

FABI
Familien-
Bildungsstätte
Osnabrück

Programm 2025-2026

KURS HALTEN



Katholische
Erwachsenenbildung
Osnabrück e.V.



KURS HALTEN

KURS HALTEN – so lautet das Motto unseres kommenden Jahresprogramms 2025/26. Ein Leitsatz, der für Verlässlichkeit, Orientierung und gemeinsames Voranschreiten steht – Werte, die heute wichtiger sind denn je. In einer Gesellschaft, in der Extreme wieder salonfähig werden und Unsicherheiten zunehmen, ist es entscheidend, seinen Standpunkt zu behaupten, Offenheit zu leben und Gemeinschaft zu stärken.

Unsere Familien-Bildungsstätte möchte mit ihren über 750 Kursangeboten und Veranstaltungen – von Angeboten für junge Familien, über Kultur, Genuss und Kreativität bis hin zu Bewegung, Erholung und Weiterbildung – genau dafür ein Ort sein: ein Raum für Bildung, Begegnung, Beständigkeit und respektvollen Austausch.

Wir bleiben auf Kurs – inhaltlich wie konzeptionell – und haben auch in diesem Jahr ein vielseitiges Programm entwickelt, das Menschen in unterschiedlichen Lebensphasen anspricht.

Übrigens: Unsere Fort- und Weiterbildungsangebote für pädagogische Fachkräfte finden Sie nicht nur im regulären Programm, sondern auch gebündelt in einer eigenen Broschüre. Schauen Sie gerne rein:

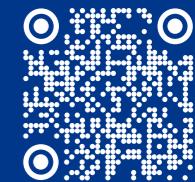
Kurs halten bedeutet nicht nur, sich nicht vom Weg abbringen zu lassen, sondern auch, sich kontinuierlich weiterzuentwickeln. Ab Sommer 2025 übernimmt die FABI den Betrieb der Kantine der Bundesagentur für Arbeit und des Jobcenters – damit die Mitarbeitenden auch dort in den Genuss der beliebten FABI-Küche kommen.

Auch das vom Bundesfamilienministerium geförderte Projekt „ElternChanceN“ bleibt auf Kurs: Es unterstützt Eltern weiterhin dabei, ihren Familienalltag zu meistern und ihre Erziehungsaufgaben selbstbewusst wahrzunehmen – durch individuelle Beratung und Begleitung.

Lassen Sie uns also gemeinsam den Kurs halten und zusammen etwas bewegen – für eine starke, lebendige Gemeinschaft!

Dazu laden wir Sie herzlich in die FABI Osnabrück ein!

Juliane Huesmann und das gesamte Team





Große Rosenstraße 18
49074 Osnabrück
Telefon 05 41/3 58 68-0
Fax 05 41/3 58 68-20
info@kath-fabi-os.de
www.kath-fabi-os.de

» ÖFFNUNGSZEITEN DER VERWALTUNG

Montag bis Freitag: 8.15 - 12.15 Uhr
Montag bis Donnerstag: 14.45 - 19.30 Uhr

» TELEFONZEITEN DER VERWALTUNG

Montag bis Freitag: 9.00 - 12.00 Uhr
Montag, Dienstag, Donnerstag: 15.30 - 17.00 Uhr

» ÖFFNUNGSZEITEN DES FABI-BISTROS

Mittagstisch: Montag bis Donnerstag 11.30 - 14.00 Uhr
Offenes Cafe zu den gesamten Öffnungszeiten der FABI

» ANMELDUNG

Bitte melden Sie sich zu unseren Kursangeboten schriftlich, z. B. online oder per E-Mail an. **Ihre Anmeldung ist verbindlich und verpflichtet zur Zahlung der Gebühr.**

Sie erhalten per E-Mail eine Bestätigung, wenn uns eine gültige E-Mail-Adresse vorliegt. Ansonsten erhalten Sie keine Anmeldebestätigung. Sollten Sie keine Anmeldebestätigung erhalten, ist Ihre Anmeldung trotzdem rechtsgültig. Das Fernbleiben vom Kurs gilt nicht als Abmeldung.

» ABMELDUNG

Abmeldungen sind nur schriftlich oder per E-Mail bis mindestens fünf Werktagen vor Kursbeginn möglich.

Wird diese Abmeldefrist nicht eingehalten oder können Sie wegen Krankheit nicht teilnehmen, wird die Kursgebühr in voller Höhe fällig. Bei Fortbildungen in den Fachbereichen 3100, 5200 und 5400, Angebote der Ferienfreizeiten und Ferienkita, sowie in den Fachbereichen 3100, 5200, 5400, 5500 und 5600 gilt eine Abmeldefrist bis spätestens 14 Tage vor Kursbeginn. Auch gelten gesonderte Abmeldebedingungen für den Bereich 7400 (Bildungsurlaube).

Bitte beachten Sie unsere Geschäftsbedingungen am Ende des Programms!

» DATENSCHUTZ

Die bei der Anmeldung erhobenen Daten werden elektronisch gespeichert und ausschließlich für Verwaltungs- und Abrechnungs- zwecke genutzt. Die Speicherung der Daten erfolgt in passwortgeschützten Programmen der FABI. Die Einsicht haben nur befugte Mitarbeiter*innen unserer Einrichtung der FABI, die eine Datenschutzerklärung unterzeichnet haben und Personen im Zuge gesetzlicher Überprüfungen.

Detaillierte Datenschutzbestimmungen lesen Sie bitte auf unserer Homepage www.kath-fabi-os.de/datenschutz

» GEBÜHREN

Die Gebühren werden nach Kursbeginn per SEPA-Basislastschriftverfahren erhoben. Das Mandat erbitten wir auf dem entsprechenden Formular auszufüllen (auf unserer Internetseite, in der Verwaltung der FABI). Eine falsch eingetragene Bankverbindung führt zu einer Gebührenbelastung von 3,00 Euro. **Das Mandat gilt bis auf Widerruf.**

Weitere Informationen finden Sie am Ende des Programmheftes und unter [www.kath-fabi-os.de/Allgemeine Geschäftsbedingungen](http://www.kath-fabi-os.de/Allgemeine_Geschäftsbedingungen).

Kontoverbindung der FABI

Darlehenskasse Münster
IBAN DE98 4006 0265 1101 5507 00
BIC GENODE1DKM

» SPENDENKONTO – EIN HERZ FÜR KINDER UND BENACHTEILIGTE MENSCHEN

Sparkasse Osnabrück
IBAN DE18 2655 0105 0000 2930 01
BIC NOLADE22XXX

» INSTITUTIONELLES SCHUTZKONZEPT

Unser Institutionelles Schutzkonzept (ISK) stellt die Grundlage dar, Kinder, Jugendliche und hilfsbedürftige Personen vor sexualisierter Gewalt in Wort und Tat adäquat zu schützen. Ziel des Schutzkonzeptes ist, eine „Kultur der Achtsamkeit“ zu implementieren.

Das Schutzkonzept ist auf unserer Homepage www.kath-fabi-os.de/ueber-uns/kursleitung-werden nachzulesen.

» QUALITÄTSMANAGEMENT IN DER FABI

Seit 2012 ist die FABI AZAV zertifiziert und als Träger nach dem Recht der Arbeitsförderung zugelassen.

Die FABI ist außerdem als familienfreundlicher Arbeitgeber zertifiziert und trägt das Gütesiegel für Qualifizierungsmaßnahmen der Frühkindlichen Bildung des Landes Niedersachsen.



FAMILIE

FAMILIEN- UNTERSTÜTZUNG

Fit für den Start... und das Baby kann kommen **08**
Rund um die Geburt **11**
Im ersten Lebensjahr **12**
Offene Treffs **12**
Solo-Eltern **17**
PEKiP **18**
Im 2. und 3. Lebensjahr **21**
Für die Familie **24**

Väter & Kinder **26**
Elternwissen **27**
Online-Elternabende **27**
Ferienfreizeiten **31**
Kindergeburtstage **31**
Wellcome – Praktische Hilfe nach der Geburt **32**
Großelternpatenschaften **32**
KINDERMAHLZEIT & KINDERBILDUNG **33**

FAMILIE

WOHNORTNAH

Kitas & Familienzentren in der Stadt und im Landkreis Osnabrück **36**
Online-Elternabende **36**
Gut ankommen in Bersenbrück **37**

FuN – Familie und Nachbarschaft **37**
ElternChanceN - mit Elternbegleitung
Familien stärken **37**

BEGEGNUNG KULTUR GLAUBE

Kultur und Begegnung **40**
Sprachen **46**
Theologie und Religion **47**



KREATIVITÄT MODE MUSIK

Kreativ sein **50**
Ausstellungen **55**
Kreative Events **56**

Nadel und Faden **57**
Musik **58**



BEWEGUNG GESUNDHEIT

Vital mit Yoga und Hatha-Yoga **60**
Bewegen – Entspannen – Fit bleiben **65**

Bildungsurlaub **68**
Vorbeugen – Heilen – Wohlfühlen **70**



KOCHKURSE UND KOCHCLUBS

Treffpunkt Küche – Kochkurse nach Wunsch **72**
Kulinarische Reise **72**

Essen und Coaching **73**
Kochen im Club **78**



FORTBILDUNGEN QUALIFIZIERUNG EHRENAMT

Fortbildungen für pädagogische Fachkräfte in Tageseinrichtungen für Kinder **80**
Fortbildungen für pädagogische Fachkräfte in der Kindertagespflege **85**

Fortbildungen für päd. Fachkräfte und Mitarbeitende in kooperativen Horten und in Ganztagsangeboten der Grundschulen **87**
Bildung und Begleitung im Ehrenamt **88**



INFOS

AGB **92**
Tagen in der FABI **94**





OFFENER ARTGERECHT® TREFF
1 x im Monat freitags,
09.00–10.30 Uhr
Kursgebühr: Pro Termin 4,00 €

OFFENER BABYTREFF
Jeden Donnerstag im Monat,
10.30–12.00 Uhr
Kursgebühr: Pro Termin 4,00 €

DIE MACHBAR –
Nachhaltigkeitsideen
und Spielzeit
1 x im Monat dienstags,
15.00–17.00 Uhr
Kursgebühr: Pro Termin 4,00 €

Du kaufst eine Stempelkarte
für 20 € = 5 Termine oder
40 € = 10 Termine. Bei 10
Terminen bekommst
du den 11. Termin
kostenlos.

Gültigkeit: 2 Jahre nach
Kauf. Personengebunden
(außer Partner*innen/
Großeltern).

Offene Treffs mit Stempelkarte

Auszeit im Innenhof

Eine kleine Oase mitten in der Stadt
Nutzen Sie unseren geschützten Innenhof mit kleiner Spieloase für Babys und Kleinkinder. Während die Eltern ihren Cappuccino oder Latte Macchiato aus unserem Bistro genießen und es sich die Babys auf der Krabbelmatte gemütlich machen, sind die älteren Kinder auf dem Bobby Car unterwegs oder spielen unter Sonnenschirmen im Sandkasten.
So kann Erholung mitten in der Stadt aussehen bei der Kath. FABI in Osnabrück.

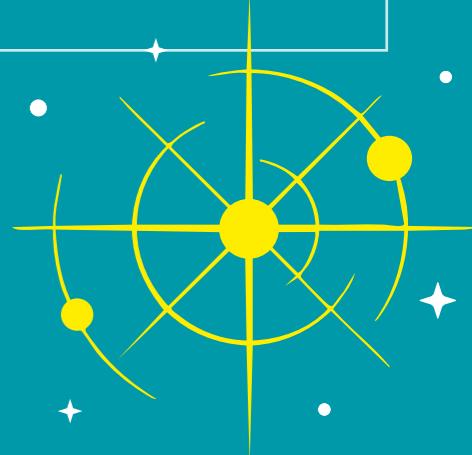
OSNABRÜCK®
Fachberatung für Kinder, Jugendliche und Familien

Wir suchen Pflegeeltern!

Adoptions- und Pflegekindergarten im Fachberatung Familien- und Sozialamt Osnabrück
Hornbauerstr. 12 | 49028 Osnabrück | Telefon: (0541) 323-2420 | www.osnabrueck.de/sozialamt



FAMILIE /
FAMILIEN-
UNTER-
STÜZUNG





FIT FÜR DEN START
... und das Baby kann kommen!

FÜR WERDENDE MÜTTER & VÄTER
Ab der 16. Schwangerschaftswoche

www.fit-fuer-den-start.de
info@fit-fuer-den-start.de



RUND UM DIE GEBURT

FIT FÜR DEN START... UND DAS BABY KANN KOMMEN

„Fit für den Start... und das Baby kann kommen“ bietet Ihnen Begleitung und Unterstützung in der Schwangerschaft ab der 16. Schwangerschaftswoche und in den ersten Monaten mit dem Baby. Sie erhalten wertvolle Tipps zum Umgang mit dem Neugeborenen, wir zeigen Ihnen praktische Übungen und ermöglichen den Austausch untereinander.

Kursinhalte:

- Die erste Zeit mit dem Baby
- Veränderung als Familie
- Verstehen kindlicher Signale
- Wickeln, Tragen und Halten des Babys
- Infos zu Elternzeit und -geld, Kindergeld

Werdende Väter befassen sich mit Themen wie „Papa sein von Anfang an“ und Partnerschaft.

„Fit für den Start... und das Baby kann kommen“ ergänzt optimal die Betreuung durch die gynäkologischen Praxen und Hebammen.

Alle Kurse werden von qualifizierten Trainerinnen und Trainern geleitet.

Projektkoordination: Katrin Epheser, Tel.: 0541/3586822

Gebühr:

42,00 Euro pro Person
75,00 Euro für Paare
Eine Ermäßigung ist unbürokratisch möglich.
5,00 Euro für Leistungsbezieher*innen

Die Kursteilnahme wird gefördert und finanziell unterstützt von Stadt und Landkreis Osnabrück, Stiftung der Sparkassen im Landkreis Osnabrück, Land Niedersachsen, Friedel & Gisela Bohnenkamp-Stiftung sowie Unternehmen in der Region.

Termine:

Der Kurs umfasst vier Treffen vor der Geburt und zwei Treffen nach der Geburt mit den Babys. Die Termine nach der Geburt werden im Kurs festgelegt.

KATH. FABI OSNABRÜCK



Mo, 15.09.25, 19.00 - 21.15 Uhr, 6 x	E00000	42,00 €
Mo, 24.11.25, 19.00 - 21.15 Uhr, 6 x	E00001	42,00 €
Mo, 09.02.26, 19.00 - 21.15 Uhr, 6 x	E00002	42,00 €
Mo, 18.05.26, 19.00 - 21.15 Uhr, 6 x	E00003	42,00 €

KLINIKUM OSNABRÜCK, STORCHENNEST



Do, 13.11.25, 19.00 - 21.15 Uhr, 6 x	E01000	42,00 €
Do, 26.02.26, 19.00 - 21.15 Uhr, 6 x	E01001	42,00 €
Do, 28.05.26, 19.00 - 21.15 Uhr, 6 x	E01002	42,00 €

FAMILIENZENTRUM KUNTERBUNT, HASBERGEN



Mi, 27.08.25, 19.00 - 21.15 Uhr, 6 x	E02000	42,00 €
Mi, 18.03.26, 19.00 - 21.15 Uhr, 6 x	E02001	42,00 €

DULINGSHOF, WALLENHORST



Do, 06.11.25, 19.00 - 21.15 Uhr, 6 x	E03000	42,00 €
Do, 12.03.26, 19.00 - 21.15 Uhr, 6 x	E03001	42,00 €
Do, 04.06.26, 19.00 - 21.15 Uhr, 6 x	E03002	42,00 €

FAMILIENTREFF WEST, OSNABRÜCK



Di, 30.09.25, 19.00 - 21.15 Uhr, 6 x	E04000	42,00 €
Di, 27.01.26, 19.00 - 21.15 Uhr, 6 x	E04001	42,00 €
Di, 05.05.26, 19.00 - 21.15 Uhr, 6 x	E04002	42,00 €

MARIENHOSPITAL, OSNABRÜCK (Niels-Stensen-Kliniken)



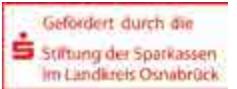
Do, 21.08.25, 19.00 - 21.15 Uhr, 6 x	E05000	42,00 €
Do, 08.01.26, 19.00 - 21.15 Uhr, 6 x	E05001	42,00 €
Do, 09.04.26, 19.00 - 21.15 Uhr, 6 x	E05002	42,00 €

FAMILIENZENTRUM ST. MARIEN OESEDE

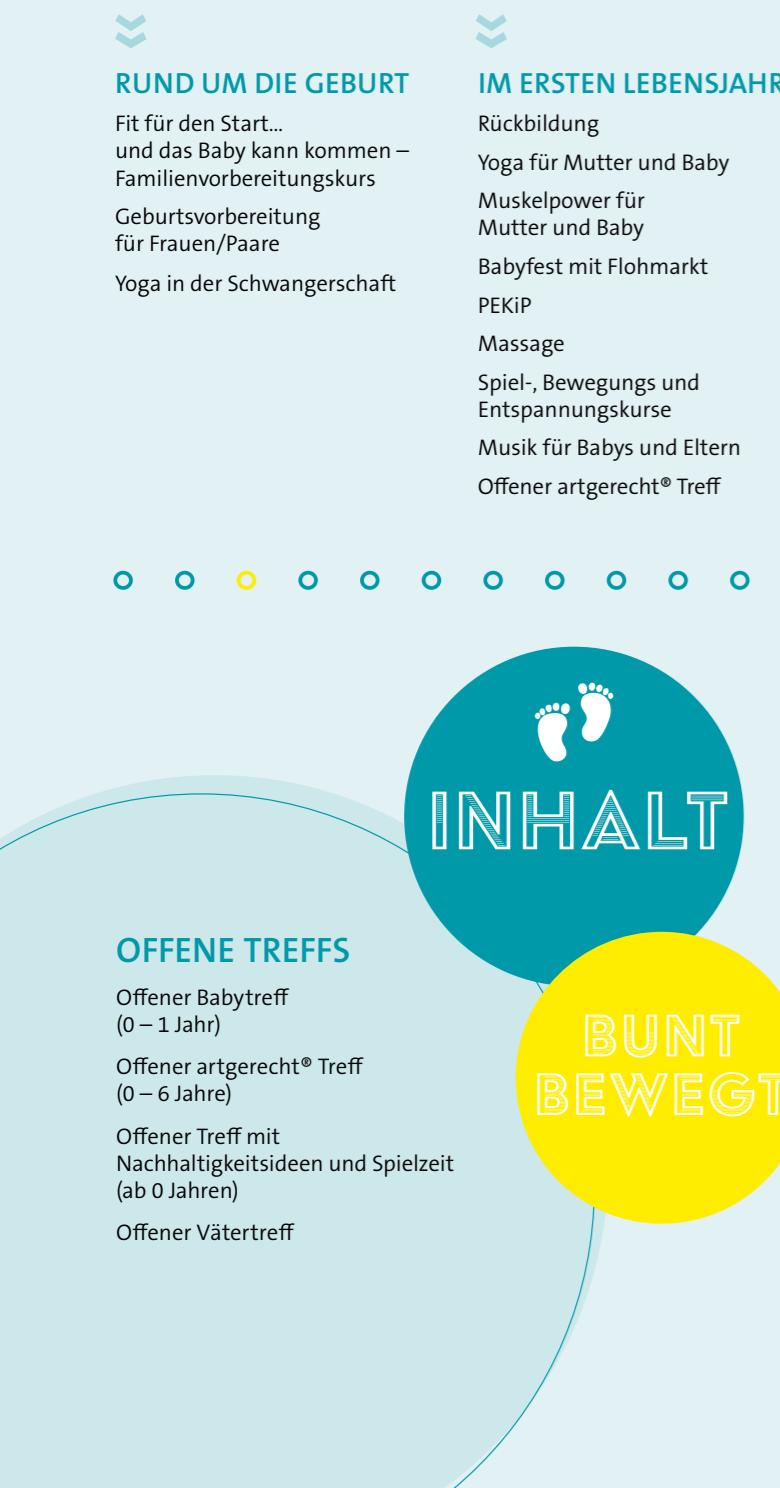


Di, 09.09.25, 19.00 - 21.15 Uhr, 6 x	E06000	42,00 €
Di, 13.01.26, 19.00 - 21.15 Uhr, 6 x	E06001	42,00 €
Di, 21.04.26, 19.00 - 21.15 Uhr, 6 x	E06002	42,00 €

ONLINEKURSE



Di, 28.10.25, 19.00 - 21.15 Uhr, 5 x	E07000	42,00 €
Do, 22.01.26, 19.00 - 21.15 Uhr, 5 x	E07001	42,00 €

**RUND UM DIE GEBURT**

Fit für den Start... und das Baby kann kommen – Familienvorbereitungskurs Geburtsvorbereitung für Frauen/Paare Yoga in der Schwangerschaft

IM ERSTEN LEBENSAJR

Rückbildung
Yoga für Mutter und Baby
Muskelpower für Mutter und Baby
Babyfest mit Flohmarkt
PEKiP
Massage
Spiel-, Bewegungs und Entspannungskurse
Musik für Babys und Eltern
Offener artgerecht® Treff

IM 2. UND 3. LEBENSAJR

Bewegung und Entspannung
Kinderatelier
Gemeinsam wachsen – Spiel, Spaß und Musik
Minimusik
Familienfrühstück mit Austausch und Spielideen

FÜR DIE FAMILIE (0 – CA. 10 JAHRE) ALTERSÜBERGREIFEND

Laternenfest
Offener Treff mit Nachhaltigkeitseideen und Spielzeit (ab 0 Jahren)
Weihnachtsmusical
Gestalten, Erleben, Entdecken
Mit Kindern malen

Die detaillierten Kursbeschreibungen finden Sie auf www.kath-fabi-os.de.

Einzelne Kurse sind einfach zu finden, indem Sie die Kursnummer in die Suchmaske oben rechts auf der Website eingeben.

GEBURTSVORBEREITUNG FÜR FRAUEN

Mo, 18.08.25, 18.30 - 20.30 Uhr, 7 x	E10100	17,00 €
Mo, 27.10.25, 18.30 - 20.30 Uhr, 7 x	E10101	17,00 €
Mo, 19.01.26, 18.30 - 20.30 Uhr, 7 x	E10102	17,00 €
Mo, 04.05.26, 18.30 - 20.30 Uhr, 7 x	E10103	17,00 €

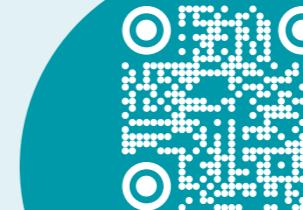
Zusätzliche Kosten für die Begleitperson für den 4. Termin 15 €.

Leitung: Helene Baumgarth, Hebamme

GEBURTSVORBEREITUNG FÜR PAARE

Do, 04.09.25, 18.30 - 20.30 Uhr, 7 x	E10202	107,00 €
Do, 15.01.26, 18.30 - 20.30 Uhr, 7 x	E10203	107,00 €
Do, 09.04.26, 18.30 - 20.30 Uhr, 7 x	E10204	107,00 €

Leitung: Sophia Wittkuhn, Hebamme

RUND UM DIE GEBURT

Entdecke mehr!
Einfach den QR-Code scannen & weitere Angebote finden.

GEBURTSVORBEREITUNG FÜR PAARE – WOCHENENDKURS

Sa, 29.11.25, 10.00 - 17.00 Uhr, 2x	E10205	120,00 €
Sa, 07.03.26, 10.00 - 17.00 Uhr, 2x	E10200	120,00 €
Sa, 04.07.26, 10.00 - 17.00 Uhr, 2x	E10201	120,00 €

Leitung: Inga Adler, Hebamme

YOGA IN DER SCHWANGERSCHAFT FÜR ANFÄNGERINNEN UND FORTGESCHRITTENE

Mi, 20.08.25, 20.00 - 21.00 Uhr, 11 x	E10300	71,15 €
Mi, 07.01.26, 20.00 - 21.00 Uhr, 11 x	E10301	71,15 €
Mi, 08.04.26, 20.00 - 21.00 Uhr, 10 x	E10302	64,65 €

Leitung: Birgit Kramer-Nennen, Yogalehrerin (BDY/EYU)

YOGA IN DER SCHWANGERSCHAFT FÜR ANFÄNGERINNEN UND FORTGESCHRITTENE

Mo, 18.08.25, 17.00 - 18.00 Uhr, 11 x	E10303	71,15 €
Mo, 12.01.26, 17.00 - 18.00 Uhr, 9 x	E10304	58,20 €
Mo, 13.04.26, 17.00 - 18.00 Uhr, 9 x	E10305	58,20 €

Leitung: Birgit Kramer-Nennen, Yogalehrerin (BDY/EYU)



Die detaillierten Kursbeschreibungen finden Sie auf www.kath-fabi-os.de.

Einzelne Kurse sind einfach zu finden, indem Sie die Kursnummer in die Suchmaske oben rechts auf der Website eingeben.

Kursdetails, aktuelle Infos und weitere neue Kurse finden Sie unter www.kath-fabi-os.de



Die Stempelkarte berechtigt zur Teilnahme an den folgenden Angeboten:

Offener Babytreff, offener artgerecht® Treff und die MachBar. Die Stempelkarte hat einen Wert von 20 Euro = 5 Termine oder 40 Euro = 10 Termine. Bei Erwerb der Stempelkarte mit zehn Terminen ist die Teilnahme am elften Termin gebührenfrei.

Nähere Informationen findest du in den AGB's

OFFENER BABYTREFF – FÜR ELTERN UND KINDER IM 1. LEBENSAJAHR

Do, 21.08.25, 10.30 - 12.00 Uhr, 1 x	E11010	4,00 €
Do, 28.08.25, 10.30 - 12.00 Uhr, 1 x	E11011	4,00 €
Do, 04.09.25, 10.30 - 12.00 Uhr, 1 x	E11012	4,00 €
Do, 11.09.25, 10.30 - 12.00 Uhr, 1 x	E11013	4,00 €
Do, 18.09.25, 10.30 - 12.00 Uhr, 1 x	E11014	4,00 €
Do, 25.09.25, 10.30 - 12.00 Uhr, 1 x	E11015	4,00 €
Do, 02.10.25, 10.30 - 12.00 Uhr, 1 x	E11016	4,00 €
Do, 09.10.25, 10.30 - 12.00 Uhr, 1 x	E11017	4,00 €
Do, 30.10.25, 10.30 - 12.00 Uhr, 1 x	E11018	4,00 €
Do, 06.11.25, 10.30 - 12.00 Uhr, 1 x	E11019	4,00 €
Do, 13.11.25, 10.30 - 12.00 Uhr, 1 x	E11020	4,00 €
Do, 20.11.25, 10.30 - 12.00 Uhr, 1 x	E11021	4,00 €
Do, 27.11.25, 10.30 - 12.00 Uhr, 1 x	E11022	4,00 €
Do, 04.12.25, 10.30 - 12.00 Uhr, 1 x	E11023	4,00 €
Do, 11.12.25, 10.30 - 12.00 Uhr, 1 x	E11024	4,00 €
Do, 18.12.25, 10.30 - 12.00 Uhr, 1 x	E11025	4,00 €
Do, 08.01.26, 10.30 - 12.00 Uhr, 1 x	E11026	4,00 €
Do, 15.01.26, 10.30 - 12.00 Uhr, 1 x	E11027	4,00 €
Do, 22.01.26, 10.30 - 12.00 Uhr, 1 x	E11028	4,00 €
Do, 29.01.26, 10.30 - 12.00 Uhr, 1 x	E11029	4,00 €
Do, 05.02.26, 10.30 - 12.00 Uhr, 1 x	E11030	4,00 €
Do, 12.02.26, 10.30 - 12.00 Uhr, 1 x	E11031	4,00 €
Do, 19.02.26, 10.30 - 12.00 Uhr, 1 x	E11032	4,00 €
Do, 26.02.26, 10.30 - 12.00 Uhr, 1 x	E11033	4,00 €
Do, 05.03.26, 10.30 - 12.00 Uhr, 1 x	E11034	4,00 €
Do, 12.03.26, 10.30 - 12.00 Uhr, 1 x	E11035	4,00 €
Do, 19.03.26, 10.30 - 12.00 Uhr, 1 x	E11036	4,00 €
Do, 09.04.26, 10.30 - 12.00 Uhr, 1 x	E11037	4,00 €
Do, 16.04.26, 10.30 - 12.00 Uhr, 1 x	E11038	4,00 €
Do, 23.04.26, 10.30 - 12.00 Uhr, 1 x	E11039	4,00 €
Do, 30.04.26, 10.30 - 12.00 Uhr, 1 x	E11040	4,00 €
Do, 07.05.26, 10.30 - 12.00 Uhr, 1 x	E11041	4,00 €
Do, 21.05.26, 10.30 - 12.00 Uhr, 1 x	E11042	4,00 €
Do, 28.05.26, 10.30 - 12.00 Uhr, 1 x	E11043	4,00 €
Do, 04.06.26, 10.30 - 12.00 Uhr, 1 x	E11044	4,00 €
Do, 11.06.26, 10.30 - 12.00 Uhr, 1 x	E11045	4,00 €
Do, 18.06.26, 10.30 - 12.00 Uhr, 1 x	E11046	4,00 €
Do, 25.06.26, 10.30 - 12.00 Uhr, 1 x	E11047	4,00 €

Leitung: Katrin Epheser, Dipl.-Sonderpädagogin

– Mit Stempelkarte –

OFFENER ARTGERECHT TREFF FÜR ELTERN UND KINDER VON 0 BIS 6 JAHREN „ES BRAUCHT EIN DORF, UM EIN KIND GROSSZUZIEHEN“

Fr, 05.09.25, 09.00 - 10.30 Uhr, 1 x	E11170	4,00 €
Fr, 10.10.25, 09.00 - 10.30 Uhr, 1 x	E11171	4,00 €
Fr, 07.11.25, 09.00 - 10.30 Uhr, 1 x	E11172	4,00 €
Fr, 05.12.25, 09.00 - 10.30 Uhr, 1 x	E11173	4,00 €
Fr, 06.02.26, 09.00 - 10.30 Uhr, 1 x	E11174	4,00 €
Fr, 06.03.26, 09.00 - 10.30 Uhr, 1 x	E11175	4,00 €
Fr, 08.05.26, 09.00 - 10.30 Uhr, 1 x	E11176	4,00 €
Fr, 05.06.26, 09.00 - 10.30 Uhr, 1 x	E11177	4,00 €
Fr, 09.01.26, 09.00 - 10.30 Uhr, 1 x	E11178	4,00 €
Fr, 10.04.26, 09.00 - 10.30 Uhr, 1 x	E11179	4,00 €

Leitung: Christina Brüggemann, M.Sc.Wirtschaftspsychologie

– Mit Stempelkarte –

RÜCKBILDUNGSGYMNASTIK MIT BABY VORMITTAGS

Do, 21.08.25, 09.00 - 10.00 Uhr, 10 x	E11200	17,00 €
Do, 20.11.25, 09.00 - 10.00 Uhr, 10 x	E11201	17,00 €
Do, 19.02.26, 09.00 - 10.00 Uhr, 10 x	E11202	17,00 €

Leitung: Miriam Döring, Hebamme

RÜCKBILDUNGSGYMNASTIK MIT BABY VORMITTAGS

Do, 21.08.25, 10.15 - 11.15 Uhr, 10 x	E11203	17,00 €
Do, 20.11.25, 10.15 - 11.15 Uhr, 10 x	E11204	17,00 €
Do, 19.02.26, 10.15 - 11.15 Uhr, 10 x	E11205	17,00 €

Leitung: Miriam Döring, Hebamme



Alles für einen glücklichen Start

Online & über 100 Fachmärkte – auch in deiner Nähe:
BabyOne Osnabrück, Inhaber Peter Schatzl, 49082 Osnabrück,
Iburger Str. 225 (im Nahne Center) • babyone.de





RÜCKBILDUNG OHNE BABY

Mo, 18.08.25, 16.45 - 18.15 Uhr, 7 x	E11209	17,00 €
Mo, 27.10.25, 16.45 - 18.15 Uhr, 7 x	E11210	17,00 €
Mo, 19.01.26, 16.45 - 18.15 Uhr, 7 x	E11211	17,00 €
Mo, 04.05.26, 16.45 - 18.15 Uhr, 7 x	E11212	17,00 €

Leitung: Helene Baumgarth, Hebamme

YOGA MIT STRAMPELHOSEN UND STILLEINLAGEN FÜR MÜTTER MIT BABYS AB DEM 4. LEBENSMONAT

Di, 19.08.25, 15.30 - 16.30 Uhr, 8 x	E11250	58,68 €
Di, 28.10.25, 15.30 - 16.30 Uhr, 8 x	E11251	58,68 €
Di, 06.01.26, 15.30 - 16.30 Uhr, 10 x	E11252	73,31 €
Di, 14.04.26, 15.30 - 16.30 Uhr, 10 x	E11253	73,31 €

Leitung: Laura Düllings, Kindertagespflegeperson (QHB)

MAMA ZEIGT MUSKELPOWER FÜR MÜTTER MIT BABYS AB DEM 4. LEBENSMONAT

Di, 19.08.25, 14.15 - 15.15 Uhr, 8 x	E11254	58,68 €
Di, 28.10.25, 14.15 - 15.15 Uhr, 8 x	E11255	58,68 €
Di, 06.01.26, 14.15 - 15.15 Uhr, 10 x	E11256	58,68 €
Di, 14.04.26, 14.15 - 15.15 Uhr, 10 x	E11257	73,31 €

Leitung: Laura Düllings, Kindertagespflegeperson (QHB)

BABYS BEWEGEN SICH EINSTIEG ZWISCHEN DEM 6. - 8. MONAT

Mi, 20.08.25, 09.30 - 10.15 Uhr, 8 x	E11500	30,40 €
Mi, 29.10.25, 09.30 - 10.15 Uhr, 8 x	E11501	28,80 €
Mi, 07.01.26, 09.30 - 10.15 Uhr, 11 x	E11502	41,80 €
Mi, 08.04.26, 09.30 - 10.15 Uhr, 12 x	E11503	45,60 €

Leitung: Susanne Riese, Zertifizierte Eltern-Kind-Kursleitung nach QEKK

BABYS BEWEGEN SICH EINSTIEG ZWISCHEN DEM 9 - 12. MONAT

Mi, 20.08.25, 10.30 - 11.30 Uhr, 8 x	E11504	40,55 €
Mi, 29.10.25, 10.30 - 11.30 Uhr, 8 x	E11505	40,55 €
Mi, 07.01.26, 10.30 - 11.30 Uhr, 11 x	E11506	55,75 €
Mi, 08.04.26, 10.30 - 11.30 Uhr, 12 x	E11507	60,80 €

Leitung: Susanne Riese, Zertifizierte Eltern-Kind-Kursleitung nach QEKK

BABYS IN BEWEGUNG AB 3 - 6 LEBENSMONAT

Förderung und Kooperation durch die Kinder-Bewegungsstadt (KiBS) der Bürgerstiftung Osnabrück

Mo, 18.08.25, 09.00 - 10.00 Uhr, 8 x	E11510	26,68 €
Mo, 27.10.25, 09.00 - 10.00 Uhr, 8 x	E11511	26,68 €
Mo, 12.01.26, 09.00 - 10.00 Uhr, 9 x	E11512	46,80 €
Mo, 13.04.26, 09.00 - 10.00 Uhr, 10 x	E11513	51,99 €

Leitung: Kerstin Gutendorf, Übungsleiterin C Lizenz DTB Kursleiterin Babys in Bewegung

BABYS IN BEWEGUNG AB 6 - 8 LEBENSMONAT

Förderung und Kooperation durch die Kinder-Bewegungsstadt (KiBS) der Bürgerstiftung Osnabrück

Mo, 18.08.25, 10.15 - 11.15 Uhr, 8 x	E11514	26,68 €
Mo, 27.10.25, 10.15 - 11.15 Uhr, 8 x	E11515	26,68 €
Mo, 12.01.26, 10.15 - 11.15 Uhr, 9 x	E11516	46,80 €
Mo, 13.04.26, 10.15 - 11.15 Uhr, 10 x	E11517	51,99 €

Leitung: Kerstin Gutendorf, Übungsleiterin C Lizenz DTB Kursleiterin Babys in Bewegung

BEWEGUNGSSPIELE AUF DEM WICKELTISCH

Do, 25.09.25, 09.00 - 10.00 Uhr, 1 x	E11520	6,00 €
Do, 27.11.25, 09.00 - 10.00 Uhr, 1 x	E11521	6,00 €
Do, 12.02.26, 09.00 - 10.00 Uhr, 1 x	E11522	6,00 €
Do, 21.05.26, 09.00 - 10.00 Uhr, 1 x	E11523	6,00 €

Leitung: Katrin Epheser, Dipl.-Sonderpädagogin

KOMM UND SPIEL' MIT! FÜR KRABBEL-UND LAUFKINDER VON 9 - 24 MONATEN

Mo, 18.08.25, 09.00 - 10.30 Uhr, 8 x	E11540	60,80 €
Mo, 27.10.25, 09.00 - 10.30 Uhr, 8 x	E11541	60,80 €
Mo, 12.01.26, 09.00 - 10.30 Uhr, 9 x	E11542	68,40 €
Mo, 13.04.26, 09.00 - 10.30 Uhr, 10 x	E11543	76,00 €

Leitung: Stefanie Zalewski, Zertifizierte Eltern-Kind-Kursleitung nach QEKK

KOMM UND SPIEL' MIT! FÜR KRABBEL-UND LAUFKINDER VON 9 - 24 MONATEN

Mo, 18.08.25, 10.45 - 12.15 Uhr, 8 x	E11544	60,80 €
Mo, 27.10.25, 10.45 - 12.15 Uhr, 8 x	E11545	60,80 €
Mo, 12.01.26, 10.45 - 12.15 Uhr, 9 x	E11546	68,40 €
Mo, 13.04.26, 10.45 - 12.15 Uhr, 10 x	E11547	76,00 €

Leitung: Stefanie Zalewski, Zertifizierte Eltern-Kind-Kursleitung nach QEKK

FAMILIENFRÜHSTÜCK MIT AUSTAUSCH UND SPIELIDEEN FÜR ELTERN MIT BABYS

Mi, 20.08.25	09.15 - 10.45 Uhr	1 x	E11550	9,90 €
Mi, 27.08.25	09.15 - 10.45 Uhr	1 x	E11551	9,90 €
Mi, 03.09.25	09.15 - 10.45 Uhr	1 x	E11552	9,90 €
Mi, 10.09.25	09.15 - 10.45 Uhr	1 x	E11553	9,90 €
Mi, 17.09.25	09.15 - 10.45 Uhr	1 x	E11554	9,90 €
Mi, 24.09.25	09.15 - 10.45 Uhr	1 x	E11555	9,90 €
Mi, 01.10.25	09.15 - 10.45 Uhr	1 x	E11556	9,90 €
Mi, 08.10.25	09.15 - 10.45 Uhr	1 x	E11557	9,90 €
Mi, 29.10.25	09.15 - 10.45 Uhr	1 x	E11558	9,90 €
Mi, 05.11.25	09.15 - 10.45 Uhr	1 x	E11559	9,90 €
Mi, 12.11.25	09.15 - 10.45 Uhr	1 x	E11560	9,90 €
Mi, 19.11.25	09.15 - 10.45 Uhr	1 x	E11561	9,90 €
Mi, 26.11.25	09.15 - 10.45 Uhr	1 x	E11562	9,90 €
Mi, 03.12.25	09.15 - 10.45 Uhr	1 x	E11563	9,90 €
Mi, 10.12.25	09.15 - 10.45 Uhr	1 x	E11564	9,90 €
Mi, 17.12.25	09.15 - 10.45 Uhr	1 x	E11565	9,90 €

Leitung: Elli Kowert-Bielefeld, Erziehungswissenschaftlerin

GEMEINSAM WACHSEN – SPIEL, SPASS UND MUSIK 6 - 12 LEBENSMONAT

Mi, 20.08.25	11.00 - 11.45 Uhr	8 x	E11570	28,80 €
Mi, 29.10.25	11.00 - 11.45 Uhr	8 x	E11571	28,80 €

Leitung: Elli Kowert-Bielefeld, Erziehungswissenschaftlerin

BEWEGUNGSSPASS FÜR BABYS EINSTIEG AB 9 MONATEN

Di, 19.08.25	14.45 - 15.45 Uhr	8 x	E11580	40,55 €
Di, 28.10.25	14.45 - 15.45 Uhr	8 x	E11581	40,55 €
Di, 06.01.26	14.45 - 15.45 Uhr	10 x	E11582	50,65 €
Di, 14.04.26	14.45 - 15.45 Uhr	10 x	E11583	50,65 €

Leitung: Susanne Riese, Zertifizierte Eltern-Kind-Kursleitung nach QEKK



MASSAGE, SPIELE UND BEWEGUNG FÜR SÄUGLINGE IM ALTER VON 6 WOCHEN - 6 MONATEN

Fr, 09.01.26, 13.30 - 14.30 Uhr, 10 x	E11590	55,99 €
Fr, 10.04.26, 13.30 - 14.30 Uhr, 10 x	E11591	55,99 €
Leitung: Nina Raeth, Erzieherin		

LIEDERGARTEN 7 - 15 LEBENSMONAT

Di, 19.08.25, 10.00 - 10.45 Uhr, 8 x	E11654	47,20 €
Di, 28.10.25, 10.00 - 10.45 Uhr, 8 x	E11655	47,20 €
Di, 06.01.26, 10.00 - 10.45 Uhr, 10 x	E11656	59,00 €
Di, 14.04.26, 10.00 - 10.45 Uhr, 10 x	E11657	59,00 €

Leitung: Claudia Otten, Musikpädagogin

Sa, 28.02.26, 10.00 - 13.00 Uhr 1x E11002

SCHWANGERSCHAFTS-, BABY- & KLEINKINDER-FLOHMARKT

beim Babyfest

Leitung: Mitarbeiterteam

STAND-
GEBÜHR:
10,00 €

LIEDERGARTEN 7 - 15 LEBENSMONAT

Di, 19.08.25, 11.00 - 11.45 Uhr, 8 x	E11658	47,20 €
Di, 28.10.25, 11.00 - 11.45 Uhr, 8 x	E11659	47,20 €
Di, 06.01.26, 11.00 - 11.45 Uhr, 10 x	E11660	59,00 €
Di, 14.04.26, 11.00 - 11.45 Uhr, 10 x	E11661	59,00 €

Leitung: Claudia Otten, Musikpädagogin

BABYSIGNAL – MIT DEN HÄNDEN SPRECHEN FÜR ELTERN MIT KINDERN AB DEM 6 - 24 LEBENSMONAT

Sa, 15.11.25, 10.00 - 11.30 Uhr, 2 x	E11700	58,00 €
Sa, 14.02.26, 10.00 - 11.30 Uhr, 2 x	E11701	58,00 €

Leitung: Lea Ellerbrock, Fachkraft für Kleinkindpädagogik

LAUFMAMALAUF

Fr, 12.09.25, 09.15 - 10.25 Uhr, 10 x E11220 145,00 €

Leitung: Jessica Schleutker

Kooperation:

Anmeldung per Mail unter kathi-osnabrueck@laufmamalauf.de

OFFENER TREFF FÜR SOLO-ELTERN

Di, 12.08.25, 15.45 - 17.45 Uhr, 1 x	E50000	0,00 €
Di, 09.09.25, 15.45 - 17.45 Uhr, 1 x	E50001	0,00 €
Di, 07.10.25, 15.45 - 17.45 Uhr, 1 x	E50002	0,00 €
Di, 11.11.25, 15.45 - 17.45 Uhr, 1 x	E50003	0,00 €
Di, 09.12.25, 15.45 - 17.45 Uhr, 2 x	E50009	0,00 €

Leitung: Natalie Sommer, Dipl.-Pädagogin

Förderung durch die Dieter Fuchs Stiftung

WOCHE-AKTION FÜR SOLO-ELTERN MIT KINDERN ELTERN-KIND – BEWEGUNG & ENTSPANNUNG

So, 28.09.25, 10.00 - 12.30 Uhr, 1 x	E50004	0,00 €
So, 23.11.25, 15.00 - 17.45 Uhr, 3 x	E50008	2,00 €
Fr, 19.09.25, 15.00 - 10.00 Uhr, 3 x	E50010	50,00 €

Leitung: Natalie Sommer, Dipl.-Pädagogin

Förderung durch die Dieter Fuchs Stiftung

ONLINE SOLO-ELTERN-ABEND „MEINE KINDER, DEINE KINDER, UNSERE KINDER“ ACHTSAME ELTERNSCHAFT IN PATCHWORK-FAMILIEN

Mi, 20.08.25, 20.00 - 21.30 Uhr, 1 x	E50005	0,00 €
„Meine Kinder, Deine Kinder, Unsere Kinder“ – Achtsame Elternschaft in Patchwork-Familien“		

Leitung: Hettich Helga

Mi, 17.09.25, 20.00 - 21.30 Uhr, 1 x	E50006	0,00 €
„Friedliche Elternschaft“		

Leitung: Franziska Karl

Mi, 19.11.25, 20.00 - 21.30 Uhr, 0 x	E50007	0,00 €
„Berufliche Chancen nutzen: „Welche Möglichkeiten haben Solo-Eltern.“		

Leitung: Mira König

Förderung durch die Dieter Fuchs Stiftung



Für ein Mehr an
Unterstützung
als Solo-Eltern.

FABI
Katholische
Familien-
Bildungsstätte
Osnabrück

**Solo-
Eltern
stärken**

Angebote für
allein- und getrennt-
erziehende Eltern





SPIELEN UND BEWEGEN NACH DEM PRAGER-ELTERN-KIND-PROGRAMM

SEPTEMBER - OKTOBER 2024 GEBORENE KINDER

Mi, 20.08.25, 09.00 - 10.30 Uhr, 8 x E11400 79,20 €

OKTOBER - NOVEMBER 2024 GEBORENE KINDER

Do, 21.08.25, 09.00 - 10.30 Uhr, 8 x E11401 79,20 €

NOVEMBER - DEZEMBER 2024 GEBORENE KINDER

Di, 19.08.25, 09.00 - 10.30 Uhr, 16 x E11402 158,40 €

DEZEMBER 2024 - JANUAR 2025 GEBORENE KINDER

Do, 21.08.25, 10.30 - 12.00 Uhr, 16 x E11403 158,40 €

DAS PEKIP IST EIN BEGLEITPROGRAMM ÜBER DEN ZEITRAUM DES 1. LEBENSAJAHRES.

Im intensiven Kontakt und in der genauen Beobachtung erfahren Eltern, welche Bedürfnisse ihr Kind signalisiert, was ihrem Kind Freude macht und gut tut. Speziell entwickelte Bewegungsanregungen werden gemeinsam mit den Kindern erarbeitet. Das PEKIP unterstützt den Aufbau einer positiven Eltern-Kind-Beziehung durch gemeinsames Erleben, Bewegen, Spiel und Spaß.

Die Gruppe ist auf maximal 8 Erwachsene mit Kindern beschränkt. Sie trifft sich in einem warmen Raum, die Kinder sind nackt.

Die Anmeldung gilt je nach Einstiegsalter der Kinder für maximal 4 Kursblöcke. Die Gebühren werden dementsprechend in bis zu 4 Teilzahlungsraten jeweils nach Beginn eines Blockes abgebucht.

Ein Ausstieg ist nur durch schriftliche Abmeldung am Ende eines Kursblockes möglich. Eltern auf der Warteliste werden benachrichtigt, sobald ein Platz frei geworden ist. Bitte geben Sie auf der Anmeldung unbedingt das errechnete bzw. tatsächliche Geburtsdatum Ihres Kindes an!

Bitte mitbringen: großes Handtuch, wasserdichte Unterlage.

Die Kurse werden von folgenden PEKIP-Kursleiterinnen geleitet:
Katrin Epheser, Nina Raeth, Bianca Zimmermann

JANUAR - FEBRUAR 2025 GEBORENE KINDER

Di, 19.08.25, 10.30 - 12.00 Uhr, 16 x E11404 158,40 €

FEBRUAR - MÄRZ 2025 GEBORENE KINDER

Mo, 18.08.25, 09.00 - 10.30 Uhr, 25 x E11405 247,50 €
zum 18.08.2025 158,40 €
zum 12.01.2026 89,10 €

MÄRZ - APRIL 2025 GEBORENE KINDER

Mi, 20.08.25, 10.30 - 12.00 Uhr, 27 x E11406 267,30 €
zum 18.08.2025 158,40 €
zum 12.01.2026 108,90 €

APRIL - MAI 2025 GEBORENE KINDER

Mo, 18.08.25, 10.30 - 12.00 Uhr, 25 x E11407 247,50 €
zum 18.08.2025 158,40 €
zum 12.01.2026 89,10 €

MAI - JUNI 2025 GEBORENE KINDER

Fr, 22.08.25, 09.00 - 10.30 Uhr, 34 x E11408 336,60 €
zum 22.08.2025 128,70 €
zum 09.01.2026 108,90 €
zum 10.04.2026 99,00 €

JUNI - JULI 2025 GEBORENE KINDER

Fr, 22.08.25, 10.30 - 12.00 Uhr, 34 x E11409 336,60 €
zum 22.08.2025 128,70 €
zum 09.01.2026 108,90 €
zum 10.04.2026 99,00 €

JULI - AUGUST 2025 GEBORENE KINDER

Mi, 29.10.25, 09.00 - 10.30 Uhr, 31 x E11410 306,90 €
zum 29.10.2025 79,20 €
zum 07.01.2026 108,90 €
zum 08.04.2026 118,80 €

AUGUST - SEPTEMBER 2025 GEBORENE KINDER

Do, 30.10.25, 09.00 - 10.30 Uhr, 30 x E11411 297,00 €
zum 30.10.2025 79,20 €
zum 08.01.2026 108,90 €
zum 09.04.2026 108,90 €

SEPTEMBER - OKTOBER 2025 GEBORENE KINDER

Di, 06.01.26, 09.00 - 10.30 Uhr, 20 x E11412 198,00 €
zum 06.01.2026 99,00 €
zum 14.04.2026 99,00 €

OKTOBER - NOVEMBER 2025 GEBORENE KINDER

Do, 08.01.26, 10.30 - 12.00 Uhr, 22 x E11413 217,80 €
zum 08.01.2026 108,90 €
zum 09.04.2025 108,90 €

NOVEMBER - DEZEMBER 2025 GEBORENE KINDER

Di, 06.01.26, 10.30 - 12.00 Uhr, 20 x E11414 198,00 €
zum 06.01.2026 99,00 €
zum 14.04.2026 99,00 €

DEZEMBER 2025 - JANUAR 2026 GEBORENE KINDER

Mi, 08.04.26, 10.30 - 12.00 Uhr, 12 x E11415 118,80 €





JANUAR - FEBRUAR 2026 GEBORENE KINDER

Mo, 13.04.26, 09.00 - 10.30 Uhr, 11 x E11416 108,90 €

JANUAR 2025 - FEBRUAR 2025 GEBORENE KINDER

Fr, 22.08.25, 14.00 - 15.30 Uhr, 12 x E11417 118,80 €

IM FAMILIENZENTRUM ASTRID LINDGREN IN BSB - BABYS AUS APRIL - JUNI 2025

Mo, 25.08.25, 09.00 - 10.30 Uhr, 14 x E13003 137,20 €

IM FAMILIENZENTRUM ASTRID-LINDGREN IN BSB - BABYS AUS FEBRUAR BIS APRIL 2025

Mo, 25.08.25, 15.00 - 16.30 Uhr, 14 x E13004 137,20 €

SCHNUPPERSTUNDE PEKIP FÜR VÄTER

Sa, 27.09.25, 09.00-10.30 Uhr, 1x E11418 10,20 €
für Babys im Alter von 8 Wochen bis 6 Monaten

Sa, 27.09.25, 10.30-12.00 Uhr, 1x E11419 10,20 €
für Babys im Alter von 8 Wochen bis 6 Monaten

Sa, 09.05.26, 09.00-10.30 Uhr, 1x E11420 10,20 €
für Babys im Alter von 8 Wochen bis 6 Monaten

Sa, 27.09.25, 10.30-12.00 Uhr, 1x E11421 10,20 €
für Babys im Alter von 8 Wochen bis 6 Monaten

artgerecht®-Workshops entdecken



Was Babys und Kleinkinder brauchen, um glücklich und gesund aufzuwachsen.

- Offener artgerecht®-Treff (Stempelkarte)
- Windelfrei für Kleinkinder
- Babyschlaf-Workshop
- artgerecht®-Crashkurs rund um das Kleinkind

Mehr Infos unter www.kath-fabi-os.de



IM
2. UND 3.
LEBENS-
JAHR



Die detaillierten Kursbeschreibungen finden Sie auf www.kath-fabi-os.de.

Einzelne Kurse sind einfach zu finden, indem Sie die Kursnummer in die Suchmaske oben rechts auf der Website eingeben.

Die Stempelkarte berechtigt zur Teilnahme an den folgenden Angeboten:

Offener Babytreff, offener artgerecht® Treff und die MachBar. Die Stempelkarte hat einen Wert von 20 Euro = 5 Termine oder 40 Euro = 10 Termine. Bei Erwerb der Stempelkarte mit zehn Terminen ist die Teilnahme am elften Termin gebührenfrei.

Nähtere Informationen findest du in den AGB's

FAMILIE
BEGINNT HIER.
GEBORGEN IM
MARIENHOSPITAL OSNABÜCK



Niels-Stensen-Kliniken
Marienhospital Osnabrück

ELTERN-KIND-KURS FÜR FAMILIEN MIT MEHREREN KINDERN (6 MONATE - 4 JAHRE)

Di, 19.08.25,	16.00 - 17.00 Uhr, 4 x	E11530	25,05 €
Di, 28.10.25,	16.00 - 17.00 Uhr, 5 x	E11531	31,35 €
Di, 06.01.26,	16.00 - 17.00 Uhr, 8 x	E11532	50,15 €
Di, 14.04.26,	16.00 - 17.00 Uhr, 8 x	E11533	50,15 €

Leitung: Annalena Knutzen, Erzieherin

DIE MACHBAR – NACHHALTIGKEITSIDEEN UND SPIELZEIT – OFFENER TREFF FÜR ELTERN UND KINDER AB 0 JAHREN

Di, 19.08.25	15.00 - 17.00 Uhr 1 x	E12100	4,00 €
Kreativ mit Hand und Fuß			
Di, 16.09.25	15.00 - 17.00 Uhr 1 x	E12101	4,00 €
Von der Verpackung zum Musikinstrument			
Di, 07.10.25	15.00 - 17.00 Uhr 1 x	E12102	4,00 €
Der Herbst ist da			
Di, 18.11.25	15.00 - 17.00 Uhr 1 x	E12103	4,00 €
Flaschenlichter und mehr			
Di, 16.12.25	15.00 - 17.00 Uhr 1 x	E12104	4,00 €
„Auf die Plätze fertig los“			
Di, 20.01.26	15.00 - 17.00 Uhr 1 x	E12105	4,00 €
Bunter Start ins neue Jahr			
Di, 17.02.26	15.00 - 17.00 Uhr 1 x	E12106	4,00 €
Alles zum Karneval- Helau			
Di, 17.03.26	15.00 - 17.00 Uhr 1 x	E12107	4,00 €
In Vorfreude auf Ostern			
Di, 21.04.26	15.00 - 17.00 Uhr 1 x	E12108	4,00 €
Experimentieren mit Kleister, Farbe und Sand			
Di, 19.05.26	15.00 - 17.00 Uhr 1 x	E12109	4,00 €
Von der Verpackung zum Musikinstrument			
Di, 16.06.26	15.00 - 17.00 Uhr 1 x	E12110	4,00 €
Farbe, Seifenblasen, Wasser und mehr			

Leitung: Claudia Schlörb, Kindertagespflegeperson, Tagesmutter
– Mit Stempelkarte –



OFFENER TREFF MIT NACHHALTIGKEITSIDEEN UND SPIELZEIT FÜR ELTERN UND KINDER AB 0 JAHREN

Kreativ mit Hand und Fuß
Di, 19.08.25, 15.00-17.00, Nr. E12100

Von der Verpackung zum Musikinstrument
Di, 19.09.25, 15.00-17.00, Nr. E12101

Der Herbst ist da
Di, 07.10.25, 15.00-17.00, Nr. E12102

Flaschenlichter und mehr
Di, 18.11.25, 15.00-17.00, Nr. E12103

Weitere Termine online unter www.kath-fabi-os.de/nachhaltigkeit

- Mit Stempelkarte -

FABI Familien-Bildungsstätte Osnabrück

SPIELERISCHES TURNEN FÜR KINDER IM ALTER VON 1 - 3 JAHREN

Mi, 20.08.25, 15.15 - 16.15 Uhr, 8 x	E12200	38,41 €
Mi, 29.10.25, 15.15 - 16.15 Uhr, 8 x	E12201	38,41 €
Mi, 07.01.26, 15.15 - 16.15 Uhr, 11 x	E12202	52,81 €
Mi, 08.04.26, 15.15 - 16.15 Uhr, 12 x	E12203	57,60 €

Leitung: Jakob Bremsteller, Kindertagespflegeperson (QHB)

SPIELERISCHES TURNEN FÜR KINDER IM ALTER VON 1 - 3 JAHREN

Mi, 20.08.25, 16.30 - 17.30 Uhr, 8 x	E12204	38,41 €
Mi, 29.10.25, 16.30 - 17.30 Uhr, 8 x	E12205	38,41 €
Mi, 07.01.26, 16.30 - 17.30 Uhr, 11 x	E12206	52,81 €
Mi, 08.04.26, 16.30 - 17.30 Uhr, 12 x	E12207	57,60 €

Leitung: Jakob Bremsteller, Kindertagespflegeperson (QHB)

BEWEGUNGSSPASS FÜR KLEINKINDER AB 14 MONATEN (EINSTIEGSALTER)

Di, 19.08.25, 16.00 - 17.00 Uhr, 8 x	E12210	40,55 €
Di, 28.10.25, 16.00 - 17.00 Uhr, 8 x	E12211	40,55 €
Di, 06.01.26, 16.00 - 17.00 Uhr, 10 x	E12212	50,65 €
Di, 14.04.26, 16.00 - 17.00 Uhr, 10 x	E12213	50,65 €

Leitung: Susanne Riese, Zertifizierte Eltern-Kind-Kursleitung nach QEKK

WELTENTDECKER AB 12. LEBENSMONAT (EINSTIEGSALTER)

Fr, 09.01.26, 14.45 - 15.45 Uhr, 9 x	E12230	58,80 €
Fr, 10.04.26, 14.45 - 15.45 Uhr, 10 x	E12231	65,32 €

Leitung: Nina Raeth, Erzieherin

MINIMUSIK FÜR ELTERN UND KINDER VON 2 - 3,5 JAHREN

Mo, 18.08.25, 15.00 - 15.45 Uhr, 8 x	E12750	44,80 €
Mo, 27.10.25, 15.00 - 15.45 Uhr, 8 x	E12751	44,80 €
Mo, 12.01.26, 15.00 - 15.45 Uhr, 9 x	E12752	50,40 €
Mo, 13.04.26, 15.00 - 15.45 Uhr, 10 x	E12753	56,00 €

Leitung: Judith Kuntz, Bachelor Instrumentalpädagogik

MINIMUSIK FÜR ELTERN UND KINDER VON 2 - 3,5 JAHREN

Mo, 18.08.25, 16.00 - 16.45 Uhr, 8 x	E12754	44,80 €
Mo, 27.10.25, 16.00 - 16.45 Uhr, 8 x	E12755	44,80 €
Mo, 12.01.26, 16.00 - 16.45 Uhr, 9 x	E12756	50,40 €
Mo, 13.04.26, 16.00 - 16.45 Uhr, 10 x	E12757	56,00 €

Leitung: Judith Kuntz, Bachelor Instrumentalpädagogik



Damit unsere Kinder cool bleiben können.

Wir bringen die Zukunft zum Leuchten.

Für uns ist Nachhaltigkeit mehr als nur ein Herzensthema. Es ist zentraler Bestandteil unserer Arbeit. Ob es um Geldanlagen oder die Finanzierung von energieeffizienten Bauen geht: Wir kümmern uns.

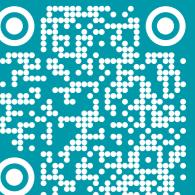
SCHLAF- & TRAGEBERATUNG

Die Beratungen sind flexibel und können in der FABI, Zuhause oder per Zoom stattfinden

Schlafberatung
Basierend auf dem Konzept von 1001kindernacht® wird eine bindungsorientierte Schlafberatung angeboten. Dabei steht die Eltern-Kind-Bindung im Vordergrund mit dem Ziel einer entspannten Schlafsituation für die ganze Familie.

Trageberatung
Die Beratung unterstützt dich dabei, die optimale Tragehilfe zu finden, um deinem Baby Nähe und Geborgenheit zu schenken.

Einfach den QR-Code scannen & weitere Infos dazu finden.



Kleck's E-Paper im Web! Das regionale Familienmagazin

► aktuelle Themen rund um die Familie und Freizeittipps
► monatlicher Veranstaltungskalender + 2 x halbjährliche Flohmarktübersichten
► Spezialausgaben zu Kindergeburtstag und Baby
► 10 Ausgaben jährlich Doppelausgaben im Juli/August und Dezember/Januar
► kostenlos erhältlich u.a. in Kindergärten, -fachgeschäften, -arztpräxen, Familieneinrichtungen, und Stadt-/Gemeindeverwaltungen



 www.kleck's-os.de **JAHRES-ABO:** 10 Ausgaben
Zustellkosten: 19 Euro
Bestellung: www.kleck's-os.de/service/abo



Die detaillierten Kursbeschreibungen finden Sie auf www.kath-fabi-os.de.

Einzelne Kurse sind einfach zu finden, indem Sie die Kursnummer in die Suchmaske oben rechts auf der Website eingeben.

Kursdetails, aktuelle Infos und weitere neue Kurse finden Sie unter www.kath-fabi-os.de

BABY- UND KLEINKINDERFEST MIT SCHWANGERSCHAFTS-, BABY- UND KLEINKINDERFLOHMARKT

Sa, 28.02.26, 10.00 - 13.00 Uhr, 1 x E11001 0,00 €
Leitung: Katrin Epheser, Dipl.-Sonderpädagogin

FAMILIENFRÜHSTÜCK MIT AUSTAUSCH UND SPIELIDEEN FÜR ELTERN MIT BABYS

Mi, 29.10.25, 09.15 - 10.45 Uhr, 1 x	E11558	9,90 €
Mi, 05.11.25, 09.15 - 10.45 Uhr, 1 x	E11559	9,90 €
Mi, 12.11.25, 09.15 - 10.45 Uhr, 1 x	E11560	9,90 €
Mi, 19.11.25, 09.15 - 10.45 Uhr, 1 x	E11561	9,90 €
Mi, 26.11.25, 09.15 - 10.45 Uhr, 1 x	E11562	9,90 €
Mi, 03.12.25, 09.15 - 10.45 Uhr, 1 x	E11563	9,90 €
Mi, 10.12.25, 09.15 - 10.45 Uhr, 1 x	E11564	9,90 €
Mi, 17.12.25, 09.15 - 10.45 Uhr, 1 x	E11565	9,90 €

Leitung: Elli Kowert-Bielefeld, Erziehungswissenschaftlerin

DURCH DIE FABI AUF UND NIEDER – LATERNENFEST FÜR DIE GANZE FAMILIE

Fr, 07.11.25, 17.00 - 19.00 Uhr, 1 x E15001 0,00 €
Leitung: Katrin Epheser, Dipl.-Sonderpädagogin

APFELSAFT VON DER STREUOBSTWIESE EIN ERLEBNIS-NACHMITTAG FÜR ELTERN UND KINDER

Sa, 27.09.25, 15.00 - 17.00 Uhr, 1 x E15002 12,00 €
Leitung: Familie Pohlmann



"KEIN ZIMMER FREI IN BETHLEHEM" – WEIHNACHTSMUSICAL 2025

Sa, 06.12.25 und So, 07.12.25, E31003
Kosten (inkl. Verpflegung)
Erwachsene ohne Kind 45,00 €
je Elternteil 32,00 €
je Kind 21,00 €
ab 3. Kind 5,00 €

Auch in diesem Jahr laden wir Familien herzlich ein, miteinander ein Wochenende in adventlicher Atmosphäre zu erleben und in nur einem Samstag diese Weihnachtsgeschichte zu gestalten. Während die Kinder auf der Bühne mit Theater, Tanz, Musik und Gesang aktiv werden, singen die Erwachsenen im Chor. Für Kinder jeden Alters ab ca. 4 Jahren ist eine passende Rolle dabei.

Am Sonntag können Freunde und Verwandte eine großartige Aufführung erleben!
Karten dafür gibt es ab Oktober in der FABI zu kaufen.

Leitung:
Oliver Fietz, Komponist und Musiker; Ute Steffen, Regie;
Sabine Schmidt, Leitung



NATURTEXTILIEN FÜR KLEIN & GROSS...

...Wäsche, Kleidung, Strümpfe,
Schuhe und vieles mehr!

 www.impulse-os.de  [impulse_os](https://www.instagram.com/impulse_os)

impulse - Natürlich von Anfang an
Kleine Hamkenstraße 5 - 7 | 49074 Osnabrück
0541.29292 | info@impulse-os.de



VÄTER & KINDER

Die detaillierten Kursbeschreibungen finden Sie auf www.kath-fabi-os.de.

Einzelne Kurse sind einfach zu finden, indem Sie die Kursnummer in die Suchmaske oben rechts auf der Website eingeben.

Kursdetails, aktuelle Infos und weitere neue Kurse finden Sie unter www.kath-fabi-os.de



VÄTER KIND TURNEN AB 12. LEBENSMONAT (EINSTIEGSALTER) BIS 48 MONATEN

Sa, 13.09.25,	09.30 - 10.45 Uhr,	1 x	E15570	5,00 €
Sa, 04.10.25,	09.30 - 10.45 Uhr,	1 x	E15571	5,00 €
Sa, 13.12.25,	09.30 - 10.45 Uhr,	1 x	E15572	5,00 €
Sa, 17.01.26,	09.30 - 10.45 Uhr,	1 x	E15573	5,00 €
Sa, 21.02.26,	09.30 - 10.45 Uhr,	1 x	E15574	5,00 €
Sa, 14.03.26,	09.30 - 10.45 Uhr,	1 x	E15575	5,00 €
Sa, 25.04.26,	09.30 - 10.45 Uhr,	1 x	E15576	5,00 €
Sa, 30.05.26,	09.30 - 10.45 Uhr,	1 x	E15577	5,00 €
Sa, 13.06.26,	09.30 - 10.45 Uhr,	1 x	E15578	5,00 €

Leitung: Annalena Knutzen, Erzieherin

ENTSPANNUNG UND SNOEZELN FÜR VÄTER MIT BABYS UND KLEINKINDERN (6-36 MONATE)

Sa, 13.09.25,	11.00 - 12.00 Uhr,	1 x	E15580	4,00 €
Sa, 04.10.25,	11.00 - 12.00 Uhr,	1 x	E15581	4,00 €
Sa, 13.12.25,	11.00 - 12.00 Uhr,	1 x	E15582	4,00 €
Sa, 17.01.26,	11.00 - 12.00 Uhr,	1 x	E15583	4,00 €
Sa, 21.02.26,	11.00 - 12.00 Uhr,	1 x	E15584	4,00 €
Sa, 14.03.26,	11.00 - 12.00 Uhr,	1 x	E15585	4,00 €
Sa, 25.04.26,	11.00 - 12.00 Uhr,	1 x	E15586	4,00 €
Sa, 30.05.26,	11.00 - 12.00 Uhr,	1 x	E15587	4,00 €
Sa, 13.06.26,	11.00 - 12.00 Uhr,	1 x	E15588	4,00 €

OFFENER VÄTERTREFF – KREATIVZEIT MIT BABY & KLEINKIND BIS 4 JAHREN

Sa, 04.10.25,	15.00 - 16.30 Uhr,	1 x	E15590	5,00 €
Sa, 22.11.25,	15.00 - 16.30 Uhr,	1 x	E15591	5,00 €
Sa, 10.01.26,	15.00 - 16.30 Uhr,	1 x	E15592	5,00 €
Sa, 07.03.26,	15.00 - 16.30 Uhr,	1 x	E15593	5,00 €
Sa, 18.04.26,	15.00 - 16.30 Uhr,	1 x	E15594	5,00 €
Sa, 30.05.26,	15.00 - 16.30 Uhr,	1 x	E15595	5,00 €

Leitung: Jakob Bremsteller, Kindertagespflegeperson (QHB)

SCHNUPPERSTUNDE PEKIP FÜR VÄTER

Sa, 27.09.25,	09.00-10.30 Uhr,	1x	E11418	10,20 €
für Babys im Alter von 8 Wochen bis 6 Monaten				
Sa, 27.09.25,	10.30-12.00 Uhr,	1x	E11419	10,20 €
für Babys im Alter von 8 Wochen bis 6 Monaten				
Sa, 09.05.26,	09.00-10.30 Uhr,	1x	E11420	10,20 €
für Babys im Alter von 8 Wochen bis 6 Monaten				
Sa, 27.09.25,	10.30-12.00 Uhr,	1x	E11421	10,20 €
für Babys im Alter von 8 Wochen bis 6 Monaten				

Leitung: Nina Raeth, PEKip Kursleiterin

ELTERN-WISSEN

DIE FOLGENDEN ONLINE-ELTERNABENDE WERDEN GEFÖRDERT DURCH:



SUSANNE MIERAU - SCHLAFEN LERNEN: EIN SANFTER WEG – ONLINE-ELTERNABEND

Mi, 10.09.25,	19.30 - 21.00 Uhr,	1 x	E13100	0,00 €
---------------	--------------------	-----	--------	--------

Schlafen - ein wichtiges Thema für die ganze Familie

Leitung: Susanne Mierau, Autorin

HEINER FISCHER - VÄTERWELTEN – ELTERNABEND ONLINE

Do, 09.10.25,	19.30 - 21.00 Uhr,	1 x	E13102	0,00 €
---------------	--------------------	-----	--------	--------

Vereinbarkeit von Familie und Beruf für Väter

Leitung: Heiner Fischer, Autor

DR. HERBERT RENZ-POLSTER - DEMOKRATIE BRAUCHT ERZIEHUNG – ELTERNABEND ONLINE

Do, 30.10.25,	19.30 - 21.00 Uhr,	1 x	E13111	0,00 €
---------------	--------------------	-----	--------	--------

Werte wie Verantwortung, Toleranz und Mitbestimmung in der Erziehung vermitteln

Leitung: Dr. Herbert Renz-Polster, Autor

NICOLA SCHMIDT - TRENNUNG OHNE DRAMA – ELTERNABEND ONLINE

Do, 20.11.25,	19.30 - 21.00 Uhr,	1 x	E13101	0,00 €
---------------	--------------------	-----	--------	--------

Wie wir Kinder beschützt durch familiäre Veränderungen begleiten

Leitung: Nicola Schmidt, Autorin

ANIKA OSTHOFF - MEDIEN BEGLEITEN STATT VERBieten – ELTERNABEND ONLINE

Do, 15.01.26,	19.30 - 21.00 Uhr,	1 x	E13103	0,00 €
---------------	--------------------	-----	--------	--------

Ein sicheres, kompetentes und kreatives digitales Familienleben – frei von Konflikten und Verboten

Leitung: Anika Osthoff, Autorin

NORA IMLAU - WAS FAMILIE LEICHTER MACHT – ELTERNABEND ONLINE

Mi, 11.02.26, 19.30 - 21.00 Uhr, 1x E13104 0,00 €

Was sind die größten Stressfaktoren und was kann Eltern und Kinder konkret entlasten?

Leitung: Nora Imlau, Autorin

DANIELLE GRAF - BABYS VERSTEHEN – ELTERNABEND ONLINE

Mi, 11.03.26, 19.30 - 21.00 Uhr, 1x E13105 0,00 €

Verstehen, wie Babys ticken, was sie in konkreten Situationen brauchen und wie sie gelassen begleitet werden können

Leitung: Danielle Graf, Autorin

TILLMANN PRÜFER - WIE MÖCHTE ICH ALS VATER SEIN? – ELTERNABEND ONLINE

Do, 23.04.26, 19.30 - 21.00 Uhr, 1x E13110 0,00 €

Was will ich als Vater? Was sollen meine Kinder davon haben? Wie werden wir alle glücklicher?

Leitung: Tillmann Prüfer, Autor

NATHALIE KLÜVER - DAS KIND WÄCHST NICHT SCHNELLER, WENN MAN DRAN ZIEHT! – ELTERN-ABEND ONLINE

Do, 07.05.26, 19.30 - 21.00 Uhr, 1x E13107 0,00 €

Nathalie Klüver hilft Eltern bei den großen Erziehungsfragen ihren eigenen Standpunkt zu finden.

Leitung: Nathalie Klüver, Autorin

DR. MARTINA STOTZ - GESCHWISTERKINDER – ELTERNABEND ONLINE

Mi, 20.05.26, 19.30 - 21.00 Uhr, 1x E13114 0,00 €

Streit, Fairness, Zusammenhalt - kompetente Lösungen für mehr Harmonie im Familienalltag.

Leitung: Dr. Martina Stotz, Autorin

ELTERNTISCH: 10 DINGE, DIE BEI GEFÜHLSSTÜRMEN DEINES KINDES SICHER HELFEN – ONLINE

Do, 20.11.25, 20.00 - 21.30 Uhr, 1x E51154 20,00 €

10 Dinge, die bei Gefühlsstürmen deines Kindes sicher helfen
Seminar für Eltern-ONLINE

Leitung: Daniijela Klich

BABYSCHLAF – WORKSHOP NACH ARTGERECHT

Sa, 13.09.25, 09.00 - 11.00 Uhr, 1x E15450 5,00 €

Babyschlaf-Workshop nach artgerecht für werdende Eltern, Eltern und alle Interessierte

Leitung: Christina Brüggemann, M.Sc.Wirtschaftspsychologie

KIRAN DEURETZBACHER - STARKE GEFÜHLE UND CO-REGULATION – ELTERNABEND ONLINE

Mi, 03.06.26, 19.30 - 21.00 Uhr, 1x E13106 0,00 €

Kindern in der Erziehung Halt geben, um ihre starken Gefühle zu regulieren und Sicherheit zu geben

Leitung: Kiran Deuretzbacher, Autorin

ELTERNTISCH: ALLERGIEN UND INTOLERANZEN, WO KOMMEN SIE SO PLÖTZLICH HER? – ONLINE

Mi, 21.5.26, 20.00 - 21.30 Uhr, 1x E51151 20,00 €

Allergien und Intoleranzen, wo kommen sie so plötzlich her?
Können wir schon durch die Ernährung unser Kinder dieses vorbeugen? Seminar für Eltern-ONLINE

Leitung: Silke Wochnik

ELTERNTISCH: „ZÄHNEPUTZEN, ANZIEHEN, LOSGEHEN“ - IMMER DIESES THEATER – ONLINE

Di, 30.09.25, 20.00 - 21.30 Uhr, 1x E51150 0,00 €

„Zähneputzen, Anziehen, Losgehen“ – immer dieses Theater, ein liebvoller Umgang da raus- Seminar für Eltern-ONLINE

Leitung: Sara Pöttker

ELTERNTISCH: ERNÄHRUNG IM KLEINKINDALTER – ONLINE

Mi, 22.04.26, 20.00 - 21.30 Uhr, 1x E51151 0,00 €

Erfahren Sie alles Wichtige zur gesunden Ernährung von Kleinkindern – mit praxisnahen Empfehlungen und Infos zu wichtigen Nährstoffen für Wachstum und Entwicklung.

Leitung: Jennifer Piontek

LIEBEVOLLES SAUBERWERDEN (KLEINKINDER) – WORKSHOP NACH ARTGERECHT

Sa, 13.12.25, 09.00 - 11.00 Uhr, 1x E15452 5,00 €

Liebevolles Sauberwerden (Kleinkinder) - ein Workshop für Eltern, Großeltern und alle Interessierten

Leitung: Christina Brüggemann, M.Sc.Wirtschaftspsychologie



ELTERNTISCH: UNSER IMMUNSYSTEM WIE TICKT DAS? – ONLINE

Mi, 05.11.25, 20.00 - 21.30 Uhr, 1x E51153 0,00 €

Unser Immunsystem wie tickt das? Wie kann ich das Immunsystem schon im Kindesalter anregen bzw. unterstützen? Seminar für Eltern-ONLINE

Leitung: Silke Wochnik

ELTERNTISCH: ELTERNWUT – VERSTEHEN UND DARAN WACHSEN – ONLINE

Do, 05.02.26, 20.00 - 21.30 Uhr, 1x E51152 0,00 €

Elternwut - Verstehen und daran wachsen. Seminar für Eltern-ONLINE

Leitung: Daniijela Klich



Ein guter Schluck Regionalität
aus dem OSNABRÜCKER



Avanus Mineralbrunnen GmbH
Power Weg 45 · 49191 Brem
Tel.: (05406) 4443
Fax: (05406) 9659
www.avanus.de





LIEBEVOLL GRENZEN SETZEN – WORKSHOP NACH ARTGERECHT

Sa, 21.02.26, 09.00 - 11.00 Uhr, 1 x E15453 5,00 €

Liebevoll Grenzen setzen-Workshop nach artgerecht für werdende Eltern, Eltern und alle Interessierte

Leitung: Christina Brüggemann, M.Sc.Wirtschaftspsychologie

ARTGERECHT CRASHKURS RUND UM DAS KLEINKIND – WORKSHOP NACH ARTGERECHT

Sa, 09.05.26, 09.00 - 11.00 Uhr, 1 x E15454 5,00 €

artgerecht Crashkurs rund um das Kleinkind für Eltern mit Kleinkind (über 2 Jahre), Großeltern und alle Interessierte

Leitung: Christina Brüggemann, M.Sc.Wirtschaftspsychologie

KOCHEN FÜR KINDER MIT ZÖLIAKIE

Mo, 25.08.25, 18.00 - 21.00 Uhr, 1 x E84049 31,80 €

Leitung: Pauline Redder, Diätassistentin

KOCHEN FÜR KINDER MIT UNVERTRÄGLICHKEITEN

Mo, 23.02.26, 18.00 - 21.00 Uhr, 1 x E84050 31,80 €

Kochen für Kinder mit Unverträglichkeiten wie Laktose- und/oder Fruktoseintoleranz

Leitung: Pauline Redder, Diätassistentin

KOCHEN FÜR KINDER NACH DER BEIKOST

Mi, 17.09.25, 18.00 - 21.00 Uhr, 1 x E84051 31,80 €

Leitung: Pauline Redder, Diätassistentin

KOCHEN FÜR KINDER NACH DEM BEIKOSTSTART

Mi, 15.04.26, 18.00 - 21.00 Uhr, 1 x E84052 31,80 €

Leitung: Pauline Redder, Diätassistentin

KOCHEN FÜR KINDER MIT GEWICHTSPROBLEMATIKEN

Do, 06.11.25, 18.00 - 21.00 Uhr, 1 x E84053 31,80 €

Leitung: Pauline Redder, Diätassistentin



FERIENFREIZEIT OSTERN 2026

Mo, 23.03.26 - Fr, 27.03.26, 5 Tage E57001 95,00 €

Für Osnabrücker Kids von 6-11 Jahren

FERIENFREIZEIT SOMMER 2026

Mo, 06.07.26 - Fr, 10.07.26, 5 Tage E57002 95,00 €

Für Osnabrücker Kids von 6-11 Jahren

Mo, 13.07.26 - Fr, 17.07.26, 5 Tage E57003 95,00 €

Für Osnabrücker Kids von 6-11 Jahren

FERIENFREIZEIT HERBST 2025

Mo, 12.10.26 - Fr, 16.10.26, 5 Tage E57004 95,00 €

Für Osnabrücker Kids von 6-11 Jahren

Mo, 19.10.26 - Fr, 23.10.26, 5 Tage E57005 95,00 €

Für Osnabrücker Kids von 6-11 Jahren



KINDER-GEBURTS-TÄG



KINDERGEBURTSTAGE

BESONDERE FESTE IN DER FABI

Für Kinder von 5 bis 12 Jahren

Lust auf einen unvergesslichen Geburtstag mit deinen Freundinnen und Freunden?

Kommt in die FABI und feiert euren großen Tag! Ihr habt die Wahl und könnt aus einer bunten Angebotspalette aussuchen. Wir planen für euch eine tolle altersgerechte Party, bei der Staunen, Mitspielen und Aktion einander abwechseln!

Die Themenangebote sind vielfältig.

Finde das zu dir passende Geburtstagsangebot auf unserer Homepage:

www.kath-fabi-os.de/programm/kindergeburtstage



Praktische Hilfen für Familien nach der Geburt

Ehrenamtliche Mitarbeiter*innen ermöglichen im ersten Jahr nach der Geburt eines Kindes Entlastung, indem sie den Eltern kleine Auszeiten schenken oder sich mit den Geschwisterkindern beschäftigen, damit diese nicht zu kurz kommen.

Ziel:

Das Ziel von wellcome ist es, unabhängig von Einkommen und Nationalität, präventiven Schutz vor Überforderungssituationen anzubieten, um Kindern ein gesundes Aufwachsen zu ermöglichen. Als weitere Ziele sind zu nennen:

- » Entlastung, Unterstützung und Hilfe für Eltern(-teile)
- » Weitergabe von Erfahrungen seitens der Ehrenamtlichen

Zielgruppe:

- » Alle Osnabrücker Familien mit Kindern im 1. Lebensjahr
- » Ehrenamtliche

Leistung:

Während der ersten Wochen und Monate kommt eine einfühlende, zuverlässige und verschwiegene ehrenamtliche Mitarbeiterin ein- bis zweimal in der Woche in die Familie. Sie wacht über den Schlaf des Kindes, begleitet die Zwillingsmutter zum Kinderarzt, spielt mit den Geschwisterkindern oder holt sie vom Kindergarten ab.

Ansprechpartnerin:

Katrin Epheser
Tel.: 0541/3586822
E-Mail: katrin.epheser@kath-fabi-os.de

Ihre Spende für Kinder in Osnabrück

Sparkasse Osnabrück
IBAN DE18 2655 0105 0000 2930 01
BIC NOLADE22XXX

GROSSELTERN-PATENSCHAFTEN

GEMEINSAM NEUE WEGE GEHEN

Projekt Großelternpatenschaften

In der heutigen Zeit gehört das Miteinander zwischen den Generationen immer weniger zum alltäglichen Leben. Hier hilft das Projekt Großelternpatenschaften, indem es durch den Aufbau von generationsübergreifenden Kontakten Beziehungen schafft, durch die alle Beteiligten voneinander profitieren.

Ziel:

Mit der Großelternpatenschaft wollen wir Familien mit lebensorfahrenen Erwachsenen zusammenbringen, um intergenerative Kontakte zu ermöglichen, welche zu einem familienähnlichen Zusammenhalt führen können.

Weitere Ziele sind:

- » Entlastung von Familien mit kleineren Kindern
- » das Miteinander und den Dialog zwischen verschiedenen Generationen fördern
- » Betreuung der Kinder
- » win-win Situationen
- » ältere Menschen aktiv in die Gesellschaft einbinden

Zielgruppe:

- » Osnabrücker Familien, unabhängig von Einkommen und Nationalität, mit kleineren Kindern, deren Großeltern weit entfernt wohnen oder wo aus anderen Gründen kein Kontakt besteht.
- » Menschen im 3. und 4. Lebensabschnitt, die als Paten Teil einer Familie werden wollen

Leistung:

Ehrenamtliche Großelternpaten gehen in die Familie und übernehmen dort Großelternaufgaben. 1x wöchentlich für ca. 3 Stunden haben sie Zeit für die Kinder. Sie malen, backen, basteln mit ihnen, machen Ausflüge oder erzählen ihnen kleine Geschichten. Für beide Seiten sollten die Beziehung und die Freude an der Begegnung im Vordergrund stehen.

Ansprechpartnerin:

Katrin Epheser
Tel.: 0541/3586822
E-Mail: katrin.epheser@kath-fabi-os.de

KINDERMAHLZEIT + KINDERBILDUNG

Spendenprojekt für eine gesunde Mahlzeit und Bildungsangebote für Kinder und Familie

„Zusammen is(s)t man weniger allein!“

Die Kindermahlzeit bietet Kindern und deren Eltern bzw. Begleitpersonen mit dem Osnabrück-Pass einen frisch zubereiteten Mittagstisch an und weitere Aktionen in den Niedersächsischen Ferien. Darüber hinaus gibt es weitere Unterstützungs- und Förderangebote, die den Kindern bzw. Eltern vielfältige Zugänge zu Bildung ermöglichen. Neben Fachkräften engagieren sich Ehrenamtliche im Projekt, die Zeit, aber auch ein offenes Ohr für Fragen und Sorgen der Kinder bzw. Eltern haben.

Ziel:

Ziel ist es, sozial benachteiligten Kindern/Familien eine gesunde und warme Mahlzeit zu bieten, Teilhabe und Integration zu ermöglichen und die Chancengleichheit auf Bildung zu verbessern.

Zielgruppe:

- » Familien, Kinder und Jugendliche, alleinerziehende Eltern mit Osnabrück-Pass, sowie Familien mit Zuwanderungshintergrund.



Nähere Infos unter: www.kath-fabi-os.de und auf Facebook und Instagram auf der Seite der Kindermahlzeit!

FAMILIENUNTERSTÜTZUNG

Ihre Spende für Kinder in Osnabrück

Sparkasse Osnabrück
IBAN DE18 2655 0105 0000 2930 01
BIC NOLADE22XXX



Ansprechpartnerin:

Bianca Zimmermann
Tel.: 0541 341461
Mobil: 0178 18 65 453
E-Mail: kindermahlzeit@kath-fabi-os.de

Projektstandorte:

Familienbistro der KINDERMAHLZEIT im Caritasgebäude, Johannisstraße 91

Mehrgenerationenhaus Haste, Saßnitzer Straße 31

Nähere Infos im Internet unter www.kath-fabi-os.de sowie auf Facebook (KinderMahlzeit) und Instagram (kindermahlzeit_fabi_os)



Brettspiele
Rollenspiele
Würfelspiele
Kartenspiele
Krimidinner Spiele
Escaperoomspiele
 und mehr!

Dein Fachhändler für Spiele in Osnabrück

spieltraum und ums Spiel

Dielingerstr. 40 | 49074 Osnabrück
 Haltestelle "Nikolaizentrum"
 0541 21152 | info@spieltraum.de



Katholische Kindertagesstätten im Stadtdekanat Osnabrück

1 St. Petrus Dom Frau Tegeler, Tel. 31 85 86 Mühlenstr. 4a, 49074 Osnabrück kita-St.Petrus-Dom@web.de https://petrus.domkitas.de	11 St. Franziskus Frau Duhme, Tel. 1 55 20 Bassumer Str. 34 a, 49088 Osnabrück st-franziskus-kindergarten@christus-koenig-os.de www.st-franziskus-os.de	20 St. Joseph Frau Krelage, Tel. 5 00 51 20 Miquelstr. 27, 49082 Osnabrück kita-st-joseph@st-joseph-os.de https://st-joseph-os.de/kitas/st-joseph
2 Herz Jesu Frau Buch-Karcisky, Tel. 2 68 91 E.-M.-Remarque-Ring 5, 49074 Osnabrück os-kita-herzjesu@web.de https://herz-jesu.domkitas.de	12 Heilig Kreuz Frau Berger, Tel. 7 84 26 Schützenstr. 85 a, 49084 Osnabrück kita@hl-kreuz.de www.kita-heiligkreuz.de	21 St. Ansgar Frau Hafke, Tel. 5 67 46 Hohenweg 2a, 49082 Osnabrück kita-st-ansgar@st-joseph-os.de https://st-joseph-os.de/kitas/st-ansgar
3 St. Johann Herr Remmers, Tel. 3 50 63 51 Am Landgericht 3, 49074 Osnabrück kita-st-johann-osnabrueck@kita-bistum-os.de https://kitas-st-johann.de/st_johann	13 St. Bonifatius Frau Birk, Tel. 7 21 50 Friesenweg 45, 49086 Osnabrück kita-bonifatius@hl-kreuz.de www.kita-bonifatius.os.de	22 St. Pius Frau Tolksdorf, Tel. 8 38 21 Knappesbrink 52, 49080 Osnabrück mail@kita-stpius.de https://kitas-st-johann.de/st_pius
4 Krippe Niels Stensen Herr Remmers, Tel. 3 50 63 70/71 Johannisfreiheit 11a, 49074 Osnabrück kita-st-johann-osnabrueck@kita-bistum-os.de https://kitas-st-johann.de/niels_stensen_krippe	14 St. Maria Rosenkranz Frau Schweer, Tel. 7 71 00 Windthorststr. 60, 49084 Osnabrück kita-rosenkranz@hl-kreuz.de www.kita-marirosenkranz.de	23 Maria Königin des Friedens Frau Schwarberg, Tel. 5 92 50 Zum Töfatt 17 b, 49082 Osnabrück kita-mkdf-osnabrueck@kita-bistum-os.de https://kitas-st-johann.de/maria_koenigin_des_friedens
5 St. Barbara Frau Gertken, Tel. 6 71 82 Natruper Str. 145 c, 49076 Osnabrück kita-st-barbara@web.de https://barbara.domkitas.de	15 St. Antonius Voxtrup Frau Stieve-Brüggemann, Tel. 38 71 25 Antoniusweg 17 a, 49086 Osnabrück kita-st-antonius@st-joseph-os.de https://st-joseph-os.de/kitas/st-antonius	24 St. Wiho Frau Plogmann, Tel. 3 55 57 29 An der Wihokirche 12, 49078 Osnabrück st.wiho.kindergarten@googlemail.com
6 König David Herr Brömstrup Tel. 18 16 78 35 Barbarastr. 26, 49076 Osnabrück koenigdavid-osnabrueck@kita-bistum-os.de https://koenig-david.domkitas.de	16 St. Christophorus Frau Wendtland, Tel. 38 69 96 Holsten-Münderup Str. 27, 49086 Osnabrück kita-st-christophorus@st-joseph-os.de https://st-joseph-os.de/kitas/st-christophorus	25 St. Elisabeth Frau Otten, Tel. 2 02 98 10 Rückertstr. 2 a, 49078 Osnabrück kindergarten.st.elisabeth@googlemail.com www.kita-stelisabeth.de
7 Liebfrauen Frau Burmeister, Tel. 12 22 83 Die Eversburg 14, 49090 Osnabrück liebfrauen-osnabrueck@kita-bistum-os.de https://liebfrauen.domkitas.de	17 Heilige Familie Frau Elvers, Tel. 58 02 98 48 Voxtruper Str. 81, 49082 Osnabrück kita-hl-familie@st-joseph-os.de https://st-joseph-os.de/kitas/hl-familie	26 St. Josef Frau Brüggen, Tel. 0 54 05 / 14 80 Kolpingstr. 3, 49205 Hasbergen kita-st-josef-osnabrueck@kita-bistum-os.de
8 St. Antonius Haste Frau Munko-Imdieke, Tel. 6 18 15 Bramstr. 101, 49090 Osnabrück st.antonius-haste@osnanet.de https://stantonius-haste.de	18 Krippe Fleddermäuse Frau Wendtland, Frau Ruge, Ansprechpartnerin vor Ort Tel. 5 00 06 81, Fax 50 08 72 68 Hettlicher Masch 8, 49084 Osnabrück fleddermäuse@meyermeier.de https://st-joseph-os.de/kitas/st-christophorus	27 Maria Hilfe der Christen Frau Gierke, Tel. 60 00 95 30 Mindener Str. 337, 49086 Osnabrück kita-maria-hilfe-der-christen@st-joseph-os.de https://st-joseph-os.de/kitas/maria-hilfe-der-christen
9 Kindertagesstätte Rasselbande Sozialdienst kath. Frauen e.V. Frau Glosemeyer, Tel. 9 62 68 50 Bramstr. 59, 49090 Osnabrück rasselbande@skf-os.de www.skf-os.de/vor-ort/rasselbande	19 Hort der Bernhard-Overberg-Schule Herr Hüpel, Tel. 75 04 20 30 Overbergstr. 4, 49082 Osnabrück hort@overbergschule-os.de www.kath-fabi-os.de/programm/familie-/fabi-wohnortnah/aussenstellen-der-kath-fabi/ hort-an-der-bernhard-overberg-schule	28 mit Krippe Haus für Kinder und Familien
10 Heilig Geist Frau Lemme, Tel. 18 73 00 Lerchenstr. 95, 49088 Osnabrück heilig-geist-kindergarten@christus-koenig-os.de https://kiga.heilig-geist-os.de	Ansprechpartner im Katholischen Kirchengemeindeverband Osnabrück: Diakon Hans Ulrich Schmiegeit	Stadtdekanat Katholischer Kirchengemeindeverband Osnabrück

STEPHANSWERK 
Zukunft bauen x Heimat geben

ZUKUNFT BAUEN

- Planung und Bauleitung
- Projektentwicklung
- Neubau, Sanierung und Baulanderschließung

HEIMAT GEBEN

- Wohnungen für Jung und Alt
- Vermietung und Verkauf
- Vermietung und Verwaltung

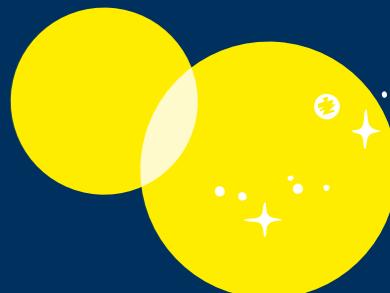
stephanswerk.de

RADIO ELEKTRO MENSE   GMBH & CO

Bremer Straße 72 A · 49084 Osnabrück
Telefon 0541/75189 · Fax 76614
info@elektro-mense.de



BEGEGNUNG
KULTUR
GLAUBE



Kultur und Begegnung
Sprachen
Theologie und Religion



Die detaillierten Kursbeschreibungen finden Sie auf www.kath-fabi-os.de.

Einzelne Kurse sind einfach zu finden, indem Sie die Kursnummer in die Suchmaske oben rechts auf der Website eingeben.

LITERATURKREIS

Mo, 01.09.25, 09.45 - 12.00 Uhr, 9 x E22012 89,10 €

Leitung: N. N.

DEN OSNABRÜCKER WELTACKER ENTDECKEN

Do, 11.09.25, 17.00 - 18.30 Uhr, 1 x E22006 5,00 €

Leitung: Team des Weltackers Osnabrück



LUST AUF MUSEUM KUNST AM VORMITTAG MIT DEM MUSEUMSKREIS FABI

Fr, 19.09.25, 11.00 - 13.15 Uhr, 5 x E22001 75,00 €
Fr, 20.02.26, 11.00 - 13.15 Uhr, 5 x E22002 75,00 €

Leitung: Alexej Eisner, Kunst- und Sportpädagoge

... DIE AUF DEM ZAUNE SITZT HEXENVERFOLGUNG IN OSNABRÜCK

Do, 06.11.25, 16.00 - 18.00 Uhr, 1 x E22004 12,00 €

Leitung: Stadtführergilde Osnabrück e.V.

“GEISTER“-FÜHRUNG IN DER KUNSTHALLE OSNABRÜCK

Mi, 08.10.25, 11.00 - 12.30 Uhr, 1 x E22007 12,00 €

Schwerpunkt: Sifre, Diaz Orejarena & Pham

Mi, 28.01.26, 11.00 - 12.30 Uhr, 1 x E22008 12,00 €

Schwerpunkt: !Mediengruppe Bitnik, Herfurter

Leitung: Team der Kunsthalle Osnabrück

Hinweis: zzgl. Eintritt in die Kunsthalle

Für Ehrenamtliche der Kath. FABI ist die Teilnahme an der Führung kostenfrei (Anmeldung über Katrin Epheser)

DIE ALTERNATIVE STADTFÜHRUNG EIN EINBLICK IN DEN ALLTAG VON ARMUT UND GESELLSCHAFTLICHER AUSGRENZUNG

Mi, 18.02.26, 17.00 - 19.00 Uhr, 1 x E22000 10,00 €

Leitung: Heinz-Hermann Flint, Sozialarbeiter der Ambulanten Wohnungslosenhilfe Osnabrück

FÜHRUNG DURCH DAS OSNABRÜCKER KREMATORIUM

Do, 19.03.26, 15.00 - 16.30 Uhr, 1 x E22005 0,00 €

Leitung: Team Krematorium Osnabrück

„DAS GEHT AUF KEINE KUHHAUT“ SPRICHWÖRTLICH UNTERWEGS“

Do, 09.04.26, 16.30 - 18.00 Uhr, 1 x E22003 12,00 €

Leitung: Stadtführergilde Osnabrück e.V.





NATUR
PUR



LICHTERTOUR AM PIESBERG

Fr, 27.02.26, 18.00 - 19.30 Uhr, 1 x E22010 12,80 €

Leitung: Team des MIK Piesberg

ALPAKA-ERLEBNISNACHMITTAG AUF DEM SCHRÖDER HOF MIT GEFÜHRTER WANDERUNG DURCH WALD UND WIESEN

Fr, 29.08.25, 15.00 - 18.00 Uhr, 1 x E22011 28,00 €

Leitung: Petra Schröder

FLEDERMÄUSE ENTDECKEN!

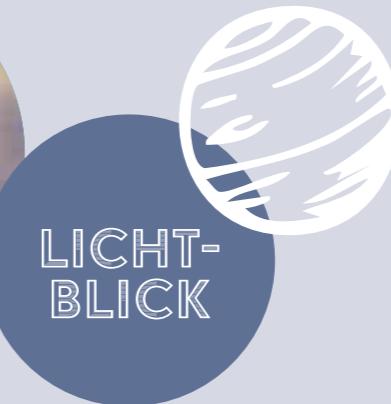
Fr, 07.11.25, 16.30 - 18.00 Uhr, 1 x E22009 12,80 €

Leitung: Team des MIK Piesberg

WANDERUNG IN OSNABRÜCK UND UMGEBUNG FÜR EHRENAMTLICHE DER FABI UND WANDER-INTERESSIERTE

Fr, 29.08.25, 14.00 - 16.15 Uhr, 1 x	E58010	5,00 €
Mi, 24.09.25, 14.00 - 16.15 Uhr, 1 x	E58011	5,00 €
Fr, 21.11.25, 10.00 - 12.15 Uhr, 1 x	E58012	5,00 €
Mi, 21.01.26, 10.00 - 12.15 Uhr, 1 x	E58013	5,00 €
Fr, 13.02.26, 14.00 - 16.15 Uhr, 1 x	E58014	5,00 €
Mi, 11.03.26, 14.00 - 16.15 Uhr, 1 x	E58015	5,00 €
Fr, 10.04.26, 10.00 - 12.15 Uhr, 1 x	E58016	5,00 €
Mi, 06.05.26, 14.00 - 16.15 Uhr, 1 x	E58017	5,00 €
Fr, 12.06.26, 10.00 - 12.15 Uhr, 1 x	E58018	5,00 €

Leitung: Maria Schwall-Boder



LICHT-
BLICK

BACKEN FÜR TRAUERnde

Sa, 13.12.25, 10.00 - 13.00 Uhr, 1 x E22043 23,10 €

Leitung: Katrin See, Dipl.-Sozialpädagogin, Trauerbegleiterin

ENTSPANNUNG IN DER TRAUER DURCH MALEN, ZEICHNEN, KLEBEN

Fr, 20.03.26, 15.00 - 18.00 Uhr, 1 x E22044 27,10 €

Leitung: Katrin See, Dipl.-Sozialpädagogin, Trauerbegleiterin

KOCHEN FÜR TRAUERnde

Sa, 21.03.26, 10.00 - 13.00 Uhr, 1 x E22045 23,10 €

Leitung: Katrin See, Dipl.-Sozialpädagogin, Trauerbegleiterin

Jetzt drei Ausgaben gratis lesen

Lassen Sie sich inspirieren.

www.aussicht.online/kibo-leseprobe
oder telefonisch: 0541 318-609

Melanie Carstens
Stell dir vor,
es ist Alltag,
und du freust
dich drauf

14,95 €

Reinhard Körner:
Was ich
glaube. Und
was nicht.

14,95 €

40 Dinge, die
du ausprobieren
musst, bevor
du aufhörst zu
glauben.

18,95 €

Alle Preise zzgl.
Versandkostenanteil
von 3 Euro. Ab 25 Euro
Bestellwert versandkosten-
frei. Lieferung erfolgt auf Rechnung.

Domhof 2 · 49074 Osnabrück · Telefon 0541 35738-20
bestellservice@dom-buchhandlung.de

www.dom-buchhandlung.de



SYSTEMISCHE AUFSTELLUNG UND TIEFENENTSPANNUNG

Zusammenhänge erkennen – Blockaden lösen

Sa, 30.08.25,	10.00 - 16.00 Uhr, 1 x	E71006	0,00 €*
Sa, 08.11.25,	10.00 - 16.00 Uhr, 1 x	E71007	0,00 €*
Sa, 21.03.26,	10.00 - 16.00 Uhr, 1 x	E71008	0,00 €*
Sa, 13.06.26,	10.00 - 16.00 Uhr, 1 x	E71009	0,00 €*

*Gebührenauflistung:
Aufsteller*innen: 143,77 Euro inkl. Getränke
Stellvertreter*innen: 87,13 Euro inkl. Getränke.

Leitung: Sabrina Voß und Susann Bernhold

FAMILIENSACHE RECHTSBERATUNG

Mi, 10.09.25,	12.00 - 13.00 Uhr, 1 x	E22041	0,00 €
Mi, 12.11.25,	12.00 - 13.00 Uhr, 1 x		
Mi, 10.12.25,	12.00 - 13.00 Uhr, 1 x		
Mi, 14.01.26,	12.00 - 13.00 Uhr, 1 x		
Mi, 11.02.26,	12.00 - 13.00 Uhr, 1 x		
Mi, 11.03.26,	12.00 - 13.00 Uhr, 1 x		
Mi, 08.04.26,	12.00 - 13.00 Uhr, 1 x		
Mi, 13.05.26,	12.00 - 13.00 Uhr, 1 x		
Mi, 10.06.26,	12.00 - 13.00 Uhr, 1 x		

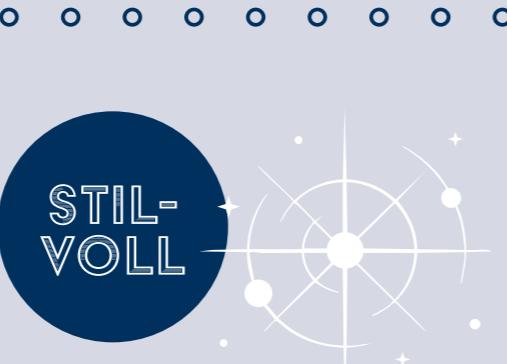
Leitung: Susanne Buchweitz, Rechtsanwältin

RECHTZEITIG VORSORGEN PATIENTENVERFÜGUNG, VORSORGE- VOLLMACHTEN, BETREUUNGSVERFÜGUNG

Do, 13.11.25,	17.30 - 19.30 Uhr, 1 x	E22046	5,00 €
Leitung: Ludger Koopmann			

FÖRDERANTRÄGE STELLEN – DAS 1X1 DES FÖRDERMANAGEMENTS

Mi, 27.08.25,	09.30 - 15.30 Uhr, 1 x	E58030	10,00 €
Leitung: Daniela Barlag			



FARB- UND TYPBERATUNG – WELCHE FARBEN PASSEN ZU MIR?

Fr, 05.09.25,	14.00 - 16.15 Uhr, 1 x	E91031	58,50 €
Fr, 10.10.25,	14.00 - 16.15 Uhr, 1 x	E91032	58,50 €
Fr, 07.11.25,	14.00 - 16.15 Uhr, 1 x	E91033	58,50 €
Fr, 06.02.26,	14.00 - 16.15 Uhr, 1 x	E91034	58,50 €
Fr, 10.04.26,	14.00 - 16.15 Uhr, 1 x	E91035	58,50 €

Leitung: Birgit Arnts, Farb-Typ-Stilberaterin

IMAGEBERATUNG – DIE PERFEKTE KOMBINATION AUS FARB-, TYP- UND STILBERATUNG

Sa, 13.09.25,	10.00 - 14.00 Uhr, 1 x	E91038	138,58 €
Sa, 14.03.26,	10.00 - 14.00 Uhr, 1 x	E91039	138,58 €
Leitung: Birgit Arnts, Farb-Typ-Stilberaterin			

AUFBUKURS – STILBERATUNG

Fr, 14.11.25,	14.00 - 16.15 Uhr, 1 x	E91040	58,50 €
Fr, 24.04.26,	14.00 - 16.15 Uhr, 1 x	E91041	58,50 €
Leitung: Birgit Arnts, Farb-Typ-Stilberaterin			



NEUE SPIELWELTEN ENTDECKEN AKTUELLE HIGHLIGHTS AM SPIELEABEND FÜR ERWACHSENE

Di, 11.11.25,	19.00 - 22.00 Uhr, 1 x	E22022	5,00 €
Leitung: Hauke Petersen, Spieletester			

Fr, 14.11.25, 19.00 - 22.00 Uhr, 1 x E22020 10,00 € pro Team

MUSIKQUIZ QUER DURCH DIE JAHRZEHNTEN

Leitung: Gerrit Leelkock

Mi, 25.02.26, 18.30 - 22.00 Uhr, 9 x E22021 Spendenbasis

BENEQUIZ IN DER KATH. FABI

Gemeinsam Rätseln zugunsten der Kindermahlzeit Osnabrück
Leitung: BeneQuiz Team

OFFENES KFD-FRAUEN-MARKTCAFÉ JEDEN 2. DONNERSTAG IM MONAT

Do, 11.09.25,	09.30 - 11.00 Uhr, 1 x	E22030	0,00 €
Do, 09.10.25,	09.30 - 11.00 Uhr, 1 x	E22031	0,00 €
Do, 13.11.25,	09.30 - 11.00 Uhr, 1 x	E22032	0,00 €
Do, 11.12.25,	09.30 - 11.00 Uhr, 1 x	E22033	0,00 €
Do, 08.01.26,	09.30 - 11.00 Uhr, 1 x	E22034	0,00 €
Do, 12.02.26,	09.30 - 11.00 Uhr, 1 x	E22035	0,00 €
Do, 12.03.26,	09.30 - 11.00 Uhr, 1 x	E22036	0,00 €
Do, 09.04.26,	09.30 - 11.00 Uhr, 1 x	E22037	0,00 €
Do, 11.06.26,	09.30 - 11.00 Uhr, 1 x	E22038	0,00 €

Leitung: Helene Dieckmann-Hoffmann



In kleinen Lerngruppen und persönlicher Atmosphäre können Sie entspannt eine neue Sprache erlernen oder Ihr vorhandenes Wissen erweitern. Ganz gleich, ob aus beruflichen oder privaten Gründen – Sie sind herzlich willkommen, selbstverständlich auch zu einem Probebesuch und jederzeit im laufenden Jahr.

ENGLISCH B2 ENGLISCH MIT MUSSE

Di, 02.09.25, 08.30 - 09.30 Uhr, 14 x E26000 98,02 €
Di, 06.01.26, 08.30 - 09.30 Uhr, 20 x E26001 140,49 €

Leitung: Brigitte Jorden-Kellermeier,
M.A.Literatur- u. Sprachwissenschaften

ENGLISCH B2 ENGLISCH MIT MUSSE

Di, 02.09.25, 09.45 - 10.45 Uhr, 14 x E26002 98,02 €
Di, 06.01.26, 09.45 - 10.45 Uhr, 20 x E26003 140,49 €

Leitung: Brigitte Jorden-Kellermeier,
M.A.Literatur- u. Sprachwissenschaften

ENTSPANNTES ENGLISCH AM VORMITTAG

Mi, 20.08.25, 09.45 - 10.45 Uhr, 16 x E26004 111,98 €
Mi, 07.01.26, 09.45 - 10.45 Uhr, 23 x E26005 161,02 €

Leitung: Sigrid Meschede, Studienrätin

ITALIENISCH FÜR ANFÄNGER*INNEN „PRIMO PASSO“

Ab Lektion 6
Mo, 15.09.25, 17.45 - 18.45 Uhr, 12 x E26006 100,80 €

Lektion wird noch online bekannt gegeben
Mo, 16.02.26, 17.45 - 18.45 Uhr, 15 x E26007 126,00 €

Leitung: Gloria Maria Oddone, Sprachtrainerin

ITALIENISCH B1 – BENVENUTI IN ITALIA

Mo, 15.09.25, 19.00 - 20.00 Uhr, 12 x E26008 100,80 €
Mo, 16.02.26, 19.00 - 20.00 Uhr, 15 x E26009 126,00 €

Leitung: Gloria Maria Oddone, Sprachtrainerin

SPANISCH B1

Mo, 18.08.25, 08.30 - 09.30 Uhr, 16 x E26010 111,98 €
Mo, 12.01.26, 08.30 - 09.30 Uhr, 19 x E26011 132,98 €

Leitung: Pilar Maria Bujan Quintela



Die detaillierten Kursbeschreibungen finden Sie auf
www.kath-fabi-os.de.

Einzelne Kurse sind einfach zu finden, indem Sie die Kursnummer in die Suchmaske oben rechts auf der Website eingeben.



WIE FÜHRE ICH EIN „GUTES“ LEBEN? ANNÄHERUNGEN DER PHILOSOPHIE

Mo, 27.10.25, 18.00 - 19.30 Uhr, 8 x E34001 85,00 €
Leitung: Ekkehard Thiele, Philosoph

MEHR WISSEN ÜBER DIE VIELFALT DER CHRISTEN GLAUBE ZWISCHEN NIZÄA UND HEUTE

Di, 28.10.25, 18.00 - 19.30 Uhr, 2 x E34002 10,00 €

Ökumenische Erkundung 1700 Jahre danach.
Mehr wissen über die Ukrainische griechisch-katholische Kirche.
Leitung: Nazariy Yasinovsky

MEHR WISSEN ÜBER ENGEL IN BIBEL UND KORAN EINE BEGEGNUNG DER RELIGIONEN IM VORFELD VON WEIHNACHTEN

Mi, 10.12.25, 18.00 - 21.00 Uhr, 1 x E34003 10,00 €

Leitung: Dr. Jörg Ballnus,
Institut für Islamische Theologie, Universität Osnabrück



MEHR WISSEN ÜBER FASTEN IN CHRISTLICHER UND ISLAMISCHER PERSPEKTIVE. EINE BEGEGNUNG DER RELIGIONEN

Mi, 25.02.26, 18.00 - 21.00 Uhr, 1 x E34004 10,00 €

Leitung: Dr. Jörg Ballnus,
Institut für Islamische Theologie, Universität Osnabrück

DER ZUKUNFT EINE ZUKUNFT GEBEN – EIN LESEKREIS UND MEHR

Mi, 27.08.25, 19.00 - 21.00 Uhr, 5 x E34014 10,00 €

Leitung: Dr. Thomas Stühlmeyer, Roberto Piani und weitere

DER ZUKUNFT EINE ZUKUNFT GEBEN – VORTRAG SPIRITUELLE ASPEKTE DER SOZIAL-ÖKOLOGISCHEN TRANSFORMATION

Fr, 20.02.26, 19.30 - 21.30 Uhr, 1 x E34012 5,00 €

Leitung: Fabian Moos

DER ZUKUNFT EINE ZUKUNFT GEBEN – WORKSHOP EINE SPIRITUALITÄT DER SOZIAL-ÖKOLOGISCHEN UMKEHR

Sa, 21.02.26, 10.00 - 15.00 Uhr, 1 x E34013 20,00 €

Leitung: Fabian Moos

KIRCHE... ADE?

Di, 07.10.25, 18.00 - 20.30 Uhr, 1 x E34005 7,50 €

Leitung: Alexander Rolfs

ESCAPE-ROOM NOAHS ARCHE IN DER ST. JAKOBUS KIRCHE IN GLANE

So, 21.09.25, 13.30 - 14.30 Uhr, 1 x E34006 Spendenbasis

So, 21.09.25, 15.00 - 16.00 Uhr, 1 x E34007 Spendenbasis

So, 21.09.25, 16.30 - 17.30 Uhr, 1 x E34008 Spendenbasis

Hinweis: Pro Termin 1 Team (2-6 Personen)

Leitung: Bad Iburg/Glane Team der Pfarreiengemeinschaft

ESCAPE-ROOM “DER SCHATZ DER IBURG“ IN DER ST. CLEMENS KIRCHE IN BAD IBURG

Sa, 25.10.25, 10.00 - 11.00 Uhr, 1 x E34009 Spendenbasis

Sa, 25.10.25, 11.30 - 12.30 Uhr, 1 x E34010 Spendenbasis

Sa, 25.10.25, 13.00 - 14.00 Uhr, 1 x E34011 Spendenbasis

Hinweis: Pro Termin 1 Team (2-5 Personen)

Leitung: Bad Iburg/Glane Team der Pfarreiengemeinschaft

WIR MALEN IM OSNABRÜCKER DOM

Sa, 06.09.25, 10.00 - 14.00 Uhr, 1 x E91052 37,31 €

Die erforderliche Materialieauflistung ist auf der Homepage zu finden.

Leitung: Anna Breitkopf-Siepmann, Künstlerin

ZWEI-
SAM



„ZEIT FÜR UNS“ AUF DEM WEG ZUR TRAUUNG

Fr. 13.02.26 18.00 - 22.00 Uhr 1 x E34000 40,00 €

und

Sa. 14.02.26 10.00 - 17.00 Uhr 1 x

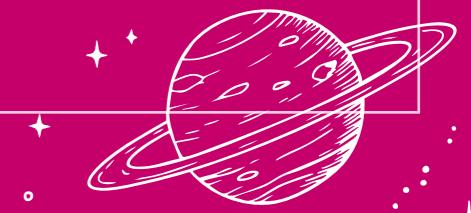
Leitung: Karin Buchholz, Matthias Buchholz,
Dipl.-Sozialpädagogen



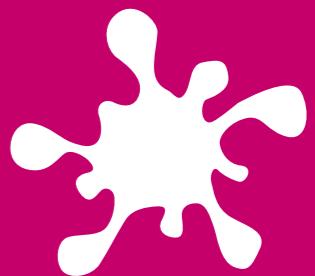
KREATIVITÄT

MODE

MUSIK



Kreativ sein
Kreative Events
Nadel und Faden
Gesang und Instrument
Ausstellungen





Die detaillierten Kursbeschreibungen finden Sie auf www.kath-fabi-os.de.

Einzelne Kurse sind einfach zu finden, indem Sie die Kursnummer in die Suchmaske oben rechts auf der Website eingeben.



AFTER-WORK-ACRYLMALEREI

Di, 26.08.25, 18.30 - 20.45 Uhr, 6 x E91000 61,20 €
Di, 20.01.26, 18.30 - 20.45 Uhr, 7 x E91001 71,40 €

Bitte bringen Sie ihr komplettes Material zu dem Kurs selbst mit. Beispielbilder der Kurse sind auf der Homepage hinterlegt.

Leitung: Stefanie Wempe, Künstlerin

MIXED MEDIA ART AUF LEINWAND BILDENTWICKLUNG MIT VERSCHIEDENSTEN MATERIALIEN

Di, 04.11.25, 18.30 - 20.45 Uhr, 7 x E91002 71,40 €
Di, 14.04.26, 18.30 - 20.45 Uhr, 6 x E91003 61,20 €

Bitte mitbringen: Malgrund wie Leinwand, Spanplatte, Pappe etc., verschiedene Gegenstände zum Einarbeiten und Ihre kompletten Malutensilien.

Leitung: Stefanie Wempe, Künstlerin

ZEICHNEN UND MALEN FÜR ANFÄNGER*INNEN UND FORTGESCHRITTENE

Mo, 27.10.25, 09.30 - 11.45 Uhr, 7 x E91028 67,20 €
Schwerpunkt: Zwei Künstler*innen werden unsere Aquarellmalerei begleiten: Paul Gaugin und Georgia O'Keeffe

Mo, 12.01.26, 09.30 - 11.45 Uhr, 9 x E91029 86,40 €
Schwerpunkt: Zwei Künstler*innen werden unsere Aquarellmalerei begleiten: Oskar Kokoschka und Rembrandt van Rijn

Mo, 13.04.26, 09.30 - 11.45 Uhr, 10 x E91030 96,00 €
Schwerpunkt: Zwei Künstler*innen werden unsere Aquarellmalerei begleiten: Gabriele Münter und Alexej von Jawlensky

Mi, 29.10.25, 19.30 - 21.45 Uhr, 8 x E91025 76,80 €
Schwerpunkt: Zwei Künstler*innen werden unsere Aquarellmalerei begleiten: Paul Gaugin und Georgia O'Keeffe

Mi, 07.01.26, 19.30 - 21.45 Uhr, 11 x E91026 105,60 €
Schwerpunkt: Zwei Künstler*innen werden unsere Aquarellmalerei begleiten: Oskar Kokoschka und Rembrandt van Rijn

Mi, 08.04.26, 19.30 - 21.45 Uhr, 12 x E91027 115,20 €
Schwerpunkt: Zwei Künstler*innen werden unsere Aquarellmalerei begleiten: Gabriele Münter und Alexej von Jawlensky

Bitte mitbringen: einen großen und einen kleinen Aquarellblock, Aquarellfarben, zwei Kunststoffpinsel (Größe 6 und 16), einen Skizzennblock, ein Knetradiergummi, Stifte.

Leitung: Sybille Hertel, Kunstpädagogin



MALEN AM SAMSTAG DER BLUMENLADEN IN DER FABI MIT EINER GÄRTNERIN

Sa, 25.04.26, 10.00 - 18.00 Uhr, 1 x E91059 34,14 €

Bitte mitbringen:
Viele Blumen und Pflanzen aller Art, Aquarellmaterial
Zutaten für ein Picknick in der Fabi

Leitung: Sybille Hertel, Kunstpädagogin

OFFENES ATELIER EXPERIMENTELLE MALEREI

Do, 14.08.25, 09.00 - 11.15 Uhr, 9 x E91053 86,40 €
Do, 30.10.25, 09.00 - 11.15 Uhr, 8 x E91054 76,80 €
Do, 15.01.26, 09.00 - 11.15 Uhr, 10 x E91055 96,00 €
Do, 09.04.26, 09.00 - 11.15 Uhr, 9 x E91056 86,40 €

Bitte mitbringen: eigene Malutensilien

Leitung: Jutta Stelter-Essig, Kunstpädagogin

FARBSAMSTAG EIN GEFÜHL FÜR DIE JAHRESZEIT MIT FARBE ZUM LEUCHTEN BRINGEN!

Sa, 08.11.25, 11.00 - 16.45 Uhr, 1 x E91057 22,40 €
Sa, 21.02.26, 11.00 - 16.45 Uhr, 1 x E91058 22,40 €

Bitte mitbringen: Ideen, Fundstücke, oder Fotos davon, Getränke und Verpflegung. Malmaterialien: Stifte, Acryl-/Wasserfarben..., Skizzennpapier, kleine und große Malgründe.

Leitung: Jutta Stelter-Essig, Kunstpädagogin

FIGÜRLICHES ZEICHNEN – PROPORTIONEN, MIMIK, GESTIK, BEWEGUNGEN

Mo, 27.10.25, 17.30 - 19.00 Uhr, 4 x E91042 61,00 €
Mo, 09.02.26, 17.30 - 19.00 Uhr, 4 x E91043 61,00 €

Bitte mitbringen: Bleistifte (2B, 4B), Zeichenblock, Radierer, Anspitzer, Geodreieck oder Tablet

Leitung: Rita Hassing, Fachangestellte für Medien und Informationsdienste

NASSTECHNIKEN IN AQUARELL

Do, 21.08.25, 18.00 - 19.30 Uhr, 4 x E91050 56,00 €

Die erforderliche Materialieauflistung ist auf der Homepage zu finden.

Leitung: Anna Breitkopf-Siepmann, Künstlerin

GESICHT IN AQUARELL ÜBUNGEN MIT MODELL

Sa, 27.09.25, 10.00 - 16.00 Uhr, 1 x E91051 66,00 €

Der Kurs richtet sich an alle, die ihre Zeichen- und Aquarelltechnik vertiefen möchten.
Die erforderliche Materialieauflistung ist auf der Homepage zu finden.

Leitung: Anna Breitkopf-Siepmann, Künstlerin

WIR MALEN IM OSNABRÜCKER DOM

Sa, 06.09.25, 10.00 - 14.00 Uhr, 1 x E91052 37,31 €

Die erforderliche Materialieauflistung ist auf der Homepage zu finden.

Leitung: Anna Breitkopf-Siepmann, Künstlerin



KRANZBINDEREI MIT TROCKENBLUMEN – ZAUBERE DEINEN EIGENEN TROCKENBLUMENKRANZ

Do, 18.09.25, 18.30 - 21.00 Uhr, 1 x E91044 18,18 €
Fr, 26.09.25, 18.30 - 21.00 Uhr, 1 x E91045 18,18 €

Werkzeug und Materialien werden gestellt. Die Materialkosten im Wert von ca. 20.00 Euro sind direkt an die Kursleiterin zu entrichten.

Leitung: Lena Beune, B.A. Soziale Arbeit

WEIHNACHTLICHE KRANZBINDEREI MIT TROCKENBLUMEN – ZAUBERE DEINEN EIGENEN STERNENKRANZ

Fr, 07.11.25, 18.30 - 21.00 Uhr, 1 x E91046 18,18 €
Do, 11.12.25, 18.30 - 21.00 Uhr, 1 x E91047 18,18 €

Werkzeug und Materialien werden gestellt. Die Materialkosten im Wert von ca. 20.00 Euro sind direkt an die Kursleiterin zu entrichten.

Leitung: Lena Beune, B.A. Soziale Arbeit

KRANZBINDEREI MIT TROCKENBLUMEN – ZAUBERE DEINEN EIGENEN TROCKENBLUMENKRANZ

Fr, 27.02.26, 18.30 - 21.00 Uhr, 1 x E91048 18,18 €
Do, 12.03.26, 18.30 - 21.00 Uhr, 1 x E91049 18,18 €

Werkzeug und Materialien werden gestellt. Die Materialkosten im Wert von ca. 20.00 Euro sind direkt an die Kursleiterin zu entrichten.

Leitung: Lena Beune, B.A. Soziale Arbeit

HANDLETTING BASICS WORKSHOP ZUM EINSTIEG

Fr, 10.10.25, 17.00 - 19.15 Uhr, 1 x E91004 18,80 €
Fr, 08.05.26, 17.00 - 19.15 Uhr, 1 x E91005 18,80 €

Inklusiv Pinselstift, zwei Karten und ein größeres Motiv auf Aquarellpapier. Bitte mitbringen, wenn vorhanden: Fineliner, Aquarellkasten, wasserbasierte Filzstifte oder weitere Lettering Materialien.

Leitung: Friederike Tobergte, B.A. Soziale Arbeit

HANDLETTING 2 WORKSHOP ZUM WEITERMACHEN

Fr, 19.06.26, 17.00 - 19.15 Uhr, 1 x E91006 18,80 €

Inklusiv Pinselstift, zwei Karten und ein größeres Motiv auf Aquarellpapier. Bitte mitbringen, wenn vorhanden: Fineliner, Aquarellkasten, wasserbasierte Filzstifte oder weitere Lettering Materialien.

Leitung: Friederike Tobergte, B.A. Soziale Arbeit

AQUARELL UND HANDLETTING WEIHNACHTSKARTEN – ... SELBST GESTALTETE KARTEN ZUM VERSCHENKEN

Fr, 28.11.25, 15.30 - 17.45 Uhr, 1 x E91009 18,80 €

Fr, 28.11.25, 18.00 - 20.15 Uhr, 1 x E91010 18,80 €

Inklusiv Pinselstift, zwei Karten und ein größeres Motiv auf Aquarellpapier. Bitte mitbringen, wenn vorhanden: Fineliner, Aquarellkasten, wasserbasierte Filzstifte oder weitere Lettering Materialien.

Leitung: Friederike Tobergte, B.A. Soziale Arbeit

FRÜHLINGSHAFTER AQUARELL UND HANDLETTING WORKSHOP

Fr, 13.03.26, 17.00 - 19.15 Uhr, 1 x E91011 18,80 €

... anhand einfacher Motive gestalten wir z. B. Osterkarten

Inklusiv Pinselstift, zwei Karten und ein größeres Motiv auf Aquarellpapier. Bitte mitbringen, wenn vorhanden: Fineliner, Aquarellkasten, wasserbasierte Filzstifte oder weitere Lettering Materialien.

Leitung: Friederike Tobergte, B.A. Soziale Arbeit

MAKRAMEE SCHNUPPERKURS ... GRUNDKNOTEN UND FREIES KNÜPFEN

Fr, 22.08.25, 17.00 - 20.00 Uhr, 1 x E91007 22,40 €

Fr, 06.02.26, 17.00 - 20.00 Uhr, 1 x E91008 22,40 €

Materialien wie Schnüllerkettenclips oder Holzringe o.Ä. dürfen gerne mitgebracht werden. Inklusiv 9,00 Euro für Makramée Garn, Kopien und weitere Materialien. Bitte mitbringen: Schere, Maßband oder Zollstock

Leitung: Friederike Tobergte, B.A. Soziale Arbeit

FABI-KREATIVWERKSTATT AM MITTWOCH

Mi, 03.09.25, 17.00 - 19.00 Uhr, 1 x E91012 12,70 €

Kleine Kunstwerke geknotet, gewickelt, geflochten

Mi, 01.10.25, 17.00 - 19.00 Uhr, 1 x E91013 12,70 €

Ein kleines Notizbuch selbst gebunden

Mi, 05.11.25, 17.00 - 19.00 Uhr, 1 x E91014 12,70 €

Weihnachtsschmuck aus Wellpappe

Mi, 03.12.25, 17.00 - 19.00 Uhr, 1 x E91015 12,70 €

Neue Sterne aus der Papierwerkstatt

Mi, 04.02.26, 17.00 - 19.00 Uhr, 1 x E91016 12,70 €

Mit Milchtüten gestalten

Mi, 04.03.26, 17.00 - 19.00 Uhr, 1 x E91017 12,70 €

Mobiles und Wandbilder aus Papierornamenten

Mi, 08.04.26, 17.00 - 19.00 Uhr, 1 x E91018 12,70 €

Marmorieren leicht gemacht

Mi, 06.05.26, 17.00 - 19.00 Uhr, 1 x E91019 12,70 €

Papierstanzen mit Hammer und Nagel

Mi, 03.06.26, 17.00 - 19.00 Uhr, 1 x E91020 12,70 €

Kleine Himmelslaternen für den Sommerabend

Weitere Infos zum einzelnen Kurs sind auf der Homepage zu finden. Materialkosten richten sich nach Verbrauch und werden direkt nach Kursende mit der Kursleiterin abgerechnet.

Leitung: Mechthild Werner, Dipl.-Sozialpädagogin



NASS-FILZEN

Sa, 14.03.26, 11.00 - 16.15 Uhr, 1 x E91022 39,20 €

Bitte mitbringen: 3 Frottee-Handtücher, 2 Stück saubere Noppenfolie (je etwa 50 x 50 cm - kann gebraucht sein), Plastiktüte zum Transport. Weitere Materialkosten richten sich nach Verbrauch und werden direkt mit der Kursleiterin abgerechnet.

Leitung: Mechthild Werner, Dipl.-Sozialpädagogin

KLEINE REIHE „FADENSPIEL“

Do, 06.11.25, 18.00 - 20.15 Uhr, 1 x E91023 16,80 €

Webbilder auf Malkarton

Do, 27.11.25, 18.00 - 20.15 Uhr, 1 x E91024 16,80 €

Sticken auf Papier – Weihnachtskarten, Geschenkanhänger & mehr

Weitere Materialkosten richten sich nach Verbrauch und werden direkt mit der Kursleiterin abgerechnet.

Leitung: Mechthild Werner, Dipl.-Sozialpädagogin

PAPIERSCHÖPFEN UPCYCLING DER SCHÖNSTEN ART

Fr, 14.11.25, 17.00 - 20.00 Uhr, 1 x E91036 22,60 €

Fr, 13.02.26, 17.00 - 20.00 Uhr, 1 x E91037 22,60 €

Bitte mitbringen: 2 alte Handtücher, 2 Pappen ca. A4 und 1 Plastiktüte für den Rücktransport. Die Materialkosten richten sich nach Verbrauch und werden direkt mit der Kursleiterin abgerechnet.

Leitung: Mechthild Werner, Dipl.-Sozialpädagogin



**FARB-, UND TYPBERATUNG –
WELCHE FARBEN PASSEN ZU MIR?**

Fr, 05.09.25,	14.00 - 16.15 Uhr, 1 x	E91031	58,50 €
Fr, 10.10.25,	14.00 - 16.15 Uhr, 1 x	E91032	58,50 €
Fr, 07.11.25,	14.00 - 16.15 Uhr, 1 x	E91033	58,50 €
Fr, 06.02.26,	14.00 - 16.15 Uhr, 1 x	E91034	58,50 €
Fr, 10.04.26,	14.00 - 16.15 Uhr, 1 x	E91035	58,50 €

Nähere Informationen sind auf der Homepage nachzulesen.

Leitung: Birgit Arnts, Farb-Typ-Stilberaterin

**IMAGEBERATUNG –
DIE PERFEKTE KOMBINATION
AUS FARB- TYP- UND STILBERATUNG**

Sa, 13.09.25,	10.00 - 14.00 Uhr, 1 x	E91038	138,58 €
Sa, 14.03.26,	10.00 - 14.00 Uhr, 1 x	E91039	138,58 €

Nähere Informationen sind auf der Homepage nachzulesen.

Leitung: Birgit Arnts, Farb-Typ-Stilberaterin

AUFBAAUKURS – STILBERATUNG

Fr, 14.11.25,	14.00 - 16.15 Uhr, 1 x	E91040	58,50 €
Fr, 24.04.26,	14.00 - 16.15 Uhr, 1 x	E91041	58,50 €

Nähere Informationen sind auf der Homepage nachzulesen.

Leitung: Birgit Arnts, Farb-Typ-Stilberaterin



**KOOPERATION MIT DER
KOORDINIERUNGSSTELLE
FRAU & BETRIEB e.V.**

 **Koordinierungsstelle
Frau & Betrieb e.V.**
Für die Frauen. Für die Betriebe.

Unser Ziel:
**Die Förderung der beruflichen
Weiterentwicklung von Frauen**
Dazu bieten wir individuelle Beratungen, gezielte Workshops und enge Betriebskontakte im Verbund Frau & Betrieb e. V. an.

- Beruflicher Wiedereinstieg
- Fragen zu Elternzeit/Vereinbarkeit von Familie und Beruf
- Hilfestellungen bei Bewerbungsunterlagen und -strategien
- Weiterbildung/Fördermöglichkeiten von Qualifizierungen
- Berufliche Neuorientierung/Arbeitsmarktsituation

Haben Sie Fragen? Sprechen Sie uns an!

 
Kofinanziert von der
Europäischen Union

Tel. 0541 27026
info@frau-und-betrieb-os.de
www.frau-und-betrieb-os.de

AUSSTELLUNGEN IN DER FABI 2025/2026



Vielerlei Ansichten
Gemalt in den Kursen von
Jutta Stelter-Essig
Montag, 18.08.2025 –
Mittwoch, 05.11.2025

**Zeitreise mit Herz –
10 Jahre Großeltern-
patenschaften**
Montag, 10.11.2025 –
Mittwoch, 21.01.2026

Unter ihren Flügeln
Anna Budina
Montag, 26.01.2026 –
Mittwoch, 08.04.2026

Farbige Bildwelten
Stefan Vennemann
Montag, 13.04.2026 –
Mittwoch, 01.07.2026

Sa, 06.09.25, 10.00 - 15.00 Uhr, 1x E92000
Eintritt 2,00 € (als Verzehrgutschein)

FRAUENFLOHMARKT „DAMENWAHL“

Von Frau zu Frau! Stöbern, staunen, kaufen! Vom Sommerkleid bis zur Jeans, von S bis XXL, ob sportlich, lässig, elegant - hier lassen sich kleine und auch große Kleidungsschätze finden. Bei gutem Wetter findet die Veranstaltung im Innenhof der FABI statt, sollte das Wetter nicht so gut sein, werden wir die Räumlichkeiten in der FABI nutzen.

Möchten Sie selbst verkaufen?
Dann buchen Sie Ihren Standplatz telefonisch (0541/35868-0) oder auf unserer Homepage.

Möchten Sie selbst verkaufen?
Dann buchen Sie ihren Standplatz telefonisch (0541/35868-0)
oder auf unserer Homepage.

**STAND-
GEBÜHR:
10,00 €**

Sa, 22.11.25, 10.00 - 17.00 Uhr Eintritt 2,00 €

**SCHÖNE BESCHERUNG –
BESONDERES ZUR
WEIHNACHTSZEIT**

genießen - stöbern - verweilen -
lauschen - probieren - Begegnen

4. Markt für Design und Genuss

In einem festlichen Ambiente mitten in der Stadt bieten wir Ihnen ein außergewöhnliches Verkaufs-Event.

Wir schaffen für Sie einen zauberhaften Rahmen und sorgen für eine stimmungsvolle Atmosphäre im Lichterglanz.

Lassen Sie sich verzaubern!





OSNABRÜCKER MAL-PARTY
BILDTHEMA:
CHARLIE CHAPLIN VON ANDRES MARTINES

Fr, 19.09.25, 18.30 - 21.30 Uhr, 1 x E92004 50,00 €

Inklusiv Leinwand, Farben, Fingerfood und ein Glas Prosecco.

Leitung: Stefanie Wempe, Künstlerin

OSNABRÜCKER MAL-PARTY
BILDTHEMA:
HÄUSERZEILE OSNABÜCK MARKTPLATZ

Fr, 12.12.25, 18.30 - 21.30 Uhr, 1 x E92005 50,00 €

Inklusiv Leinwand, Farben, Fingerfood und ein Glas Prosecco.

Leitung: Stefanie Wempe, Künstlerin

OSNABRÜCKER MAL-PARTY
BILDTHEMA:
PROMENADE 1913 VON AUGUST MACKE

Fr, 06.03.26, 18.30 - 21.30 Uhr, 1 x E92006 50,00 €

Inklusiv Leinwand, Farben, Fingerfood und ein Glas Prosecco.

Leitung: Stefanie Wempe, Künstlerin



Die detaillierten Kursbeschreibungen finden Sie auf www.kath-fabi-os.de.

Einzelne Kurse sind einfach zu finden, indem Sie die Kursnummer in die Suchmaske oben rechts auf der Website eingeben.



**NADEL
FÄDEN**

**NÄHEN
FÜR ANFÄNGER*INNEN UND FORTGESCHRITTENE
GRUPPE 1 (14-TÄGIG)**

Mo, 18.08.25, 18.30 - 21.30 Uhr, 8 x	E93000	89,60 €
Mo, 19.01.26, 18.30 - 21.30 Uhr, 4 x	E93001	44,80 €
Mo, 13.04.26, 18.30 - 21.30 Uhr, 5 x	E93002	56,00 €

Leitung: Erika Konerding, Bekleidungsschneiderin

**NÄHEN
FÜR ANFÄNGER*INNEN UND FORTGESCHRITTENE
GRUPPE 2 (14-TÄGIG)**

Mo, 25.08.25, 18.30 - 21.30 Uhr, 8 x	E93003	89,60 €
Mo, 12.01.26, 18.30 - 21.30 Uhr, 5 x	E93004	56,00 €
Mo, 20.04.26, 18.30 - 21.30 Uhr, 5 x	E93005	56,00 €

Leitung: Erika Konerding, Bekleidungsschneiderin

**NÄHEN
FÜR ANFÄNGER*INNEN UND FORTGESCHRITTENE**

Mi, 20.08.25, 18.30 - 21.30 Uhr, 8 x	E93006	89,60 €
Mi, 29.10.26, 18.30 - 21.30 Uhr, 8 x	E93007	89,60 €
Mi, 07.01.26, 18.30 - 21.30 Uhr, 11 x	E93008	123,20 €
Mi, 08.04.26, 18.30 - 21.30 Uhr, 12 x	E93009	134,40 €

Leitung: Erika Konerding, Bekleidungsschneiderin





**FABI CHOR – SEI DABEI UND
ERLEBE DEINE STIMME IN DEN KLÄNGEN
DER GEMEINSCHAFT**

Do, 28.08.25, 19.30 - 21.00 Uhr, 4 x	E95012	21,00 €
Do, 30.10.25, 19.30 - 21.00 Uhr, 4 x	E95013	21,00 €
Do, 08.01.26, 19.30 - 21.00 Uhr, 5 x	E95014	26,00 €
Do, 09.04.26, 19.30 - 21.00 Uhr, 6 x	E95015	31,00 €

14-tägig

Leitung: Deborah Manzeck, Heilpädagogin B.A.

NEU

**„SINGEN MACHT SPASS, SINGEN
TUT GUT, SINGEN MACHT MUNTER
UND SINGEN MACHT MUT!“**

Im neuen FABI-Chor sind alle willkommen, ob mit oder ohne Vorerfahrungen. Von Pop und Swing bis Jazz und Klassik ist alles möglich und auch für Anfänger*innen geeignet. Wer Freude am Singen hat, ist hier genau richtig. Der Chor trifft sich 14-tägig.

Die detaillierten Kursbeschreibungen finden Sie auf www.kath-fabi-os.de.

Einzelne Kurse sind einfach zu finden, indem Sie die Kursnummer in die Suchmaske oben rechts auf der Website eingeben.

**GITARRE
FÜR ANFÄNGER*INNEN UND
WIEDEREINSTEIGER*INNEN**

Fr, 07.11.25, 17.30 - 18.30 Uhr, 6 x	E95000	35,00 €
Fr, 06.02.26, 17.30 - 18.30 Uhr, 6 x	E95001	35,00 €

Leitung: Andreas Ottmer, Theaterpädagoge

**KLAVIERUNTERRICHT FÜR ERWACHSENE
EINZELUNTERRICHT FÜR ANFÄNGER*INNEN
UND FORTGESCHRITTENE**

Di, 19.08.25, 07.45 - 08.30 Uhr, 8 x	E95003	244,40 €
Di, 28.10.25, 07.45 - 08.30 Uhr, 8 x	E95004	244,40 €
Di, 06.01.26, 07.45 - 08.30 Uhr, 10 x	E95005	305,50 €
Di, 14.04.26, 07.45 - 08.30 Uhr, 10 x	E95006	305,50 €

Leitung: Claudia Otten, Musikpädagogin

**KLAVIERUNTERRICHT FÜR ERWACHSENE
EINZELUNTERRICHT FÜR ANFÄNGER*INNEN
UND FORTGESCHRITTENE**

Di, 19.08.25, 08.45 - 09.30 Uhr, 8 x	E95007	244,40 €
Di, 28.10.25, 08.45 - 09.30 Uhr, 8 x	E95008	244,40 €
Di, 06.01.26, 08.45 - 09.30 Uhr, 10 x	E95009	305,50 €
Di, 14.04.26, 08.45 - 09.30 Uhr, 10 x	E95010	305,50 €

Leitung: Claudia Otten, Musikpädagogin

GESANGSUNTERRICHT/STIMMBILDUNG

Du möchtest dich intensiv mit deiner Sprech- und Singstimme auseinandersetzen?

Durch gezielte Atem- und Stimmübungen kannst du deinen ganz persönlichen Klang finden und Gesangstücke von Pop bis Klassik erarbeiten.

Dieses Angebot kann einzeln oder als Kleingruppe (1 – 3 Teilnehmende) individuell, orientiert an eigenen Zielen und Wünschen gebucht werden. Anfragen und Kontaktvermittlung über die FABI. Telefon 0541-35868-23, E-Mail: ingrid.ketteler@kath-fabi-os.de

Leitung: Deborah Manzeck, Heilpädagogin B.A., Musikerziehung B.A.

Beginn: auf Anfrage

Termine: nach Vereinbarung (min. 3 Treffen)

Dauer: 45 Min./60 Min.

Gebühr: pro Treffen

für eine Einzelperson (45 Minuten) 39,00 €

zwei Teilnehmende (60 Minuten) 30,50 € pro Person

drei Teilnehmende (60 Minuten) 19,00 € pro Person



**BEWEGUNG
GESUNDHEIT**



Vital mit Yoga und Hatha-Yoga
Bewegen – Entspannen – Fit bleiben
Bildungsurlaube
Vorbeugen – Heilen – Wohlfühlen

HATHA-YOGA VOR ORT

Di, 26.08.25, 08.30 - 10.00 Uhr, 13 x	E73132	130,00 €
Di, 13.01.26, 08.30 - 10.00 Uhr, 9 x	E73133	90,00 €
Di, 14.04.26, 08.30 - 10.00 Uhr, 10 x	E73134	100,00 €

Leitung: Leonie Neumann, Yogalehrerin

Ort: In der „Arche“ der Gemeinde - Maria Hilfe der Christen in Osnabrück-Lüstringen, Stadtweg 16.

Anmeldung direkt bei Leonie Neumann – 05407/818834



HATHA-YOGA

Di, 19.08.25, 16.50 - 18.20 Uhr, 11 x	E73212	121,00 €
Di, 18.11.25, 16.50 - 18.20 Uhr, 5 x	E73213	55,00 €
Di, 06.01.26, 16.50 - 18.20 Uhr, 10 x	E73214	110,00 €
Di, 14.04.26, 16.50 - 18.20 Uhr, 10 x	E73215	110,00 €

Leitung: Ilenia Serra, Yogalehrerin

HATHA-YOGA VOR ORT

Mi, 27.08.25, 09.00 - 10.30 Uhr, 13 x	E73135	130,00 €
Mi, 14.01.26, 09.00 - 10.30 Uhr, 10 x	E73136	100,00 €
Mi, 15.04.26, 09.00 - 10.30 Uhr, 11 x	E73137	110,00 €

Leitung: Leonie Neumann, Yogalehrerin

Ort: In der „Arche“ der Gemeinde - Maria Hilfe der Christen in Osnabrück-Lüstringen, Stadtweg 16.

Anmeldung direkt bei Leonie Neumann – 05407/818834

*SANFTES YOGA FÜR FRAUEN NACH LÄNGERER ERKRANKUNG

Mi, 27.08.25, 16.45 - 18.15 Uhr, 10 x	E73208	120,00 €
Mi, 19.11.25, 16.45 - 18.15 Uhr, 5 x	E73209	60,00 €
Mi, 07.01.26, 16.45 - 18.15 Uhr, 11 x	E73210	132,00 €
Mi, 08.04.26, 16.45 - 18.15 Uhr, 12 x	E73211	144,00 €

Leitung: Jutta Bücker, Yogalehrerin (BDY/EYU)

*SANFTES YOGA FÜR FRAUEN UND MÄNNER 60 PLUS

Do, 21.08.25, 08.45 - 10.15 Uhr, 11 x	E73100	121,00 €
Do, 20.11.25, 08.45 - 10.15 Uhr, 5 x	E73101	55,00 €
Do, 08.01.26, 08.45 - 10.15 Uhr, 11 x	E73102	121,00 €
Do, 09.04.26, 08.45 - 10.15 Uhr, 11 x	E73103	121,00 €

Leitung: Petra Konczalla, Yogalehrerin

*HATHA-YOGA

Mi, 20.08.25, 18.00 - 19.30 Uhr, 11 x	E73304	121,00 €
Mi, 19.11.25, 18.00 - 19.30 Uhr, 5 x	E73305	55,00 €
Mi, 07.01.26, 18.00 - 19.30 Uhr, 11 x	E73306	121,00 €
Mi, 08.04.26, 18.00 - 19.30 Uhr, 12 x	E73307	132,00 €

Leitung: Petra Konczalla, Yogalehrerin

*HATHA-YOGA ENTSPANNUNGSSCHWERPUNKT: RÜCKEN

Do, 21.08.25, 10.30 - 12.00 Uhr, 11 x	E73104	121,00 €
Do, 20.11.25, 10.30 - 12.00 Uhr, 5 x	E73105	55,00 €
Do, 08.01.26, 10.30 - 12.00 Uhr, 11 x	E73106	121,00 €
Do, 09.04.26, 10.30 - 12.00 Uhr, 11 x	E73107	121,00 €

Leitung: Petra Konczalla, Yogalehrerin

*HATHA-YOGA

Do, 21.08.25, 16.30 - 18.00 Uhr, 11 x	E73216	121,00 €
Do, 20.11.25, 16.30 - 18.00 Uhr, 5 x	E73217	55,00 €
Do, 08.01.26, 16.30 - 18.00 Uhr, 11 x	E73218	121,00 €
Do, 09.04.26, 16.30 - 18.00 Uhr, 10 x	E73219	110,00 €

Leitung: Friederike Rasch, Yogalehrerin

YIN-YOGA

Di, 19.08.25, 19.30 - 20.30 Uhr, 11 x	E73324	73,35 €
Di, 18.11.25, 19.30 - 20.30 Uhr, 5 x	E73325	33,35 €
Di, 06.01.26, 19.30 - 20.30 Uhr, 10 x	E73326	66,65 €
Di, 14.04.26, 19.30 - 20.30 Uhr, 10 x	E73327	66,65 €

Leitung: Birgit Lorenz, Yogalehrerin

*HATHA-YOGA 60 PLUS

Mi, 20.08.25, 10.45 - 12.15 Uhr, 8 x	E73116	88,00 €
Mi, 29.10.25, 10.45 - 12.15 Uhr, 8 x	E73117	88,00 €
Mi, 14.01.26, 10.45 - 12.15 Uhr, 10 x	E73118	110,00 €
Mi, 08.04.26, 10.45 - 12.15 Uhr, 12 x	E73119	132,00 €

Leitung: Wanda Lingemann, Yogalehrerin S.Y.

*HATHA-YOGA

Mi, 20.08.25, 19.45 - 21.15 Uhr, 11 x	E73308	121,00 €
Mi, 19.11.25, 19.45 - 21.15 Uhr, 5 x	E73309	55,00 €
Mi, 07.01.26, 19.45 - 21.15 Uhr, 11 x	E73310	121,00 €
Mi, 08.04.26, 19.45 - 21.15 Uhr, 12 x	E73311	132,00 €

Leitung: Petra Konczalla, Yogalehrerin

Die mit * markierten Kurse sind Präventionskurse der Krankenkassen.



***HATHA-YOGA**

Fr, 22.08.25,	08.45 - 10.15 Uhr, 9 x	E73128	99,00 €
Fr, 21.11.25,	08.45 - 10.15 Uhr, 5 x	E73129	55,00 €
Fr, 09.01.26,	08.45 - 10.15 Uhr, 10 x	E73130	110,00 €
Fr, 10.04.26,	08.45 - 10.15 Uhr, 10 x	E73131	110,00 €

Leitung: Jan Hendrik Rautenberg, Yogalehrer

***HATHA-YOGA**

Fr, 22.08.25,	10.15 - 11.45 Uhr, 11 x	E73124	121,00 €
Fr, 09.01.26,	10.15 - 11.45 Uhr, 10 x	E73126	110,00 €
Fr, 10.04.26,	10.15 - 11.45 Uhr, 10 x	E73127	110,00 €

Leitung: Marion Schulte, Tai-Chi-Instructor und Yogalehrerin

**YOGA-DANCE
FÜR ALLE YOGAFREUNDE UND TANZBEGEISTERTE!**

Di, 16.09.25,	18.30 - 20.00 Uhr, 1 x	E73402	12,00 €
Di, 28.10.25,	18.30 - 20.00 Uhr, 1 x	E73403	12,00 €
Di, 25.11.25,	18.30 - 20.00 Uhr, 1 x	E73404	12,00 €
Di, 13.01.26,	18.30 - 20.00 Uhr, 1 x	E73405	12,00 €
Di, 17.02.26,	18.30 - 20.00 Uhr, 1 x	E73406	12,00 €
Di, 28.04.26,	18.30 - 20.00 Uhr, 1 x	E73407	12,00 €
Di, 19.05.26,	18.30 - 20.00 Uhr, 1 x	E73408	12,00 €
Di, 23.06.26,	18.30 - 20.00 Uhr, 1 x	E73409	12,00 €

Leitung: Ivonne Schröder, Yogalehrerin, Tanz- und Gymnastikpädagogin

Einzelveranstaltung

***HATHA-YOGA**

Fr, 22.08.25,	16.00 - 17.30 Uhr, 9 x	E73204	99,00 €
Fr, 21.11.25,	16.00 - 17.30 Uhr, 4 x	E73205	44,00 €
Fr, 09.01.26,	16.00 - 17.30 Uhr, 10 x	E73206	110,00 €
Fr, 10.04.26,	16.00 - 17.30 Uhr, 10 x	E73207	110,00 €

Leitung: Jan Hendrik Rautenberg, Yogalehrer

YOGA FÜR MÄNNER

Fr, 22.08.25,	16.30 - 18.00 Uhr, 9 x	E73200	90,00 €
Fr, 21.11.25,	16.30 - 18.00 Uhr, 5 x	E73201	50,00 €
Fr, 09.01.26,	16.30 - 18.00 Uhr, 10 x	E73202	100,00 €
Fr, 10.04.26,	16.30 - 18.00 Uhr, 10 x	E73203	100,00 €

Leitung: Annette Kramer, Yogalehrerin

**BEWEGEN – ENTSPANNEN – FIT BLEIBEN**

Kurse im Bereich Bewegen, Entspannen, Fit bleiben sind Angebote, in denen Sie sich körperlich betätigen können, die Ihnen helfen, Stress abzubauen und mit denen Sie Ihre Fitness erhalten bzw. steigern können.

Eine Übersicht über die in der Regel wöchentlich stattfindenden Kurse finden Sie nebenstehend.

Die mit * markierten Kurse sind Präventionskurse der Krankenkassen.

Die detaillierten Kursbeschreibungen finden Sie auf www.kath-fabi-os.de.

**GESICHTSYOGA – WORKSHOP
FÜR EIN STRAHLENDES GESICHT
UND EINEN ENTSPANNEN KIEFER**

Di, 23.09.25,	09.00 - 12.00 Uhr, 1 x	E73400	45,00 €
Mi, 04.03.26,	18.00 - 21.00 Uhr, 1 x	E73401	45,00 €

Leitung: Babett Bartelt, Beauty Coach

Einzelveranstaltung

NEU



Die mit * markierten Kurse sind Präventionskurse der Krankenkassen.

***FIT BLEIBEN 60 PLUS
FUNKTIONELLE GYMNASTIK
IM ALTER**

Mo, 18.08.25,	08.45 - 10.15 Uhr, 10 x	E72110	110,00 €
Mo, 17.11.25,	08.45 - 10.15 Uhr, 5 x	E72111	55,00 €
Mo, 19.01.26,	08.45 - 10.15 Uhr, 8 x	E72112	88,00 €
Mo, 13.04.26,	08.45 - 10.15 Uhr, 10 x	E72113	110,00 €

Leitung: Petra Frye, Physiotherapeutin

***FIT BLEIBEN 60 PLUS
FUNKTIONELLE GYMNASTIK
IM ALTER**

Mo, 18.08.25,	10.30 - 12.00 Uhr, 10 x	E72114	110,00 €
Mo, 17.11.25,	10.30 - 12.00 Uhr, 5 x	E72115	55,00 €
Mo, 19.01.26,	10.30 - 12.00 Uhr, 8 x	E72116	88,00 €
Mo, 13.04.26,	10.30 - 12.00 Uhr, 10 x	E72117	110,00 €

Leitung: Petra Frye, Physiotherapeutin

**TANZEN –
FIT IM KOPF UND FLOTT IN DEN BEINEN
GESELLIGE TÄNZE FÜR FRAUEN AB 50 PLUS**

Mo, 18.08.25,	14.15 - 15.45 Uhr, 11 x	E72200	66,00 €
Mo, 17.11.25,	14.15 - 15.45 Uhr, 5 x	E72201	30,00 €
Mo, 12.01.26,	14.15 - 15.45 Uhr, 9 x	E72202	54,00 €
Mo, 13.04.26,	14.15 - 15.45 Uhr, 10 x	E72203	60,00 €

Leitung: Sonja Willmann, Seniorentanzleiterin

***BECKENBODENTRAINING**

Mo, 18.08.25,	16.45 - 17.45 Uhr, 10 x	E72204	73,32 €
Mo, 10.11.25,	16.45 - 17.45 Uhr, 6 x	E72205	44,00 €
Mo, 19.01.26,	16.45 - 17.45 Uhr, 12 x	E72206	88,00 €
Mo, 11.05.26,	16.45 - 17.45 Uhr, 6 x	E72207	44,00 €

Leitung: Nicole Gran, Physiotherapeutin

GANZHEITLICHES NORDIC WALKING VOR ORT FIT IN DER NATUR

Mo, 25.08.25, 18.00 - 19.30 Uhr, 7 x E72312 77,00 €
Mo, 13.04.26, 18.00 - 19.30 Uhr, 8 x E72313 88,00 €

Leitung: Desirée Wielers, Physiotherapeutin

Treffpunkt:
Parkplatz Café-Restaurant am Rubbenbruchsee,
Barenteich 2, 49076 Osnabrück

Bitte mitbringen:
Nordic-Walkingstöcke, witterfeste Kleidung, evtl. Getränk.
Sollten Ihnen keine Nordic-Walkingstöcke
zur Verfügung stehen, melden Sie dies bitte
bei der Anmeldung an.

PILATES – FITNESS FÜR MÄNNER UND FRAUEN

Di, 19.08.25, 10.15 - 11.15 Uhr, 16 x E72100 106,65 €
Di, 06.01.26, 10.15 - 11.15 Uhr, 10 x E72101 66,65 €
Di, 14.04.26, 10.15 - 11.15 Uhr, 10 x E72102 66,65 €

Leitung: Monja Höger, Aerobic- u. Gymnastiktrainerin

PILATES – FITNESS FÜR MÄNNER UND FRAUEN

Di, 19.08.25, 11.30 - 12.30 Uhr, 16 X E72103 106,65 €
Di, 06.01.26, 11.30 - 12.30 Uhr, 10 X E72104 66,65 €
Di, 14.04.26, 11.30 - 12.30 Uhr, 10 X E72105 66,65 €

Leitung: Monja Höger, Aerobic- u. Gymnastiktrainerin

YOGALATES FÜR FRAUEN UND MÄNNER MIT YIN-YOGA UND HATHA-YOGA

Di, 26.08.25, 17.10 - 18.10 Uhr, 10 x E72318 66,65 €
Di, 18.11.25, 17.10 - 18.10 Uhr, 5 x E72319 33,35 €
Di, 06.01.26, 17.10 - 18.10 Uhr, 10 x E72320 66,65 €
Di, 14.04.26, 17.10 - 18.10 Uhr, 10 x E72321 66,65 €

Leitung: Joshua Steven Erich Blanchard, Yogalehrer

PILATES – FITNESS FÜR MÄNNER UND FRAUEN

Di, 26.08.25, 18.20 - 19.20 Uhr, 10 x E72322 66,65 €
Di, 18.11.25, 18.20 - 19.20 Uhr, 5 x E72323 33,35 €
Di, 06.01.26, 18.20 - 19.20 Uhr, 10 x E72324 66,65 €
Di, 14.04.26, 18.20 - 19.20 Uhr, 10 x E72325 66,65 €

Leitung: Joshua Steven Erich Blanchard, Yogalehrer

*CHINESISCHE HEILGYMNASTIK „QIGONG“ – STRESSREGULATION

Di, 19.08.25, 18.35 - 20.05 Uhr, 8 x E72300 96,00 €
Di, 28.10.25, 18.35 - 20.05 Uhr, 7 x E72301 84,00 €
Di, 06.01.26, 18.35 - 20.05 Uhr, 10 x E72302 120,00 €
Di, 14.04.26, 18.35 - 20.05 Uhr, 9 x E72303 120,00 €

Leitung: Petra Jokuszies-Büller, Shiatsupractioner

PILATES FÜR FORTGESCHRITTENE

Do, 21.08.25, 17.00 - 18.00 Uhr, 11 x E72304 73,35 €
Do, 20.11.25, 17.00 - 18.00 Uhr, 5 x E72305 33,35 €
Do, 08.01.26, 17.00 - 18.00 Uhr, 11 x E72306 73,35 €
Do, 09.04.26, 17.00 - 18.00 Uhr, 11 x E72307 73,35 €

Leitung: Dagmar Paschen, Pilatestrainerin

SANFTES PILATES

Do, 21.08.25, 18.15 - 19.15 Uhr, 11 x E72308 73,35 €
Do, 20.11.25, 18.15 - 19.15 Uhr, 5 x E72309 33,35 €
Do, 08.01.26, 18.15 - 19.15 Uhr, 11 x E72310 73,35 €
Do, 09.04.26, 18.15 - 19.15 Uhr, 11 x E72311 73,35 €

Leitung: Dagmar Paschen, Pilatestrainerin

*FASZIEN-KRAFT-TRAINING

Do, 21.08.25, 20.00 - 21.00 Uhr, 11 x E72314 80,68 €
Do, 20.11.25, 20.00 - 21.00 Uhr, 5 x E72315 36,68 €
Do, 08.01.26, 20.00 - 21.00 Uhr, 11 x E72316 80,68 €
Do, 09.04.26, 20.00 - 21.00 Uhr, 11 x E72317 80,68 €

Leitung: Barbara Liemke-Waltz, Sportlehrerin



HOLZ & HAUS

Dämmtechnik Holzböden Innenausbau Zimmerei
Fachmarkt für ökologisches Bauen und Wohnen

Verlässlich. Verbindlich. Fair.
Aus Freude am ökologischen Bauen.
Bramstraße 57 | 49090 Osnabrück
Tel. 0541 961 9612 | Fax 0541 961 9614
www.holzundhaus.de | post@holzundhaus.de



renovieren sanieren umbauen ausbauen neu bauen

*FASZINATION TAI CHI CHUAN

Fr, 22.08.25, 09.00 - 10.00 Uhr, 11 x E72106 80,68 €
Fr, 09.01.26, 09.00 - 10.00 Uhr, 10 x E72108 73,32 €
Fr, 10.04.26, 09.00 - 10.00 Uhr, 10 x E72109 73,32 €

Leitung: Marion Schulte, Tai-Chi-Instructor und Yogalehrerin

ENTSPANNEN MIT ALLEN SINNEN: MEDITATION, ATEM UND ÄTHERISCHE ÖLE

NEU

Do, 21.08.25, 19.30 - 20.30 Uhr, 5 x E72350 43,36 €
Do, 20.11.25, 19.30 - 20.30 Uhr, 5 x E72351 43,36 €

Leitung: Dagmar Paschen, Pilatestrainerin

ECSTATIC DANCE DEIN TANZ. DEIN GEFÜHL. FÜR JEDEN.

NEU

Do, 04.12.25, 18.30 - 22.00 Uhr, 1x E72400 35,00 €*
Fr, 10.04.26, 18.30 - 22.00 Uhr, 1x, E72401 35,00 €*
Fr, 12.06.26, 18.30 - 22.00 Uhr, 1x, E72402 35,00 €*

* Vereinsmitglieder von Ecstatic Dance Osnabrück zahlen 27,50 Euro.
Bitte informieren Sie die Veranstaltenden am Tag der Veranstaltung,
wenn Sie Mitglied bei Ecstatic Dance Osnabrück sind. Die Gebühr wird
entsprechend angepasst und nach der Veranstaltung von Ihrem Konto
abgebucht.

Leitung: Ecstatic Dance Osnabrück

Die mit * markierten Kurse sind Präventionskurse der Krankenkassen.



2025 BILDUNGSURLAUB AUF LANGEOOG: RKT®-TRAINING

Weniger Stress – mehr Gelassenheit!

Mo, 08.12.2025 - Fr, 12.12.2025 5 Tage D74106 967,00 €
ab 16.00 Uhr

Leitung: Petra Jokuszies-Büller, Stressmanagementtrainerin

2026 BILDUNGSURLAUB AUF WANGEROOG: STRESSBEWÄLTIGUNG MIT DER M.E.T.® METHODE

Mehr Entspannung und Ausgeglichenheit schaffen

Mo, 02.03.2026 - Fr, 06.03.2026 5 Tage E74104 942,00 €
ab 15.30 Uhr

Leitung: Petra Jokuszies-Büller, Stressmanagementtrainerin

2026

BILDUNGSURLAUB AUF LANGEOOG: GANZHEITLICHE GESUNDHEITSPRÄVENTION DURCH HALTUNG

Alles was dem Rücken gut tut!

So, 26.04.2026 - Fr, 01.05.2026 6 Tage E74101 1.030,00 €
ab 17 Uhr

Leitung: Desirée Wielers, Physiotherapeutin und
Stressmanagementtrainerin

BILDUNGSURLAUB AUF WANGEROOG: LEBENSBALANCE

Zufriedener und ausgeglichener durch den Alltag

Mo, 27.04.2026 - Do, 30.04.2026 4 Tage E74107 785,00 €
ab 16 Uhr

Leitung: Marion Schulte, Tai-Chi-Instructor und
Yogalehrerin (BDY/EYU)

BILDUNGSURLAUB AUF BORKUM: GESUNDHEIT UND STRESSBEWÄLTIGUNG – RESILIENT WERDEN DURCH DIE MAGIE DES ATMENS

Einfach mal durchatmen

Mo, 04.05.2026 - Do, 07.05.2026 4 Tage E74103 780,00 €
ab 16 Uhr

Leitung: Friederike Rasch, Ergotherapeutin

BILDUNGSURLAUB AUF SPIEKEROOG: GANZHEITLICHE GESUNDHEITSPRÄVENTION DURCH HALTUNG

Alles was dem Rücken gut tut!

So, 07.06.2026 - Do, 11.06.2026 5 Tage E74100 718,00 €
ab 16 Uhr

Leitung: Desirée Wielers, Physiotherapeutin und
Stressmanagementtrainerin

BILDUNGSURLAUB AUF LANGEOOG: RKT®-TRAINING

Weniger Stress - mehr Gelassenheit!

Mo, 22.06.2026 - Fr, 26.06.2026 5 Tage E74108 1066,00 €
ab 15.30 Uhr

Leitung: Petra Jokuszies-Büller, Stressmanagementtrainerin

BILDUNGSURLAUB AUF LANGEOOG: GANZHEITLICHE GESUNDHEITSPRÄVENTION DURCH HALTUNG

Alles was dem Rücken gut tut!

So, 20.09.2026 - Fr, 25.09.2026 6 Tage E74106 1186,00 €
ab 18 Uhr

Leitung: Desirée Wielers, Physiotherapeutin

BILDUNGSURLAUB AUF LANGEOOG: GESUNDHEIT UND STRESSBEWÄLTIGUNG – RESILIENT WERDEN DURCH DIE MAGIE DES ATMENS

Einfach mal durchatmen

So, 04.10.2026 - Do, 08.10.2026 5 Tage E74102 987,00 €
ab 17 Uhr

Leitung: Petra Jokuszies-Büller, Stressmanagementtrainerin





VOR- BEUGEN HEILEN WOHL- FÜHLEN

Die detaillierten Kursbeschreibungen finden Sie auf www.kath-fabi-os.de.



INFOABEND ZUR FASTENWOCHE VOM 13.04.2026 - 17.04.2026

Do, 19.03.26 18.00 - 19.30 Uhr, 1 x E71000 0,00 €

Leitung: Manuela Grieshop

VITALITÄT UND NEUER SCHWUNG DURCH FASTEN

Wellness für Körper, Geist und Seele

Mo, 13.04.26 - Fr, 17.04.26
16.00 - 19.00 Uhr, 6 x E71001 160,00 €

Der verbindliche Vorbereitungsabend für die Fastenwoche findet am 09.04.2026 von 18.00 - 19.30 Uhr statt.

Leitung: Manuela Grieshop

VORBEUGEN – HEILEN – WOHLFÜHLEN

Der Bereich Vorbeugen - Heilen - Wohlfühlen legt insbesondere den Fokus auf eine gesunde und ausgewogenen Lebensführung mit dem Ziel der individuellen work-life-Balance.

Es geht darum, die Selbstfürsorge zu stärken, achtsam zu sein für den eigenen Körper und sich etwas Gutes zu tun.

KRAFTARMBAND-WORKSHOP: FINDE DEINEN STEIN, ENTDECKE DEINE ENERGIE

Mi, 26.11.25, 18.00 - 20.30 Uhr, 1 x	E71002	55,00 €*
Mi, 14.01.26, 18.00 - 20.30 Uhr, 1 x	E71003	55,00 €*
Mi, 18.03.26, 18.00 - 20.30 Uhr, 1 x	E71004	55,00 €*
Mi, 06.05.26, 18.00 - 20.30 Uhr, 1 x	E71005	55,00 €*

*inkl. Materialgeld

Leitung: Ludmila Kindler

SYSTEMISCHE AUFSTELLUNG UND TIEFENENTSPANNUNG

Zusammenhänge erkennen – Blockaden lösen

Sa, 30.08.25, 10.00 - 16.00 Uhr, 1 x	E71006	0,00 €*
Sa, 08.11.25, 10.00 - 16.00 Uhr, 1 x	E71007	0,00 €*
Sa, 21.03.26, 10.00 - 16.00 Uhr, 1 x	E71008	0,00 €*
Sa, 13.06.26, 10.00 - 16.00 Uhr, 1 x	E71009	0,00 €*

*Gebührenaufteilung:

Aufsteller*innen: 143,77 Euro inkl. Getränke
Stellvertreter*innen: 87,13 Euro inkl. Getränke.

Leitung: Sabrina Voß und Susann Bernhold

NEU

NEU

Wir sind aktiv für ...

- Familie und Beruf
- Bildung und Erziehung
- Familienfreundliche Region Osnabrück
- Starke Familien und ein starkes Netzwerk



Gemeinsam Familienfreundlichkeit in der Region Osnabrück gestalten!

Stadt Osnabrück
Familienbündnis Region Osnabrück
Telefon 0541 323 - 4507
Familienbuendnis@osnabrueck.de

Landkreis Osnabrück
Familienbündnis Region Osnabrück
Telefon 0541 501-3175
Familienbuendnis@lkos.de

www.familienbuendnis-region-osnabueck.de

Große Vielfalt, alles 100% Bio



auch in
deiner Nähe
Weidenstr. 20 und
Iburger Str. 223
Osnabrück

biomarkt.de



Treffpunkt Küche – Kochkurse nach Wunsch
Kochen rund um die Welt
Essen und Coaching
Kochen im Club

KOCHKURSE UND KOCHCLUBS





KULINARISCHE REISE



TREFFPUNKT KÜCHE – KOHKURSE NACH WUNSCH

Im Kochstudio der FABI bieten wir Ihnen die Möglichkeit einen Kochkurs zu buchen, der auf Ihre persönlichen Wünsche abgestimmt ist. Hier können neben dem Termin, auch die Lebensmittel und die Dauer der Veranstaltung angepasst werden. Diese Art von Kochkursen richtet sich besonders an Firmen, Vereine und private Gruppen mit einer Teilnehmerzahl zwischen 10 und 12 Personen. Gerne erstellen wir Ihnen hierzu ein individuelles Angebot.

Tel: 0541/35868-0

E-Mail: stefanie.vallo@kath-fabi-os.de oder sabine.schmidt@kath-fabi-os.de

SUSHI, TAPAS, PASTA & STEAK ...

Zurzeit sind weitere Kochkurse in Planung. Schauen Sie regelmäßig auf unsere Homepage, ob noch etwas nach Ihrem „Gusto“ dabei ist.

Die detaillierten Kursbeschreibungen finden Sie auf www.kath-fabi-os.de.

Einzelne Kurse sind einfach zu finden, indem Sie die Kursnummer in die Suchmaske oben rechts auf der Website eingeben.

ORIENTALISCH KOCHEN WIE AUS 1001 NACHT				
				
Fr, 22.08.25, 18.45 - 22.00 Uhr, 1 x	E84033	30,80 €		
Do, 05.03.26, 18.45 - 22.00 Uhr, 1 x	E84034	30,80 €		
Leitung: Karin Gerbes, Hauswirtschaftsleiterin				

SUSHI SELBST GEMACHT: DIE KUNST DER JAPANISCHEN REISROLLE				
				
Sa, 23.08.25, 17.00 - 20.00 Uhr, 1 x	E84037	31,80 €		
Sa, 18.04.26, 17.00 - 20.00 Uhr, 1 x	E84038	31,80 €		
Leitung: Anastasia Merklinger				

Essen ist ein Bedürfnis,
Genießen ist eine Kunst.
(La Rochefoucauld)

KOCHEN FÜR KINDER MIT ZÖLIAKIE <div style="text-align: right;">NEU</div> <p>Mo, 25.08.25, 18.00 - 21.00 Uhr, 1 x E84049 31,80 € Leitung: Pauline Redder, Diätassistentin</p>	PASTA PASTA TAGLIATELLE, RAVIOLI & CO <div style="text-align: right;">NEU</div> <p>Mi, 27.08.25, 18.00 - 22.00 Uhr, 1 x „Pasta Pasta - Tagliatelle, Ravioli & Co“ E84021 35,50 € Do, 19.03.26, 18.00 - 22.00 Uhr, 1 x „Pasta e basta - Gnocchi und Tortellini“ E84022 35,50 € Leitung: Adrian Lovis Wagner, Koch</p>	KOCHEN FÜR KINDER MIT GEWICHTSPROBLEMATIKEN <div style="text-align: right;">NEU</div> <p>Do, 06.11.25, 18.00 - 21.00 Uhr, 1 x E84053 31,80 € Leitung: Pauline Redder, Diätassistentin</p>	STEAKGENUSS AUF HÖCHSTEM NIVEAU: DAS PERFEKTE STEAK ANBRATEN <p>Mi, 09.09.25, 18.00 - 21.15 Uhr, 1 x E84025 36,80 € Fr, 16.01.26, 18.00 - 21.15 Uhr, 1 x E84026 36,80 € Leitung: Adrian Lovis Wagner, Koch</p>	KOCHEN FÜR KINDER MIT UNVERTRÄGLICHKEITEN <div style="text-align: right;">NEU</div> <p>Mo, 23.02.26, 18.00 - 21.00 Uhr, 1 x E84050 31,80 € Leitung: Pauline Redder, Diätassistentin</p>	KOCHEN FÜR KINDER NACH DEM BEIKOSTSTART <div style="text-align: right;">NEU</div> <p>Mi, 17.09.25, 18.00 - 21.00 Uhr, 1 x E84051 31,80 € Mi, 15.04.26, 18.00 - 21.00 Uhr, 1 x E84052 31,80 € Leitung: Pauline Redder, Diätassistentin</p>
---	---	--	---	--	--

**INDISCHE KÜCHE –
MEHR ALS CURRY UND KURKUMA**



Do, 18.09.25, 18.45 - 22.00 Uhr, 1 x E84030 28,80 €
 Mi, 25.02.26, 18.45 - 22.00 Uhr, 1 x E84031 28,80 €

„Ein Kurs für alle, die indisches Essen lieben“
 Leitung: Karin Gerbes, Hauswirtschaftsleiterin

TAPAS – SPANISCHE HÄPPCHEN-VIELFALT



Mo, 29.09.25, 18.45 - 22.00 Uhr, 1 x E84005 31,80 €
 Mo, 19.01.26, 18.45 - 22.00 Uhr, 1 x E84006 31,80 €

Leitung: Borja Baragaño Prieto, Landestypischer Küchenexperte

**FISCHGENUSS PUR –
SCHNELL, RAFFINIERT, LECKER ...**



Mi, 29.10.25, 18.00 - 21.00 Uhr, 1 x E84010 36,80 €
 Mo, 26.01.26, 18.00 - 21.00 Uhr, 1 x E84011 36,80 €

Leitung: Stefanie Köplin, Fachpraxislehrerin Hauswirtschaft

**VEGETARISCHE KÜCHE SPANIENS –
TORTILLAS, EMPANADAS & CO.**



Do, 20.11.25, 18.45 - 22.00 Uhr, 1 x E84003 28,80 €
 Mo, 20.04.26, 18.45 - 22.00 Uhr, 1 x E84004 28,80 €

Borja Baragaño Prieto, Landestypischer Küchenexperte

**MÄDELSABEND –
ENTSPANNT. LECKER. GENIESSEN.**



Sa, 20.09.25, 17.00 - 20.00 Uhr, 1 x E84039 32,80 €
 Fr, 20.03.26, 18.00 - 21.00 Uhr, 1 x E84040 32,80 €

Leitung: Anastasia Merklinger, Konditormeisterin

**BAGUETTE –
FRISCH, KNUSPRIG & LECKER**



Mi, 01.10.25, 18.00 - 22.00 Uhr, 1 x E84023 34,00 €

Leitung: Adrian Lovis Wagner, Koch

**WILDE GENÜSSE – DER WILD-KOCHABEND
FÜR FEINSCHMECKER – EIN KOCHKURS
NICHT NUR FÜR JÄGER UND SAMMLER**



Mi, 05.11.25, 18.00 - 21.15 Uhr, 1 x E84018 36,80 €

Leitung: Axel Hagemann, Hobbykoch

**NACHTISCHE FÜR DIE WINTERZEIT:
HOT BROWNIE, BRATAPFEL-MANDEL-
TRAUM & CO**



Fr, 21.11.25, 18.00 - 21.00 Uhr, 1 x E84048 31,80 €

Leitung: Mirko Gooßen

**BUDDHA BOWLS & CO.:
KOCHKURS FÜR BUNTE BOWLS,
ZUM SELBERMACHEN**



Mo, 22.09.25, 18.00 - 21.15 Uhr, 1 x E84014 31,80 €
 Mi, 06.05.26, 18.00 - 21.15 Uhr, 1 x E84015 31,80 €

Leitung: Stefanie Köplin, Fachpraxislehrerin Hauswirtschaft

**BROTZEIT MIT
BROT AUS ALLER WELT**



Fr, 20.02.26, 18.00 - 22.00 Uhr, 1 x E84024 36,00 €

Leitung: Adrian Lovis Wagner, Koch

DINNER MIT HERZKLOPFEN



Sa, 08.11.25, 18.00 - 21.45 Uhr, 1 x E84041 38,00 €
 Kochen für Paare

Sa, 14.02.26, 17.00 - 20.45 Uhr, 1 x E84042 38,00 €
 Kochen für Paare, das optimale Geschenk zum Valentinstag

Leitung: Anastasia Merklinger, Konditormeister

**WIENER WEIHNACHTSBÄCKEREI – EINE
BESONDERE BACKTRADITION**



Mi, 26.11.25, 18.00 - 21.15 Uhr 1 x E84009 28,80 €

Leitung: Ulrike Hamm, Konditorin

**EISTORTEN - KREATIVE KUNSTWERKE AUS
EIS ZAUBERN MIT DEM EHEMALIGEN
BESITZER DES SCHLECKS IN MÜNSTER**



Fr, 26.09.25, 18.00 - 21.00 Uhr, 2 x E84046 52,60 €
 Sa, 27.09.25, 15.00 - 18.00 Uhr

Fr, 29.05.26, 18.00 - 21.15 Uhr, 2 x E84047 52,60 €
 Sa, 28.05.26, 15.00 - 18.00 Uhr

Leitung: Mirko Gooßen

**NORDSPANISCHE KÜCHE –
ENTDECKE DIE VIELFALT DES
SPANISCHEN NORDENS**



Sa, 11.10.25, 18.45 - 22.00 Uhr, 1 x E84001 31,80 €
 Do, 19.02.26, 18.45 - 22.00 Uhr, 1 x E84002 31,80 €

Borja Baragaño Prieto, Landestypischer Küchenexperte

**WEIHNACHTSGESCHENKE AUS DER KÜCHE –
MIT LIEBE SELBST GEMACHT**



Mi, 19.11.25, 18.00 - 21.15 Uhr, 1 x E84012 33,80 €

Leitung: Stefanie Köplin, Fachpraxislehrerin Hauswirtschaft

**ZUCKERGUSS UND ENGELSSTAUB -
HIMMLISCHE BACKREZEPTE FÜR DIE
WEIHNACHTSZEIT**



Fr, 28.11.25, 18.45 - 22.00 Uhr, 1 x E84035 28,60 €

Leitung: Karin Gerbes, Hauswirtschaftsleiterin

GEBURTSTAGSTORTEN SELBER MACHEN 

Sa, 29.11.25, 14.00 - 18.00 Uhr, 1 x E84043 33,80 €

Leitung: Anastasia Merklinger, Konditormeisterin

SUPPEN & EINTÖPFE – WÄRMENDE GERICHTE IN DER KALTEN JAHRESZEIT 

Do, 15.01.26, 18.45 - 22.00 Uhr, 1 x E84032 28,80 €

Leitung: Karin Gerbes, Hauswirtschaftsleiterin

BURGER VON BEEF BIS VEGGIE STAPELN - REINBEISSEN - LECKER  

Mi, 04.03.26, 18.00 - 21.15 Uhr, 1 x E84019 31,80 €

Leitung: Axel Hagemann, Hobbykoch

KOCHKURS FÜR JUGENDLICHE  

Fr, 24.04.26, 17.00 - 21.15 Uhr, 1 x E84029 33,80 €

Leitung: Adrian Lovis Wagner, Koch

WEIHNACHTSKLASSIKER MAL GANZ ANDERS: STRESSFREIE FESTTAGSMENÜS 

Mo, 01.12.25, 18.00 - 21.15 Uhr, 1 x E84016 34,80 €

Leitung: Axel Hagemann, Hobbykoch

BROWNIES, COOKIES, WINDBEUTEL & CO. – LECKERE KLEINIGKEITEN BACKEN 

Sa, 17.01.26, 14.00 - 17.00 Uhr, 1 x E84044 33,80 €

Leitung: Anastasia Merklinger, Konditormeisterin

PRALINEN AUS BLÄTTERKROKANT HERSTELLEN 

Sa, 14.03.26, 15.00 - 18.00 Uhr, 1 x E84055 28,80 €

Leitung: Anastasia Merklinger, Konditormeisterin

ASIATISCHE ROLLEN – JAPANISCH, VIETNAMESISCH, CHINESISCH  

Do, 07.05.26, 18.45 - 22.00 Uhr, 1 x E84054 31,80 €

Asiatische Rollen - japanische Sushi-Rollen, frische vietnamesische Sommerrollen und herzhafte chinesische Frühlingsrollen

Leitung: Karin Gerbes, Hauswirtschaftsleiterin

TRÜFFEL & PRALINEN: SÜSSE VERFÜHRUNGEN SELBST GEMACHT - VIELLEICHT EIN SCHÖNES WEIHNACHTSGESCHENK? 

Mi, 03.12.25, 18.00 - 21.15 Uhr, 1 x E84007 31,80 €

Mi, 18.03.26, 18.00 - 21.15 Uhr, 1 x E84008 31,80 €

Leitung: Ulrike Hamm, Konditorin

HEUTE MAL VEGAN – LEICHT UND LECKER NACH DEN FESTTAGEN 

Mi 21.01.26, 18.45 - 22.00 Uhr, 1 x E84036 29,80 €

Leitung: Karin Gerbes, Hauswirtschaftsleiterin

GESCHENKE AUS DER KÜCHE – MIT LIEBE SELBST GEMACHT 

Mo, 16.03.26, 18.00 - 21.15 Uhr, 1 x E84013 33,80 €

Leitung: Stefanie Köplin, Hauswirtschaftsleiterin

MUTTERTAG: BACKEN MIT MAMA – FÜR MAMAS UND IHRE KINDER 

So, 10.05.26, 10.00 - 13.00 Uhr, 1 x E84045 33,80 €

Leitung: Anastasia Merklinger, Konditormeisterin

BROT & ZEIT – DAS BROTBACKSEMINAR 

Sa, 10.01.26 und So, 11.01.26 10.00 - 16.00 Uhr, 2 x E84028 82,39 €

Leitung: Adrian Lovis Wagner, Koch

HEUTE IST KNÖDELTAG!

Mi, 18.02.26, 18.00 - 21.00 Uhr, 1 x E84017 30,80 €

Leitung: Axel Hagemann, Hobbykoch

JUNGS AM HERD: VATER-SOHN-KOCHKURS

Fr, 24.04.26, 18.00 - 21.15 Uhr, 1 x E84020 31,80 €

Leitung: Axel Hagemann, Hobbykoch

PIZZA - RÖMISCH & NEAPOLETANISCH  

Mi, 03.06.26, 18.00 - 22.00 Uhr, 1 x E84027 35,80 €

Leitung: Adrian Lovis Wagner, Koch

KOCHEN IM CLUB



KOCHEN IM CLUB

Sie möchten sich in regelmäßigen Abständen zum Kochen treffen und sind auf der Suche nach einem Kochclub? Ob alleine oder als Gruppe, sprechen Sie uns an. Wir werden für Ihre Wünsche und Vorstellungen die passende Lösung finden!

Tel: 0541/35868-0

E-Mail: stefanie.vallo@kath-fabi-os.de oder sabine.schmidt@kath-fabi-os.de

MÄNNERKOCHCLUB JEDEN 2. MONTAG IM MONAT

Mo, 08.09.26, 18.00 - 21.15 Uhr, 10 x E85001 164,00 €

Leitung: Carola Ostendorf, Hauswirtschafterin

KOCHCLUB FÜR MÄNNER UND FRAUEN JEDEN 1. DIENSTAG IM MONAT

Di, 02.09.25, 18.30 - 21.45 Uhr, 10 x E85002 164,00 €

Leitung: Adrian Lovis Wagner, Koch

FRAUENKOCHCLUB JEDEN 2. DIENSTAG IM MONAT

NEU

Di, 09.09.25, 18.30 - 21.45 Uhr, 9 x E85003 147,60 €

Leitung: Pauline Redder, Diätassistentin

MÄNNERKOCHCLUB JEDEN 3. DIENSTAG IM MONAT; AUF 8 TN BEGRENZT

Di, 16.09.25, 18.30 - 21.45 Uhr, 10 x E85004 225,50 €

Leitung: Karin Marx, Hobbyköchin

MÄNNERKOCHCLUB JEDEN 4. DIENSTAG IM MONAT

Di, 26.08.25, 18.30 - 21.45 Uhr, 10 x E85011 164,00 €

Leitung: Adrian Lovis Wagner, Koch

MÄNNERKOCHCLUB JEDEN 2. DONNERSTAG IM MONAT

Do, 11.09.25, 18.00 - 21.15 Uhr, 9 x E85007 147,60 €

Leitung: Karin Marx, Hobbyköchin

MÄNNERKOCHCLUB JEDEN 4. DONNERSTAG IM MONAT

Do, 28.08.25, 18.45 - 22.00 Uhr, 9 x E85008 147,60 €

Leitung: Pauline Redder, Diätassistentin

MÄNNERKOCHCLUB JEDEN 1. FREITAG IM MONAT

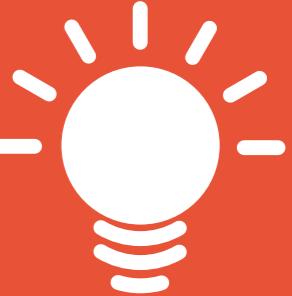
Fr, 05.09.25, 18.45 - 22.00 Uhr, 6 x E85009 131,20 €

Leitung: Pauline Redder, Diätassistentin

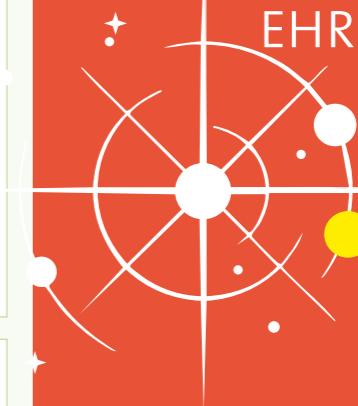
MÄNNERKOCHCLUB JEDEN 2. FREITAG IM MONAT

Fr, 12.09.25, 18.00 - 21.15 Uhr, 9 x E85010 147,60 €

Leitung: Axel Hagemann, Hobbykoch



FORTBILDUNGEN QUALIFIZIERUNG EHRENAMT



Fortbildungen für pädagogische Fachkräfte
in Tageseinrichtungen für Kinder



Fortbildungen für pädagogische
Fachkräfte in der Kindertagespflege

Fortbildungen für pädagogische Fachkräfte
und Mitarbeitende in kooperativen Horten
und in Ganztagsangeboten der Grundschulen

Bildung und Begleitung im Ehrenamt



FORT-BILDUNGEN

Unsere Fortbildungen finden in Kooperation mit dem Fachbereich Tageseinrichtungen für Kinder des Caritasverbandes der Diözese Osnabrück statt.

Natürlich sind die Fortbildungen für alle Träger offen.

Vollständige Ausschreibungen:
im Sonderdruck „Fortbildungen für pädagogische Fachkräfte 2025/2026“ oder www.kath-fabi-os.de

Bitte beachten Sie unsere AGBs für Fortbildungen
Kostenfreie Abmeldung spätestens bis 14 Werktagen vor Kursbeginn!

Die detaillierten Kursbeschreibungen finden Sie auf www.kath-fabi-os.de



↓ FORTBILDUNGEN FÜR PÄDAGOGISCHE FACHKRÄFTE IN TAGESEINRICHTUNGEN FÜR KINDER

Kursnummer	Kurstitel	Leitung	Termin & Uhrzeit	Gebühr	Beginn
E13500	FuN Kleinkind Start in die KiTa Zusatzqualifizierung 2025 Kostenlos nur für Teilnehmende aus dem LK Osnabrück!	Sabine Schmidt, Dipl. Sozialpädagogin, Bildungsreferentin	1x, 09.00 - 16.30 Uhr	176,00 € kostenlos für TN aus dem LK Osnabrück	Mi, 17.09.2025
E54400	Mit Spiel und Spaß in den Tag * Neue Impulse für den Morgenkreis	Veronika Hoffstädt, Erzieherin, Musikpädagogin	1x, 09.00 - 16.30 Uhr	109,00 €	Mi, 24.09.2025
E54302	Auf Augenhöhe * Wirksame Elterngespräche kooperativ und lösungsorientiert führen	Marianne Landwehr, Dipl. Sozialpädagogin, Supervisorin, Systemische Familienberaterin	zwei aufeinander folgende Tage 09.00 - 16.30 Uhr	202,00 €	Mo, 27.10.2025
E31001	Gott ist dabei – auch unter drei Bibelgeschichten erleben	Anne Schwöpke, Religionsspädagogin	1x, 14.00 - 17.15 Uhr	50,00 €	Mi, 29.10.2025
E13601	Großer Löwe – starke Maus Qualifizierung für pädagogische Fachkräfte	Sabine Schmidt, Dipl. Sozialpädagogin, Bildungsreferentin	1x, 09.00 - 16.00 Uhr	176,00 €	Mi, 29.10.2025
E54322	Klären statt vermeiden Konflikte und Störungen souverän ansprechen und erfolgreich lösen	Marianne Oshege, Trainerin für Gewaltfreie Kommunikation	1x, 09.00 - 16.30 Uhr	129,50 €	Mo, 03.11.2025
E54309	Gefühlsstarke Kinder liebevoll begleiten * Sicherheit im Umgang mit starken Gefühlen auch im turbulenten KiTa-Alltag	Susanne Binder, Master of Education, Coach für Gefühlsstärke Marita Rekers, Erzieherin, zert. Elternbegleiterin	1x, 09.00 - 16.30 Uhr	143,50 €	Mi, 05.11.2025
E54311	Wie Kinder Sprache entdecken * Die kindliche Sprach- und Spielentwicklung im KiTa- und Krippenalter	Michael Winkler, Logopäde	1x, 09.00 - 16.30 Uhr	124,50 €	Do, 06.11.2025

Kursnummer	Kurstitel	Leitung	Termin & Uhrzeit	Gebühr	Beginn
E54303	Einführung in die ICF-CY Internationale Klassifikation der Funktionsfähigkeit, Behinderung und Gesundheit - Kindheit und Jugend	Christian Flohre, B.A. Heilpädagogik und Mentoring,	1x, 14.00 - 16.30 Uhr	49,00 €	Mi, 10.11.2025
E54000	Sexueller Missbrauch – Prävention gegen sexualisierte Gewalt in Krippe und KiTa Schulung nach § 8a Kindeswohlgefährdung	Koordinationsstelle Prävention, Bistum Osnabrück	1x, 15.00 - 18.00 Uhr	39,00 €	Di, 11.11.2025
E54329	"Neurophysiologische Entwicklungsverzögerung – Was ist das?* * Aufmerksamkeits- und Wahrnehmungsstörungen, Rechenschwäche, Lese-Rechtschreibschwäche...	Annette Ahlers, Neurophysiologische Entwicklungsförderin DGNE, Motopädagogin akm®, Linkshänderberaterin	1x, 09.00 - 16.30 Uhr	133,50 €	Do, 13.11.2025
E54313	Traumata und ihre Folgen* Wenn der Vulkan zu brodeln scheint	Helga Reekers, Dipl. Sozialpädagogin, Systemische Supervisorin, Fachpädagogin für Psychotraumatologie	1x, 09.00 - 16.30 Uhr	126,50 €	Di, 18.11.2025
E54203	Fallbesprechungen für KiTa-Leitungen Aus der Praxis für die Praxis	Maria Konermann-Frie, Dipl. Sozialpädagogin/Sozialarbeiterin (FH)	3x, 09.00 - 12.00 Uhr weitere Termine: 26.02.2026 und 21.05.2026	240,00 €	Do, 20.11.2025
E54403	Mathewerkstatt	Gabriele Thöber, Musikpädagogin, Bewegungspädagogin	1x, 09.00 - 16.30 Uhr	109,00 €	Do, 20.11.2025
E54336	Heilpädagogik im Austausch Gemeinsam Lösungen finden	Nadine Gertken, Heilpädagogin und Mentoring, Entwicklungspsychologische Beraterin, Erzieherin	1x, 14.30 - 16.30	48,00 €	Mo, 24.11.2025
E54332	Rabauke, Sonnenschein und Quatschkopf Wie wir Kinder nennen und was das mit ihnen macht	Julia Horstmann, Heilpädagogin, Erzieherin, Multiplikatorin für Kinderperspektiven	1x, 9.00 - 16.30 Uhr	130,00 €	Mi, 26.11.2025
E54201	Willkommen im Team! – Einarbeitung gezielt gestalten Ein Tagesseminar für Kita-Leitungen	Kerstin Schalles, Coachin, Beraterin, Fortbildungsreferentin für Kindertageseinrichtungen	1x, 09.00 - 16.00 Uhr	150,00 €	Do, 27.11.2025
E54334	Praxisreflexion (und mehr) für heilpädagogische Fachkräfte Die eigene Weiterentwicklung in den Blick nehmen	Nadine Gertken, Heilpädagogin und Mentoring, Entwicklungspsychologische Beraterin, Erzieherin	4x, 14.30 - 16.30 Uhr weitere Termine: 07.01.2026, 11.02.2026 und 11.03.2026	190,00 €	Mi, 03.12.2025
E31005	Ideenwerkstatt: Weihnachten * Religionsspädagogik in der Krippe	Rebecca Schnieders, Erziehungswissenschaftlerin, Kath. Theologie, Systemische Beraterin	1x 16.00 - 19.15 Uhr	50,00 €	Mi, 03.12.2025
E54410	"Yoga-Zauber für Kinder" * Einführung ins „Yoga für Kinder“ für pädagogische Fachkräfte	Katja Werries, Kursleiterin der DGBM, Psychologische Psychotherapeutin	1x, 9.00 - 16.30 Uhr	118,50 €	Do, 04.12.2025
E54304	Individuelle Entwicklungspläne in der Praxis Ein modernes Konzept zur ICF – basierten Förderplanung	Christian Flohre, B.A. Heilpädagogik und Mentoring,	1x, 14.00 - 18.00 Uhr	59,00 €	Mo, 12.01.2026
E31006	Was hat das Ei mit Ostern zu tun? * Religionsspädagogische Ideenbörse für die Arbeit mit Kindern U3	Rebecca Schnieders, Erziehungswissenschaftlerin, Kath. Theologie, Systemische Beraterin	1x 16.00 - 19.15 Uhr	50,00 €	Mi, 14.01.2026
E54325	Resilienzförderung Selbstwert stärken und Ressourcen aktivieren	Martina de Vries, Dipl. Sozialarbeiterin, Kita-Leiterin, Prozessbegleiterin	zwei aufeinander folgende Tage 09.00 - 16.30 Uhr	262,00 €	Mo, 19.01.2026
E31000	Trommelgeschichten Interkulturelle und interreligiöse Praxis in der Kita	Markus Hoffmeister, Spielpädagoge, Musiker, Dipl. Theologe, Theaterpädagoge, Trommelerzähler	1x, 09.00 - 16.30 Uhr	118,50 €	Mi, 21.01.2026



Kursnummer	Kurstitel	Leitung	Termin & Uhrzeit	Gebühr	Beginn
E54600	Den Rücken schonen * Fit mit Kindern	Inez Wichmann, Dipl. Religions-pädagogin, Atem-, Sprech- und Stimmlehrerin	1x, 09.00 - 16.30 Uhr	110,00 €	Do, 22.01.2026
E54300	Ehrlich oder nett sein? – Es geht auch beides! Gewaltfreie Kommunikation nach M. Rosenberg	Sophia Kumpmann, Mediatorin, Trainerin für Gewaltfreie Kommunikation	zwei aufeinander folgende Tage 09.00 - 16.00 Uhr	262,00 €	Di, 27.01.2026
E54602	Fit for Work * Gesund im Beruf durch Methoden der Achtsamkeit, Resilienz und Stressverarbeitung	Katja Werries, Kursleiterin der DGBM, Psychologische Psychotherapeutin	1x, 09.00 - 16.30 Uhr	118,50 €	Do, 29.01.2026
E54318	Kind, Sucht, Familie Eine Fortbildung zur professionellen Arbeit mit Kindern	Stefanie Budczak, Sozial-/ Suchttherapeutin	1x, 09.00 - 16.00 Uhr	120,50 €	Di, 10.02.2026
E54308	"Raus aus dem Hamsterrad? Aber wie?" Ein Seminar zum beruflichen Endspurt der 50+ Mitarbeiter*innen in Kindertageseinrichtungen	Heike Boße, Dipl. Sozialpädagogin, Kommunikationstrainerin	1x, 09.00 - 16.30 Uhr	141,00 €	Mi, 11.02.2026
E54320	"Aus der Sicht der Fachkraft" Die pädagogische Fachkraft im Fokus – Selbstreflexion für Fachkräfte in Kitas	Annette Drüner, Dipl. Sozialpädagogin, Coach, Erzieherin	zwei aufeinander folgende Tage 09.00 - 16.30 Uhr	265,00 €	Do, 12.02.2026
E54321	Das geht zu weit...Respektlosigkeit begegnen * Umgang mit Angriffen, selbstbewusst Grenzen setzen, Techniken sich zu distanzieren und zu schützen	Bettina Theissen, Autorin, Schauspielerin, Weiterbildungsmanagerin	1x, 09.00 - 16.30 Uhr	130,00 €	Mi, 18.02.2026
E54316	Alltagsintegrierte Sprachförderung für Vorschulkinder Beobachtung und Dokumentation, theoretische Planung der Sprachförderung	Kathrin Denter, Logopädin B.Sc.	2x, 09.00 - 13.00 Uhr ein weiterer Termin 25.02.2026	105,00 €	Mi, 18.02.2026
E54407	"Gefühlszirkus" Förderung der emotionalen Intelligenz von Kindern	Bettina Theissen, Autorin, Schauspielerin, Weiterbildungsmanagerin	1x, 09.00 - 16.30 Uhr	130,00 €	Do, 19.02.2026
E54200	Alle mit ins Boot nehmen Animieren und Aktivieren im Team	Bettina Theissen, Autorin, Schauspielerin, Weiterbildungsmanagerin	1x, 09.00 - 16.30 Uhr	130,00 €	Fr, 20.02.2026
E54327	"Die partizipatorische Eingewöhnung in Krippe und Kindertagespflege" * Den Übergang sensibel gestalten	Martina de Vries, Dipl. Sozialarbeiterin, KiTa-Leiterin, Prozessbegleiterin	1x, 09.00 - 16.30 Uhr	133,50 €	Mo, 23.02.2026
E54406	Mut tut gut Trauerprozesse im KiTa-Alltag kompetent begleiten	Katrin See, Dipl.-Sozialpädagogin, Trauerbegleiterin, Bildungs- und Kompetenzberaterin	1x, 09.00 - 16.30 Uhr	109,00 €	Di, 24.02.2026
E54404	"Worte, Wörter, Wortwerkstatt" Ideen-Werkzeugkasten zur Sprachförderung	Gabriele Thöber, Musikpädagogin, Bewegungspädagogin	1x, 09.00 - 16.30 Uhr	109,00 €	Do, 26.02.2026
E54324	Autismus-Spektrum-Störung (ASS) im Kindergarten * Fortbildung für pädagogische Fachkräfte in Krippe und KiTa	Andrea Raßfeld, Heilpädagogin, Autismus-Therapeutin, Therapeutische Leitung Autismuszentrum HHO	1x, 09.00 - 16.00 Uhr	140,00 €	Fr, 27.02.2026
E54307	Klare Worte * Elterngespräche sicher und kompetent führen	Ulrike Lindner, Fachbuchautorin, Dipl.-Kommunikationswirtin	1x, 09.00 - 16.00 Uhr	139,00 €	Mo, 02.03.2026
E54323	"Wie sag ich's meiner/meinem Kolleg*in?" Feedback im Team	Marianne Oshege, Trainerin für Gewaltfreie Kommunikation	1x, 09.00 - 16.30 Uhr	129,50 €	Do, 05.03.2026
E54204	!Kritik? – Ja gern! Workshop für Leitungskräfte und Teams von Kindertageseinrichtungen	Kerstin Schalles, Coachin, Beraterin, Fortbildungsreferentin für Kindertageseinrichtungen	1x, 09.00 - 16.00 Uhr	150,00 €	Fr, 06.03.2026
E54335	"Warum verhält sich das Kind so?" * Verhalten verstehen und neue Handlungsoptionen entwickeln	Nadine Gertken, Heilpädagogin und Mentoring, Entwicklungspsychologische Beraterin, Erzieherin	1x, 09.00 - 16.30 Uhr	120,00 €	Mo, 09.03.2026
E54408	Kunst- und Geschichtenwerkstatt Ein Bilderbuch entsteht	Michael Fink, Kunstpädagoge, Fachbuch-Autor, Fortbildner	1x, 09.00 - 16.30 Uhr	138,50 €	Di, 10.03.2026

Kursnummer	Kurstitel	Leitung	Termin & Uhrzeit	Gebühr	Beginn
E54402	Eine Gitarre spielt ein Kinderlied Grundkurs für Anfänger*innen oder mit geringen Vorkenntnissen	Veronika Hoffstädt, Erzieherin, Musikpädagogin	4x, 18.30 - 20.00 Uhr weitere Termine: 18.03., 15.04. und 22.04.2026	80,00 €	Mi, 11.03.2026
E54331	Worte mit Wirkung * Achtsam sprechen in Krippe und KiTa	Julia Horstmann, Heilpädagogin, Erzieherin, Multiplikatorin für Kinderperspektiven	1x, 09.00 - 16.30 Uhr	130,00 €	Do, 12.03.2026
E54305	Particards (ICF- CY Version) Eine einfache Methode, um Kinder aktiv in die (ICF-basierte) Förderplanung einzubeziehen	Christian Flohre, B.A. Heilpädagogik und Mentoring	1x, 14.00 - 17.00 Uhr	49,00 €	Mo, 16.03.2026
E54337	"Heilpädagogik im Austausch" Gemeinsam Lösungen finden	Nadine Gertken, Heilpädagogin und Mentoring, Entwicklungspsychologische Beraterin, Erzieherin	1x, 14.30 - 16.30	48,00 €	Mo, 16.03.2026
E54315	Kinderängste verstehen und achtsam begleiten * Wenn Angst zu viel Macht gewinnt	Helga Reekers, Dipl. Sozialpädagogin, Systemische Supervisorin, Fachpädagogin für Psychotraumatologie	1x, 09.00 - 16.30 Uhr	126,50 €	Di, 17.03.2026
E54601	Stimmkraft im KiTa-Alltag Die eigene Stimme stimmen	Inez Wichmann, Dipl. Religions-pädagogin, Atem-, Sprech- und Stimmlehrerin	1x, 14.30 - 17.45 Uhr	65,00 €	Mi, 18.03.2026
E54411	Ruheinseln im KTta-Alltag Kindgerechte Entspannungs- und Achtsamkeitstechniken	Katja Werries, Kursleiterin der DGBM, Psychologische Psychotherapeutin	1x, 09.00 - 16.30 Uhr ein weiterer Termin: Do, 16.04.2026 1x, 09.00 - 13.00 Uhr	158,50 €	Do, 19.03.2026
E54319	Crashkurs Krippe Grundlagen für die Arbeit mit Kindern unter 3 Jahren	Annette Drüner, Dipl. Sozialpädagogin, Coach, Erzieherin	zwei aufeinander folgende Tage 09.00 - 16.30 Uhr	265,00 €	Do, 09.04.2026
E54001	Sexueller Missbrauch – Prävention gegen sexualisierte Gewalt in Krippe und KiTa Schulung nach § 8a Kindeswohlgefährdung	Koordinationsstelle Prävention, Bistum Osnabrück	1x 15.00 - 18.00 Uhr	39,00 €	Mo, 13.04.2026
E54301	"AD(H)Sin Tageseinrichtungen für Kinder" Was tun?	Doris Morzeck-Groten, Dipl. Sozialpädagogin, Elterntrainerin	1x, 09.00 - 16.00 Uhr	113,50 €	Di, 14.04.2026
E13501	FuN Baby Grundausbildung 2026 für den Landkreis Osnabrück www.fun-fortbildungen.de	Sabine Schmidt, Dipl. Sozialpädagogin, Bildungsreferentin	4x, 09.00 - 16.30 Uhr weitere Termine: 14.15., 29. und 30.04.2026	430,00 €	Di, 14.04.2026
E54328	Das linkshändige Kind Seine Begabungen, seine Schwierigkeiten	Annette Ahlers, Neurophysiologische Entwicklungsförderin DGNE, Motopädagogin akm®, Linkshänderberaterin	1x, 14.00 - 18.00 Uhr	79,00 €	Do, 16.04.2026
E54330	Partizipation leben und umsetzen * mit Kinder U3	Michaela Kruse, Erziehungswissenschaftlerin, Kunstpädagogin	1x, 09.00 - 16.30 Uhr	131,00 €	Mo, 20.04.2026
E54312	Hörvermögen und Sprachentwicklung * Wie kindliche Hörstörungen den Spracherwerb beeinflussen können	Michael Winkler, Logopäde	1x, 09.00 - 16.30 Uhr	124,50 €	Di, 21.04.2026
E54310	Gefühlsstarke Kinder liebevoll begleiten * Sicherheit im Umgang mit starken Gefühlen auch im turbulenten KiTa-Alltag	Susanne Binder, Master of Education, Coach für Gefühlsstärke Marita Rekers, Erzieherin, zert. Elternbegleiterin	1x, 09.00 - 16.30 Uhr	143,50 €	Mi, 22.04.2026
E54405	Bilderbücher und ihr musikalisches Potenzial * Da ist Musik drin	Gabriele Thöber, Musikpädagogin, Bewegungspädagogin	1x, 09.00 - 16.30 Uhr	109,00 €	Do, 23.04.2026



Kursnummer	Kurstitel	Leitung	Termin & Uhrzeit	Gebühr	Beginn
E54306	Den ICF- basierten Entwicklungs- und Teilhabebericht schreiben Für alle Fachkräfte, die mit der Berichtsvorlage von Stadt und Landkreis Osnabrück arbeiten	Christian Flohre, B.A. Heilpädagogik und Mentoring	1x, 14.00 - 17.00 Uhr	49,00 €	Mo, 27.04.2026
E54401	Wipp di wapp – die Wippe, die geht auf und ab * Knireiter- und Stampelspiele für U3	Veronika Hoffstädt, Erzieherin, Musikpädagogin	1x, 09.00 - 16.30 Uhr	109,00 €	Mi, 29.04.2026
E54326	"Ich sehe was, was du nicht siehst!" Fallbesprechungen im Team vorurteilsbewusst und diskriminierungskritisch gestalten	Martina de Vries, Dipl. Sozialarbeiterin, Kita-Leiterin, Prozessbegleiterin	zwei aufeinander folgende Tage 09.00 - 16.30 Uhr	262,00 €	Mo, 04.05.2026
E54314	Systemisches Arbeiten in Kindertageseinrichtung Schwerpunktmaßig Genogramm- und Fallarbeit	Helga Reekers, Dipl. Sozialpädagogin, Systemische Supervisorin, Fachpädagogin für Psychotraumatologie	zwei aufeinander folgende Tage 09.00 - 16.30 Uhr	253,00 €	Mi, 06.05.2026
E31002	"Wenn du es eilig hast, geh langsam" Oasentag für pädagogische Fachkräfte	Anne Schwöppe, Religionspädagogin	1x, 10.00 - 15.00 Uhr	50,00 €	Mi, 06.05.2026
E54333	KiTa aus Kindersicht Was wichtig ist und wer darüber entscheiden darf	Julia Horstmann, Heilpädagogin, Erzieherin, Multiplikatorin für Kinderperspektiven	1x, 9.00 - 16.30 Uhr	130,00 €	Mo, 11.05.2026
E54409	Umsonst aber wertvoll * Die Recycling-Kunst Werkstatt	Michael Fink, Kunstpädagoge, Fachbuch-Autor, Fortbildner	1x, 9.00 - 16.30 Uhr	138,50 €	Di, 12.05.2026
E54202	Neuer Hut – neue Rolle... auf einmal Leitungskraft Eine Fortbildung für neu gestartete Leitungskräfte und solche, die es werden wollen	Kerstin Schalles, Coachin, Beraterin, Fortbildungsreferentin für Kindertageseinrichtungen	zwei aufeinander folgende Tage 09.00 - 16.00 Uhr	275,00 €	Mo, 18.05.2026
E54317	Sexualpädagogik in der KiTa Kinder stärken und begleiten	Julia Jostwerth, Sexualpädagogin, Dipl. Sozialpädagogin, Referentin Koordinationsstelle Prävention sex. Gewalt, Bistum Osnabrück	1x, 09.00 - 16.30 Uhr	124,50 €	Mi, 20.05.2026
E54339	Kinder brauchen das Risiko * Mut und Wagnis als Chancen in der kindlichen Entwicklung.	Heike Kostarellis, Erzieherin, Heilpädagogin, Kitaleitung, Fortbildnerin	1x, 09.00 - 16.30 Uhr	144,50 €	Do, 28.05.2026
E54338	"Heilpädagogik im Austausch" Gemeinsam Lösungen finden	Nadine Gertken, Heilpädagogin und Mentoring, Entwicklungspsychologische Beraterin, Erzieherin	1x, 14.30 - 16.30	48,00 €	Mo, 01.06.2026
E54606	Stimmbildung für KiTa-Fachkräfte Stimmgesundheit im KiTa-Alltag und Singen mit Kindern	Deborah Manzeck, Heilpädagogin B.A, Musikerziehung B.A.	5x, 45 Minuten	je nach TN-Zahl 1-3 Personen	nach Absprache
E54607	Konflikte lösen, Gemeinschaft stärken Mediation für KiTa-Teams!	Sabrina Voß, Systemische Beratung & Mediation	nach Absprache	nach Absprache	nach Absprache

Grundsätzlich sind die Fortbildungen für pädagogische Fachkräfte aller Träger offen. Die Fortbildungen für Mitarbeiter*innen in Tageseinrichtungen für Kinder finden in Kooperation mit dem Caritasverband für die Diözese Osnabrück, statt. Das Familien- und Kinderservicebüro der Stadt Osnabrück ermöglicht den Fachkräften in der Kindertagespflege die Teilnahme an einigen Fortbildungen im Bereich 54000 ff und übernimmt die Kosten. Diese Fortbildungen sind mit einem Sternchen * gekennzeichnet. Bitte beachten Sie: Es gelten die An- und Abmeldebedingungen der Kath. FABI für die Fachbereiche 54000 (Berufliche Fortbildungen)! Eine kostenfreie Abmeldung muss bis 14 Werkstage vor Kursbeginn schriftlich erfolgen!

Bitte
beachten Sie
unsere AGBs für
Fortbildungen.

Kostenfreie Abmeldung
spätestens 14 Tage
vor Kursbeginn



Das Familien- und Kinderservicebüro der Stadt Osnabrück ermöglicht den Fachkräften in der Kindertagespflege die Teilnahme an allen Kursen des Fachbereiches mit den Nummern B52000 ff.

Die Fortbildungen für pädagogische Fachkräfte in KiTas und Krippen mit den Nummern 54000 ff werden ebenfalls bezuschusst, wenn Sie mit einem Sternchen * gekennzeichnet sind.

Bitte beachten Sie unsere AGBs für Berufliche Fortbildungen: Kostenfreie Abmeldung spätestens bis 14 Werkstage vor Kursbeginn!

↓ FORTBILDUNGEN FÜR PÄDAGOGISCHE FACHKRÄFTE IN DER TAGESPFLEGE FÜR KINDER

Kursnummer	Kurstitel	Leitung	Termin & Uhrzeit	Gebühr	Beginn
E55100	"Grundqualifizierung für die Kindertagespflege nach nach dem kompetenzorientierten Qualitätshandbuch (QHB)" Grundqualifizierungen tätigkeitsvorbereitend mit 160 UE	Christiane Dierkes Erziehungsberaterin, Pikler-Pädagogin	37 Treffen, 164 UE	auf Anfrage	Di, 28.10.2025
E52008	"In Ruhe bleiben, wenn der Alltag tobt" Der Fels in der Brandung werden, der auf die Kinder ausstrahlt	Claudia Schlörb, Tagesmutter, Fachkraft für fröhkindliche Entwicklungsberatung, Entspannungstrainerin für Kinder	1x, 18.00 - 21.15 Uhr	46,50 €	Di, 23.09.2025
E52006	"Kartoffelkiste" Vielfalt schmecken und entdecken	Silke Nordhoff, Ernährungs- und Diätberaterin, Hauswirtschaftsleiterin	1x, 18.00 - 21.15 Uhr	44,00 €	Mi, 24.09.2025
E52011	Brandschutztraining in der Kindertagespflege	Felix Rocho und Mitarbeiterteam, Brandschutzeservice Osnabrück	1x, 18.00 - 21.15 Uhr	85,00 €	Di, 04.11.2025
E52004	Kreative Jahreszeit: Advent und Weihnachten Entdecken und Gestalten mit Kindern im Alter von 1-3 Jahren	Claudia Schlörb, Tagesmutter, Fachkraft für fröhkindliche Entwicklungsberatung, Entspannungstrainerin für Kinder	1x, 18.00 - 21.15 Uhr	51,50 €	Mo, 17.11.2025
E52018	Online: Kaninchen, Hund & Co Tiergestützte Pädagogik in der Arbeit mit den Kleinsten	Heike Kostarellis, Erzieherin, Heilpädagogin, Kitaleitung, Fortbildnerin	1x, 18.00 - 20.30	35,00 €	Di, 25.11.2025
E52013	Regeln, Grenzen, Konsequenzen Liebvoll und verantwortlich Orientierung geben	Christiane Dierkes Erziehungsberaterin, Pikler-Pädagogin	1x, 18.00 - 21.15 Uhr	45,00 €	Do, 27.11.2025
E52010	Energie tanken und Herausforderungen meistern Selbstfürsorge für Kindertagespflegepersonen	Michaela Kruse, Erziehungswissenschaftlerin, Kunstpädagogin	1x, 09.00 - 16.30 Uhr	131,00 €	Do, 08.01.2026



Kursnummer	Kurstitel	Leitung	Termin & Uhrzeit	Gebühr	Beginn
E52002	Gemeinsam stark! Kollegiale Praxisreflexion für Kindertagespflegepersonen	Pia Pryklenk, Erzieherin, Elterntraineerin, Fachwirtin für Kindertageseinrichtungen	4x 18.00 - 20.15 Uhr Die Termine der weiteren Treffen werden beim ersten Treffen vereinbart	140,00 €	Di, 13.01.2026
E52003	"Unternehmen Kindertagespflege" Rechtliche Aspekte und Finanzfragen im Fokus	Eva-Maria Koslowski, Rechtsanwältin, Kindertagespflegeperson, freie Dozentin	1x, 09.00 - 16.30 Uhr	122,00 €	Mo, 19.01.2026
E52001	Beobachtungsschnecke Ein Dokumentationsinstrument	Pia Pryklenk, Erzieherin, Elterntraineerin, Fachwirtin für Kindertageseinrichtungen	1x, 18.00 - 20.15 Uhr	35,00 €	Mo, 26.01.2026
E52014	Machtkämpfe der Kinder Konflikte kindgerecht begleiten	Christiane Dierkes Erziehungsberaterin, Pikler-Pädagogin	1x, 18.00 - 21.15 Uhr	45,00 €	Do, 29.01.2025
E52012	"Mit den Händen sprechen" Baby- und Kleinkindinteraktion – eine Brücke zum Spracherwerb	Inga Halcour, Erzieherin	1x, 09.00 - 16.00 Uhr	108,50 €	Fr, 06.02.2026
E52016	Kreativ auf Instagram Ihre Kindertagespflege im besten Licht	Kim Healy, M.A. Management in Non-Governmental-Organisations, Personalreferentin	1x, 18.00 - 21.15 Uhr	56,00 €	Di, 17.02.2026
E52005	Spiele mit allen Sinnen für Kinder 0-6 Jahren	Claudia Schlörb, Tagesmutter, Fachkraft für frühkindliche Entwicklungsberatung, Entspannungstrainerin für Kinder	1x, 15.30 - 18.45 Uhr	56,50 €	Mo, 09.03.2026
E52017	Schritt für Schritt zur eigenen Website Ihr Einstieg zur Online-Präsenz	Kim Healy, M.A. Management in Non-Governmental-Organisations, Personalreferentin	2x, 18.00 - 20.15 Uhr ein weiterer Termin: Mo, 27.04.2026	110,00 €	Mo, 13.04.2026
E52007	Gemschmackserlebnisse aus der Gemüseküche Bunte Rezeptvielfalt für unsere Tagespflegekinder	Silke Nordhoff, Ernährungs- und Diätberaterin, Hauswirtschaftsleiterin	1x, 18.00 - 21.15 Uhr	44,00 €	Mi, 22.04.2026
E52015	Erlebnispädagogik in der Natur Entdecken, Lernen und Wachsen	Christiane Dierkes, Erziehungsberaterin, Pikler-Pädagogin	1x, 18.00 - 21.15 Uhr	45,00 €	Mi, 27.05.2026
E52009	Kreative Jahreszeit: Sommer Entdecken und Gestalten mit Kindern im Alter von 1-3 Jahren	Claudia Schlörb, Tagesmutter, Fachkraft für frühkindliche Entwicklungsberatung, Entspannungstrainerin für Kinder	1x, 18.00 - 21.15 Uhr	51,50 €	Di, 02.06.2026

Das Familien- und Kinderservicebüro der Stadt Osnabrück ermöglicht den Fachkräften in der Kindertagespflege die Teilnahme an einigen Fortbildungen im Bereich 54000 ff und übernimmt die Kosten. Die geförderten Fortbildungen sind mit einem Sternchen * gekennzeichnet. Bitte beachten Sie: Es gelten die An- und Abmeldebedingungen der Kath. FABI für die Fachbereiche 52000 und 54000 (Berufliche Fortbildungen)! Eine kostenfreie Abmeldung muss bis 14 Werkstage vor Kursbeginn schriftlich erfolgen!

Die detaillierten Kursbeschreibungen finden Sie auf www.kath-fabi-os.de

↓ FORTBILDUNGEN FÜR PÄDAGIGISCHE FACHKRÄFTE UND MITARBEITENDE IN KOOPERATIVEN HORTEN UND IN GANZTAGSANGEBOTEN DER GRUNDSCHULEN

Kursnummer	Kurstitel	Leitung	Termin & Uhrzeit	Gebühr	Beginn
E52101	Das Verhalten der Kinder im offenen Ganztag meistern Verstehen, reflektieren und handlungsfähig bleiben	Nadine Gertken, Heilpädagogin und Mentoring, Entwicklungspsychologische Beraterin, Erzieherin	2x, 17.30 - 19.45 Uhr ein weiterer Termin: Mi, 08.10.2025	75,00 €	Mi, 06.10.2025
E52100	Kinder zu innerer Ruhe führen Entspannungsübungen für Grundschulkinder im Ganztag/Hort/Nachmittagsbetreuung	Katja Werries, Kursleiterin der DGBM, Psychologische Psychotherapeutin	2x, 17.30 - 19.45 Uhr ein weiterer Termin: Mo, 24.11.2025	75,00 €	Mo, 10.11.2025
E52103	Upcycling Kann das weg? Nee das ist Kunst	Michael Fink, Kunstpädagoge, Fachbuch-Autor, Fortbildner	1x, 09.00 - 16.30 Uhr	118,50 €	Mi, 11.03.2026
E52102	Partizipation und Demokratiebildung im offenen Ganztag Beteiligung der Schüler*innen an der Programmplanung im Freizeitbereich	Martina de Vries, Dipl. Sozialarbeiterin, Kita-Leiterin, Prozessbegleiterin	1x, 09.00 - 16.30 Uhr	110,00 €	Do, 04.06.2026
E52104	"Volle Action Spiele & kleine Projekte" Vorschul- & Hortkinder fördern und begeistern	Bettina Theissen, Autorin, Schauspielerin, Weiterbildungsmanagerin	1x, 09.00 - 16.30 Uhr	118,50 €	Di, 23.06.2026

Bitte beachten Sie: Es gelten die An- und Abmeldebedingungen der Kath. FABI für die Fachbereiche 52000 und 54000 (Berufliche Fortbildungen)! Eine kostenfreie Abmeldung muss bis 14 Tage vor Kursbeginn schriftlich erfolgen!

Die detaillierten Kursbeschreibungen finden Sie auf www.kath-fabi-os.de

STIMMBILDUNG FÜR KITA-FACHKRÄFTE

Stimmgesundheit im KiTa-Alltag und Singen mit Kindern

Der Alltag in Kitas ist oft eine harte Belastungsprobe für die eigene Stimme. Gemeinsam üben wir, durch welche Atem- und Stimmtechniken die Stimme belastbar und vor allem gesund bleibt. Wie kann das Singen mit Kindern gelingen und was gibt es dabei zu beachten?

Dieses Angebot kann einzeln oder als Kleingruppe (1 – 3 Teilnehmende) individuell, orientiert an eigenen Zielen und Wünschen gebucht werden.

Anfragen und Kontaktvermittlung über die Kath. Familien-Bildungsstätte e.V.
Telefon 0541-358636 oder
Mail an: annette.luehrmann-sellmeyer@kath-fabi-os.de

Leitung: Deborah Manzeck, Heilpädagogin B.A., Musikerziehung B.A.

Beginn: auf Anfrage
Termine: nach Vereinbarung (min. 3 Treffen)
Dauer: 45 Min./60 Min.
Gebühr: pro Treffen
für eine Einzelperson (45 Minuten) 39,00 Euro
zwei Teilnehmende (60 Minuten) 30,50 Euro pro Person
drei Teilnehmende (60 Minuten) 19,00 Euro pro Person

KONFLIKTE LÖSEN, GEMEINSCHAFT STÄRKEN

Mediation für KiTa-Teams!

Ein funktionierendes Team in Kindertagesstätten ist entscheidend für das Wohl der Kinder und der Mitarbeitenden. Kommt es im Team zu "Störungen" oder "Missverhältnissen" ist Mediation ein vertrauliches Verfahren, bei dem ein neutraler Mediator hilft, Konflikte konstruktiv zu lösen und gemeinsam tragfähige Lösungen zu finden.

Lassen Sie uns gemeinsam Ihre Teamkultur optimieren.
Kontaktieren Sie uns für weitere Informationen und Anmeldungen.

Anfragen und Kontaktvermittlung über die Kath. Familien-Bildungsstätte e.V.
Telefon 0541-358636 oder
Mail an: annette.luehrmann-sellmeyer@kath-fabi-os.de

Leitung: Sabrina Voß, Systemische Beratung & Mediation

Termine und Gebühr werden individuell abgesprochen.



“GEISTER“-FÜHRUNG IN DER KUNSTHALLE OSNABRÜCK

Mi, 08.10.25, 11.00 - 12.30 Uhr, 1 x E22007 12,00 €

Schwerpunkt: Sifre, Diaz Orejarena & Pham

Mi, 28.01.26, 11.00 - 12.30 Uhr, 1 x E22008 12,00 €

Schwerpunkt: !Mediengruppe Bitnik, Herfurter

Leitung: Team der Kunsthalle Osnabrück

Hinweis: zzgl. Eintritt in die Kunsthalle

Für Ehrenamtliche der Kath. FABI ist die Teilnahme an der Führung kostenfrei (Anmeldung über Katrin Epheser)

ENGAGIEREN SIE SICH IN DER FABI UND ENTDECKEN DABEI DIE SPANNENDEN SEITEN DES EHRENAMTES!

Haben Sie Lust, Ihre Zeit anderen Menschen zu schenken? Suchen Sie ein überschaubares Ehrenamt, eine Tätigkeit, die Sinn stiftet und Freude bereitet?

Dann werden Sie Teil unseres Teams und entdecken die zahlreichen Schätze eines Ehrenamtes. Neben neuen Erlebnissen, die Sie als freiwillig Tätige*r in unseren Projekten sammeln können, erhalten Sie viele Möglichkeiten der Begleitung. Wir bieten Ihnen regelmäßige Fortbildungen und Treffen, die Sie gezielt in Ihrem Ehrenamt unterstützen und mit anderen Ehrenamtlichen vernetzen.

Neugierig geworden?

Ansprechpartnerin:

Katrin Epheser

Tel.: 05 41/358 68 22

E-Mail: katrin.epheser@kath-fabi-os.de



ESSTISCH FÜR FABI-EHRENAMTLICHE EIN DANKESCHÖN FÜR IHR ENGAGEMENT

Do, 04.09.25, 12.00 - 13.00 Uhr, 1 x E58000 0,00 €

Di, 07.10.25, 12.00 - 13.00 Uhr, 1 x E58001 0,00 €

Di, 04.11.25, 12.00 - 13.00 Uhr, 1 x E58002 0,00 €

Do, 04.12.25, 12.00 - 13.00 Uhr, 1 x E58003 0,00 €

Mo 12.01.26, 12.00 - 13.00 Uhr, 1 x E58004 0,00 €

Mo, 16.02.26, 12.00 - 13.00 Uhr, 1 x E58005 0,00 €

Di, 17.03.26, 13.00 - 14.00 Uhr, 1 x E58006 0,00 €

Do, 16.04.26, 12.00 - 13.00 Uhr, 1 x E58007 0,00 €

Di, 19.05.26, 12.00 - 13.00 Uhr, 1 x E58008 0,00 €

Do, 18.06.26, 12.00 - 13.00 Uhr, 1 x E58009 0,00 €

Leitung: Katrin Epheser, Dipl.-Sonderpädagogin

WANDERUNG IN OSNABRÜCK UND UMGEBUNG FÜR EHRENAMTLICHE DER FABI UND WANDER-INTERESSIERTE

Fr, 29.08.25,	14.00 - 16.15 Uhr, 1 x	E58010	5,00 €
Mi, 24.09.25,	14.00 - 16.15 Uhr, 1 x	E58011	5,00 €
Fr, 21.11.25,	10.00 - 12.15 Uhr, 1 x	E58012	5,00 €
Mi, 21.01.26,	10.00 - 12.15 Uhr, 1 x	E58013	5,00 €
Fr, 13.02.26,	14.00 - 16.15 Uhr, 1 x	E58014	5,00 €
Mi, 11.03.26,	14.00 - 16.15 Uhr, 1 x	E58015	5,00 €
Fr, 10.04.26,	10.00 - 12.15 Uhr, 1 x	E58016	5,00 €
Mi, 06.05.26,	14.00 - 16.15 Uhr, 1 x	E58017	5,00 €
Fr, 12.06.26,	10.00 - 12.15 Uhr, 1 x	E58018	5,00 €

Für Ehrenamtliche der FABI ist diese Veranstaltung kostenfrei.

Treffpunkt und Details der Tour werden noch bekannt gegeben.

Ausrüstung: Feste Schuhe und dem Wetter angepasste Kleidung.

Leitung: Maria Schwall-Boder, Erzieherin

PAPIERKRÄNZE FÜR DIE HERBSTDEKORATION

Di, 07.10.25, 09.45 - 12.00 Uhr, 1 x E58024 10,00 €

Diese Veranstaltung ist für Ehrenamtliche der FABI kostenfrei.

Im Anschluss besteht die Möglichkeit, am Esstisch für Ehrenamtliche teilzunehmen. Bitte separate Anmeldung unter Kursnummer E58001.

Leitung: Mechthild Werner, Dipl.-Sozialpädagogin

ZEIT SCHENKEN - EHRENÄMTER DER KATH. FABI ENGAGEMENTMÖGLICHKEITEN AUCH FÜR SENIOR*INNEN IN DER KATH. FABI

Mo, 08.09.25, 15.30 - 17.00 Uhr, 1 x E58025 0,00 €

Mo, 19.01.26, 15.30 - 17.00 Uhr, 1 x E58026 0,00 €

Mo, 11.05.26, 15.30 - 17.00 Uhr, 1 x E58027 0,00 €

Bitte melden Sie sich im Vorfeld für diese Veranstaltung telefonisch an.

Leitung: Katrin Epheser, Dipl.-Sonderpädagogin

FÖRDERANTRÄGE STELLEN - DAS 1X1 DES FÖRDERMANAGEMENTS

Mi, 27.08.25, 10.30 - 12.00 Uhr, 1 x D58021 0,00 €

Für interessierte Vereinsmitglieder und Antragstellende

Leitung: Daniela Barlag

lichtweisz®
kommunikationsdesign





DR. HÖCKELMANN & PARTNER
BERGER

RECHTSANWÄLTE | NOTAR

Dragana Peschke
Fachanwältin für Miet-/Wohnungseigentumsrecht
Fachanwältin für Bau-/Architektenrecht
• Zwangsvollstreckungsrecht

Andreas Berger
Fachanwalt für Arbeitsrecht
• Transport-/Speditionsrecht
• Datenschutz
• Unternehmensrecht
• Öffnungs-/Verkehrsrecht
• Strafrecht

Susanne Buchweitz
Fachanwältin für Familienrecht
• Bankrecht
• Verwaltungsrecht
• Sozialrecht

Dr. Eckhard Höckelmann
Notar
Fachanwältin für Erbrecht
Fachanwältin für Steuerrecht
• Vertragsrecht
• Wirtschaftsrecht
• Insolvenzrecht
• Wettbewerbsrecht

Gesine Avermann
Fachanwältin für Handels-/Gesellschaftsrecht
Fachanwältin für Steuerrecht
• Grundstücksrecht
• Immobilienrecht
• Versicherungsrecht
• Mediatorin

Herrenteichsstraße 5 | 49074 Osnabrück | Telefon: 05 41/58 05 45-0 | www.HBP-net.de

„Nachhaltig einrichten: Büromöbel - neu & gebraucht.“



**Expan
Büromöbel**

Wir können alles.
Ihr Büromöbel-Problemlöser in
Osnabrück seit 25 Jahren!

www.expan.de
0541 / 50 64 67 30



FABI
Familien-Bildungsstätte Osnabrück

Besonderes
zum
Weihnachtszeit

*Schöne
Bescherung*

4. DESIGN & GENUSS
MARKT
22. November 2025

Lassen Sie sich verzaubern!

In einem festlichen Ambiente mitten in der Stadt bieten wir Ihnen ein außergewöhnliches Verkaufs-Event.

Wir schaffen für Sie einen zauberhaften Rahmen und sorgen für eine stimmungsvolle Atmosphäre im Lichterglanz.

genießen
stöbern
verweilen
lauschen
probieren
Begegnen

Samstag, 22.11.2025
10.00 – 17.00 Uhr
Eintritt 2 Euro
– Kinder frei –

?

INFOS

AGB
Tagen in der FABI
Bistro



Die Katholische Familien-Bildungsstätte ist ein eingetragener Verein. Als Einrichtung der Kinder- und Jugendhilfe bietet sie im Herzen Osnabrücks präventiv erziehungsbezogene Familienbildung für Eltern, Kinder und Jugendliche an.

Nach § 16 Abs. 2 SGB VIII stellt sie Familienbildung, -beratung, -freiheit und -erholung ins Zentrum ihrer Aktivitäten.

Die Allgemeinen Geschäftsbedingungen gelten für alle ausgeschriebenen Bildungsveranstaltungen.

» TEILNAHME

An unseren Veranstaltungen und Kursen können alle interessierten Erwachsenen, Jugendlichen und Kinder teilnehmen, unabhängig von Alter, Herkunft, Konfession.

Während der offiziellen niedersächsischen Schulferien finden keine kontinuierlichen Veranstaltungen statt, außer den geplanten Angeboten im Rahmen der Ferien.

» ANMELDUNG

Anmeldungen müssen schriftlich erfolgen:

Online auf unserer Homepage www.kath-fabi-os.de, per Post oder per E-Mail über info@kath-fabi-os.de.

Wenn Sie Ihre Handynummer oder aktuelle E-Mail-Adresse angeben, werden wir Sie bei Kursausfällen/Terminänderungen per SMS oder E-Mail informieren!

Anmeldebestätigungen erfolgen nur bei Vorliegen einer gültigen E-Mail-Adresse per E-Mail. Ansonsten erhalten Sie keine Anmeldebestätigungen! Sollten Sie keine Anmeldebestätigung erhalten, ist Ihre Anmeldung trotzdem rechtsgültig. Wir informieren Sie nur, wenn der Kurs belegt ist oder wenn zu wenige Anmeldungen vorliegen.

Mit der Anmeldung in Textform besteht eine Zahlungspflicht, unabhängig von der Teilnahme, das bedeutet auch bei Krankheit oder vorzeitigem Ausscheiden eine 100%ige Gebührenpflicht.

Gebühren werden erstattet, falls ein Kurs ausfällt.

Telefonische An- und Abmeldungen sind nicht möglich. Die Anmeldungen werden in der Reihenfolge des Eingangs berücksichtigt.

Wir können, aufgrund Ihrer telefonischen Anfrage, 5 Tage für Sie einen Platz reservieren. Dann spätestens muss Ihre schriftliche Anmeldung vorliegen, sonst wird der Platz weitervergeben.

Ein Probebesuch der Kurse ist leider nicht möglich.

Teilnehmer*innen der Bildungsurlaube und Fortbildungsangebote in den Fachbereichen 3100, 5200 und 5400 erhalten eine Anmeldebestätigung per E-Mail oder per Post!

Adress- bzw. Kontoverbindungsänderung

Bitte teilen Sie uns rechtzeitig mit, wenn sich Ihre Adresse oder Kontoverbindung ändert.

» ABMELDUNG

Sollten Sie an einem Kurs nicht teilnehmen können, so ist eine **Abmeldung (schriftlich oder per E-Mail) spätestens fünf Werktagen vor Kursbeginn** notwendig, um von der Zahlungspflicht entbunden zu werden. Wird diese Abmeldefrist nicht eingehalten oder Sie können wegen Krankheit nicht teilnehmen, verpflichten Sie sich zur Zahlung der vollen Kursgebühr.

Bei Fortbildungen in den Fachbereichen 3100, 5200 und 5400, Angebote der Ferienfreizeiten und Ferienkita, sowie in den Fachbereichen 3100, 5200, 5400, 5500 und 5600 gilt eine Abmeldefrist bis spätestens **14 Tage vor Kursbeginn**.

Das Fernbleiben vom Kurs gilt nicht als Rücktritt, beziehungsweise Kündigung vom Vertrag. Ab- oder Ummeldungen bei Kursleiter*innen sind unwirksam.

Bei Bildungsurlauben im Fachbereich 7400 ist eine Abmeldung bis zu drei Wochen nach der Anmeldung gebührenfrei. Bei späteren Abmeldungen werden folgende Kosten berechnet:

- Ab drei Wochen nach Anmeldung bis zu zwei Monaten vor Veranstaltungsbeginn: 20% des Basispreises (mind. 50 Euro als Verwaltungsgebühr)
- Zwischen zwei Monaten bis einem Monat vor Veranstaltungsbeginn: 50% des Basispreises
- Nach weniger als einem Monat vor Veranstaltungsbeginn: 100% des Basispreises.

» ORGANISATORISCHES

Grundsätzlich findet eine Veranstaltung nur statt, wenn die geplante Mindestteilnehmerzahl erreicht ist.

Es besteht kein Anspruch darauf, dass eine Veranstaltung durch eine bestimmte Kursleitung durchgeführt wird. Das gilt auch dann, wenn die Veranstaltung mit dem Namen einer Kursleitung angekündigt wurde. Soweit der Gesamtzuschnitt der Veranstaltung nicht wesentlich beeinträchtigt wird, berechnigen der Wechsel der Kursleitung und Verschiebungen im Ablaufplan weder zum Rücktritt vom Vertrag noch zur Minderung des Entgelts.

» TEILNAHMEGEBÜHREN

Die Gebühren werden per SEPA-Basis-Lastschrifteinzugsverfahren erhoben. Das Mandat erbitten wir auf dem entsprechenden Formular auszufüllen ((auf unserer Internetseite, in der Verwaltung der FABI)). Das Mandat gilt längstens 36 Monate nach der letzten Lastschrift oder bis zum Widerruf. Bei einer falsch angegebenen Bankverbindung

oder einer Rückbuchung mangels Kontodeckung belastet Ihre Bank unser Konto mit einer Gebühr in Höhe von 3 Euro. Diesen Betrag werden wir Ihnen in Rechnung stellen. Die Kursgebühr wird nach Veranstaltungsbeginn erhoben. Die Fälligkeit der Kursgebühren fällt auf den ersten Kurstag und wird unter Einhaltung der Bankfristen innerhalb von ca. 14 Tagen von Ihrem Konto abgebucht. Zeitliche Abweichungen sind verwaltungsbedingt möglich. Eine weitere Benachrichtigung für den Lastschrifteinzug erfolgt nicht.

Unsere Bankverbindung lautet:

Darlehnskasse Münster (DKM)
IBAN DE98 4006 0265 1101 5507 00
BIC GENODEM1DKM

Bei Karten- oder Barzahlung ist die Gebühr **spätestens am ersten Kurstag vor Beginn der Veranstaltung** in der FABI-Verwaltung bar zu entrichten. Jugendliche zählen ab dem 18. Lebensjahr als Erwachsene und werden so berechnet. Familienpreise sind in Einzelfällen über die Fachbereichsleitung möglich.

» STEMPELKARTE

Die Stempelkarte hat einen Wert von 20 Euro = 5 Termine oder 40 Euro = 10 Termine. Bei Erwerb der Stempelkarte mit zehn Terminen ist die Teilnahme am elften Termin gebührenfrei. Die Stempelkarte berechtigt zur Teilnahme an den folgenden Angeboten: Offener Babytreff, offener artgerecht® Treff und die MachBar.

Gültigkeit: Zwei Jahre nach Ausstellungsdatum.

Die Stempelkarte ist personengebunden und nicht auf Drittpersonen übertragbar (Ausnahme: Partner*innen/Großeltern). Die Stempelkarte wird erst nach Zahlungseingang/Abbuchung ausgehändigt. Kurzfristig kann diese in der Verwaltung erworben werden.

» ERMÄSSIGUNGEN

Folgende Ermäßigungen können beantragt werden:

- » **Erstattungen für Präventionskurse durch Krankenkassen**
Diese Kurse sind im Programmheft gekennzeichnet als Krankenkassen zertifizierte Präventionskurse nach § 20 SGB V (regelmäßige Teilnahme von 80 % der Kursstunden).
- » **Osnabrück-Pass**
Auf Anfrage können Inhaber*innen des Osnabrücker Familienpasses eine Ermäßigung bei der FABI beantragen. Weitere Infos dazu erhalten Sie in unserer Verwaltung.
- » **Gutschein für die Teilhabe am sozialen und kulturellen Leben**
Weitere Informationen erhalten Sie beim zuständigen Jobcenter.

» DATENSCHUTZ

Die Kath. FABI unterliegt den Regelungen des kirchlichen Datenschutzgesetzes (KDG) in der jeweils gültigen Fassung. Zum Zwecke der Vertragsdurchführung der Veranstaltungen setzt die FABI automatisierte Datenverarbeitung ein. Dabei werden mit der Anmeldung folgende Daten nach **Art. 6 Abs. 1. Buchst. b** erfasst: Name, Vorname, Anschrift, Geburtsdatum der Kinder, Geschlecht, Telefonnummer,

Kursnummer, Semester, Kurstitel und Entgelt sowie im Falle einer Einzugsermächtigung die Bankverbindung. Zu statistischen Zwecken wird die Einteilung in Altersgruppen, die Einteilung weiblich/männlich anonymisiert weiterverarbeitet. Zum Zwecke des Bankeinzugsverfahrens werden Name, Vorname, Bankverbindung, Entgelte und Kursnummer an die Hausbank der Kath. FABI übermittelt.

Sämtliche von Ihnen bereitgestellten Daten werden elektronisch gespeichert. Die hierdurch entstehenden Datenbanken und Anwendungen können durch von uns beauftragte IT-Dienstleister betreut werden. Weitere Informationen finden Sie in unserer Datenschutzerklärung unter www.kath-fabi-os.de.

Für weitere Auskünfte rund um das Thema Datenschutz in unserer Einrichtung steht Ihnen Ingrid Ketteler zur Verfügung.

» SSL-VERSCHLÜSSELUNG IM INTERNET

Werden auf www.kath-fabi-os.de persönliche Daten erhoben, findet die Datenübertragung verschlüsselt unter Verwendung des SSL-Verfahrens statt. Wir verwenden dabei die in Deutschland sichere Standard-Verschlüsselung mit einem 256bit-Schlüssel, wie sie z. B. auch bei Banken eingesetzt wird.

» BESCHEINIGUNG

Teilnahmebescheinigungen für Fortbildungen und Präventionskurse werden nach Kursende durch die Kursleitung gebührenfrei ausgegeben. Benötigen Sie eine Bescheinigung für einen anderen Kurs, teilen Sie das bitte in der Verwaltung mit (die regelmäßige Teilnahme von 80 % der Kursstunden muss gegeben sein).

» HAFTUNG

Für die Beschädigungen, Diebstahl oder den Verlust von persönlichem Eigentum kann keine Haftung übernommen werden. Bitte lassen Sie keine Wertsachen unbeaufsichtigt liegen!

» VERANSTALTUNGSPORT

Wenn kein Ort angegeben ist, finden die Veranstaltungen in den Räumen der Kath. Familien-Bildungsstätte statt. Die FABI ist behindertengerecht ausgestattet und barrierefrei.

» HAUSORDNUNG

Die FABI ist eine rauchfreie Zone. Wir bitten, auf das Rauchen in den Räumlichkeiten und im Innenhof der FABI zu verzichten. Die Mitnahme von Tieren in die FABI ist nicht gestattet!

Gefördert durch:



Weiterhin werden Kurse in Kooperation mit der KEB nach dem Nds. Erwachsenenbildungsgesetztes in pädagogischer Verantwortung der KEB durchgeführt.





- » Räume
 - » zum Denken
 - » zum Kreativsein
 - » zum Wohlfühlen
- » Catering/Verpflegungsservice
 - » aus der eigenen Genusswerkstatt
- » Technik
 - » für die sichere Kommunikation



ERFOLGREICH TAGEN IN DER FABI

ZENTRALIN
QS-NARBICK



Fakten und Zah

- » 5 Tagungs-/Konferenzräume
 - » 1 Saal
 - » für 5 - 180 Personen
 - » 3 Etagen
 - » 3 Wohlfühlräume
 - » 3 Kreativwerkstätten
 - » 360 Tage buchbar
 - » Hauseigenes Catering
 - » 1 Bistro für „Jedermann“
 - » 1 Innenhof – im Sommer mit Sonnengarantie
 - » 5 Min. in die Innenstadt
 - » 10 Min. zum Bahnhof

... in guter Atmosphäre tage



» IMPRESSUM

Herausgegeben von

Katholische Familien-Bildungsstätte e.V.
Große Rosenstraße 18, 49074 Osnabrück
Telefon 05 41/3 58 68-0

Verantwortlich

Juliane Huesmann, Leiterin der FABI
Ingrid Ketteler, stellvertretende Leiterin der FABI

Bildquellen: Mitarbeiterfotos von Melanie Plogmann und Ingrid Ketteler

Technische Herstellung: Levien-Druck GmbH
Eduard-Pestel-Straße 16, 49080 Osnabrück

Telefon 0541/95929-0

Layout: lichtweisz



Guten Appetit

FRISCH, REGIONAL
UND LECKER

ENTSPANNT
GENIESSEN IM

FABISTRO
Familien-
Bildungsstätte
Osnabrück



Täglich frisch, regional
und lecker!

Mittagstisch und Kaffee-
spezialitäten warten auf Sie!

Öffnungszeiten Mittagstisch
Montags bis Donnerstags
11.30 Uhr bis 14.00 Uhr

Kath. Familien-Bildungsstätte e.V.
Große Rosenstraße 18
49074 Osnabrück
www.kath-fabi-os.de
Ulrike Gilles, Telefon 0541 358 68-18

Hier geht's
zum aktuellen
Speiseplan

