

Veranstaltungen der KEB Bildstock e.V.

Leitung: Birgit Flachsland, Trenkelbachstr. 11, 66299 Bildstock
Tel. (0 68 97) 8 87 45, birgit.flachsland@t-online.de

EINZELVERANSTALTUNGEN

Tagespilgertour

„Gesegnet sein- ein Segen sein“

Wir pilgern auf der Drei-Kapellen-Runde, einem 7km (250Hm) langen Rundweg um Bergweiler. Wir passieren dabei die Erasmus-Kapelle, das Heiligenhäuschen im Himmelwald und die Blasius-Kapelle.

Anschließend besteht Einkehrmöglichkeit in der Schaumbergalm (Anfahrt mit PKW).

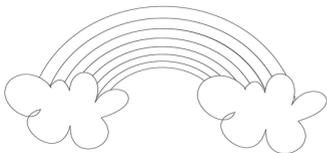
Sonntag, 22.09.24, Treffpunkt: 11:00 Uhr
Hellas-Parkplatz Bildstock, Maybacher Weg
Fahrt in Fahr-Gemeinschaften.

Bitte feste Wanderschuhe, Regen-/Sonnenschutz und Rucksackverpflegung mitbringen!
Birgit Flachsland, Bildstock
Anmeldung: Birgit Flachsland, siehe oben

Oasentag

für Frauen im St. Josefsstift Trier –
Einladung zu einem Tag der Ruhe
und inneren Einkehr im Kloster
Termin (Samstags ganztags) wird rechtzeitig
bekanntgegeben

Anfahrt mit der Bahn ab Bildstock
Kosten: 30,- € (incl. Mittagessen und Fahrt)
Anmeldung: Birgit Flachsland, s.o.



*Ich will dich segnen
und du sollst ein Segen sein.*

1. Mose 12,2

Besinnungsnachmittag für Frauen

„Mitten in der Nacht ist ein Stern erwacht“

Wir beginnen mit Kaffee, Tee und Kuchen
und gehen so gestärkt zum besinnlichen Teil
über. Wir beschließen den Nachmittag mit
einem Wortgottesdienst.

Samstag, 07.12.24 von 14- 17 Uhr
Pfarrsaal Bildstock, Spieser Str. 5
Christa Paul-Simon

Anmeldung: Birgit Flachsland, Tel 88745, s.o.

SEMINARE/ARBEITSKREISE

Fasten – entschlacken, entschleunigen und neu starten

„In kleinen Dingen Zeichen setzen“

Bewusst vom Alltag abschalten,
den Körper und den Darm entlasten und
neue Leichtigkeit und Vitalität erlangen.
Schenke Dir/ schenken Sie sich Fastentage!

Ein Informationsabend zum Kurs
„Fasten für Gesunde“ findet statt am
Mittwoch, 06.11.24, 19:00 Uhr
Termin fürs Fasten 16.-21.11.24
mit täglichem Treffen im

Pfarrhaus Bildstock, Spieser Str. 5
Kursgebühr (Materialkosten): 25,-€
Christa Paul-Simon

Anmeldung: Birgit Flachsland, Tel 88745, s.o.

Neunte Reihe Bibelabende:

Das Thema wird noch bekanntgegeben.
Die Abende finden jeweils dienstags am
29.10.24, 19.11.24 u. 17.12.24 um 19:00 Uhr
im Pfarrhaus, Bildstock, Spieser Str. 5 statt.
Dr. Pascale Jung, Pastoralreferentin
Marion Latz, Bildungsreferentin KEB Saarbr.
Anmeldung: Birgit Flachsland, s.o.

Gesprächskreis „Demenz“

Demenz: ein Thema, das viele betrifft und alle betroffen macht! Wie fühlt sich Demenz an? Warum reagiert der oder die Erkrankte manchmal aggressiv? Wie kann ich damit umgehen? In einem monatlichen Gesprächskreis sollen diese Fragen bearbeitet und Erfahrungen ausgetauscht werden.

Gesprächsleiterin ist Rita Klier, Heilpraktikerin und Betreuungskraft in der GEVITA Seniorenresidenz.

Jeden 2. Dienstag im Monat (10.09., 08.10., 12.11. und 10.12.) jeweils um 19:30 Uhr im Pfarrhaus Bildstock, Spieser Str. 5
Anmeldung: Birgit Flachsland , siehe oben

KURSE

Wir bitten um Überweisung der fälligen Kursgebühr auf unser Konto bei der VVB innerhalb einer Woche nach Beginn!!!

IBAN: DE60 5909 2000 8600 0702 08

Bic: GENODE51SB2

unter Angabe Ihres Namens und des Kurses

Schüler und Studenten erhalten eine Ermäßigung von 30% auf die Kursgebühr.

Singkreis

Offen für alle Sängerinnen und Sänger, die gerne im Chor singen und ihre Stimme fit halten wollen. Mit viel Stimmbildung und „Training“ wird auf ein Projekt hin gearbeitet, voraussichtlich ein Herbstlieder-Singen in der GEVITA und eine Adventsandacht.

Gebühr für 12 Unterrichtseinheiten: 50,-€ ab Freitag, 06.09.24, 15:30 Uhr - 17:00 Uhr, Pfarrsaal, Bildstock, Spieser Str. 5
Ralph Buchstäber, Kirchenmusiker
Anmeldung: Birgit Flachsland, Tel.88745, s.o.

Gesundheitskurse

Gymnastik, der Gesundheit dienlich, für Frauen ab 40

Ab Montag, 02.09.24,

Kurs 1: 16:30– 17:30 Uhr

Kurs 2: 18:00- 19:00 Uhr

im Pfarrsaal, Bildstock, Spieser Str. 5

Kursgebühr für 12 Termine 40,- €

Lilith Linnenbach, Bildstock

Anmeldung: Birgit Flachsland, Tel.88745, s.o.

Yoga auf dem Stuhl

für Seniorinnen und Senioren sowie Menschen mit Bewegungseinschränkungen geeignet. Der Kurs läuft weiter

ab Montag, 19.08.24, 9:30 – 11:00 Uhr

Rechtsschutzsaal Bildstock, Hofstr. 49

Kursgebühr für 10 Termine: 55,- €

Pia Spaniol, Spiesen

Anmeldung: Birgit Flachsland, Tel.88745, s.o.

Neu: Yoga und mehr...

In diesem Kurs will die Yogalehrerin

Pia Spaniol mit sanftem Yoga und versch.

Dehn- und Entspannungstechniken ein gutes

Körpergefühl vermitteln und die Selbstheilungskräfte aktivieren. Der Kurs ist auch geeignet für Anfänger und Wiedereinsteiger.

ab Dienstag, 20.08.24, 9:30 -11:00 Uhr,

Rechtsschutzsaal Bildstock, Hofstraße 49

Kursgebühr für 10 Termine: 55,- €

Pia Spaniol, Spiesen

Anmeldung: Birgit Flachsland, Tel.88745, s.o.

Bauch – Beine – Po

Problemzonengymnastik mit Musik.

Wirksam gegen lästige Fettpölsterchen,

zur Hautstraffung und Muskelkräftigung,

Wirbelsäulen gerechtes Training

ab Dienstag, 27.08.24, 18:00 – 19:00 Uhr

Turnhalle des städtischen Kindergartens,

Bildstock, Birkenweg 4

Kursgebühr für 15 Termine: 50,- €

Jutta Giese, Bildstock

Anmeldung: Birgit Flachsland, Tel.88745, s.o.

Zumba

Bewegung in flottem Tempo zu lateinamerikanischer Musik; Spaß ist garantiert, keine Vorkenntnisse erforderlich

Ab Dienstag, 27.08.24, 19:15 – 20:15 Uhr

Turnhalle des städtischen Kindergartens, Bildstock, Birkenweg 4

Kursgebühr für 15 Termine: 50,- €

Jutta Giese, Bildstock

Anmeldung: Birgit Flachsland, Tel.88745, s.o.

Fitness-Gymnastik

Abwechslungsreiche Gymnastik zur Stärkung der Muskulatur und zur Erhaltung der allgemeinen Fitness

Ab Donnerstag, 29.08.24, 19:00– 20:00 Uhr,

Turnhalle der Montessori-Schule, Friedrichsthal

Kursgebühr: 50,- €

Monika Heinz-Theobald

Anmeldung: Birgit Flachsland, Tel.88745, s.o.

Eine Klangreise - Klangschalen-Meditation für innere Ruhe und Entspannung

Der wohltuende Klang der Instrumente soll die Konzentrationsfähigkeit während der Meditation verstärken und zu schneller Tiefenentspannung führen.

Bitte Decke, Isomatte, evt ein Nackenkissen und Wollsocken mitbringen. Die Meditation ist auch auf dem Stuhl möglich!

Ab Dienstag, 17.09.24, 19:30- 20:30 Uhr

Pfarrsaal Bildstock, Spieser Str.5

Gebühr für 3 Termine: 18,-€

Rita Klier, Heilpraktikerin

Anmeldung: Birgit Flachsland, Tel.88745, s.o.

Kreatives Gestalten

Patchwork- Kurs

Nähutensilo für alle Gelegenheiten

Wir nähen mit genauer Schritt-für-Schritt-Anleitung eine Tasche, in der wir all unser Zubehör fürs Nähen, Patchworken und Quilten übersichtlich unterbekommen. Jedes Utensilo kann individuell gestaltet werden.

Der Kurs ist auch für NähanfängerInnen

geeignet. Vorbesprechung am

Freitag, 06.09.24, 18:00 – 19:00 Uhr

4 Kursabende ab

Freitag, 13.09.24, 18:00 – 21:00 Uhr

Pfarrsaal, Bildstock, Spieser Str. 5

Kursgebühr für 4 Termine: 50,-€

Claudia Tschudy-Lonsdorfer, Friedrichsthal

Anmeldung: Birgit Flachsland, Tel.88745, s.o.

Patchwork-Wochenende

Im November wollen die Patchwork-Ladies ein Wochenende im „Quilt-Himmel“ verbringen, um ausgiebig Zeit zum Nähen zu haben. Dabei können angefangene Werke endlich fertiggestellt oder ein ganz neues Projekt in Angriff genommen werden.

Die Teilnehmerinnen unterstützen sich dabei gegenseitig mit Rat und Tat.

Freitag, 01.11.24 bis Sonntag, 03.11.24

Ferienwohnung „Quilt Inn“ mit Küche, Bad und großem Nähzimmer über dem Laden „Gundi’s Quilt Heaven“, Baumholder.

Max. 6 Personen (2x2er-, 2x1er-Zimmer)

2 Übernachtungen incl. Miete Nähzimmer 57€ (bei 6 Personen) bis 63,50€ (bei 4 Pers.)

Claudia Tschudy-Lonsdorfer, Friedrichsthal

Anmeldung: Birgit Flachsland, Tel.88745, s.o.

Sprachkurse

English for communicating

Der zweite Kurs fördert das selbstständige Lernen mit effektiven Lern- und Kommunikationsstrategien und vermittelt authentische Sprache für Alltag und Reise. Genutzt werden dafür Tablet/Smartphone, Apps, Quiz, Bücher, Songs...

Auch für Anfänger/Wiedereinsteiger mit Vorkenntnissen geeignet.

Ein genauer Termin für den Beginn des

Kurses steht noch nicht fest, wird aber

rechtzeitig über die Presse bekanntgegeben.

Rechtsschutzsaal Bildstock, Hofstr. 49

Kursgebühr: 10 Abende 55,-€

Sandra Cornehl, Englischlehrerin

Wer Interesse hat, kann sich schon jetzt melden bei Birgit Flachsland, Tel.88745, s.o.