

Sehr geehrte Damen und Herren, liebe Teilnehmer*innen, im Dezember haben wir weniger Programmangebote als in den anderen Monaten eines Jahres. Wir nutzen dieses Programmblatt deshalb nicht nur für Ankündigungen für Angebote im zu Ende gehenden Jahr, sondern auch, um Ihnen die für 2024 geplanten Fahrten und andere besondere Veranstaltungen vorzustellen. Vielleicht suchen Sie ja noch ein schönes, werthaltiges Weihnachtsgeschenk, z. B. für Menschen, die für neue Eindrücke auf Bildungsfahrten aufgeschlossen sind. Wir stellen Ihnen auch gerne einen Geschenkgutschein aus. Natürlich können Sie sich aber auch selbst anmelden. Gerade bei besonderen Angeboten wie Fahrten und Besichtigungen ist eine frühzeitige Anmeldung empfehlenswert, um sich einen Platz zu sichern.

Fahrten-Reihe im Sommer 2024
"MORGENS AUF TOUR - ABENDS DAHEIM"

Jeweils samstags von 7 bis 20 Uhr. Mit Klaus Friedrich. Je 49 Euro.

"Unterwegs im 3B-Land" - Auf Entdeckungsfahrt zwischen Bietigheim-Bissingen, Bönnigheim und Besigheim
27. Juli 2024.

"Weltkultur und Rheinromantik" - Unterwegs zwischen Koblenz, Sayn und Bad Ems
3. August 2024.

"Schatzkammer Odenwald" - Michelstadt und Erbach
17. August 2024.

"Ei Gude und Welcome" - Frankfurt, die überraschende Weltstadt am Main
24. August 2024.

Weitere Fahrten 2024

Tagesfahrt zur Gedenkstätte des ehemaligen KZ Natzweiler-Struthof

Samstag, 16. März 2024, 9 bis 19 Uhr. Kooperationsveranstaltung mit Netzwerk für Demokratie und Courage Saar e. V. (NDC Saar). Mit Dozent*innen des NDC Saar. 55 Euro/34 Euro für Teilnehmer*innen zwischen 16 und 27 Jahren (gefördert über NDC Saar). Anmeldeschluss: 4. März.

Tagesausflug nach Metz

Samstag, 13. April, 8 bis 20 Uhr. Mit Hans Rosenberger. 49 Euro.

"Wälder, Wein und Weltgedächtnis" - Auf Entdeckungstour zwischen Clervaux und der Luxemburgischen Riviera
Samstag, 20. April, 8 bis ca. 20 Uhr. Mit Klaus Friedrich. 49 Euro.

Tagesausflug auf den Spuren von Hildegard von Bingen
Sonntag, 15. September, 7 bis ca. 20 Uhr. Mit Klaus Friedrich. 49 Euro.

Fahrt nach Straßburg mit Besichtigung des Europäischen Parlaments
Mittwoch, 9. Oktober, 7.30 bis 20 Uhr. Mit Mathias Wolbers. 49 Euro.

Besichtigungen

Besichtigung des Nobilia-Werks auf dem Lisdorfer Berg
Freitag, 23. Februar, 14 Uhr. 0 Euro. Maximal 15 Teilnehmer*innen. Anmeldung bis 15. Februar.

Besichtigung der Alu-Gießerei Nemak Dillingen GmbH
Freitag, 26. April, 13.30 Uhr. 0 Euro. Maximal 15 Teilnehmer*innen. Anmeldung bis 18. April.

Das ganz besondere Weihnachtsgeschenk (?)

Motorsägengrundkurs - Sägen am liegenden Holz
1./2. Dezember. Jeweils freitags von 18 bis 21 Uhr sowie samstags von 8 bis ca. 16.30 Uhr. Jeweils 110 Euro. Außerdem am 19./20. Januar, 23./24. Februar, 22./23. März. Weitere Kurse 2024 in Planung.

Workshop: Zaubern mit Maxim Maurice
Sonntag, 14. Januar, 11 bis 14 Uhr. Mit dem Magier Maxim Maurice. 45 Euro inklusive aller Materialien. Anmeldung bis 5. Januar.

Experimentelle Radierung: Kaltnadel/Collagrafie unter Verwendung von Recyclingmaterialien

Montag, 15. Januar, 10 bis 17 Uhr. Atelier für Druckgrafik von Gabi Wagner, Saarbrücken. 80 Euro (70 Euro, wenn weitere Tage gebucht werden) inklusive Material. Auch an den folgenden Tagen bis 21. Januar 2024.

3B-Galerie

"Rendezvous in fabelhaften Welten"

Gemälde und Zeichnungen von Mecki Ganster & Vera Maria Zapp Bis 15. Dezember. Montags bis donnerstags 8 bis 16 Uhr, freitags 8 bis 13 Uhr sowie während laufender Veranstaltungen im Oswald-von-Nell-Breuning-Haus. Am besten vorher anmelden bei Gerhard Alt, Telefon 06831-7602-41 oder gerhard.alt@3b-verbund.de.

Bitte weitersagen!

Lesen und Schreiben

Mittwoch, 18 bis 20.15 Uhr. Für alle, die nicht gut lesen und schreiben können. Mit Velimira Cercena-Krumm. 0 Euro. Einstieg möglich.

NEU: Rechtschreibung für Alltag und Beruf - für Jugendliche und Erwachsene jeden Alters

Dienstag, 9. Januar, 18 bis 19.30 Uhr. Mit Anja-Silvia Klupp. 0 Euro. Geplant jeden Dienstag.

Vorbereitungslehrgang auf die externe Abschlussprüfung Hauswirtschaft

Neuer Kurs 2024. Info: 06831-7602-321.

Qualifizierung zur zusätzlichen Betreuungskraft

Start voraussichtlich Februar 2024. Anmeldungen bereits möglich. Info: 06831-7602-321.

Auffrischkurs für Betreuungskräfte

Mehrere Termine im Jahr 2024 ab Februar geplant. Jeweils Freitag/Samstag, 9 bis 16.30 Uhr. Info: 06831-7602-321.

Senior*innen-Mittagstisch

Montags bis Freitags 11.30 bis 13.30 Uhr. In Einzelfällen nach Absprache auch Lieferung nach Hause möglich. Anmeldung täglich bis 9 Uhr unter Telefon 06831-7602-35.

KuRS - Jugendberatung und Notschlafstelle

Kontakt: 06831-7602660 - silvia.prinz@3b-verbund.de

Sprachkurse

Integrationskurs (ab 5. Februar 2024)

Integrationskurs mit Alphabetisierung (ab 4. März 2024) sowie **Berufsbezogene Sprachkurse**
Anmeldungen bereits möglich. Info: 06831-7602-321.

Niederschwelliger Deutschkurs - vormals "Mama lernt Deutsch"

Donnerstags: Anfänger*innen 8 bis 10.15 Uhr - Fortgeschrittene 10.15 bis 12.30 Uhr. Einstieg jeweils möglich. Mit Petra Gerstner-Stoffel. 0 Euro.

Regelmäßig jede Woche

Hausmusik bei Ute Mertes - Klassik, Jazz, Tango ...

Dienstags, 10 bis 12 Uhr. 0 Euro.

Yoga-Treff 60+

Dienstags, 10.30 bis 11.30 Uhr. Mit Gaby Dietzen-Groß. 7 Euro.

Offener Treff für Handarbeiten

Mittwochs, 9 bis 11.30 Uhr. 0 Euro.

Treff für Regionalgeschichte

Mittwochs, 15 bis 16.30 Uhr. Mit Helmut Grein. 8 Euro.

Rock'n'Roll-Tanzen - auch für Anfänger*innen

Mittwochs, 20.15 bis 21.45 Uhr. Mit Tanja Gelz. 8 Euro.

Treff für Autogenes Training

Freitags, 17 bis 18 Uhr. Mit Anika Helmich. 7 Euro.

Malen im Atelier von Lioba Amann

Sonntags, 10 bis 15 Uhr. In Kooperation mit KommKultur e. V. Saarlouis. 15 Euro/Stunde.

Nähen mit der Schneidermeisterin Ruth Engeldinger

Materialabsprache: 0157-55951199.

Nähen am Dienstag

3 Termine ab 5. Dezember, 17.30 bis 20.30 Uhr. 36 Euro.
6 Termine ab 9. Januar, 17.30 bis 20.30 Uhr. 72 Euro.

Nähen am Mittwoch

3 Termine ab 6. Dezember, 17 bis 20 Uhr, 36 Euro.

Workshop für Nähen mit der Overlock-Maschine

Samstag, 9. Dezember, 10 bis 16 Uhr. 40 Euro.
Ebenso 16. Dezember sowie Termine 2024.

Workshop für Nähen - auch Overlock

Donnerstag, 21. Dezember, 17.30 bis 20.30 Uhr. 20 Euro. Ebenso Termine 2024 als "Treff für Nähen".

Das weitere 3B-Programm in zeitlicher Folge

Treff für Autogenes Training

Fr, 1. Dez, 17 bis 18 Uhr. Mit Anika Helmich. 7 Euro.
Bitte Matte mitbringen und bequeme Kleidung tragen.

Französische Gesprächsrunde

Sa, 2. Dez, 10 bis 12.15 Uhr. Mit Jeanne Pöppel. 7 Euro.

Kundalini-Yoga

Sa, 2. Dez, 16 bis 17.30 Uhr. Mit Tea Dekanoidze. Bitte mitbringen: Matte, Decke, Yogakissen, bequeme Kleidung und Wasser. 14 Euro. Alle 14 Tage.

Workshop Tango Argentino

Sa, 2. Dez, 16.15 bis 17.45 Uhr. Mit Andreas Ernst. 28 Euro.

Trommel-Treff: Afrikanische Rhythmen auf der Djembé (auch für Anfänger*innen)

So, 3. Dez, 15 bis 16.30 Uhr. Mit Susanne Marzen-Schwindling. 12 Euro. Instrument kann mitgebracht oder zur Verfügung gestellt werden.

Starke Mitte durch starken Beckenboden für Frauen ab 50

Mo, 4. Dez, 13.30 bis 15 Uhr. Mit Ortrud Kleber. 12 Euro. Bitte Matte mitbringen und bequeme Kleidung tragen. Alle 14 Tage.

Kennenlernen von Klopfakupressur, Eutonie und Meditation

Mo, 4. Dez, 15 bis 16.30 Uhr. Mit Ingeborg Weiland. 15 Euro. Bitte Matte mitbringen und bequeme Kleidung tragen.

"Klingender Advent":

Gedichte und Klänge zur Vorweihnachtszeit

Mo, 4. Dez, 18.30 bis 19.30 Uhr. Mit Angelika Höfle. 9 Euro.

Eine Stunde Tango Argentino im Alten Rathaus

Mi, 6. Dez, 20 bis 21 Uhr. Mit Andreas Ernst. Kulturtreff Altes Rathaus Saarwellingen. In Kooperation mit der Gemeinde Saarwellingen. 20 Euro.

"Dazu kann ich was erzählen!"

Treff zum Austausch von Lebenserfahrungen

Do, 7. Dez, 9.30 bis 11 Uhr. Mit Waltraud Heyer. 0 Euro.

Treff für Qi Gong

Do, 7. Dez, 16 bis 17.30 Uhr. Mit Ortrud Kleber. 12 Euro.

In Kürze erscheinen der Katalog "Unsere Zeit" mit Programmangeboten besonders für Menschen ab zirka 55 Jahren sowie "Forum 3B", das Magazin unseres Verbundes 3B - Begleiten-Bilden-Begegnen.

Treff für Autogenes Training

Fr, 8. Dez, 17 bis 18 Uhr. Mit Anika Helmich. 7 Euro.
Bitte Matte mitbringen und bequeme Kleidung tragen.

Literarisches zur Blauen Stunde

Fr, 8. Dez, 18 bis 19.30 Uhr. Mit Anja-Silvia Klupp. 9 Euro.

Vortrag: Lou Andreas-Salomé: Schriftstellerin - Muse - Psychoanalytikerin. Impressionen einer faszinierenden Frau

Sa, 9. Dez, 17.15 bis 19.15 Uhr. Mit Ortrud Kleber. 10 Euro.

"Genuss & Musik": Vollwertiges Essen mit Tafelmusik

So, 10. Dez, 11 bis 16 Uhr. Mit Margit Both-Weber und einem Musikensemble. 18 Euro. Hutsammlung für die Musiker*innen.

Hochsensibel-Gesprächskreis

Mo, 11. Dez, 17 bis 18.30 Uhr. Mit Ingeborg Weiland. 0 Euro.

Hochsensibel-Gesprächskreis **3B ONLINE**

Mo, 11. Dez, 19.30 bis 21 Uhr. Mit Ingeborg Weiland. 0 Euro.

"Klingender Advent":

Gedichte und Klänge zur Vorweihnachtszeit

Mo, 11. Dez, 18.30 bis 19.30 Uhr. Mit Angelika Höfle. 9 Euro.

Kennenlernen von Klopfakupressur, Eutonie und Meditation

Mo, 11. Dez, 15 bis 16.30 Uhr. Mit Ingeborg Weiland. 15 Euro. Bitte Matte mitbringen und bequeme Kleidung tragen.

Vortrag: "Dichturfürst und Feuerkopf".

Die Freundschaft zwischen Goethe und Schiller

Di, 12. Dez, 16 bis 17.30 Uhr. Mit Mia Herber. 10 Euro.

Englische Gesprächsrunde

Di, 12. Dez, 18.30 bis 20 Uhr. Mit Peter Allmann. 8 Euro. Alle 14 Tage.

Grundbildungsreihe:

Auskommen mit der Rente. Excel hilft dabei

Di, 12. Dez, 18 bis 21 Uhr. Mit Ronny Lauer. 24 Euro.

Englische Gesprächsrunde **3B ONLINE**

Mi, 13. Dez, 18 bis 19.30 Uhr. Mit Nadja Kowalski. 7 Euro. Alle 14 Tage.

Spanische Gesprächsrunde

Mi, 13. Dez, 18 bis 19.30 Uhr. Mit Marta García Jorge. 8 Euro.

Gesprächskreis über aktuelle Themen

Do, 14. Dez, 9.30 bis 11 Uhr. 0 Euro. Alle 14 Tage.

Treff für Autogenes Training

Fr, 15. Dez, 17 bis 18 Uhr. Mit Anika Helmich. 7 Euro.

Französische Gesprächsrunde

Sa, 16. Dez, 10 bis 12.15 Uhr. Mit Jeanne Pöppel. 7 Euro.

Die fünf Tibeter. Sanftes Training für Körper und Geist

Sa, 16. Dez, 14 bis 17 Uhr. Mit Ortrud Kleber. 24 Euro.

Trommel-Treff: Afrikanische Rhythmen auf der Djembé (auch für Anfänger*innen)

Sa, 16. Dez, 16.30 bis 18 Uhr. Mit Susanne Marzen-Schwindling. 12 Euro.

Kundalini-Yoga

Sa, 16. Dez, 16 bis 17.30 Uhr. Mit Tea Dekanoidze. Bitte mitbringen: Matte, Decke, Yogakissen, bequeme Kleidung und Wasser. 14 Euro.

Starke Mitte durch starken Beckenboden für Frauen ab 50

Mo, 18. Dez, 13.30 bis 15 Uhr. Mit Ortrud Kleber. 12 Euro. Bitte Matte mitbringen und bequeme Kleidung tragen. Alle 14 Tage.

Lu Jong - tibetisches Heilyoga

Di, 19. Dez, 14 bis 15.30 Uhr. Mit Ortrud Kleber. 12 Euro. Bitte Matte mitbringen und bequeme Kleidung tragen.

Eine Stunde Tango Argentino im Alten Rathaus

Mi, 20. Dez, 20 bis 21 Uhr. Mit Andreas Ernst. Kulturtreff Altes Rathaus Saarwellingen. In Kooperation mit der Gemeinde Saarwellingen. 20 Euro.

Treff für Autogenes Training

Fr, 22. Dez, 17 bis 18 Uhr. Mit Anika Helmich. 7 Euro. Bitte Matte mitbringen und bequeme Kleidung tragen.

**Allen Teilnehmer*innen und Freund*innen
von 3B Begleiten-Bilden-Begegnen:**

Frohe Weihnachten und ein gutes neues Jahr!