



SACHSEN-ANHALT

Ministerium für
Arbeit, Soziales, Gesundheit
und Gleichstellung

#moderndenken



Programmheft

Evangelische Familienbildungsstätte Klötze

zum Mitnehmen



MITEINANDER LEBEN
EINANDER ACHTEN
VONEINANDER LERNEN

ein offenes Haus für alle Menschen

Anschrift:
Oebisfelder Straße 37,
38486 Klötze
Tel: 03909/2715
Mobile: 015750421187
MobFa: 01759946643

**März-
August 2026**
und ein kleiner Ausblick

Liebe Leserin, lieber Leser,
 die EFA ist eine Familienbegegnungsstätte unter der Trägerschaft des Ev. Kirchengemeindeverbandes Klötze. Unser Haus steht allen Menschen mit ihren unterschiedlichen Familien- und Lebenssituationen offen. Auch Menschen die nicht kirchlich/religiös sind, sind herzlich willkommen. Die Angebote richten sich nach ihren Bedürfnissen. Gern nehmen wir auch Ihre Anregungen entgegen. Möchten Sie das Bildungspaket (BuT) für unsere Angebote nutzen, sprechen Sie uns gerne an.

Öffnungszeiten:

Montag	8.30 - 14.00 Uhr
Dienstag	8.30 - 12.30 Uhr u. 13.30 - 17.30 Uhr
Mittwoch	8.30 - 13.00 Uhr
Donnerstag	8.30 - 14.00 Uhr
Freitag	8.30 - 12.00 Uhr

und zu den Veranstaltungen

Unser EFA-Team:

Leiterin: Antje Kampe, Leitung von Delfi-Kursen, Sportkursen etc.

Pädagogische Mitarbeiterin: Simone Behr, Angebote im Kinder- und Jugendbereich, Seniorenarbeit etc.

Mobile Familienbildung: Stefanie Schwerin, Leitung von Bildungsangebote außerhalb der EFA Räumlichkeiten

Technische Kraft: Anja Nolte

Freiwilliges soziales Jahr: Lindsay-Jade Kruppe

Kontakt und Anschrift:

EFA, Oebisfelder Str. 37, 38486 Klötze,
 Tel.: 03909/2715, Mobile-Whatsapp: 015750421187
 MobFa: 01759946643, email: efa-kloetze@ekmd.de
 homepage: <http://www.efa-klz.de>

Danken möchten wir für die finanzielle Unterstützung unserer Einrichtung dem Land Sachsen-Anhalt, dem Altmarkkreis Salzwedel, der Stadt Klötze, dem Kirchenkreis und dem Kirchengemeindeverband Klötze.

Inhalt:

Nicht verpassen!!!	3
Bildung.....	4
Hobbies und Talente	7
Bewegung und Gesundheit	9
Selbsthilfegruppen und Gesprächskreise	10
Für Babys, Kinder und Familien	12
Ferienprogramm in der EFA	14
Regelmäßige Veranstaltungen:	16
Angebote speziell für Alleinerziehende und Junge Familien	18
Angebote des Kirchengemeindeverbandes .	21
Angebote der mobilen Familienbildung ✎ ...	22
Ausblick!	23
Sonstiges und Gut zu Wissen!	24
So finden Sie uns	26

**Bitte melden Sie sich zu allen
Angeboten an!!!**

NICHT VERPASSEN!!!

24.04.2026 Familienfest



Evangelische Familienbildungsstätte Klotze

FAMILIENFEST

zum EFA Geburtstag **EINTRITT FREI**

Freitag 24.04.2026

ab 14:00 Uhr Kaffee und Kuchen,
Zirkusshow und Mitmachzirkus
Hüpfburg, Spiel, Spaß und Zuckerwatte

Wo: Evangelische Familienbildungsstätte, Oebisfelder Straße 37, 38486 Klotze
Kontakt: 039092715/ Whats app: 015750421167

30.05.2026 Frauengesundheitstag



*Workshops und
Vorträge von Frauen
für Frauen*

24.07.2026 Familienfahrt in den Zoo Hannover



Mehr
auf
Seite14



4.08.2026 Sommerfest mit Aufführung der Kinder



Sommerfest

SOMMERFEST

AM FREITAG DEN 14.08.2026
AB 15:30 UHR

BILDUNG**Eltern sein mit Herz und Hand***

Elternschaft bedeutet Beziehung, Verantwortung und gelebte Werte im Alltag. Dieser Vortrag lädt dazu ein, Kinder mit Empathie, Präsenz und klarer Führung zu begleiten. Praktische Anregungen zeigen, wie Herz und Hand im Familienleben zusammenwirken können.

Referentin: Jennifer Heeschen

Termin: Mittwoch, 18.03.2026

Uhrzeit: 18:30 Uhr

Kosten: 15,00 €

Konflikte in der Elternschaft

Elternsein bringt Freude und auch Spannungen. Der Vortrag beleuchtet typische Konflikte im Familienalltag und zeigt, wie sie verstanden und konstruktiv gelöst werden können. Impulse aus der Praxis helfen, mehr Klarheit, Gelassenheit und Verbindung in die Familie zu bringen. Es werden Übungen für den Alltag vorgestellt.

Referentin: Jennifer Heeschen

Termin: Mittwoch, 01.04.2026

Uhrzeit: 18:30 Uhr

Kosten: 15,00 €

Sprachentwicklung im Kindesalter

Die Sprachentwicklung bei Kindern findet nach eigenen Regeln statt. Es gibt unterschiedliche Phasen, welche die Kinder durchlaufen. Dabei beginnt sie schon mit dem ersten Schreien des Säuglings und ist bis zum 5. Lebensjahr abgeschlossen. In diesem Vortrag wird die Sprachentwicklung bis zum 6. Lebensjahr beschrieben. Es werden Fördermöglichkeiten und geeignetes Spielmaterial für Eltern und Pädagogen vorgestellt.

Referentin: Anna Fehse, Logopädin

Termin: Mittwoch, 29.04.2026

Uhrzeit: 18:30 Uhr

Preis: 15,00 Euro

Nahrungsergänzungsmittel *

– Zweckbestimmung, Risiken und Werbeversprechen

Was sind Nahrungsergänzungsmittel und was unterscheidet sie von Arzneimitteln? Was ist von Werbeversprechen zu halten? Welche Risiken bringen sie mit sich?

Schmerzfrequie Gelenke, glattere Haut oder Wundermittel zum Abnehmen: Das Angebot an Nahrungsergänzungsmitteln scheint unerschöpflich. Fast die Hälfte der Erwachsenen in Deutschland konsumiert sie regelmäßig, jährlich kommen etwa 10.000 neue Produkte auf den Markt. Neben Vitaminen und Mineralstoffen werden zahlreiche andere Stoffe, insbesondere eine Vielzahl von Pflanzenextrakten, zugesetzt. Für jede Beschwerde scheint es ein Mittel zu geben. Doch welchem Zweck dienen Nahrungsergänzungsmittel? Sind zusätzliche Nährstoffe nötig? Und wie sieht es mit der Sicherheit dieser Produkte aus? Der Vortrag hinterfragt Werbebotschaften und beleuchtet Risiken sowie die nicht zufriedenstellende Rechtslage.

Referentin: Kathrin Wilke, Verbraucherzentrale
 Termin: Donnerstag, 07.05.2026
 Uhrzeit: 18:30 Uhr
 Kosten: 12,00 Euro

Gewaltfreie Kommunikation

Die Gewaltfreie Kommunikation eröffnet neue Wege, Konflikte wertschätzend zu lösen. Sie hilft, eigene Gefühle und Bedürfnisse klar auszudrücken und andere besser zu verstehen. Der Vortrag gibt einen Einblick, wie diese Haltung den Alltag (Beruf, Familie, Partnerschaft) spürbar verändern kann.

Referentin: Jennifer Heesch
 Termin: Mittwoch, 22.04.2026
 Uhrzeit: 18:30 Uhr
 Kosten: 15,00 €

Frauengesundheitstag

Ein Tag rund um die Gesundheit der Frau. Mit interessanten Vorträgen und speziellen Workshops von Frauen für Frauen, kleinen Infoständen, Snacks und einem gemeinsamen Mittagessen.

Jede Frau egal welchen Alters ist herzlich eingeladen sich einen Tag Zeit für sich zu nehmen, Neues zu erfahren, verschiedene praktische Übungen kennen zu lernen und mit Anderen ins Gespräch zu kommen.

Bitte informieren Sie sich auf unserer Webseite über den aktuellen Tagesablauf und melden Sie sich zeitnah an, die Plätze sind begrenzt

Referentinnen/ Kursleiterinnen:

finden Sie auf der EFA-Webseite www.efa-klz.de

Termin: Samstag, 30.05.2026

Zeit: 8:45- ca. 15:45 Uhr

Kosten: 59,00 €

Hier gelangen Sie direkt zum Angebot:



Lebensintegrationsprozess & Systemische Aufstellung

Innere Konflikte und alte Prägungen wirken oft unbewusst im Leben weiter. Der Vortrag stellt zwei Methoden vor, die verborgene Dynamiken sichtbar zu machen und neue Perspektiven entwickeln.

Referentin: Jennifer Heeschen

Termin: Mittwoch, 02.09.2026

Uhrzeit: 18:30 Uhr

Kosten: 15,00 €

Erben und Schenken

Informationsveranstaltung

Die Veranstaltung vermittelt grundlegendes Wissen rund um die Vermögensübertragung zu Lebzeiten und im Todesfall. Behandelt werden u. a. folgende Themen:

- Überblick über gesetzliche und gewillkürte Erbfolge
- Erbquoten, Freibeträge und Steuersätze
- Wichtige Punkte bei der Erstellung von Testamenten
- Bedeutung von Vorsorgevollmacht und Patientenverfügung
- Möglichkeiten zur steuerlichen Optimierung

Hinweis: Es handelt sich um eine Informationsveranstaltung. Es erfolgt keine individuelle Rechtsberatung.

Referenten:

Andreas Lohrberg – *Zertifizierter Erbschaftsplaner (EAFP)*

Doreen Gerike – *Finanzberaterin Finanzfachmarkt Klötze*

Termin: Mittwoch, 09.09.2026

Zeit: 18:30 Uhr

Kosten: 10,00 €

HOBBIES UND TALENTE

Fadenbilder

Schöne Fadenbilder (ca 19x19cm) mit verschiedenen Motiven können an diesem Abend hergestellt werden. Die Kursleiterin bringt beliebte Motive zur Auswahl mit. Dann geht es ans Hämmern und Fäden spannen, um am Ende ein dekoratives Bild für sich selbst oder als Geschenk mit nach Hause zu nehmen.

Kursleiter: Sandra Dörwald

Termin: 13.05.2026 und 24.09.2026

Zeit: 18:30-20:30 Uhr

Gebühren: 25,00€

Jagdhornbläser



Wer Lust hat auf Jagdhörnern zu musizieren, ist hier genau richtig. Kinder und Erwachsenen lernen und üben in der Gruppe das Jagdhorn spielen.

Einfach mal reinschauen oder in der EFA nachfragen. Es sind auch

Hörner auszuleihen.

Ansprechpartner: André Schulze
(Tel: 01511 4298852)

Termin: Mittwoch, wöchentlich

Uhrzeit: 19.00 Uhr

Gebühren: 1,00 € pro

Übungsabend

Gefördert durch das Land Sachsen-Anhalt in Umsetzung durch den Landesheimatbund Sachsen-Anhalt e.V. in Zusammenarbeit mit der Landesarbeitsgemeinschaft Bürgerliches Engagement im Kulturbereich.



Ein Projekt der
LANDESARBEITSGEMEINSCHAFT
BÜRGERSCHAFTLICHES ENGAGEMENT
IM KULTURBEREICH

Nassfilzen

In diesem Workshop entstehen aus Märchenwolle, Seife und Wasser dekorative Filzwerke. Einfache Dinge für das eigene Zuhause oder zum Verschenken werden mittels der Technik des Nassfilzens erstellt.

Nassfilzen kann auch zu Hause und im pädagogischen Alltag genutzt werden, um mit Kindern oder Erwachsenen kreativ tätig zu werden.

Kursleiterin: Ina Liesche

Termin: Donnerstag, 15.04.2026

Uhrzeit: 16:30-18:00 Uhr

Kosten: 15,00 € (Material ist inklusive)

BEWEGUNG UND GESUNDHEIT**Gesundheitssport**

Die Teilnehmer lernen, ihren Körper besser wahrzunehmen, sich belastende Bewegungen bewusst zu machen und gesundheitsfördernd umzuwandeln. Auch das rückschonende Arbeiten ist dabei ein großes Thema. Außerdem gehören Übungen zur Entspannung dazu. Die Gruppe trifft sich fortlaufend.

Kursleiterin: Sabine Borchert-Bollmann,
Physiotherapeutin

Termin: Montag

Uhrzeiten: Gr. I 17.30 - 18.30 Uhr
Gr. II 18.30 - 19.30 Uhr

Kosten: 12,00€/ Monat

Eine Anmeldung ist nur noch bedingt möglich, fragen sie gerne telefonisch nach

Yogakurse

Yoga ist ein altes, ganzheitliches Übungssystem aus Indien. Mit ausgewählten Übungen wird durch Yoga die Kraft und Beweglichkeit trainiert. Regelmäßige Yogaübungen wirken nachweislich positiv auf zu hohe Blutdruckwerte, Übergewicht, Schlafstörungen und Diabetes. Die Übungen des angebotenen Kurses sind anspruchsvoll, können aber dem eigenen Fitnesslevel angepasst werden und sind somit auch für Anfänger geeignet

Kursleiterin: Jñana Wolfsteller (Yogalehrerin)

...Gemischte Gruppe

Kurs: 8x Montag ab 04.05.2026

Uhrzeit: 18:00-19:00 Uhr

Gebühren: 72,00€

Männeryoga (Einstieg auch vorher möglich)

Kurs: 8x Montag, 11.05.2026

Uhrzeit: 19:30-20:30 Uhr

Gebühren: 63,00€



Fitnesskurse

„Fit bleiben“, bzw. „Fit werden“ durch Bewegung ist Ziel dieser Kurse. Nach einer Erwärmung durch Walken/Joggen/Aerobic trainieren wir mit dem eigenen Körpergewicht oder nutzen kleine Sportgeräte, um den Körper zu kräftigen und die Haltung zu verbessern. Dehnungsübungen schließen die Stunde ab.

Kursleiterin: Antje Kampe (Sportwissenschaftlerin)

Termin: 8x Dienstag

Uhrzeit: 18:00-19:00 Uhr (Warteliste)

Uhrzeit: 19.30-ca 20.30 Uhr

Termin: 8x Donnerstag

Uhrzeit: 14:00-15:00Uhr (Warteliste)

Kosten: 40,00€ je Kurs

SELBSTHILFEGRUPPEN UND GESPRÄCHSKREISE

Gesprächskreis für Hinterbliebene

Plötzlich ist der Partner oder die Partnerin nicht mehr da und das Leben ist nicht mehr wie vorher. Allein, ganz unerwartet und wie vor den Kopf gestoßen. In diesem Gesprächskreis können Betroffene reden und sich austauschen. Sie finden einfühlsame Zuhörer und verständnisvolle Gesprächspartner



Termine: donnerstags einmal pro Monat

26.03./ 23.04./ 21.05./ 25.05.2026

Weitere Termine erfragen sie bitte telefonisch

Uhrzeit: 18:30Uhr

Ansprechpartnerin: Ivonne Fröhlich (0170 3293614)

Selbsthilfegruppe– Osteoporose

Die Osteoporose Selbsthilfegruppe trifft sich wöchentlich um sportlich aktiv zu werden und sich auszutauschen.

Ansprechpartnerinnen:

Renate Pflögshörl, Tel.:03909/406842, bzw..

Gisela Neuschulz, Tel.:03909/2475

Termin: montags 15:00 Uhr wöchentlich

Gesprächskreis für Verwaiste Eltern

Ein Kind zu verlieren ist das schlimmste, was Eltern passieren kann. In diesem Kurs finden Betroffene Gehör und können sich über das Geschehene und Ihre Gefühle austauschen.

Ansprechpartnerin: Thekla Putzke, 039000/6611

Termine: donnerstags alle zwei Monate,
genaue Termine erfragen Sie telefonisch

Uhrzeit: 18.30 - 20.30 Uhr



Selbsthilfegruppe – Depression

Die Selbsthilfegruppe bietet Betroffenen einen Raum für Austausch und gegenseitige Unterstützung. Sie bietet die Möglichkeit des Erfahrungsaustausches und unterstützt beim Leben mit der Krankheit.

Ansprechpartnerin: Frau Anke Heidmann,

Tel.: 016096868716 (bitte vorher anmelden)

Termin: immer 1. Donnerstag im Monat,

Beginn: 19:00 Uhr

Selbsthilfegruppe Krebs

Die Gruppe ist für Menschen nach und während einer Krebserkrankung. Sie bietet die Möglichkeit des Austausches, der gegenseitigen Unterstützung und hilft den Alltag mit der Krankheit zu bewältigen

Ansprechpartnerin: Frau Bettina Tonn,

Tel.: 039080129106

(bitte vorher anmelden)

Termin: 1. Mittwoch
im Monat

Beginn: 15:00 Uhr



FÜR BABYS, KINDER UND FAMILIEN**Babymassage - Streicheleinheiten fürs Kind***

(für Babys im Alter ab 6 Wochen)

Berührt, gestreichelt und massiert werden, das ist Nahrung für das Kind, Nahrung, die genauso wichtig ist, wie Mineralien, Vitamine und Proteine; Nahrung, die Liebe ist. (Frédéric Leboyer)

Massage ist Liebe!

Babymassage kann man lernen!

Kursleiterin: Simone Behr,

Kursleiterin f. Babymassage

Termin: 5x Donnerstag ab 09.04.2026

Uhrzeit 9:30-11:00 Uhr

Gebühren: 40,00 €

Musikgarten Für Kinder von 1,5- 3 Jahren

Musikgarten – ist ein musikpädagogisches Konzept, das Kinder ab dem Säuglingsalter und deren Eltern zum gemeinsamen Musizieren anregt.

Durch musikalische Kinderspiele, Tänze und gemeinsames Singen können die Kinder zusammen mit ihren Eltern ohne vorgegebene Leistungserwartungen die eigene Stimme und ihren Körper entdecken und Freude daran haben.



Kursleiterin: Juliane Wende

Datum: Kurs 8x Mittwoch, 02.09.2026
(nicht in den Ferien)

Zeit: 16:00 Uhr (35-45min)

Gebühren: 52,00 €

Projekte für Kitas und Schulklassen

Bringen sie etwas Abwechslung in den Kita- oder Schulalltag und besuchen Sie die EFA. Ob kreativ, thematisch oder für ein besseres Miteinander, sprechen Sie uns an. Gerne bieten wir für Ihre Gruppe ein Vormittagsprojekt an.

DELFI® (für Babys im Alter ab 12 Wochen)*

*(Denken, Entwickeln, Lieben,
Fühlen, individuell) *



Mit DELFI® durch das erste Lebensjahr. In einer Gruppe von acht Müttern und/oder Vätern erhalten Sie als Eltern unterschiedliche Anregungen, um die Entwicklung Ihres Babys spielerisch zu begleiten. Bewegungsanregungen, Handling-techniken, Fingerspiele und Lieder sowie Materialien zum „Begreifen“ und Experimentieren aber auch der Austausch zu verschiedenen Themen sind Inhalte der DELFI Stunde. Die Kurse werden nach Geburtsdatum der Kinder zusammengestellt.

in Klötze

Kursleiterin: Antje Kampe, DELFI Gruppenleiterin
 Zeitrahmen: einmal wöchentlich, 60-90min
 Dauer: 10 Kurseinheiten
 Gebühren: 80,00 €

in Gardelegen

Kursleiterin: Stefanie Schwerin, DELFI
 Gruppenleiterin
 Zeitrahmen: einmal wöchentlich 60-90min
 Dauer: 10 Kurseinheiten
 Gebühren: 85,00€
 Ort: Gardelegen, Am Holzmarkt 17

Kinderyoga

Dieses neue Angebot ist für Kinder von 7-11 Jahren. Die zertifizierte Yogalehrerin zeigt den Kindern einfache Yogaübungen und fördert damit die Beweglichkeit und kräftigt die Muskulatur. Eine Entspannungsübung findet am Ende statt.

Leitung: Jñana Wolfsteller
 Uhrzeit: 16:10-ca. 17:00 Uhr
 Termine: Kurs 1 3x Donnerstag, ab 23.04.2026
 Gebühren: 24,00€
 Kurs 2 4x Donnerstag, ab 04.06.2026
 Gebühren: 32,00€

Paddelausflug

Der Paddelausflug ist ein Angebot für die ganze Familie. Abfahrt ist in die EFA-Klötze. Es wird gepaddelt, gepicknickt und je nach Möglichkeit auch gebadet. Dieses Jahr erkunden wir die Oker. Wir paddeln von Wolfenbüttel zum Braunschweiger Südsee.

Termin: Samstag, 20.06.2026

Treffen in der EFA 10:00 Uhr

Zurück in der EFA: ca. 17:30 Uhr

Kosten: erfragen sie bei Anmeldung

Zelten mit Papa

Packt die Zelte und die Taschenlampe ein und Kommt mit Papa, Opa, Onkel in die EFA.



Es gibt Stockbrot und Würstchen am Lagerfeuer, Peter Gütschow kommt zum Bogen schießen und es gibt eine kleine Nachtwanderung. Das Angebot endet mit einem gemeinsamen Frühstück.



Termin: Fr. 26.06.-Sa.27.06.26

Anreise Freitag 16:00 Uhr-

Abreise Samstag 11:00 Uhr

Kosten: Erw. 12,00€/ Kinder 8,00€

FERIENPROGRAMM IN DER EFA

Kinder ab dem Schulkindalter können in die EFA kommen. Von 9:30-12:00 Uhr wird gebastelt. 12:00 Uhr gibt es Mittagessen.

Insgesamt können die Kinder von 8:30-14:00 Uhr ihre Zeit in der EFA verbringen. (Handys bitte zu Hause lassen ;-)

Ansprechpartnerin: Simone Behr

Uhrzeit basteln: 9:30-12:00Uhr

Kosten Mittag: 3,00 € pro Tag

Kosten basteln: 1,50-3,50 € pro Tag

(für die Projektwoche fallen Sonderkosten an)

Osterferien: Mo 30.03.- Do 02.04.2026

Mo 30.März	Ei, Ei.... Osterei	3,00€
Di 31.März	upcycling mit Eierkarton	3,00€
Mi 1.April	kreativ mit wolle	3,00€
Do 2.April	Basteln mit Papierdraht	3,00€

Pfingstferien Mit 27.05.-Fr 29.05.2026**Sommerferien**

Woche Di 21.07.-Do 23.07.2026 Bastelangebot

Woche Mo 27.07.-31.07.2026 Bastelangebote

Woche Mo 10.08. - Fr 14.08.2026 Zirkuswoche
(geplant, Förderung beantragt, Änderungen vorbehalten) mit anschließendem

Sommerfest am 14.08.2025 (hier Auftritt der Kinder)**Zoofahrt nach Hannover für die ganze Familie**

Wir fahren mit einem gecharterten Linienbus nach Hannover in den Zoo, um dort Elefanten, Affen und weitere Tiere zu bestaunen. Der Zoo hat einen tollen Spielplatz und Plätze zum Verweilen.

Datum: Freitag 24.07.2026

Abfahrt/ Treffpunkt EFA: 9:00 Uhr

Ankunft EFA 19:00 Uhr

Kosten: Erwachsene: 19,00 €

Jugendliche (17-24 Jahre): 16,00 €

Kinder (3-16 Jahre): 14,00 €

Die Betreuung der Kinder erfolgt durch die Eltern.

Die Eltern entscheiden, ob die Kinder in Kleingruppen den Zoo alleine erkunden dürfen. (Bitte bei Anmeldung angeben und entsprechendes Formular mitgeben -siehe Internet)

REGELMÄßIGE VERANSTALTUNGEN:**Sitzgymnastik**

Es wird die Beweglichkeit, Kraft und Ausdauer trainiert. Die Übungen finden vorrangig im Sitzen statt.

Dienstag, 14:00 -15.00 Uhr

Kosten: 1,50€

Teilnahme nur mit Anmeldung!

Besuchen Sie die Sitzgymnastik und den Seniorentreff zahlen Sie 3,50€.

Seniorentreff*

Bei Kaffee und Kuchen können die Senioren klönen. Danach gibt es ein kleines Unterhaltungsangebot.

Dienstag ab 15:00 Uhr

Kosten: 2,50€

Teilnahme nur mit Anmeldung!

Besuchen Sie die Sitzgymnastik und den Seniorentreff zahlen Sie 3,50€.

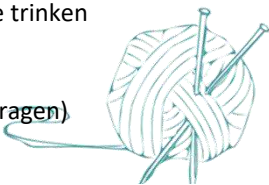
Handarbeitsgruppe „Woolfaden“*

In Gesellschaft stricken, häkeln und sticken und dabei gemütlich einen Kaffee oder Tee trinken

Montag, 15:00 – 18:00 Uhr

Kosten: 2,50€

(bitte telefonisch nachfragen)

**Mama/PapaBaby Frühstück**

Das Angebot ist für alle, die gerade frisch Eltern geworden sind oder bald Eltern werden. Das Baby kann im Wagen weiterschlafen oder auf den ausgelegten Matten spielen und die Eltern können sich an den gedeckten Tisch setzen, endlich mal wieder heißen Kaffee trinken und mit anderen ins Gespräch kommen.

Termine: Montag, 20.04./ 01.06.2026

Mittwoch, 19.08.2026

Kosten: 5,00 €

Uhrzeit: 9:00 – 11:30 Uhr,

Teilnahme nur mit Anmeldung!

Frauenfrühstück*

Hier können Frühaufsteherinnen gemütlich miteinander frühstücken und sich zu aktuellen Themen austauschen. Das Frauenfrühstück findet einmal monatlich statt.

Termine: Montag 09.03./ 13.04./
11.05./ 08.06./31.08.2026
Kosten: 5,00€
Uhrzeit: ab 9:00 – 11:30 Uhr,



Männerfrühstück

Beim gemeinsamen Frühstück kann Mann sich unterhalten, über aktuelle Themen austauschen und neue Leute kennenlernen. Das Männerfrühstück findet alle zwei Monate statt.

Termine: Montag 23.03./ 18.05.2026
Kosten: 5,00€
Uhrzeit: 9:00 – 11:30 Uhr,
Teilnahme nur mit Anmeldung!

Krabbelkäfergruppe/Spielkreis

Der Spielkreis ist eine offene Gruppe für Babys von 0-2 Jahren. Die Kinder spielen frei. Für die Begleitpersonen steht Kaffee und Tee bereit. Er findet wöchentlich an verschiedenen Orten statt. Bitte rufen Sie vorher kurz durch wenn sie teilnehmen möchten.

Wo: EFA-Klötze

Dienstag, 9:30 – 11:30 Uhr
Kosten: 2,00€
Teilnahme ohne Anmeldung!
Ansprechpartnerin Simone Behr über EFA



Wo: Gardelegen 📍 ; Gemeindezentrum, Aschberg 14
Dienstag 10:00-11:30 Uhr (vorher Fitness mit Baby möglich)

Kosten: 3,00 €
Ansprechpartnerin: Stefanie Schwerin; mobile
Familienbildung der EFA Tel: 01759946643

Sie möchten eine Krabbelgruppe in Ihrem Ort gründen?
Sprechen Sie uns an.

ANGEBOTE SPEZIELL FÜR ALLEINERZIEHENDE UND JUNGE FAMILIEN

Liebe Leser*innen, seit 2024 gibt es geförderte Angebote für Alleinerziehende und junge Familien. Als junge Familie gilt, wer mind. ein Kind bis maximal 11 Jahre hat oder selber noch unter 35 Jahre jung ist. gefördert werden die Angebote vom *GKV-Bündnis für Gesundheit in Sachsen-Anhalt* und finden im Rahmen des Projekts *"gesunde Eltern- starke Kinder"* statt. Die Eltern können zum Teil kostenlos oder sehr günstig Angebote für die eigene Gesundheit wahrnehmen. Sollten Sie nicht in diese Kategorie fallen und Interesse haben, sprechen Sie uns an, wir finden eine Lösung. Die Angebote sind so konzipiert, dass bei Bedarf eine Kinderbetreuung vorhanden ist oder die Kinder dabei sein können.

Hier ein Überblick über Angebote und Termine. Für genauere Informationen rufen Sie gerne durch, stöbern sie auf unserer Webseite oder halten sie Ausschau nach dem Sonderheft

MBSR – Mindfulness Based Stress Reduction –Raus aus der Stressspirale

In dem 8 Wochen MBSR-Kurs kann ein gesünderer Umgang mit Stress und den Herausforderungen des Lebens erlernt werden. Das Achtsamkeitstraining führt durch das Erfahren einer Praxis, die alle Aspekte des alltäglichen Lebens durchdringt, Schritt für Schritt zu mehr Stressresilienz, Gelassenheit und einer erhöhten Lebensqualität. Das Leben ist zu kurzweilig und kostbar, um länger zu verharren.

Referentin: Gloria Kison (MBSR-Lehrerin,
Kommunikationsgestalterin)

<https://alltagsinsel.net/>

Termine: Donnerstag 8x Beginn 02.04.2026

Tag der Achtsamkeit: Samstag 09.05., 10:00-16:00
Uhr

Uhrzeit: 18:30-21:00 Uhr

Kosten: 30,00 €

Familientreff

Einmal monatlich gibt es kostenlose Elterntreffs. Gemeinsames Kaffeetrinken, lockerer Austausch, wechselnde Angebote. Wir beginnen die Treffs mit kleinen Inputs zu verschiedenen Familienthemen:

Termin: donnerstags, 15:45-17:30 Uhr

Kursleiterinnen: abwechselnd Simone Behr,

Antje Kampe, Stefanie Schwerin

- 19.03.2026, Osterhäschen, Osterhas alles rund um Ostern
- 16.04.2026 endlich Frühling
- 21.05.2026 Bewegung tut gut
- 11.06.2026 Geschichten erzählen für jedermann
- 20.08.2026 Sommer, Sonne, Gartenschlauch
- 24.09.2026 Wir entdecken die Natur

Einfach Malen - den Alltag hinter sich lassen

Ein Angebot für Erwachsene, um im kreativen Tun den Alltag zu vergessen und den Kopf abzuschalten. Dabei sind keinerlei Vorkenntnisse nötig. Die Referentin bietet verschiedene Gestaltungsmöglichkeiten an. So können sich die Teilnehmer*innen beim Malen, Zeichnen, Schnipseln und Arbeiten mit Ton ausprobieren und Kraft für den Alltag schöpfen.“

Kursleiterin: Julia Kommerell

Termin: finden sie auf unserer Webseite

Kosten: 4,00€ pro Kurs

Natürliche Bewegungen - Natural Movement

Natural Movement ist ein Bewegungsangebot, welches auf die natürlichen Bewegungsmuster des Menschen beruht. Es werden sechs Bereiche geschult: Kraft, Beweglichkeit, Geschmeidigkeit, Achtsamkeit, Spaß und Körperbewusstsein.

Das Angebot ist sowohl für Anfänger als auch sehr bewegte Menschen geeignet.

Kursleiter: Jonas Lehmann

Termin: finden Sie auf unserer Webseite

Uhrzeit: 16:30-17:30 Uhr

Kosten: 2,00€ pro Termin (einzeln buchbar)

Bauch Beine Baby

Der 90-minütige Kurs ermöglicht Eltern, gemeinsam mit ihren Babys Sport zu machen.

Unter der Leitung von Sophie Willert, erwartet die

Teilnehmer*innen ein abwechslungsreiches Programm mit Krafttraining und Tanz.

Babys können aktiv dabei sein – sie werden getragen, spielen oder krabbeln im Raum. Teilnehmen können Eltern mit Babys ab 12 Wochen bis etwa 24 Monaten



Kursleiterin: Sophie Willert

Termin: 6x Montag, Beginn 27.04.2026

Zeit: 9:00 Uhr

Gebühren: kostenfrei

Gesund nach der Geburt

Die Geburt eines Babys stellt das eigene Leben auf den Kopf. Der Alltag verändert sich, die Prioritäten verschieben sich und die Zeit für sich selbst ist weniger. Da bleibt wenig Zeit, sich um die eigene Gesundheit zu kümmern. In diesem Kurs werden zuerst Übungen für die Fitness durchgeführt und danach können die Eltern ins Gespräch kommen. Ob der Alltag mit Baby oder die Veränderungen, die die Geburt mit sich bringt, ergeben sich die Themen aus den Interessen der Teilnehmenden. Die Babys sind bei diesem Kurs dabei.

Kursleiterin: Sophie Willert

Termin: 6x Montag, Beginn 27.04.2026

Zeit: 10:30 Uhr

Gebühren: kostenfrei

Auch in Gardelegen: Gemeindezentrum, Aschberg 14

Kursleitung: Sophie Willert und Stefanie Schwerin

Ansprechpartnerin: Stefanie Schwerin; mobile

Familienbildung der EFA Tel: 01759946643

Termin: 6x Dienstag, Beginn 28.04.2026

Uhrzeit: 9:00Uhr

Kosten: kostenfrei

Entspannung und Bewegungsgeschichten für die ganze Familie

In diesem Angebot erleben Mama und/oder Papa gemeinsam mit dem Kind wie es sich anfüllt in Bewegung zu sein und dann zu entspannen. Es kommen unter anderem Elemente aus dem Yoga zum Einsatz. Ziel ist es durch verschiedene Übungen den Stress abzubauen und dadurch auch entspannter im Alltag zu werden.

Das Angebot ist für Kinder von 4-7 Jahren zusammen mit mind. einem Elternteil.

Kursleiterin: Jñana Wolfsteller

Uhrzeit: 16:20-17:00 Uhr

Termine: 5x Dienstag, Beginn: 14.04.2026

kostenfrei

Gefördert mit Mitteln der gesetzlichen Krankenkassen nach §20a SGB V



ANGEBOTE DES KIRCHENGEMEINDEVERBANDES

Kinderkirche in der EFA

Angeleitet von Janett Altrichter (14-tägig)

1./2. Klasse 15 Uhr bis 16 Uhr.

3./4. Klasse 16.15 Uhr bis 17.15 Uhr (max.17.30 Uhr).

Termine:

Montag: 23.03./ 20.04./ 04.05./ 18.05./ 01.06./ 15.06./ 29.06.2026 Termine fürs neue Schuljahr werden Ende Juli bekannt gegeben

Weitere Termine in der EFA

Samstag: 13.06.2026 Mädchentag

Mo-Mi: 06.07.-08.07.2026 Projektwoche

Mittwoch: 11.11.2026 Martinstag

Samstag: 21.11.2026 Kinderbibeltag

Konfirmanden in der EFA

Samstag, 30.08.2025, 9:30-15:00 Uhr

Konfirmandentag

für alle Schüler*innen der 7. Klasse

Anmeldungen und Informationen bei Pfr. Ronald

Höpner Tel:

ANGEBOTE DER MOBILEN FAMILIENBILDUNG 📌

Ob Bildungsabend in Kita und Schule, Unterstützung bei Familienangeboten oder Gruppenangeboten in Ihrem Ort, wir kommen zu Ihnen. Die EFA hat seit 2024 die mobile Familienbildung, welche alles was in der EFA angeboten wird einfach auch in ihren Ort bringen kann Angebote der Mobilen Familienbildung sind in diesem Heft mit einem 📌 markiert.

Anhängerausleihe

Die EFA hat seit 2024 einen gut ausgestatteten Spieleanhänger, welcher für Feste und Feiern ausgeliehen werden kann. Er beinhaltet unter anderem eine Hüpfburg, Hüpfkissen, Riesenbausteine, Hüpftiere für Groß und Klein, Rieseenseifenblasenset, Spielesets und und und.

Neu dazugekommen sind Team- und Kooperationsspiele und eine 4m lange Wassermatschbahn. Der Verleih einzelner Inhalte ist möglich. Die Hüpfburg ist für die Einschulung 2026 bereits verliehen.

Ansprechpartnerin: Stefanie

Schwerin

Telefon/ Whatsapp: 0175 994

6643

Kostenbeispiele:

Hüpfburg 100€/Tag

Bausteine 50€/ Tag

Seifenblasenset 10€/ Tag

Die Preise sind exklusive

Lieferkosten!!



AUSBLICK!



KLEIDERBÖRSE

Am Samstag den
12.09.2026
von 9:00-12:30 Uhr

Kaffee, lecker Kuchen
und Würstchen
werden auf dem
Hof angeboten!

Es werden Baby- und
Kinderkleidung für
Herbst und Winter
und vieles mehr
für Babys, Kinder
und Schwangere
verkauft.

Nummernvergabe

am 17.08.2026
ab 16:00 Uhr

Direkt vor Ort!!! Nur wenige Nummern
telefonisch 03909 2715

Einlass ab 8:55Uhr,
Um Gedränge zu vermeiden werden
die Besucher in Etappen eingelassen
Fragen? Tel 039092715
Whats app: 015750421187
und auf Facebook

Viel Spaß beim
Stöbern und Finden
wünscht das
EFA Team



Für Jung und Alt

Weihnachtsfest

am Dienstag 15.12.2026 von
15:00-18:30 Uhr

kostenfrei

SONSTIGES UND GUT ZU WISSEN!

Geschenkgutscheine

Sie suchen eine originelle Geschenkidee? Dann wäre vielleicht ein Gutschein für die EFA das Richtige. Der Gutschein ist für alle Angebote innerhalb der EFA gültig ausgenommen die Kleiderbörse. Sprechen Sie uns an, wir beraten Sie gerne.

Freiwilligendienst in der EFA

Ob BFD oder FSJ, Menschen, die sich sozial engagieren möchte und gleichzeitig berufliche Erfahrungen sammeln möchten, können sich in der EFA für einen Freiwilligendienst bewerben. Interessiert? Sprechen Sie uns einfach an.

Unterstützung gesucht

Sie wollen unsere Einrichtung unterstützen? Zur Finanzierung des Hauses und der Angebote freuen wir uns über Geldspenden. Zur Pflege des Außengeländes und bei diversen Angeboten freuen wir uns über helfende Hände. Referenten und Kursleiter sind herzlich willkommen.

Social Media

Sie finden uns auf Facebook, auf Instagram und im Netz unter www.efa-klz.de

Damit Sie nichts mehr verpassen und als erstes informiert sind, abonnieren Sie auch unseren Whats App Kanal



EFA Webseite



EFA Whatsapp Kanal



EFA auf Instagramm

Kleingedrucktes

*Veranstaltungen, die mit einem * gekennzeichnet sind, werden durch die Evang. Erwachsenenbildung (eeb) Sachsen-Anhalt unterstützt.

Datenschutz

Wir weisen Sie hiermit darauf hin, dass bei telefonischer oder schriftlicher Anmeldung Ihre Daten aufgenommen und in unserem Kursordner festgehalten werden. Diese Daten stehen nur den Mitarbeitern der EFA sowie der jeweiligen Kursleitung zur Verfügung. Eine Weitergabe an Dritte erfolgt nicht. Mit Ihrer Anmeldung zum Kurs stimmen Sie der Speicherung und Weitergabe der Daten in genannter Form zu.

Finanzielle Unterstützung bei den Kursen

Viele unserer Kurse sind förderfähig. So kann man den einen oder anderen Kurs bei der Krankenkasse abrechnen. Auch das Bildung und Teilhabepaket kann bei manchen Angeboten wie zum Beispiel dem Ferienprogramm und bei Delfikursen genutzt werden. Sprechen Sie uns an. Wir helfen bei der Antragstellung. Sie möchten sich anmelden oder brauchen Informationen zu Angeboten und Kursen? Dann kontaktieren Sie uns.

Kontoinformationen

Zur Überweisung von Kursgebühren oder Spenden an die EFA nutzen Sie folgende Bankverbindung:

Empfänger: Ev. Kirchenkreis Salzwedel

Kreiskirchenamt Salzwedel

Bank: Sparkasse Altmark-West

IBAN: DE7881055553000004512

BIC: NOLADE21SAW

Verwendungszweck: RT 6431 SB 16

bitte immer angeben!! sowie Name und Kurs

Stickerfieber –bei uns können sie Sticker sammeln



Weitere Infos:

h <https://www.altmark.de/stickerfieber/>

SO FINDEN SIE UNS

EFA-Klötze, Oebisfelder Straße 37, 38486 Klötze
Plus Code für Google maps: **J5F4+8Q Klötze**



Eindrücke:



Hof mit Backofen



Großer Gruppenraum



Hüpfburg für 10 Kinder

PLATZ FÜR IHRE NOTIZEN

Ich interessiere mich für:

Noch anmelden:

Schon angemeldet:

Anmerkungen:

Wir freuen uns auf Ihren Besuch!
Das EFA Team

