

Kursangebot 2020

„Familienbildung im Land Brandenburg - Auskommen mit dem Einkommen“

verbraucherzentrale

Brandenburg

Die Reihenfolge der Kurse ist in der Regel:

1. Wie behalte ich den Überblick über meine Ausgaben (Budgetplanung)?

Hier verschaffen sich die Teilnehmenden einen Überblick über das eigene Geld: Was kommt regelmäßig rein, welche Ausgaben kann man nicht „wegsparen“ und wo kann zurückgelegt werden, ohne dass es weh tut? (Umfang 2 Stunden)

2. Tipps und Tricks bei Telefon und Internet

Wie findet man einen günstigen Tarif für Telefon und Internet, worauf müssen die Teilnehmenden beim Vertragsschluss achten und wie wehrt man sich gegen unberechtigte Forderungen im Internet? (Umfang 2 Stunden; an ausgewählten Veranstaltungsorten mit Praxisteil – dann Umfang 3 Stunden)

3. Günstig einkaufen und gesund ernähren

Hier geht es rund ums Thema Essen. Wir geben wertvolle Tipps, wie Sie sich gesund ernähren können, auch wenn das Geld knapp ist. (Umfang 2 Stunden; an ausgewählten Veranstaltungsorten mit Praxisteil – dann Umfang 3 Stunden)

4. Wie kann ich Strom- und Heizkosten sparen?

Jetzt geht es den Stromfressern an den Kragen. Mit dem richtigen Heizen und Lüften sowie der richtigen Auswahl von Energiespargeräten können Verbraucher*innen eine ganze Menge Geld sparen – natürlich ohne zu frieren. (Umfang 2 Stunden)

5. Konto und Versicherungen – worauf muss ich achten?

Schließlich erfahren die Teilnehmenden, wie sie zu einem günstigen Girokonto kommen, welche Versicherungen sinnvoll sind und wie sie sich bei einer Kreditaufnahme nicht über den Tisch ziehen lassen. (Umfang 2 Stunden)

Änderungen vorbehalten – Wir empfehlen zum Veranstalter Kontakt aufzunehmen.

Weitere Informationen finden Sie immer aktuell unter:

www.verbraucherzentrale-brandenburg.de/auskommen-einkommen

Die Kurse sind kostenfrei und für jedermann offen.

Melden Sie sich beim Veranstalter an.

Die Teilnehmenden der Kurse erhalten, ebenfalls kostenlos, die Broschüre „**Schlaue Spartipps für Familien**“ mit geldwerten Tipps, Checklisten und Adressen (2. Auflage, Stand Juni 2019).

Inhalt:

1. Machen Sie sich eine Übersicht über Ihr Geld
2. Wählen Sie das richtige Girokonto aus
3. Behalten Sie nur die wichtigsten Versicherungen
4. Wählen Sie für Internet und Telefon den richtigen Anbieter
5. Informieren Sie sich über die Sparmöglichkeiten bei Gesundheit und Krankenversicherung
6. Bewusst einkaufen und gesund ernähren
7. Sparen Sie Energie
8. Behalten Sie den Überblick über Ihre Kredite und verhindern Sie eine Überschuldung
9. Wo Sie mehr Rat bekommen



Veranstaltungsorte und Termine 2020

Eberswalde

NESTOR Bildungsinstitut GmbH, Heegermühler Straße 64, 16225 Eberswalde

Telefon: 0334 / 58 92 918

E-Mail: mhellmig@nestor-bildung.de

1. Budgetplanung	Mo, 02.03.20	10:00 – 12:00 Uhr
2. Telefon und Internet	Mo, 09.03.20	10:00 – 12:00 Uhr
3. Einkaufen und bewusst ernähren	Mo, 16.03.20	10:00 – 12:00 Uhr
4. Energie sparen	Mo, 23.03.20	10:00 – 12:00 Uhr
5. Konto und Versicherungen	Mo, 30.03.20	10:00 – 12:00 Uhr

Werder

Landkreis Potsdam-Mittelmark, Jobcenter MAIA,

Am Gutshof 1–7, Raum R108 (Ladenpassage), 14542 Werder/Havel

Telefon: 03327 / 73 94 52

E-Mail: MAIA-Team612@potsdam-mittelmark.de

1. Budgetplanung	Mi, 04.03.20	10:00 – 12:00 Uhr
2. Telefon und Internet	Mi, 11.03.20	10:00 – 12:00 Uhr
3. Einkaufen und bewusst ernähren	Mi, 18.03.20	10:00 – 12:00 Uhr
4. Energie sparen	Mi, 25.03.20	10:00 – 12:00 Uhr
5. Konto und Versicherungen	Mi, 01.04.20	10:00 – 12:00 Uhr

Senftenberg

Netzwerk Gesunde Kinder im Raum Lauchhammer/Senftenberg, Kreisvolkshochschule,

Roßkaupe 10, 01968 Senftenberg

Telefon: 03573 / 75 1036

1. Budgetplanung	Mi, 22.04.20	10:00 – 12:00 Uhr
2. Konto und Versicherungen	Mi, 29.04.20	10:00 – 12:00 Uhr
3. Einkaufen und bewusst ernähren	Mi, 06.05.20	10:00 – 12:00 Uhr
4. Energie sparen	Mi, 13.05.20	10:00 – 12:00 Uhr
5. Telefon und Internet	Mi, 20.05.20	10:00 – 12:00 Uhr

Rückersdorf

Mehrgenerationenhaus Rückersdorf, Friedersdorfer Straße 10, 03238 Rückersdorf

Telefon: 035325 / 16 83 25

E-Mail: mghrueckersdorf@gmail.com

1. Budgetplanung	Mo, 27.04.20	10:00 – 12:00 Uhr
2. Telefon und Internet	Mo, 04.05.20	10:00 – 13:00 Uhr
3. Einkaufen und bewusst ernähren	Mo, 11.05.20	10:00 – 13:00 Uhr
4. Energie sparen	Mo, 18.05.20	10:00 – 12:00 Uhr
5. Konto und Versicherungen	Mo, 25.05.20	10:00 – 12:00 Uhr

Veranstaltungsorte und Termine 2020

Frankfurt (Oder)

Eltern-Kind-Zentrum Nord in Trägerschaft der Volkshochschule Frankfurt (O.),
Bergstraße 174, 15230 Frankfurt (Oder)
E-Mail: familie@vhs-frankfurt-oder.de

1. Budgetplanung	Mi, 27.05.20	10:00 – 12:00 Uhr
2. Telefon und Internet	Mi, 03.06.20	10:00 – 12:00 Uhr
3. Einkaufen und bewusst ernähren	Mi, 10.06.20	10:00 – 12:00 Uhr
4. Energie sparen	Mi, 17.06.20	10:00 – 12:00 Uhr
5. Konto und Versicherungen	Mi, 24.06.20	10:00 – 12:00 Uhr

Königs Wusterhausen

AWO Wohnpark „Am Kirchplatz“, Kirchplatz 15, 15711 Königs Wusterhausen
Telefon: 0800 / 64 54 63 37 (kostenlos)
E-Mail: ngk-lds@awo-bb-sued.de

1. Budgetplanung	Mi, 12.08.20	10:00 – 12:00 Uhr
2. Telefon und Internet	Mi, 19.08.20	10:00 – 13:00 Uhr
3. Einkaufen und bewusst ernähren	Mi, 26.08.20	10:00 – 13:00 Uhr
4. Energie sparen	Mi, 02.09.20	10:00 – 12:00 Uhr
5. Konto und Versicherungen	Mi, 09.09.20	10:00 – 12:00 Uhr

Lychen

Volkssolidarität Landesverband Brandenburg e. V. Verbandsbereich Uckermark,
MehrGenerationenHaus, Am Markt 13, 17279 Lychen
Telefon: 039888 / 27 67

1. Budgetplanung	Mo, 17.08.20	10:00 – 12:00 Uhr
2. Telefon und Internet	Mo, 24.08.20	10:00 – 13:00 Uhr
3. Einkaufen und bewusst ernähren	Mo, 31.08.20	10:00 – 13:00 Uhr
4. Energie sparen	Mo, 07.09.20	10:00 – 12:00 Uhr
5. Konto und Versicherungen	Mo, 14.09.20	10:00 – 12:00 Uhr

Pritzwalk

Bildungsgesellschaft mbH Pritzwalk, An der Promenade 5, 16928 Pritzwalk
Telefon: 03395 / 76 44 57

1. Budgetplanung	Mi, 16.09.20	10:00 – 12:00 Uhr
2. Telefon und Internet	Mi, 23.09.20	10:00 – 13:00 Uhr
3. Einkaufen und bewusst ernähren	Mo, 28.09.20	10:00 – 13:00 Uhr
4. Energie sparen	Mi, 30.09.20	10:00 – 12:00 Uhr
5. Konto und Versicherungen	Mi, 07.10.20	10:00 – 12:00 Uhr