



Foto: © Canva, Giovanni Seabra

Inklusive Bildungsangebote



Katholische Erwachsenenbildung
Bodenseekreis e.V.

Katharinenstraße 16
88045 Friedrichshafen
Telefon: 07541 3786072



www.keb-fn.de
E-Mail: info@keb-fn.de



Inklusive Veranstaltungen, die sich besonders gut
für das Miteinander von Menschen mit und ohne
Behinderung eignen.



Text entspricht den Kriterien für Leichte Sprache
und ist von Personen aus der Zielgruppe geprüft.



Online-Veranstaltung

Programm September 2025 – Februar 2026



kooperativ | ermutigend | sozial | situationsorientiert

Die Elternkurse von **Kess erziehen** setzen bei den Erfahrungen der Väter und Mütter an. Sie nutzen konkrete Erziehungssituationen der teilnehmenden Eltern, um deren Erziehungs- und Handlungskompetenz zu fördern.

Dabei geht es nicht um Patentrezepte, die immer und überall gültig sind, sondern um eine achtsame und respektvolle Haltung und um einen konsequenten Umgang miteinander.

Kess erziehen für Eltern: Kess Handicap



Infvormittag mit Brezelfrühstück

250927-2

Bei einem gemütlichen Brezelfrühstück in offener Atmosphäre lernen Sie das Kursprogramm Kess erziehen für Eltern mit Kindern mit Handicap kennen. Sie kommen mit anderen Eltern ins Gespräch und erhalten Impulse von der Kursleiterin: Was braucht es, um die individuellen Besonderheiten jedes Familienmitglieds annehmen zu können? Wie können Eltern eine Lebenssituation gestalten, die ganz anders ist als vielleicht erwartet? Wie findet eine Familie einen liebevollen Umgang aller ihrer Mitglieder – mit und ohne Handicap?

Samstag, 27.09.2025, 10:00 – 11:30 Uhr

mit Anett Fischer, Kess-Kursleiterin, Familienberaterin und Inklusionsbegleiterin

Friedrichshafen, Lebenshilfe Bodenseekreis, Margaretenstr. 41

Freiwilliger Beitrag willkommen – Richtwert 4 €

Veranstalter: keb FN in Kooperation mit Lebenshilfe Bodenseekreis

Anmeldung bis 25.09.25

Save the Date: Kursbeginn Kess Handicap
Online-Kurs (6 Abende), **22.06.2026**



Kess erziehen für Eltern: Kess Handicap

Kompaktseminar



251018

Kinder mit besonderen Bedürfnissen fordern Sie als Eltern auf eine individuelle Art und Weise. In diesem Kompaktseminar stärken Sie Ihr Selbstvertrauen und Ihre Erziehungskompetenz und erhalten Impulse für ein entspanntes, bereicherndes Miteinander. Tauschen Sie sich mit anderen Eltern in einem offenen, geschützten Raum aus: der Familienalltag, das Erziehungsgeschehen und die Beziehungsqualität stehen im Vordergrund, nicht das Handicap und die Therapieoptionen.

(3x) Samstag, 18.10., 08.11., 29.11.2025, 10:00 – 13:00 Uhr
mit Anett Fischer

Friedrichshafen, Lebenshilfe Bodenseekreis, Margaretenstr. 41

Beitragsfrei für Teilnehmer:innen aus dem Bodenseekreis über das Landesprogramm Stärke für Familien in besonderen Lebenslagen.

Für Anmeldungen aus anderen Landkreisen ohne Stärkeförderung 50 € pro Teilnehmer:in.

Veranstalter: keb FN in Kooperation mit Lebenshilfe Bodenseekreis
Anmeldung bis 16.10.25

Inklusive Frauengruppe

Inklusiv bedeutet: unsere Frauen-Gruppe besteht aus Frauen mit und ohne Behinderung.

Bei uns sind alle willkommen.

Wir reden über spannende Themen.

Zum Beispiel über:

unsere eigenen Stärken,

unsere Gefühle

und wie wir Grenzen setzen können.

Dazu machen wir Körper-Übungen

oder Entspannungs-Übungen.

Manchmal basteln wir auch zusammen.

Wir wollen zusammen Spaß haben.

Kommen Sie einfach vorbei.

Freitag, 26.09., 07.11.2025, 16:00 – 17:30 Uhr

mit Julia Liehner

Meckenbeuren, Lebensräume für Jung und Alt, Graf-Zeppelin-Str. 21

3 € pro Termin

Veranstalter: Stiftung Liebenau

Anmeldung bei Julia.Liehner@Stiftung-Liebenau.de



Zusammen im Glauben



Wir sind eine Gruppe von Christen
mit Behinderung und ohne Behinderung.

Uns verbindet unser Glaube.

Wir singen und feiern gerne.

Wir sprechen miteinander
über unseren Glauben.

Bei unseren Treffen

bekommen wir neue Anregungen.

Wir freuen uns über neue Teilnehmerinnen und Teilnehmer.

Kommen Sie einfach vorbei.

**Sonntag, 21.09., 12.10., 09.11., 14.12., 11.01., 08.02.2026,
15:00 – 17:00 Uhr**

mit Meinrad Bauer, Gemeindereferent, Seelsorger bei Menschen mit
Behinderung

Tett nang, Pavillon St. Anna-Quartier, Kaplaneiweg 8/1
Beitragsfrei

Veranstalter: Seelsorge bei Menschen mit Behinderung im Dekanat
Friedrichshafen in Kooperation mit keb FN

Informationen und Anmeldung bei Meinrad.Bauer@drs.de oder
telefonisch 07541 95299921

**Zu unseren Veranstaltungen laden wir Menschen
aller Konfessionen und Weltanschauungen ein,
Menschen mit und ohne Behinderung.**



**Katholische Erwachsenenbildung
Bodenseekreis e.V.**

Yoga kann jede:r



Hatha Yoga ist der körperorientierte Teil des Yoga und fördert die Harmonisierung der beiden Grundenergien in unserem System, der aktivierenden, wärmenden und der aufbauenden, kühlenden Energie. Hatha Yoga sagt, dass der Körper der Tempel der

Seele ist und als solcher gepflegt werden sollte, ohne ihn allerdings für das Wichtigste zu halten. Durch regelmäßiges Üben wird die Muskulatur gedehnt und gekräftigt.

Somit intensiviert sich auch das Gefühl für den eigenen Körper.

Bitte mitbringen: Matte, Decke, kleines Kissen, Handtuch, bequeme Kleidung und ein Getränk

Wichtig: Vor dem Kurs bitte nichts Schweres essen.

Kurs 1

250917YA3

(10x) Mittwoch, 17.09., 24.09., 01.10., 08.10., 15.10., 22.10., 05.11., 12.11., 19.11., 26.11.2025, 18:30 – 19:30 Uhr

Kurs 2

250917YB3

(10x) Mittwoch, 17.09., 24.09., 01.10., 08.10., 15.10., 22.10., 05.11., 12.11., 19.11., 26.11.2025, 19:45 – 20:45 Uhr

Kurs 3

260114YA1

(10x) Mittwoch, 14.01., 21.01., 28.01., 04.02., 11.02., 18.02., 25.02., 04.03., 11.03., 18.03.2026, 18:30 – 19:30 Uhr

Kurs 4

260114YB1

(10x) Mittwoch, 14.01., 21.01., 28.01., 04.02., 11.02., 18.02., 25.02., 04.03., 11.03., 18.03.2026, 19:45 – 20:45 Uhr

mit Editha Brinkmann

Friedrichshafen, Allmand-Treff, EG, Allmandstr. 18

70 € / erm. 60 € pro Kurs

Veranstalter: keb FN

Klettern für alle – für Menschen mit und ohne Beeinträchtigung



In unserer Kletter-Gruppe für Menschen mit und ohne Behinderung können Sie klettern lernen. Beim Klettern können Sie zusammen mit den anderen Teilnehmerinnen und Teilnehmern neue Erfahrungen machen.

Das sollten Sie mitbringen:

- Sport-Kleidung
- Turnschuhe
- ein Getränk und ein kleines Vesper

Samstag, 27.09., 25.10., 06.12.2025, 14.02.2026, 9:00 – 12:00 Uhr

mit Rebecca Renner

Friedrichshafen, DAV Kletterhalle, Vogelsangstr. 21/1

9 € / erm. 6 € pro Termin

Veranstalter: DAV Friedrichshafen in Kooperation mit keb FN

Anmeldung bis jeweils eine Woche vor dem Termin bei
R.Renner@dav-fn.de

Qi Gong – ein Weg zur Gesundheit

25173006



Qi Gong ist eine Methode, den eigenen Körper und Geist zu trainieren und zu pflegen. Durch Regulierung der Körperhaltung, Atemtechnik, Konzentration, Anwendung der Vorstellungskraft und spezieller Bewegungen entspannt man Körper und Geist und stärkt somit die Funktionen von Organismus und Psyche. Dieses Angebot gilt für Menschen mit und ohne Behinderung. Bitte mitbringen: Decke als Fußunterlage, bequeme Kleidung, eventuell warme Socken

**(5x) Montag, 06.10., 13.10., 20.10., 03.11., 10.11.2025,
19:00 – 21:00 Uhr**

mit Lucie Welz

Friedrichshafen, Kath. Gemeindehaus „Arche“ St. Columban,
Paulinenstr. 100

60 € / erm. 45 €

Staffelung der Kurskosten:

- bei 8 bis 9 Teilnehmenden: 85 €, erm. 65 €
- bei 10 bis 12 Teilnehmenden: 70 €, erm. 52,50 €
- bei 13 bis 15 Teilnehmenden: 60 €, erm. 45 €

Veranstalter: keb FN

Anmeldung bis 25.09.25

Kreative Bewegung, Tanz und Freude für Frauen – fein, kraftvoll, lebendig

251115-1



In einer offenen Gruppe von Frauen tanzen und spielen wir – wertschätzend und ohne Leistungsdruck. Ob neugierig oder einfach auszeitbedürftig: Herzlich willkommen sind alle Frauen – mit und ohne Vorkenntnissen, auch mit körperlichen Einschränkungen. Erleben Sie, wie Bewegung stärkt, verbindet und berührt.

Bitte mitbringen: Snack bei Bedarf und Getränk; Turnschuhe, rutschfeste Socken oder barfuß und bequeme Kleidung

Samstag, 15.11.2025, 15:00 – 17:00 Uhr

mit Christine Prinz, Jugend- und Heimerzieherin und Tanz- und Bewegungstherapeutin

Oberteuringen, Haus am Teuringer, Raum 2, Bachäckerstr. 7

20 € / erm. 15 €

Veranstalter: keb FN in Kooperation mit Gemeinwesen am Teuringer

Anmeldung bis 10.11.25

Gebärden lernen nach „Schau doch meine Hände an“



Grundkurs

251014



Eine eingeschränkte Kommunikation in der Lautsprache begegnet uns immer wieder – bei der Arbeit, beim Einkaufen, in der Beratung, im Bus. Menschen mit Behinderung, anderer Sprachherkunft oder mit Demenz wollen und können mit uns kommunizieren. Dabei helfen Gebärden aus der Gebärdensammlung „Schau doch meine Hände an“.

Gebärden sind eine körpereigene und damit immer verfügbare Kommunikationsform, die Menschen mit eingeschränkter Lautsprache in ihrer Kommunikation unterstützt.

(2x) Dienstag, 14., 21.10.2025, 18:00 – 19:30 Uhr

mit Roswitha Österle

**Friedrichshafen, Haus der Kirchlichen Dienste, Raum 202, 2. OG,
Katharinenstr. 16**

20 € / erm. 15 €

Veranstalter: keb FN in Kooperation mit Die Zieglerschen

Anmeldung bis 08.10.25