karten mischen, zocken, Strategien entwickeln, knobeln, Spaß haben oder einfach die Geselligkeit genießen.

Treff Nr. 110 montags, 14:00 - 17:00 Uhr
Angela Nadler
kostenfrei

Zusammen-Beim Espresso Treff...

Lust auf einen kurzen kulinarischen Zwischenstopp bei leckerem Espresso und italienischem Kultur-Input? Dann sind Sie bei uns im Sommerwaldtreff herzlich willkommen zum Espresso-Treff. Bei leckerem Espresso, einem italienischem Kultur-Input, sei es musikalisch, kulinarische oder menschlich, können Sie sich ein paar Minuten Auszeit gönnen und mit Gleichgesinnten eine gute Zeit verbringen.

Treff Nr. 111 montags, 12:00 - 14:00 Uhr
Angela Nadler
kostenfrei

Zusammen-Lesen...

Keine Tageszeitung zuhause? Kein Problem! Bei uns im Sommerwaldtreff liegt zu jeder Öffnungszeit die tagesaktuelle Zeitung für Sie bereit. Gerne liest jemand aus dem Treff mit Ihnen gemeinsam, falls Sie sich über Nachrichten und Artikel austauschen möchten oder Fragen haben. Vielleicht entstehen interessante Diskussionen oder Sie entdecken Themen für die Sie sich vorher nie interessiert hatten.

Gerne können Sie auch „Schriftstücke“ (Artikel aus anderen Zeitschriften, Bücher, Illustrierte, unleserliche Liebesbriefe, Bedienungsanleitungen) von daheim mitbringen. Alles dreht sich um das Lesen und Schriftliches.

Wer anderen Lesestoff sucht, findet bei uns ebenfalls etwas, wir haben einen Bücherschrank und diverse Zeitschriften zum Tauschen oder Mitnehmen.

Treff Nr. 112 mittwochs, 08:30 - 14:00 Uhr
Angela Nadler
kostenfrei

Zusammen-Ma(s)chen...

Egal ob Strick-/Häkel-/Nadel- und Faden-begeistert, egal ob Anfänger*In oder Maschenkünstler*In, bei Mit-Ma(s)chen können alle, die wollige Erfahrungen machen wollen, mitma(s)chen!

Donnerstags haben Sie die Möglichkeit in geselliger und gemütlicher Runde an eigenen Handarbeits-Projekten zu arbeiten, sich Anregungen zu holen, von Expert*Innen Tipps und Unterstützung zu bekommen oder sogar ganz neu anzufangen!

Das gegenseitige Helfen und der Austausch stehen im Vordergrund. Für Profis bietet Mit-Ma(s)chen den Raum für neue Inspirationen oder das gemeinschaftliche „Nadeln“ z.B. für einen guten Zweck. Als Anfänger*In können Sie hier Ihr erstes Handarbeits-Stück kreieren.

Bestenfalls bringen Sie Ihr eigenes Material mit, für alle die nur einmal schnuppern und ausprobieren wollen, wird Material zur Verfügung gestellt.

Treff Nr. 113 **donnerstags, 10:30 - 12:00 Uhr**
Angela Nadler
kostenfrei

Zusammen-Mittagessen

Alle 14 Tage haben Sie die Möglichkeit gemeinsam mit anderen Menschen ein frisch gekochtes Mittagessen bei uns zu genießen.

Das Essen wird vom IB Pirmasens gekocht und ist eine Initiative des Job-Centers, welches das Projekt finanziell unterstützt.

Lassen Sie es sich mit uns in geselliger Runde im Sommerwald-treff schmecken!

Da wir eine begrenzte Anzahl an Portionen zur Verfügung haben, bitten wir um vorherige Anmeldung.

Treff Nr. 114 **donnerstags, 20.08.26, 03.09.26, 17.09.26,**
01.10.26, 15.10.26, 29.10.26, 12.11.26,
26.11.26, 03.12.26, 17.12.26,
jeweils 12:00 - 13:30 Uhr
Angela Nadler
kostenfrei



Zusammen-Quasseln

Austausch und Stärkungstreffen für Eltern mit ihren Kindern von 0 bis 2 Jahren

Das Baby ist da! Die Freude ist riesig und vieles verändert sich. Die Zeitfenster für eigene Bedürfnisse werden kleiner, die Partnerschaft rückt in den Hintergrund, dafür nimmt die Eltern-Kind-Beziehung mehr Raum ein und die Nacht ist nicht mehr nur zum Schlafen da.

Mit diesem Angebot wollen wir Eltern einladen sich in gemütlicher Atmosphäre über die neue „Familiensituation“ auszutauschen und gleichzeitig Unterstützung und Begleitung anbieten, damit das Zusammenleben gut gelingt.

Dazu gibt es Kaffee/Tee und Brezeln.

Treff Nr. 115 montags, 31.08.26, 28.09.26, 26.10.26,
30.11.26, jeweils 09:00 - 11:00 Uhr
Nadine Hüller
kostenfrei

Zusammen mit Männern

Kraftvoll und lebendig

Was hält uns kraftvoll und lebendig in bewegten Zeiten?

An jedem 3. Freitag im Monat wollen wir Männer Kraftquellen aufspüren, an denen wir aufleben, auftanken und zu neuen, ungeahnten Kräften kommen.

Das können Orte sein, aber auch Menschen, Rituale, Musik, Glaube und noch so vieles mehr. Dabei wollen wir uns gegenseitig bereichern, denn jeder Mann kennt solche "Felsen" in der Brandung des Lebens und es wäre zu schade sie nur für sich zu behalten.

Jeder Vormittag eröffnet nach einem kurzen Impuls Raum, von den eigenen Kraftquellen zu erzählen, sich auszutauschen, einander zu bereichern und sich von den Erfahrungen anderer inspirieren zu lassen – kraftvoll und lebendig.

Treff Nr. 116 freitags, 21.08.26, 18.09.26, 16.10.26,
20.11.26, 18.12.26, jeweils 09:30-11:00 Uhr
Klaus Scheunig
kostenfrei

Zusammen-Rätseln

In entspannter Atmosphäre trainieren wir spielerisch unser Denkvermögen – mit Rätseln, Wortspielen und Erinnerungsübungen. Ganz ohne Leistungsdruck, dafür mit viel Spaß und netten Gesprächen. Wir laden Sie herzlich zu unserem Gedächtnistraining ein.

Kommen Sie vorbei, lernen Sie neue Leute kennen und halten Sie Ihren Geist fit – denn gemeinsam macht es doppelt Freude!

Eine Anmeldung ist nicht erforderlich. Fragen Sie gerne nach Folgeterminen!

Treff Nr. 117 **donnerstags, 20.08.26 und 03.09.26,**
jeweils 14:30 - 16:00 Uhr
Albert Wolf
kostenfrei

Adventskonzert

„Drei Meilen noch bis Weihnacht“
Shanty Chor Teddy Suhren Zweibrücken

Der Shanty-Chor der Marinekameradschaft „Teddy Suhren“ Zweibrücken lädt zu einem besonderen musikalischen Highlight in der Vorweihnachtszeit ein. Das Ensemble gastiert mit seinem stimmungsvollen Adventsprogramm in der Katholischen Familienbildungsstätte Pirmasens.

Unter dem Titel „Drei Meilen noch bis Weihnacht“ präsentiert der Chor ein vielseitiges Repertoire an Advents- und Weihnachtsliedern mit direktem Bezug zur Seefahrt. Im Mittelpunkt der maritimen Klänge steht die tief empfundene Sehnsucht der Seeleute, das Weihnachtsfest in der fernen Heimat und im Kreise ihrer Liebsten zu verbringen.

Besucher*innen dürfen sich auf einen besinnlichen, aber auch schwungvollen Konzernachmittag freuen, der die traditionelle Advents- und Weihnachtsstimmung mit dem rauen Charme des Meeres verbindet.

Treff Nr. 601 **Sonntag, 29.11.26, 14:30 - 17:30 Uhr**
Christel Weber
kostenfrei



Zusammen-Ausgehen

Sie gehen gerne aus, ins Kino, zu Vorträgen oder möchten Kunst- und Musikveranstaltungen besuchen? Aber alleine möchten Sie nicht gehen. Da kommen wir ins Spiel. Zusammen besuchen wir verschiedene Veranstaltungen. Entweder mischen Sie sich unter die Menge oder bleiben für sich, das entscheiden Sie. Aber wir sind da und dabei, ganz nach dem Motto „Gemeinsam gegen Einsam“.

Ablauf: Die Ice-Breakerin wartet am Treffpunkt, begrüßt und gemeinsam kann der Ausgeh-Spaß beginnen. Falls die Angebote kostenpflichtig sind, müssen Sie für den Eintritt selbst aufkommen. Entweder haben Sie sich schon im Vorfeld ein Ticket besorgt, oder können es dann vor Ort erwerben. Während der Ausgeh-Aktion können sich Gemeinschaft-Suchende zusammentun, oder Sie können für sich bleiben. Wie der Abend ausgeht, das entscheiden Sie, es gibt keinen verpflichtenden gemeinsamen Abschluss.

Treff Nr. 119 Die Ausgeh-Angebote werden monatsaktuell im Sommerwaldtreff veröffentlicht
Angela Nadler

„Tour de Quartier“

Dieses Jahr findet die beliebte "Tour de Quartier" im Herbst statt. Der Sommerwaldtreff lädt somit zu seiner 2. Tour de Quartier ein. Die Quartierstreffe öffnen wieder ihre Türen und Sie können diesen Tag nutzen, um die Angebote vor Ort kennen zu lernen. Lassen Sie es sich an diesem Tag gut gehen, genießen Sie das bunte Treiben bei Snacks, Getränken und interessanten Angeboten. Ein kostenloser Shuttlebus fährt an diesem Tag von Quartier zu Quartier. Weitere Informationen erhalten Sie bei der Quartierskoordinatorin.



Treff Nr. 120 Samstag, 14.11.26, 11:00 - 15:00 Uhr



02

Sinn erfahren – Glauben leben

Als Katholische Familienbildungsstätte & Haus der Familie sehen wir unseren Auftrag auf dem Hintergrund unseres christlichen Glaubens. Die Beschäftigung mit Sinn- und Glaubensfragen sind Grundlage für ein sinnerfülltes, glückliches Leben.

Tipp: Kurs Nr. 202
Bibel Krimi Dinner

Tipp: Kurs Nr. 204
Frauentragen im Advent

Herzensworte machen Mut

Ermutigung zum Wochenabschluss

Das Wochenende steht vor der Tür. Wir laden Sie ein zu einer kurzen Zeit des Innehaltens, des Lauschens und Wohlfühlens. Eine Zeit das Herz zu öffnen für heilsame und wohltuende Zuwendungen.

Im Anschluss besteht die Möglichkeit zu Austausch und Gespräch, um dann gestärkt und ermutigt ins Wochenende zu starten.

Kurs Nr. 201 freitags, 25.09.26, 30.10.26 und
20.11.26, 09:30 - 11:00 Uhr
Susanne Dausend-Thomas
kostenfrei

„Die Ernte meines Lebens“

Ein Angebot für Menschen mit Demenz, ihre An- und Zugehörigen und Interessierte

Das Leben gleicht einem Garten: Es gibt Zeiten des Säens, des Wachsens und des Erntens. Auch wenn eine Demenzerkrankung den Alltag verändert, bleiben die wertvollen Schätze der eigenen Lebensgeschichte erhalten. Die Erinnerungen, Erfahrungen und besondere Momente, die uns prägen und unser Leben bereichern.

Mit unserem dreiteiligen Angebot „Die Ernte meines Lebens“ möchten wir genau diese Schätze und Erinnerungen wachrufen, heben und sichtbar machen.

Wir laden Sie herzlich zu drei wohltuenden und sinnlichen Nachmittagen ein. Inspiriert von der Schönheit des Herbstes mit seinen Farben, Düften, Geschmäckern und Klängen schaffen wir Raum für Begegnung, Erinnerung und gemeinsames Erleben.

Ankommen und Feiern

Wir starten mit einer Wortgottesfeier, bei der wir die Fülle des Herbstes und seine Erntegaben in den Mittelpunkt stellen und feiern. Anschließend lassen wir den Nachmittag bei Zwiebelkuchen, Apfelkuchen und herbstlichen Getränken in gemütlicher Runde ausklingen.



Kreativ und Köstlich

Beim zweiten Treffen werden wir gemeinsam kreativ. Mit Farben und Naturmaterialien gestalten wir kleine Kunstwerke und widmen uns in der Küche der Bewahrung herbstlicher Köstlichkeiten.

Erinnern und Erleben

Am dritten Nachmittag richten wir den Blick auf die Schätze, die in den persönlichen „Vorratskammern“ unseres Lebens aufbewahrt sind. Gemeinsam betrachten wir Fotos, erinnern uns an vertraute Geschichten, singen bekannte Herbst- und Erntelieder und kommen auch bei Tanz und Bewegung miteinander in Kontakt.

Natürlich dürfen dabei herbstliche Leckereien nicht fehlen.

Wir freuen uns darauf, mit Ihnen die Ernte des Lebens zu entdecken und gemeinsam schöne Erinnerungen aufleben zu lassen.

Bei diesem Angebot bieten wir Ihnen auch Informationen über die Krankheit Demenz und ihre Auswirkungen, sowie praktische Tipps und wertvolle Adressen, die im Alltag weiterhelfen.

Eine Veranstaltung der „Leitstelle Älter werden“ in Kooperation mit der Kath. Familienbildungsstätte & Haus der Familie Pirma-sens und dem Netzwerk Demenz.

Gefördert durch die Pflegekasse nach §45e SGB XI.

Kurs Nr. 611 **Montags, 28.09.26, 05.10.26 und 26.10.26, 15:00 - 17:00 Uhr**
 Karina Frisch / Susanne Dausend-Thomas

Bibel Krimi Dinner

Die Bibel ist voller spannender Erzählungen und manche sind wirkliche Kriminalgeschichten. Seien Sie dabei, beim Biblischen Krimi Dinner und schlüpfen Sie gemeinsam mit anderen Teilnehmenden in die Rolle einer biblischen Person und rätseln Sie mit.

Dabei werden Sie mit einem schmackhaften Drei-Gänge Menü verwöhnt, dessen Gerüche und Geschmäcker Sie in die biblische Zeit eintauchen lassen.

In Verlauf des Abends, beim Reden und Schmausen, lernen sich die illustren Biblischen Personen der Tischgemeinschaft näher kennen und finden schließlich heraus, welche Person in ein Verbrechen verstrickt ist.

Eine Kooperation mit Bibel und Leben im Bistum Speyer.

Kurs Nr. 202 Freitag, 02.10.26, 18:00 - 21:00 Uhr
Walburga Wintergerst / Jürgen Krückel
Ingrid Lorenz / Susanne Dausend-Thomas
36,00 € incl. Dinner

Liebe, Brot und Rosen

**Die Heilige Elisabeth – Patronin der Nächstenliebe
– mit anschließendem Frauenfrühstück**

Das Gemeindezentrum, in dem die Kath. Familienbildungsstätte & Haus der Familie seit 46 Jahren beheimatet ist, trägt den Namen der Heiligen Elisabeth, ebenso die Kirche, die sich darin befindet.

Elisabeth zählt zu den beliebtesten Heiligen Deutschlands: Viele Menschen kennen die Legenden über die fürsorgliche Elisabeth von Thüringen. Doch ihr Leben verlief alles andere als märchenhaft. Wir laden am Gedenktag der Heiligen in die Kirche St. Elisabeth ein und wollen ihr Leben beleuchten. Im Anschluss genießen wir das Zusammensein bei einem Frauenfrühstück.

Kurs Nr. 203 Dienstag, 17.11.26, 09:30 - 11:30 Uhr
Susanne Dausend-Thomas / Brigitte Facco
7,00 €

Frauentragen im Advent

Das Frauentragen ist ein alter Brauch in der Adventszeit, den wir in diesem Jahr wieder aufleben lassen.

Der Advent steht im Zeichen des Weges und des Aufbruchs: „Maria besucht ihre Verwandte Elisabeth“, „Maria und Josef sind unterwegs nach Betlehem“, „die Hirten suchen das Kind“.

Gott und Mensch sind unterwegs zueinander.



Das Frauentragen selbst nimmt Bezug auf das Lukasevangelium: „denn in der Herberge war kein Platz für sie.“ (Lk 2,7).

Wir laden Einzelpersonen, Familien, Hausgemeinschaften, Senioreneinrichtungen, Freundeskreise, Kindertageseinrichtungen und andere Interessierte ein, die schwangere Maria für einen Tag und eine Nacht zu beherbergen.

Mit Maria reist eine kleine Broschüre, die vielfältige Anregungen enthält, wie der Besuch gestaltet werden kann, mit Beten, Singen, Innehalten und mehr.

Gerne können Sie sich ab dem 20. November in eine Liste eintragen lassen, dann kommt die Marienfigur auch zu Ihnen.

Kurs Nr. 204

Einführung in das Brauchtum

Frauentragen im Advent

Freitag, 20.11.26, 09:30 - 11:00 Uhr

Susanne Dausend-Thomas

Wortgottesfeier zum Auftakt

Frauentragen im Advent

Montag, 30.11.26, 17:00 Uhr

Susanne Dausend-Thomas

Adventskonzert

„Drei Meilen noch bis Weihnacht“ Shanty Chor Teddy Suhren Zweibrücken



Der Shanty-Chor der Marinekameradschaft „Teddy Suhren“ Zweibrücken lädt zu einem besonderen musikalischen Highlight in der Vorweihnachtszeit ein. Das Ensemble gastiert mit seinem stimmungsvollen Adventsprogramm in der Katholischen Familienbildungsstätte Pirmasens.

Unter dem Titel „Drei Meilen noch bis Weihnacht“ präsentiert der Chor ein vielseitiges Repertoire an Advents- und Weihnachtsliedern mit direktem Bezug zur Seefahrt. Im Mittelpunkt der maritimen Klänge steht die tief empfundene Sehnsucht der Seeleute, das Weihnachtsfest in der fernen Heimat und im Kreise ihrer Liebsten zu verbringen.

Besucher*innen dürfen sich auf einen besinnlichen, aber auch schwungvollen Konzernachmittag freuen, der die traditionelle Advents- und Weihnachtsstimmung mit dem rauen Charme des Meeres verbindet.

Kurs Nr. 601 **Sonntag, 29.11.26, 14:30 - 17:30 Uhr**
Christel Weber
kostenfrei

Wir sagen Euch an den lieben Advent

Adventssingen für Groß und Klein



Inmitten des geschäftigen Treibens der Vorweihnachtszeit wollen wir gemeinsam innehalten, und uns in guter christlicher Tradition zum gemeinsamen Adventssingen, bei Tee und Punsch, zusammenfinden.

Seien Sie herzlich willkommen in der Kirche St. Elisabeth, rund um den Adventskranz und stimmen Sie mit ein in den vertrauten, adventlichen Klang.

Kurs Nr. 205 **mittwochs, 02.12.26, 09.12.26 und
16.12.26, jeweils 16:30 - 17:30 Uhr**
Susanne Dausend-Thomas
kostenfrei

„Lieber, guter Nikolaus“

Wortgottesfeier für Menschen mit Demenz und ihre An- und Zugehörigen

Demenz ist Teil der gesellschaftlichen Wirklichkeit: 1,8 Millionen an Demenz erkrankte Menschen leben heute in Deutschland. Dennoch bleibt diese Wirklichkeit im gesellschaftlichen Leben meist verborgen. Mit unseren Gottesdiensten wollen wir Menschen mit Demenz und ihre An- und Zugehörigen in die Mitte der Gesellschaft holen. Neben dem Erleben der Gemeinschaft, können demenziell erkrankte Menschen an früher gelebte, vertraute „Gläubigkeit“ und Rituale anknüpfen. Denn bei Gott geht kein Mensch verloren.

Im Anschluss laden wir zum gemütlichen Verweilen bei Kaffee und Kuchen ein.

Bei diesem Angebot bieten wir Ihnen auch Informationen über die Krankheit Demenz und ihre Auswirkungen, sowie praktische Tipps und wertvolle Adressen, die im Alltag weiterhelfen.

Eine Kooperation der Kath. Familienbildungsstätte & Haus der Familie Pirmasens mit dem Netzwerk Demenz und der Lokale Allianz für Menschen mit Demenz im Landkreis Südwestpfalz.

Gefördert durch die Pflegekasse nach §45c SGB XI.



Die Wortgottesfeier findet in der FBS Kirche St. Elisabeth, Unterer Sommerwaldweg 44, 66953 Pirmasens statt.

Kurs Nr. 206 Freitag, 04.12.26, 15:00 - 17:30 Uhr
Susanne Dausend-Thomas



„Freu dich: Gott kommt auf die Welt!“

Krabbelmette für Kinder von 2-5 Jahren

Heiligabend – ein Tag, der Kinderherzen höher schlagen lässt: Voller Erwartung fiebern die Kinder der „Bescherung durch das Christkind“ entgegen.

Wir feiern dieses wunderschöne Fest, weil Gott in der Geburt Jesu im Stall von Bethlehem Mensch geworden ist – ein Ereignis, um das sich viele Bilder und Geschichten ranken. Seine Botschaft rührt uns auch heute noch an, uns und unsere Kinder.

Mit den „ganz Kleinen“ wollen wir uns in der „Krabbelmette“ an dieses große Ereignis erinnern und es voll Freude feiern.



! Ort: Kirche im Gemeindezentrum
St. Elisabeth

Kurs Nr. 207 Donnerstags, 24.12.26 , 11:00 - 12:00 Uhr
Bernd Adelman

**Mutfinder – Trauergruppe
für Kinder von 6-10 Jahren,**
die einen nahen Angehörigen
verloren haben.



Wenn ein geliebter Mensch stirbt, ist plötzlich alles anders. Mut geht verloren und muss neu gefunden werden.

Wir wollen den Kindern in ihrer Trauer einen geschützten Raum schenken, sie begleiten und unterstützen, Ausdrucksformen für ihre Trauer finden und somit ihre Selbstwirksamkeit fördern.

In unserer Trauergruppe für Kinder gehen wir gemeinsam auf Spurensuche nach dem verschütteten Mut.

Vor dem ersten Gruppentreffen findet ein persönliches Kennlerngespräch statt.

Anmeldung erforderlich! Tel.: 06331 / 203 9715

Kurs Nr. 208 samstags, 29.08.26, 26.09.26, 24.10.26,
07.11.26 und 05.12.26, 13:00 - 16:00 Uhr, 5x
Anke Habermeyer / Björn Heinrich



– im Senior*innen Alter

Ihr Kind ist tot. Ein erwachsener Mensch, der mitten im Leben stand, vielleicht bereits mit eigener Familie – dennoch ihr Kind. Sie trauern um Ihr Kind und können nicht verstehen, dass Ihr Kind vor Ihnen sterben musste.

Sie sind verheiratet oder leben allein, sind verwitwet oder getrennt. Die Zeit der Erwerbsarbeit, die den Alltag strukturiert hat, liegt bereits hinter Ihnen. Sie spüren die Einschränkungen und Veränderungen, die das Alter mit sich bringt. Der Tod Ihres Kindes macht sie hilflos, verängstigt Sie. In dieser Lebenssituation helfen der Austausch und die Begegnung mit anderen Senior*innen, die auch um ihr Kind trauern. Das Trauercafé Himmelslichter eröffnet Ihnen ein ruhiges und sicheres Umfeld. Seien Sie herzlich willkommen in unserer Runde, zum Reden oder einfach nur da-sein bei einer Tasse Kaffee oder Tee mit mir, der Trauerbegleiterin Uta Wilhelm-Stutterich. Gerne stehe ich Ihnen für Rückfragen unter 0175 / 85 30 304 zur Verfügung.

Kurs Nr. 209 dienstags, 25.08.26, 22.09.26, 27.10.26,
24.11.26, 22.12.26, jew. 10:00 - 11:30 Uhr
Uta Wilhelm-Stutterich

– im jungen und mittleren Erwachsenenalter

Ihr Kind ist tot. Es tut so unfassbar weh. Sie trauern. Freunde sind da, doch sie finden nicht wirklich die richtigen Worte, scheinen nicht wirklich zu verstehen. Können sie auch gar nicht, weil sie diese besondere Situation nicht kennen und unsicher sind.

Sie suchen nach einem geschützten Raum mit anderen, die Sie verstehen, Sie ein Stück begleiten auf diesem schweren Weg. Das finden Sie im Trauercafé, Raum und Zeit für Ihre Trauer. In einem geborgenen, sicheren und angenehmen Umfeld finden Sie die Möglichkeit zum Austausch bei einer Tasse Kaffee oder Tee. Kommen Sie vorbei, Sie sind herzlich willkommen! Für Rückfragen steht Ihnen Frau Uta Wilhelm-Stutterich unter 0175 / 85 30 304 zur Verfügung.

Kurs Nr. 210 donnerstags, 27.08.26, 24.09.26,
22.10.26, 26.11.26 und 18.12.26,
jeweils 17:00 - 18:30 Uhr
Uta Wilhelm-Stutterich



Treffen für junge verwitwete Mütter und Väter

... Und plötzlich tragen Sie all das allein ...

Der Tod eines Partners oder einer Partnerin verändert das Leben radikal. Dinge, die früher zu zweit getragen wurden, liegen nun ganz auf Ihren Schultern. Neue Probleme tauchen auf, während die alten ungelöst bleiben. Und weil die Kinder zunächst Ihre ganze Aufmerksamkeit brauchen, bleibt für die eigene Trauer kaum Raum – sie rückt in den Hintergrund, meldet sich später wieder oder findet nur schwer Platz.

Unsere Treffen möchten Ihnen einen geschützten Ort schenken: für Gespräche auf Augenhöhe, für Wut und Tränen, für Fragen und Zweifel – und ebenso für Lachen, kleine Lichtblicke und Erfahrungen, die Mut machen. Hier begegnen Sie Menschen, die Ähnliches erleben. Wir teilen Kraft, Ressourcen, Informationen und konkrete Hilfestellungen für den Alltag. Niemand muss diesen Weg allein gehen.

Kurs Nr. 211 Egle Rudyte-Kimmle
Innovation und Transformation im Bistum
Speyer Pionierstelle „Kartu“
0151/14879853

Vorbereitungsseminar zum Weltgebetstag der Frauen „Für Gerechtigkeit und Frieden – 100 Jahre Weltgebetstag“

Der Weltgebetstag der Frauen ist mehr als eine Stunde Gottesdienst im April, er ist eine große ökumenische Solidaritätsbewegung. 2027 feiert der Weltgebetstag der Frauen sein hundertjährigen Jubiläums. Die Liturgie wurde vom Internationalen Komitee verfasst. Anders als gewohnt liegt der Schwerpunkt also nicht auf einem bestimmten Land, sondern auf der Weltgebetstags-Bewegung. Im Fokus stehen neben Highlights der WGT-Geschichte das Lied der Hanna (1 Sam 2, 1-10) und das Magnificat (Lk 1,39-55).

Ein gemeinsames Angebot der Frauenseelsorge im Bistum Speyer, der Frauenarbeit in der Evangelischen Arbeitsstelle Bildung und Gesellschaft der Evangelischen Kirche der Pfalz und der Frauenarbeiten der Methodistenkirche und der Menonitengemeinden.

Kurs Nr. 212 Samstag, 16.01.27, 09:30 - 17:00 Uhr
Katrin Wittwer / Waltraud Zimmermann-Geisert
Gebühr: 10,00 €



03

Familie werden und leben

Familien brauchen Zeit. Füreinander und Miteinander gestalten Familien Alltag und Freizeit. Dazu geben wir in unseren Kursen Anregungen, bieten Begleitung und Unterstützung, damit alle Familienmitglieder in ihren Kompetenzen gestärkt werden, um ihre Aufgaben bewältigen zu können. Beim Zusammentreffen unterschiedlichster familialer Lebensformen geschieht hierbei Begegnung und Austausch.

Tipp: Kurs Nr. 317
Schaurig schöne Rummelboozee

Tipp: Kurs Nr. 320
In der Weihnachtsbäckerei

Jetzt bist Du da – Willkommen im Leben

Willkommensvormittag für Eltern mit Neugeborenen

Eins ist klar, mit einem Baby verändert sich das Leben komplett. Ein Kind hat Einfluss auf vielen Ebenen, neue Gedanken, Gefühle und Fragen entstehen.

All dies findet an diesem Vormittag Raum, darf einfach sein und eingebracht werden. Gemeinsam werden wir das neugeborene Baby und die neugeborenen Eltern(teile) als Familie begrüßen und feiern. Willkommen im Leben!

Kurs Nr. 300 Montag, 14.09.26, 10:00 - 11:30 Uhr
Nadine Hüller
7,00 €

Sinne wecken – Welt entdecken

für Eltern mit Kindern ab der 7. Lebenswoche

Was gibt es Schöneres als die Welt mit allen Sinnen zu entdecken und begreifen?

Dieser Kurs basiert auf der Pädagogik von Maria Montessori. Der liebevoll gestaltete Raum mit dem Spielmaterial regt den Forscherdrang der Kinder an und bietet eine ideale Lernumgebung, um gemeinsam mit anderen Kindern in der gleichen Altersgruppe, selbsttätig im eigenen Tempo vielfältige Lernerfahrungen zu ermöglichen. Für die Eltern bietet die Gruppe einen Ort zum Erfahrungsaustausch mit anderen Müttern und Vätern. Durch die Begleitung der Gruppenleiterin lernen Eltern die Bedürfnisse und Eigenheiten ihrer Kinder wahrzunehmen und entsprechend damit umzugehen. Dazu gibt es begleitende Impulse und Raum für Fragen.

Kurs Nr. 301 mittwochs, 02.09.26 - 09.12.26,
11:00 - 12:30 Uhr, 13x
Diana Fuchs
130,00 €



Mit DELFI® durch das erste Lebensjahr

Denken, Entwickeln, Lieben, Fühlen,
Individuell für Eltern mit Kindern
ab 4 Monaten

In den Gruppentreffen werden Eltern Spiel- und Bewegungsanregungen nach dem DELFI Programm vermittelt, die gemeinsam Spaß machen und die abgestimmt auf den Entwicklungsstand der Babys, ihre Eigenaktivität und ihr Wohlbefinden stärken.

Besonders in der Zeit, in der Babys vom Spielen ausruhen, finden die Eltern im Gespräch Möglichkeiten zu Kontakt und Austausch untereinander. Auch die Babys begegnen einander und knüpfen erste Kontakte zu Gleichaltrigen.

Wenn Sie Interesse an einem DELFI Kurs haben, melden Sie sich bitte in der Katholischen Familienbildungsstätte & Haus der Familie Pirmasens unter 06331/203 97-15. Gerne tragen wir Sie schon nach der Geburt des Kindes auf unsere Warteliste ein.

Kurs Nr. 302 donnerstags, 03.09.26 - 10.12.26,
9:00 - 10:30 Uhr, 13x
Diana Fuchs
130,00 €

Kurs Nr. 303 donnerstags, 03.09.26 - 10.12.26,
11:00 - 12:30 Uhr, 13x
Diana Fuchs
130,00 €



Beate Klausmann



Beate Klausmann

Eltern-Kind-Gruppen

In Miniclubs treffen sich Eltern mit ihren Kindern ab 9 Monaten, in altersgemischten Gruppen, zum gemeinsamen Spielen und Erleben. Hier haben die Kinder die Möglichkeit, in der schützenden Nähe der Eltern soziale Erfahrungen in der Peergroup zu sammeln.

Für die Eltern bietet die Gruppe einen Ort zum Erfahrungsaustausch mit anderen Müttern und Vätern. Sie lernen Bedürfnisse und Eigenheiten ihrer Kinder besser wahrzunehmen und entsprechend damit umzugehen

Miniclub Claudia Berger

Kurs Nr. 304 dienstags, 01.09.26 - 15.12.26,
09:00 - 10:30 Uhr, 11x
nicht am 08.09.26
Claudia Berger
71,50 €

Kurs Nr. 305 dienstags, 01.09.26 - 15.12.26,
10:45 - 12:15 Uhr, 11x
nicht am 08.09.26
Claudia Berger
71,50 €

Miniclub Angelina Weiss

Kurs Nr. 306 dienstags, 01.09.26 - 08.12.26,
16:15 - 17:45 Uhr, 11x
Angelina Weiss
71,50 €

Miniclub Pia Fritsch

Kurs Nr. 307 freitags, 04.09.26 - 04.12.26,
09:00 - 10:30 Uhr, 11x
Pia Fritsch
71,50 €

Kurs Nr. 308 freitags, 04.09.26 - 04.12.26,
10:45 - 12:15 Uhr, 11x
Pia Fritsch
71,50 €

Beate Klausmann



Miniclubs außerhalb

Miniclub Jessica Saupp



Kursort: Henselsches Anwesen,
Schulstraße 6, 67716 Heltersberg

Kurs Nr. 309

dienstags, 01.09.26 - 24.11.26,
09:00 - 10:00 Uhr, 11x
Jessica Saupp
49,50 €



Klangwelten klitzeklein

Gemeinsam musizieren macht großen Spaß. Bei dieser musikalischen Eltern-Kind Gruppe wird gesungen, geklatscht, mit Instrumenten musiziert und Klängen gelauscht. Gemeinsam begegnen wir in Liedern, Sprechreimen und Kniereitern unter anderem langen Schlangen, schicken Krokodile in den Nil zurück, beobachten Vogelkinder in ihrem Nest und fahren wild den Schotterwagen.

Musizieren hat viele positive Nebeneffekte, beispielsweise auf die Sprachkompetenz, die Konzentrationsfähigkeit, das Sozialverhalten, Emotionen und die Empathie. Aber vor allem macht es Riesen Spaß!

für Eltern mit Kindern von 12-18 Monaten

Kurs Nr. 310

montags, 07.09.26 - 07.12.26,
9:00 - 9:45 Uhr, 6x
Nadine Hüller
60,00 €

für Eltern mit Kindern von 8-12 Monaten

Kurs Nr. 311

montags, 07.09.26 - 07.12.26,
10:00 - 10:45 Uhr, 6x
Nadine Hüller
60,00 €

Turnzwerge

Spielen und Turnen für Eltern mit Kindern ab dem 12. Lebensmonat

Bewegungsspiele und mehr für die Kleinen.



Beate Klausmann

Hier können die Kinder ihren natürlichen Bewegungsdrang ausleben und mit Unterstützung von Mama oder Papa Neues ausprobieren und lernen.

Mit Musik und in der Gruppe macht Turnen und Toben im Zwergerland doppelt Spaß.

Damit der Bewegungsspaß optimal ist, sollten die „Turnzwerge“ laufen können.

Kurs Nr. 312 dienstags, 08.09.26 - 27.10.26,
16:00 - 17:00 Uhr, 6x
Christina Brunner
48,00 €

Perlenschmuck selbst gefädelt

für Mamas oder Papas mit Kindern von 5-9 Jahren

Heute wird aufgefädelt. Wir basteln gemeinsam Schlüsselanhänger, Lesezeichen oder ein Armband oder...aus einer Auswahl von Perlen. Auch eine Variation von und mit Buchstabenperlen ist möglich, so werden Kreativität und Fingerfertigkeit gefördert.

Material wird nach Verbrauch berechnet und im Kurs bezahlt (Halskette mit Namen ca. 6,50 €, Engel ab 3,50 €).

Kurs Nr. 313 Donnerstag, 22.10.26, 15:30 - 16:30 Uhr
Gisela Betz
6,50 € pro Person



Abonnieren Sie unseren **Newsletter**
und informieren Sie sich über
aktuelle Kursangebote!



Heimaterlebnis

Mitten im Herzen des Pfälzerwaldes – dem größten zusammenhängenden Waldgebiet Deutschlands – liegt unsere Heimat: die Südwestpfalz. Geprägt von markanten Buntsandsteinfelsen, einer faszinierenden Artenvielfalt und einer lebendigen Geschichte, die vom Wirken des Hl. Pirminius, über die Herrschaft der Landgrafen von Hessen-Darmstadt, zum Aufblühen der Schuhindustrie und deren Niedergang reicht.

Für fast 90.000 Menschen ist diese Region Heimat – eine Region voller Geschichten, Geheimnisse und Naturwunder.

Mit unseren Heimaterlebnissen laden wir Erwachsene und Kinder jeden Alters ein, sich gemeinsam auf Entdeckungstour zu begeben.

Ob bei einer Wanderung durch den Pfälzerwald, beim Erkunden historischer Orte, beim Erfahren regionaler Traditionen – hier gibt es für Groß und Klein viel Neues, Kurioses und Wissenswertes zu erleben.

Heimat erleben, sich verbunden fühlen, entdecken, staunen, schmecken, voneinander lernen, den Blick öffnen für das, was verbindet, die Menschen prägt und ausmacht.



Für beide Kurse bitte eigene Borstenpinsel in Nr. 3 + 5 mitbringen. Die Materialkosten von ca. 17,00 € pro Mutter-Kind Paar werden bei der Kursleiterin bezahlt.

Zwei Leinwände – eine Komposition

Mutter-Tochter Malwerkstatt, für Mütter mit Töchtern ab 8 Jahren

An diesem Nachmittag, in der Mutter-Tochter Malwerkstatt, begeht Ihr euch auf die Spuren der Künstlerin Rosina Wachtmeister.

Rosina Wachtmeister ist eine zeitgenössische naive Künstlerin. Sie ist bekannt für bunte, fröhliche Farben, Katzenmotive und Sonnen. Als Tochter-Mutter Team entsteht gemeinsam ein Bild auf zwei Leinwänden, welches eine gemeinsame Komposition ergibt.



Beate Klausmann

Kurs Nr. 314 Samstag, 24.10.26, 14:00 - 16:30 Uhr
Beate Klausmann
16,50 pro Person

An diesem Nachmittag, in der Mutter-Tochter Malwerkstatt, begeht Ihr euch auf die Spuren des berühmten **Malers Vincent van Gogh**. Als Tochter- Mutter Team entsteht gemeinsam ein Bild auf zwei Leinwänden. Eine gemeinsame Linie verbindet die Bilder und doch, jede malt ihr eigenes, das anschließend eine Komposition ergibt – einen Sternenhimmel.

Kurs Nr. 315 Samstag, 21.11.26, 14:00 - 16:30 Uhr
Beate Klausmann
16,50 pro Person

Pilze schnitzen aus Erlenholz

für Eltern mit Kindern ab 10 Jahren

Arbeiten mit Holz macht Kindern und Erwachsenen Freude. In diesem Kursangebot wird das Schnitzen unter fachkundiger Anleitung und mit professioneller Ausstattung (Schnitzmesser und Schnitzschutzhandschuh) erlernt. So entsteht mit etwas Übung und Geschick ein Pilz aus heimischem Erlenholz.



Die Materialkosten von ca. 2,00 € pro Person werden bei der Kursleitung bezahlt.

Kurs Nr. 316 Samstag, 26.09.26, 10:00 - 12:00 Uhr
Andreas Stern
13,00 € pro Person

Schaurig schöne „Rummelbooze“



Rübengeister schnitzen für Eltern mit Kindern ab 7 Jahren

Rummelbooze schnitzen ist ein alter Herbstbrauch, den früher jedes Kind in der Südwestpfalz kannte. Nach der Ernte der Futterrüben/Runkelrüben wurden diese ausgehöhlt und die schaurig schönen Rummelbooze vor die Türen gestellt.

An diesem Nachmittag wollen wir das alte Brauchtum wieder aufleben lassen. Zum Abschluss erstellen wir eine Rummelbooze Parade.

Bitte mitbringen: Esslöffel, scharfes Messer, Gartenhandschuhe

Die Materialkosten werden bei der Kursleitung bezahlt.

Kurs Nr. 317 **Mittwoch, 28.10.26, 16:00 - 18:00 Uhr**
Martina Wagner
13,00 € pro Person

Basteln mit Oma oder Opa

für Großeltern mit Enkeln von 4-7 Jahren

Mit der liebevollen Unterstützung von Oma oder Opa wird an diesen Nachmittagen gebastelt. Dabei kommen unterschiedliche Materialien zum Einsatz und auch das Arbeiten mit verschiedenen Werkzeugen kann ausprobiert und erlernt werden.

Die Materialkosten pro Großeltern-Kind Paar werden bei der Kursleitung bezahlt.

Herbstbasteln mit Oma oder Opa

Kurs Nr. 318 **Mittwoch, 28.10.26, 15:30 - 17:00 Uhr**
Dorothea Noll
9,80 € pro Person

Weihnachtsbasteln mit Oma oder Opa

Kurs Nr. 319 **Mittwoch, 18.11.26, 15:30 - 17:00 Uhr**
Dorothea Noll
9,80 € pro Person

In der Weihnachtsbäckerei für Eltern und Kinder ab 8 Jahren



Was gibt es Schöneres als in der Adventszeit gemeinsam zu backen. Es duftet herrlich nach Zimt, Vanille, Nüssen und all den anderen vertrauten Zutaten. In vier Küchen wird gerührt, geknetet, ausgestochen, verziert und natürlich auch genascht. An diesem Nachmittag entstehen unter der fachkundigen Anleitung von Ingrid Lorenz echte Klassiker der Weihnachtsbäckerei. In jeder Küche wird ein anderes Rezept gebacken und am Ende des Kurses werden die Plätzchen aufgeteilt, so dass jedes Team mit unterschiedlichen Sorten nach Hause geht.

Bitte Schürzen und Aufbewahrungsdosen mitbringen.

Kurs Nr. 320 **Dienstag, 24.11.26, 15:30 - 18:00 Uhr**
Ingrid Lorenz
16,25 € pro Person
10,00 € Lebensmittelumlage pro Person

Weihnachtstörtchen backen mit Oma oder Opa

für Großeltern mit Enkeln von 5-9 Jahren

Gemeinsam mit Oma/Opa geht es in die Küche. Passend zum anstehen Weihnachtsfest werden leckere Weihnachtstörtchen gebacken und festlich verziert.

Kurs Nr. 321 **Mittwoch, 09.12.26, 16:00 - 18:00 Uhr**
Dorothea Noll
16,25 € pro Person
8,00 € Lebensmittelumlage pro Person



Beate Klausmann

Gefüllte Zeit – Erfüllte Zeit: Adventliche Wege nach innen

Adventswochenende für alleinerziehende Frauen und ihre Kinder bis 16 Jahre

Zu Beginn der oft so dichten Zeit vor Weihnachten lädt dieses Wochenende ein, bewusst innezuhalten, aufzutanken und sich selbst wieder ein Stück näherzukommen. Gemeinsam gestalten wir eine „gefüllte Zeit“, die zur „erfüllten Zeit“ werden darf – mit Momenten der Ruhe, des kreativen Ausdrucks und des liebevollen Miteinanders.

Darüber hinaus gibt es Gelegenheit zu kreativem Tun gemeinsam mit den Kindern – auch das Binden eines Adventskranzes gehört mit dazu. Parallel zu den Frauenrunden wird ein eigenes Kinderprogramm angeboten, das den Kindern spielerische, kreative und lebendige Erfahrungen ermöglicht.



**Ort: Homburg,
Kardinal-Wendel-Haus**

Anmeldung und Information:

Bischöfliches Ordinariat, Seelsorge in Pfarrei und Lebensräumen Frauenseelsorge

Webergasse 11, 67346 Speyer,

Telefon 06232/102328, E-Mail: frauen@bistum-speyer.de

Kurs Nr. 322 Freitag, 27.11.26, 17:30 Uhr bis
Sonntag, 29.11.26, 14:00 Uhr
Annette Bauer-Simons
Erwachsene 65,00 €,
Kinder bis 12 Jahre 35,00 €,
Jugendliche bis 16 Jahre 45,00 €
Materialkosten pro Familie 10,00 €

Würdevoll leben als Königskinder Gottes

Familienwochenende im Advent

Advent ist eine Zeit des Wartens, der Hoffnung und der Vorbereitung. Gemeinsam entdecken wir, was es bedeutet, Gottes geliebte Kinder zu sein – Menschen mit königlicher Würde, gerufen zur Liebe, Hoffnung und Gerechtigkeit, wie es Adventstraditionen und geistliche Impulse zeigen.

An diesem Wochenende entdecken wir, was Königinnenwürde im christlichen Sinn bedeutet:

- Würde, die Gott jedem Menschen schenkt
- Stärke und Sanftmut, Verantwortung füreinander
- Leben aus der Hoffnung des Advents



**Ort: Jugendhaus St. Christophorus,
Schillerstraße 151, 67098 Bad Dürkheim**

Anmeldung und Information:

Bischöfliches Ordinariat, Seelsorge in Pfarrei und Lebensräumen
Webergasse 11, 67346 Speyer, Telefon 06232/102440,
E-Mail: pfarrei-lebensraeume@bistum-speyer.de

Kurs Nr. 323 Freitag, 04.12.26, 18:00 Uhr bis
Sonntag, 06.12.26, 14:00 Uhr
Rita Höfer
Erwachsene 90,00 €,
Kinder bis 3 Jahre sind frei,
Kinder bis 12 Jahre 40,00 €,
Jugendliche ab 13 Jahren 60,00 €

Wir sagen Euch an den lieben Advent

Adventssingen für Groß und Klein



Inmitten des geschäftigen Treibens der Vorweihnachtszeit wollen wir gemeinsam innehalten, und uns in guter christlicher Tradition zum gemeinsamen Adventssingen, bei Tee und Punsch, zusammenfinden.

Seien Sie herzlich willkommen in der Kirche St. Elisabeth, rund um den Adventskranz und stimmen Sie mit ein in den vertrauten, adventlichen Klang.

Kurs Nr. 205 mittwochs, 02.12.26, 09.12.26 und
16.12.26, jeweils 16:30 - 17:30 Uhr
Susanne Dausend-Thomas
kostenfrei



04

Partnerschaft mit Kindern leben

Unsere Angebote im Fachbereich Erziehung unterstützen Eltern in der Erfüllung ihrer Erziehungsverantwortung. Sie stärken ihre Erziehungskompetenzen, fordern heraus und geben Anhaltspunkte für eine auf Werte basierende, gelingende Eltern-Kind-Beziehung.

Tipp: Kurs Nr. 402
Grenzen setzen, aber wie?

Tipp: Kurs Nr. 406
Gelassen durch die Wackelzahnpubertät

Baby krank...

wie einfache Hausmittel und alternative Heilmethoden helfen können

Die Gesundheit des Babys steht für Eltern an oberster Stelle. Wie man im Krankheitsfall des Babys richtig reagiert setzt Eltern unter Druck.

Oft helfen einfache Hausmittel, wie Wickel oder alternative Heilmethoden wie Schüssler Salze, deren Einsatz und Anwendung an diesem Abend vorgestellt werden.

Trotzdem fällt die Entscheidung schwer, ab wann ein Arzt aufgesucht werden muss. Auch hier weiß die erfahrene Hebamme Diana Fuchs Rat und gibt Tipps wie Eltern richtig handeln.

Eigene Fragestellungen können eingebracht werden.

Kurs Nr. 401 **Dienstag, 15.09.26, 09:30 - 11:30 Uhr**
Diana Fuchs
kostenfrei

Grenzen setzen, aber wie?

Kinder brauchen Grenzen, denn diese geben ihnen Sicherheit und Orientierung. Kinder brauchen auch Freiraum, um eigene Erfahrungen machen zu können und selbständig zu werden. Zwischen Grenzen setzen und Freiraum geben die richtige Balance zu finden ist für Eltern nicht immer einfach. Es braucht Mut sich auch mal unbeliebt zu machen, aber auch Verständnis für die Entwicklung von Kindern.

- Wie setze ich sinnvoll Grenzen?
- Wie lernen Kinder Grenzen einzuhalten?

Kurs Nr. 402 **Mittwoch, 23.09.26, 19:30 - 21:00 Uhr**
Christina Brunner
kostenfrei

Die Veranstaltungen werden im Rahmen des Netzwerkes Familienbildung über Fördermittel des Familienministeriums finanziert und die Teilnahme den Eltern kostenfrei angeboten!

Nein, ich will nicht!

Das sogenannte Trotzalter

Mit Beginn des so genannten Trotzalters verändert sich plötzlich einiges im Verhältnis Eltern zu Kleinkind. Die Kinder entdecken ihren eigenen Willen, aber nicht jede Idee lässt sich verwirklichen, nicht jedes Bedürfnis durchsetzen. Dabei beanspruchen sie die elterlichen Nerven oft bis ans Äußerste.

Diese Phase ist entscheidend für das Kind, um neue Fertigkeiten, Selbstvertrauen und Selbstwertgefühl zu entwickeln. Sie ist auch wichtig für die Herausbildung des Charakters und die Qualität der Beziehung zwischen Eltern und Kind. Dieser Abend bietet Ihnen viele Informationen rund um die Autonomiephase und will Sie unterstützen und ermutigen.

Kurs Nr. 403 Montag, 26.10.26, 19:00 - 21:00 Uhr
Nadine Hüller
kostenfrei

Dem Sandmännchen unter die Arme greifen

Der Tag war schön, man hat viel mit dem Kind gespielt, gelacht und ... jetzt geht's ans Einschlafen.

Von jetzt auf gleich ein anderes Kind. Was können wir schon beim Tagesablauf miteinplanen oder wie gestalten wir die Abendzeit, um diese Machtkämpfe oder Verzögerungstaktiken erst gar nicht entstehen zu lassen.

Welche Rituale können helfen.

Kurs Nr. 404 Mittwoch, 28.10.26, 19:30 - 21:00 Uhr
Christina Brunner
kostenfrei

Die Quasselkiste mit Nadine Hüller finden Sie auf Seite 20 mit der Kursnummer 115!

Gefördert durch:



Rheinland-Pfalz

MINISTERIUM FÜR
ARBEIT, SOZIALES, FRAUEN,
FAMILIE UND JUGEND

In Notfällen mit dem Baby oder Kleinkind gut reagieren

Kinder wollen vom ersten Tag an ihre Welt entdecken. Allerdings sind sie noch unerfahren und können oft nicht unterscheiden was gefährlich oder harmlos ist. Die Sorge vor Unfällen und Verletzungen besteht also zu Recht. Für Eltern ist es wichtig zu wissen, was im Notfall zu tun ist. Dieser Abend informiert über unterschiedliche Notsituationen mit Babys und Kleinkindern. Gerne können Eltern auch ihre ganz persönlichen Fragen und Anliegen einbringen.

Kurs Nr. 405 **Mittwoch, 04.11.26, 18:00 - 20:30 Uhr**
Heike Klages
kostenfrei

Gelassen durch die Wackelzahnpubertät

Mit Beginn der sogenannten „Wackelzahnpubertät“ und im Verlauf der Jahre 5-10 durchleben Kinder ein Wechselbad der Gefühle und die Eltern gleich mit!

Ob innerhalb der Familie, auf dem Spielplatz oder im Klassenzimmer, plötzlich stehen Eltern und Kind vor sehr vielfältigen Herausforderungen. Doch es lohnt sich die Herausforderungen der Erziehung aktiv anzunehmen, mit Ihrem Kind in Verbindung zu bleiben und gemeinsam zu wachsen. Denn hier werden Grundlagen für eine stabile Persönlichkeitsentwicklung und eine „verträgliche“ Pubertät gebildet.

Dieser Abend bietet Ihnen viele Informationen, Erklärungen aus Psychologie und Hirnforschung, um Sie zu unterstützen und zu ermutigen.

Kurs Nr. 406 **Montag, 09.11.26, 19:00 - 21:00 Uhr**
Nadine Hüller
kostenfrei

Gefördert durch:



Rheinland-Pfalz

MINISTERIUM FÜR
ARBEIT, SOZIALES, FRAUEN,
FAMILIE UND JUGEND

Die Veranstaltungen werden
im Rahmen des Netzwerkes
Familienbildung über Fördermittel
des Familienministeriums finanziert
und die Teilnahme den Eltern
kostenfrei angeboten!



05

Kinder machen tolle Sachen

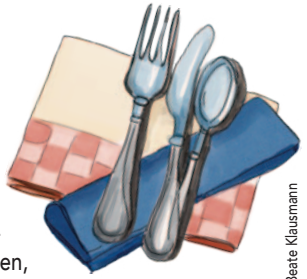
Kinder sind aktiv. Sie begreifen die Welt im Spiel und lernen im Experimentieren, im Forschen, im Handwerken, im sozialen Kontakt mit anderen Kindern. Dabei entwickeln sie sich „wie von selbst“, Fähigkeiten und Fertigkeiten werden in unterschiedlichsten Angeboten und Aktivitäten entdeckt und gefördert.

Tipp: Kurs Nr. 508
[Die Walddetektive](#)

Tipp: Kurs Nr. 509
[Pop-Art Affe](#)

Was ich schon kochen kann

Kochen macht einfach Spaß! Und in der Gruppe mit anderen Kindern noch viel mehr. Hier lernt ihr grundsätzliche Kochfertigkeiten, wie schneiden, rühren, braten, kneten und mehr kennen, die ihr dann auch zu Hause zum Einsatz bringen könnt. Dabei ist die Nachhaltigkeit von Bedeutung, denn es kommen regionale und saisonale Lebensmittel zum Einsatz.



Beate Klausmann

Auf geht's! An die Töpfe fertig los.

Bitte Restebehälter mitbringen!

Gut gewickelt – Wraps süß und herzhaft für Kinder von 6-8 Jahren

Kurs Nr. 501 Dienstag, 08.09.26, 15:30 - 18:00 Uhr
Ingrid Lorenz
16,25 € / Lebensmittelumlage: 10,00 €

Pizza und Pasta für Kinder von 6-8 Jahren

Kurs Nr. 502 Dienstag, 27.10.26, 15:30 - 18:00 Uhr
Ingrid Lorenz
16,25 € / Lebensmittelumlage: 10,00 €

Leckere Kartoffelküche für Kinder ab 8 Jahren

Kurs Nr. 503 Dienstag, 29.09.26, 15:30 - 18:00 Uhr
Ingrid Lorenz
16,25 € / Lebensmittelumlage: 10,00 €

Leckere Kürbisküche für Kinder ab 8 Jahren

Kurs Nr. 504 Dienstag, 15.09.26, 15:30 - 18:00 Uhr
Ingrid Lorenz
16,25 € / Lebensmittelumlage: 10,00 €

Backen ist ein Kinderspiel – Muffins satt – ein Rezept unzählige Möglichkeiten

für Kinder ab 8 Jahren

Muffins gehen einfach immer! Umso schöner, wenn das selbstständig ohne Hilfe von Mama und Paps gelingt. In diesem Kurs lernt ihr in entspannter Atmosphäre und mit viel Freude ein simples, leckeres Grundrezept kennen, das ihr dann nach eurem Geschmack verfeinern und abwandeln könnt. Alle Varianten können vor Ort ausprobiert werden.

Die Muffins sind vegan und dadurch für fast alle verträglich.

Bitte Transportbox mitbringen.

Kurs Nr. 505 **Samstag, 26.09.26, 10:00 - 12:00 Uhr**
Michael Hüller
13,00 € / Lebensmittelumlage: 8,00 €

Backen ist ein Kinderspiel – Vom Korn zum Brot

für Kinder ab 8 Jahren

In diesem Kurs lernt ihr nicht nur wie ihr ein gehaltvolles und gesundes Vollkornbrot ganz einfach und unkompliziert ohne lästige Geh- und Ruhezeiten selber backen könnt.



Beate Klausmann

Ihr erfahrt auch noch, wie aus Getreide Mehl entsteht und daraus schließlich das Brot! Im praktischen Teil dürft ihr dann die Körner selbst zu Mehl mahlen und danach zu einem leckeren Brot verarbeiten.

Mit dem einfachen Rezept könnt ihr aber auch zuhause mit Mehl aus dem Supermarkt das Brot jederzeit nachbacken.

Bitte Transportbox für das Brot mitbringen.

Kurs Nr. 506 **Samstag, 07.11.26, 10:00 - 13:00 Uhr**
Michael Hüller
19,50 € / Lebensmittelumlage: 10,00 €

Cupcake

für Kinder ab 8 Jahren



Beate Klausmann

Klein, fein und einfach zuckersüß.

Cupcakes sind bunte Minitörtchen und voll im Trend. Üppig mit Sahne oder Buttercreme versehen und liebevoll verziert. Mit nur wenigen Zutaten und ein bisschen Fantasie und einigen Backfertigkeiten gelingen die tollsten, leckersten Kunstwerke für kleine Schleckermäuler.

Bitte Kuchencontainer mitbringen.

Kurs Nr. 507 **Mittwoch, 21.10.26, 16:00 - 18:00 Uhr**
Dorothea Noll
13,00 € / Lebensmittelumlage: 10,00 €

Die Walddetektive – zu Besuch bei Sherlock Holz

für Kinder von 7-10 Jahren



Ein geheimnisvoller Diebstahl ist geschehen.

Folgt den Hinweisen von Sherlock Holz und helft bei der Suche nach dem Täter. Werden wir gemeinsam die Lösung im Wald entdecken?

Bitte wetterangepasste Kleidung und festes Schuhwerk tragen und einen kleinen Pausensnack und Getränke mitbringen.



Treffpunkt: 66954 Pirmasens-Gersbach,
Parkplatz am neuen Friedhof,
Eichelsbacherstraße

Kurs Nr. 508 **Freitag, 25.09.26, 15:00 - 17:00 Uhr**
Martina Wagner
13,00 €

Pop-Art Affe

für Kinder ab 9 Jahren

Pop Art Kunstwerke sind bunt und auffällig. In diesem Kurs entsteht aus Pappe ein dreidimensional Affenkopf, der im Pop Art Stil bunt bemalt wird.

Bitte mitbringen: Filzstifte, Schere und breite Pinsel.

Die Materialkosten von ca. 5,00 € werden bei der Kursleitung bezahlt.

Kurs Nr. 509 **Samstag, 07.11.26, 9:30 - 12:00 Uhr**
Beate Klausmann
16,25 €

Kalligraphie – Im Reich der Lombarden

für Kinder von 9-11 Jahren

Das Wort Kalligraphie stammt aus dem Griechischen und bedeutet die Kunst des schönen Schreibens. Hier schreibt ihr nicht mit einem Kulli, sondern mit einer Feder und mit Tinte und am Ende kommt auch noch Neonfarbe ins Spiel.

Ein Kurs für alle Schönschreiber*innen und solche, die es werden wollen.

Bitte mitbringen: Holz Buntstifte, Bleistift, Radiergummi, Lineal

Die Materialkosten von 7,00 € werden von der Kursleitung eingesammelt.

Kurs Nr. 510 **Dienstag, 29.09.26, 16:30 - 18:30 Uhr**
Pia Paul
13,00 €

Emaillé Schmuck

für Kinder von 6-10 Jahren

Mit einem Schleifblock säubern wir die Kupferrohlinge und bestreuen diese gleichmäßig mit Farbschmelzpulver. Anschließend werden die Teile geschmolzen und ausgehärtet. Die Schmuckteile können dann mit Glitzersteinen und verschiedenen Techniken ausgearbeitet werden.

Die Materialkosten von ca. 10,00 € werden bei der Kursleiterin bezahlt.

Kurs Nr. 511 **Mittwoch, 16.09.26, 16:00 - 18:00 Uhr**
Dorothea Noll
13,00 €

Makramee herbstlich

für Kinder ab 8 Jahren

Makramee ist wieder total in. Überall entdecken wir die alte Knotentechnik. In diesem Kurs fertigen wir dekorative herbstliche Accessoires und knüpfen z. B. Blätter und Herbstfrüchte.

Die Materialkosten werden mit der Kursleiterin nach Verbrauch abgerechnet.

Kurs Nr. 512 **Mittwoch, 30.09.26, 16:00 - 18:00 Uhr**
Dorothea Noll
13,00 €

Gott schenke dir
Geborgenheit und
einen Ort an dem du
dich sicher fühlst.





06

Wert(e)voll leben

Die Kursangebote in diesem Fachbereich dienen der Reflexion, der Auseinandersetzung mit dem eigenen Denken, Fühlen und Handeln mit dem Ziel, mehr über sich selbst zu entdecken, die Ausgestaltung der eigenen Rollen und Aufgaben aktiv anzugehen und die Selbstbildungspotentiale zu aktivieren. Die Kurse machen Lust auf wert(e)volles glückliches Leben. Leben Sie wert(e)voll los!

Tipp: Kurs Nr. 601
Adventskonzert mit dem Shanty Chor
Zweibrücken

Tipp: Kurs Nr. 604
5 Kilometer Pfälzerwald

Adventskonzert

„Drei Meilen noch bis Weihnacht“ Shanty Chor Teddy Suhren Zweibrücken



Der Shanty-Chor der Marinekameradschaft „Teddy Suhren“ Zweibrücken lädt zu einem besonderen musikalischen Highlight in der Vorweihnachtszeit ein. Das Ensemble gastiert mit seinem stimmungsvollen Adventsprogramm in der Katholischen Familienbildungsstätte Pirmasens.

Unter dem Titel „Drei Meilen noch bis Weihnacht“ präsentiert der Chor ein vielseitiges Repertoire an Advents- und Weihnachtsliedern mit direktem Bezug zur Seefahrt. Im Mittelpunkt der maritimen Klänge steht die tief empfundene Sehnsucht der Seeleute, das Weihnachtsfest in der fernen Heimat und im Kreise ihrer Liebsten zu verbringen.

Besucher*innen dürfen sich auf einen besinnlichen, aber auch schwungvollen Konzernachmittag freuen, der die traditionelle Advents- und Weihnachtsstimmung mit dem rauen Charme des Meeres verbindet.

Kurs Nr. 601 **Sonntag, 29.11.26, 14:30 - 17:30 Uhr**
Christel Weber
kostenfrei

Ukulele Spielkreis

für Teilnehmende mit Spielerfahrung

Kein Wunder, dass die Ukulele so beliebt ist. Ihr freundlicher Klang macht einfach glücklich. Noch mehr Spaß macht das Ukulele Spielen mit anderen Menschen zusammen. Dazu laden wir mit diesem Angebot ein. Was sie dazu brauchen ist eine eigene Ukulele, einen Notenständer, ein Stimmgerät, Spielerfahrungen und die Lust mit anderen zu singen und zu spielen.

Kurs Nr. 602 **Donerstag, 21.09.26, 22.10.26,**
19.11.26, 10.12.26,
17:00 - 18:30 Uhr
Nadine Hüller
40,00 € / Kopien: 5,00 €



„Tanzen ist Träumen mit den Füßen“

Abendkurs für Paare

Entsprechend diesem Motto wollen wir uns gemeinsam Tänze aus verschiedenen Bereichen von Standard und Latein aussuchen, die Schritte einüben und sie mit Musik in Rhythmus und Bewegung umsetzen.

Lasst uns zusammen erleben, wieviel Spaß es macht, selbstsicher zur Musik mit unserem Partner über die Tanzfläche zu schweben.

Kurs Nr. 603 Montag, 19.10.26, 26.10.26, 02.11.26,
09.11.26, 16.11.26, 23.11.24 und
30.11.26, 20:00 - 21:30 Uhr
Winfried Agne
136,50 € pro Paar

Literatur im Garten



KATHOLISCHE
FRAUENGEMEINSCHAFT
DEUTSCHLANDS

Was gibt es Schöneres, als in die richtige Geschichte zur richtigen Zeit einzutauchen?

Bei der Vielzahl von Büchern fällt die Wahl der Lektüre oft schwer. Die Literaturwissenschaftlerin Christine Stuck stellt Ihnen ihre Leseempfehlungen für anregende oder entspannende Sommerlesestunden vor. Auf dieser Reise durch den Büchermarkt erwarten Sie Romane, Erzählungen, Novellen und Lyrik.

Freuen Sie sich mit uns auf diese besondere Zeit im Mutmach-Garten der Kath. Familienbildungsstätte mitten im Grünen, wo wir Sie mit Cocktails und süßen Köstlichkeiten verwöhnen. Bei Regen weichen wir in die Räumlichkeiten der Kath. Familienbildungsstätte aus.

Wir sind gespannt auf die Begegnung mit Ihnen und vielen lese- und literaturbegeisterten Frauen – bringen Sie gerne eine Frau mit, die unsere kfd noch nicht kennt!

Kurs Nr. 615 Samstag, 05.09.26, 16:00 - 18:00 Uhr
Annette Bauer-Simons / Christine Stuck
Gebühr: 10,00 €

Bibel Krimi Dinner

Die Bibel ist voller spannender Erzählungen und manche sind wirkliche Kriminalgeschichten. Seien Sie dabei, beim Biblischen Krimi Dinner und schlüpfen Sie gemeinsam mit anderen Teilnehmenden in die Rolle einer biblischen Person und rätseln Sie mit.

Dabei werden Sie mit einem schmackhaften Drei-Gänge Menü verwöhnt, dessen Gerüche und Geschmäcker Sie in die biblische Zeit eintauchen lassen.

In Verlauf des Abends, beim Reden und Schmausen, lernen sich die illustren Biblischen Personen der Tischgemeinschaft näher kennen und finden schließlich heraus, welche Person in ein Verbrechen verstrickt ist.

Eine Kooperation mit Bibel und Leben im Bistum Speyer.

Kurs Nr. 202 Freitag, 02.10.26, 18:00 - 21:00 Uhr
Walburga Wintergerst / Jürgen Krückel
Ingrid Lorenz / Susanne Dausend-Thomas
36,00 € incl. Dinner

Liebe, Brot und Rosen

**Die Heilige Elisabeth – Patronin der Nächstenliebe
– mit anschließendem Frauenfrühstück**

Das Gemeindezentrum, in dem die Kath. Familienbildungsstätte & Haus der Familie seit 47 Jahren beheimatet ist, trägt den Namen der Heiligen Elisabeth, ebenso die Kirche, die sich darin befindet.

Elisabeth zählt zu den beliebtesten Heiligen Deutschlands: Viele Menschen kennen die Legenden über die fürsorgliche Elisabeth von Thüringen. Doch ihr Leben verlief alles andere als märchenhaft. Wir laden am Gedenktag der Heiligen in die Kirche St. Elisabeth ein und wollen ihr Leben beleuchten. Im Anschluss genießen wir das Zusammensein bei einem Frauenfrühstück.

Kurs Nr. 203 Dienstag, 17.11.26, 09:30 - 11:30 Uhr
Susanne Dausend-Thomas / Brigitte Facco
7,00 €

Frauentragen im Advent

Das Frauentragen ist ein alter Brauch in der Adventszeit, den wir in diesem Jahr wieder aufleben lassen.

Der Advent steht im Zeichen des Weges und des Aufbruchs: „Maria besucht ihre Verwandte Elisabeth“, „Maria und Josef sind unterwegs nach Betlehem“, „die Hirten suchen das Kind“.

Gott und Mensch sind unterwegs zueinander.



Das Frauentragen selbst nimmt Bezug auf das Lukasevangelium: „denn in der Herberge war kein Platz für sie.“ (Lk 2,7).

Wir laden Einzelpersonen, Familien, Hausgemeinschaften, Senioreneinrichtungen, Freundeskreise, Kindertageseinrichtungen und andere Interessierte ein, die schwangere Maria für einen Tag und eine Nacht zu beherbergen.

Mit Maria reist eine kleine Broschüre, die vielfältige Anregungen enthält, wie der Besuch gestaltet werden kann, mit Beten, Singen, Innehalten und mehr.

Gerne können Sie sich ab dem 20. November in eine Liste eintragen lassen, dann kommt die Marienfigur auch zu Ihnen.

Kurs Nr. 204

Einführung in das Brauchtum

Frauentragen im Advent

Freitag, 20.11.26, 09:30 - 11:00 Uhr

Susanne Dausend-Thomas

Wortgottesfeier zum Auftakt

Frauentragen im Advent

Montag, 30.11.26, 17:00 Uhr

Susanne Dausend-Thomas

kostenfrei

Wir sagen Euch an den lieben Advent

Adventssingen für Groß und Klein



Inmitten des geschäftigen Treibens der Vorweihnachtszeit wollen wir gemeinsam innehalten, und uns in guter christlicher Tradition zum gemeinsamen Adventssingen, bei Tee und Punsch, zusammenfinden.

Seien Sie herzlich willkommen in der Kirche St. Elisabeth, rund um den Adventskranz und stimmen Sie mit ein in den vertrauten, adventlichen Klang.

Kurs Nr. 205 **Mittwochs, 02.12.26, 09.12.26 und 16.12.26, jeweils 16:30 - 17:30 Uhr**
Susanne Dausend-Thomas

5 Kilometer Pfälzerwald



Wir leben mitten im größten zusammenhängenden Waldgebiet Deutschlands, dem wunderschönen Pfälzerwald mit geschätzten 7.000 Kilometern Wanderwegen, die zum Erkunden und Bewandern einladen. Das wollen wir tun, in überschaubaren Etappen von jeweils 5 Kilometern.

Was man dazu braucht, ist eine erfahrende Begleitung und andere wander- und naturbegeisterte Menschen. Weil es manchmal genau daran fehlt, laden wir mit diesem Angebot Einzelpersonen ein, die sich Wandergesellschaft wünschen.

Begleitet werden die Touren von der Sport-Inklusionslotsin Sabrina Brestel.

Bitte tragen sie wetterangepasste Kleidung und feste Wanderschuhe. Denken Sie auch an einen Rucksack mit Wasserflasche und kleinem Snack.

Wanderungen für Einzelpersonen Weihertour Niedersimten



**Treffpunkt: Naturfreundehaus
Niedersimten**

Kurs Nr. 604 **Sonntag, 13.09.26, 10:00 - 12:00 Uhr**
Sabrina Brestel
6,00 €

Wanderungen für Einzelpersonen Eichelsbacher Mühle



**Treffpunkt: Parkplatz
Eichelsbachermühle**



Kurs Nr. 605 **Sonntags, 18.10.26,**
10:00 - 12:00 Uhr
Sabrina Brestel
6,00 €

Kaffeehaus-Nachmittag für Frauen



Kaffee ist aus unserem Leben nicht mehr wegzudenken. Noch besser ist es, Kaffee und Kuchen im Kreise netter Frauen zu genießen. Gemeinsam zu plaudern, sich auszutauschen, Neues und Wissenswertes zu erfahren, neue Kontakte zu knüpfen. All das ist an diesem Nachmittag möglich.

Thema: Ich sammle Farben für den Winter

Kurs Nr. 606 **Donnerstag, 05.11.26, 16:00 - 18:00 Uhr**
Brigitte Maria Facco
15,00 € inkl. Kaffee und Kuchen

Rechtzeitig vorsorgen

**Vorsorgevollmacht, Patienten-
verfügung und Betreuungsverfügung**



Wer regelt Ihre Angelegenheiten, wenn Sie es nicht mehr können? Jede Person kann, unabhängig vom Alter, in Situationen geraten, in der andere für sie entscheiden müssen. Drei Arten von Vollmachten und Verfügungen helfen, damit das in Ihrem Sinne geschieht. Die entsprechende Vorsorge sollten Sie in gesunden Tagen treffen.

Dieser Abend informiert und bietet Raum für individuelle Fragen.

Eine Kooperation mit dem AWO-Betreuungsverein im Kreis Südwestpfalz e.V.

Kurs Nr. 608 **Dienstag, 08.09.26, 18:00 - 20:00 Uhr**
kostenfrei



Ein Koffer voller Töne – Eine musikalische Reise durch Jahr

für Menschen mit Demenz und ihre An- und Zugehörigen

Kommen Sie mit auf eine musikalische Reise durch das Jahr. Wir reisen mit leichtem Gepäck, denn alles was wir brauchen tragen wir bei uns: Unsere Stimme, unsere Lieder, unsere Erinnerungen. Beschwingt und freudig geht es los. Unser Begleiter ist der Koffer voller Töne. Mit ihm werden wir auf unserer musikalischen Reise Altbekanntes aufleben lassen und Neues entdecken. Dabei wollen wir miteinander singen, mit Rhythmusinstrumenten musizieren und auch das Tanzbein schwingen. Unsere Erlebnisse halten wir in einem Reisetagebuch fest. Kommen Sie mit, gemeinsam bringen wir unsere Lebensfreude zum Klingen!

Bei diesem Angebot bieten wir Ihnen auch Informationen über die Krankheit Demenz und ihre Auswirkungen, sowie praktische Tipps und wertvolle Adressen, die im Alltag weiterhelfen.

Anmeldung und weitere Informationen erhalten Interessierte bei der Kath. Familienbildungsstätte & Haus der Familie Pirmasens unter 06331/203 97 15.

Eine Kooperation der Kath. Familienbildungsstätte & Haus der Familie Pirmasens mit dem Netzwerk Demenz und der Lokales Allianz für Menschen mit Demenz im Landkreis Südwestpfalz.

Gefördert durch die Pflegekasse nach § 45e SGB XI.

Kurs Nr. 609 **Mittwoch, 16.09.26, 21.10.26 und 18.11.26,**
15:00 - 17:30 Uhr
 Susanne Dausend-Thomas / Nicole Schuck

Mein Kompass – Wegweiser zur Gesundheit

Wege aus der Depression Lesung mit Peter Brill

Auf dem Weg durch die Tiefen und Höhen der eigenen Depression hat Peter Brill das praxisorientierte Konzept KOMPASS entwickelt. Dabei waren ihm das lösungsorientierte Wissen der Therapeuten und Wegbegleiter in der stationären und ambulanten Behandlung und die wertvollen eigenen Erfahrungen in der Depression hilfreich. Peter Brill möchte Betroffenen helfen neue Wege aus der Depression zu finden. Angehörige und Mitmenschen will er ermutigen, offener mit einer Depression umzugehen und ihr mit Liebe, Vertrauen und Geduld zu begegnen.

Auf die Teilnehmenden wartet ein ermutigender, hoffnungsfroher Abend, mit der Lesung von Peter Brill, musikalischer Umrahmung, Austausch und Begegnung bei Getränken und einem kleinen Imbiss.

Eine Veranstaltung der „Leitstelle Älter werden“ in Kooperation mit der Kath. Familienbildungsstätte & Haus der Familie Pirmasens im Rahmen der Woche der Seelischen Gesundheit.

Kurs Nr. 610 Montag, 21.09.26, 18:30 - 20:30 Uhr
Peter Brill

Wert(e)voll leben

06





„Die Ernte meines Lebens“

Ein Angebot für Menschen mit Demenz, ihre An- und Zugehörigen und Interessierte

Das Leben gleicht einem Garten: Es gibt Zeiten des Säens, des Wachsens und des Erntens. Auch wenn eine Demenzerkrankung den Alltag verändert, bleiben die wertvollen Schätze der eigenen Lebensgeschichte erhalten. Die Erinnerungen, Erfahrungen und besondere Momente, die uns prägen und unser Leben bereichern.

Mit unserem dreiteiligen Angebot „Die Ernte meines Lebens“ möchten wir genau diese Schätze und Erinnerungen wachrufen, heben und sichtbar machen.

Wir laden Sie herzlich zu drei wohltuenden und sinnlichen Nachmittagen ein. Inspiriert von der Schönheit des Herbstes mit seinen Farben, Düften, Geschmäckern und Klängen schaffen wir Raum für Begegnung, Erinnerung und gemeinsames Erleben.

Ankommen und Feiern

Wir starten mit einer Wortgottesfeier, bei der wir die Fülle des Herbstes und seine Erntegaben in den Mittelpunkt stellen und feiern. Anschließend lassen wir den Nachmittag bei Zwiebelkuchen, Apfelkuchen und herbstlichen Getränken in gemütlicher Runde ausklingen.

Kreativ und Köstlich

Beim zweiten Treffen werden wir gemeinsam kreativ. Mit Farben und Naturmaterialien gestalten wir kleine Kunstwerke und widmen uns in der Küche der Bewahrung herbstlicher Köstlichkeiten.

Erinnern und Erleben

Am dritten Nachmittag richten wir den Blick auf die Schätze, die in den persönlichen „Vorratskammern“ unseres Lebens aufbewahrt sind. Gemeinsam betrachten wir Fotos, erinnern uns an vertraute Geschichten, singen bekannte Herbst- und Erntelieder und kommen auch bei Tanz und Bewegung miteinander in Kontakt. Natürlich dürfen dabei herbstliche Leckereien nicht fehlen.

Wir freuen uns darauf, mit Ihnen die Ernte des Lebens zu entdecken und gemeinsam schöne Erinnerungen aufleben zu lassen.

Bei diesem Angebot bieten wir Ihnen auch Informationen über die Krankheit Demenz und ihre Auswirkungen, sowie praktische Tipps und wertvolle Adressen, die im Alltag weiterhelfen.

Eine Veranstaltung der „Leitstelle Älter werden“ in Kooperation mit der Kath. Familienbildungsstätte & Haus der Familie Pirmasens und dem Netzwerk Demenz.

Gefördert durch die Pflegekasse nach §45e SGB XI.

Kurs Nr. 611 Montags, 28.09.26, 05.01.26 und
26.10.26, 15:00 - 17:00 Uhr
Karina Frisch / Susanne Dausend-Thomas



Kaffeenachmittag für wagemutige Witwen

Ich steige wieder ein ins Leben

Manchmal braucht es nur einen behutsamen Moment, eine warme Tasse Kaffee, ein leckeres Stück Kuchen und ein Gegenüber, das versteht, ohne dass man viel erklären muss.

Unser Treffpunkt für verwitwete Frauen ist genauso ein Ort, ein geschützter Raum, an dem Herzen zur Ruhe kommen dürfen und neue Hoffnung leise anklopft.

Hier treffen sich wagemutige Witwen, Frauen, die trotz Schmerz und Stille in sich spüren: Ich steige wieder ein ins Leben. Nicht, weil es leicht ist, sondern weil tief in ihnen eine Kraft wohnt, die weitergehen möchte.

An diesem Nachmittag kannst du am Leben teilnehmen, ohne dich verstellen zu müssen. Du kannst zuhören, erzählen, schweigen, alles darf sein. Und vielleicht entstehen dabei erste Funken von Verstanden werden und verstehen, Verbundenheit und Zuversicht. Vielleicht knüpfst du neue Kontakte, die sanft tragen und dich daran erinnern: Du bist nicht allein.

Dieser Kaffeenachmittag ist eine Einladung an dein Herz.

Lass uns miteinander eine Gemeinschaft schaffen, die stärkt, trägt und Mut macht.

Kurs Nr. 607 Mittwochs, 16.09.26, 28.10.26 und
25.11.26, 15:30 - 17:30 Uhr
Uta Wilhelm-Stutterich

DEMENZ – Hilfe beim Helfen

Vortrag und Angehörigenschulung



Die Schulungsreihe „Hilfe beim Helfen“ ist ein Unterstützungsangebot für pflegende Angehörige von Menschen mit Demenz in unserer Region.

Dieses Seminarprogramm der Deutschen Alzheimer Gesellschaft wird von der Alzheimer-Gesellschaft-RhPf e.V. in Kooperation mit der Lokalen Allianz für Menschen mit Demenz im Landkreis Südwestpfalz durchgeführt. Unterstützt wird die Schulung durch die Katholische Familienbildungsstätte Pirmasens und die Pflegekasse der BARMER.

Vortrag „Demenz, was ist das?“ für angemeldete Interessierte

Donnerstag, 24.09.2026, 19:00 -21:00 Uhr
Dr. Karl-Josef Klees, Arzt für Neurologie
und Psychiatrie, Psychotherapie und Geriatrie

Schulungsreihe „Hilfe beim Helfen“ für angemeldete Interessierte

Die Situation pflegender Angehöriger

Donnerstag, 01.10.2026, 17:00 -19:00 Uhr
Karina Frisch, Leitstelle „Älter werden“
im Landkreis Südwestpfalz
Christoph Prost, Vorstand der Alzheimer-
Gesellschaft Rheinland-Pfalz e.V.

Demenz verstehen – Den Alltag leben

Samstag, 10.10.2026, 09:00-13:00 Uhr
Karola Becker, Coachin & MarteMeo
Supervisorin

Informationen zu Recht

Donnerstag, 22.10.2026, 17:00 - 19:00 Uhr
Christopher Weis, Rechtsanwalt und
Geschäftsführer AWO-Betreuungsverein
Kreis Südwestpfalz

Herausfordernde Situationen und Pflege

Donnerstag. 29.10.2026, 17:00 - 19:00 Uhr
Bianca Andrie-Wachter, Altenpflegefachkraft

Pflegeversicherung und Entlastungsangebote

Donnerstag. 05.11.2026, 17:00 - 19:00 Uhr
Anna Kuntz, Pflegestützpunkt Pirmasens

Entlastung für Angehörige

Donnerstag. 12.11.2026, 17:00 - 19:00 Uhr
Karina Frisch, Leitstelle „Älter werden“
im Landkreis Südwestpfalz
Christoph Prost, Vorstand der Alzheimer-
Gesellschaft Rheinland-Pfalz e.V.

Kurs Nr. 612



Veranstaltungsort:
Katholische Familienbildungsstätte
Unterer Sommerwaldweg 44
66953 Pirmasens

Weitere Informationen unter:

Leitstelle „Älter werden“ im Landkreis Südwestpfalz
Karina Frisch
k.frisch@lksuedwestpfalz.de,
Tel.: 06331 809333

Alzheimer-Gesellschaft Rheinland-Pfalz e.V.
Christoph Prost
christoph.prost@alzheimer-gesellschaft-rhpf.de
Tel.: 01511 7624895



Lokale Allianz für
Menschen mit **Demenz**

Fortbildung „Lesebotschafter*innen“ – Türöffner*innen für lebendige Kontakte in der Nachbarschaft



Das Lesen bzw. ein Buch ist immer ein guter Türöffner, um neue Kontakte zu erschließen, der Einsamkeit Älterer entgegenzuwirken und soziale Teilhabe zu erleben. Lesebotschafter*innen kommen mit Leseangeboten zu älteren Menschen nach Hause, bieten Literaturspaziergänge an oder veranstalten Lese-Events für kleine Gruppen in Mehrgenerationenhäusern, Büchereien oder Pflegeheimen an.

Im Rahmen der Fortbildung bekommen die Lesebotschafter*innen in spe grundlegende Informationen, wie ein Leseangebot vor Ort aufgebaut und umgesetzt werden kann und erhalten Grundlagen zum Vorlesen und zu Leseangeboten sowie Anregungen mit bereits existierenden Beispielen aus der Praxis. Außerdem werden erste eigene Lese-Angebote, im Austausch mit anderen Teilnehmenden, entwickelt.

Die weitere Begleitung und Unterstützung der Lesebotschafter*innen ist ebenfalls Bestandteil des Fortbildungsprogramms, ebenso die Vernetzung mit anderen Lesebotschafter*innen.

Die Teilnahme ist für alle Interessierten möglich – auch ohne digitale Vorkenntnisse. Benötigt wird nur eine gültige E-Mail-Adresse. Die notwendigen digitalen Fähigkeiten werden während der Online-Fortbildung gemeinsam geübt.

Wenn vorhanden, bitten wir darum, einen Laptop oder ein Tablet mitzubringen.

Anmeldungen sind bis 10. November möglich.

Kurs Nr. 614 **Mittwoch, 02.12.26, 13:00-17:30 und**
Donnerstag, 03.12.26, 09:00 - 16:00 Uhr
Ann-Kristin Hotsch / Annette Scholl
kostenfrei



Repair Café

Was macht man mit einem Stuhl, an dem ein Bein kaputt ist? Mit einem Toaster, der nicht mehr funktioniert? Wegwerfen? Denkste! Komm ins Repair Café und lass Dich beim Reparieren einfach unterstützen.



Das Repair Café ist ein ehrenamtliches Treffen, bei dem unsere Reparaturoexpert*innen gemeinsam mit den Besucher*innen deren kaputte Dinge reparieren.

Wer nichts zu reparieren hat findet im Kaffee einen Ort, um sich mit anderen auszutauschen.

Reparaturen erfolgen kostenfrei, Spenden werden gerne entgegengenommen!

Achtung! Wir nehmen nur Reparaturen an, die vom Fachhandel nicht oder nicht mehr durchgeführt werden. Flachbildfernseher, Fahrräder, Kaffeevollautomaten, Laptops nehmen wir nicht an.

Eine Anmeldung ist erforderlich!

Kurs Nr. 613 Freitag, 28.08.26 und 23.10.26,
17:00 - 19:00 Uhr

Eltern-/Kind-
Gruppen

Kreativkurse

Outdoorkurse

Kochkurse

Bewegungs-
angebote

Finanzielle Unterstützung für Familien durch das Bildungspaket

Alle Kinder haben ein Recht auf gleiche Lebens- und Entwicklungschancen und somit einen Rechtsanspruch auf's Mitmachen und Dabeisein! Hierfür stellt die Bundesregierung im Rahmen des „Bildungspaketes“ Gelder zur Verfügung.

Das Bildungs- und Teilhabepaket unterstützt gezielt Kinder, Jugendliche und junge Erwachsene, deren Eltern leistungsberechtigt sind nach dem SGB II (Arbeitslosengeld II oder Sozialgeld), Sozialhilfe oder Grundsicherung nach SGB XII, den Kinderzuschlag oder Wohngeld beziehen. Auch wer Leistungen nach dem Asylbewerberleistungsgesetz erhält kann Anspruch haben (vgl. BMAS).

Gefördert werden unter anderem

- die Teilhabe am sozialen und kulturellen Leben für Kinder, Jugendliche und junge Erwachsene.

Hier bietet die Kath. Familienbildungsstätte & Haus der Familie viele interessante und spannende Angebote, die gefördert werden können.

Möchten Sie Ihr Kind beim Mitmachen und Dabeisein unterstützen, dann stellen Sie Anträge bei Ihrer zuständigen Kommune:

Ihre Ansprechpartner*innen:

- **Jobcenter Stadt Pirmasens**
Schachenstraße 70, 66954 Pirmasens,
Tel. 06331/142 268 und 06331/ 142 255
- **Kreisverwaltung Südwestpfalz, Referat 42**
Unterer Sommerwaldweg 40-42, 66954 Pirmasens,
Tel. 06331/809 269 und 06331/809 270
- **Kommunales Jobcenter Landkreis Südwestpfalz**
Delaware Avenue 12-18, Pirmasens,
Tel. 06331/809 111 und 06331/809 437
- **Amt für soziale Leistungen**
Stadt Zweibrücken / Bildung und Teilhabe
Herzogstraße 3, 66482 Zweibrücken,
Tel. 06332/871 502 und 06332/871 523

Gefördert durch:



Bundesministerium
für Familie, Senioren, Frauen
und Jugend



07

Gesundheit fördern und erhalten

Bewegung und Ruhe, Anspannung und Entspannung dienen der körperlichen Ausgeglichenheit und Harmonie. Sich selbst spüren und wahrnehmen heißt „gut“ zu sich zu sein. Auch um in der Familie und Partnerschaft Gutes weitergeben zu können. Vielfältige Techniken werden einstudiert und internalisiert.

Tipp: Kurs Nr. 707
Yoga auf dem Stuhl

Tipp: Kurs Nr. 721
Demenz, die Krankheit

Primäre Prävention und Gesundheitsförderung

Zum Yoga gehören Entspannungs- und Konzentrationsübungen und Übungen zur Entwicklung und Vertiefung der Atmung.

Mit unseren Yoga-Angeboten können Teilnehmer*innen die gesundheitsfördernde Wirkung von Entspannung und Bewegung erleben.

Bitte mitbringen: bequeme Kleidung, Yogamatte, Woldecke und eventuell ein kleines Kissen.

Yoga am Montagabend

Kurs Nr. 701 montags, 31.08.26 - 30.11.26,
17:15 - 18:15 Uhr, 12x
Annette Venske
78,00 €

Kurs Nr. 702 montags, 31.08.26 - 30.11.26,
18:30 - 19:30 Uhr, 12x
Annette Venske
78,00 €

Yoga am Dienstagvormittag

Kurs Nr. 703 dienstags, 01.09.26 - 01.12.26,
09:00 - 10:00 Uhr, 12x
Annette Venske
78,00 €

Kurs Nr. 704 dienstags, 01.09.26 - 01.12.26,
10:15 - 11:15 Uhr, 12x
Annette Venske
78,00 €

Yoga am Donnerstagabend

Kurs Nr. 705 donnerstags, 03.09.26 - 03.12.26,
17:15 - 18:15 Uhr, 12x
Annette Venske
78,00 €

Kurs Nr. 706 donnerstags, 03.09.26 - 03.12.26,
18:30 - 19:30 Uhr, 12x
Annette Venske
78,00 €

Yoga auf dem Stuhl

Yoga auf dem Stuhl lädt Menschen ein, die gerne Ihre gewohnte Yoga-Praxis weiterführen, aber nicht mehr auf dem Boden liegen wollen oder können. Willkommen sind außerdem Menschen, die im Sitzen gelenkschonend und sanft ihren Körper bewegen und körperliche Fitness erhalten möchten. Daneben beinhaltet der Kurs gezielte Atemübungen und Entspannung im jeweils eigenen Tempo mit fachkundiger Unterstützung.

Kurs Nr. 707 dienstags, 01.09.26 - 29.09.26,
11:30 - 12:15 Uhr, 5x
Annette Venske
32,50 €

Mit Powerworkout den Tag beenden für Anfänger*innen und Fortgeschrittene

Ein effektives Ganzkörpertraining, das neben Vielseitigkeit und Individualität auch ganz viel Spaß verspricht!

Das Workout eignet sich wunderbar, um alle Bereiche der körperlichen Fitness zu trainieren. Durch den bunten Mix an verschiedensten Übungen ist das Training ganzheitlich, kurzweilig und für alle Leistungsgruppen geeignet. Abgerundet wird die Trainingseinheit mit einem anschließend verdienten Entspannungsblock, wie beispielsweise fasziales Dehnen, progressive Muskelentspannung oder Mobilitätstraining.

Kurs Nr. 708 dienstags, 08.09.26 - 08.12.26,
17:30 - 18:30 Uhr, 12x
Christina Brunner
78,00 €



NEWS

Abonnieren Sie unseren **Newsletter**
und informieren Sie sich über
aktuelle Kursangebote!

Ganzkörpertraining sanft und effektiv

Gezielte gelenkschonende Dehnungsgymnastik von Kopf bis Fuß, Kräftigungs- und Entlastungsübungen für die Wirbelsäule sowie Lockerungsübungen für den Nacken und Schultergürtel verhelfen körperliche Alltagsbeschwerden zu lindern bzw. auszugleichen. Gleichgewichts- und Koordinationsübungen fördern die Beweglichkeit und auch eine bewusstere Wahrnehmung der eigenen Körperhaltung in verschiedenen Alltagssituationen. Die Teilnahme ist für jedes Alter geeignet.

geschlechtsgemischte Gruppe

Kurs Nr. 709 mittwochs, 02.09.26 - 02.12.26,
09:00 - 10:00 Uhr, 12x
Angelika Neuheisel
78,00 €

für Frauen

Kurs Nr. 710 mittwochs, 02.09.26 - 02.12.26,
10:15 - 11:15 Uhr, 12x
Angelika Neuheisel
78,00 €

Fitness und Gesundheit

Das gesundheitsorientierte Fitness-Programm vermittelt Übungsbeispiele zur Mobilisation der Wirbelsäule und zur Kräftigung der Bauch-, Beine- und Rückenmuskulatur.

Verschiedene Übungen zur Entspannung runden das Programm ab.

Kurs Nr. 711 mttwochs, 02.09.26 - 02.12.26,
17:30 - 18:30 Uhr, 12x
Angelika Neuheisel
78,00 €

Kreatives Tanzen

Tanzen ist Lebendigkeit, Freude, Aktivität, Bewegung und gleichzeitig in Kontakt treten mit sich selbst. Für diesen besonderen Tanzkurs brauchst du keinen Tanzpartner. Es gibt auch keine Schrittfolgen. Wir wollen die Musik in uns aufnehmen, wirken lassen und den entstehenden Impuls vertanzen. Körper, Geist und Seele sollen ins Schwingen kommen, harmonisieren und dich in Balance bringen.

Schnupperkurs

- Kurs Nr. 712** **Mittwoch, 02.09.26, 19:00 - 20:30 Uhr**
Winfried Agne
9,75 €
- Kurs Nr. 713** **mittwochs, 09.09.26 - 30.09.26,**
19:00 - 20:30 Uhr, 4x
Winfried Agne
39,00 €
- Kurs Nr. 714** **mittwochs, 21.10.26 - 16.12.26,**
19:00 - 20:30 Uhr, 9x
Winfried Agne
87,75 €
-

Line DANCE – Slowly

für Beginnende

Mit diesem Line Dance Kurs sprechen wir Menschen an, die sich beim Erlernen der Tanzschritte etwas mehr Zeit lassen möchten. In einem moderaten Tempo werden die Schrittfolgen erlernt und wiederholt.

- Kurs Nr. 715** **montags, 07.09.26 - 07.12.26,**
11:15 - 12:15 Uhr, 12x
Winfried Agne
90,00 €

Line Dance

Line Dance ist eine eigenständige Tanzform, erfordert keinen Tanzpartner, eignet sich für jedes Alter und macht mit anderen zusammen großen Spaß. Die Tänze haben schnell erlernbare Schrittfolgen, bei denen die Tänzer in Reihen vor- und nebeneinander tanzen. Tanzen ist die ideale Gesundheitsprävention: es trainiert das Gedächtnis, steigert die Koordination und Ausdauer, fördert die Beweglichkeit sowie den Gleichgewichtssinn. Der Kurs vermittelt Grundschrirte und Technik. Tanzerfahrung wird nicht vorausgesetzt.

für Fortgeschrittene

Kurs Nr. 717 dienstags, 01.09.26 - 08.12.26,
20:00 - 21:00 Uhr, 12x
Winfried Agne / Evelyn Woll
90,00 €

Kurs Nr. 718 freitags, 04.09.26 - 18.12.26,
16:30 - 17:30 Uhr, 11x
Winfried Agne / Evelyn Woll
82,50 €

Kurs Nr. 719 freitags, 04.09.26 - 18.12.26,
18:00 - 19:00 Uhr, 11x
Winfried Agne / Evelyn Woll
82,50 €

Hula-Hoop

Workout rund um den bunten Reifen

Hula-Hoop liegt voll im Trend und begeistert Menschen jeden Alters. Wie es auch Anfänger*innen gut gelingt und der Einstieg am effektivsten funktioniert, lernt man in diesem Kurs. In der Gruppe macht das „Hüllern“ gleich doppelt so viel Spaß. In einem bunt gemischten Workout steht der Reifen immer im Mittelpunkt. Hula-Hoop verbessert Koordination und Gleichgewicht, stärkt die Rückenmuskulatur und regt das Herz-Kreislauf-System an. Ein angenehmer Effekt ist außerdem die Ankurbelung der Fettverbrennung. Vorkenntnisse sind nicht erforderlich.

Kurs Nr. 720 dienstags, 15.09.26 - 01.12.26,
18:45 - 19:30 Uhr, 10x
Simone Weber
65,00 €

Rechtzeitig vorsorgen

Vorsorgevollmacht, Patientenverfügung und Betreuungsverfügung

Wer regelt Ihre Angelegenheiten, wenn Sie es nicht mehr können? Jede Person kann, unabhängig vom Alter, in Situationen geraten, in der andere für sie entscheiden müssen. Drei Arten von Vollmachten und Verfügungen helfen, damit das in Ihrem Sinne geschieht. Die entsprechende Vorsorge sollten Sie in gesunden Tagen treffen.

Dieser Abend informiert und bietet Raum für individuelle Fragen.

Eine Kooperation mit dem AWO-Betreuungsverein im Kreis Südwestpfalz e.V.



Kurs Nr. 608 **Dienstag, 08.09.26, 18:00 - 20:00 Uhr**
kostenfrei

Demenz, die Krankheit

Demenz ist eine Herausforderung, die viele von uns direkt oder indirekt betrifft. Bundesweit sind ca. 1,8 Millionen Menschen an Demenz erkrankt. Sie stellt nicht nur die Betroffenen, sondern auch ihre Angehörigen und Pflegenden vor große Aufgaben. An diesem Abend der Kath. Familienbildungsstätte & Haus der Familie Pirmasens, referiert Dr. Karl-Josef Klees über das Krankheitsbild Demenz mit seinen Symptomen. Er erläutert den Krankheitsverlauf, die Risikofaktoren und die Medikamentöse Behandlung. Teilnehmer*innen können eigene Fragestellungen einbringen.

Dozent: Dr. Karl-Josef Klees, Arzt für Neurologie, Psychiatrie und Psychotherapie, Fachkunde Geriatrie

Gefördert durch die Pflegekasse nach § 45e SGB XI.

Eine Kooperation der Kath. Familienbildungsstätte & Haus der Familie Pirmasens mit dem Netzwerk Demenz und der Lokale Allianz für Menschen mit Demenz im Landkreis Südwestpfalz.

Kurs Nr. 721 **Donnerstag, 24.09.26, 17:00 - 19:00 Uhr**
Karl-Josef Klees
kostenfrei



DEMENZ – Hilfe beim Helfen

Vortrag und Angehörigenschulung

Die Schulungsreihe „Hilfe beim Helfen“ ist ein Unterstützungsangebot für pflegende Angehörige von Menschen mit Demenz in unserer Region.



Dieses Seminarprogramm der Deutschen Alzheimer Gesellschaft wird von der Alzheimer-Gesellschaft-RhPf e.V. in Kooperation mit der Lokalen Allianz für Menschen mit Demenz im Landkreis Südwestpfalz durchgeführt. Unterstützt wird die Schulung durch die Katholische Familienbildungsstätte Pirmasens und die Pflegekasse der BARMER.

Vortrag – „Demenz, was ist das?“ für angemeldete Interessierte

Donnerstag, 24.09.2026, 19:00 - 21:00 Uhr
Dr. Karl-Josef Klees, Arzt für Neurologie und
Psychiatrie, Psychotherapie und Geriatrie

Schulungsreihe „Hilfe beim Helfen“ für angemeldete Interessierte

Die Situation pflegender Angehöriger

Donnerstag, 01.10.2026, 17:00 - 19:00 Uhr
Karina Frisch, Leitstelle „Älter werden“
im Landkreis Südwestpfalz
Christoph Prost, Vorstand der
Alzheimer-Gesellschaft
Rheinland-Pfalz e.V.

Demenz verstehen – Den Alltag leben

Samstag, 10.10.2026, 09:00 - 13:00 Uhr
Karola Becker, Coachin & MarteMeo
Supervisorin

Informationen zu Recht

Donnerstag, 22.10.2026, 17:00 - 19:00 Uhr
Christopher Weis, Rechtsanwalt und
Geschäftsführer AWO-Betreuungsverein
Kreis Südwestpfalz

Herausfordernde Situationen und Pflege

Donnerstag. 29.10.2026, 17:00 - 19:00 Uhr
Bianca Andrie-Wachter, Altenpflegefachkraft

Pflegeversicherung und Entlastungsangebote

Donnerstag. 05.11.2026, 17:00 - 19:00 Uhr
Anna Kuntz, Pflegestützpunkt Pirmasens

Entlastung für Angehörige

Donnerstag. 12.11.2026, 17:00 - 19:00 Uhr
Karina Frisch, Leitstelle „Älter werden“
im Landkreis Südwestpfalz
Christoph Prost, Vorstand der Alzheimer-
Gesellschaft Rheinland-Pfalz e.V.

Kurs Nr. 612



Veranstaltungsort:
Katholische Familienbildungsstätte
Unterer Sommerwaldweg 44
66953 Pirmasens

Weitere Informationen unter:

Leitstelle „Älter werden“ im Landkreis Südwestpfalz
Karina Frisch
k.frisch@lksuedwestpfalz.de, Tel: 06331 809333

Alzheimer-Gesellschaft Rheinland-Pfalz e.V.
Christoph Prost
christoph.prost@alzheimer-gesellschaft-rhpf.de
Tel: 01511 7624895



Mein Kompass – Wegweiser zur Gesundheit

Wege aus der Depression – Lesung mit Peter Brill

Auf dem Weg durch die Tiefen und Höhen der eigenen Depression hat Peter Brill das praxisorientierte Konzept KOMPASS entwickelt. Dabei waren ihm das lösungsorientierte Wissen der Therapeuten und Wegbegleiter in der stationären und ambulanten Behandlung und die wertvollen eigenen Erfahrungen in der Depression hilfreich. Peter Brill möchte Betroffenen helfen neue Wege aus der Depression zu finden. Angehörige und Mitmenschen will er ermutigen, offener mit einer Depression umzugehen und ihr mit Liebe, Vertrauen und Geduld zu begegnen.

Auf die Teilnehmenden wartet ein ermutigender, hoffnungsfroher Abend, mit der Lesung von Peter Brill, musikalischer Umrahmung, Austausch und Begegnung bei Getränken und einem kleinen Imbiss.

Eine Veranstaltung der „Leitstelle Älter“ werden in Kooperation mit der Kath. Familienbildungsstätte & Haus der Familie Pirmasens im Rahmen der Woche der Seelischen Gesundheit.

Kurs Nr. 610 Montag, 21.09.26, 18:30 - 20:30 Uhr
Peter Brill





08

Freizeit kreativ gestalten

Bei kreativem Tun und Handwerken in der Gruppe werden grundsätzliche gestalterische und lebenspraktische Techniken vermittelt und erarbeitet. Dies macht Spaß und fördert die eigenen Fähigkeiten und Talente. Das kreative Tun in der Gruppe zeichnet sich durch das herzliche Miteinander aus, so dass der soziale Kontakt zur Energiequelle gegen den alltäglichen Stress wird und Freundschaften entstehen, die tragen.

Tipp: Kurs Nr. 803
Pilze schnitzen aus Erlenholz

Tipp: Kurs Nr. 804
Pop-Art Engel aus Pappe

Workshop Nadelfilzen

Waldorf Fee

In diesem Workshop entsteht unter fachkundiger Anleitung und mit Hilfe einer Nadelfilzgrundausrüstung eine Waldorf Fee. Außerdem lernen Sie die Grundsätze des Nadelfilzens kennen, so dass Sie auch selbständig dieses kreative Handwerk weiter ausprobieren und verfeinern können.

Kurs Nr. 801 Samstag, 05.09.26,
10:00 - 14:00 Uhr
Nadine Hüller
26,00 €

Die Materialkosten für beide Filzkurse betragen 15,00 € und werden bei der Kursleiterin bezahlt. Außerdem kann ein Handout zum Preis von 2,00 € bei der Kursleiterin erworben werden.

Workshop Nadelfilzen

Stehende Figur

In diesem Workshop entsteht unter fachkundiger Anleitung und mit Hilfe einer Nadelfilzgrundausrüstung eine stehende Filzfigur Ihrer Wahl. Außerdem vertiefen Sie die Grundsätze des Nadelfilzens und lernen neue Techniken kennen; so dass Sie auch selbständig dieses kreative Handwerk weiter verfeinern und vertiefen können.

Kurs Nr. 802 Samstag, 24.10.26, 10:00 - 14:00 Uhr
Nadine Hüller
26,00 €

Pilze schnitzen aus Erlenholz

Arbeiten mit Holz macht einfach Freude. In diesem Kursangebot wird das Schnitzen unter fachkundiger Anleitung und mit professioneller Ausstattung (Schnitzmesser und Schnittschutzhandschuh) erlernt. So entstehen mit etwas Übung und Geschick Pilze aus heimischem Erlenholz. An diesem Nachmittag können sich Teilnehmende auch an einem Göffel oder einer Golfkugel versuchen.



Die Materialkosten werden mit dem Kursleiter nach Verbrauch abgerechnet.

Kurs Nr. 803 Samstag, 26.09.26, 14:00 - 17:00 Uhr
Andreas Stern
30,00 €

Pop-Art-Engel aus Pappe

Bunt, schrill und ein absoluter Hingucker! Die Pop-Art-Kunst lebt von kräftigen Farben, auffälligen Konturen und moderner Dekoration. In diesem Workshop lassen wir den klassischen Engel in einem völlig neuen, modernen Licht erstrahlen. Gemeinsam gestalten wir aus einfacher Pappe einen dreidimensionalen Engel, der anschließend im typischen, plakativen Pop-Art-Stil farbenfroh bemalt wird. Vorkenntnisse sind nicht erforderlich. Bringen Sie einfach Lust am Experimentieren und Gestalten mit! Am Ende des Kurses nehmen Sie Ihr eigenes, einzigartiges Design-Objekt mit nach Hause.

Bitte mitbringen: Filzstifte, Schere, Breiter Pinsel

Die Materialkosten von ca. 12,00 € werden bei der Kursleitung bezahlt.

Kurs Nr. 804 Freitag, 04.12.26, 18:30 - 20:30 Uhr
Beate Klausmann
13,00 €

Bleistift-Zeichenkurs Naturstudien

Möchten Sie Schritt für Schritt das Skizzieren ausprobieren? Sie erlernen das Zeichnen von der ersten Skizze aus Grundformen bis zum kleinsten Detail. Erkennung von Formen, Licht, Schatten und Perspektive. Der Kurs ist gleichermaßen für Anfänger wie auch für Fortgeschrittene geeignet und steht unter dem Thema Wald und Pilze.

Bitte bringen Sie Bleistifte in verschiedenen Härtegraden (HB, B2, B6), Spitzer, Radiergummi und einen Zeichenblock mit.

Kurs Nr. 805 Donnerstag, 29.10.26, 18:30 - 20:30 Uhr
Beate Klausmann
13,00 €



Beate Klausmann

„Prägendes Erlebnis“

Papier prägen mit der Prägenadel

In diesem Kursangebot prägen die Teilnehmenden ihr eigenes Monogramm. Dazu fertigen wir eine Schablone mit der wir dann händisch, mit der Prägenadel, in wertiges Papier prägen.

Für diesen Kurs sind keine Vorkenntnisse erforderlich.

Bitte mitbringen: Bleistift B und 3B, Schneideunterlage und Cutter, Häkelnadeln in verschiedenen Stärken, Radiergummi, Lineal 30 cm und großes Geodreieck, Klebestift.

Die Materialkosten werden nach Verbrauch bei der Kursleiterin bar bezahlt und betragen ca. 12,00 bis 14,00 €.

Kurs Nr. 806 **Samstag, 26.09.26, 10:00 - 14:00 Uhr**
Pia Paul
26,00 €

„Ein Brief sagt mehr als tausend Worte“

Collage, Schrift und Gold

Was gibt es schöneres als einen lieben Menschen mit einer selbst gestalteten Weihnachtskarte zu erfreuen. In diesem Kurs entsteht solch ein Kunstwerk, inclusive Umschlag. Die Karte wird mit der eigenen Handschrift beschriftet, collagiert und dann mit goldenem Schlagmetall veredelt.

Für diesen Kurs sind keine Vorkenntnisse erforderlich.

Bitte mitbringen: Bleistift HB, Radiergummi, Lineal 30 cm, großes Geodreieck, Fine Liner schwarz, Wasserglas, Küchenrolle und Klebestift.

Die Materialkosten werden nach Verbrauch bei der Kursleiterin bar bezahlt und betragen ca. 10,00 bis 14,00 €.

Kurs Nr. 807 **Samstag, 28.11.26, 10:00 - 14:00 Uhr**
Pia Paul
26,00 €



Anzeige

Bild: AdobeStock

09

Vielfalt schmecken – Tischgemeinschaft erleben

Bei allen Seminaren der Speisezubereitung erlernen und vertiefen die Teilnehmer*innen grundsätzliche Koch- und Backfertigkeiten. Wir legen Wert auf eine gesunde, ausgewogene Ernährung mit frischen, regionalen, saisonalen und unbelasteten Produkten und auf die Vermittlung von Fähigkeiten zur effektiven Organisation des Haushaltes.

Was alle Kurse in diesem Fachbereich auszeichnet ist die lebendige Gemeinschaft an Tisch und Herd, die für alle Teilnehmenden einen Platz bereithält.

Tipp: Kurs Nr. 904
Die Kastanie – Der Star des Herbstes

Tipp: Kurs Nr. 906
Tea Time – Very British

Liebe geht durch den Magen

Ein Kochabend für Paare

Was gibt es Schöneres als ein gemeinsames, stimmungsvolles Essen mit dem/der Liebsten? Ganz einfach, ein Kochabend, an dem die Speisen unter fachkundiger Anleitung selbst zubereitet und dann gemeinsam verspeist werden. Freuen Sie sich auf einen genussvollen Abend, an dem all Ihre Sinne angeregt werden, auf muntere Küchengespräche mit anderen Paaren und auf schmackhafte, kulinarische Köstlichkeiten.

Kurs Nr. 901 **Donnerstag, 19.11.26, 18:00 - 21:00 Uhr**
Ingrid Lorenz
42,00 € pro Paar
Lebensmittelumlage: 45,00 € pro Paar

Sterneküche für Zuhause

Männerkochkurs

Dieser Kurs vermittelt Kochtechniken für fortgeschrittene Hobbyköche, die ihre Kochfertigkeiten verbessern und neue Techniken erlernen wollen. Hier heißt es: Herzhaft lecker! Raffiniert variiert! Neues ausprobiert und inspiriert!

Neben dem Kochen bietet der Abend auch die Möglichkeit zu Austausch und Begegnung.

Kurs Nr. 902 **Dienstag, 20.10.26 und 17.11.26,**
19:00 - 23:00 Uhr
Erich Kylius
56,00 € / Lebensmittelumlage: 36,00 €



Beate Klausmann



Herbstlich deftig!

Aus dem Suppentopf,
vom Blech und aus der Pfanne

Wenn die Tage kürzer werden und der Wind kühler bläst, sehnt sich der Körper nach wohliger Wärme und echter Seelennahrung. Holen Sie sich den kulinarischen Herbst auf den Teller! In unserem Kochkurs dreht sich alles um die herbstlich-deftige Küche – traditionell, herzhaft, kreativ und mit dem besten, was die Saison in unserer Region zu bieten hat.



Kurs Nr. 903 Dienstag, 22.09.26, 18:00 - 21:00 Uhr
Ingrid Lorenz
21,00 € / Lebensmittelumlage: 18,00 €

Die Kastanie

Der kulinarische Star des Herbstes

Sie ist weit mehr als nur ein Snack vom Weihnachtsmarkt: Die Esskastanie (Marone) ist ein echtes Allround-Talent in der herbstlichen Küche! Mit ihrem nussig-süßen Aroma verleiht sie sowohl herzhaften Klassikern als auch feinen Desserts eine ganz besondere Note. Tauchen Sie ein in die herbstliche Aromen Welt und entdecken Sie wie vielseitig, modern und unkompliziert sich Kastanien zubereiten lassen.

Unter fachkundiger Anleitung kreieren wir gemeinsam ein herbstliches Kastanien Menü rund um die Edelkastanie.

Kurs Nr. 904 Dienstag, 03.11.26, 18:00 - 21:00 Uhr
Ingrid Lorenz
21,00 € / Lebensmittelumlage: 18,00 €



Es war einmal ... in der Küche!

Der märchenhafte Kochkurs für Eltern und Kinder ab 8 Jahren

Taucht ein in die wunderbare Welt der Märchen und werdet selbst zu Küchenfeen und Zauberlehrlingen! In vielen Märchen spielen festliche Mahle, magische Zutaten oder einfache, deftige Speisen eine große Rolle. Bei unserem gemeinsamen Kochabenteuer erwecken wir diese Kulinarik zum Leben.

Zusammen kochen wir ein zauberhaftes Menü, das von klassischen Märchen inspiriert ist. Während die Töpfe auf dem Herd brodeln, lauschen wir spannenden Geschichten und lesen gemeinsam die passenden Märchen vor. Damit das Erlebnis perfekt wird, decken und dekorieren wir unseren Esstisch wie eine edle Tafel im Königsschloss.

Kurs Nr. 905 Freitag, 25.09.26, 16:00 - 19:00 Uhr
Andrea Ertl-Deutschmann
21:00 € pro Person
Lebensmittelumlage: 13,00 € pro Person

Tea Time – Very British

für Eltern mit Kindern ab 8 Jahren

Genuss in feiner Gesellschaft – gemeinsam bereiten wir die typischen Tea Time Pastries, also das Gebäck zum Nachmittagstee zu. Dazu gehören beispielsweise Scones, herzhaftes Sandwiches, Cupcakes, Financiers oder Victoria Sponge Cake.

Im Anschluss richten wir unsere Köstlichkeiten auf englische Art an und lassen uns diese, begleitet von einer Tasse englischem Tee, schmecken – Very British!

Kurs Nr. 906 Freitag, 06.11.26, 16:00 - 19:00 Uhr
Andrea Ertl-Deutschmann
21:00 € pro Person
Lebensmittelumlage: 13,00 € pro Person



Beate Klausmann



10

Sich austauschen und weiterbilden

Pädagogischen Fachkräften, Eltern-Kind-Gruppen Leiter*innen und Kindertagespflegepersonen, sowie ehrenamtlich Engagierten, bieten wir Fortbildung, um sich in ihrer Professionalität zu stärken und weiterzuentwickeln.

Tipp: Kurs Nr. FB02
„KESS erziehen“ professionell!

Tipp: Kurs Nr. FB04
Es singt in mir und klingt in mir –
Weihnachten voller Töne



kooperativ | ermutigend | sozial | situationsorientiert

Kess erziehen

Erziehung soll Spaß und Freude machen. Das gelingt durch eine Grundhaltung, die wertschätzend und respektvoll ist.

- Pädagogische Fachkräfte und Kinder sorgen gemeinsam für ein gutes kooperatives Miteinander, vereinbaren Regeln und lösen Konflikte so, dass keiner zu kurz kommt.
- Ein ermutigendes Verhalten blickt auf die Stärken des Kindes, statt auf Fehlersuche zu gehen.
- Eine sozial orientierte Haltung berücksichtigt die sozialen Grundbedürfnisse des Kindes nach Zugehörigkeit, Mitbestimmung, Bedeutung, Geborgenheit und Liebe; respektiert aber auch die Bedürfnisse der pädagogischen Fachkräfte.
- Insgesamt funktioniert Erziehung also nicht stur nach Lehrbuch, sondern geht situationsorientiert auf die Möglichkeiten, Handlungen und Ziele von pädagogischen Fachkräften und Kindern ein. So kann der Alltag gelingen.

Kess-erziehen ist ein lebensnaher Erziehungskurs, der pädagogische Fachkräfte genau in dieser Erziehungskompetenz unterstützt. Er umfasst folgende Themen:

- Das Kind sehen – soziale Grundbedürfnisse achten
- Verhaltensweisen verstehen – angemessen reagieren
- Kinder ermutigen – die Folgen des eigenen Handelns zumuten
- Konflikte entschärfen – Probleme lösen
- Selbstständigkeit fördern – Kooperation entwickeln

Grundlage ist die Individualpsychologie von Dr. Alfred Adler und ihre Anwendung für die Erziehung durch Dr. Rudolf Dreikurs.

gefördert vom:

 **BISTUM SPEYER**
BISCHÖFLICHES ORDINARIAT

Fachtag 2026 – Netzwerk Familienbildung

Besser Kess statt Stress!

An diesem Fachtag stellen wir Ihnen Kess erziehen vor und lassen Sie ganz praktisch die Kesse Haltung und die Inhalte des Elternkurses nachspüren.

Was Sie erwartet:

- 09:30 Uhr:** Wir begrüßen Sie bei Kaffee, Tee und frischen Brezeln
- 09:45 Uhr:** Einstieg ins Thema:
- Was ist eigentlich Kess erziehen?
 - Wer steht hinter dem Konzept?
 - Was zeichnet Kess erziehen aus?
 - Wie unterscheidet sich Kess erziehen zu anderen Elternkursen?
- 12:00 Uhr:** Mittagessen
- 12:45 Uhr:** „Kesse Zaubershow“ mit Sebastian Wurmdobler
- 13:00 Uhr:** Workshoprunde mit Kess Trainer*innen
- 15:00 Uhr:** Ausblick bei Kaffee
- Kostenfreie Kess Elternabende in Kitas
 - Kess Teamfortbildungen
 - Kess Kurse in Kitas
- 15:45 Uhr:** Abschied

Eingeladen sind:

Pädagogische und sozialpädagogische Fachkräfte in Kindertageseinrichtungen, Fachberater*innen, Kindertagespflegepersonen, Kita- und Schulsozialarbeiter*innen, Pionier*innen Bistum Speyer, Schulseelsorger*innen, Netzwerkpartner*innen Netzwerk Familienbildung und andere Interessierte.

Kurs Nr. FB01 **Donnerstag, 10.09.26, 9:30 - 16:00 Uhr**
Rita Höfer / Brigitte Facco / Sebastian Wurmdobler und Kess-erziehen Kursleiter*innen aus dem Bistum Speyer
10,00 € incl. Imbiss und Getränke
Anmeldung erforderlich!





kooperativ | ermutigend | sozial | situationsorientiert

„KESS erziehen“ professionell! Auf die Haltung kommt es an

Fortbildung für Pädagogische Fachkräfte, Erzieher*innen und Kindertagespflegepersonen

Der Alltag in der Kita/Kindertagespflege ist oft überlagert von vielen Anforderungen und Erwartungen – täglich meistern Sie Herausforderungen an vielen Fronten – oft gleichzeitig. Dieses Seminar öffnet Räume und weitet den Blick für das Wesentliche: Den täglichen Umgang mit den Kindern stressfrei und wertschätzend zu gestalten. Ziel ist es, störende Verhaltensweisen von Kindern zu verstehen, die Mitverantwortung zu stärken und Kooperation zu ermöglichen.

Während des Seminars bekommen Sie zahlreiche Möglichkeiten, Ihr konkretes Handeln zu reflektieren und in Bezug zu den Aufgaben der Einrichtung zu stellen. Begleitend können Sie sich in Kleingruppen austauschen und das Erlernte vertiefen.

Inhalte der Fortbildung:

- Welches Verhalten der Kinder bringt uns an unsere Grenzen?
- Versteckte Botschaften verstehen und den eigenen Handlungsspielraum erweitern
- Präsent sein, den eigenen Stand festigen
- Natürliche und Logische Folgen statt Strafen
- Regeln vereinbaren und Konflikte lösen
- Respektvoll Grenzen setzen
- ermutigend handeln

Diese Veranstaltung ist eine Kooperation der Abteilung Seelsorge in Pfarrei und Lebensräumen: Ehe- und Familie und der Kath. Familienbildungsstätte Pirmasens.

Kurs Nr. FB02

Montag, 28.09.26, 09:30 - 16:00 Uhr

Montag, 01.03.27, 09:30 - 12:30 Uhr

Eva-Maria Magin

120,00 € ohne Verpflegung

Diese Fortbildung ist auch als
Teamfortbildung vor Ort buchbar.

Ausbildung Pädagogische*r Referent*in nach dem Kess-Ansatz

Kess-erziehen „Weniger Stress – Mehr Freude“

Hier werden die zentralen Inhalte erfahrungsorientiert vermittelt, die kursbezogenen aktuellen, wissenschaftlichen Hintergründe aufgezeigt und Leitungsfertigkeiten nach dem Kess-Ansatz vertieft.

Die Ausbildungsreihe qualifiziert zur Durchführung des Elternkurskonzeptes sowie zur Durchführung von Einzelveranstaltungen nach dem Kess-Ansatz.

Veranstalter:

Kess-erziehen-Institut für Personale Pädagogik,
in Kooperation mit der AKF e.V. und dem
Bischöflichen Ordinariat Speyer.



**Kursort: Priesterseminar Speyer,
Am Germansberg 60, 67346 Speyer**

Anmeldung und weitere Informationen unter:

Bischöfliches Ordinariat, Seelsorge in Pfarrei und
Lebensräumen: Koordinierungsstelle Kess-erziehen
Tel: 06232 102 535

Email: kess-erziehen@bistum-speyer.de

Mit finanzieller Unterstützung durch die AKF
und das Bundesministerium für Bildung,
Familie, Senioren, Frauen und Jugend

Kurs Nr. FB03 Modul 1: 24.-26.09.2026

Modul 2: 29.-31.10.2026

Modul 3: 19.-21.11.2026

Weitere Termine können bei der Koordinierungsstelle Speyer erfragt werden.

Jutta Laux, Klaus Luksch

335,00 € je Modul incl. Unterkunft und
Verpflegung

30,00 € für Schulungsunterlagen

gefördert durch:



Bundesministerium
für Familie, Senioren, Frauen
und Jugend



Es singt in mir und klingt in mir – Weihnachten voller Töne

Fortbildung für pädagogische Fachkräfte

An diesem Nachmittag wollen wir die vertrauten Texte von Weihnachten musikalisch entdecken. Sie sind eingeladen zum Lauschen, Staunen, Ausprobieren und Musizieren!

Auf Sie warten neue Ideen, wie Sie die Advents- und Weihnachtszeit mit den Kindern in Ihrer Kita neu, kreativ und anregend gestalten können.

Neugierig geworden? Dann sind Sie herzlich eingeladen

Bitte mitbringen: Schere, Bleistifte, Lineal und Kleber

Diese Veranstaltung ist eine Kooperation des Referates Seelsorge in Kindertagesstätten und der Kath. Familienbildungsstätte Pirmasens

Kurs Nr. FB04 Dienstag, 22.09.26, 14:00 - 16:30 Uhr
Jutta Schwarzmüller
Susanne Dausend-Thomas
25,00 €

Ukulele Workshop für Beginner*innen

geeignet für pädagogische Fachkräfte,
Eltern-Kind- Gruppen Leiterinnen und
Tagespflegepersonen

Wie schön ist es den eigenen Gesang mit einem Instrument zu begleiten. Mit der Ukulele ist das einfach möglich. Sie ist für jeden geeignet, unabhängig von Alter oder musikalischer Veranlagung. Sie ist klein, leicht, erschwinglich, verbindet Menschen und bringt sie in Schwung. In diesem Kurs lernen Interessierte die wichtigsten Grundlagen des Spiels mit der Ukulele samt Praxisbeispielen aus der Kinderlieder-Szene.



Beate Klausmann

Für diesen Workshop sind keine Vorkenntnisse erforderlich.

Bitte Notenständer und Ukulele mitbringen oder fragen Sie nach Leihinstrumenten.

Kurs Nr. FB05 Montag, 31.08.26 und 28.09.26,
17:00 - 20:00 Uhr
Nadine Hüller
60,00 €



Referenten/-innen Verzeichnis

Adelmann Bernd	Pastoralreferent
Agne Winfried	Entspannungstrainer, Anleiter pädagogisches Tanzen, Landesverband Stottern RLP, Selbsthilfe Stottern RLP
Andrie-Wachter Bianca	Altenpflegefachkraft
Bauer-Simons Annette	Bistum Speyer, Frauenseelsorge
Becker Karola	Coachin & MarteMeo Supervisorin
Berger Claudia	Eltern-Kind-Gruppen Leiterin
Betz Gisela	Kreativbereich
Brestel Sabrina	Sport-Inklusionslotsin
Brill Peter	Autor
Brunner Christina	Psychologin, Kess-erziehen-Kursleiterin, Übungsleiterin, Entspannungstrainerin
Dausend-Thomas Susanne	Erzieherin, Musikgeragogin, PEKIP-Gruppenleiterin, Kess-erziehen-Kursleiterin, Elternbegleiterin, Bildungsreferentin der Kath. Familienbildungsstätte
Ertl-Deutschmann Andrea	Gesundheitspädagogin
Facco Brigitte Maria	Bildungs-Sozialmanagement B.A., Sozialfachwirtin, Erzieherin, Leiterin der Kath. Familienbildungsstätte
Frisch Karina	Leitstelle „Älter werden“ Landkreis Südwestpfalz
Fritsch Pia	Eltern-Kind-Gruppen Leiterin
Fuchs Diana	Hebamme, Wickelexpertin, osteopathische Hebamme
Habermeyer Anke	Dipl. Theologin, Pfarrerin
Heinrich Björn	Jugend- und Heimerzieher, Einrichtungsleitung Caritas-Zentrum Pirmasens
Hotsch Ann-Kristin	Landesinitiative „Neue Nachbarschaften“ RLP
Hüller Michael	Heilpädagoge
Hüller Nadine	Erzieherin, Elternbegleiterin
Klages Heike	Kinderkrankenschwester
Klausmann Beate	Kreativbereich

Referent*innen

Klees Karl-Josef Dr.	Arzt für Neurologie, Psychiatrie u. Psychotherapie, Fachkunde Geriatrie
Höfer Rita	Bistum Speyer, Ehe und Familie
Krückel Jürgen	Gemeindereferent, Leiter Bildungseinrichtung i.R.
Kuntz Anna	Pflegestützpunkt Pirmasens
Kylius Erich	Hauswirtschaftsbereich
Laux Jutta	Dipl. Soz.-Päd., Kess-erziehen Ausbilderin
Lorenz Ingrid	Gesundheitsberaterin, Hauswirtschaftsbereich
Luksch Klaus	Dipl. Psych., Erziehungsberater, Kess-erziehen Ausbilder
Magin Eva	Erzieherin, systemische Beraterin, Elternbegleiterin, Kess-erziehen-Kursleiterin
Nadler Angela	Quartierskoordinatorin „Zusammenhalt am Sommerwald“, Soziale Arbeit B.A., Kindheitspädagogin M.A.
Neuheisel Angelika	Fachübungsleiterin
Noll Dorothea	Kreativbereich, Hauswirtschaftsbereich
Paul Pia	Kalligraphin
Prost Christoph	Vorstand der Alzheimer-Gesellschaft Rheinland-Pfalz e.V.
Rudyte-Kimmle Egle	Bistum Speyer, Pionierin
Saupp Jessica	Eltern-Kind-Gruppen Leiterin
Scheunig Klaus	Pastoralreferent, Gemeinde- und Organisationsberater/ Coach
Scholl Annette	Landesinitiative „Neue Nachbarschaften“ RLP
Schwarz Müller Jutta	Bistum Speyer, Seelsorge in Pfarrei und Lebensräumen
Stern Andreas	Erlebnispädagoge, Biologe
Venske Annette	Yoga Lehrerin, Entspannungstrainerin
Wurmdobler Sebastian	Kolping Diözesanverband Bistum Regensburg, Gemeindereferent, Kess-erziehen-Kursleiter, Kess-erziehen-Koordinator
Wagner Martina	Fachkraft für Natur- und Umweltkunde, Ferienkochkünstlerin zertifiziert nach MUFF
Weber Christel	Shanty Chor Zweibrücken, Chorleiterin
Weber Simone	Hula Hoop Trainerin
Weis Christopher	Rechtsanwalt und Geschäftsführer AWO-Betreuungsverein Kreis Südwestpfalz
Weiss Angelina	Eltern-Kind-Gruppen Leiterin
Wilhelm-Stutterich Uta	Coach, Trauerbegleiterin
Wintergerst Walburga	Bistum Speyer, Bibel und Leben
Wittwer Katrin	Weltgebetstag der Frauen
Wolf Albert	LIMA Anleiter
Woll Evelyn	Kreativbereich
Zimmermann-Geisert Waltraud	Weltgebetstag der Frauen

Logos im Programm (an den Kursen)

virtuell



präsent



außerhalb



im MutmachGarten



Impressum

Herausgeber: Katholische Familienbildungsstätte
& Haus der Familie Pirmasens
Unterer Sommerwaldweg 44
66953 Pirmasens
Telefon 06331/203 97-15
info@fbs-pirmasens.de
www.fbs-pirmasens.de

**Verantwortlich
für den Inhalt:** Brigitte Maria Facco

Redaktion: Susanne Dausend-Thomas

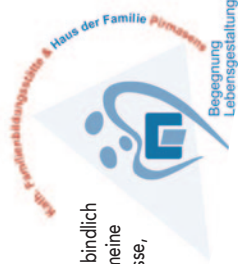
Fotos: www.fotolia.de, www.pixabay.de,
www.pexels.com, privat

Zeichnungen: Beate Klausmann

Satz & Gestaltung: Mediengestaltung Anja Klein,
67346 Speyer, klein.design@t-online.de

Druck: Chroma Druck – Eine Unternehmung
der Limberg-Druck GmbH,
Danziger Platz 6, 67059 Ludwigshafen

Datenschutzerklärung · Anmeldung



Ich melde mich zu nachstehendem Kursangebot verbindlich an und bin damit einverstanden, dass mein Name, meine Adresse, meine Telefonnummer, meine e-Mail-Adresse, bei Kinderkursen das Geburtsdatum bzw. Alter des Kindes, von der Kath. Familienbildungsstätte & Haus der Familie Pirmasens gespeichert werden.

Alle Daten werden ausschließlich zur Verwaltung

des Kursangebotes gespeichert und nach 10 Jahren gelöscht.

Mit meiner Anmeldung akzeptiere ich die Teilnahmebedingungen/AGB der Kath. Familienbildungsstätte & Haus der Familie Pirmasens.

☐ Ich möchte das Kursprogramm der Kath. Familienbildungsstätte & Haus der Familie Pirmasens halbjährlich postalisch erhalten.

☐ Ich möchte den Newsletter mit aktuellen Informationen per e-Mail erhalten.

(Bitte entsprechend ankreuzen!)

Ich bin damit einverstanden, dass mein Name, meine Post- und e-Mail-Adresse zu diesem Zweck von der Kath. Familienbildungsstätte & Haus der Familie Pirmasens gespeichert werden. Meine Zustimmung kann ich jederzeit schriftlich widerrufen.

Datum / Unterschrift

ANMELDUNG

Zu nachstehenden Kursen melde ich mich verbindlich an:
(Bitte in DRUCKBUCHSTABEN ausfüllen!)

* Nur bei PEKiP / Eltern-Kind-Gruppen

1.

Kurs Nr. / Titel

Anzahl Erwachsener

Vorname des 1. Kindes

Alter

Geburtsdatum *

Vorname des 2. Kindes

Alter

Geburtsdatum *

2.

Kurs Nr. / Titel

Anzahl Erwachsener

Vorname des 1. Kindes

Alter

Geburtsdatum *

Vorname des 2. Kindes

Alter

Geburtsdatum *

Bitte
ausreichend
frankieren

Name

Vorname

Straße

PLZ/Ort

Telefon

e-Mail

Bitte unbedingt **alle** Felder ausfüllen!

Katholische
Familienbildungsstätte
& Haus der Familie

Unterer Sommerwaldweg 44

66953 Pirmasens

Katholische Familien- bildungsstätte

Pirmasens

Anfahrt:

Bitte folgen Sie aus allen
Richtungen den Schildern
„Kreisverwaltung“.
Die Katholische Familien-
bildungsstätte befindet
sich 100 m danach auf
der rechten Seite.



Leiterin:

Brigitte Maria Facco

Bildungsreferentinnen:

Susanne Dausend-Thomas,
Angela Nadler

Sekretariat:

Jeanette Ganter, Susanne Auer

Raumpflege:

Nicole Schuck



Unterer Sommerwaldweg 44

66953 Pirmasens

Tel. 06331 / 203 97-15

e-mail: info@fbs-pirmasens.de

www.fbs-pirmasens.de



Begegnung Lebensgestaltung