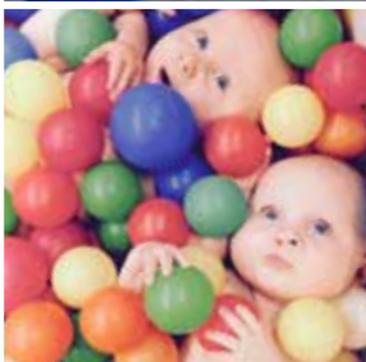


2017 | 2018



Jahresprogramm

Wir sind für Sie da!

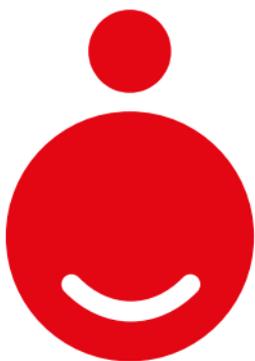
Kursangebote für Familien,
Mütter, Väter, Kinder,
Senioren ...



Evangelische
Familienbildungsstätte
Niebüll



**Zufriedenheit
ist einfach.**



nospa.de/zzg

Wenn man einen
Finanzpartner hat,
der gute Beratung
garantiert – sogar
mit „Zeit-zurück-
Garantie“.

 Nord-Ostsee
Sparkasse

Inhalt

| | |
|---|-----------|
| Übersicht Umlandarbeit | 4-5 |
| Vorwort | 7 |
| Grußwort Bürgermeister | 8 |
| Grußwort Freundeskreis | 9 |
| Begrüßung | 10 |
| Die Ev. FBS Niebüll stellt sich vor | 11 |
| Ereignisse & Neues | 12 |
| Kursübersicht | 14 |
| Anmeldung | 17 |
| ➔ Kursprogramm | |
| Familie und Erziehung | 19 |
| Bildung und Gesundheit | 29 |
| Freizeit | 49 |
| Gesellschaft und Begegnung | 55 |
| Freundeskreis Ev. FBS | 66 |
| Kursleiter, Dozenten und Referenten der Ev. FBS | 68 |
| Platz für Notizen | 70 |
| Meine Kurse & Anregungen und Wünsche | 72 |
| Wichtige Adressen | 74 |

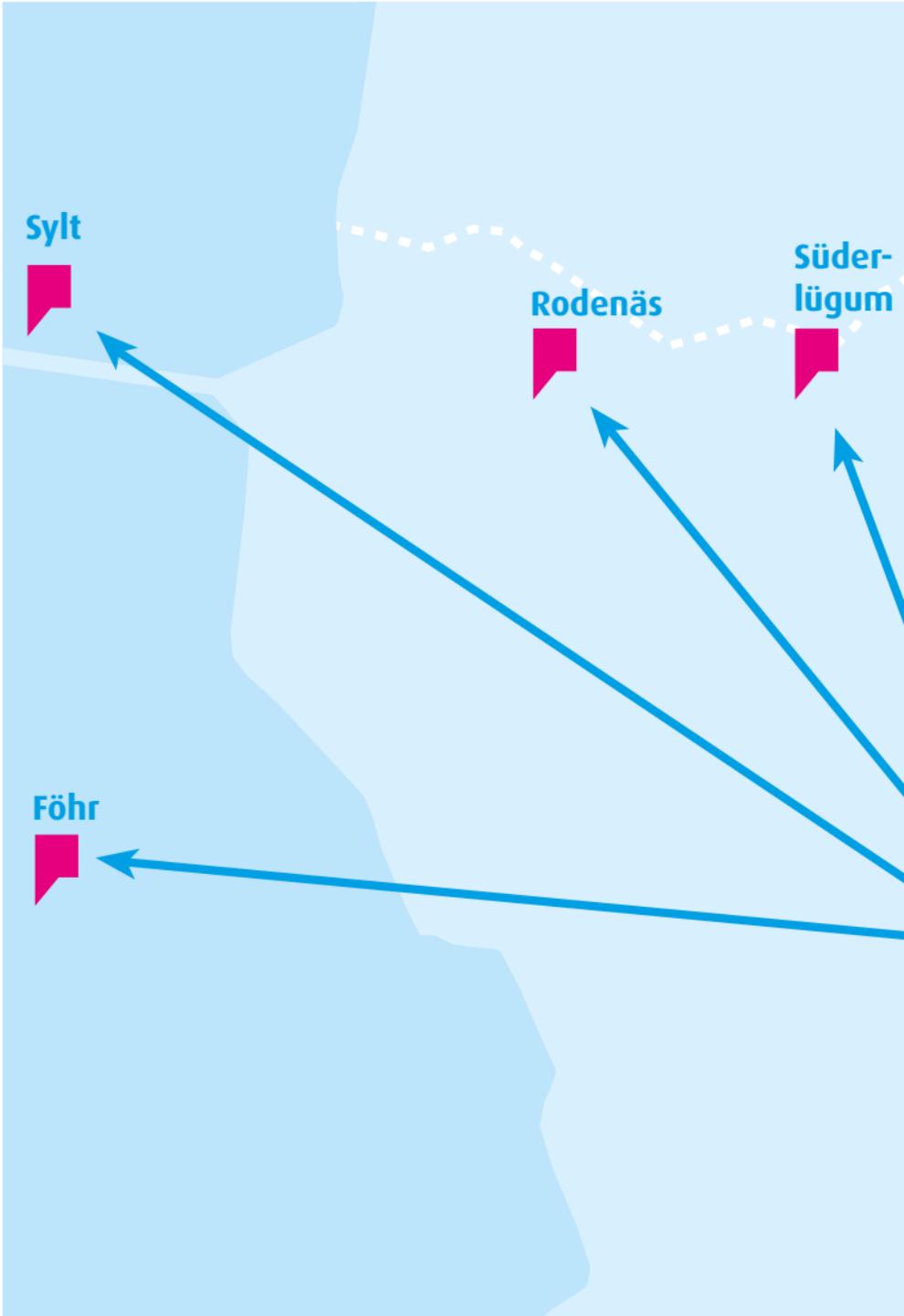
Familie statt Rasenmähen - dank Automower.



Mäht Flächen von 100 bis 6.000 Quadratmeter völlig automatisch – auch bei Regen. Timer für Arbeiten, z.B. wenn die Kinder schlafen.

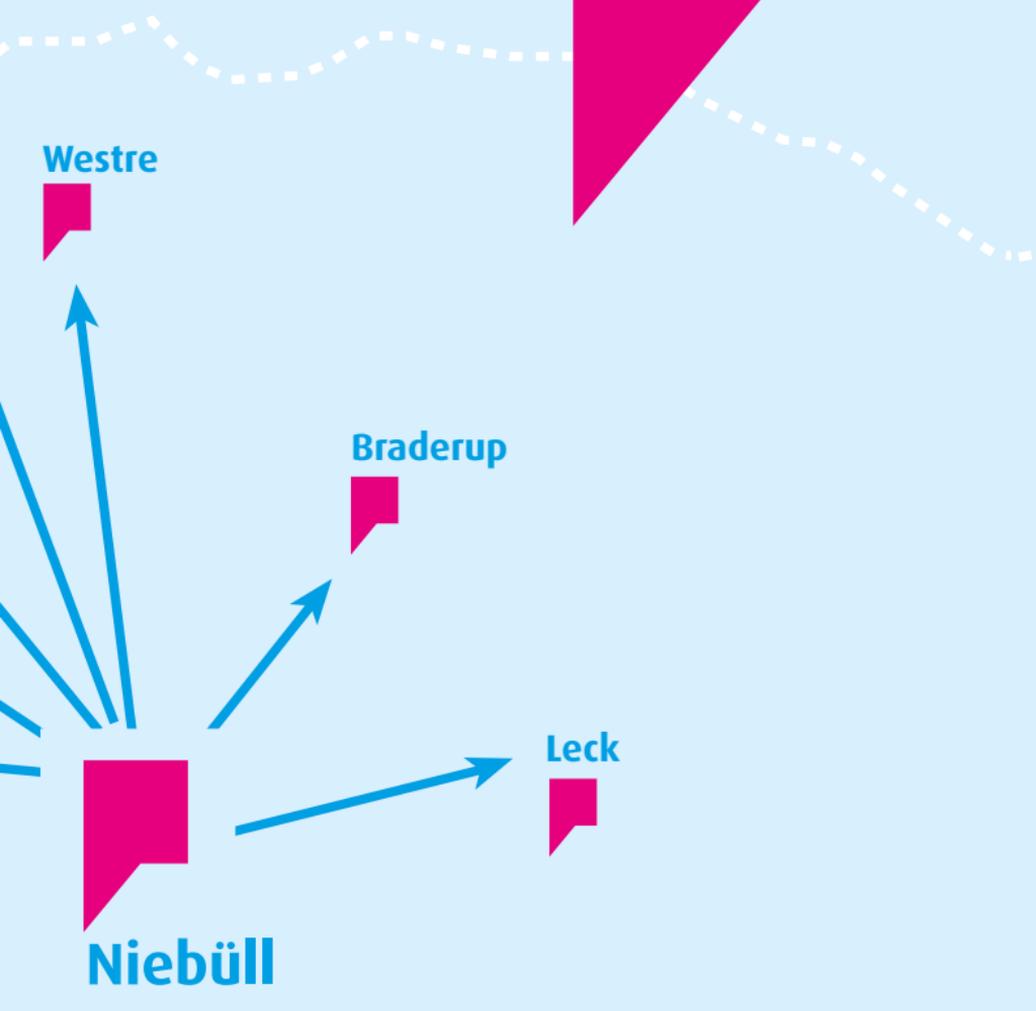
ANDREAS
PETERSEN
...QUALITÄT AUS TRADITION

Uhlebüller Str. 61 · 25899 Niebüll · Tel. 04661/7710
www.andreas-petersen.de



Übersicht

Umlandarbeit der
Ev.FBS im Kirchen-
kreis Nordfriesland





Liebe Leserin, lieber Leser!

Herzlich willkommen in der Ev. Familienbildungsstätte Niebüll!

Das Jahresmotto der Nordkirche „Zum Wort stehen – Aufstehen“ wird auch bei uns gelebt.

... in diesem Sinne stehen wir auf und begleiten Eltern mit ihren Kindern im ersten Lebensjahr.

Jede Familie kann – ermöglicht durch das Amt Südtondern – an einem ersten Delfikurs mit ihrem Kind bei uns kostenlos teilnehmen. Die ersten Lebensjahre sind ganz entscheidend für das spätere Leben der Kinder. Bindung, stabile Beziehungen, die Kinder spüren Emotionalität durch Körperkontakt, Zeit, Geduld, durch Zuwendung und Wertschätzung jeder Art. Das stärkt die Zusammenhalte. Dies ist in unserer schnellen digitalen Welt besonders wichtig. In unserer Ev. Familienbildungsstätte fördern wir analoge (Face zu Face) Begegnungen in einer Welt voll von Unterhaltungsmedien und digitalen Kontakten.

Durch Bewegung entsteht Bindung und Bildung.

Und das nicht nur in den ersten 3 Lebensjahren. Aufstehen, in Bewegung gehen, seinen Körper wahrnehmen und spüren, ist in jedem Lebensalter von großer Bedeutung. Das sehen wir bei unseren „fitten Senioren“ in den Sport- und Gesundheitsangeboten und gemeinsamen Freizeitaktivitäten.

Lernen Sie Neues, treffen Sie andere Menschen, um Erfahrungen auszutauschen, Interessen zu teilen und sich Anregungen zu unterschiedlichsten Themen zu holen. Stärken Sie sich durch Fitness und Entspannung für einen gesunden Alltag.

*Was immer Sie auch gerade bewegt, mit unseren Angeboten begleiten wir Sie durch 2017/2018, ganz nach dem Motto „**Zum Wort Stehen – Aufstehen**“ stehen wir auf und kommen gerne mit Ihnen in Bewegung!*

*Für das Team der Ev. Familienbildungsstätte Niebüll
Kornelia Klawonn-Domin, Leitung*

*Für das Diakonische Werk Südtondern
Nicole Saballus, Geschäftsführung*

*Für den Kirchenkreis Nordfriesland
Jürgen Jessen-Thiessen*

*Liebe Leserin,
lieber Leser!*



Das Kursangebot der Ev. Familienbildungsstätte Niebüll gehört seit vielen Jahren neben dem der anderen örtlichen Bildungsträger zu einem jährlich erneuerten Blumenstrauß an Bildungs- und Kreativangeboten, wobei auch die Familienbildungsstätte immer eine unverkennbare, individuelle Blume in diesem Strauß war und ist.

Das Angebot der Familienbildungsstätte wendet sich erkennbar den Herausforderungen zu, die aus dem Zusammenleben als Familie entstehen. Angebote an Männer, Frauen, Paare, Elternteile mit ihren Kindern, usw. Die einzelnen Kurse bieten Orientierung, Anregung, Gemeinschaft und vielfach auch Hilfe. Häufig auch in einem sehr vertrauten Rahmen oder in einem Rahmen der Vertrauen schafft.

So ist es für mich auch eine Logik, dass die Ev. Familienbildungsstätte Niebüll ihr aktuelles Programmangebot 2017/18 unter das Jahresmotto der Nordkirche „Zum Wort Stehen – Aufstehen“ gestellt hat. Das Motto ist interpretationsfähig. Aber wer hinsieht, entdeckt sehr schnell die Verbindung zum Programmangebot. Die Familienbildungsstätte steht zu Ihrem Wort, Anleitung, Anregung oder Hilfe zu bieten. Aufstehen müssen allerdings Sie selbst! Um das Angebot anzunehmen. Ich wünsche Ihnen viele Freude und Anregung beim Stöbern im Programmangebot 2017/18.

Stehen Sie auf und gönnen Sie sich eine Auszeit mit Inhalt. Für sich selbst, als Paar, als Elternteil, mit und für Ihr Kind, Ihre Familie.

*Ihr Bürgermeister
Wilfried Bockholt*



Liebe Leserin, lieber Leser,

Der Freundeskreis sieht es als seine wichtigste Aufgabe an, allen Personen die Teilhabe an dem reichen Angebot der Familienbildungsstätte zu ermöglichen. Jeder soll für sich, seine Kinder oder Familie Anregung, Weiterbildung, Gemeinsamkeit und Stärkung erfahren dürfen.

Besonders gern unterstützt der Freundeskreis Aktivitäten für Kinder. So wurde es den Kindern ermöglicht, an einem Kinderkonzert mit Fredrik Vahle aktiv mitzumachen. Die Fachleute bekamen abends in einem Musikworkshop neue Tipps und Anregungen.

Am Tag der offenen Tür „belohnte“ der Freundeskreis mit tollen Sachpreisen die Kinder und Familien nach „vollbrachten Aktivitäten“.

Jedes Jahr sind wir beim Hauptstraßenvergnügen vertreten, daneben tragen wir zu zahlreichen kleinen Projekten in der Familienbildungsstätte bei.

Wir danken allen öffentlichen und privaten Spendern für ihren Beitrag, ohne diese wichtige Unterstützung der Arbeit der Evangelischen Familienbildungsstätte Niebüll nicht geleistet werden könnte.

*Brigitte Reuther
Vorsitzende*



Wir über uns

Wir – die Ev. Familienbildungsstätte Niebüll – sind eine von 25 Familienbildungsstätten in der nordelbischen Kirche, Mitglied der Bundesarbeitsgemeinschaft der Ev. Familienbildungsstätten e.V. und des Weiterbildungsverbundes Nordfriesland. Wir sind eine Einrichtung des Diakonischen Werkes Südtondern gGmbH.

Die Ev. Familienbildungsstätte Niebüll verfolgt die Ziele, zu einer positiven gesellschaftlichen Entwicklung beizutragen und mit den Bildungsangeboten jeden Menschen bei seiner persönlichen Entwicklung zu unterstützen.

Familienbildung bietet ein vielfältiges, freiwilliges Bildungsangebot. Wir stärken und sensibilisieren Eltern für das Wahrnehmen und Akzeptieren der ganz individuellen Ausdrucksmöglichkeiten ihrer Kinder und schaffen damit Zutrauen in deren Entwicklung.

Eine gelungene Kommunikation und sichere Bindung ist dafür wesentliche Voraussetzung. Siehe § 16 Abs. 2 des SGB 8 „... die auf Bedürfnisse und Interessen sowie auf Erfahrungen von Familien in unterschiedlichen Lebenslagen und Erziehungssituationen eingehen ...“

In unseren Tätigkeitsbereichen:

Familie und Erziehung | Bildung und Gesundheit | Freizeit | Gesellschaft und Begegnung

dreht sich alles um Familie und Gesellschaft. Sie finden viele unterschiedliche Angebote und Möglichkeiten zu fachlichen Informationen und Erfahrungsaustausch, zu Kontakten und persönlichen Gesprächen in ungezwungener Geselligkeit.

Dies geschieht nicht nur im „Haus der Familie“, sondern auch in Kursen in unseren Außenstellen (Rodenäs, Westre, Braderup, Süderlügum, Sylt, Föhr und Leck).

Die „ganzheitliche“ Sicht des Menschen, sein familiäres Umfeld, Psychohygiene und Gesundheitsvorsorge, Selbständigkeit und politische Mündigkeit, praktische Fertigkeiten und Wissenserwerb und nicht zuletzt Sport, Spaß, Unterhaltung und Kommunikation sind die Bausteine, aus denen immer wieder ein neues Programm erstellt wird.

Im Zentrum steht die Entwicklung der Beziehungs- und Kommunikationsfähigkeit, der Zuwachs an persönlicher Kompetenz und Lebensfreude. Durch das gemeinsame Erleben, Nachdenken, Fragen, Reden, Hören, Tanzen, Üben, Entdecken, Kreieren, Ausprobieren, Diskutieren ... bietet die Ev. Familienbildungsstätte Niebüll Impulse zu einer befriedigenden Lebensgestaltung.

Die Zusammenarbeit mit den verschiedensten Kooperationspartnern und Zuschüsse vom Kirchenkreis Nordfriesland, vom Landesministerium für Soziales, vom Kreis Nordfriesland und dem Amt Südtondern sowie private Spenden ermöglichen uns ein vielfältiges und qualifiziertes Bildungsangebot.

Allen sei an dieser Stelle herzlichst gedankt.

Schauen Sie bei uns herein!

Ein Blick in unsere Räumlichkeiten lohnt sich: Kontakt, Interaktion, Beratung und Atmosphäre können Sie hier spüren!

Wir sind für Sie da!



Leitung: Kornelia Klawonn-Domin (rechts)

Fachbereichsleitung Eltern-Kind-Bereich: Ute Wilke (links)

Verwaltung: Linda Brodersen (mitte)

Raumpflege: Heidi Jannsen und Krista Rubink

Haustechnik: Holger Godbersen

Sprechzeiten

montags, dienstags und donnerstags von 9.00 bis 12.00 Uhr und mittwochs von 9.00 bis 16.00 Uhr sind wir persönlich für Sie da.

Über E-Mail oder Anrufbeantworter sind wir immer erreichbar.

Kontakt

Evangelische Familienbildungsstätte Niebüll

Diakonisches Werk Südtondern gGmbH

Uhlebüller Str. 22, 25899 Niebüll

Telefon 0 46 61 / 90 14-110, Fax 0 46 61 / 90 14-111

evfbs@dw-suedtondern.de | www.dw-suedtondern.de

Ereignisse im letzten Jahr

2016/2017

- ➔ 3. März 2017 – Flohmarkt
- ➔ Sommerferienaktion 2016
- ➔ 18. Juli 2016 – Schuhspendenaktion vom Rotary-Club
- ➔ September 2016
„Wie beherrsche ich mein Smartphone?“
- ➔ 28. September 2016 – Kinderkonzert
mit Frederik Vahle
- ➔ 11. Oktober 2016 – Zero-Waste-Workshop
eine Veranstaltung zur Müllvermeidung
- ➔ 12. November 2016 – Tag der offenen Tür
mit Mitmachaktionen



neu!

im kommenden Jahr

2017 / 2018

➔ **Malen für Familien**

mit Sandra Mittendorf

➔ **Zauberworkshop**

für die ganze Familie

➔ **Ferienbetreuungsangebot**

in und um die Ev. FBS Niebüll

➔ **Bogenschießen**

➔ **Vätergespräche**

Väter können sich untereinander austauschen und informieren

➔ **Nähen für Erwachsene**

➔ **Spielkreis in Süderlügum**

➔ **Tag der offenen Tür am 10. November 2018**

➔ **Vorträge/Seminare zu unterschiedlichen Themen**



Kursübersicht

➔ Familie und Erziehung

| | |
|---|----|
| DELFI© – Spiel, Spaß, Entwicklung für Babys | 19 |
| Pädagogische Gruppenangebote | 20 |
| Waldspielkreise | 21 |
| Spielkreis Süderlügum | 22 |
| Familienvormittag in Braderup | 22 |
| Seniorenachmittag in Braderup | 22 |
| Rodenäser Rasselbande | 23 |
| Vortrag: Bedeutung - Bindung - Findung | 23 |
| Vortrag: Schon Babys können „schnacken“ | 23 |
| Vortrag: Das Trotzalter | 24 |
| Vortrag: „Die Tür soll offen bleiben!“ | 25 |
| Vortrag: ... – Gefühle von Kindern ernst nehmen | 25 |
| Vortrag: Mein Kind von Herzen sehen | 26 |
| Offenes Angebot für Väter/Großväter: Väter unter sich | 27 |

➔ Bildung und Gesundheit

| | |
|--|----|
| Pädagogische Sprechstunde | 29 |
| Was ist das beste Essen für Babys? | 29 |
| Babysitter-Ausbildung | 30 |
| Erste Hilfe am Kind | 31 |
| Stillvorbereitungskurs | 32 |
| Vortrag: Optimaler Stoffwechsel | 32 |
| Vortrag: Möglichkeiten und Grenzen ambulanter Versorgung | 33 |
| Rückbildungsgymnastik | 34 |
| Babyschwimmen | 35 |
| Kleinkinderschwimmen ab 18 Monaten | 36 |
| Spielerische Wassergewöhnung ab 2 Jahren | 37 |
| Ausdauer & Beweglichkeit auch im Alter | 38 |
| Fitnessgymnastik | 38 |
| „Seniorenfitness“ von Kopf bis Fuß | 39 |
| „Seniorenfitness“ II | 39 |
| Fitness- und Wirbelsäulengymnastik | 39 |
| Fit durchs Jahr | 40 |
| Fit über 60 – Gymnastik und mehr | 40 |
| Pilates | 41 |
| Stepaerobic | 42 |
| YOGA | 43 |
| Callanetics | 43 |
| Offener Gesprächskreis zum Thema „Burn-out“ | 44 |
| Grenzen setzen - nein sagen - für Frauen | 44 |

➔ Freizeit

| | |
|---------------------------------|----|
| Patchwork für Jugendliche | 49 |
| Nähkurs für Erwachsene | 50 |

Kursübersicht

| | |
|---|----|
| Zauberworkshop für Jedermann | 51 |
| Zaubern für Kinder | 51 |
| Bogenschießen | 52 |
| Malzeit zu Zweit – Eltern malen mit ihren Kindern | 52 |
| Malen für Eltern und Kinder | 53 |
| <i>Ausmalseite für Kinder</i> | 54 |

➔ Gesellschaft und Begegnung

| | |
|--|----|
| Eltern-Kind Frühstück | 55 |
| Kindercafé | 55 |
| Diabetiker-Selbsthilfegruppe | 56 |
| Smartphone verstehen | 56 |
| Einführungsseminar „Helfen will gelernt sein“ (Ehrenamt) | 57 |
| Jetzt bin ich dran! Zeit für Entspannung | 58 |
| Jahreseinklang | 58 |
| Klangentspannung zum Wochenende | 58 |
| ... Gewaltfreie Kommunikation nach M. B. Rosenberg | 59 |
| ... Von der Analyse zur Konfliktbearbeitung und -lösung | 60 |
| Gesprächsabend „Burnout“ | 60 |
| Zero Waste Workshop mit „Alternativ“ | 61 |

INTO
Computer

IT Systeme

Hansen & Kaland GbR
Bahnhofstraße 5 • 25899 Niebüll
☎ 04661 942580
Mail: info@intocomputer.de

Kompetenz, Erfahrung, Flexibilität für IT- und TK-Dienstleistung

terra 
Qualität aus Deutschland

TopKontor Handwerk

Die einfache kaufmännische Softwarelösung
für Handwerksbetriebe von 1-100 Mitarbeiter

acer

AVM COMPETENCE
CENTER

SECUREPOINT
SECURITY SOLUTIONS

At your side
brother

TobitSoftware

Microsoft
Authorized Education Reseller

www.intocomputer.de

| | |
|---|----|
| Aufstehen und Leben | 62 |
| Wir kochen gesund, gut und günstig – Kochen | 63 |
| Wir backen gesund, gut und günstig – Weihnachtsbäckerei | 63 |
| Wir kochen und backen vegetarisch – Snacks für Gäste | 63 |
| Vortrag: Rechtshändig oder linkshändig? | 64 |

➔ Individuelle Angebote

Supervision / Austausch

für Dozenten/Referenten der Ev. FBS bieten wir eine Supervisionsmöglichkeit an. Die Treffen finden in der Ev. FBS auf Anfrage statt. (Leitung: Kornelia Klawonn-Domin)

In-House-Schulung

Gerne richten wir unsere Fortbildungsangebote auch als Tagesveranstaltung in Ihrer Einrichtung aus. Anfragen richten Sie bitte an unser Büro, dort erhalten Sie nähere Informationen.



Anmeldung

Abmeldung

Sollten Sie aus triftigen Gründen an dem von Ihnen gebuchten Kurs nicht teilnehmen können, bitten wir um rechtzeitige Abmeldung, mindestens 10 Tage vor Kursbeginn. Andernfalls müssen wir Ihnen Gebühren für belegte, aber nicht besuchte Kursstunden berechnen. Wir bitten um Verständnis für diese Regelung.

Bitte beachten Sie

Aktuelle Themenabende zu verschiedensten Bereichen entnehmen Sie bitte der Tagespresse!

Änderungen im Ablauf sowie bei den Gebühren müssen wir uns bei allen Veranstaltungen vorbehalten. Über Änderungen informieren wir Sie bei Ihrer Anmeldung.

Das Kursprogramm ist ein Angebot. Da die Teilnehmerzahl begrenzt ist, melden Sie sich bitte rechtzeitig persönlich, telefonisch oder schriftlich an. Geben Sie hierbei bitte immer Kursnummer und Titel an. Die Anmeldung ist verbindlich. Bitte notieren Sie Ihre Kursgebühr, wir schicken keine Benachrichtigung.

Kursgebühren

Die Kursgebühren werden durch Einzugsermächtigung entrichtet.

Ermäßigung

in besonderen Härtefällen bei Absprache

Telefonisch

*montags bis donnerstags
9.00 – 12.00 Uhr unter
Telefon 0 46 61 / 90 14-110
Fax 0 46 61 / 90 14-111*

Schriftlich

*Evangelische
Familienbildungsstätte
Niebüll
Uhlebüller Str. 22
25899 Niebüll
evfbs@dw-suedtondern.de
www.dw-suedtondern.de*

**Bildungsgutscheine
können bei uns
eingelöst werden!**

Musik bereichert ein Leben lang

Musik selber machen

- Klassik, Pop, Rock und Jazz – Unterricht für Jung und Alt
- Vorkenntnisse sind nicht erforderlich
- Kooperationen mit Schulen und öffentlichen Einrichtungen
- Musiktherapie und Musikgeragogik



KreisMusikschule Nordfriesland
Schloss vor Husum, König-Friedrich V.-Allee
25813 Husum

Ruf 0 48 41/89 73 -123

Fax 0 48 41/89 73 -120

kreismusikschule@nordfriesland.de
www.kreismusikschule.nordfriesland.de

Unterrichtsstätten im ganzen Kreisgebiet:
Bredstedt, Friedrichstadt, Garding, Niebüll, Sankt Peter-Ording,
Tönning, Westerland/Sylt, Wyk auf Föhr, u.a..



■ ■ *Das Familienleben
ist das beste Band.*

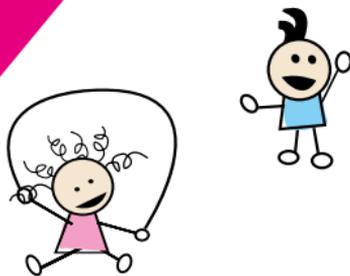
(Otto von Bismarck)

Familie und Erziehung

➔ **DELFI©**
von 0–1 Jahre

**Krabbelgruppen,
Sing-, Bewegungs- und
Spielkreise
von 1–2 Jahre**

**Kinderguppen zum
Selbstständig werden
von 2–3 Jahre**



... im Haus der Familie in Niebüll sowie in der
Kita Bunte Welt Niebüll, Familienzentrum/Kita
Montessorie Leck und im Familienzentrum Sylt

➔ **DELFI® – Spiel, Spaß, Entwicklung für Babys –
Denken, Entwickeln, Lieben,
Fühlen, Individuell**

Q/R214

ab der 6. Lebenswoche bis zu 12 Monaten

Schon vor und mit der Geburt ist Ihr Baby aktiv und hat das wichtige erste Jahr begonnen.

Sie können die altersgemäße Bewegungs- und Sinnesentwicklung und die wachsenden Fähigkeiten Ihres Babys in diesem Kurs auf spielerische Weise begleiten und unterstützen. Die Babys genießen es, ihre Umgebung nackt in einem wohlig warmen Raum zu entdecken. Wir wollen uns mit den Kindern beschäftigen und uns Zeit nehmen für Gespräche über Entwicklung, Ernährung und Pflege und unsere Erfahrungen austauschen.

| | |
|--------------------|--|
| Wann? | laufende Gruppenangebote, bitte anfragen! |
| Mit wem? | Monica Bartram, Telse Friedrichsen-Ertzinger, Ute Wilke, Heidi Martensen, Stefanie Westendorf, Anja Nottelmann und Olga Eckert |
| Die Gebühr? | 40,- € / 6 Treffen à 90 Minuten |

DELFI® – die Wortschöpfung kurz erklärt:

Denken – von Anfang an nehmen Kinder neugierig ihre Umgebung wahr. Ihre Lernprozesse seit der Pränatalzeit basieren auf Wahrnehmungen, Eindrücken und Anregungen aus der physischen und sozialen Umgebung, die Einfluss auf den gesamten weiteren Entwicklungsverlauf haben.

Entwickeln – Kinder sind aktiv damit beschäftigt, sich mit Menschen und Dingen auseinanderzusetzen und ihre Eindrücke und Wahrnehmungen zu eigener Lebenserfahrung und Kompetenz zu verarbeiten. Nie wieder werden Kinder so viel lernen wie bis zum Ende des ersten Lebensjahres.

Lieben – Kleine Kinder brauchen von Anfang an liebevolle Zuwendung und bereits pränatal eine sichere Bindung.

Fühlen – Jeder Mensch braucht Berührung. Durch sie findet zwischen Eltern und Kindern non-verbale Kommunikation statt.

Individuell – Die kindliche Entwicklung verläuft individuell, weil Kinder ein unterschiedliches Entwicklungstempo haben und sich die natürlichen biologischen sowie sozialen Bedingungen unterscheiden.



➔ Pädagogische Gruppenangebote

Die Konzeption unserer pädagogischen Gruppen hält viele Bestandteile bereit. Die Hilfestellung, welche rund um den Alltag einer jungen Familie angeboten wird, birgt zum Einen die Möglichkeit des Austauschs, zum Anderen haben wir die frühkindliche Entwicklung und deren positive Förderung in den Mittelpunkt unserer Arbeit gestellt. Die Finger- und Bewegungsspiele, Lieder und Reime, das Malen und Matschen, die Aktivitäten im Bastelbereich (z.T. auch mit Materialien aus der Natur) beinhalten alle den Grundsatz der Sinneserfahrung. Es wird jeweils in Gruppen mit circa 10 teilnehmenden Kindern mit Begleitung gearbeitet, so dass das soziale Lernen einen weiteren wichtigen Bestandteil in der Eltern-Kind-Arbeit darstellt. In den Hinführungskursen auf den Kindergartenalltag können die Kinder ab zwei Jahren ohne Begleitperson in gewohnter Umgebung und kleineren Gruppen das „Abnabeln“ und „ein Kindergartenkind sein“ üben. Unsere Gruppen sind im Idealfall vom Babyalter bis zum Kindertageeintritt miteinander verbunden. So entstehen oft feste Bindungen und langjährige Freundschaften.

Bei allen Kursangeboten des Eltern-Kind-Bereiches sind die Themenabende inkl. Gebühr unseres Kursangebotes enthalten.



DELFI® -GUTSCHEIN

In unseren DELFI®-Kursen wird Eltern Orientierung und Sicherheit im Umgang mit der neuen Familienphase vermittelt. Im Austausch untereinander lernen sich die Eltern kennen und knüpfen neue soziale Netze.

Wir freuen uns auf Sie!

Dieser Gutschein ist einlösbar für den 1. DELFI-Kurs der Ev. FBS Niebüll, für welchen Sie sich anmelden. Barauszahlung ist nicht möglich.

**1. DELFI-Kurs
kostenlos!**

➔ Waldspielkreise

Q/R 102 MHA

Für Kinder ab 2 Jahren, die Lust haben, die Natur, ihre Abenteuer und Geheimnisse zu erleben.

Seid ihr auch 2 Jahre und älter, habt Langeweile oder wollt einfach nur mit gleichaltrigen Kindern spielen? Dann seid ihr hier genau richtig! Balanciert wird über Baumstämme, gesungen wird auf dem Waldweg, gebastelt auf dem Boden und geschaukelt wird auf eigenen Seilkonstruktionen. Im Wald könnt ihr eurer Phantasie freien Lauf lassen. Ihr seid Forscher, Pferdchen, Kapitäne, Köche, Räuber, Feen, Waldarbeiter, Vater, Mutter, Kind u.v.m. Diese ganzheitliche Erfahrung wirkt sich positiv auf die seelische, geistige und körperliche Entwicklung Ihres Kindes aus.

| | |
|--------------------|--|
| Wann? | dienstags, 9.00 – 11.00 Uhr |
| Mit wem? | Manuela Hansen, Tel. 0 46 66 / 98 92 92 und Katja Andresen Ev. FBS Niebüll, Tel. 0 46 61 / 90 14-110 |
| Die Gebühr? | 36,- € / 6 Treffen |





➔ Spielkreis Süderlügum

neu! Q/R 201NPO

Ein neuer Spielkreis in Süderlügum!

| | |
|--------------------|--------------------------|
| Wann? | freitags, 9.00–10.30 Uhr |
| Wo? | Gemeindehaus Süderlügum |
| Mit wem? | Nadine Porsch |
| Die Gebühr? | 27,00 € für 6 Treffen |

➔ Familienvormittag in Braderup

Q/R 203 UWI

| | |
|--------------------|----------------------|
| Wann? | 1 x im Monat montags |
| Mit wem? | Ute Wilke |
| Die Gebühr? | kostenlos |

➔ Seniorennachmittag in Braderup

Q/R 203 UWI

In Kooperation mit der Kirchengemeinde Braderup

Zusätzlich zum Familienvormittag in Braderup laden wir ab Oktober auch die „Vorgeneration“ der jungen Familien zu einem gemeinsamen Treffen ein.

Neben Kaffee & Keksen gibt es unterschiedliche Angebote wie spielen, lesen, bewegen oder kreatives Tun.

Bei Interesse melden Sie sich in der FBS (Tel.: 0 46 61/ 90 14 110 oder im Pastorat Braderup: 0 46 64/301)

| | |
|--------------------|--|
| Wann? | mittwochs, 9.30 – 11.00 Uhr, Pastorat |
| Mit wem? | Heidi Martensen |
| Die Gebühr? | 27,- €/6 Treffen, 14-tägig, ganzjährig |

In den Umlandgemeinden:

➡ Rodenäser Rasselbande

Q/R 101 CTH

Kindergruppe

Wann? montags und donnerstags,
9.00 – 11.30 Uhr, Gemeindehaus

Mit wem? Carola Thießen

Die Gebühr? 60,- € / 8 Treffen

Q/R 201 CTH

Spielkreis

Wann? mittwochs, 9.30–10.30 Uhr, Gemeindehaus

Mit wem? Carola Thießen

Die Gebühr? 18,- € / 6 Treffen

➡ Vortrag:

Bedeutung - Bindung - Findung

R 301 KKL 001

„Was will mein Kind mir sagen?“ Signale und Initiativen der Kinder verstehen lernen. Ein Gesprächsabend für Mütter und Väter mit Säuglingen und Kleinkindern, durchgeführt von der Ev. FBS Niebüll und der Eltern-Start-Hilfe

Wann? Donnerstag, 22. Februar 2018, 19.00–20.30 Uhr

Mit wem? Kornelia Klawonn-Domin + Kollegin der ESH

Die Gebühr? 5,- €

auch für Tagespflege anerkannt

➡ Vortrag:

Schon Babys können „schnacken“

R 804 KKL 001

Säuglinge haben ihre eigene Sprache. Damit wir als Eltern sie früh „verstehen“ können, besprechen und sehen wir Beispiele von Kontakt, Bindung und guter Kommunikation.

Wann? Montag, 12. März 2018, 19.00–21.00 Uhr

Mit wem? Kornelia Klawonn-Domin

Die Gebühr? 5,- €

auch für Tagespflege anerkannt



WEISSER RING

Wir helfen Kriminalitätsopfern.

Der **WEISSE RING Nordfriesland** leistet ehrenamtliche Hilfe unter anderem durch:

menschlichen Beistand und Betreuung nach einer Straftat
Begleitung zu Terminen bei Polizei, Staatsanwaltschaft
und Gerichten und im Umgang mit weiteren Behörden
Vermittlung von Hilfen anderer Organisationen
finanzielle Unterstützung zur Überbrückung tatbedingter
Notlagen.

Mit 2,50 € Mitgliedsbeitrag im Monat können auch Sie uns bei unserer Arbeit unterstützen.

Auch Sie könnten morgen schon Opfern sein –
helfen Sie uns helfen!

WEISSER RING NORDFRIESLAND, Susanne Borrett
Tel. 046 71 / 9 27 38 63, www.weisser-ring.de

*In Zusammenarbeit mit dem Beratungs- und
Behandlungszentrum Niebüll:*

➡ **Vortrag: Das Trotzalter**

Q 302 RPL

Zwischen Rumpelstilzchen und Hasenfuß

In das sogenannte Trotzalter kommen unsere Kinder im Alter von 2–3 Jahren. Sie entdecken Begriffe wie „Ich“ und „Nein“ und die Wut scheint sie schier zu zerreißen, wenn es nicht nach ihrem Willen geht. Gleichzeitig verspüren die Kinder bei diesen wichtigen Ablösungsschritten auch Angst.

Informationen und Austausch sollen die Eltern ermutigen, angemessen und kreativ mit den Gefühlsausbrüchen der „Kleinen“ umzugehen.

Wann? Mittwoch, 27. September 2017, 19.30–21.00 Uhr

Mit wem? Rendel Plagemann

Anmeldung? erbeten

Auch für Tagespflege anerkannt.



➔ **Vortrag: „Die Tür soll offen bleiben!“** Q 303 RPL

Ängste bei Kindern

Kinder haben viele Ängste. Mal sind es die Monster unter dem Bett, dann lassen ihre Eltern sie nicht eine Minute aus den Augen. Entwicklungsbedingte Ängste gehören zu einer normalen Entwicklung dazu. Welche Ängste entwickeln Kinder in den ersten Lebensjahren? Wie können Eltern mit den Ängsten ihrer Kinder umgehen?

Wann? Dienstag, 7. November 2017, 19.30–21.00 Uhr

Mit wem? Rendel Plagemann

Anmeldung? erbeten

Auch für Tagespflege anerkannt.

➔ **Vortrag: Ist doch nicht so schlimm – Gefühle von Kindern ernst nehmen** Q/R 404 APR

Wie kann ich im Umgang mit den Gefühlen meines Kindes dazu beitragen, dass es ein gutes seelisches Gleichgewicht entwickeln kann?

Wann? dienstags, 14. November 2017 und 29. Mai 2018 jeweils 19.00–21.00 Uhr

Mit wem? Axel Preuschoff

Gebühr? 7,- €

Auch für Tagespflege anerkannt.

| | | | |
|---|--|------------------------------|---|
| <p>Service²Solution GmbH</p> | | <p>INDIVIDUELLE LÖSUNGEN</p> | <p>EDV-Fachhandel</p> <ul style="list-style-type: none"> - Beratung - Verkauf - Betreuung <p>Software Kopiertechnik Internet Telekommunikation Videüberwachung Service</p> |
| <p>www.service2solution.de</p> <p>Schmiedestraße 4 25899 Niebüll</p> <p>Telefon 04661-980220</p> <p>Filiale Sylt: Stephanstr. 14 - Sylt /Westerland 04651-2995699</p> | | | |
| | | | |

➔ Vortrag: Mein Kind von Herzen sehen – sichere Bindung, Gebundenheit und Selbstsicherheit

Q/R 404 SMI

Die Eltern-Kind-Bindung ist maßgeblich an der gesunden Entwicklung eines Kindes beteiligt. Das Gehirn ist das einzige Organ, was bei der Geburt noch nicht fertig ausgereift ist und nachhaltig insbesondere in den ersten Jahren geprägt wird. Erfahren Sie in diesem Vortrag wie Sie diese Prägung durch eine sichere Bindung in einem gesunden Sinne beeinflussen und ihr Kind in der Entwicklung seiner ureigenen Persönlichkeit unterstützen können

Wann? Mittwoch, 29. November 2017
Mittwoch, 13. März 2018
jeweils 19.00–21.00 Uhr

Mit wem? Sandra Mittendorf

Die Gebühr? 7,- €

Auch für Tagespflege anerkannt.



Eltern/Kind-Arbeit ist häufig Mutter/Kind-Arbeit, aber auch Väter sind bei uns herzlich willkommen ... z.B. als Begleitperson für ihr Kind, aber auch als Kursleiter!

Sie haben Interesse und können es zeitlich einrichten? Dann sprechen Sie uns an!

➔ Offenes Angebot für Väter/Großväter: Väter unter sich

neu! Q/R 211 APR

Jeweils am dritten Dienstag im Monat ab 19.30 Uhr haben Väter die Möglichkeit, sich zu informieren, auszutauschen und Interessantes zu erleben. Dabei werden Anregungen zu Erziehungs- und Beziehungsfragen, zum Mannsein in der Familie, zum Umgang mit Ängsten, Konflikten, Krisen und gewünschten Themen gegeben. Bei Interesse werden auch gemeinsame Aktivitäten (auch mit den eigenen Kindern) wie Bogenschießen, Feuerkreis und weitere Events unternommen.

Wann? ab 17. Oktober 2017–19. Juni 2018
jeden 3. Dienstag im Monat,
jeweils 19.30–21.00 Uhr

Mit wem? Axel Preuschoff

Die Gebühr? 7,- €/pro Abend

Landschlachterei

Knutzen

Schlachterei

Hauptstraße 55

☎ (0 46 61) 56 60

Schnellrestaurant

Busch-Johannsen-Str. 4

☎ (0 46 61) 934 88 99

Fleischerimbiss TEAM-Tankstelle

Gather Landstr. 29

☎ (0 46 61) 94 25 43

Dittmann



innenliegender Sonnenschutz

Rollos, Plissees, Jalousien, etc.

außenliegender Sonnenschutz

Markisen, Rollläden, Außenraffstores, etc.

Insektenschutz

Fenster, Türen, Rollos, etc.

Gardinen

Stoffe, Stilstangen, Zubehör, Nähservice

Fenster- und Türgriffe

Aufmaß und Beratung

Montage

Reparaturen

**alle Dienstleistungen bieten wir nur
für bei uns gekaufte Produkte**

!!!! Neue Anschrift !!!!

Schmiedestraße 2

25899 Niebüll

Tel. 04661/4212

Fax: 04661/6318

e-mail: dittmann-sonnenschutz@t-online.de

▣▣ *Gesundheit und
froher Mut, das ist
des Menschen
höchstes Gut.*

(deutsches Sprichwort)

➡ Pädagogische Sprechstunde

Q/R 213 KKL 001

zu aktuellen Fragen und Themen

Wann? nach telefonischer Vereinbarung

Mit wem? Kornelia Klawonn-Domin und Ute Wilke

Die Gebühr? Keine Gebühren!

Auch für Tagespflege anerkannt.

➡ Was ist das beste Essen für Babys?

Q/R 510 ANO

In diesem Kurs geht es um das Thema B(R)EIKOST.

Kaufe ich den ersten Brei? Wenn ja, welchen? Koche ich ihn selbst? Wenn ja, wie? Muss mein Baby zusätzlich trinken? Wenn ja, wie viel? Fragen über Fragen, die in diesem Kurs in Theorie und Praxis beantwortet werden.

Wann? Donnerstag, 16. November 2017, 15.30–17.30 Uhr

Mit wem? Anja Nottelmann

Die Gebühr? 20,- € inkl. Material

Auch für Tagespflege anerkannt.

➔ Babysitter-Ausbildung

Q 708 SLK

Ein Kurs für Jungen und Mädchen ab 12 Jahren. Hier wird der Umgang mit Säuglingen und Kleinkindern geübt, auch erste Hilfe am Kind ist ein Thema der Ausbildung.

Jeder Teilnehmer erhält nach Beendigung des Kurses einen Babysitter-Ausweis!

Listen mit potentiellen Babysittern werden an interessierte Eltern weitergegeben.

Wann? Freitag, 22. September 2017, 16.00–20.00 Uhr
Samstag, 23. September 2017, 9.30–15.30 Uhr
Freitag, 17. November 2017, 16.00–20.00 Uhr
Samstag, 18. November 2017, 9.30–15.30 Uhr

Mit wem? Sarah-Lena Knudsen

Die Gebühr? 30,- € / Wochenendkurs + 3,- € / Verpflegung





➔ **Erste Hilfe am Kind**

Q/R 516 SSA

Wann? Termine werden in der Tagespresse bekannt gegeben!

Mit wem? Sabine Saß

Die Gebühr? 36,- € / 2 Abende à 3 Stunden

Auch für Tagespflege anerkannt.

www.kornkoog.de

Tel. 04661 9682-0



➔ Stillvorbereitungskurs

R 603 KSO 001

Stillen ist die natürlichste und beste Ernährung für dein Baby. Leider klappt der Stillstart nicht immer ganz reibungslos. Als Stillberaterin (AFS e.V.) stehe ich Dir zur Seite und begleite Dich gern schon in der Schwangerschaft. Im Stillvorbereitungskurs bekommst Du alle Infos, die Du und Dein Partner für einen gelungenen Stillstart brauchen. Ich freue mich auf Euch!

| | |
|-----------------|--|
| Wann? | Mittwoch, 21. März 2018, 16.30–18.00 Uhr |
| Mit wem? | Kerrin Sönnichsen |
| Gebühr? | 10,- € |

➔ Vortrag: Optimaler Stoffwechsel = gesunde Gewichtsabnahme und Vitalität

Q/R 601 ABE 002

Ist der Stoffwechsel erst einmal entgleist, kommt es zu Gewichtszunahme, Unwohlsein, Erschöpfung und Antriebslosigkeit, berichtet Anja Beckmann aus ihrem Praxisalltag.

„Auch wenn ich wenig esse, ich nehme einfach nicht ab“, diesen Satz höre ich häufig in meiner Praxis.

Dabei kommt es nicht darauf an, wieviel man isst, sondern die richtigen Lebensmittel, die den Stoffwechsel und das Drüsensystem wieder anregen. Viele Menschen essen zu wenig von den Lebensmitteln, die ihre Drüsen brauchen, um die entscheidenden Hormone in der richtigen Menge zu produzieren. Die Folgen sind ein träger Stoffwechsel und Gewichtszunahme.

In diesem lebhaften Vortrag gibt es Erkenntnisse und viele Tipps rund um das Thema Stoffwechsel.

| | |
|--------------------|---|
| Wann? | Di., 26. September 2017, und Mo., 05. Februar 2018 19.00–21.00 Uhr |
| Mit wem? | Anja Beckmann |
| Die Gebühr? | 7,- € |

Danke

an alle unsere Anzeigenkunden!

Durch die Anzeigen unserer Inserenten können wir die Druckkosten dieses Programmheftes anteilig finanzieren, so dass unser Etat geschont wird – ein Schritt, um unsere Kursgebühren so gering wie möglich zu halten.



| | |
|--|---|
| <p>STOFFWECHSELOPTIMIERUNG</p> <p>Welche Nahrungsmittel aktivieren Ihren Stoffwechsel?</p> <p>Was braucht Ihr Körper, damit Sie sich fit und vital fühlen?</p> <p>Anhand von Laborwerten und einigen persönlichen Angaben erstelle ich Ihnen ein individuelles Ernährungsprogramm, dass zu Ihrem Stoffwechsel und Drüsen-system optimal passt.</p> <p>Nehmen Sie schonend und dauerhaft ab und steigern Sie zusätzlich Ihre allgemeine Vitalität und Leistungsfähigkeit.</p> <p>fit. vital. schlank.</p> | <p style="text-align: center;">GESUNDHEITSPRAXIS Anja Beckmann</p> <p style="text-align: center;">Heilpraktikerin (Psychotherapie) Woldsenstr. 37 · 25813 Husum Tel. 04641 - 81764 - mobil 0174 - 66 25 203 www.gesundheitspraxis-beckmann.de</p> <p style="text-align: center;">Praxis für STOFFWECHSELOPTIMIERUNG KINESOLOGIE PSYCHOLOGISCHE BERATUNG</p> |
|--|---|

➔ **Vortrag: Möglichkeiten und Grenzen ambulanter Versorgung**

Q 121 VBS 002

Im Rahmen der Veranstaltungsreihe des Vereins für Betreuung und Selbstbestimmung in Nordfriesland e.V. konnten wir Frau Lorenzen vom Pflegestützpunkt Nordfriesland gewinnen, um über die „Möglichkeiten und Grenzen ambulanter Versorgung“ aufzuklären. Teil dieses Vortrags wird es zunächst sein, das Beratungsangebot des Pflegestützpunkts Nordfriesland vorzustellen. Im Weiteren wird Frau Lorenzen die Entlastungsmöglichkeiten im Rahmen der häuslichen Versorgung darstellen und zuletzt sowohl auf die rechtlichen wie auch auf die finanziellen Möglichkeiten eingehen. Wir würden uns freuen Sie zu diesem Vortrag in der Ev. Familienbildungsstätte Niebüll begrüßen zu dürfen.

Wann? Donnerstag, 09. November 2017
19.00-21.00 Uhr

Mit wem? Frau Lorenzen

peter Jordt



GmbH u. Co. KG

- Elektrotechnik
- Lichttechnik
- Kommunikationsnetzwerke



- Leuchten
- EIB-Gebäudetechnik
- CAD-Projektierung



Rathausstraße 10 – Am Bahnhof · 25899 Niebüll
Fon 0 46 61 96 93 0 · Fax 96 93 11
info@peterjordt.de · www.peterjordt.de

Reformhaus - Parfümerie

Gesunde Lebensmittel -

hochwertige Produkte aus
der Parfümerie

Bei uns sind Sie an der richtigen Adresse



Sabine Petersen
Hauptstraße 27,
25899 Niebüll,
Tel.: 04661 - 8978



Top Parfümerie GmbH & Co. KG, Holm62, 24937 Flensburg



➔ Rückbildungsgymnastik

Tipp für
Mami!

Q/R 903 IMA

Gezielte Entspannungs- und Rückbildungsübungen kräftigen die Bauch-, Gesäß-, Beckenboden- und Rückenmuskulatur. Stoffwechsel und Kreislauf werden normalisiert und das Bindegewebe gestärkt. Schwangerschaftsbedingten gesundheitlichen Problemen wird so entgegen gewirkt und ein gutes Körpergefühl und Wohlbefinden erlangt.

Wann? Jeweils ab: 31.08.2017, 02.11.2017, 18.01.2018,
19.04.2018, 23.08.2018, 25.10.2018

Der Kurs läuft donnerstags jeweils von
19.00–21.15 Uhr.

Mit wem? Ilka Marten

Die Gebühr? Die Kosten werden von der Krankenkasse
übernommen!

➔ Babyschwimmen

Q/R 205 ACH

für Kinder ab dem 9. Lebensmonat bis zum vollendeten 18. Lebensmonat.

Dieser Kurs findet im Niebüller Hallenbad statt.

Ziel des Babyschwimmens ist, den Säuglingen positive Körper- und Bewegungserfahrungen zu ermöglichen.

Im Vordergrund steht also die Freude des Babys, sich frei zu bewegen, intensiven Körperkontakt mit den Eltern aufzunehmen und Kommunikation mit anderen Kindern zu haben. Die körperliche und geistige Entwicklung der Babys ist eng miteinander verknüpft.

Das Babyschwimmen erweitert früh den Aktionsradius der Kinder und vermittelt Erfolgserlebnisse und Erfahrungen, die das Vertrauen in die körperlichen Fähigkeiten stärkt – und dadurch die geistige und soziale Entwicklung fördert.

Wann? donnerstags, 9.30 – 10.15 Uhr

Mit wem? Angela Christiansen

Die Gebühr? 47,- € / 10 Treffen

*Kurse für Eltern von
Kindern bis zu drei Jahren*

Eltern sein leben

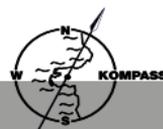
*Kurse für Eltern von Kindern
von drei bis zehn Jahren*

Information und Anmeldung

Telefon: 0 48 61 • 610 17 18

elternschuleNF@kompass-friedrichstadt.de

*Kurse für Eltern von
Kindern in der Pubertät*



Elternschule Nordfriesland

„Meine Bank.“

jetzt
Mitglied werden

Jeder Mensch hat etwas, das ihn antreibt.

Wir machen den Weg frei.

mehr Bank durch Mitgliedschaft:

- ✓ Mitbestimmungsrecht
- ✓ Exklusive Informationen
- ✓ Erlebnisreiche Veranstaltungen und Fahrten
- ✓ Günstigere Konditionen bei der R+V
Versicherung oder der TeamBank AG (e@syCredit)
- ✓ Attraktive Dividende auf Ihre Geschäftsanteile
- ✓ VR-Mitgliederreisen



Sprechen Sie mich oder Ihren persönlichen Kundenbetreuer an:

Joachim Oldsen
Geschäftsstellenleiter Niebüll
☎ 04661/939-2050
joachim.oldsen@vrbankniebuell.de



VR Bank eG
Niebüll

➔ Kleinkinderschwimmen für Kinder ab 18 Monaten

Q/R 206 ACH

Dieser Kurs findet ebenfalls im Niebüller Hallenbad statt.

Auch in diesem Kurs steht der Spaß im Vordergrund: der Bewegungsspielraum der Kinder wird spielerisch vergrößert und das Vertrauen in die eigenen körperlichen Möglichkeiten und Fähigkeiten wird gestärkt. Durch Gruppenspiele sammeln die Kinder Erfahrungen im Umgang mit Gleichaltrigen und das gemeinsame Erleben in einem „ungewohnten Element“ festigt die Eltern-Kind-Beziehung.

Wann? donnerstags, 8.45 – 9.30 Uhr

Mit wem? Angela Christiansen

Die Gebühr? 47,- € / 10 Treffen

➔ Spielerische Wassergewöhnung für Kinder ab 2 Jahren

Q/R 219 ACH

Im Kurs der spielerischen Wassergewöhnung soll die Freude am nassen Element geweckt werden. Das Wasser kann so als Spiel- und Tummelplatz allen anderen Freizeitbereichen gleichgesetzt werden. Durch Übungen zum Tauchen, Springen und Gleiten sollen Grundlagen zum Anfängerschwimmen geschaffen werden.

Wann? dienstags, 9.15 – 9.45 Uhr und 9.45 – 10.15 Uhr

Wo? Hallenbad Niebüll

Mit wem? Angela Christiansen

Die Gebühr? 39,- € / 10 Treffen



Alle Kurse können unabhängig voneinander besucht werden, eignen sich aber natürlich gut als „Aufbaukurse“.

Wir bitten für alle Kurse um rechtzeitige Anmeldung, da die Teilnehmerzahl begrenzt ist.

➔ Ausdauer & Beweglichkeit auch im Alter

Q/R 912 JFA

Durch rückengerechte Übungen soll die Festigung der Muskulatur, Erhöhung des körperlichen Wohlbefindens und bessere Beweglichkeit erreicht werden.

Wann? montags, 18.30–19.30 Uhr

Mit wem? Jutta Faas

Die Gebühr? 42,- € / 10 Treffen

➔ Fitnessgymnastik

Q/R 909 JFA

Wann? montags, 19.30–20.30 Uhr

Mit wem? Jutta Faas

Die Gebühr? 42,- € / 10 Treffen



➔ „Seniorenfitness“ von Kopf bis Fuß Q/R 905 KJE

Nach einer Aufwärmphase von 15 Min. Herz-Kreislauf-Training werden Muskulatur, alle Gliedmaßen und Gelenke durch unterschiedliche Methoden und Geräte gekräftigt. Genaueste Anleitung und individuelle Korrektur kennzeichnen die Kursarbeit. Elemente verschiedener Richtungen wie z.B. KG, Rückenschule, Pilates u.v.m. fließen mit ein. Entspannungselemente geben das Gefühl, Gutes für Körper und Geist getan zu haben.

Wann? montags, 9.15–10.15 Uhr

Mit wem? Katrin Jessen

Die Gebühr? 42,-€ / 10 Treffen

➔ „Seniorenfitness“ II Q/R 905 KJE

- Verbesserung der Beweglichkeit
- Herz- und Kreislauftraining
- Kräftigung der Muskulatur
- Vorbeugung gegen Osteoporose

Wann? montags, 10.30–11.30 Uhr

Mit wem? Katrin Jessen

Die Gebühr? 42,-€ / 10 Treffen

➔ Fitness-/Wirbelsäulengymnastik Q/R 909 UBÖ

Wann? mittwochs, von 8.15–9.15 Uhr oder
9.30–10.30 Uhr

Mit wem? Ute Böhm

Die Gebühr? 42,-€ / 10 Treffen

gleis *2* **Mode • Geschenke**

Ulrike Clausen

Hauptstraße 51

25899 Niebüll

Tel. 0 46 61 / 60 78 50

Gartenbaubetrieb
Blumenfachgeschäft
Fleurop-Dienst

Ihr Gärtner
...für alles Grüne
Gmelin

Dorfstraße 347
25920 Risum-Lindholm
Telefon (0 46 61) 96 21-0
Telefax (0 46 61) 96 21-21



➔ Fit durchs Jahr

Q/R 913 IKA

Wann? montags, 17.15 – 18.15 Uhr

Mit wem? Inga Karlsson

Die Gebühr? 42,-€ / 10 Treffen

➔ Fit über 60 – Gymnastik und mehr

Q/R 906 JTI

Das Angebot ist offen für Männer und Frauen. Auch Menschen mit Migrationshintergrund sind herzlich willkommen.

Wann? montags, 10.30–11.30 Uhr

Mit wem? Katrin Jessen

Die Gebühr? 42,-€ / 10 Treffen

➔ Pilates

Q/R 908 JFA

Die Pilatesmethode ist ein ganzheitliches Körpertraining, in dem vor allem die tief liegenden, kleinen aber meist schwächeren Muskelgruppen angesprochen werden, die für eine korrekte und gesunde Körperhaltung sorgen sollen. Das Training schließt Kraftübungen, Stretching und bewusste Atmung ein. Pilates ist für Männer und Frauen jeden Alters geeignet, in verschiedene Levels angepasst. Es ist in erster Linie ein Mattentraining mit überwiegend ruhigen, fließenden Bewegungen.

Wann? dienstags, 17.30 – 18.45 Uhr / 19.00 – 20.15 Uhr
mittwochs, 18.00 – 19.15 Uhr / 19.30 – 20.45 Uhr
alle in der 1. Woche nach den Sommerferien

Mit wem? Jutta Faas

Die Gebühr? 55,- € / 10 Treffen



SES-Sommer

Sicherheitstechnik
Eisenwaren
Schlüssel

Gravurservice
Stempelfertigung
Folienbeschriftung

Karl-Friedrich Straße 5
25899 Niebüll

☎ 04661 - 3341

↪ 0171 3 44 33 24

E-Mail: info@ses-sommer.de
www.ses-sommer.de



SES-Sommer

➔ Stepaerobic

Q/R 904 KJE

Ein variationsreiches Herauf- und Herabsteigen auf und von einer stufenförmigen Plattform nach motivierender Musik, wobei gleichzeitig verschiedenartig ausgeführte Armbewegungen eingesetzt werden können. Kondition wird langsam aufgebaut, Kraft und Beweglichkeit gesteigert und nicht zuletzt auch die Konzentrations- und Koordinationsfähigkeit gefördert. Langsames Erarbeiten von kleinen Choreographien erhöht den Spaß-Faktor. In den Stunden werden nur gelenkschonende Übungen eingesetzt und aus gesundheitlicher Sicht sehr auf Korrektur geachtet. Insgesamt wird Bein-, Po-, Bauch-, Rücken- und Armmuskulatur gestärkt. Also ein Allround-Training, welches sich anschließend positiv auf das psychologische Wohlbefinden auswirkt.

Festes Schuhwerk und gute Laune sind mitzubringen.

Wann? dienstags, 17.30–18.30 Uhr

Mit wem? Katrin Jessen

Die Gebühr? 42,-€ / 10 Treffen



Detlev Pagallies Büro-Organisation
 Westertoft 5, 25917 Achtrup, Tel. 04662-958

Büromöbel – Bürobedarf
Objekteinrichtungen

www.pagallies.de

Öffnungszeiten: Mo-Fr 8-12 Uhr,
 nachmittags nach Absprache

Lieferung innerhalb 24 Std. oder nach Absprache

➔ YOGA – Körper, Atem und Geist in Einklang bringen

Q/R 102 UWA

In unserer hektischen Zeit mit extrem hohen körperlichen und geistigen Anforderungen bedeutet Yoga, einen Zugang zu einer stilleren Domäne des Lebens zu finden.

Yoga ist wesentlich mehr als eine Bewegungsform, um körperliche Fitness zu erlangen. Es ist eine Lebensphilosophie, die den ganzheitlichen Ansatz verfolgt, nämlich: Körper, Atem und Geist in Einklang zu bringen. Die Entwicklung von Achtsamkeit und der Mensch in seiner jeweiligen Einzigartigkeit stehen in diesem Kurs im Vordergrund.

Yoga bedeutet nicht, auf dem Kopf stehen zu müssen, sondern mit beiden Beinen fest im Leben zu stehen.

Wann? dienstags, 17.00–18.30 Uhr
mittwochs, 9.00–10.30 Uhr

Mit wem? Ulrike Wandrey

Die Gebühr? 120,- € / 10 Treffen (krankenkassengefördert)

➔ Callanetics

Q/R 907 KJE

Aufwärmen – Dehnen – Kräftigen – Stabilisieren – Entlasten

Eine konzentrierte, auch konzentrationssteigernde Gymnastik für trainierte und untrainierte Frauen aller Altersgruppen.

Tief liegende Muskelgruppen an Armen, Beinen, Bauch, Becken und Rücken werden gestärkt, Gelenke und Wirbelsäule somit entlastet. Der Bewegungsablauf wird langsam und minimal durchgeführt und von Korrektur begleitet. Durch regelmäßiges Training wird man sich im Alltag leichter und energiegeladener bewegen können.

Um Mitnahme von Stopper-Socken und nicht zu weiter Kleidung wird gebeten.

Wann? dienstags, 19.00–20.00 Uhr

Mit wem? Katrin Jessen

Die Gebühr? 42,- € / 10 Treffen

Bücher • Kalender • Karten für jeden Anlass • CDs • Schulbücher
Lektüre • Sekundärliteratur • Workbooks • Arbeitshefte • Nachhilfematerial
Lieferung von Klassensätzen in die Schule

Heute bis 17.00 Uhr bestellt, morgen da! (wenn beim Großhändler vorrätig)
Ticketbestellungen für Konzerte, Festivals etc.



Bücherstube Leu • Inf.: Dennis Leu • Hauptstraße 48 • 25899 Niebüll
Tel. 04661/5722 • Fax 04661/67434 e-mail: post@buecherstube-leu.de

➔ Offener Gesprächskreis zum Thema „Burn-out“

Q/R 515 MWE 104

Wir treffen uns jeden 3. Mittwoch im Monat nach Absprache – reden miteinander in lockerer Runde. Im Anschluss machen wir „Autogenes Training“ unter Anleitung.

Wann? 20.00–22.00 Uhr, in der Ev. Familienbildungsstätte

Mit wem? Marion Wenig

Auch für Tagespflege anerkannt.

➔ Grenzen setzen – nein sagen – für Frauen

Q/R 420 SLK

Selbstbehauptung heißt: Ich bin stark und schaffe das!

Ich setze mich durch mit Worten und Körpersprache. Ich wehre mich bei Gefahr – angemessen – mit Stimme, Händen, Füßen, Stock oder anderen Sachen. Jede Frau kann sich schützen.

Grenzen setzen – nein sagen

Wie stark und mutig bin ich selbst? Wie setze ich meine Interessen und Bedürfnisse durch? Wie kann ich mir Hilfe/Unterstützung holen?

Auch für Kinder und Jugendliche

Dieser Kurs ist für Kinder und Jugendliche mit und ohne Einschränkungen gedacht.

Besteht Interesse an diesem Kurs?

Dann melden Sie sich gerne bei uns. Wir freuen uns auf Sie!

MALEREI JENSEN

INH. THEO JENSEN MALERMEISTER



- BERATEN
- MALEN
- TAPEZIEREN
- BESCHRIFTEN
- VERPUTZEN
- VERGLASEN

25899 NIEBÜLL

UHLBÜLLER DORFSTR. 161 - Fax 54 73

TEL. 04661-5493

VERLEGESERVICE NORD

- Verkauf und Verlegung von Bodenbelägen aller Art
- Sonnenschutz (Rollos, Jalousien, Plissees, Vertikallamellen, usw.)
- Markisen
- Farben von »Brillux«
- Tapeten
- Maschinenverleih für Parkett und Teppichboden

Inh. Lutz Albertsen · Gewerbegebiet Ost · Westermooringer Str. 2 · 25899 Niebüll
Büro: 0 46 61/40 22 · Telefax: 0 46 61/9 00 80 22 · Mobil: 01 71/27 29 0 56
E-Mail: verlegeservice-nord@foni.net · www.verlegeservice-nord.de





**Stark in
Ihrer
Region!**

Ambulante Pflege

Pflege in Ihrer vertrauten Umgebung

Diakoniestation Niebüll
Frau Natascha Benndorf
Bahnhofstr. 24
25899 Niebüll
Tel. 04661 - 90 54 375
E-Mail: station.niebuell@diakonie-nf.de

Tagespflege

Sicher und geborgen den Tag erleben

Tagespflege Niebüll
Frau Ruthild Schiller
Bahnhofstr. 24
25899 Niebüll
Tel. 04661 - 93 78 234
E-Mail: tagespflege.niebuell@diakonie-nf.de

Gerne beraten wir Sie hierzu, bitte vereinbaren Sie einen unverbindlichen Informationstermin!

Nähere Informationen auch zu weiteren Angeboten der Pflegediakonie Nordfriesland finden Sie unter:

www.diakonie-nf.de

W **Wüstenberg
Landtechnik**

Shop für die „kleinen Profis“



**Wir führen
eine große Auswahl an
Spielzeug von:**

siku

bruder



... auf zu Wüstenberg!!!

Niebüll

Klanzbüller Straße 9
04661/9678-0

www.wuestenberg-landtechnik.de



▀▀ *Du bist dort zu Hause,
wo sich dein Herz
daheim fühlt.*

(deutsches Sprichwort)



▀▀ *Zeit, die wir
uns nehmen,
ist Zeit, die uns
etwas gibt.*

(Ernst Ferstl)

➔ Patchwork für Jugendliche

Q/R 501 CTH

Am Anfang näht jede Teilnehmerin ein Patchworkkissen. Im Anschluss werden Nadelkissen, Scherentasche, Kosmetiktasche, Buchumschlag u.v.m. genäht. Die Teilnehmerinnen können Wünsche äußern.

Wann? samstags, 30.9., 11.11. und 9.12.2017
10.00–13.00 Uhr

Mit wem? Carola Thießen

Die Gebühr? 27,- €/3 Treffen + evtl. Materialkosten



Sein Sie
dabei!

Das mach´ ich!

Hätten Sie nicht Lust, selber einen Kurs zu leiten und Ihre Talente und Fähigkeiten an andere weiter zu geben?

Dann werden Sie Kursleiter/in in unserer Ev. Familienbildungsstätte Niebüll!

Sprechen Sie uns an!

➔ Nähkurs für Erwachsene

Q/R 504 APA 001

Spaß am Nähen? Interesse am Austausch kreativer Ideen in Gesellschaft? Dann ist dieser Kurs genau das Richtige! Genäht wird was gefällt, von Accessoires bis Kleidung. Anfänger und Fortgeschrittene sind gleichermaßen willkommen. Mitzubringen sind: Nähmaschine, große und kleine Scheren, Nadeln, Nähgarn, Stecknadeln, Maßband/Lineal, Geodreieck, Kreide/Bleistift und Stoff.

Wann? mittwochs ab 20. September 2017, 19.30–21.30 Uhr

Mit wem? Astrid Paulsen

*Bei Fragen bitte telefonisch melden:
Astrid Paulsen 04672/ 777350*

Die Gebühr? 80,- € für 10 Treffen



Schneiderei und Stoffe flink & fleißig

Anett Brauns-Johannsen

Maß- und Änderungsschneiderei

Jersey · Wollstoffe · Strick · Leinen
Baumwolle · Nicki · klassische Stoffe · Seide

Mo., Di., Do. + Fr. 9-13 und Di., Do. + Fr 15-18 Uhr
Sa. 10-13 Uhr · Mittwoch geschlossen

Hauptstraße 93 · 25899 Niebüll · Telefon: 04661-937147
www.schneiderei-flinkundfleissig.de

➔ Zauberworkshop für Jedermann

Q 101 EJO 002

Mit Imbiss und gemütlichem Abschluss mit Eckenzauberei
Für Eltern, Großeltern mit Kindern/ Enkelkindern.

Wann? Samstag, 21. Oktober 2017, 10.00–17.00 Uhr

Mit wem? Erwin Joost, Tel. 0 46 61 / 937 2480

Die Gebühr? 8,- €

➔ Zaubern für Kinder

R 101 EJO 001

Ein Zauberkurs für Kinder ab 6 Jahren. Joko Mado gibt Einblicke in seine Kunst.

Wann? Freitag, 09. Februar 2018, 15.00–18.00 Uhr

Mit wem? Erwin Joost, Tel. 0 46 61 / 937 2480



WOHNdesign

Tamara Petersen

Gardinen · Stoffe · Kissen · hochwertige Wohnaccessoires
Lampen · Möbelstoffe für Wohnmobile, Küche, uvm.
Outdoorstoffe für Garten · Sonnen-/Sichtschutz · uvm.

Hauptstraße 42 / Rathausplatz · 25899 Niebüll · Mobil 01 71 - 2 17 20 58
Öffnungszeiten: **Mo.+Di.+Do.+Fr.: 9.00 – 13.00 Uhr** • **Sa.: 9.00 – 12.00 Uhr**
Di.+Do.+Fr.: 15.00 – 18.00 Uhr • **Mi.: geschlossen**

➔ Bogenschießen: Für Väter und Söhne & für Mütter und Töchter

neu! Q/R 805 APR

Traditionelles Bogenschießen für Väter und Söhne/Mütter und Töchter mit Stockbrotbacken in Karlum, Remper Weg 2. Mindestalter der Kinder: 10 Jahre. Gebühr für Vater und Sohn/Mutter und Tochter: 35,- €, jedes weitere Kind 10,- €. Im Angebot enthalten sind die Ausrüstung und Materialverbrauch, Einführung und ein kleines Turnier.

Wann? Väter und Söhne: 16.09.2017 und 05.05.2018
Mütter und Töchter: 23.09.2017 und 19.05.2018
jeweils 15.00–19.00 Uhr
in Karlum, Remper Weg 2

Mit wem? Axel Preuschoff

Die Gebühr? 35,- €

➔ Malzeit zu zweit – Eltern malen mit ihren Kindern

neu! Q/R 213 SMI

Am „Lagerfeuer“ sind Geschichten am schönsten und wir stimmen uns ein auf die kommende Stunde. Die Erzählung bildet die Grundlage für die anschließende Gestaltung. Elternteil und Kind wählen gemeinsam ein Motiv und los geht der Spaß mit Farbe, Leinwand, Papier, Stoff und was uns sonst noch in die Hände fällt.

Kleine und große Künstler lassen ihren Ideen freien Lauf und haben vor allem eines: Gemeinsam viel Spaß!

Zum Abschluss laden die Künstler zu einem Galerierundgang und haben die Möglichkeit das Erlebte zu teilen und die Werke der anderen zu bewundern.

Wann? Mittwoch, 18. Oktober 2017 und
Samstag, 24. März 2018

Altersgruppe 5–7 Jahre
10.00 Uhr–12.00 Uhr

Altersgruppe 8–10 Jahre
14.00 Uhr–16.00 Uhr

Wer? Eltern/Großeltern mit ihren Kindern/
ein Erwachsener je Kind

Mit wem? Sandra Mittendorf

Die Gebühr? 10,-€ Kursgebühr/Elternteil mit einem Kind +
4,-€ Materialkosten

➔ Malen für Eltern und Kinder

Q 213 SMI 001

Im Rahmen der Gesundheitsmesse bieten wir dieses kostenfreie Angebot an.

Wann? Freitag, 06. Oktober 2017, 15.30–17.30 Uhr

Mit wem? Sandra Mittendorf

Die Gebühr? Evtl. ein kleiner Beitrag für die Materialkosten



A. SÖNKSEN GmbH & Co.

Uhlebüller Straße 83 · 25899 Niebüll

Tel. (0 46 61) 42 50 · Fax 61 55

www.a-soenksen.de · E-Mail: a.soenksen@t-online.de



Farbenfachgeschäft



Hobby- und Bastelartikel



Malerei



Glaserei



Ausmalseite
für Kinder



Wie fruchtbar ist
der kleinste Kreis,
wenn man ihn wohl
zu pflegen weiß.

(Johann Wolfgang v. Goethe)

Bitte beachten und erfragen
Sie unsere Offenen Gruppen-
angebote, wie z.B. Elternfrüh-
stück oder Kindercafé.

Eltern-Kind Frühstück (ganzjährig, auch in den Ferien)

Q/R 703

gefördert durch Bundesinitiative „Schutzengel für frühe Hilfen vor Ort“, Gemeinsames Angebot der Ev. FBS Niebüll, Leni, Kompass, Jugendamt des Kreises NF

Wenn Sie als Mutter, Vater oder Großeltern neu in Niebüll und Umgebung sind, wenn Sie neue Menschen kennen lernen und in gemütlicher Runde schnacken möchten, laden wir Sie herzlich mit Ihrem Kind (unter 3 Jahren)/Ihren Kindern/Ihrem Enkelkind/Ihren Enkelkindern und Geschwistern zu uns ein. Das Angebot ist kostenlos. Spenden sind jedoch willkommen!

Wann? ganzjährig jeden 1. und 3. Donnerstag im Monat
9.00–11.00 Uhr

Mit Wem? Kerrin Sönnichsen, Gesa Lensch, Gunhild Petschull
verbunden mit Mini-Kids-Markt am 1. Donnerstag

Kindercafé (ganzjährig, auch in den Ferien)

gefördert vom Ladies Circle Südtondern und

Q/R 702

durch Bundesinitiative „Schutzengel für frühe Hilfen vor Ort“, Gemeinsames Angebot der Ev. FBS Niebüll, Leni, Kompass, Jugendamt des Kreises NF

Bei Tee, Saft können Kinder (unter 3 Jahren) frei spielen, die Mütter/Väter oder andere Begleitpersonen lernen sich kennen, können sich in gemütlicher Runde austauschen. Die Teilnahme ist kostenfrei, eine Spende ist willkommen.

Wann? Jeden letzten Mittwoch im Monat
von 15.00–17.00 Uhr

Mit Wem? Kerrin Sönnichsen und Gunhild Petschull

➔ Diabetiker-Selbsthilfegruppe

Q/R 602

Treffen für Diabetiker jeden Alters und deren Angehörige.
Treffen jeweils am 2. Mittwoch im Monat um 20.00 Uhr.

Was und wann?

Schuhe und Einlagen für Diabetiker. Was ist wichtig?
13. September 2017

Insulin; Dr. v. Hielmcrone
11. Oktober 2017

Kochen: Gemeinsam lecker und gesund kochen und genießen.
Montag, 06. November 2017, 19.00 Uhr

Weihnachtsfeier
13. Dezember 2017

DMP: Wann zu welcher Untersuchung?
10. Januar 2018

Ernährung: Gesund und günstig, geht das?
14. Februar 2018

Laborwerte: Was ist wichtig?
14. März 2018

Fußpflege: Bei Diabetes besonders wichtig!
11. April 2018

Bewegung hilft!
09. Mai 2018

Urlaub: An was denken?
13. Juni 2018

*Für mehr Informationen und Fragen oder Anregungen bitte
melden bei Harro Jacobsen, Tel. 0 46 62 / 45 81
Irrtümer und (kurzfristige) Änderungen vorbehalten!*

➔ Smartphone verstehen

R 920 AS0 001

Das Smartphone ist ein wichtiger Bestandteil unseres täglichen Lebens geworden.

Dieser Kurs soll Menschen helfen, das Smartphone besser zu verstehen und es effektiv einsetzen zu können. Von den Grundeinstellungen, bis hin zum Bewältigen von komplexen Aufgaben. Es bleiben keine Fragen offen.

Wann? jeweils mittwochs, ab 07. Februar 2018
18.30–20.00 Uhr

Mit wem? Alan Sönnichsen

Die Gebühr? 48,- €/6 Treffen



➔ Einführungsseminar „Helfen will gelernt sein“

R 121 VBS 001

Einführung in das Betreuungsrecht. Das Einführungsseminar in die Aufgaben ehrenamtlicher Betreuung. Herzlich einladen möchten wir auch im familiären Umfeld tätige Betreuerinnen und Betreuer.

Wann? Freitag, 23. März bis Samstag, 24. März 2018,
Freitag: 13.00–20.00 Uhr
Samstag: 9.00–16.00 Uhr

Mit wem? Bernd Albert



Berufliche Beratung für Frauen

**FRAU &
BERUF**
Beratungsregion Nord



Bürozeiten:

Montag – Freitag: 8.30 Uhr – 16.00 Uhr · Freitag: 8.30 Uhr – 13.00 Uhr
Terminvergabe nach telefonischer Vereinbarung.

Beratungen in Niebüll in der Ev. FBS:

Jeden 1. Montag im Monat von 9.00 – 14.00 Uhr



Asmussenstraße 19, 25813 Husum

Tel. 0 48 41 / 70 60 oder

Tel. 04 61 / 2 96 26

E-Mail: frau-beruf-nf@posteo.de

www.frau-und-beruf-sh.de

Wir fördern Arbeit
EU.S.H.
Europäische Union · Schleswig-Holstein
Ministerium für Arbeit, Soziales und Gleichstellung
des Bundesministeriums für Arbeit und Soziales

➔ Jetzt bin ich dran! – Zeit für Entspannung

Q/R 108 SEN

In diesem Kompaktkurs werden verschiedene Entspannungsmethoden, wie zum Beispiel die Progressive Muskelentspannung, vorgestellt und eingeübt.

Das Angebot richtet sich an Alle, die Anspannung im Alltag mit Entspannung ausgleichen möchten. Die erlernten Übungen sind ohne Hilfsmittel oder besondere Kleidung an fast jedem Ort durchführbar.

Wann? samstags, 02. Dezember 2017 und 03. Februar 2018
jeweils 14.00–17.00 Uhr

Mit Wem? Stefanie Engel

Die Gebühr? 20,-€

Auch für Tagespflege anerkannt.

➔ Jahreseinklang

R 921 OGI 001

Ein neues Jahr fühlt sich oft an wie ein Paar neuer Schuhe. Noch nicht ganz trittsicher, die Feiertage sind noch am Wirken und der Alltag fordert jeden von uns wieder ganz, oft von Null auf Hundert. Claudia Olivia Gillmann unterstützt das gute Ankommen in 2018 durch einen Jahres-Einklang mit ihren Instrumenten. Durchatmen, sich sortieren, neu ausrichten und genießen.

Bitte zwei Decken, Kissen, evtl. Kissenrolle als Kniestütze und warme Socken mitbringen!

Wann? Freitag, 12. Januar 2018, 18.30–20.00 Uhr

Mit Wem? Claudia Olivia Gillmann

Die Gebühr? 15,-€

➔ Klangentspannung zum Wochenende

Q 921 OGI 001-4

Ein Entspannungserlebnis mit Claudia Olivia Gillmann, das Körper, Geist und Seele berührt. Ein Hörgenuss der ganz eigenen Art auf einer Reise in unser Innerstes. Die Termine können einzeln oder zusammenhängend besucht werden.

Bitte zwei Decken, Kissen, evtl. Kissenrolle als Kniestütze und warme Socken mitbringen!

Wann? 22.09.2017, 13.10.2017, 17.11.2017, 01.12.2017
jeweils 18.30 – 20.00 Uhr

Mit Wem? Claudia Olivia Gillmann

Die Gebühr? 15,-€/pro Treffen

➔ **Es geht auch anders!**

**Gewaltfreie Kommunikation nach
M.B. Rosenberg, was ist denn das?**

Q 808 ESI 001

Unsere übliche Umgangssprache wird oft nicht als gewaltvoll erlebt, dennoch entstehen Verletzungen, die unser Leben schwer und unsere Beziehungen mühsam machen. Eine kleine Einführung in die Gewaltfreie Kommunikation n. MB Rosenberg in Form eines Vortrages mit einer praktischen Übung zum Mitmachen, Einstimmen und Verstehen. Es ist Raum für Fragen und um ins Gespräch zu kommen.

Wann? Donnerstag, 02. November 2017, 18.00–20.15 Uhr
inkl. einer Pause von 15 Minuten

Mit Wem? Elke Siegfried

Die Gebühr? 15,-€

Auch für Tagespflege anerkannt.



OF

**Tischlerei
Olaf Friedrichsen**

Holtschoostrot 6
25920 Risum-Lindholm

Tel.: 04661 - 6257



➔ Konflikte warum? Von der Analyse zur Konfliktbearbeitung und Konfliktlösung durch Mediation

Q 807 SVK 001

Oft sind es Alltagsprobleme die uns das Familien- und Eheleben schwer machen, die uns und unsere Mitmenschen herausfordern und uns vor (scheinbar) unüberwindbare Hürden stellen. Analyse und Reflektion des persönlichen Verhaltens sollen die Schwerpunkte für unseren Gesprächskreis bilden. Wie gehen wir mit aufkommenden Konflikten im Familienalltag um? Welche Handlungsstrategien können wir gemeinsam entwickeln zu analysieren und zu relativieren? Die Mediation als Strategie für eine erfolgreiche Lösung von Problemen.

Wann? montags, 23. Oktober 2017 und 30. Oktober 2017
17.00–19.00 Uhr, inkl. einer Pause von 15 Minuten

Mit Wem? Sylke von Kamlah-Emmermann und Ingrid Müller

Die Gebühr? 30,- €

➔ Gesprächsabend „Burnout“

Q/R 911 MWE

Jeden 3. Mittwoch im Monat findet ein offener Gesprächsabend zum Thema Burn-Out statt. Nach einer Gesprächsrunde von ca. einer Stunde wird im Anschluss Autogenes Training unter Anleitung gemacht.

Wann? 13.09.2017, 15.11.2017, 21.02.2018, 16.05.2018,
15.08.2018 jeweils 20.00–22.00 Uhr

Mit Wem? Marion Wenig



Kosten
15,- €

Zero Waste Workshop mit *Alternulltiv*

Bewusste Müllvermeidung

Erdmuthe Kriener und Vanessa Riechmann, Gründerinnen von Alternulltiv, leben seit Sommer 2015 „Zero Waste“ und teilen in ihrem Workshop Erfahrungen und praktische Tipps, wie man seinen Abfall drastisch reduzieren kann. Außerdem stellen sie Zahnpasta, Mundwasser, Handcreme, Deodorant und viele andere Kosmetikprodukte selbst her und zeigen euch in ihrem Workshop wie auch ihr diese Sachen aus einfachen und natürlichen Zutaten herstellen könnt. Der Workshop dauert ca. 2-2,5 Stunden.

Bitte bringen Sie 3-4 Gefäße (z.B. leere Marmeladengläser) mit, damit selbstgemachte Produkte mit nach Hause genommen werden können!

Der Termin wird in der Tagespresse bekannt gegeben!

Anmeldung bei der FBS Niebüll, Telefon: 0 46 61-90 14 110, ist erforderlich.

Der
besondere
Tipp!

www.alternulltiv.de



In Kooperation mit dem Zentrum für Mission und Ökumene-Nordkirche weltweit

➔ Aufstehen und leben

neu!

Für Frauen und Männer

Manchmal ist es einfach dran darüber nachzudenken, wer Gott ist, was der christliche Glaube bedeutet und wie ich mich selbst dazu stellen will.

Zu diesem Grundkurs sind alle herzlich eingeladen, die den christlichen Glauben kennenlernen möchten, die angesichts der wachsenden religiösen Vielfalt ins Nachdenken über den eigenen Glauben kommen oder die einfach im Austausch mit anderen ihren Glauben auffrischen wollen.

Wann? montags, 6., 13., 20. und 27. November 2017
jeweils 19–21 Uhr

Von „Wer ist unser Gott?“ bis „Wie will ich leben?“

Mit Wem? Britta Jordan und Andreas Schulz-Schönfeld
*Anmeldung: Christine Wauer, 04671-6029-920
oder sekretariat@erw-breklum.de
Anmeldeschluss: 30. Oktober 2017*

Die Gebühr? 12,- € für alle Abende inkl. Imbiss



➡ Wir kochen und backen = gesund, gut und günstig

Q 604 RSC 001

Kochen

Die Eltern können gegen einen Kostenbeitrag von 3,- € zum gemeinsamen Essen dazu kommen. (bitte vorher anmelden!)

| | |
|--------------------|--|
| Wann? | Freitag, 03. November 2017, 15.00–17.30 Uhr |
| Wer? | Kinder ab 6 Jahren, auf 6 bis max. 8 Teilnehmer begrenzt |
| Mit wem? | Renate Schweizer |
| Die Gebühr? | 5,- € + 4,- € Lebensmittelumlage |

➡ Wir kochen und backen = gesund, gut und günstig

Q 604 RSC 101

Weihnachtsbäckerei

Die Kinder bekommen eine Tüte voll Kekse mit.

| | |
|--------------------|--|
| Wann? | Freitag, 24. November 2017, 15.00–17.30 Uhr |
| Wer? | Kinder ab 6 Jahren, auf 6 bis max. 8 Teilnehmer begrenzt |
| Mit wem? | Renate Schweizer |
| Die Gebühr? | 5,- € + 4,- € Lebensmittelumlage |

➡ Wir kochen und backen vegetarisch = gesund, gut und günstig

R 605 RSC 001

Snacks + Zeit für Gäste, z.B. für eine Party (anstatt Chips)
Für Jung & Alt

| | |
|--------------------|--|
| Wann? | Freitag, 23. Februar 2018, 15.00–17.30 Uhr |
| Wer? | Für Jung & Alt |
| Mit wem? | Renate Schweizer |
| Die Gebühr? | 9,- € + 5,- € Lebensmittelumlage |



TEPPICHE • TEPPICHBODEN • LAMINAT • PARKETT • DESIGNBELAG • SONNENSCHUTZ
GARDINEN • DEKOSTOFF • TAPETEN • FARBEN • WOHNACCESSOIRES • BADWAREN • BETTEN

KNUTZEN
W O H N E N



Ostring 4 • 25899 Niebüll
Tel. 0 46 61 / 9 02 00
www.knutzen.de

➔ Vortrag:

Rechtshändig oder linkshändig? Q/R 709 VHE 002

In diesem Fortbildungsangebot werden grundlegende Aspekte einer gesunden Kindesentwicklung angesprochen. Die Händigkeit ist sichtbarer Ausdruck der angeborenen motorischen Dominanz einer Gehirnhälfte. Die Referentin informiert über die Folgen, die eine unerkannte Linkshändigkeit haben kann und gibt Tipps für erforderliche Maßnahmen zur Herstellung von Chancengleichheit für linkshändige Kinder.

Ein Angebot für Eltern und interessierte Beschäftigte in der Kindererziehung

Wann? Montag, 06. November 2017, 19.00–21.00 Uhr
Montag, 22. Januar 2018, 19.00–21.00 Uhr

Mit Wem? Vera Hesse

Die Gebühr? 5,-€

Auch für Tagespflege anerkannt.

BESTE PREISE! BESTER SERVICE!

WIR BERATEN, LIEFERN,
MONTIEREN, REPARIEREN!



0%
FINANZIERUNG
IN 10 BEQUEMEN
MONATSRATEN UND AUF
ALLES AB 100,-€!

SENSATIONELLE MARKEN-AUSWAHL U.A.:

SAMSUNG PHILIPS KitchenAid®
SIEMENS BOSCH LOEWE. AEG 
SONY *BOSE* jura  Miele



Fragen Sie nach unserer günstigen Finanzierung und unserem
bequemen Liefer- und Installationservice!

XXL SERVICE-TEAM

Wir liefern, montieren, bauen ein, erklären, reparieren mit
unserer eigenen Meisterwerkstatt! Unser Kundendienst
ist in ganz Nordfriesland und darüber hinaus im Einsatz!

Direkte Service-Nummer zur hauseigenen Werkstatt:
Niebüll: 04661 9690-70 Husum: 04841 77960-44




ALLE PRODUKTE
AUCH ONLINE
BETSELLBAR AUF

www.euronicsxxl-husum.de
www.euronicsxxl-niebuell.de

KOSTENGÜNSTIGE GARANTIEVERLÄNGERUNG -
UNSERE FACHBERATER BERATEN SIE GERNE!

Wir verkaufen und verlängern Handy Verträge von:



EURONICS XXL

Niebüll & Husum

Firmensitz: EURONICS XXL Mega Company Niebüll GmbH • Ostring 7 • 25899 Niebüll

EURONICS XXL Niebüll

Ostring 7
25899 Niebüll
Telefon 04661 9690 0
Mo - Fr 09.00 - 19.00 Uhr
Sa 09.00 - 14.00 Uhr

EURONICS XXL Husum

Liebigstr. 12-14
25813 Husum
Telefon 04841 77960 0
Mo - Fr 10.00 - 19.00 Uhr
Sa 10.00 - 18.00 Uhr

Freundeskreis der Ev. Familienbildungsstätte Niebüll e.V.

Familienbildung braucht Hilfe und Unterstützung!

Der Freundeskreis hat es sich zur Aufgabe gemacht, ideell und finanziell die Arbeit der Ev. Familienbildungsstätte in Niebüll zu unterstützen.

Er fördert die Anschaffung von Arbeitsmaterialien und Spielsachen und ermöglicht Kindern und Erwachsenen aus sozial schwachen Familien die Teilnahme an Kursen und Gruppen.

Der Verein ist als gemeinnützig anerkannt.
Wir benötigen dringend weitere Förderer.

Bitte helfen Sie uns.

Sie erreichen uns:

Frau Brigitte Reuther (1. Vorsitzende)
25899 Niebüll, Uhlebüller Straße 22
Telefon: 04661/1040 oder
Telefon: 04661/9014-110 oder
E-Mail: evfbs@dw-suedtondern.de

Kontoverbindung für Beiträge und Spenden:

(auch einmalige Spendenzahlungen sind willkommen)

Nord-Ostsee Sparkasse
IBAN: DE55 2175 0000 0186 0378 59
BIC: NOLADE21NOS

Jahresbeitrag:

Einzelpersonen: 24,00 €
Paare: 30,00 €
Juristische Personen: 100,00 €



Bernd Albert

Lebendiges Ehrenamt, Lübeck

Jens Uwe Albrecht

Pastor

Katja Andresen

Hilfe im Waldspielkreis

Monica Bartram

Hebamme

Anja Beckmann

Heilpraktikerin

Ute Böhm

Dipl.-Sportlehrerin

Angela Christiansen

Sportübungsleiterin

Olga Eckert

Erzieherin

Stefanie Engel

Burnout-Beraterin

Jutta Faas

Sport- & Gymnastiklehrerin

Telse Friedrichsen-Ertzinger

Eltern-Kind-Fachkraft

Claudia Olivia Gillmann

Dozentin

Manuela Hansen

Sportübungsleiterin

Vera Hesse

Lehrerin

Harro Jacobsen

Elektromaschinenbauer

Kathrin Jessen

Sportlehrerin

Erwin Joost

Zauberer

Britta Jordan

Nordkirche

Inga Karlsson

Krankengymnastin

Kornelia Klawonn-Domin

Abteilungsleitung Ev. FBS

Sylke v. Kamlah-Emmermann

Gleichstellungsbeauftragte

Sarah-Lena Knudsen

Erzieherin

Gesa Lensch

Heilpädagogin

Frau Lorenzen

Referentin

Ilka Marten

Hebamme

Heidi Martensen

Eltern-Kind-Fachkraft

Birgit Peter-Matthiesen

Hilfe im E-K-Bereich

Sandra Mittendorf

Kunsttherapeutin

Ingrid Müller

Meditatorin

Anja Nottelmann

Oecotrophologin

Astrid Paulsen

Referentin

Gunhild Petschull

Therapeutin

Rendel Plagemann

Dipl.-Psychologin

Nadine Porsch

Verkäuferin

Axel Preuschoff

Dipl.-Pädagoge

Katrin Samulowitz

Dipl. Sozialpädagogin

Sabine Saß

Krankenschwester

Andreas Schulz-Schönfeld

Nordkirche

■ ■ *Gemeinschaft ist nicht die Summe von Interessen, sondern die Summe an Hingabe.*

(Antoine de Saint-Exupery)

**Kursleiter,
Dozenten,
Referenten**

Renate Schweizer

Bauzeichnerin

Alan Sönnichsen

Kaufm. Angestellter

Elke Siegfried

*Heilpraktikerin für
Psychotherapie*

Kerrin Sönnichsen

*Oecotrophologin,
Diät-Assistentin*

Carola Thießen

Eltern-Kind-Fachkraft

Jutta Timm

Arzthelferin

Ulrike Wandrey

Yogalehrerin

Marion Wenig

Burnout-Beraterin

Stephanie Westendorf

Eltern-Kind-Fachschaft

Ute Wilke

*Fachbereichsleitung
Eltern-Kind*

Fortbildungsveranstaltungen

z.B. zu folgenden Themen:

- *Vorträge zur Entwicklung im frühen Kindesalter*
- *Kommunikation*
- *Begegnung/Veränderung*
- *eigene Haltung/Wirkung*
- *Sportgymnastik*
- *kollegiale Beratung*

Die Termine werden bekanntgegeben. Auch für Tagespflege anerkannt.

Meine Notizen

A series of horizontal dotted lines for writing notes, extending across the page from the right edge of the pink header area.

Meine Notizen

Anregungen und Wünsche an die Ev. FBS Niebüll

Bitte bei der Ev. FBS in Niebüll abgeben oder per
E-Mail an: evfbs@dw-suedtondern.de

Vielen Dank für Ihre Meinung!

Wichtige Adressen im Kirchenkreis Nordfriesland

Diakonisches Werk Südtondern gGmbH

Beratungs- und Behandlungszentrum Niebüll

Niebüll, Westerlandstr. 3, Tel.: 0 46 61 / 96 59-0

Frühe Hilfen – Gut ins Leben/Eltern-Start-Hilfe

Niebüll, Uhlebüller Str. 22, Tel.: 0 46 61 / 900 10 91

Werkstatt 1

Niebüll, Uhlebüller Str. 1, Tel.: 0 46 61 / 900 10 90

KiMs Café

Niebüll, Lorenz-Jannsen-Str. 2, Mobil 0171 / 5 69 71 68

Mien Tohus – Das Wohnungslosenprojekt

Leck, Wikingerstr. 44, Tel.: 0 46 62 / 8 85 71 49

Mobil: 01 57 / 74 95 31 39

Ev. Kinder- und Jugendbüro

Niebüll, Uhlebüller Str. 22, Tel.: 0 46 61 / 14 62

Ev.-Luth. Kirchengemeinde

Niebüll, Kirchenstr. 6, Tel.: 0 46 61 / 87 81

Nordfriesland Diakonie

u. a. Ambulante Pflege, Diakoniestation Niebüll

Niebüll, Bahnhofstr. 24, 0 46 61- 90 54 37 5

Kinderschutz-Zentrum Westküste

Außenstelle Niebüll, Tel.: 0 46 61 / 90 16 66

Husum, Theodor-Storm-Str. 10, Tel.: 0 48 41 / 69 14 50

Gleichstellungsbeauftragte Amt Südtondern

Sylke von Kamlah-Emmermann

Niebüll, Marktstr. 12, Tel.: 0 46 61 / 601-431

LeNi

Niebüll, Uhlebüller Straße 76, Tel.: 0 46 61 / 901 40 90

Haus Lorenz Jannsen

Niebüll, Lorenz-Jannsen-Straße 11, Tel.: 04661 / 9016131

Kompass gGmbH

Niebüll, Bahnhofstraße 1, Tel.: 04661 / 9371843

Familienzentrum Sylt

Sylt/OT Westerland, Johann-Möller-Str. 3

Tel.: 0 46 51 / 92 24 36

Ev. Montessori Kinderhaus und Familienzentrum

Leck, Gutenbergring 21, Tel.: 0 46 62 / 88 59 94

Amt Südtondern

Niebüll, Marktstr. 12, Tel.: 04661 / 60 10

**Wir sind
für Sie da!**



**Evangelische
Familienbildungsstätte
Niebüll**

Diakonisches Werk
Südtondern gGmbH
Uhlebüller Str. 22
25899 Niebüll

evfbs@dw-suedtondern.de
www.dw-suedtondern.de



bauXpert

Christiansen

...so geht das.

Niebüll • Wyk/Föhr • Achtrup