

# Angebote für Frauen

auch mit geringen Deutschkenntnissen  
in der Landeshauptstadt Saarbrücken  
und Umgebung

Stand  
August 2017



Liebe Frauen,

der Arbeitskreis Migrantinnen unter Federführung des Zuwanderungs- und Integrationsbüros hat ange-regt, Angebote für Frauen, die so konzipiert sind, dass auch Frauen mit geringen oder noch keinen Deutschkenntnissen sie wahrnehmen können, in einer Übersicht zusammenzustellen.

Diese Übersicht liegt nun vor. Ich würde mich freuen, wenn Sie passende Angebote für sich selbst oder aber für Frauen in Ihrer Umgebung darin finden. Den Einrichtungen und Initiativen, die sich so vielfältig für Frauen engagieren, danke ich herzlich für Ihre Arbeit!

Mit freundlichen Grüßen,

A handwritten signature in black ink that reads "Charlotte Britz".

Charlotte Britz  
Oberbürgermeisterin

## Inhalt

1.	Beratung	4
2.	Deutsch- und Integrationskurse	5
3.	Geselligkeit / Gesprächskreise / Kultur	9
4.	Schwangerschaft und Geburt / Mutter-Kind-Gruppen	13
5.	Sport / Frauenschwimmen	17

## 1. Beratung

**Anbieter: BürgerInnenZentrum Brebach**, Saarbrücker Straße 62, 66130 Saarbrücken,  
+49 681 87764, bzb@quarternet.de, www.diakonisches-werk-saar.de

### Sozialberatung

Ansprechpartner-/in: Stefan Ortleb, ☎ +49 681 9508325, ✉ s.ortleb@quarternet.de  
Ort: BZB, Saarbrücker Straße 62, 66130 Brebach  
Termine: montags bis freitags, 9 – 16 Uhr  
Teilnahmebeitrag: kostenfrei  
Deutschkenntnisse: keine, Übersetzungshilfen möglich (türkisch, arabisch)

**Anbieter: DAJC, Johannisstr. 13, 66111 Saarbrücken**  
+49 681 33275, info@dajc.de, www.dajc.de

### Beratung für arabischsprachige Frauen

Ansprechpartner-/in: Irene Krohn, ☎ +49 681 33275, ✉ info@dajc.de  
Ort: SOS Mütterzentrum, Seilerstr. 6, 66111 Saarbrücken  
Termine: freitags, 10.30 – 11.30 Uhr  
Teilnahmebeitrag: kostenfrei  
Deutschkenntnisse: keine

**Anbieter: Pädagogisch-Soziale Aktionsgemeinschaft e.V. (PÄDSAK)**, Rubensstr. 64,  
66119 Saarbrücken, +49 681 8590921, info@paedsak.de, www.paedsak.de

### Sozialberatung für Flüchtlinge

Ansprechpartner-/in: Reinhard Schmid, ☎ +49 681 85909-13  
Ort: PÄDSAK, Rubensstr. 64, 66119 Saarbrücken  
Termine: donnerstags, 17 – 19 Uhr  
Teilnahmebeitrag: kostenfrei  
Deutschkenntnisse: keine, Übersetzungshilfen möglich (arabisch, englisch)

## 2. Deutsch- und Integrationskurse

**Anbieter:** **BürgerInnenZentrum Brebach**, Saarbrücker Straße 62, 66130 Saarbrücken,  
+49 681 87764, bzb@quarternet.de, www.diakonisches-werk-saar.de

### Integrationskurs

Ansprechpartner/-in: Ulli Heß, ☎ +49 681 87764, ✉ u.hess@quarternet.de  
Ort: BZB, Saarbrücker Straße 62, 66130 Brebach  
Termine: montags bis freitags, 8.30 – 12.45 Uhr und 17.30 – 21 Uhr  
Teilnahmebeitrag: Kostenbefreiung möglich  
Deutschkenntnisse: keine

**Anbieter:** **Caritas-GWA Folsterhöhe**, Cafétass, Hirtenwies 4, 66117 Saarbrücken  
+49 681 56458, folschder-cafetass@quarternet.de, www.caritas-saarbruecken.de

### „Mama lernt Deutsch“-Kurs mit Kinderbetreuung

Ansprechpartner/-in: Karin Löwenbrück-Massonne, ☎ +49 681 56458, ✉ loewenbrueck-massonne-  
k@caritas-saarbruecken.de  
Ort: Folschder Cafétass, Hirtenwies 4, 66117 Saarbrücken  
Termine: dienstags und donnerstags, 9 – 11.30 Uhr  
Teilnahmebeitrag: 10 €  
Deutschkenntnisse: geringe

**Anbieter:** **DAJC**, Johannisstr. 13, 66111 Saarbrücken  
+49 681 33275, info@dajc.de, www.dajc.de

### Frauendeutschkurs mit Kinderbetreuung

Ansprechpartner/-in: Irene Krohn, ☎ +49 681 33275, ✉ info@dajc.de  
Ort: SOS Mütterzentrum, Seilerstr. 6, 66111 Saarbrücken  
Termine: mittwochs, 9 – 10.30 Uhr; donnerstags, 14 – 15.30 Uhr; freitags, 9 – 10.30 Uhr  
Teilnahmebeitrag: kostenfrei  
Deutschkenntnisse: keine

**Anbieter:** **Katholische Erwachsenenbildung (KEB) Saarbrücken**,  
Ursulinenstraße 67, 66111 Saarbrücken, + 49 681 9068-131, info@keb-saarbruecken.de

### Mama lernt Deutsch I

Ansprechpartner/-in: KEB: Michaela Collinet, ☎ +49 681 9068131, ✉ info@keb-saarbruecken.de  
Caritas Saarbrücken: Monika Paul, ☎ +49 681 30906-21  
Ort: Haus der Caritas, Johannisstr. 2, 66111 Saarbrücken  
Termine: dienstags, 9.15 – 11.30 Uhr  
Teilnahmebeitrag: kostenfrei  
Deutschkenntnisse: keine

### Mama lernt Deutsch II

Ansprechpartner/-in: KEB: Michaela Collinet, ☎ +49 681 9068131, ✉ info@keb-saarbruecken.de  
Caritas Saarbrücken: Monika Paul, ☎ +49 681 3090621  
Ort: Haus der Caritas, Johannisstr. 2, 66111 Saarbrücken  
Termine: dienstags und donnerstags, 9 – 11.15 Uhr  
Teilnahmebeitrag: kostenfrei  
Deutschkenntnisse: keine

### Mama lernt Deutsch (Anfänger)

Ansprechpartner/-in: KEB: Michaela Collinet, ☎ +49 681 9068131, ✉ info@keb-saarbruecken.de  
Karin Löwenbrück-Massonne, ☎ +49 681 56458  
Ort: Folschder Cafétass  
Termine: montags und donnerstags, 9 – 11.30 Uhr  
Teilnahmebeitrag: kostenfrei  
Deutschkenntnisse: keine

### Mama lernt Deutsch I

Ansprechpartner/-in: KEB: Michaela Collinet, ☎ +49 681 9068131, ✉ info@keb-saarbruecken.de  
KIEZ Dudweiler, ☎ +49 6897 7780122  
Ort: KIEZ Dudweiler, Standort Turmschule, Saarbrücker Str. 289, 66125 Saarbrücken  
Termine: montags und mittwochs, 9.30 – 11 Uhr  
Teilnahmebeitrag: kostenfrei  
Deutschkenntnisse: keine

### Mama lernt Deutsch II

Ansprechpartner/-in: KEB: Michaela Collinet, ☎ +49 681 9068131, ✉ info@keb-saarbruecken.de  
KIEZ Dudweiler, ☎ +49 6897 7780122  
Ort: KIEZ Dudweiler, Standort Turmschule, Saarbrücker Str. 289, 66125 Saarbrücken  
Termine: montags und mittwochs, 11.30 – 12.30 Uhr  
Teilnahmebeitrag: kostenfrei  
Deutschkenntnisse: keine

**Anbieter: Kinderhaus & GWA Völklingen**, Markstr. 15, 66333 Völklingen  
+49 6898-3090914, kinderhaus-voelklingen@caritas-saarbruecken.de,

### Mama lernt deutsch

Ansprechpartner/-in: Frau Gstöttner, ☎ +49 6898 3090914  
Ort: Kinderhaus Völklingen, Marktstraße 15, 66333 Völklingen  
Termine: dienstags und mittwochs, 9 – 11 Uhr  
Teilnahmebeitrag: kostenfrei  
Deutschkenntnisse: keine

**Anbieter: Kinder- und Elternbildungszentrum (KIEZ) Dudweiler**,  
Diakonisches Werk an der Saar, kiez-dudweiler@dwsaar.de,  
www.diakonisches-werk-saar.de

### Mama lernt Deutsch

Ansprechpartner/-in: Frau Meyer und Frau Lamb, ☎ +49 6897 7780122, ✉ kiez-dudweiler@dwsaar.de  
Ort: KIEZ Dudweiler, Saarbrücker Str. 289, 66125 Saarbrücken  
Termine: montags und mittwochs, vormittags  
Teilnahmebeitrag: kostenfrei  
Deutschkenntnisse: geringe

**Anbieter:** **Netzwerk ANKOMMEN**, Nauwieser Straße 52, 66111 Saarbrücken  
+49 681 3799-264, kontakt@ankommen-saarland.de

### Deutschkurse für Frauen

Ansprechpartner/-in: Frau Gravelaar, Frau Weiss, ☎ +49 681 3799-264,  
✉ kontakt@ankommen-saarland.de, 🌐 www.ankommen-saarland.de  
Ort: Hasenstraße 2, Jugendraum im ev. Kindergarten, 66126 Saarbrücken-Altenkessel  
Termine: mittwochs, 16 – 17.30 Uhr und donnerstags, 16 – 17.30 Uhr  
Teilnahmebeitrag: kostenfrei  
Deutschkenntnisse: keine

### Deutschkurse für Frauen mit Kinderbetreuung

Ansprechpartner/-in: Frau Gravelaar, Frau Weiss, ☎ +49 681 3799-264,  
✉ kontakt@ankommen-saarland.de, 🌐 www.ankommen-saarland.de  
Ort: Burbach, Hochstraße 94  
Termin: mittwochs, 16 – 17.30 Uhr  
Ort: Hauptstraße 67, Ev. Gemeindehaus, 66127 Saarbrücken-Klarenthal  
Termine: montags und donnerstags, 10 – 11.30 Uhr (Alphabetisierung)  
dienstags und freitags, 10 – 11.30 Uhr (Anfänger)  
Teilnahmebeitrag: kostenfrei  
Deutschkenntnisse: keine

**Anbieter:** **Pädagogisch-Soziale Aktionsgemeinschaft e.V. (PÄDSAK)**, Rubensstr. 64,  
66119 Saarbrücken, +49 681 8590921, info@paedsak.de, www.paedsak.de

### Deutschkurse

Ansprechpartner/-in: Ricarda Remmlinger, ☎ +49 681 85909-35  
Ort: Rubensstr. 64, 66119 Saarbrücken  
Termine: nach Absprache  
Teilnahmebeitrag: kostenfrei  
Deutschkenntnisse: keine

**Anbieter:** **Stadtteilbüro Alt-Saarbrücken**, Gersweilerstraße 7, 66117 Saarbrücken  
GWA-AltSaarbruecken@quarternet.de

### Deutsch lernen - Niedrigschwelliges Angebot für Migrantinnen mit keinen bzw. wenig Deutschkenntnissen

Ansprechpartner/-in: Bettina Caspers-Selzer, ☎ +49 681 51252, ✉ b.caspers-selzer@quarternet.de  
Ort: Stadtteilbüro Alt-Saarbrücken, Gersweilerstraße 7, 66117 Saarbrücken  
Termin: donnerstags, 8.30 – 11.30 Uhr  
Teilnahmebeitrag: kostenfrei  
Deutschkenntnisse: keine

### Integrationsangebot für Frauen mit Kinderbetreuung

Ansprechpartner/-in: Bettina Caspers-Selzer, ☎ +49 681 51252, ✉ b.caspers-selzer@quarternet.de  
Ort: Stadtteilbüro Alt-Saarbrücken, Gersweilerstraße 7, 66117 Saarbrücken  
Termin: donnerstags, 15 – 18 Uhr  
Teilnahmebeitrag: kostenfrei  
Deutschkenntnisse: keine

**Anbieter:** **Stadtteilbüro Malstatt/KIBIZ Malstatt**, Breite Str. 63, 66115 Saarbrücken  
Tel. +49 681 94735-0, [sbm@quarternet.de](mailto:sbm@quarternet.de)

#### Deutschkurs mit Kinderbetreuung

Ansprechpartner-/in: Frau Witkowska, ☎ +49 681 4163000, ✉ [kibiz-malstatt@dwsaar.de](mailto:kibiz-malstatt@dwsaar.de)  
Ort: KIBIZ Malstatt, St. Josefstr. 11, 66115 Saarbrücken  
Termine: montags, ab 10.30 Uhr  
Teilnahmebeitrag: kostenfrei  
Deutschkenntnisse: keine

#### Konversationskurs

Ansprechpartner-/in: Frau Witkowska, ☎ +49 681 4163000, ✉ [kibiz-malstatt@dwsaar.de](mailto:kibiz-malstatt@dwsaar.de)  
Ort: KIBIZ Malstatt, St. Josefstr. 11, 66115 Saarbrücken  
Termine: montags, ab 9.30 Uhr  
Teilnahmebeitrag: kostenfrei  
Deutschkenntnisse: keine



### 3. Geselligkeit / Gesprächskreise / Kultur

**Anbieter:** **BürgerInnenZentrum Brebach**, Saarbrücker Straße 62, 66130 Saarbrücken,  
+49 681 87764, bzb@quarternet.de, www.diakonisches-werk-saar.de

#### Monatsgruppe für ältere Damen

Ansprechpartner/-in: Sevdiye Erbay, ☎ +49 681 87764, ✉ bzb@quarternet.de  
Ort: BZB, Saarbrücker Straße 62, 66130 Brebach  
Termine: montags, 15 – 18 Uhr  
Teilnahmebeitrag: kostenfrei  
Deutschkenntnisse: keine

#### Mittagstisch für Senioren/-innen

Ansprechpartner/-in: Dagmar Schackmann, ☎ +49 681 9508325, ✉ d.schackmann@quarternet.de  
Ort: BZB, Saarbrücker Straße 62, 66130 Brebach  
Termine: montags, 12 – 14 Uhr  
Teilnahmebeitrag: 4 €  
Deutschkenntnisse: keine

#### Interkulturelles Frauenfrühstück

Ansprechpartner/-in: Emine Kulaksis, ☎ +49 681 87764, ✉ bzb@quarternet.de  
Ort: BZB, Saarbrücker Straße 62, 66130 Brebach  
Termine: mittwochs, 9.30 - 12 Uhr  
Teilnahmebeitrag: 2,50 €  
Deutschkenntnisse: keine

#### Chorprojekt Stimmenvielfalt - Interkultureller Chor

Ansprechpartner/-in: Ulli Heß, ☎ +49 681 87764, ✉ u.hess@quarternet.de  
Ort: BZB, Saarbrücker Straße 62, 66130 Brebach  
Termine: dienstags, 14tägig, 17 – 19 Uhr  
Teilnahmebeitrag: freiwilliger Spendenbeitrag  
Deutschkenntnisse: geringe

#### Kultur- und Lesetreff Brebach – Mittagstisch für Frauen

Ansprechpartner/-in: Ingrid Bill, ☎ +49 681 872641, ✉ i.bill@quarternet.de  
Ort: BZB, Saarbrücker Straße 62, 66130 Brebach  
Termine: mittwochs, 12 – 14 Uhr  
Teilnahmebeitrag: 3 €  
Deutschkenntnisse: keine

#### Kultur- und Lesetreff Brebach – Bücherausleihe und Lese-Café

Ansprechpartner/-in: Ingrid Bill, ☎ +49 681 872641, ✉ i.bill@quarternet.de  
Ort: BZB, Saarbrücker Straße 62, 66130 Brebach  
Termine: Dienstag, 10 – 18 Uhr; Mittwoch 10 – 16 Uhr; Freitag 10 – 15 Uhr  
Teilnahmebeitrag: Jahresbeitrag 7 €  
Deutschkenntnisse: auch türkischsprachige Literatur vorhanden

#### Kultur- und Lesetreff Brebach – Kulturfrühstück

Ansprechpartner/-in: Ingrid Bill, ☎ +49 681 872641, ✉ i.bill@quarternet.de  
Ort: BZB, Saarbrücker Straße 62, 66130 Brebach  
Termine: erster Montag im Monat, 9.30 – 12 Uhr  
Teilnahmebeitrag: 3,50 €  
Deutschkenntnisse: geringe

**Anbieter: DAJC, Johannisstr. 13, 66111 Saarbrücken**  
+49 681 33275, info@dajc.de, www.dajc.de

#### Frauengesprächskreis

Ansprechpartner/-in: Saida Abadar-Azouagh, ☎ +49 681 30140773, ✉ frauenbewegung@dajc.de  
Ort: DAJC, Johannisstr. 13, 66111 Saarbrücken  
Termine: samstags, 10 – 13 Uhr  
Teilnahmebeitrag: kostenfrei  
Deutschkenntnisse: keine

#### Mädchenarbeit (Beratung und Freizeitgestaltung)

Ansprechpartner/-in: Daniela Ciccolini, ☎ +49 681 33275, ✉ peperona@dajc.de  
Ort: DAJC, Johannisstr. 13, 66111 Saarbrücken  
Termine: montags: Mädchentag, dienstags-freitags: Beratung im Jugendclub, 14.30 – 19 Uhr  
Teilnahmebeitrag: kostenfrei  
Deutschkenntnisse: keine

**Anbieter: Evangelische Familienbildungsstätte, Mainzer Straße 269, 66121 Saarbrücken**  
+49 681 61348, fambild-sb@dwsaar.de, www.familienbildung-saar.de

#### Nähkurse

Ansprechpartner/-in: ☎ +49 681 61348, ✉ fambild-sb@dwsaar.de, 🌐 www.familienbildung-saar.de  
Ort: Evangelische Familienbildungsstätte, Mainzer Straße 269, 66121 Saarbrücken  
Termine: auf Nachfrage  
Teilnahmebeitrag: 67 € für 10 Termine  
Deutschkenntnisse: geringe

**Anbieter: FrauenGenderBibliothek Projekt „Mentoring Netzwerk für Migrantinnen“,**  
Großherzog-Friedrich-Str. 111, 66121 Saarbrücken,  
+49 681 9388023, minet-saar@frauengenderbibliothek-saar.de  
www.frauengenderbibliothek-saar.de

#### „Offener Treff“ Konversationskurs und Kennen lernen des Mentoring Projekts

Ansprechpartner/-in: Iulia Fricke, ☎ +49 681 9388024, ✉ minet-saar@frauengenderbibliothek-saar.de  
Ort: FrauenGenderBibliothek Saar, Großherzog-Friedrich-Str. 111, 66121 Saarbrücken  
Termine: erster Mittwoch im Monat  
Teilnahmebeitrag: kostenlos  
Deutschkenntnisse: B1-Niveau erwünscht

**Anbieter: Gemeinwesenarbeit (GWA) Burbach, Bergstraße 6, 66115 Saarbrücken**  
+49 681 761950, gemeinwesenarbeit-burbach@caritas-saarbruecken.de,  
www.caritas-saarbruecken.de und www.dwsaar.de

#### Kunst-Kurs „Filografie“

Ansprechpartner/-in: Emine Isgören, ☎ +49 681 7619528, ✉ emine-isgoeren@dwsaar.de  
Ort: GWA Burbach, „Haltestelle“  
Termin: mittwochs, ab 17 Uhr  
Teilnahmebeitrag: evtl. Materialkosten  
Deutschkenntnisse: keine erforderlich

### Interkultureller Frauentreff

Ansprechpartner/-in: Emine Isgören, ☎ +49 681 7619528, ✉ emine-isgoeren@dwsaar.de  
Ort: GWA Burbach, „Haltestelle“, Bergstraße 6, 66115 Saarbrücken  
Termin: jeden Mittwoch (außer Fastenmonat)  
Teilnahmebeitrag: 2,- € offenes Buffet  
Deutschkenntnisse: keine erforderlich

**Anbieter: Kinderhaus & GWA Völklingen**, Markstr. 15, 66333 Völklingen  
+49 6898-3090914, kinderhaus-voelklingen@caritas-saarbruecken.de,

### Frauenfrühstück

Ansprechpartner/-in: Frau Dispoto/ Frau Schneider, ☎ +49 6898 3090914  
Ort: Kinderhaus VK, Marktstraße 15, 66333 Völklingen  
Termine: letzter Donnerstag im Monat  
Teilnahmebeitrag: kostenlos  
Deutschkenntnisse: keine (Übersetzung möglich)

**Anbieter: Pädagogisch-Soziale Aktionsgemeinschaft e.V. (PÄDSAK)**, Rubensstr. 64,  
66119 Saarbrücken, +49 681 8590921, info@paedsak.de, www.paedsak.de

### Treff am Donnerstag für Flüchtlinge

Ansprechpartner/-in: Eva Jung, ☎ +49 681 8590921, ✉ e.jung@quarternet.de  
Ort: Rubensstr. 64, 66119 Saarbrücken  
Termine: donnerstags, 17 – 19 Uhr  
Teilnahmebeitrag: kostenfrei  
Deutschkenntnisse: keine, Übersetzungshilfen möglich

### Laden für gespendete Waren

Ansprechpartner/-in: Jutta Knauf, ☎ +49 681 85909-41, Ursula Becker-Pinkle, ☎ +49 681 85909-22  
Ort: Lehmkaulweg 52b, 66119 Saarbrücken  
Termine: dienstags, 10 – 12 Uhr und donnerstags, 16 – 18 Uhr  
Teilnahmebeitrag: kostenfrei  
Deutschkenntnisse: keine, Übersetzungshilfen möglich (arabisch, englisch)

**Anbieter: Stadtbibliothek Saarbrücken**, Gustav-Regler-Platz 1, 66111 Saarbrücken  
+49 681 905 2200, stadtbibliothek-sb@saarbruecken.de,  
www.stadtbibliothek.saarbruecken.de

### Tour durch die Stadtbibliothek

Ansprechpartner/-in: Cornelia Franz, ☎ +49 681 905-1219, ✉ cornelia.franz@saarbruecken.de  
Ort: Stadtbibliothek Saarbrücken, Gustav-Regler-Platz 1, 66111 Saarbrücken  
Termine: individuell nach Absprache  
Teilnahmebeitrag: kostenfrei  
Deutschkenntnisse: geringe

### Café Biblio

Ansprechpartner/-in: Andrea Bock, ☎ +49 681 905-1295, ✉ andrea.bock@saarbruecken.de  
Ort: Stadtbibliothek Saarbrücken, Gustav-Regler-Platz 1, 66111 Saarbrücken  
Termine: zweimal monatlich jeweils montags  
Teilnahmebeitrag: kostenfrei  
Deutschkenntnisse: keine / geringe

### Medien zum Deutsch Lernen

Ansprechpartner-/in: [www.stadtbibliothek.saarbruecken.de](http://www.stadtbibliothek.saarbruecken.de), ☎ +49 681 905-2200  
Ort: Stadtbibliothek Saarbrücken, Gustav-Regler-Platz 1, 66111 Saarbrücken  
Termine: dienstags-freitags, 10 – 19 Uhr; samstags, 10 – 14 Uhr  
Teilnahmebeitrag: Nutzung vor Ort, WLAN und Internetarbeitsplätze, Ausleihe für Personen unter 18 oder mit Sozialcard kostenfrei, Gebühr für Ausdrucke/Kopien  
Deutschkenntnisse: keine

### Medien für Kinder und Jugendliche

Ansprechpartner-/in: [www.stadtbibliothek.saarbruecken.de](http://www.stadtbibliothek.saarbruecken.de), ☎ +49 681 905-1293  
Ort: Stadtbibliothek Saarbrücken, Gustav-Regler-Platz 1, 66111 Saarbrücken  
Termine: dienstags-freitags, 10 – 19 Uhr; samstags, 10 – 14 Uhr  
Teilnahmebeitrag: Nutzung vor Ort, WLAN und Internetarbeitsplätze, Ausleihe für Kinder und Jugendliche bis 18 kostenfrei  
Deutschkenntnisse: keine

**Anbieter:** **Tageszentrum „Teekessel“ Völklingen**, Hofstattstraße 85,  
66333 Völklingen, +49 6898 24825, [umolter@lvsaarland.awo.org](mailto:umolter@lvsaarland.awo.org)

### Koch-, Backkurse, Gesprächskreise, Freizeitangebote

Ansprechpartner-/in: Frau Molter, ☎ +49 6898 24825  
Ort: Teekessel, Hofstattstr. 85, 66333 Völklingen  
Termine: montags-mittwochs, 9 – 16 Uhr; donnerstags, 9 – 13 Uhr (nur Kochgruppe)  
Teilnahmebeitrag: verschiedene Beiträge für Koch- und Backkurse  
Deutschkenntnisse: geringe (Übersetzung türkisch, kurdisch über andere Teilnehmer/-innen möglich)

**Anbieter:** **Verband alleinerziehender Mütter, und Väter (VAMV)**, Gutenbergstr. 2a,  
66117 Saarbrücken, +49 681 33446, [info@vamv-sb.de](mailto:info@vamv-sb.de), [www.vamv.de/](http://www.vamv.de/)

### Elterncafé mit Kinderbetreuung: Geselligkeit, Gespräche, Erfahrungsaustausch

Ansprechpartner-/in: Jürgen Pabst, ☎ 0176 54511077, ✉ [info@vamv-sb.de](mailto:info@vamv-sb.de)  
Ursel Theres, ☎ +49 681 79786  
Ort: Gutenbergstr. 2a, 66117 Saarbrücken  
Termine: mittwochs 16 – 18 Uhr  
Teilnahmebeitrag: kostenlos  
Deutschkenntnisse: geringe bis keine

### Sonntagsfrühstück mit anschließendem Ausflug

Ansprechpartner-/in: Jürgen Pabst, ☎ 0176/54511077, ✉ [info@vamv-sb.de](mailto:info@vamv-sb.de)  
Ursel Theres, ☎ +49 681 79786  
Ort: Gutenbergstr. 2a, 66117 Saarbrücken  
Termine: 1. und 3. Sonntag im Monat ab 11 Uhr  
Teilnahmebeitrag: kostenlos  
Deutschkenntnisse: geringe bis keine

## 4. Schwangerschaft und Geburt / Mutter-Kind-Gruppen

**Anbieter:** **BürgerInnenZentrum Brebach**, Saarbrücker Straße 62, 66130 Saarbrücken,  
+49 681 87764, bzb@quarternet.de, www.diakonisches-werk-saar.de

### Babyclub

Ansprechpartner/-in: Tamara Gotzmann, ☎ +49 681 9508327, ✉ t.gotzmann@quarternet.de  
Ort: Kinderhaus, Riesenstraße 7, 66130 Brebach  
Termine: montags, 9.30 – 11 Uhr  
Teilnahmebeitrag: kostenfrei  
Deutschkenntnisse: keine

### Krabbelgruppe

Ansprechpartner/-in: Iris Dettweiler, ☎ +49 681 87764, ✉ bzb@quarternet.de  
Ort: BZB, Saarbrücker Straße 62, 66130 Brebach  
Termine: freitags, 9.30 – 11.30 Uhr  
Teilnahmebeitrag: kostenfrei  
Deutschkenntnisse: keine

### Familienbildungsprogramme Opstapje und HIPPY

Ansprechpartner/-in: Dagmar Schackmann, ☎ +49 681 9508325, ✉ d.schackmann@quarternet.de  
Ort: BZB, Saarbrücker Straße 62, 66130 Brebach  
Termine: nach Terminvereinbarung  
Teilnahmebeitrag: kostenfrei  
Deutschkenntnisse: keine

### Spiel- und Lerngruppe für Flüchtlingsfrauen mit Kleinkindern

Ansprechpartner/-in: Ulli Heß, ☎ +49 681 87764, ✉ u.hess@quarternet.de  
Ort: BZB, Saarbrücker Straße 62, 66130 Brebach  
Termine: mittwochs und donnerstags, 9.30 – 11.30 Uhr  
Teilnahmebeitrag: kostenfrei  
Deutschkenntnisse: keine

**Anbieter:** **Caritas-GWA Folsterhöhe**, Cafétass, Hirtenwies 4, 66117 Saarbrücken  
+49 681 56458, folschder-cafetass@quarternet.de, www.caritas-saarbruecken.de

### Spielkreis für Mütter mit Kindern unter 3 Jahren

Ansprechpartner/-in: Karin Löwenbrück-Massonne, ☎ +49 681 56458, ✉ loewenbrueck-massonne-  
k@caritas-saarbruecken.de  
Ort: Spielzimmer der freien evangelischen Gemeinde im Gemeindezentrum, Hirtenwies 46,  
66117 Saarbrücken  
Termine: montags, 10 – 11.30 Uhr  
Teilnahmebeitrag: kostenfrei  
Deutschkenntnisse: keine, Sprachmittlerin für arabisch vorhanden

**Anbieter:** **Evangelische Familienbildungsstätte**, Mainzer Straße 269,  
66121 Saarbrücken, +49 681 61348, fambild-sb@dwsaar.de, www.familienbildung-saar.de

### Geburtsvorbereitungs- und Rückbildungskurse

Ansprechpartner/-in: ☎ +49 681 61348, ✉ fambild-sb@dwsaar.de, 🌐 www.familienbildung-saar.de  
Ort: Evangelische Familienbildungsstätte, Mainzer Straße 269, 66121 Saarbrücken  
Termine: auf Nachfrage  
Teilnahmebeitrag: kostenfrei  
Deutschkenntnisse: geringe

### Hatha-Yoga für Schwangere

Ansprechpartner/-in: ☎ +49 681 61348, ✉ fambild-sb@dwsaar.de, 🌐 www.familienbildung-saar.de  
Ort: Evangelische Familienbildungsstätte, Mainzer Straße 269, 66121 Saarbrücken  
Termine: auf Nachfrage  
Teilnahmebeitrag: 88 € für 8 Termine (Krankenkassenzuschuss möglich)  
Deutschkenntnisse: geringe

### Elternkurs „Das Baby verstehen“

Ansprechpartner/-in: ☎ +49 681 61348, ✉ fambild-sb@dwsaar.de, 🌐 www.familienbildung-saar.de  
Ort: Evangelische Familienbildungsstätte, Mainzer Straße 269, 66121 Saarbrücken  
Termine: auf Nachfrage  
Teilnahmebeitrag: 20 € (kein Beitrag bei geringem Einkommen)  
Deutschkenntnisse: geringe

### PEKip: Prager-Eltern-Kind-Programm

Ansprechpartner/-in: ☎ +49 681 61348, ✉ fambild-sb@dwsaar.de, 🌐 www.familienbildung-saar.de  
Ort: Evangelische Familienbildungsstätte, Mainzer Straße 269, 66121 Saarbrücken  
Termine: auf Nachfrage  
Teilnahmebeitrag: 90 € für 11 Treffen und ein Familien-Wochenende  
Deutschkenntnisse: geringe

### Musikgarten – Gemeinsam musizieren mit Eltern und Kindern im Krippenalter

Ansprechpartner/-in: ☎ +49 681 61348, ✉ fambild-sb@dwsaar.de, 🌐 www.familienbildung-saar.de  
Ort: Mainzer Straße 269, 66121 Saarbrücken  
Termine: auf Nachfrage  
Teilnahmebeitrag: 43 bzw. 47 € für 8 Termine  
Deutschkenntnisse: geringe

**Anbieter: Gemeinwesenarbeit (GWA) Burbach**, Bergstraße 6, 66115 Saarbrücken  
+49 681 761950, gemeinwesenarbeit-burbach@caritas-saarbruecken.de,  
www.caritas-saarbruecken.de und www.dwsaar.de

### Baby-Club

Ansprechpartner/-in: Petra Junk, ☎ +49 681 7619525, ✉ petra-junk@dwsaar.de  
Ort: GWA Burbach, 1. Stock, Bergstraße 6, 66115 Saarbrücken  
Termin: mittwochs, 11 – 12.30 Uhr  
Teilnahmebeitrag: kostenfrei  
Deutschkenntnisse: keine erforderlich

### Musikgarten

Ansprechpartner/-in: Petra Junk, ☎ +49 681 7619525, ✉ petra-junk@dwsaar.de  
Ort: Kita St. Eligius, Aachener Str. 32, 66115 Saarbrücken  
Termin: dienstags, 14.45 – 15.45 Uhr  
Teilnahmebeitrag: kostenfrei  
Deutschkenntnisse: keine erforderlich

**Anbieter:** **Kinderhaus & GWA Völklingen**, Markstr. 15, 66333 Völklingen  
+49 6898-3090914, kinderhaus-voelklingen@caritas-saarbruecken.de,

#### Babyclub

Ansprechpartner/-in: Frau Gstöttner, ☎ +49 6898 3090914  
Ort: Kinderhaus Völklingen, Marktstraße 15, 66333 Völklingen  
Termine: donnerstags, 9.30 – 11 Uhr  
Teilnahmebeitrag: kostenlos  
Deutschkenntnisse: geringe

#### Krabbelgruppe

Ansprechpartner/-in: Frau Gstöttner, ☎ +49 6898 3090914  
Ort: Kinderhaus Völklingen, Marktstraße 15, 66333 Völklingen  
Termine: dienstags und mittwochs, 9.30 – 11 Uhr  
Teilnahmebeitrag: kostenlos  
Deutschkenntnisse: geringe

**Anbieter:** **Kinder- und Elternbildungszentrum (KIEZ) Dudweiler**,  
Diakonisches Werk an der Saar, kiez-dudweiler@dwsaar.de,  
www.diakonisches-werk-saar.de

#### Elternkindturnen

Ansprechpartner/-in: ☎ +49 6897 7780130, ✉ kiez-dudweiler-koordination@dwsaar.de  
Ort: KIEZ Dudweiler, Saarbrücker Str. 289, 66125 Saarbrücken  
Termine: montags, 14 – 15 Uhr  
Teilnahmebeitrag: kostenfrei  
Deutschkenntnisse: keine / geringe

#### Babyclub

Ansprechpartner/-in: ☎ +49 6897 7780130, ✉ kiez-dudweiler-koordination@dwsaar.de  
Ort: KIEZ Dudweiler, Am Markt 115, 66125 Saarbrücken  
Termine: dienstags, 9.30 – 11 Uhr  
Teilnahmebeitrag: kostenfrei  
Deutschkenntnisse: keine / geringe

#### Elterncafe

Ansprechpartner/-in: ☎ +49 6897 7780130, ✉ kiez-dudweiler-koordination@dwsaar.de  
Ort: KIEZ Dudweiler, Am Markt 115, 66125 Saarbrücken  
Termine: jeden dritten Mittwoch im Monat, 10 – 11.30 Uhr  
Teilnahmebeitrag: kostenfrei  
Deutschkenntnisse: keine / geringe

#### Spielkreis

Ansprechpartner/-in: ☎ +49 6897 7780130, ✉ kiez-dudweiler-koordination@dwsaar.de  
Ort: KIEZ Dudweiler, Am Markt 115, 66125 Saarbrücken  
Termine: donnerstags, 10 – 11.30 Uhr  
Teilnahmebeitrag: kostenfrei  
Deutschkenntnisse: keine / geringe

**Anbieter:** **Pädagogisch-Soziale Aktionsgemeinschaft e.V. (PÄDSAK)**, Rubensstr. 64,  
66119 Saarbrücken, +49 681 8590921, info@paedsak.de, www.paedsak.de

#### Angebote der frühen Förderung und Bildung

(für 0-3 Jährige und ihre Eltern)

Ansprechpartner/-in: Jutta Knauf, ☎ +49 681 85909-41, Eva Jung, ☎ +49 681 85909-21  
Ort: Rubenstr. 64, 66119 Saarbrücken  
Termine: montags bis freitags, 10 – 12 Uhr  
Teilnahmebeitrag: kostenfrei  
Deutschkenntnisse: keine, Übersetzungshilfen möglich (arabisch, englisch)

#### Eltern und Kinder lernen spielend deutsch

Ansprechpartner/-in: Ricarda Remmlinger, ☎ +49 681 85909-35  
Ort: Rubensstr. 64, 66119 Saarbrücken  
Termine: donnerstags, 17 – 19 Uhr  
Teilnahmebeitrag: kostenfrei  
Deutschkenntnisse: keine, Übersetzungshilfen möglich (arabisch, englisch)

**Anbieter:** **Stadtbibliothek Saarbrücken**, Gustav-Regler-Platz 1, 66111 Saarbrücken  
+49 681 905 2200, stadtbibliothek-sb@saarbruecken.de,  
www.stadtbibliothek.saarbruecken.de

#### Vorlesereihe für Kinder „Bilderbuchschatz“

Ansprechpartner/-in: www.stadtbibliothek.saarbruecken.de  
Ort: Stadtbibliothek Saarbrücken, Gustav-Regler-Platz 1, 66111 Saarbrücken  
Termine: einmal wöchentlich mittwochs ab 16 Uhr  
Teilnahmebeitrag: kostenfrei  
Deutschkenntnisse: geringe

**Anbieter:** **Turnverein Burbach von 1876 e. V.**, Koblenzer Straße 62,  
66115 Saarbrücken, +49 681 79786, vorstand@tv-burbach.de, www.tv-burbach.de

#### Eltern-Kind-Turnen mit Kindern von 1 – 4 Jahre

Ansprechpartner/-in: Ursula Theres, ☎ +49 681 79786, ✉ vorstand@turnverein-burbach.de,  
🌐 www.turnverein-burbach.de  
Ort: Große Turnhalle der Weyersbergschule in Saarbrücken-Burbach, Noldplatz  
Termine: dienstags, 16.30 – 18 Uhr  
Teilnahmebeitrag: bei dauerhafter Teilnahme 7,50 € Familienbeitrag/Monat  
Deutschkenntnisse: keine



## 5. Sport / Frauenschwimmen

**Anbieter: DAJC, Johannisstr. 13, 66111 Saarbrücken**  
+49 681 33275, info@dajc.de, www.dajc.de

### Frauenfitness

Ansprechpartner/-in: Saida Abadar-Azouagh, ☎ +49 681 30140773, ✉ frauenbewegung@dajc.de  
Ort: Turnhalle SBBZ, hinter der Schule, obere Etage, Schmollerstr. 10, 66111 Saarbrücken  
Termine: montags, 9 – 10 Uhr; mittwochs, 9-45 – 10.45 Uhr  
Teilnahmebeitrag: kostenfrei  
Deutschkenntnisse: keine

### Frauenschwimmkurs

Ansprechpartner/-in: Saida Abadar-Azouagh, ☎ +49 681 30140773, ✉ frauenbewegung@dajc.de  
Ort: Lehrschwimmbecken der Gemeinschaftsschule Rastbachtal, Weißenburger Str. 23, 66113 Saarbrücken  
Termine: montags und mittwochs, 18 – 20 Uhr  
Teilnahmebeitrag: bitte erfragen  
Deutschkenntnisse: keine

### Frauenschwimmen

Ansprechpartner/-in: Saida Abadar-Azouagh, ☎ +49 681 30140773, ✉ frauenbewegung@dajc.de  
Ort: Alsbachbad Altenkessel, Am Schwimmbad 2, 66126 Saarbrücken  
Termine: 2017: 09.09., 07.10., 18.11., 16.12.;  
jeweils samstags, 14 – 18 Uhr  
Teilnahmebeitrag: bitte erfragen  
Deutschkenntnisse: keine

**Anbieter: Hallenbad Völklingen, Karl-Janssen-Straße 33 a, 66333 Völklingen**  
+49 6898 132595

### Frauenbad

Ansprechpartner/-in: ☎ +49 6898 132595  
Ort: Hallenbad Völklingen, Karl-Janssen-Straße 33 a, 66333 Völklingen  
Termine: mittwochs, 9 – 12 Uhr  
Teilnahmebeitrag: 4,- €  
Deutschkenntnisse: keine

**Anbieter: Pädagogisch-Soziale Aktionsgemeinschaft e.V. (PÄDSAK), Rubensstr. 64, 66119 Saarbrücken, +49 681 8590921, info@paedsak.de, www.paedsak.de**

### Klettern für Frauen

Ansprechpartner/-in: Ricarda Remmlinger, ☎ +49 681 85909-35  
Ort: Kletterhalle Johannishof, Mainzer Straße 30, 66111 Saarbücken  
Termine: nach Vereinbarung  
Teilnahmebeitrag: kostenfrei  
Deutschkenntnisse: keine, Übersetzungshilfen möglich (arabisch, englisch)

**Anbieter:** **Stadtteilbüro Malstatt**, Breite Str. 63, 66115 Saarbrücken,  
+ 49 681 94735-0, sbm@quarternet.de, www.dwsaar.de

### Fitnesskurs für Frauen

Ansprechpartner/-in: Frau Bos, Frau Hammes, ☎ +49 681 947350  
Ort: Breite Straße 63, Veranstaltungsraum, 66115 Saarbrücken  
Termine: dienstags ab 16.30 Uhr  
Teilnahmebeitrag: 1 € pro Termin  
Deutschkenntnisse: geringe

### Frauentanzen

Ansprechpartner/-in: Frau Hammes, ☎ +49 681 947350  
Ort: Breite Straße 63, Veranstaltungsraum, 66115 Saarbrücken  
Termine: auf Anfrage  
Teilnahmebeitrag: 5 €  
Deutschkenntnisse: keine

**Anbieter:** **Turnverein Burbach von 1876 e. V.**, Koblenzer Straße 62,  
66115 Saarbrücken, +49 681 79786, vorstand@tv-burbach.de, www.tv-burbach.de

### Bauch-Beine-Po für Frauen

Ansprechpartner/-in: Ursula Theres, ☎ +49 681 79786, ✉ vorstand@turnverein-burbach.de,  
🌐 www.turnverein-burbach.de  
Ort: Große Turnhalle der Weyersbergschule in Saarbrücken-Burbach, Noldplatz  
Termine: mittwochs, 19.30 – 20.30 Uhr  
Teilnahmebeitrag: bei dauerhafter Teilnahme 6 € Familienbeitrag/Monat  
Deutschkenntnisse: keine

### Fit durch Tanz

Ansprechpartner/-in: Ursula Theres, ☎ +49 681 79786, ✉ vorstand@turnverein-burbach.de,  
🌐 www.turnverein-burbach.de  
Ort: Kleine Halle der Weyersbergschule in Saarbrücken-Burbach  
Termine: freitags, 18.30 – 19.30 Uhr  
Teilnahmebeitrag: bei dauerhafter Teilnahme 6 € Familienbeitrag/Monat  
Deutschkenntnisse: keine

### Orientalischer Tanz

Ansprechpartner/-in: Ursula Theres, ☎ +49 681 79786, ✉ vorstand@turnverein-burbach.de,  
🌐 www.turnverein-burbach.de  
Ort: Kleine Halle der Weyersbergschule in Saarbrücken-Burbach  
Termine: dienstags, 18.30 – 19.30 Uhr  
Teilnahmebeitrag: bei dauerhafter Teilnahme 6 € Familienbeitrag/Monat  
Deutschkenntnisse: geringe bis keine

### Qi Gong (Entspannung)

Ansprechpartner/-in: Ursula Theres, ☎ +49 681 79786, ✉ vorstand@turnverein-burbach.de,  
🌐 www.turnverein-burbach.de  
Ort: Kleine Halle der Weyersbergschule in Saarbrücken-Burbach  
Termine: mittwochs, 18.30 – 19.30 Uhr  
Teilnahmebeitrag: bei dauerhafter Teilnahme 7,50 € Familienbeitrag/Monat  
Deutschkenntnisse: geringe bis keine

## Yoga (Entspannung)

Ansprechpartner-/in: Ursula Theres, ☎ +49 681 79786, ✉ vorstand@turnverein-burbach.de,  
🌐 www.turnverein-burbach.de

Ort: Kleine Halle der Weyersbergschule in Saarbrücken-Burbach

Termine: mittwochs, 17.15 – 18.15 Uhr

Teilnahmebeitrag: bei dauerhafter Teilnahme 7,50 € Familienbeitrag/Monat

Deutschkenntnisse: geringe

Alle Angaben sind ohne Gewähr.

Diese Übersicht wurde zusammengestellt durch die Landeshauptstadt Saarbrücken/Zuwanderungs- und Integrationsbüro, zib@saarbruecken.de, Barbara Fecht, Telefon +49 681 905 1588

# ANGEBOTE FÜR FRAUEN AUCH MIT GERINGEN DEUTSCHKENNT- NISSEN IN DER LANDESHAUPT- STADT SAARBRÜCKEN UND UMGEBUNG

Landeshauptstadt Saarbrücken  
Zuwanderungs- und Integrationsbüro  
Rathaus St. Johann  
66111 Saarbrücken

Telefon +49 681 905-1588  
zib@saarbruecken.de

[www.saarbruecken.de](http://www.saarbruecken.de)

## Impressum

**Herausgeberin** Landeshauptstadt Saarbrücken  
**Redaktion** Zuwanderungs- und Integrationsbüro  
**Layout und Satz** Zuwanderungs- und Integrationsbüro,  
Marketing und Kommunikation  
**Bildnachweis** Foto Charlotte Britz (Iris Maurer)  
**Druck** Rathausdruckerei  
**Erscheinungsdatum** August 2017