

Über unser Bildungsportal können Sie sich selbst direkt anmelden: www.bildungsportal.3b-verbund.de oder über den QR-Code:



3B-Galerie

"Momente der Schönheit und Ruhe"

Werke von Yvette Henrion, Rosemarie Horbach, Natalie Kolaric.
Vom 30. Okt. bis 12. Dez. Mo - Do 08:00-16:00 Uhr,
Fr 08:00-13:00 Uhr. Vernissage: Do 30. Oktober 19:00 Uhr.

Fahrten

Vorweihnachtsglanz am Neckar - unterwegs zwischen Heidelberg und Ladenburg

Sa 29.11. 08:00-20:00 Uhr. K. Friedrich. 55 Euro.

Wein, Weltkultur und Vorweihnachtszauber - Trier und Luxemburg im Advent

Sa 13.12. 08:00-20:00 Uhr. K. Friedrich. 55 Euro.

Bitte weitersagen!

Kindergeburtstag - organisiert vom 3B-Bildungsteam

Auf Wunsch wählbar, z. B. Detektiv-Party, Nähen, Keramik, Survival, Esel-Wanderung ...

Einzelberatung für Smartphone & PC: "Digital 1:1"

Individuelle Termine (90 Min.), Windows oder Android. Mit S. Breil. 90 Euro.

Mittagstisch

Mo-Fr 11:30-13:30 Uhr. In Einzelfällen Lieferung nach Hause möglich. Anm. täglich bis 09:00 Uhr: Tel. 06831-7602-35.

KuRS - Jugendberatung und Notschlafstelle

Kontakt: Tel. 06831-7602-660.

Sprachkurse & Qualifizierung

Integrationskurs geplant ab 2.02.2026

Alphabetisierungskurs geplant ab 21.04.2026 | Info: 06831-7602-321.

Niederschwelliger Deutschkurs (vormals: "Mama lernt Deutsch")

Donnerstags: Anfänger*innen: 08:00-10:15 Uhr - Fortgeschrittene: 10:15-12:30 Uhr. Einstieg nach Anmeldung jeweils möglich.
P. Gerstner-Stoffel. 0 Euro.

Qualifizierung zur zusätzlichen Betreuungskraft nach §§43b, 53c SGB XI ("Fachkraft für Betreuung")

Ab. 12.11. Info: 06831-7602-310.

Auffrischkurs für Betreuungskräfte nach §§ 43b, 53c SGB XI.

Fr/Sa 07./08.11. 2x 9-16:30 Uhr. S. Kelkel. 190 Euro.
Fr/Sa 28./29.11. 2x 10:00-17:00 Uhr. B. Herrmann. 190 Euro.

Vorbereitungslehrgang auf die externe Abschlussprüfung Hauswirtschaft

Info: 06831-7602-310.

Grundqualifizierung Hauswirtschaft mit Sprachförderung

Vermittlung von Grundwissen in Hauswirtschaft, Sprachtraining, sozialpädagogische Begleitung. | Info: 06831-7602-310.

IHK-Zertifikatslehrgang: Fachkraft für Buchhaltung digital

Geplant ab Mai 2026. | Info: Telefon 06831-7602-310.

Grundbildung



Das Ministerium für Bildung und Kultur fördert Angebote zur Grundbildung. Deshalb sind diese für die Teilnehmer*innen kostenlos.

Erfahrungsbericht Elektromobilität

Mo 03.11. 1x 18:00-21:00 Uhr. R. Lauer. 0 Euro.

Treff für gute Ernährung

Di 04.11. 1x 17:30-21:15 Uhr. M. Both-Weber. 0 Euro.
Di 02.12. 1x 17:30-21:15 Uhr. M. Both-Weber. 0 Euro.

Spielend Geld verstehen - der Monetto-Treff

Di 11.11. 2x 15:00-16:30 Uhr. I. Hoffeld. 0 Euro.

Erfahrungsbericht Wärmepumpe im Altbau

Mo 01.12. 1x 18:00-21:00 Uhr. R. Lauer. 0 Euro.



Rechtschreibung für Alltag und Beruf - Jugendliche und Erwachsene

Donnerstags 16:30-18:45 Uhr. V. Cercena-Krumm. 0 Euro.



Besser rechnen im Alltag

Bei Interesse wird ein neuer Kurs angeboten.
Bitte weitersagen und melden!

Lesen und Schreiben

Für alle, die nicht oder nicht gut lesen und schreiben können.
Mi 18:00-20:15 Uhr. V. Cercena-Krumm. 0 Euro.

Regelmäßig jede Woche bei 3B

Gymnastik für Bauch-Beine-Po & Wirbelsäule

Montags 15:30-16:30 Uhr. A. Konrad. 12 Euro.

Hausmusik bei Ute Mertes

Dienstags 10:00-12:00 Uhr. U. Mertes. 0 Euro.

Yoga-Treff 60+

Dienstags 10:30-11:30 Uhr. G. Dietzen-Groß. 7 Euro.

Offener Treff für Handarbeiten

Mittwochs 09:00-11:30 Uhr. 0 Euro.

Treff für Regionalgeschichte

Mittwochs 15:00-16:30 Uhr. H. Grein. 8 Euro.

Lesen und Schreiben

Mittwochs 18:00-20:15 Uhr. V. Cercena-Krumm. 0 Euro.

Rock'n'Roll - auch für Anfänger*innen

Mittwochs 20:15-21:45 Uhr. T. Gelz. 8 Euro.

Rechtschreibung für Alltag und Beruf

Donnerstags 16:30-18:45 Uhr. V. Cercena-Krumm. 0 Euro.

Autogenes Training

Freitags 17:00-18:00 Uhr. A. Helmich. 7 Euro.

Das weitere 3B-Programm in zeitlicher Folge

Hatha-Yoga in russischer Sprache

... am Sonntag ab 02.11. | ... am Dienstag ab 04.11.
... am Donnerstag ab 06.11.

Jeweils 4x 18:00-19:30 Uhr. I. Knorr. Je 60 Euro.

Workshop: Zaubern mit Maxim Maurice

So 02.11. 1x 13:00-16:00 Uhr. 45 Euro.

Yoga & Qigong für Ältere

Mo 03.11. 6x 10:30-11:30 Uhr. I. Heine. 60 Euro.

Nähen am Dienstag

Di 04.11. 3x 18:00-20:15 Uhr. R. Engeldinger. 29,25 Euro.

Strick-Stammtisch für Socken & mehr mit Imbiss

Di 04.11. 7x 18:30-20:00 Uhr. M. Nalbach. 42 Euro.

Literarischer Herbstabend

Di 04.11. 1x 19:00-21:30 Uhr. Stadtbibliothek. 0 Euro.

Vorstellung der Selbsthypnose

Di 04.11. 1x 19:00-20:30 Uhr. I. Weiland. 25 Euro.

Spanische Gesprächsrunde

Mi 05.11. 1x 18:00-19:30 Uhr. M. García Jorge. 8 Euro.
Ebenso: Mi 03.12.

Bewegungstraining für Haltung & Balance

Do 06.11. 1x 14:00-15:30 Uhr. O. Kleber. 15 Euro.
Ebenso alle 14 Tage: 20.11., 04.12. und 18.12.

Socken stricken und mehr bei Kaffee & Kuchen

Do 06.11. 7x 15:30-17:00 Uhr. M. Nalbach. 42 Euro.

Literaturcafé mit Kaffee & Kuchen

Do 06.11. 1x 16:00-17:30 Uhr. M. Herber. 10 Euro.
Ebenso: Do 04.12.

Yoga & Qigong

Do 06.11. 6x 17:00-18:00 Uhr. I. Heine. 72 Euro.

Digital 1:1

Fr 07.11. 1x 16:00-17:30 Uhr. S. Breil. 90 Euro.
Ebenso: 04.12.

Autogenes Training

Fr 07.11. 4x 17:00-18:00 Uhr. A. Helmich. 28 Euro.

Microsoft Excel

Grundkurs Sa 08.11. 1x 9:00-12:00 Uhr. R. Lauer. 49 Euro.
Aufbaukurs Sa 22.11. 1x 9:00-12:00 Uhr. R. Lauer. 49 Euro.

Französische Gesprächsrunde

Sa 08.11. 1x 10:00-12:15 Uhr. J. Pöppel. 8 Euro.
Ebenso alle 14 Tage: Sa 22.11. und 06.12.

Nähen mit der Overlock-Maschine

Sa 08.11. 1x 10:00-16:00 Uhr. R. Engeldinger. 40 Euro.

Bob Dylan gestern & heute

Sa 08.11. 1x 17:15-19:15 Uhr. O. Kleber. 8 Euro.

Treff für Rhythmus mit Trommeln, Bewegung & Gesang

So 09.11. 1x 11:00-12:30 Uhr. S. Marzen-Schwindling. 10 Euro.
Ebenso: 07.12.

Workshop für Erwachsene: "Trommel dich frei!"

So 09.11. 1x 15:00-17:00 Uhr. S. Marzen-Schwindling. 25 Euro.
Ebenso: 07.12.

Hochsensibel-Gesprächskreis in Präsenz

Mo 10.11. 1x 17:00-18:30 Uhr. I. Weiland, E. Nicola. 0 Euro.
Ebenso alle 14 Tage: 24.11., 08.12. und 22.12.

Hochsensibel-Gesprächskreis **3B ONLINE**

Mo 10.11. 1x 19:30-21:00 Uhr. I. Weiland, E. Nicola. 0 Euro.
Ebenso alle 14 Tage: 24.11., 08.12. und 22.12.

Schimmel in der Wohnung - Ursachen & Abhilfe

Di 11.11. 1x 18:00-20:00 Uhr. Koop. Verbraucherzentrale. Dr. W. Ehl. 0 Euro.

Das Ende der Sorgen. Erlernen des Grübelprotokolls

Di 11.11. 1x 18:00-21:00 Uhr. I. Weiland. 35 Euro.

Englische Gesprächsrunde **3B ONLINE**

Mi 12.11. 1x 18:00-19:30 Uhr. N. Kowalski. 8 Euro.
Ebenso alle 14 Tage: 26.11. und 10.12.

Gesprächskreis über aktuelle Themen

Do 13.11. 1x 9:30-11:00 Uhr. 0 Euro.
Ebenso alle 14 Tage: 27.11. und 11.12.

Workshop: Wege aus der Depression.

Selbsthilfekonzept KOMPASS

Mi 12.11. 1x 14:00-17:00 Uhr. P. Brill. 10 Euro.

Starke Mitte durch starken Beckenboden - für Frauen ab 50

Do 13.11. 1x 14:00-15:30 Uhr. O. Kleber. 15 Euro.
Ebenso alle 14 Tage: 27.11. und 11.12.

Umbrüche im Leben annehmen & gestalten

Do 13.11. 1x 15:00-16:30 Uhr. I. Weiland. 15 Euro.

Sich um die eigenen Finanzen kümmern

Fr 14.11. 1x 16:30-18:30 Uhr. T. Beutler. 35 Euro.

Brot backen

Fr 14.11. 1x 17:30-20:30 Uhr. M. Leinenbach. 15 Euro.

Medienworkshop: Aktuelle Entwicklungen & Trends

Fr 14.11. 1x 15:00-17:15 Uhr. Koop. LAG Ev. Erwachsenenbildung.
W. Scheid. 15 Euro inkl. Imbiss.

Motorsägen-Grundkurs

Fr/Sa 14./15.11. 18:00-22:00/08:00-16:30 Uhr. P. Meyer, S. Rech. 125 Euro.

Klangreise und -meditation zur Adventszeit

Fr 14.11. 1x 15:00-17:00 Uhr. J. Fell. 20 Euro.

Kalligrafie für Anfänger*innen & Fortgeschrittene

Sa 15.11. 1x 10:00-17:00 Uhr. B. Jenner. 40 Euro.

Merkmale von Hochsensibilität erkennen

Di 18.11. 1x 17:00-18:30 Uhr. I. Weiland. 15 Euro.

Was mich krank macht & was mich heilt

Do 20.11. 1x 15:00-16:30 Uhr. I. Weiland. 15 Euro.

Merkmale von Hochsensibilität erkennen **3B ONLINE**

Do 20.11. 1x 19:00-20:30 Uhr. I. Weiland. 15 Euro.

KI-Anwendungen im Alltag: ohne Hype, aber mit Spaß!

Fr 21.11. 1x 16:00-18:15 Uhr. Koop. LAG Ev. Erwachsenenbildung.
W. Scheid. Koop. 0 Euro.

Kreativnachmittag für Jung & Alt

Sa 22.11. 1x 15:00-17:15 Uhr. T. Gelz. 10 Euro.

Kochen wie "Fitgreenmind": Weihnachtsmenü

Sa 22.11. 1x 17:30-20:30 Uhr. M. Leinenbach. 15 Euro.

Gustav Regler und Frankreich

Mo 24.11. 1x 19:00-21:00 Uhr. Koop. KEB-Saar & Literaturarchiv
Saar-Lor-Lux-Elsass. Prof. S. Singh, Dr. H. Gätje. 0 Euro.

"Stopp das Gedankenkarussell!" -

Entspannungsübungen am Abend

Mo 24.11. 1x 18:00-19:30 Uhr. D. Laurent. 12 Euro.

Kreative Schreibwerkstatt

Di 25.11. 1x 17:15-19:30 Uhr. C. Sinnwell-Backes. 15 Euro.

Keramiktreff im Atelier TonArt

Do 27.11. 1x 18:00-21:00 Uhr. H. Kley-Baltes. 30 Euro.

Kochen wie "Fitgreenmind": Weihnachtsmenü

Fr 28.11. 1x 17:30-20:30 Uhr. M. Leinenbach. 15 Euro.

"Stress Adieu!" Mit LOM das Grübeln beenden.

Vortrag mit Selbsterfahrung

Fr 28.11. 1x 17:00-20:00 Uhr. B. Morsch. 30 Euro.

Ashtanga-Yoga, Meditation, Selbsterfahrung -

ein Nachmittag zum Glücklicherwerden

Sa 29.11. 1x 13:30-17:30 Uhr. A. Klein. 35 Euro.

Microsoft Powerpoint

Grundkurs Sa 29.11. 1x 9:00-12:00 Uhr. R. Lauer. 49 Euro.
Aufbaukurs Sa 13.12. 1x 9:00-12:00 Uhr. R. Lauer. 49 Euro.

Im Klang zur Ruhe kommen -

Entspannung mit besonderen Instrumenten

Sa 29.11. 1x 15:00-17:15 Uhr. J. Fell. 20 Euro.

Hatha-Yoga in russischer Sprache

... am Dienstag ab 02.12. |... am Donnerstag ab 04.12.
Jeweils 3x 18:00-19:30 Uhr. I. Knorr. Je 45 Euro.

Märchen: "Mal kreativ!"

Mi 03.12. 1x 17:30-19:00 Uhr. A. Theisen. 17 Euro.

Vortrag: Raucherentwöhnung durch Hypnose

Mi 03.12. 1x 19:00-20:30 Uhr. I. Weiland. 25 Euro.

Alternatives Weihnachtsmenü

Do 04.12. 1x 17:30-21:00 Uhr. M. Both-Weber. 28 Euro.

Autogenes Training

Fr 05.12. 3x 17:00-18:00 Uhr. A. Helmich. 21 Euro.

Hatha-Yoga in russischer Sprache am Sonntag

So 07.12. 3x 10:00-11:30 Uhr. I. Knorr. 45 Euro.

Tipps & Infos zur Patientenverfügung

Di 09.12. 1x 19:00-20:30 Uhr. C. Platz. 5 Euro.

Steuern bei Erben, Vererben & Schenkung

Do 11.12. 1x 19:00-20:30 Uhr. H. Philippi. 9 Euro.

Keramiktreff im Atelier TonArt

Do 18.12. 1x 18:00-21:00 Uhr. H. Kley-Baltes. 30 Euro.

**Wir wünschen Ihnen allen
Frohe Weihnachten und einen guten Rutsch.**