

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 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.

Die Vorträge sind kostenfrei und für jedermann offen.

Melden Sie sich beim Veranstalter an.

Die Teilnehmer 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. Bewusst einkaufen und 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

I&B: „Integrationsbegleitung von Langzeitarbeitslosen und Familienbedarfsgemeinschaften“ im Landratsamt, 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

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

Veranstaltungsorte und Termine 2020

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

Rückersdorf

Mehrgenerationenhaus Rückersdorf, Friedersdorfer Straße 10, 03238 Rückersdorf
Telefon: 035325 / 16 83 25
E-Mail: mghrueckersdorf@gmail.com

1. Budgetplanung	Mo, 26.10.20	10:00 – 12:00 Uhr
2. Telefon und Internet	Mo, 02.11.20	10:00 – 13:00 Uhr
3. Bewusst einkaufen und ernähren	Mo, 09.11.20	10:00 – 13:00 Uhr
4. Energie sparen	Mo, 16.11.20	10:00 – 12:00 Uhr
5. Konto und Versicherungen	Mo, 23.11.20	10:00 – 12:00 Uhr

Senftenberg

Kreisvolkshochschule, Roßkaupe 10, 01968 Senftenberg
Telefon: 03573 / 75 1036

1. Budgetplanung	Mi, 28.10.20	10:00 – 12:00 Uhr
2. Konto und Versicherungen	Mi, 04.11.20	10:00 – 12:00 Uhr
3. Einkaufen und bewusst ernähren	Mi, 11.11.20	10:00 – 12:00 Uhr
4. Energie sparen	Mi, 18.11.20	10:00 – 12:00 Uhr
5. Telefon und Internet	Mi, 25.11.20	10:00 – 12:00 Uhr

Veranstaltungsorte und Termine 2020

Oranienburg

NESTOR Bildungsinstitut GmbH, André-Pican-Straße 39a, 16515 Oranienburg

Telefon: 03301 / 5733 623

1. Budgetplanung	Mo, 30.11.20	10:00 – 12:00 Uhr
2. Telefon und Internet	Mo, 07.12.20	10:00 – 13:00 Uhr
3. Einkaufen und bewusst ernähren	Mo, 14.12.20	10:00 – 13:00 Uhr
4. Konto und Versicherungen	Mo, 04.01.21	10:00 – 12:00 Uhr
5. Energie sparen	Mo, 11.01.21	10:00 – 12:00 Uhr