

Falls die Kurskosten von Ihrem Anstellungsträger gezahlt werden, können Sie hier anstelle des SEPA-Lastschriftmandats die Rechnungsadresse der entsprechenden Grundschule angeben.

Bitte schicken Sie eine Rechnung an:

(Name der Schule)

(Straße)

(PLZ und Ort)

Katholische Erwachsenenbildung
Große Rosenstr. 18
49074 Osnabrück

Bitte verschicken Sie aus Datenschutzgründen Ihre Anmeldung in einem verschlossenen Briefumschlag.

Infos

Leitung	Maja Tabeling
Kontakt	Kath. Erwachsenenbildung (KEB) Große Rosenstr. 18 49074 Osnabrück Tel. 0541 35868-77 Mail: info@keb-os.de www.keb-os.de
Anmeldeschluss	Jeweils 7 Werktage vor Kursbeginn. Die Teilnehmerzahl ist begrenzt.

Eine Anmeldebestätigung erfolgt nicht! Sie erhalten aber Nachricht, wenn der Kurs nicht wie angegeben stattfindet.

Lastschrift

Die Kursgebühr wird ca. 5 Werktage vor Kursbeginn von Ihrem Konto abgebucht. Bei einer Absage Ihrerseits nach Anmeldeschluss ist in der Regel leider keine Erstattung der Kursgebühr möglich, ebenso wie bei nicht vollständiger Teilnahme am Kurs. Wir bitten um Verständnis.

Datenschutz

Wir halten uns an die gesetzlichen Datenschutzbestimmungen und unterstehen dem kirchlichen Datenschutzgesetz, das sich an die EU-DSGVO anlehnt. Sie haben jederzeit das Recht, Ihre bei uns gespeicherten Daten einzusehen, sie löschen zu lassen oder der weiteren Verarbeitung zu widersprechen. Wenden Sie sich dazu an die im Flyer genannte Anmeldeadresse. Unsere ausführliche Datenschutzerklärung finden Sie unter www.keb-os.de.

Studientage
für pädagogische
Mitarbeiter*innen
an Grundschulen



Osnabrück
2025 / 2026

Kursangebote

ausführliche Infos unter www.keb-os.de

Ort Kath. FABI / KEB Osnabrück
Große Rosenstr. 18, 49074 Osnabrück

Stressmanagement durch Resilienzförderung

Der pädagogische Alltag in einer Schule bringt viele Herausforderungen mit sich – von hoher Arbeitsbelastung bis zu emotional anspruchsvollen Situationen. An diesem Studientag lernen Sie, wie Sie durch gezielte Resilienzförderung Ihre psychische Widerstandskraft stärken und Stresssituationen effektiv bewältigen können. Es werden hilfreiche Methoden zur Selbstfürsorge, Emotionsregulation, mentalen Stärkung etc. vermittelt und durch praktische Übungen eingeübt und verankert. Gewinnen Sie neue Energie für Ihren Berufsalltag.

Ref. Katja Werries, Dipl. Psychologin, System. Familientherapeutin

Termin Sa. 13.09.2025, 09:30 – 13:00 Uhr

Kosten 45 €

Kurs-Nr. ZOPE5011

Werte entdecken: Der Kompass für ein erfülltes Leben

In diesem interaktiven Workshop werden Sie eingeladen, Ihre persönlichen Werte zu erkunden und zu reflektieren. Gemeinsam werden Sie herausfinden, was Ihnen wirklich wichtig ist und wie Sie Ihre Werte im Alltag leben können, um Ihre Entscheidungen und Beziehungen zu stärken. Durch spannende Übungen, Gruppendiskussionen und kreative Methoden werden Sie nicht nur mehr über sich selbst erfahren, sondern auch neue Perspektiven und Inspirationen gewinnen. Erhalten Sie neue Impulse für Ihr Leben sowie Ihre Arbeit und finden Sie Ihren inneren Kompass.

Ref. Isabel Krzikalla, System. Familienberaterin (DGSF), stellvertretende Leiterin der Telefonseelsorge, System. Supervisorin und Coach (DGSF) in Ausbildung

Termin Mo. 17.11.2025, 10:00 – 16:00 Uhr

Kosten 95 €, inkl. Stehkafee

Kurs-Nr. ZOPE5009

Glück. Oder wie ich meine positive Grundhaltung stärken kann.

Was ist Glück – ein flüchtiger Moment oder ein dauerhafter Zustand? In diesem interaktiven Workshop gehen wir gemeinsam der Frage nach, was Glück eigentlich bedeutet und wie wir es aktiv in unser Leben einladen können. Dabei stehen vor allem alltagsnahe Impulse und einfache Methoden im Fokus, mit denen sich positive Grundgedanken nachhaltig verankern lassen.

Ref. Liane Kirchhoff, Theaterpädagogin, Leitung theaterpäd. werkstatt gGmbH, Achtsamkeitsbasierte Coach

Termin Sa. 07.02.2026, 09:00 – 13:00 Uhr

Kosten 55 €

Kurs-Nr. ZOPE6004

AD(H)S und mehr – Kinder mit besonderen pädagogischen Bedürfnissen

Unaufmerksamkeiten, Impulsivität, Hyperaktivität, Aggressivität, Angst, fehlendes Einfühlungsvermögen, fein- und grobmotorische Auffälligkeiten einzelner Kinder begegnen Ihnen als pädagogische Mitarbeiter*innen tagtäglich in der Arbeit. Sich diesen besonderen Herausforderungen einzelner Kinder zu stellen und dabei die gesamte Gruppe und die Lern- und Arbeitsaufträge nicht aus den Augen zu verlieren, bereitet manchmal große Schwierigkeiten.

Dieses Seminar bietet am ersten Kurstag wichtige Informationen, um die Ursachen für das Verhalten dieser Kinder kennenzulernen, und somit selbst angemessener agieren zu können. Am zweiten Kurstag erhalten Sie – aufbauend auf die gewonnenen Erkenntnisse über ADHS-typische Verhaltensauffälligkeiten – praxisnahe Informationen zur Unterstützung und Anleitung der betroffenen Kinder sowie zu den passenden Rahmenbedingungen für die ganze Gruppe.

Ref. Doris Morszeck-Groten, Dipl. Sozialpädagogin, Elterntainerin

Umfang zwei Termine, 12 UStd., je 09:00 – 14:30 Uhr

Beginn Sa. 25.04.2026

Ende Sa. 09.05.2026

Kosten 145 €

Kurs-Nr. ZOPE6005

Anmeldung (auch online möglich)

Hiermit melde ich mich an zum Kurs:

- Stressmanagement durch Resilienzförderung (ZOPE5011)
- Werte entdecken: Der Kompass für ein erfülltes Leben (ZOPE5009)
- Glück. Oder wie ich meine positive Grundhaltung stärken kann (ZOPE6004)
- AD(H)S und mehr – Kinder mit besonderen pädagogischen Bedürfnissen (ZOPE6005)

Name, Vorname

Anschrift

Telefon

E-Mail

SEPA-Lastschriftmandat

KEB Osnabrück, Große Rosenstraße 18, 49074 Osnabrück
Gläubiger ID: DE07 ZZZ 0000 0461 755. Die Mandatsreferenz setzt sich zusammen aus dem Kürzel „KEB“ und Ihrer TN-Nr.; im Feld Verwendungszweck finden Sie folgende Angaben: Kursnummer, TN-Name, TN-Vorname, Kurstitel. Ich ermächtige die KEB, Zahlungen von meinem Konto mittels einmaliger Lastschrift einzuziehen. Zugleich weise ich mein Kreditinstitut an, die von der KEB auf mein Konto gezogenen Lastschriften einzulösen. Ich kann innerhalb von 8 Wochen, beginnend mit dem Belastungsdatum, die Erstattung des belasteten Betrages verlangen. Es gelten dabei die mit meinem Kreditinstitut vereinbarten Bedingungen.

Name des Kontoinhabers

IBAN DE _ _ _ _ _

Ich nehme zur Kenntnis, dass meine Daten ausschließlich zum Zwecke der Kursverwaltung gespeichert werden.

Datum Unterschrift