

Sehr geehrte Damen und Herren, liebe Teilnehmer*innen und Freund*innen des 3B-Verbunds, der Katalog "Unsere Zeit" ist da - noch ein bisschen umfangreicher als im Vorjahr. Sie können ihn bei uns anfordern oder im Oswald-von-Nell-Breuning-Haus abholen. Dort finden Sie ausführliche Beschreibungen zu unseren Fahrten, Kursen, Workshops und Treffs - mit einem Schwerpunkt auf Angeboten für ältere Teilnehmer*innen, die sich nun neue Betätigungsfelder und Wissensgebiete erschließen wollen.

Weiterhin informieren wir Sie über unsere monatlichen Programmbücher, die Amtsblätter der Gemeinden sowie die Saarbrücker Zeitung und den Wochenspiegel. Wir sind sehr dankbar über diese Ankündigungsmöglichkeiten, die verständlicherweise aber auf sehr knappe Infos beschränkt sein müssen. Im Übrigen können Sie uns nach wie vor gerne anrufen sowie unser Programm über unser Bildungsportal online einsehen und sich auf diesem Wege auch selbst direkt anmelden - über www.bildungsportal.3b-verbund.de oder den hier abgebildeten QR-Code.



Bildungsfahrten: "Morgens auf Tour - abends daheim"

"Vorfrühlingserwachen zwischen Rhein & Nahe": Mystik & Wein
Samstag, 07.03. Klaus Friedrich. 59 Euro.

**"Paradiesgarten Oberrhein":
Auf Entdeckungstour zwischen Schwarzwald & Vogesen**
Samstag, 28.03. Klaus Friedrich. 65 Euro.

**"Savoir-vivre und Weltkultur".
Wendepunkte Europas & prickelnde Momente**
Samstag, 02.05. Klaus Friedrich. 69 Euro.

Auf den Spuren von Robert Schuman
Samstag, 16.05. Mathias Wolbers. 59 Euro.

Juwelen des Maas-Tals
Mittwoch, 01.07. Klaus Friedrich. 69 Euro.

**"Faust & Fachwerk, Wein & Weltkultur"
im "Land der 1000 Hügel"**
Samstag, 18.07. Klaus Friedrich. 65 Euro.

**"Charmantes Mittelelsass"
zwischen Schlettstadt, Ribeauvillé & Riquewihr**
Samstag, 25.07. Klaus Friedrich. 69 Euro.

**"Elvis, Bäderflair & Fachwerkzauber"
zwischen Taunus & Wetterau**
Samstag, 15.08. Klaus Friedrich. 69 Euro.

**"Lebensart & Weltkultur, Wolkenkratzer & Ebbelwei":
Museumsuferfest Frankfurt**
Samstag, 29.08. Klaus Friedrich. 64 Euro.

**Tagesfahrt nach Straßburg
mit Besichtigung des Europäischen Parlaments**
Samstag, 07.10. Mathias Wolbers. 59 Euro.

TIPP: Sichern Sie sich frühzeitig Ihren Platz im Bus!

Bitte weitersagen!

Kindergeburtstag - organisiert vom 3B-Bildungsteam
Auf Wunsch wählbar, z. B. Detektiv-Party, Nähen, Keramik, Survival ...

Einzelberatung für Smartphone & PC: "Digital 1:1"
Individuelle Termine (90 Min.), Windows oder Android. S. Breil. 90 Euro.

Mittagstisch
Montags bis freitags, 11:30-13:30 Uhr. In Einzelfällen Lieferung nach Hause möglich. Anmeldung täglich bis 09:00 Uhr unter Tel. 06831-7602-35.

KuRS - Jugendberatung und Notschlafstelle
Kontakt: Tel. 06831-7602-660.

Sprachkurse & Qualifizierung

Integrationskurs geplant ab 02.03.2026 sowie 31.08.2026

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")

Der Lehrgang wird kontinuierlich angeboten. Info: 06831-7602-310.

Auffrischkurs für Betreuungskräfte nach §§ 43b, 53c SGB XI.
Schwerpunktthema: **"Entspannung als Ressource"**
Fr 06./07.02. 2x 10:00-17:00 Uhr. Bettina Herrmann. 220 Euro.
Weitere Kurse zu verschiedenen Themen für 2026 in Planung, jeweils freitags/samstags 10:00-17:00 Uhr.

Vorbereitungslehrgang auf die externe Abschlussprüfung Hauswirtschaft

Der Lehrgang wird kontinuierlich angeboten, jetzt geplant ab 12.02.2026. Eine Kostenübernahme durch Bildungsgutschein ist unter bestimmten Voraussetzungen möglich. Wir beraten Sie gerne. Info: 06831-7602-310.

Grundqualifizierung Hauswirtschaft mit Sprachförderung
Vermittlung von Grundwissen in Hauswirtschaft sowie Sprachtraining und 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.

Treff für gute Ernährung

Di 03.02. 1x 17:30-21:15 Uhr. M. Both-Weber. 0 Euro.

Spielend Geld verstehen - der Monetto-Treff

Di 03.02. 6x 15:00-16:30 Uhr. I. Hoffeld. 0 Euro.



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.



Besser rechnen im Alltag

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

Regelmäßig jede Woche

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. 0 Euro.

Yoga-Treff 60+
Dienstags 10:30-11:30 Uhr. G. Dietzen-Groß. 7 Euro.

NEU: Brett- und Kartenspiele
Dienstags 15:00-17:00 Uhr. I. Hoffeld. 0 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.

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.

Brett- und Kartenspiele
Freitags 10:00-12:00 Uhr. I. Hoffeld. 0 Euro.

Das weitere 3B-Programm in zeitlicher Folge

Hatha-Yoga in russischer Sprache am Sonntag

So 01.02. 4x 10:00-11:30 Uhr. I. Knorr. 60 Euro.

Hochsensibel-Gesprächskreis - in Präsenz

Mo 02.02. 1x 17:00-18:30 Uhr. I. Weiland, E. Nicola. 0 Euro.

Hochsensibel-Gesprächskreis

Mo 02.02. 1x 20:00-21:30 Uhr. I. Weiland. 0 Euro.

Yoga-Treff 60+

Di 03.02. 1x 10:30-11:30 Uhr. G. Dietzen-Groß. 7 Euro.

Spielend Geld verstehen - der Monetto-Treff

Di 03.02. 5x 15:00-16:30 Uhr. I. Hoffeld. 0 Euro.

Heizsysteme im Hinblick auf die Klimaschutzziele

Di 03.02. 1x 18:00-19:30 Uhr. In Kooperation mit der Verbraucherzentrale des Saarlandes. Dr. W. Ehl. 0 Euro.

Treff für gute Ernährung

Di 03.02. 1x 17:30-21:15 Uhr. M. Both-Weber. 0 Euro.

Hatha-Yoga in russischer Sprache am Dienstag

Di 03.02. 4x 18:00-19:30 Uhr. I. Knorr. 60 Euro.

Nähen am Dienstag

Di 03.02. 3x 18:00-20:15 Uhr. R. Engeldinger. 29,25 Euro.

Yoga-Nidra-Kurs

Mi 04.02. 4x 19:00-20:00 Uhr. S. Schnubel. 50 Euro.

Kochkurs: Vital & vollwertig - gesunde & schnelle Gerichte

Mi 04.02. 1x 17:30-21:15 Uhr. M. Both-Weber. 10 Euro.

Treff für Regionalgeschichte

Mi 04.02. 1x 16:00-17:30 Uhr. H. Grein. 8 Euro.

Englische Gesprächsrunde

Mi 04.02. 1x 18:00-19:30 Uhr. N. Kowalski. 8 Euro.

Philosophiekurs: Nietzsche, Jenseits von Gut und Böse

Mi 04.02. 10x 18:00-19:30 Uhr. G. Alt. 60 Euro.
Textgrundlage: Friedrich Nietzsche: Jenseits von Gut und Böse.
Reclams Universal-Bibliothek Nr. 7114 (5,80 Euro).

Gesprächskreis über aktuelle Themen

Do 05.02. 1x 09:30-11:00 Uhr. 0 Euro.

DigitalTreff - Lernen & Anwenden

Do 05.02. 1x 11:00-14:00 Uhr. S. Breil. 50 Euro.

Starke Mitte durch starken Beckenboden - für Frauen ab 50

Do 05.02. 1x 14:00-15:30 Uhr. O. Kleber. 15 Euro.

Literaturcafé bei Kaffee & Kuchen

Do 05.02. 1x 16:00-17:30 Uhr. M. Herber. 10 Euro.

Hatha-Yoga in russischer Sprache am Donnerstag

Do 05.02. 4x 18:00-19:30 Uhr. I. Knorr. 60 Euro.

Brett- und Kartenspiele

Fr 06.02. 1x 10:00-12:00 Uhr. I. Hoffeld. 0 Euro.

Französische Gesprächsrunde

Sa 07.02. 1x 10:00-12:15 Uhr. J. Pöppel. 8 Euro.

Keltischer Jahreskreis: Imbolc - die Rückkehr des Lichts

Sa 07.02. 1x 14:00-16:00 Uhr. I. Heine. 25 Euro.

Yoga-Treff 60+

Di 10.02. 1x 10:30-11:30 Uhr. G. Dietzen-Groß. 7 Euro.

"Erzähl doch mal": Ein Nachmittag zum Märchen "Frau Holle"

Di 10.02. 1x 15:00-16:30 Uhr. M. Herber. 6 Euro.

Treff für Regionalgeschichte

Mi 11.02. 1x 16:00-17:30 Uhr. H. Grein. 8 Euro.

Bewegungstraining für Haltung & Balance

Do 12.02. 1x 14:00-15:30 Uhr. O. Kleber. 15 Euro.

Brett- und Kartenspiele

Fr 13.02. 1x 10:00-12:00 Uhr. I. Hoffeld. 0 Euro.

Hochsensibel-Gesprächskreis - in Präsenz

Mo 16.02. 1x 17:00-18:30 Uhr. I. Weiland, E. Nicola. 0 Euro.

Hochsensibel-Gesprächskreis

Mo 16.02. 1x 20:00-21:30 Uhr. I. Weiland. 0 Euro.

Yoga-Treff 60+

Di 17.02. 1x 10:30-11:30 Uhr. G. Dietzen-Groß. 7 Euro.

Einfach besser Französisch reden

Mi 18.02. 5x 9:30-11:00 Uhr. J. Pöppel. 45 Euro.

Endlich Zeit für Französisch

Mi 18.02. 5x 11:00-12:30 Uhr. J. Pöppel. 45 Euro.

Französisch für Touristen

Mi 18.02. 5x 12:45-14:15 Uhr. J. Pöppel. 45 Euro.

Treff für Regionalgeschichte

Mi 18.02. 1x 16:00-17:30 Uhr. H. Grein. 8 Euro.

Englische Gesprächsrunde

Mi 18.02. 1x 18:00-19:30 Uhr. N. Kowalski. 8 Euro.

Gesprächskreis über aktuelle Themen

Do 19.02. 1x 09:30-11:00 Uhr. 0 Euro.

Starke Mitte durch starken Beckenboden - für Frauen ab 50

Do 19.02. 1x 14:00-15:30 Uhr. O. Kleber. 15 Euro.

Workshop: Mit PEP raus aus der Grübelfalle

Do 19.02. 1x 15:00-18:00 Uhr. B. Morsch. 30 Euro.

Hat das Leben (k)einen Sinn? Eine Spurensuche

Do 19.02. 1x 15:30-17:00 Uhr. G. Fickinger. 7 Euro.

Brett- und Kartenspiele

Fr 20.02. 1x 10:00-12:00 Uhr. I. Hoffeld. 0 Euro.

Französische Gesprächsrunde

Sa 21.02. 1x 10:00-12:15 Uhr. J. Pöppel. 8 Euro.

Kalligrafie - für Anfänger*innen & Fortgeschrittene

Sa 21.02. 1x 10:00-17:00 Uhr. B. Jenner. 40 Euro.

Workshop: Zaubern mit Maxim Maurice

So 22.02. 1x 10:00-12:00 Uhr. P. Daub. 45 Euro.

Schnupperkurs für Improvisationstheater

Mo 23.02. 1x 18:00-19:30 Uhr. N. Kipper. 16 Euro.

Yoga-Treff 60+

Di 24.02. 1x 10:30-11:30 Uhr. G. Dietzen-Groß. 7 Euro.

Kreative Schreibwerkstatt

Di 24.02. 1x 17:15-19:30 Uhr.
In Kooperation mit der Stadtbibliothek. M. Herber. 15 Euro.

Treff für Regionalgeschichte

Mi 25.02. 1x 16:00-17:30 Uhr. H. Grein. 8 Euro.

Progressive Muskelentspannung

Mi 25.02. 6x 18:00-19:00 Uhr. M. Blass. 60 Euro.

Bewegungstraining für Haltung & Balance

Do 26.02. 1x 14:00-15:30 Uhr. O. Kleber. 15 Euro.

DigitalTreff - Lernen & Anwenden

Do 26.02. 1x 14:00-17:00 Uhr. S. Breil. 50 Euro.

Brett- und Kartenspiele

Fr 27.02. 1x 10:00-12:00 Uhr. I. Hoffeld. 0 Euro.

Motorsägen-Grundkurs

Fr/27.02. 18:00-22:00 Uhr & Sa 08:00-16:30 Uhr. P. Meyer, S. Rech. 125 Euro.

Bob Dylan gestern & heute

Sa 28.02. 1x 17:15-19:15 Uhr. O. Kleber. 10 Euro.

Ashtanga-Yoga, Meditation, Selbsterfahrung.

Ein Nachmittag zum Glücklicherweise

Sa 28.02. 1x 13:30-17:30 Uhr. A. Klein. 35 Euro.

"Dein Schlüssel zu innerer Ruhe"

Sa 28.02. 1x 15:00-18:00 Uhr. M. Blass. 30 Euro.