




Bildungsstätte JAMBUS  
Bad Sülze  
im Verbund der **Diakonie** 



# Angebote **2024**

## Allgemeine & Familienbildung

„**Alles, was ihr tut, geschehe in Liebe.**“ (1. Korinther 16,14)

Liebe Bildungsinteressierte der Allgemeinen und Familienbildung,

ganz nach dem Motto „**Deine Bildung ist Zukunft**“, möchten wir Sie mit unseren Angeboten auf diesem Weg begleiten. Praxisnah, nachhaltig und immer am Puls der Zeit. Unser wegweisendes und flexibles Angebot passt sich Ihren individuellen Bedürfnissen an. Ob Themen der Gesundheit, Entspannung, Kreativität oder Angebote für Kinder und Familien, wir halten eine Vielzahl von Kursen für Sie bedarfsgerecht bereit.

Gemäß der Jahreslosung für 2024. „*Alles, was ihr tut, geschehe in Liebe.*“, die aus der Feder des Apostel Paulus stammt, steht für unsere diakonische Haltung. Denn bei aller Professionalität, bei aller Fachlichkeit - am Ende ist es der Blick für den Menschen, der im Mittelpunkt unserer Arbeit steht. Dem wollen wir auch in unserer Bildungsarbeit Rechnung tragen.

Lassen Sie uns diesen Weg weiterhin gemeinsam mit Leidenschaft und Vertrautheit Seite an Seite gehen.

In diesem Sinne grüßen die Mitarbeitenden der Bildungsstätte JAMBUS und...



Ihre Heike Harder  
Geschäftsführerin Diakonisches  
Bildungszentrum Mecklenburg-  
Vorpommern gGmbH



Ihr Paul Philipps  
Landespastor Diakonisches Werk  
Mecklenburg-Vorpommern



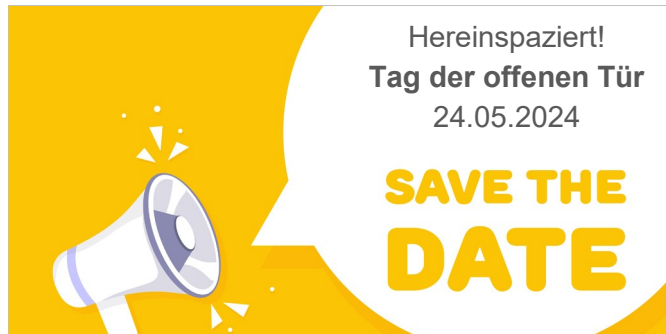
Gern können Sie auch  
online stöbern und  
sich digital anmelden.

Bei Interesse an einem bestimmten Angebot nutzen Sie bitte immer die Kontaktdaten der Ansprechperson, um sich über die aktuellen Kurse zu informieren! Eine vorherige Anmeldung ist zu all unseren Kursen erforderlich.

Fragen Sie auch nach anderen Angeboten.  
Unser Team berät Sie gern.

Wir wünschen Ihnen ein gesundes, aktives und erfülltes Jahr 2024!

Ihr Team der Bildungsstätte JAMBUS Bad Sülze



Wer keine Freizeit- und Bildungsangebote verpassen möchte, sollte uns auf Instagram und/oder Facebook folgen:

[jambus\\_familie.und.freizeit](#)



**Bildungsstätte JAMBUS Bad Sülze  
für Allgemeine und Familienbildung**



Thema	Seite
<b>Sprachen</b>	
• Englisch	4
<b>Gesundheit</b>	
• Athletic Workout	6
• Autogenes Training	8
• Bauch-Beine-Po	7
• „Me-Time für Mamas“ - ein Tag nur für dich	8
• Pilates	7
• YOGA	5
<b>Kreativität</b>	
• Gitarrenunterricht	11
• Klavier-/Keyboardunterricht	11
• Makramee	10
• Nähkurs	9
<b>Natur und Umwelt</b>	
• Naturlehrkunde Pflanzen (Floristik)	12
• Wildkräuterwanderung	13
<b>Familienbildung</b>	
• Eltern-Kind-Schwimmen	18
• Eltern-Kind-Spielkreis	14
• Eltern-Kind-Turnen	15
• Rückbildung - Mama & Babypilates	16
• Schwimmlernkurs (Seepferdchen)	17
• thematische Elternabende	19
<b>Angebote auf Nachfrage</b>	
• „Entspannung finden in stürmischen Zeiten“	20
• „Strukturiert im Alltag“	20

## Allgemeine Bildung Sprachen

### Ansprechperson:

Julia Funk  
Tel: 038229 70447  
Fax: 038229 70448  
E-Mail: [j.funk@dbz-mv.de](mailto:j.funk@dbz-mv.de)

### Veranstaltungsort:

Bildungsstätte  
JAMBUS Bad Sülze  
Recknitzallee 1a  
18334 Bad Sülze

### Kursleitung:

Birgit Klann

Diese Maßnahme wird gefördert mit Mitteln des Landes Mecklenburg-Vorpommern.



Verbessern Sie Ihre Englischkenntnisse und erweitern Sie Ihren Wortschatz mit unseren Englischkursen!

Egal, ob Sie Anfänger/-in sind oder bereits über Englischkenntnisse verfügen, unsere Kurse bieten Ihnen die Möglichkeit, Ihre Sprachfähigkeiten in einem interaktiven und motivierenden Umfeld zu entwickeln. Unsere qualifizierte und erfahrene Dozentin wird Ihnen helfen, Ihre Grammatik zu festigen, Ihre Aussprache zu verbessern und Ihr Selbstvertrauen beim Sprechen zu stärken. Durch abwechslungsreiche Übungen, Rollenspiele und Diskussionen werden Sie schnell Fortschritte machen.

Kurs.-Nr.	Termin/Zeitraum	Uhrzeit	Dauer	Gebühr
SP-24-01 Wiedereinsteiger/ Spracherfahrene	dienstags, 09.01.- 23.04.2024	17:00 - 19:00 Uhr	12 Termine	110,00 €
SP-24-02 Wiedereinsteiger/ Spracherfahrene	dienstags, 30.04.- 26.11.2024*	17:00 - 19:00 Uhr	12 Termine	110,00 €
SP-24-03 Anfänger	dienstags, 07.05.- 03.12.2024*	17:00 - 19:00 Uhr	12 Termine	110,00 €

\*Sofern die Kurse SP-24-02 und SP-24-03 beide stattfinden können, findet der Unterricht im Wechsel statt.  
Die Einzeltermine erhalten Sie auf Nachfrage.

**Namaste!** Entdecken Sie die wohltuende Welt des Yoga und kommen Sie mit auf eine transformative Reise des Körpers und Geistes. Tauchen Sie ein in die Welt verschiedener Asanas, Atemtechniken und Entspannungsübungen. Egal ob Anfänger/-in oder Fortgeschrittene/-r, hier finden Sie die perfekte Balance für Körper und Geist.

Dieser Kurs bietet Ihnen die Möglichkeit, Ihre Yogapraxis zu vertiefen und sich mit Gleichgesinnten zu verbinden. Angeleitet durch eine erfahrene Yogalehrerin werden Sie mit den Grundsätzen ganzheitlicher Lebensweisen vertraut gemacht. Kommen Sie vorbei und erleben Sie die heilende Kraft des Yoga!



### Allgemeine Bildung Gesundheit & Entspannung

#### **Ansprechperson:**

Julia Funk  
Tel: 038229 70447  
Fax: 038229 70448  
E-Mail: [j.funk@dbz-mv.de](mailto:j.funk@dbz-mv.de)

#### **Veranstaltungsort:**

Bildungsstätte  
JAMBUS Bad Sülze  
Recknitzallee 1a  
18334 Bad Sülze

#### **Kursleitung:**

Asta Rutzke

Diese Maßnahme wird gefördert mit Mitteln des Landes Mecklenburg-Vorpommern.

Kurs.-Nr.	Termin/Zeitraum	Uhrzeit	Dauer	Gebühr
GE-24-01 (Fortgeschritten)	montags, 22.01.- 06.05.2024	17:30 - 18:45 Uhr	10 Termine	100,00 €
GE-24-02 (Fortgeschritten)	montags, 22.01.- 06.05.2024	19:00 - 20:15 Uhr	10 Termine	100,00 €
GE-24-03 (Anfänger)	mittwochs, 24.01.- 29.05.2024	17:00 - 18:15 Uhr	10 Termine	100,00 €
GE-24-04 (Fortgeschritten)	montags, 13.05.- 15.07.2024	17:30 - 18:45 Uhr	9 Termine	90,00 €
GE-24-05 (Fortgeschritten)	montags, 13.05.- 15.07.2024	19:00 - 20:15 Uhr	9 Termine	90,00 €
GE-24-06 (Fortgeschritten)	montags, 02.09.- 25.11.2024	17:30 - 18:45 Uhr	12 Termine	120,00 €
GE-24-07 (Fortgeschritten)	montags, 02.09.- 25.11.2024	19:00 - 20:15 Uhr	12 Termine	120,00 €
GE-24-08 (Anfänger)	mittwochs, 04.09.- 27.11.2024	17:00 - 18:15 Uhr	9 Termine	90,00 €

## Athletic Workout

### Allgemeine Bildung

Gesundheit & Entspannung

### Ansprechperson:

Julia Funk

Tel: 038229 70447

Fax: 038229 70448

E-Mail: j.funk@dbz-mv.de

### Veranstaltungsort:

Bildungsstätte

JAMBUS Bad Sülze

Recknitzallee 1a

18334 Bad Sülze

### Kursleitung:

Luisa Ruthenberg

Diese Maßnahme wird gefördert mit Mitteln des Landes Mecklenburg-Vorpommern.

Steigern Sie Ihre körperliche Fitness und Leistungsfähigkeit mit unserem intensiven und vielseitigen Athletic Workout Kurs! Dieses Training kombiniert Elemente aus verschiedenen Sportarten und Disziplinen, um Ihnen ein ganzheitliches und effektives Trainingserlebnis zu bieten. Unser Athletic Workout Kurs konzentriert sich auf die Entwicklung von Kraft, Ausdauer, Schnelligkeit, Beweglichkeit und Koordination. Durch abwechslungsreiche Kombinationen werden verschiedene Muskelgruppen angesprochen und der gesamte Körper trainiert.

Dieser Kurs bietet eine motivierende und energiegeladene Atmosphäre. Sie werden Teil einer Gemeinschaft von Gleichgesinnten, die sich gegenseitig unterstützen und motivieren, ihre Fitnessziele zu erreichen.



Kurs-Nr.	Termin/ Zeitraum	Uhrzeit	Dauer	Gebühr
GE-24-09	dienstags, 16.01.– 23.04.2024	18:00 - 19:00 Uhr	10 Termine	90,00 €
GE-24-10	dienstags, 30.04.- 16.07.2024	18:00 - 19:00 Uhr	10 Termine	90,00 €
GE-24-11	dienstags, 03.09.- 29.10.2024	18:00 - 19:00 Uhr	7 Termine	63,00 €
GE-24-12	dienstags, 05.11.- 10.12.2024	18:00 - 19:00 Uhr	6 Termine	54,00 €



**Bauch-Beine-Po:** Bringen Sie Ihre Bauchmuskeln, Beine und Po in Topform! Unser Bauch-Beine-Po Kurs bietet ein effektives Training, um die sogenannten Problemzonen zu straffen und zu formen. Mit gezielten Übungen und abwechslungsreichen Workouts werden Sie Ihre Muskeln stärken, Fett verbrennen und die Körperhaltung verbessern. Egal ob Anfänger/-in oder Fortgeschrittene/-r, unsere erfahrene Trainerin wird Sie motivieren und unterstützen, Ihre Fitnessziele zu erreichen.

**Pilates:** Diese beliebte Trainingsmethode, zielt darauf ab, den Körper zu stärken, die Flexibilität zu verbessern und das allgemeine Wohlbefinden zu steigern. Die Übungen werden langsam und kontrolliert ausgeführt. Die Vorteile von Pilates sind vielfältig. Durch regelmäßiges Training können Rückenschmerzen reduziert, die Körperhaltung verbessert und Stress abgebaut werden. Pilates kann von Menschen jeden Alters und Fitnesslevels praktiziert werden. Es gibt verschiedene Übungen, die auf die individuellen Bedürfnisse und Fähigkeiten angepasst werden können.



**Allgemeine Bildung**  
Gesundheit & Entspannung

**Ansprechperson:**  
Julia Funk  
Tel: 038229 70447  
Fax: 038229 70448  
E-Mail: j.funk@dbz-mv.de

**Veranstaltungsort:**  
Bildungsstätte  
JAMBUS Bad Sülze  
Recknitzallee 1a  
18334 Bad Sülze

**Kursleitung:**  
Susanne Töpfer

Diese Maßnahmen werden gefördert mit Mitteln des Landes Mecklenburg-Vorpommern.

Kurs-Nr.	Termin/Zeitraum	Uhrzeit	Dauer	Gebühr
GE-24-13 Bauch-Beine-Po	mittwochs, 10.01.- 24.04.2024	17:05 - 18:05 Uhr	12 Termine	108,00 €
GE-24-16 Pilates	mittwochs, 10.01.- 24.04.2024	18:10 - 19:10 Uhr	12 Termine	108,00 €
GE-24-14 Bauch-Beine-Po	mittwochs, 08.05.- 17.07.2024	17:05 - 18:05 Uhr	11 Termine	99,00 €
GE-24-17 Pilates	mittwochs, 08.05.- 17.07.2024	18:10 - 19:10 Uhr	11 Termine	99,00 €
GE-24-15 Bauch-Beine-Po	mittwochs, 04.09.- 04.12.2024	17:05 - 18:05 Uhr	12 Termine	108,00 €
GE-24-18 Pilates	mittwochs, 04.09.- 04.12.2024	18:10 - 19:10 Uhr	12 Termine	108,00 €

## „Me-Time“ - ein Tag nur für dich / Autogenes Training

**Allgemeine Bildung**  
Gesundheit & Entspannung

**Ansprechperson:**

Julia Funk  
Tel: 038229 70447  
Fax: 038229 70448  
E-Mail: j.funk@dbz-mv.de

**Veranstaltungsort:**

Bildungsstätte  
JAMBUS Bad Sülze  
Recknitzallee 1a  
18334 Bad Sülze

**Kursleitung:**  
Nicole Wenzel

Diese Maßnahmen werden teilweise gefördert mit Mitteln des Landes Mecklenburg-Vorpommern.

### „ME-TIME“ - ein Tag nur für dich

Im stressigen Alltag kommt eines besonders oft zu kurz: die Zeit für uns selbst! Das wollen wir an diesem Tag ändern. Denn oft sind es nur ein paar Minuten, die reichen, um unseren Akku aufzutanken. Wie Sie diese im Alltag finden, mit was Sie diese füllen können und warum es überhaupt so wichtig ist, das erfahren Sie in diesem Kurs.

Sie lernen unterschiedliche Methoden und Herangehensweisen kennen und wie Sie diese in Ihren Alltag integrieren können. Nach diesem Kurs gehen Sie tiefenentspannt nach Hause – versprochen!



Kurs-Nr.:	Termine	Uhrzeit	Gebühr
GE-24-19	Samstag, 16.03.2024	09:00 - 15:30 Uhr	60,00 €
GE-24-20	Samstag, 16.11.2024	09:00 - 15:30 Uhr	60,00 €



### Autogenes Training

Möchten Sie lernen, wie Sie Stress abbauen, Ihre Entspannungsfähigkeiten verbessern und Ihre innere Balance wiederherstellen können? Dann ist unser Autogenes Training genau das Richtige für Sie. In unseren Kursen werden Ihnen die Grundlagen dieser bewährten Entspannungstechnik vermittelt, die auf Selbsthypnose und Autosuggestion basiert. Unsere erfahrene Trainerin führt Sie Schritt für Schritt durch die verschiedenen Übungen und hilft Ihnen dabei, Ihre eigene Entspannungsfähigkeit zu entwickeln. Melden Sie sich noch heute an und beginnen Sie Ihre Reise zu einem entspannten und ausgeglichenen Leben!

Kurs-Nr.:	Termine	Uhrzeit	Gebühr
GE-24-21	nach Absprache 1 Kurs = 5 Termine	nach Absprache	55,00 €



Entdecken Sie Ihre kreative Seite und erlernen Sie die Kunst des Nähens in unserem inspirierenden Nähkurs! Egal, ob Sie ein/-e Anfänger/-in sind oder bereits über grundlegende Nähkenntnisse verfügen, dieser Kurs bietet Ihnen die Möglichkeit, Ihre Fähigkeiten zu erweitern und neue Techniken zu erlernen. In einer freundlichen und unterstützenden Umgebung werden Sie von einer erfahrenen und qualifizierten Schneiderin angeleitet.

Im Laufe des Kurses werden verschiedene Nähprojekte umgesetzt.

Kurs-Nr.	Termine/ Zeitraum	Uhrzeit	Dauer	Gebühr
KR-24-06	montags, 15.01.– 22.04.2024	18:30 - 20:30 Uhr	10 Termine	150,00 €
KR-24-16	montags, 30.09.- 09.12.2024	18:30 - 20:30 Uhr	10 Termine	150,00 €



**Allgemeine Bildung**  
Kreativität

**Ansprechperson:**

Julia Funk  
Tel: 038229 70447  
Fax: 038229 70448  
E-Mail: j.funk@dbz-mv.de

**Veranstaltungsort:**

Bildungsstätte  
JAMBUS Bad Sülze  
Recknitzallee 1a  
18334 Bad Sülze

**Kursleitung:**

Katharina Werner

**Allgemeine Bildung**  
 Kreativität

**Ansprechperson:**

Julia Funk  
 Tel: 038229 70447  
 Fax: 038229 70448  
 E-Mail: j.funk@dbz-mv.de

**Veranstaltungsort:**

Bildungsstätte  
 JAMBUS Bad Sülze  
 Recknitzallee 1a  
 18334 Bad Sülze

**Kursleitung:**

Julia Pusch



Entdecken Sie die faszinierende Welt des Makramees und lernen, wie Sie mit Knotentechniken wunderschöne und einzigartige Wandbehänge, Blumenampeln und Accessoires herstellen können!

In unserem Makramee-Kurs bieten wir Ihnen die Möglichkeit, Ihre Kreativität auszuleben und gleichzeitig eine neue handwerkliche Fähigkeit zu erlernen. Egal, ob Sie bereits Erfahrungen mit Makramee haben oder ein/-e absolute/-r Anfänger/-in sind, dieser Kurs ist für alle geeignet.

Unsere erfahrene Kursleiterin wird Sie Schritt für Schritt durch die Grundlagen des Makramees führen. Sie lernen verschiedene Knotentechniken kennen und erfahren, wie Sie diese kombinieren können, um beeindruckende Muster und Designs zu kreieren.

Kurs-Nr.	Termine/ Zeitraum	Uhrzeit	Dauer	Gebühr
KR-24-01	donnerstags, 22.02.- 21.03.2024	18:00 - 19:30 Uhr	5 Termine	60,00 € zzgl. Material
KR-24-02	donnerstags, 17.10.- 28.11.2024	18:00 - 19:30 Uhr	5 Termine	60,00 € zzgl. Material

Es ist selten zu früh ein Instrument zu erlernen, jedoch niemals zu spät!

**Gitarre:** Musikalische Bildung leistet einen wichtigen Beitrag zur Persönlichkeitsentwicklung. Die Teilnehmenden werden sanft an die Grundlagen des Gitarre Spielens herangeführt. Sie lernen verschiedene Liedbegleitungen mit einfachen bis anspruchsvollen Akkorden, aber auch mit Noten und Tabulatoren.

**Klavier/ Keyboard:** Beim Klavier/ Keyboard Spielen, arbeiten Sie an Ihrem Gedächtnis und sogar an Ihrer Intelligenz. Unsere erfahrene und qualifizierte Lehrerin hilft Ihnen dabei, Ihre musikalischen Fähigkeiten zu entwickeln und Ihr volles Potenzial am Keyboard auszuschöpfen.

Individueller Musikunterricht für jedes Alter. Spaß am Musizieren und professionelle Anleitung garantiert. Jetzt anmelden!



**Allgemeine Bildung**  
Kreativität

**Ansprechperson:**

Julia Funk

Tel: 038229 70447

Fax: 038229 70448

E-Mail: [j.funk@dbz-mv.de](mailto:j.funk@dbz-mv.de)

**Veranstaltungsort:**

Bildungsstätte

JAMBUS Bad Sülze

Recknitzallee 1a

18334 Bad Sülze

**Kursleitung:**

Frank Ruppe (Gitarre)

Nataliia Moskaliuk (Klavier/  
Keyboard)

Kurs-Nr.	Termine/ Zeitraum	Uhrzeit	Gebühr
KR-24-13 Gitarre für Kinder und Jugendliche	nach Absprache 1 x wöchentlich	nach Absprache	20,00 € / UE Gruppenunterricht 30,00 € / UE Einzelunterricht
KR-24-14 Gitarre für Erwachsene	nach Absprache 1 x wöchentlich	nach Absprache	20,00 € / UE Gruppenunterricht 30,00 € / UE Einzelunterricht
KR-24-15 Klavier / Keyboard	nach Absprache 1 x wöchentlich	nach Absprache	15,00 € / UE Gruppenunterricht 20,00 € / UE Einzelunterricht

### Allgemeine Bildung

Natur und Umwelt

#### Ansprechperson:

Julia Funk  
Tel: 038229 70447  
Fax: 038229 70448  
E-Mail: j.funk@dbz-mv.de

#### Veranstaltungsort:

Bildungsstätte  
JAMBUS Bad Sülze  
Recknitzallee 1a  
18334 Bad Sülze

#### Kursleitung:

N.N.

Diese Maßnahme wird gefördert mit Mitteln des Landes Mecklenburg-Vorpommern.

Entdecken Sie die Kunst der Blumenarrangements!

Sie lieben Blumen und möchten lernen, wie man sie zu wunderschönen Gestecken arrangiert? Dann ist unser Floristikkurs genau das Richtige für Sie!

Tauchen Sie ein in die faszinierende Welt der Floristik und entdecken Sie Ihre kreative Ader. In diesem Kurs lernen Sie die Grundlagen der Floristik kennen. Von der Auswahl und Pflege der Blumen bis hin zur Gestaltung verschiedener Arrangements – wir vermitteln Ihnen das nötige Know-how, um beeindruckende florale Kunstwerke zu erschaffen. Sie erfahren, welche Blumen harmonisch zusammenpassen und wie Sie mit Farben und Formen spielen können, um einzigartige Kompositionen zu kreieren.

Unsere erfahrenen Floristik-Experten begleiten Sie Schritt für Schritt durch den Kurs und geben wertvolle Tipps und Tricks. Egal, ob Sie bereits erste Erfahrungen in der Floristik haben oder komplette/-r Anfänger/-in sind – dieser Kurs ist für alle geeignet, die ihre Leidenschaft für Blumen ausleben möchten.



Kurs-Nr.	Termin	Uhrzeit	Gebühr
KR-24-03 Osterfloristik	Donnerstag, 14.03.2024	18:00 - 19:30 Uhr	12,00 € zzgl. Materialkosten
KR-24-04 Herbstfloristik	Donnerstag, 26.09.2024	18:00 - 19:30 Uhr	12,00 € zzgl. Materialkosten
KR-24-05 Adventsfloristik	Donnerstag, 28.11.2024	18:00 - 19:30 Uhr	12,00 € zzgl. Materialkosten



Die Natur entdecken und genießen: Erleben Sie eine faszinierende Kräuterwanderung und tauchen Sie ein in die Welt der Pflanzen.

Auf einem kleinen Rundgang lernen Sie Wildkräuter und deren wertvolle Inhaltsstoffe sowie ihre vielfältige Wirkung mit allen Sinnen kennen. Aus einigen davon werden anschließend Produkte hergestellt, mit denen wir selbst unser Immunsystem stärken und unsere Gesundheit unterstützen können. Für unser leibliches Wohl werden wir einen Smoothie und 2 – 3 Brotaufstriche herstellen, die wir anschließend verkostigen werden. Gestärkt und mit frischen Ideen geht es dann zurück in den Alltag.

**Allgemeine Bildung**  
Natur und Umwelt

**Ansprechperson:**

Julia Funk  
Tel: 038229 70447  
Fax: 038229 70448  
E-Mail: [j.funk@dbz-mv.de](mailto:j.funk@dbz-mv.de)

**Veranstaltungsort:**

Bildungsstätte  
JAMBUS Bad Sülze  
Recknitzallee 1a  
18334 Bad Sülze

**Kursleitung:**

Eva Schindler

Diese Maßnahme wird gefördert mit Mitteln des Landes Mecklenburg-Vorpommern.

Kurs-Nr.	Thema	Termin/Zeitraum	Uhrzeit	Gebühr
KR-24-07	Wildkräuterwanderung	06.04.2024	16:00 –19:30 Uhr	32,00 € zzgl. 8,00 € Materialkosten
KR-24-08	Wildkräuterwanderung	04.05.2024	16:00 –19:30 Uhr	32,00 € zzgl. 8,00 € Materialkosten
KR-24-09	Wildkräuterwanderung	01.06.2024	16:00 –19:30 Uhr	32,00 € zzgl. 8,00 € Materialkosten
KR-24-10	Wildkräuterwanderung	06.07.2024	16:00 –19:30 Uhr	32,00 € zzgl. 8,00 € Materialkosten
KR-24-11	Wildkräuterwanderung	07.09.2024	16:00 –19:30 Uhr	32,00 € zzgl. 8,00 € Materialkosten
KR-24-12	Wildkräuterwanderung	12.10.2024	16:00 –19:30 Uhr	32,00 € zzgl. 8,00 € Materialkosten



### Familienbildung

#### Ansprechperson:

Julia Funk  
 Tel: 038229 70447  
 Fax: 038229 70448  
 E-Mail: j.funk@dbz-mv.de

#### Veranstaltungsort:

Siehe Text

#### Kursleitung:

Nicole Wenzel (Bad Sülze  
 und Barth)  
 N.N. (Ribnitz-Damgarten)

Diese Maßnahme wird gefördert mit Mitteln des Landes Mecklenburg-Vorpommern.

Sie möchten gemeinsam mit Ihrem Kind eine fröhliche und lehrreiche Zeit verbringen? Dann ist unser Eltern-Kind-Spielkreis genau das Richtige für Sie!

In unserem Spielkreis bieten wir eine liebevolle und unterstützende Umgebung, in der Eltern und Kinder zusammenkommen, um miteinander zu spielen, zu lernen und zu wachsen. Hier können Sie neue Freundschaften knüpfen, sich austauschen und voneinander lernen.

Unsere erfahrene Kursleitung begleitet Sie durch abwechslungsreiche Aktivitäten wie Singen, Tanzen und Geschichten erzählen. Dabei fördern wir spielerisch die motorischen Fähigkeiten, die Sprachentwicklung und die sozialen Kompetenzen der Kinder. Gleichzeitig haben Sie als Eltern die Möglichkeit, sich über Erziehungsthemen auszutauschen und wertvolle Tipps zu erhalten.

Unser Eltern-Kind-Spielkreis richtet sich an Eltern mit Kindern im Alter **ab 2 Monaten**. - bei uns sind Sie herzlich willkommen!



Kurs-Nr.	Termin/ Zeitraum	Uhrzeit	Ort	Gebühr
EK-24-01	mittwochs, fortlaufend*	09:30 - 11:00 Uhr	Bad Sülze	2,00 € / Treffen
EK-24-02	dienstags, fortlaufend*	09:30 - 11:00 Uhr	Barth	2,00 € / Treffen
EK-24-03	nach Absprache	nach Absprache	Ribnitz-Damgarten	2,00 € / Treffen

\* außer in den Ferien



Kurs-Nr.	Termine/ Zeitraum	Uhrzeit	Gebühr
EK-24-04	dienstags, fortlaufend* Start: 16.01.2024	16:30 - 17:30 Uhr	3,50 € / Treffen
EK-24-05	mittwochs, fortlaufend* Start: 10.01.2024	16:00 - 17:00 Uhr	3,50 € / Treffen

Sie möchten mit Ihrem Kind gemeinsam aktiv werden und eine Menge Spaß haben? Dann ist unser Eltern-Kind-Turnen genau das richtige für Sie.

Hier kommen Eltern und Kinder zusammen, um spielerisch die motorischen Fähigkeiten zu entwickeln, neue Bekanntschaften zu knüpfen, sich auszutoben und voneinander zu lernen.



Unsere Kursleiterinnen bringen jahrelange Erfahrungen mit und begleiten Sie bei den abwechslungsreichen Übungen wie Klettern, Balancieren, Springen und Toben. Durch diese Übungen fördern wir die Koordination, das Gleichgewicht und die Körperwahrnehmung. Als Elternteil bringen Sie sich aktiv ein und stärken so die Bindung zu Ihrem Kind.

Unser Eltern-Kind-Turnen richtet sich an Eltern mit Kindern im Alter von **2-4 Jahren**.

Wir schaffen eine fröhliche und motivierende Atmosphäre, die zum Wiederkommen einlädt. Melden Sie sich jetzt an und überzeugen sich selbst.

\* außer in den Ferien

**Familienbildung**

**Ansprechperson:**  
Julia Funk  
Tel: 038229 70447  
Fax: 038229 70448  
E-Mail: j.funk@dbz-mv.de

**Veranstaltungsort:**  
Bildungsstätte  
JAMBUS Bad Sülze  
Recknitzallee 1a  
18334 Bad Sülze

**Kursleitung:**  
Luisa Ruthenberg (dienstags)  
Susanne Töpfer (mittwochs)

Diese Maßnahme wird gefördert mit Mitteln des Landes Mecklenburg-Vorpommern.

Fragen Sie auch nach anderen Angeboten. Unser Team berät Sie gern.

## Familienbildung

### Ansprechperson:

Julia Funk  
 Tel: 038229 70447  
 Fax: 038229 70448  
 E-Mail: j.funk@dbz-mv.de

### Veranstaltungsort:

Bildungsstätte  
 JAMBUS Bad Sülze  
 Recknitzallee 1a  
 18334 Bad Sülze

### Kursleitung:

Susann Geburt

Diese Maßnahme wird gefördert mit Mitteln des Landes Mecklenburg-Vorpommern.



Sie möchten nach der Geburt Ihres Babys wieder fit werden und gleichzeitig eine wertvolle Zeit verbringen? Dann ist unser Mama- und Babypilates genau das Richtige für Sie!

In unserem Kurs können Sie Ihre körperliche Fitness verbessern und gleichzeitig eine enge Verbindung zu Ihrem Baby aufbauen. Unsere erfahrene Kursleiterin begleitet Sie durch die sanften Übungen welche speziell auf die Bedürfnisse von frischgebackenen Müttern zugeschnitten sind. Die Körpermitte wird gezielt gestärkt, die Haltung verbessert und die Flexibilität gefördert. Ihr Baby können Sie in die Übungen integrieren und spielerisch in Bewegung bringen.

Unser Rückbildungskurs richtet sich an Mütter mit Kindern im Alter von 6-8 Wochen bis zu einem Jahr. Melden Sie sich jetzt an.

Kurs-Nr.:	Termine	Uhrzeit	Dauer	Gebühr
EK-24-09	donnerstags, 04.01.- 21.03.2024	12:00 - 13:00 Uhr	10 Termine	100,00 €

Diesen Kurs bieten wir bei entsprechender Nachfrage auch fortlaufend an.



Sie möchten, dass Ihr Kind sicher und selbstbewusst schwimmen lernt? Dann ist unser Seepferdchen Schwimmkurs genau das richtige für Sie.

In unserem Kurs bieten wir eine sichere und unterstützende Umgebung, in dem Sie als Elternteil während des Schwimmunterrichts anwesend sind. Die Kinder erlernen spielerisch das Schwimmen. Unsere erfahrenen Schwimmlehrerinnen begleiten die Kinder Schritt für Schritt und vermitteln die Grundlagen des Schwimmens. Motivierendes Ziel ist der Erwerb des Frühschwimmer-Zertifikates „Seepferdchen“ der DLRG e.V..

Unser Schwimmkurs richtet sich an Kinder **ab 5 Jahren**.

Melden Sie sich jetzt für unseren Seepferdchen-Schwimmkurs an und lassen Sie sich auf die Warteliste\* schreiben.

Kurs-Nr.	Termine/ Zeitraum	Uhrzeit	Dauer	Gebühr
EK-24-06	donnerstags, nach Absprache*	1. Kurs 17:15 Uhr 2. Kurs 18:15 Uhr	12 Termine	124,00 € zzgl. 6,00 € Abzeichen DLRG

\*Kurszuteilung erfolgt anhand der Warteliste. Aufgrund der Vielzahl von Anmeldungen, kann es zu längeren Wartezeiten kommen. Einzeltermine erhalten Sie, wenn wir Sie einem Kurs zuteilen konnten.

## Familienbildung

### Ansprechperson:

Julia Funk  
Tel: 038229 70447  
Fax: 038229 70448  
E-Mail: [j.funk@dbz-mv.de](mailto:j.funk@dbz-mv.de)

### Veranstaltungsort:

Median Klinik  
Kastanienallee 1  
18334 Bad Sülze

### Kursleitung:

Anne-Maria Külüß  
Maria Krüger

Diese Maßnahme wird gefördert mit Mitteln des LandesMecklenburg-Vorpommern.

## Familienbildung

### Ansprechperson:

Julia Funk  
Tel: 038229 70447  
Fax: 038229 70448  
E-Mail: j.funk@dbz-mv.de

### Veranstaltungsort:

Median Klinik  
Kastanienallee 1  
18334 Bad Sülze

### Kursleitung:

Anne-Maria Külleß  
Maria Krüger

Diese Maßnahmen werden gefördert mit Mitteln des Landes Mecklenburg-Vorpommern.

### Gemeinsam das Element Wasser entdecken!

Sie möchten gemeinsam mit Ihrem Kind spielerisch das Element Wasser erkunden? Dann ist unser Eltern-Kind-Schwimmen genau das Richtige für Sie.

Unsere erfahrenen Schwimmlehrerinnen begleiten Sie durch abwechslungsreiche Übungen wie Planschen, Gleiten und Tauchen. Dieser Kurs fördert die Wasserbewältigung, Koordination und das Vertrauen der Kinder.

Unsere Kurse richten sich an Eltern mit Kinder **ab 4 Monaten**. \* Melden Sie sich jetzt an und lassen sich auf die Warteliste schreiben.

### NEU ! Seepferdchen-Vorbereitungskurs

Angst vor dem Wasser verlieren, Vertrauen aufbauen und sogar schon die ersten Schwimmbewegungen erlernen. Das ist Ziel unseres neuen Kurskonzeptes. Gemeinsam im Wasser mit den Eltern, sollen die Kinder spielerisch auf den Erwerb einer Schwimmstufe vorbereitet werden. (kein Schwimmkurs, Anmeldung für den Schwimmkurs Seepferdchen muss separat erfolgen)



Kurs-Nr.	Termine/ Zeitraum	Uhrzeit	Dauer	Gebühr
EK-24-07 Eltern-Kind-Schwimmen ab 3 Jahren	freitags, nach Absprache**	16:00 - 17:00 Uhr	i. d. R. 6-8 Termine	8,50 € / Termin
EK-24-08 Seepferdchen- vorbereitungskurs ab 4 Jahren	freitags, nach Absprache**	17:15 - 18:15 Uhr	i. d. R. 6-8 Termine	8,50 € / Termin

\* Leider können wir das klassische Babyschwimmen für Kinder im Alter von 4-12 Monaten sowie das Eltern-Kind-Schwimmen für Kinder im Alter von 1-3 Jahren aufgrund der Wassertemperatur bis auf weiteres nicht durchführen. Vorhandene Anmeldungen bleiben bestehen und werden den entsprechenden Kursen zugeordnet sofern das Alter erreicht ist.

\*\* Kurszuteilung erfolgt anhand der Warteliste und dem entsprechenden Alter.

Hier finden Sie eine Auswahl an Themen für lebendige Elternabende. Bei Interesse an einem oder mehreren Themen, sprechen Sie uns an! Wir organisieren gerne die entsprechende Veranstaltung in unserem Hause oder ermöglichen Ihnen die Teilnahme an einem Elternabend in einer Kita.

## Themenvorschläge

Die Bedeutung der Natur als Lebens- und Lernort

Medien in der kindlichen Entwicklung

Meins, meins, meins - Müssen Kinder teilen lernen?

Mit allen Sinnen die Welt entdecken

Bewegungen in der Natur begleiten

Hochsensibel in der Kita

"Ich kann das schon alleine." - die spannende Reise zum »Ich« und ihr Recht auf das Risiko

Sprachentwicklung, Sprachauffälligkeiten und Möglichkeiten der Förderung

"Heute wieder nur gespielt?" – Bedeutung des Spiels für unsere Kleinsten

Der Arbeitstag des Kindes - "Aus Sicht des Kindes" - Wie Kinder heute wachsen

Warum Kinder Grenzen brauchen

Stress im Familienalltag – mit Gelassenheit liebevoll konsequent erziehen

Die Reise in die Welt der Fantasie und Märchen

Wie Kinder Verstehen lernen - ein Einblick in die Entwicklung und das Denken der Kinder

Starke Worte - gestärkte Kinder

Bindung im Alltag stärken - Kleine Momente des Alltags bindungsstark nutzen

Spielen statt Schimpfen

Gemeinsam durch die Wut - Starke Gefühle bindungsorientiert begleiten

## Familienbildung

### Ansprechperson:

Julia Funk  
Tel: 038229 70447  
Fax: 038229 70448  
E-Mail: [j.funk@dbz-mv.de](mailto:j.funk@dbz-mv.de)

### Veranstaltungsort:

nach Absprache

### Termin/Uhrzeit:

nach Absprache

### Gebühr:

10,00 € pro Person

Diese Maßnahmen werden gefördert mit Mitteln des Landes Mecklenburg-Vorpommern.

JAMBUS bestätigt den Eltern bei Bedarf die Teilnahme im Bonuspunkteheft für Familienförderungsmaßnahmen (pro Elternabend: ein Stempel)

## Weitere Angebote

### auf Nachfrage

#### Ansprechperson:

Julia Funk  
Tel: 038229 70447  
Fax: 038229 70448  
E-Mail: j.funk@dbz-mv.de

#### Veranstaltungsort:

Bildungsstätte  
JAMBUS Bad Sülze  
Recknitzallee 1a  
18334 Bad Sülze

#### Kursleitung:

Siehe Text

Diese Maßnahmen werden gefördert mit Mitteln des Landes Mecklenburg-Vorpommern.

### Entspannung finden in stürmischen Zeiten (Tagesseminar)

Spüren Sie die Ruhe in sich und schöpfen Sie Kraft für Ihren Alltag!

In diesem Kurs erfahren Sie nicht nur, was Stress und Achtsamkeit sind, sondern klären auch für sich, wie Sie an beidem arbeiten können. Neben YOGA und Meditation lernen Sie noch weitere Achtsamkeitsübungen kennen. Finden Sie heraus, was sich gut anfühlt und was Sie in Ihrem Alltag weiter praktizieren möchten.

Kurs Nr.:	Termin/ Zeitraum	Kursleitung	Gebühr
GE-24-22	nach Absprache	Nicole Wenzel	45,00 €

### Strukturiert im Alltag (Tagesseminar)

Wie Sie Ihre To-Do´s entspannt managen und dem Stress Lebewohl sagen!

Sie lernen nicht nur Ihre Zeiträuber kennen, sondern auch diese zu eliminieren. Prioritäten setzen, Ziele und Werte identifizieren und alle Aufgaben in eine händelbare Struktur bringen - In diesem Tagesseminar erhalten Sie Anregungen wie Sie es am besten angehen können!

Kurs Nr.:	Termin/ Zeitraum	Kursleitung	Gebühr
GE-24-23	nach Absprache	Nicole Wenzel	45,00 €



DBZ MV

Bleibe immer gut informiert mit unseren  
**Bildungsangeboten.**





### Bildungsstätte JAMBUS Bad Sülze

Recknitzallee 1a, 18334 Bad Sülze

Tel.: 038229 70440 | Fax: 038229 70448

Email: jambus@dbz-mv.de

Web: www.dbz-mv.de

Geschäftsführerin: Heike Harder

Amtsgericht Schwerin HRB 3678

Steuernummer: 090/124/00893

(Finanzamt Rostock)

Rechtsform: Gemeinnützige Gesellschaft  
mit beschränkter Haftung

Evangelische Bank eG

IBAN: DE15 5206 0410 0207 3103 66

BIC: GENODEF1EK1

Herausgeberin / Gestaltung und Satz  
Diakonisches Bildungszentrum  
Mecklenburg-Vorpommern gGmbH

In diesem Heft erscheinen die Informationen so,  
wie sie uns zu Redaktionsschluss am 12.01.2024  
vorlagen. Änderungen bleiben vorbehalten.

### Fotos/Bilder

#### Umschlag vorn (v.l.n.r.)

© AdobeStock, Nomad\_Soul  
© AdobeStock, Melinda Nagy  
© AdobeStock, Vasyl  
© Foto privat, Lovely Knots  
© AdobeStock, Kzenon

#### Seite 2 (v.l.n.r.)

© Fotostudio  
Katharina Steinberg  
© Anne Karsten Photographie

#### Seite 3 (v.l.n.r.)

© AdobeStock, Pawel Osarschuk  
© Logo Instagram (meta)  
© Logo Facebook (meta)

#### Seite 4

© AdobeStock, Melinda Nagy

#### Seite 5

© AdobeStock, Vasyl

#### Seite 6

© AdobeStock, Flamingo Images

#### Seite 7

© AdobeStock, Vasyl

#### Seite 8 (v.l.n.r.)

© AdobeStock, Yingyaipumi  
© AdobeStock, Sonia Birkelbach

#### Seite 9

© AdobeStock, irissca

#### Seite 10

© Foto privat, Lovely Knots

#### Seite 11

© AdobeStock, pixel-shot.com

#### Seite 12

© AdobeStock, rh2010

#### Seite 13

© AdobeStock, jozsitoero

#### Seite 14

© AdobeStock, Kzenon

#### Seite 15

© AdobeStock, oksix

#### Seite 16

© AdobeStock, Kzenon

#### Seite 17

© AdobeStock, Nomad\_Soul

#### Seite 18

© AdobeStock, David Tadevosian  
photography

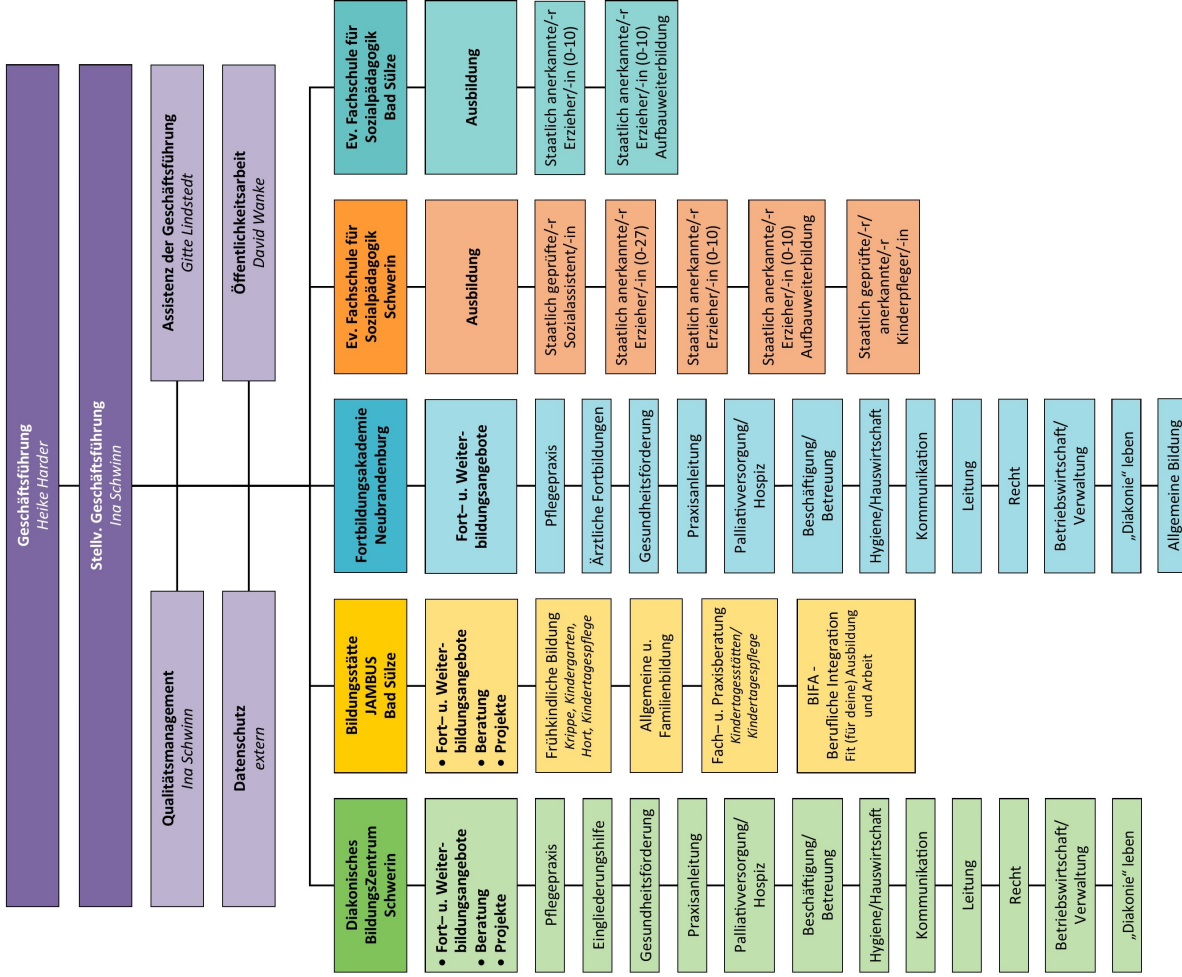
#### Seite 22

Foto privat, unbekannt

#### Umschlag hinten (v.l.n.r.)

© Fotos privat (5x)  
© Logo CERTQUA

**Gesellschaftensversammlung**  
*Diakonisches Werk Mecklenburg-Vorpommern e.V. / Diakonie Klinikum Dietrich Bonhoeffer GmbH*



**Arbeitssicherheit  
und Arbeitsschutz**  
extern

**Diakonie Zentrale Dienste**  
Finanzbuchhaltung/  
Personalwirtschaft

**Mitarbeitervertretung**  
M. Niendorf/G. Lindstedt  
S. Grigo

**Finanzbuchhaltung**  
M. Ohm  
Bildungsstätte Bad Sülze  
Ev. Fachschule für Sozialpädagogik Bad Sülze

# Diakonisches Bildungszentrum Mecklenburg-Vorpommern gGmbH

Aus-, Fort- und Weiterbildungen für Fachkräfte aus sozialen Bereichen

- Für Sie an folgenden Standorten in Mecklenburg-Vorpommern -



## Diakonisches Bildungszentrum Schwerin

Körnerstraße 7  
19055 Schwerin

Tel.: 0385 5006 155  
Fax: 0385 5006 300  
schwerin@dbz-mv.de

## Bildungsstätte JAMBUS Bad Sülze

Recknitzallee 1a  
18334 Bad Sülze

Tel.: 038229 70440  
Fax: 038229 70448  
jambus@dbz-mv.de

## Fortbildungsakademie Neubrandenburg

Juri-Gagarin-Ring 1  
17036 Neubrandenburg

Tel.: 0395 3517 1530  
Fax: 0395 3517 1540  
fortbildungsakademie  
@dbz-mv.de

## Ev. Fachschule für Sozialpädagogik Schwerin

Alexandrinestraße 19-21  
19055 Schwerin

Tel.: 0385 521910 722  
Fax: 0385 521910 747  
fachschule1@dbz-mv.de

## Ev. Fachschule für Sozialpädagogik Bad Sülze

Recknitzallee 1a  
18334 Bad Sülze

Tel.: 038229 70438  
Fax: 038229 70448  
fachschule2@dbz-mv.de



[www.diakonisches-bildungszentrum.de](http://www.diakonisches-bildungszentrum.de)

