

Sehr geehrte Damen und Herren, liebe Teilnehmer*innen,
Sie haben von unserem Extra-Programm "Dein Sommer 2026" rege Gebrauch gemacht. Dafür und die damit erwiesene Treue zum 3B-Verbund möchten wir Ihnen allen herzlich danken.

Ohne Unterbrechung geht es weiter in unserem Programm. Genauere Beschreibungen zu den einzelnen Angeboten (abgesehen von den ganz neuen) finden Sie im Katalog "Unsere Zeit" und auf unserem Bildungsportal www.bildungsportal.3b-verbund.de (siehe QR-Code).

Für die folgenden Monate - auch bereits für unseren Katalog "Unsere Zeit 2027" - können Sie uns gerne Programmvorschläge einreichen. Vielleicht möchten Sie auch selbst Dozentin oder Dozent werden? Das 3B-Bildungsteam und alle Teilnehmenden freuen sich darüber.



Das besondere Angebot

Kurs: Tablet und Smartphone sicher nutzen

Do 17.09. 6x 14:00-16:00 Uhr. W. Scheid. 0 Euro.

Smartphone und Tablet gehören für viele Menschen zum Alltag - doch nicht alle Funktionen sind auf den ersten Blick verständlich. Eine sechsteilige kostenlose Kursreihe richtet sich an Einsteigerinnen und Einsteiger, die den sicheren Umgang mit ihrem mobilen Gerät erlernen oder ihr Wissen vertiefen möchten. Vermittelt werden unter anderem die Grundlagen der Bedienung, die Organisation und Sicherung von Fotos und Dokumenten, Datensicherungen und Cloud-Speicher sowie das sichere Surfen im Internet mit Themen wie Browsereinstellungen, Werbeblockern und Datenschutz. Die Teilnehmenden erhalten praktische Tipps für den Alltag und können das Gelernte direkt anwenden. Die Kursreihe ist Teil des Projekts "Medien|66" der Landesmedienanstalt Saarland (LMS) und Teil der seniorenpolitischen Landesstrategie "Saar66". Zielgruppe sind hauptsächlich die Generationen im Alter von 60 Jahren und älter. Das Projekt wird durch das Ministerium für Arbeit, Soziales, Frauen und Gesundheit gefördert. Der Dozent ist Wolf-Dieter Scheid. 3B ist offizieller Standort des Projektes. Die Teilnahme ist kostenlos.



Bildungsfahrten: "Morgens auf Tour - abends daheim"

Perlen der belgischen Ardennen: Durbuy - Saint-Hubert - Marche-en-Famenne - La Roche-en-Ardenne

26.09. K. Friedrich. 69 Euro.

Schatzkästlein "Albert-Schweitzer-Land". Unterwegs in einem der schönsten Winkel des Elsass': Münstertal - Eguisheim - Kaysersberg

03.10. K. Friedrich. 69 Euro.

Straßburg mit Besuch des EU-Parlaments

07.10. M. Wolbers. 59 Euro.

Bitte weitersagen!

Kindergeburtstag - organisiert vom 3B-Bildungsteam

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

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

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

KuRS - Jugendberatung und Notschlafstelle

Kontakt: Tel. 06831-7602-660.

Mittagstisch

Mo - Fr 11:30-13:30 Uhr. Speiseplan unter www.3b-verbund.de einsehbar. Anmeldung zum Mittagessen täglich bis 09:00 Uhr, Tel. 06831/7602-35. In Einzelfällen Lieferung nach Hause möglich.

Sprachkurse & Qualifizierung

Berufssprachkurs B2

Integrationskurs

Integrationskurs mit Alphabetisierung .

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 möglich. P. Gerstner-Stoffel. 0 Euro.

Qualifizierung zur zusätzlichen Betreuungskraft nach §§43b, 53c SGB XI

Informationsveranstaltung: Mi 23.09. 1x 17:00-18:30 Uhr. 0 Euro. Info: 06831-7602-310.

Auffrischkurse für Betreuungskräfte nach §§ 43b, 53c SGB XI | Schwerpunktthema: "Gesunde Ernährung in der Betreuung - Grundlagen & praktische Anwendung"

Fr 25.09. 2x 10:00-17:00 Uhr. B. Herrmann. 220 Euro.

Weitere Themen in Planung. Info: 06831-7602-310.

Vorbereitungslehrgang auf die externe Abschlussprüfung Hauswirtschaft

Geplant ab 10.09. Kontinuierlich im Programm. Kostenübernahme durch Bildungsgutschein ggf. 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

Info: Telefon 06831-7602-310.

Grundbildung



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

Wie funktioniert ein Balkonkraftwerk?

Win-win für Umwelt & Geldbeutel?

Mo 21.09. 1x 18:00-21:45 Uhr. R. Lauer. 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.

Einstieg möglich. 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.

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 17:00-18:30 Uhr. H. Grein. 8 Euro.

Rock'n'Roll - auch für Anfänger*innen

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

Das 3B-Programm in zeitlicher Folge

Yoga-Treff 60+

Di 01.09. 1x 10:30-11:30 Uhr. G. Dietzen-Groß. 0 Euro.

Socken stricken und mehr bei Kaffee & Kuchen

Di 01.09. 7x 15:30-17:00 Uhr. M. Nalbach. 42 Euro.

Das Ende der Sorgen. Erlernen des Grübelprotokolls

Di 01.09. 1x 18:00-21:00 Uhr. I. Weiland. 35 Euro.

Lesen und Schreiben

Mi 02.09. 20x 18:00-20:15 Uhr. V. Cercena-Krumm. 0 Euro.

Englische Gesprächsrunde

Mi 02.09. 1x 18:00-19:30 Uhr. N. Kowalski. 8 Euro.

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

Mi 02.09. 1x 20:00-21:30 Uhr. T. Gelz. 0 Euro.

Gesprächskreis über aktuelle Themen

Do 03.09. 1x 09:30-11:00 Uhr. 0 Euro.

Starke Mitte durch starken Beckenboden - für Frauen ab 50

Do 03.09. 1x 14:00-15:30 Uhr. O. Kleber. 15 Euro.

Literaturcafé

Do 03.09. 1x 16:00-17:30 Uhr. M. Herber. In Kooperation mit der Stadtbibliothek. 10 Euro inkl. Kaffee & Kuchen.

Brett- und Kartenspiele

Fr 04.09. 1x 10:00-12:00 Uhr. I. Hoffeld. 0 Euro.

Französische Gesprächsrunde

Sa 05.09. 1x 10:00-12:15 Uhr. J. Pöppel. 8 Euro.

Maltreff: "Blaue Bäume und rote Flüsse"

Sa 05.09. 1x 10:00-14:00 Uhr. N. Kolaric. 35 Euro.

Genusstour mit dem Motorroller

Sa 05.09. 1x 14:00-18:00 Uhr. H. Weiland. 0 Euro.

Yoga-Treff 60+

Di 08.09. 1x 10:30-11:30 Uhr. G. Dietzen-Groß. 0 Euro.

Achtsamkeits-Training

Mi 09.09. 4x 17:30-18:30 Uhr. M. Blass. 40 Euro.

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

Mi 09.09. 1x 20:00-21:30 Uhr. T. Gelz. 0 Euro.

QiGong - 18 Übungen der Harmonie

Do 10.09. 1x 14:00-15:30 Uhr. O. Kleber. 15 Euro.

KI: Neue Tools & Trends

Do 10.09. 1x 14:00-17:00 Uhr. W. Scheid. In Kooperation mit der Katholischen Erwachsenenbildung Saarland (KEB-Saar) und der LAG für Evangelische Erwachsenenbildung im Saarland. 15 Euro.

Brot backen für Einsteiger - gelingsichere Rezepte

Fr 11.09. 1x 17:30-20:30 Uhr. M. Leinenbach. 15 Euro.

Motorsägen-Grundkurs

Fr/Sa 11./12.09. 2x 18:00-22:00 / 08:00-16:30 Uhr. P. Meyer, S. Rech. 125 Euro.

Fledermaus-Exkursion

Sa 12.09. 1x 19:00-22:00 Uhr. F. Friedrichs. 12 Euro.

Hochsensibel-Gesprächskreis in Präsenz

Mo 14.09. 1x 17:00-18:30 Uhr. I. Weiland, E. Nicola. 0 Euro.

Hochsensibel-Gesprächskreis

Mo 14.09. 1 x 20:00-21:30 Uhr. I. Weiland. 0 Euro.

Kinderyoga

Mo 14.09. 5x 16:00-17:00 Uhr. J. Scherf. 60 Euro.

Yoga-Treff 60+

Di 15.09. 1x 10:30-11:30 Uhr. G. Dietzen-Groß. 0 Euro.

Englische Gesprächsrunde

Mi 16.09. 1x 18:00-19:30 Uhr. N. Kowalski. 8 Euro.

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

Mi 16.09. 1x 20:00-21:30 Uhr. T. Gelz. 0 Euro.

Gesprächskreis über aktuelle Themen

Do 17.09. 1x 09:30-11:00 Uhr. 0 Euro.

Starke Mitte durch starken Beckenboden - für Frauen ab 50

Do 17.09. 1x 14:00-15:30 Uhr. O. Kleber. 15 Euro.

Kursreihe: Tablet und Smartphone sicher nutzen

Do 17.09. 6x 14:00-16:00 Uhr. W. Scheid. In Kooperation mit der Landesmedienanstalt Saarland, LMS, (siehe Extra-Hinweis oben). 0 Euro.

Motorsägen-Grundkurs

Fr 18./19.09. 2x 18:00-22:00 / 08:00-16:30 Uhr. P. Meyer, S. Rech. 125 Euro.

Microsoft Word Grundkurs

Sa 19.09. 1x 9:00-12:00 Uhr. R. Lauer. 49 Euro.

Workshop: Nähen mit der Overlock-Maschine

Sa 19.09. 1x 10:00-16:00 Uhr. R. Engeldinger. 40 Euro.

Workshop: Kalligrafie - für Anfänger*innen & Fortgeschrittene

Sa 19.09. 1x 10:00-17:00 Uhr. B. Jenner. 40 Euro.

"Einzigartig weiblich!" - Innere Kraftquellen durch Tanz, Gesang & Trommeln aufspüren

Sa 19.09. 1x 14:00-17:00 Uhr. S. Marzen-Schwindling. 40 Euro.

Kürbisse - Herbst - Halloween. Ein Kreativnachmittag

Sa 19.09. 1x 15:00-17:15 Uhr. T. Gelz. 10 Euro.

Yoga-Treff 60+

Di 22.09. 1x 10:30-11:30 Uhr. G. Dietzen-Groß. 0 Euro.

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

Mi 23.09. 1x 20:00-21:30 Uhr. T. Gelz. 0 Euro.

Informationsveranstaltung:

Qualifizierung zur zusätzlichen Betreuungskraft

Mi 23.09. 1x 17:00-18:30 Uhr. 0 Euro.

QiGong - 18 Übungen der Harmonie

Do 24.09. 1x 14:00-15:30 Uhr. O. Kleber. 15 Euro.

Steuern beim Erben, Vererben & bei Schenkung.

Do 24.09. 1x 19:00-20:30 Uhr. H. Philippi. 9 Euro.

Falafel & Hummus. Leckere Rezepte aus der Levante-Küche

Fr 25.09. 1x 17:30-20:30 Uhr. M. Leinenbach. 15 Euro.

KI in kleinen Unternehmen - Chancen & Risiken

Sa 26.09. 1x 9:00-12:00 Uhr. R. Lauer. 49 Euro.

Französische Gesprächsrunde

Sa 26.09. 1x 10:00-12:15 Uhr. J. Pöppel. 8 Euro.

Ashtanga-Yoga, Meditation, Selbsterfahrung - ein Nachmittag zum Glücklicherweise

Sa 26.09. 1x 13:30-17:30 Uhr. Yogi Swami Benajan (A. Klein). 35 Euro.

Reihe "Keltischer Jahreskreis": Mabon - den Herbst begrüßen

Sa 26.09. 1x 14:00-16:00 Uhr. I. Heine. 25 Euro.

Die Fünf Tibeter

Sa 26.09. 1x 14:00-17:00 Uhr. O. Kleber. 24 Euro.

Entspannungs-Workshop: "Bunte Herbst-Oase"

Sa 26.09. 1x 15:00-18:00 Uhr. M. Blass. 30 Euro.

Fledermaus-Exkursion

Sa 26.09. 1x 19:00-22:00 Uhr. F. Friedrichs. 12 Euro.

Hochsensibel-Gesprächskreis in Präsenz

Mo 28.09. 1x 17:00-18:30 Uhr. I. Weiland, E. Nicola. 0 Euro.

Hochsensibel-Gesprächskreis

Mo 28.09. 1 x 20:00-21:30 Uhr. I. Weiland. 0 Euro.

Yoga-Treff 60+

Di 29.09. 1x 10:30-11:30 Uhr. G. Dietzen-Groß. 0 Euro.

Praxisworkshop: KI im pädagogischen Kontext

Di 29.09. 1x 14:00-19:00 Uhr. L. Werny. 55 Euro.

Kreative Schreibwerkstatt

Di 29.09. 1x 17:00-18:30 Uhr. M. Herber. In Kooperation mit der Stadtbibliothek. 10 Euro.

Englische Gesprächsrunde

Mi 30.09. 1x 18:00-19:30 Uhr. N. Kowalski. 8 Euro.

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

Mi 30.09. 1x 20:00-21:30 Uhr. T. Gelz. 0 Euro.