

PROGRAMM 01/2024

Januar bis Juli

Veranstaltungen | Seminare | Begegnungen



Foto: RiniSiok / iStockphoto.com



KATHOLISCHE
FAMILIENBILDUNGSSTÄTTE
Bergisch Gladbach



Foto: Tyler Olson/shutterstock.com

VORWORT

Die Katholische Familienbildungsstätte Bergisch Gladbach

Liebe Leserin, lieber Leser,

kaum jemand kann sich dem Zauber einer Murmel entziehen. Eine einzelne ist schön, eine ganze Hand voll ein Schatz. Erinnerungen kommen unweigerlich. An Kindheitsspiele, Zusammentreffen mit den Kindern aus der Straße oder auf dem Schulhof, alle haben ihre Murmeln in einem Säckchen. Gewonnen und verloren, getauscht, geliebt und geschenkt. Eines der ältesten nachweisbaren Spiele der Welt, verbindet das Spiel mit Murmeln in der Erinnerung Generationen. Auf unserem Coverbild wird eine Murmel von einem jugendlichen Kind angestoßen. Vielleicht wird die Murmel andere anstoßen und in Bewegung bringen. In diesem Spiel steckt vieles von dem, was wir mit unserem Programm bewirken möchten. Etwas anstoßen und in Bewegung bringen, Menschen zusammenbringen, die, so unterschiedlich sie sind, einem gemeinsamen Interesse folgen.

Wir bieten mit unseren Veranstaltungen, Kursen, Seminaren und Aktionen neben dem Erkenntnis- und Lerngewinn auch immer die Möglichkeit des Austauschs, der Vernetzung und der Begegnung, schaffen Verbindungen. Verbundenheit ist auch das große Thema der Ausstellung »verwandt« der Künstlerin Nadja Hormisch, die Sie im Mai und Juni in unserem Hause sehen können. In Begleitveranstaltungen greifen wir das Thema weiter auf.

Wenn dieses Programm erscheint, gehen wir auf Weihnachten und das neue Jahr zu. Wir blicken mit Dankbarkeit auf ein Jahr zurück, in dem Sie uns mit Ihrem Lernwunsch, Ihrer großen Verbundenheit und Wertschätzung für unsere Arbeit motiviert haben. Und wir hoffen, dass auch dieses Programm auf Ihr Interesse stößt, denn häufig genug geben auch Sie den Anstoß für die Themen, die wir hier aufgreifen. Herzlich willkommen!

Bettina Goebel

Im Namen des Teams der Katholischen Familienbildungsstätte

WIR ÜBER UNS

Die Katholische Familienbildungsstätte Bergisch Gladbach

Die Katholische Familienbildungsstätte ist eine staatlich anerkannte Einrichtung der Erwachsenenbildung nach dem 1. Weiterbildungsgesetz des Landes Nordrhein-Westfalen, in Trägerschaft des Bildungswerkes der Erzdiözese Köln e.V.

Die Einrichtung ist Mitglied im Verbund Qualitätsmanagement und nach DIN EN ISO 9001 zertifiziert. Siehe hierzu Seite 127.

Das Bildungswerk der Erzdiözese Köln e.V. ist eine staatlich anerkannte Einrichtung der Arbeitnehmerweiterbildung im Sinne des Arbeitnehmerweiterbildungsgesetzes NRW (AWBG) und ist damit berechtigt, Bildungsurlaubsveranstaltungen durchzuführen.

Wir verstehen uns als eine Einrichtung, in deren Mittelpunkt der Mensch und insbesondere die Familie in all ihren Ausprägungen steht. Unsere Bildungsangebote reagieren auf die verschiedenen Lebensphasen und gesellschaftlichen Zusammenhänge. Sie werden durchgeführt von qualifizierten und engagierten Referentinnen und Referenten. Wir bieten vielfältige und kostengünstige Familienbildung für alle, die daran teilnehmen möchten.

> WIR ÜBER UNS



Wichtige Informationen für Sie

Kursanmeldungen

Alle Kursanmeldungen bitte schriftlich an

Katholische Familienbildungsstätte
 Laurentiusstr. 4–12 | 51465 Bergisch Gladbach
 Telefon 02202 93639-0
 Telefax 02202 93639-55
 E-Mail info@fbs-gladbach.de
 Internet www.fbs-gladbach.de

Hier finden Sie auch die aktuelle Datenschutzerklärung.

 facebook.com/familienbildungsstaette.bergischgladbach
 instagram.com/familienbildungsstaette.bergischgladbach

Die Veranstaltungen sind offen für alle.
 Programmänderungen bleiben vorbehalten.

Auskunft | Kursberatung | Bürozeiten

Montag – Freitag	09.00 – 12.00 Uhr
Montag – Donnerstag	18.00 – 20.00 Uhr
Mittwoch	15.00 – 17.00 Uhr
In kursfreien Zeiten	09.00 – 12.00 Uhr

Das Haus ist geschlossen

Weihnachtsferien	bis 06.01.2024
Karneval	08.02. – 13.02.2024
Osterferien	24.03. – 07.04.2024
Pfingsten	21.05.2024
Sommerferien	08.07. – 20.08.2024
Brückentage	10.05. und 31.05.2024

Bankverbindung

Kath. Familienbildungsstätte
 Kreissparkasse Köln
 IBAN: DE32 3705 0299 0311 0174 36
 BIC: COKSDE33

Allgemeine Geschäftsbedingungen

siehe Seite 128

Wir weisen empfehlend auf das Programm des Katholischen Bildungswerks im Rheinisch-Bergischen Kreis hin:

www.bildungswerk-gladbach.de

Die Katholische Familienbildungsstätte und das Katholische Bildungswerk arbeiten unter einem Dach. Sie bilden gemeinsam das Katholische Bildungsforum.

> WIR ÜBER UNS

Ihr Team in der Katholischen Familienbildungsstätte Bergisch Gladbach



Leitung

Bettina Goebel

Telefon 02202 93639-64

goebel@fbs-gladbach.de



Verwaltung

Sabine Burger-Biesenbach

Telefon 02202 93639-54

burger-biesenbach@fbs-gladbach.de



Pädagogische Mitarbeiterin

Meike Ditscheid

Telefon 02202 93639-69

ditscheid@fbs-gladbach.de



Evelyn Rohde

Telefon 02202 93639-53

rohde@fbs-gladbach.de



Silke Hofer

Telefon 02202 93639-30

hofer@fbs-gladbach.de

Das Team ist vollständig mit

Sandra Breitreutz

Leyla Altunkilic

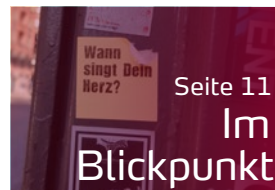
Derya Demirhan

Olga Meininger

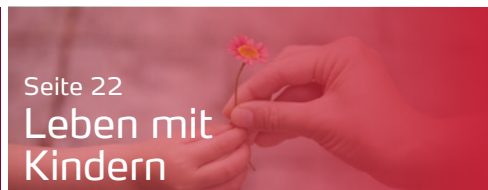
Fotos: Bettina Fürst-Fastré

INHALT

Die Katholische Familienbildungsstätte Bergisch Gladbach



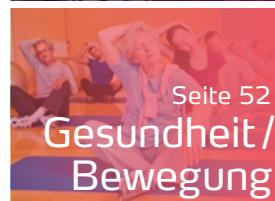
Seite 11
**Im
Blickpunkt**



Seite 22
**Leben mit
Kindern**



Seite 70
**Ehe und
Partnerschaft**



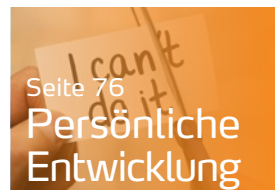
Seite 52
**Gesundheit /
Bewegung**



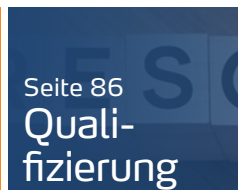
Seite 46
Nähkurse



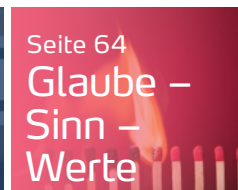
Seite 108
**Familienbildung
im Familienzentrum**



Seite 76
**Persönliche
Entwicklung**



Seite 86
**Quali-
fizierung**



Seite 64
**Glaube –
Sinn –
Werte**



Seite 124
Sonstiges

> INHALTSVERZEICHNIS

Im Blickpunkt

Ausstellung »verwandt« von Textilkünstlerin Nadja Hormisch	12
Begleitveranstaltungen zur Ausstellung	14
»Hoch die Hände Klimawende« Lesung mit Gabriel Baunach	15
Übersicht der Einzelveranstaltungen	16

Leben mit Kindern

Mit Baby ins Museum	24
Großeltern-Treff, Austausch und Aktionen	25
Wir2 für Alleinerziehende Infoveranstaltung	27
Frühkindliche Bindung	28
Herausforderung Pubertät	28
Mütter auf dem Weg zurück ins Berufsleben	29
Elternfrühstück – Zeit für uns als Paar	30
Erste Hilfe bei Säuglingen und Kleinkindern	31
Babyschlaf verstehen und liebevoll begleiten	31
Klangmassage – Ruhe und Entspannung für Babys und Eltern	32
Eltern-Kind-Kurse	33
Elternstart / Das erste Lebensjahr	34
Babynest – Leichter Start mit Kind	37
Montagstreff – Elterncafé	38
Musikmäuse – Musik erleben von Anfang an	38
Purzelraum – Bewegungskurse	39
Sandküche – Ferienangebot	38
Kurse für Familien mit Kindern im Kindergarten- und Grundschulalter	39
»Weg im Sternenlicht« – Krippenwanderung für Familien	40
Papierschöpfen	41
Backen für das Osternest	41
»Mit der kleinen Hexe im Abenteuerwald	42
»Das sind wir, Familie ...« Stop Motion Workshop	43
Beton, Seife, Zucker: Werkstatt Gießen	44
Entdeckungsreise am Bach	44
Familienwochenende	45

> INHALTSVERZEICHNIS

Nähkurse

Nähkurse im Laurentiushaus und Pfarrgemeinde	48
Workshops am Wochenende / Overlockmaschine / Freies Sticken	50

Gesundheit/Bewegung

Resilienz – Workshop für Frauen	54
Malen, Entspannung, Achtsamkeit	54
Zentrierung und Verwurzelung mit Yoga und Malerei	55
Wohlfühlwoche mit Basenfasten	56
Alltagstraining für Rollstuhlfahrende	57
Pilateskurse	58
Yoga	59
Bewegungskurse für Frauen und Männer	61
Hula Hoop Workshops	63

Glaube/Sinn/Werte

Krippenwanderung für Familien in Köln	66
Ostern entgegen gehen mit den Kleinsten	67
Was meiner Seele gut tut – innere Kraft stärken	68
Sommerzeit – Staunen über Gittes Schöpfung	69

Ehe und Partnerschaft

Liebeswirklichkeiten – Texte und Musik zum Valentinstag	72
Ehevorbereitungskurs	74
Angebot der Ehe-, Familien- Lebensberatungsstelle	75

Persönliche Entwicklung

Ausstellung »verwandt«	79
Das Genogramm: Lebensgeschichten familienbiographisch verstehen	80
Abgrenzung und Selbstbestimmung – Seminarabend	80
Frauen und ihre Mütter – Seminarabend	81
Die eigenen Schattenseiten im Licht betrachten	81
Selbstsicherheit und Achtsamkeit im Berufsalltag	82
Sinnfindung – Was bereichert mein Leben Nachhaltig?	83
Selbstmotivation – Antrieb für zielgerichtetes Handeln	83
Botschaften der »inneren Stimme« annehmen	84
Akzeptanz – Annehmen, was nicht zu ändern ist	84
Intensive Gefühle angemessen handhaben	85
Mal- und Zeichenkurs	85

> INHALTSVERZEICHNIS

Quif – Qualifizierung in der Familienbildungsstätte

Bildungsurlaube: Selbstsicherheit / Schwierige Gesprächssituationen / Älter werden im Beruf	88
Fortbildungsangebote für Tagespflegepersonen	91
Montessori-Diplomkurs	96
SchulTag – Angebote für Mitarbeiter/innen in der OGS	97
Fortbildungen für Mentoren/Mentorinnen von MiKibU	102

Familienbildung im Familienzentrum

Bergisch Gladbach – Schildgen	110
Bergisch Gladbach – Hand/ Hermann-Löns-Viertel	111
Bergisch Gladbach – Refrath/Frankenforst	114
Bergisch Gladbach – Stadtmitte	118
Kürten	120

Allgemeine Geschäftsbedingungen

Benachbarte Einrichtungen in der Weiterbildung	126
Qualitätsmanagement	127
Allgemeine Geschäftsbedingungen	128
Digitale-Veranstaltungen Blended Learning Hybrid	132
Datenschutzerklärung	133
Bildungsscheck	137
Impressum Anmeldeformular Parkmöglichkeiten	138



> IM BLICKPUNKT



N. Hormisch: blood, sweat and tears | Detail

Ausstellung mit Kunstwerken von Nadja Hormisch

24. Mai – 16. Juni 2024

Katholische Familienbildungsstätte

Laurentiusstr. 4–12
51465 Bergisch Gladbach

Besichtigung während der Öffnungszeiten

»Ich bin eine Nadelmalerin, ich male freie Bilder mit Nadel und Faden. Meine wichtigste Technik ist die Stickerei in allen Formen. Ich schätze die unerschöpfliche Vielfältigkeit, die das Sticken für die Darstellung auf Oberflächen bietet«, schreibt Nadja Hormisch über ihre künstlerische Arbeit

In der Westeifel geboren und heute in der Osteifel lebend, hat sie in ihrer Kindheit das Stick- und Näh-Handwerk ihrer Großmutter mit großer Bewunderung betrachtet.

> IM BLICKPUNKT

Nach einem Geografie-Studium und Arbeiten in den Bereichen Landschaftsplanung und Gartenkunst, eignete sich Nadja Hormisch ab 2001 die Stick- und Gestaltungstechniken von Grund auf an.

Die inhaltlichen Hauptthemen der Künstlerin sind Heimat, Natur, Geschichte, Familiendynamiken, Verbundenheit und Freiheit. Die Ausstellung »verwandt« in der Familienbildungsstätte in Bergisch Gladbach zeigt in Textilkunst und Zeichnungen verschiedene Formen des miteinander Verwandtseins.

Nadel und Faden verleihen durch die Stofflichkeit und den langsamen, meditativen Entstehungsprozess jedem ihrer Werke eine besondere Intensität. Oft werden das Muster auf dem Stoff, die darauf gestickte Schrift und alle weiteren Elemente, wie Perlen oder Namensschilder in die Gesamtkomposition einbezogen.

N. Hormisch: Krautwisch | Detail



In ihre Bilder fließen persönliche Erfahrungen ein, die allgemeingültigen Charakter haben, wie die Sehnsucht nach Verbundenheit und Anerkennung. Zu sehen sind auch Werke, in denen die Künstlerin Verwandtschaftsbeziehungen berühmter Menschen zum Teil fantasievoll konstruiert.

Neben Blut, Schweiß und Tränen (ein besticktes Taschentuch aus dem Jahr 2020), den künstlerisch verarbeiteten Hindernissen in Beziehungen, ist es vor allem die Freude an der Verbundenheit mit der Natur, die im Vordergrund steht und darüber hinaus spirituellen Erfahrungen Raum lässt.

Eröffnung der Ausstellung

Fr 24.05.2024 | 19.00 Uhr

Matinee

mit Künstlerinnengespräch
und Begleitung durch die Ausstellung

So 26.05.2024 | 11.00–12.30 Uhr
9,00 € (einschl. ein Getränk)

> IM BLICKPUNKT

Begleitveranstaltungen zur Ausstellung**Frühkindliche Bindung:****Die Kraft der Eltern-Kind-Beziehung****Für Eltern und alle die mit Kindern leben**

Mit der Bindung zwischen Ihnen und Ihrem Kind schaffen Sie von Anfang an ein wichtiges Fundament für Ihre Beziehung im Leben.

Sa 09.03.2024 | 10.00 – 12.15 Uhr

Jennifer Koch, Dipl. Sozialpädagogin

Seite 28

»Das sind wir, Familie...«**Wir bringen Bilder zum Laufen –****Stop-Motion-Workshop**

Für Familien mit Kindern ab dem Vorschulalter

Sa 01.06.2024 | 10.00 – 13.00 Uhr

Kathrin Benkel, Dipl. Pädagogin

Seite 43

»In der Seele an die Liebe rühren«**Das Genogramm: Lebensgeschichten****familienbiographisch verstehen**

Fr 07.06.2024 | 18.30 – 20.00 Uhr

Dr. med. Thomas Heucke, Arzt für

Psychosomatische Medizin und Psychotherapie

Seite 80

Freie Stickerei – »Meine innere Landschaft«**Experimenteller Workshop**

Im Rahmen ihrer aktuellen Ausstellung »verwandt« leitet die Textilkünstlerin Nadja Hormisch den eintägigen Workshop.

Sa 08.06.2024 | 11.00 – 17.30 Uhr

Nadja Hormisch, Textilkünstlerin

Seite 51

»Liebe ist das Band, das den Erdkreis verbindet.« (Johann Heinrich Pestalozzi)**Seminar für Tagespflegepersonen und interessierte Eltern**

Der Aufbau einer sicheren Bindung zu Eltern und anderen Bindungspersonen, sowie ein liebevolles Umfeld aus Wärme und Geborgenheit innerhalb der ersten Lebensjahre, bildet die wichtigste Grundlage und prägendste Erfahrung für die gesamte Entwicklung eines Menschen.

Sa 08.06.2024 | 09.00 – 16.00 Uhr

Regina Bestle-Körfer, Dipl. Sozialpädagogin, Fach,- und Sachbuchautorin

Seite 95

> IM BLICKPUNKT

»Hoch die Hände Klimawende«

Lesung und Autorengespräch – Ein Klima-Motivationsabend mit Gabriel Baunach

Gabriel Baunach, aufgewachsen in Bergisch Gladbach, nimmt Sie mit auf eine Reise durch sein Buch »Hoch die Hände Klimawende – Warum wir mit der Holzzahnbürste nicht die Erderwärmung stoppen – und wo unsere wirklichen Hebel sind«. Anschließend ist Zeit für Fragen und eine Diskussionsrunde.

Die Auswirkungen der Klimakrise sind schon jetzt für uns spürbar. Für eine lebenswerte Zukunft unserer Kinder ist das Beschleunigen der Klimawende umso wichtiger. Aber wie können wir wirksam für den Klimaschutz werden, ohne in Askese zu leben? Und wie kann man das schlechte Gewissen und die Ohnmachtsgefühle überwinden?

**»Hoch die Hände, Klimawende!«**

Baunach, Gabriel

ISBN: 978-3-7459-1842-7

Paperback, 304 Seiten

EMF-Verlag

Gabriel Baunach räumt mit einigen CO₂-Fußabdruck-Irrtümern und -Fallen auf und erklärt, wie persönlicher Klimaschutz funktioniert, der sich wirklich lohnt und Hoffnung macht. Z.B. mit dem neuen und positiven

Konzepts des »Klima-Handabdrucks«, mit dem jede/r Einzelne mehr Tonnen CO₂ einsparen kann, als er oder sie selbst verursacht. Es bieten sich zahlreiche Möglichkeiten, die eigenen Ressourcen, Talente, Rechte und Kontakte zum Klimaschutz im großen Stil einzusetzen. Seit 2020 betreibt Gabriel Baunach die Klima-Aufklärungsplattform »Climate-ware«, produziert Klima-Podcasts und hält Vorträge über den aktuellen Stand der Klimakrise und den Klima-Handabdruck.

Di 27.02.2024 | 19.30 – 21.00 Uhr

Gabriel Baunach, Klimakommunikator, Autor, Podcaster | 5,00 € | 1 x = 2 UStd.

Ort: Hermann-Löns Forum

Willy-Brandt-Str. 20 | 51469 Bergisch Gladbach

Veranstaltungs-Nr. 2462740010

Es laden ein: Hermann-Löns Forum und Katholische Familienbildungsstätte



Foto: Anne Maslückewitz

> ÜBERSICHT DER EINZELVERANSTALTUNGEN

JANUAR

Mit Baby ins Museum

Treffpunkt Kunstmuseum Villa Zanders

Mi 03.01.2024 | 10.30–12.00 Uhr

Sabine Majer, M.A. Kunsthistorikerin

»Weg im Sternenlicht –

Ich stehe an deiner Krippe hier«

Krippenwanderung in Köln für Kinder
im Vorschul- und Grundschulalter
mit Eltern/Großeltern

So 07.01.2024 | 15.00–17.15 Uhr

Maria Kley-Auerswald, Montessori-Pädagogin

FEBRUAR

Abgrenzung und Selbstbestimmung

Techniken und Strategien zur stimmigen
und respektvollen Abgrenzung

Sa 03.02.2024 | 10.00–17.30 Uhr

Hannelore Gabor-Molitor, Dipl. Pädagogin,
Kommunikationstrainerin

Frauen und ihre Mütter

Mo 05.02.2024 | 19.00–21.15 Uhr

Hannelore Gabor-Molitor, Dipl. Pädagogin,
Kommunikationstrainerin

Mit Baby ins Museum

Treffpunkt Kunstmuseum Villa Zanders

Mi 07.02.2024 | 10.30–12.00 Uhr

Sabine Majer, M.A. Kunsthistorikerin

Elternfrühstück – Zeit für uns als Paar

Verdrängt Familienmanagement

die Liebesbeziehung?

Sa 17.02.2024 | 09.30–12.30 Uhr

Monika Schell, Mathilde Miebach,
Ehe-, Familien- u. Lebensberaterinnen

Die eigenen Schattenseiten im Licht betrachten

Mo 19.02.2024 | 18.30–21.45 Uhr

Hannelore Gabor-Molitor, Dipl. Pädagogin,
Kommunikationstrainerin

Wir2 – Bindungstraining für Alleinerziehende

Infoabend

Mi 21.02.2024 | 17.00–19.15 Uhr

Gerit Schrader, Liana Olivella-Rüzgar,
Kinder-, Jugend- und Familienberaterinnen,
Irene Rüttenauer, Frühe Hilfen Stadt
Bergisch Gladbach

> ÜBERSICHT DER EINZELVERANSTALTUNGEN

Klangmassage –

Ruhe und Entspannung für Babys und Eltern

Für Eltern mit ihren Babys zwischen

2 und 5 Monaten

Sa 24.02.2024 | 09.30–11.45 Uhr

Ruth Haasbach, integrative Klangpädagogin

»Hoch die Hände Klimawende«

Lesung und Autorengespräch

Di 27.02.2024 | 19.30–21.00 Uhr

Gabriel Baunach, Ingenieur, Autor

Ostern entgegen gehen und mit den

Kleinsten gestalten

Für Tagespflegepersonen, Eltern und

andere Interessierte

Do 29.02.2024 | 19.00–21.15 Uhr

Maria Kley-Auerswald, Montessori-Pädagogin

MÄRZ

Mit Baby ins Museum

Treffpunkt Kunstmuseum Villa Zanders

Mi 06.03.2024 | 10.30–12.00 Uhr

Sabine Majer, M.A. Kunsthistorikerin

Frühkindliche Bindung:

Die Kraft der Eltern-Kind-Beziehung

Für Eltern und alle die mit Kindern leben

Sa 09.03.2024 | 10.00–12.15 Uhr

Jennifer Koch, Dipl. Sozialpädagogin

In meine Kraft gehen – Zeit für mich

Workshop für Frauen

Sa 09.03.2024 | 14.00–18.00 Uhr

Friederike Hepner-Ramm, Resilienzberaterin

Großeltern-Treff: Austausch und Aktionen

Großes Glück Großeltern? – Über die

Bedeutung der Enkel für das eigene Leben

Do 14.03.2024 | 15.30–17.45 Uhr

Stefan Quilitz, Pädagoge, Journalist
Mathilde Miebach, Ehe-, Familien- und
Lebensberaterin

> ÜBERSICHT DER EINZELVERANSTALTUNGEN

Papierschöpfen mit Blüten und Gewürzen – aus Alt mach Neu!

Für Eltern mit ihren Kindern im Vorschul- und Grundschulalter

Sa 16.03.2024 | 10.00–13.00 Uhr

Kathrin Benkel, Dipl. Pädagogin

Kreative Auszeit

Malen, Entspannung und Achtsamkeit

Sa 16.03.2024 | 11.00–16.00 Uhr

Jutta Eckart, Kunsttherapeutin, Ressourcen- und Resilienztrainerin

Sinnfindung:

Was bereichert mein Leben nachhaltig?

Do 21.03.2024 | 19.00–21.15 Uhr

Hannelore Gabor-Molitor, Dipl. Pädagogin, Kommunikationstrainerin

Backen für das Osternest

Für Eltern mit ihren Kindern ab 3 Jahren

Fr 22.03.2024 | 15.00–18.00 Uhr

Silvia Fröhning, Dipl. Oecothrophologin

APRIL**Mit Baby ins Museum**

Treffpunkt Kunstmuseum Villa Zanders

Mi 03.04.2024 | 10.30–12.00 Uhr

Sabine Majer, M.A. Kunsthistorikerin

Selbst-Motivation

Antrieb für zielgerichtetes Handeln

Mo 08.04.2024 | 19.00–21.15 Uhr

Hannelore Gabor-Molitor, Dipl. Pädagogin, Kommunikationstrainerin

Erste Hilfe bei Säuglingen und Kleinkindern

Elternabend

Do 11.04.2024 | 18.30–20.45 Uhr

Dr. Uta Römer, Kinder- und Jugendärztin

Schlaf, Baby schlaf!

Babyschlaf verstehen und liebevoll begleiten

Für werdende Eltern und Eltern mit Babys und Kleinkindern bis 3 Jahren

Sa 13.04.2024 | 10.00–12.15 Uhr

Jennifer Koch, Schlafcoach für Babys und Kleinkinder, Dipl. Sozialpädagogin

> ÜBERSICHT DER EINZELVERANSTALTUNGEN

Mein Lebensbaum

Zentrierung und Verwurzelung mit Yoga und Malerei

Sa 13.04.2024 | 13.00–17.00 Uhr

Andrea Wichterich, Yogalehrerin
Christiane Vetter, Beraterin Kunsttherapie

Klangmassage –

Ruhe und Entspannung für Babys und Eltern

Für Eltern mit ihren Babys zwischen

2 und 5 Monaten

Sa 20.04.2024 | 09.30–11.45 Uhr

Ruth Haasbach, integrative Klangpädagogin,

Botschaften der »inneren Stimme« annehmen

Selbstreflexion mit der Focusing-Methode

Sa 20.04.2024 | 10.00–17.30 Uhr

Hannelore Gabor-Molitor, Dipl. Pädagogin, Kommunikationstrainerin

Herausforderung Pubertät

Di 23.04.2024 | 19.30–21.45 Uhr

Nina Steckel, Zertifizierte Familientherapeutin, Coach (DVNLP)

Großeltern-Treff: Austausch und Aktionen

Großeltern in der Literatur

Do 25.04.2024 | 15.30–17.45 Uhr

Stefan Quilitz, Pädagoge, Journalist

Akzeptanz

Annehmen, was nicht zu ändern ist

Do 25.04.2024 | 19.00–21.15 Uhr

Hannelore Gabor-Molitor, Dipl. Pädagogin, Kommunikationstrainerin

Hula Hoop Workshop

Für Neueinsteiger/innen

Sa 27.04.2024 | 10.00–11.30 Uhr

Simone Bongen, Übungsleiterin

Hula Hoop Workshop

Für Teilnehmende mit leichten Vorkenntnissen

Sa 27.04.2024 | 11.45–13.15 Uhr

Simone Bongen, Übungsleiterin

> ÜBERSICHT DER EINZELVERANSTALTUNGEN

MAI**Emotionale Grundformen:****Freude – Angst – Trauer – Wut**

Intensive Gefühle angemessen handhaben

Sa 04.05.2024 | 10.00–17.30 UhrHannelore Gabor-Molitor, Dipl. Pädagogin,
Kommunikationstrainerin**Mit der kleinen Hexe unterwegs
im Abenteuerwald**

Für Eltern mit Ihren Kindern ab 3 Jahren

Sa 04.05.2024 | 15.00–17.15 Uhr

Petra Hölters, Naturerlebnispädagogin

Mit Baby ins Museum

Treffpunkt Kunstmuseum Villa Zanders

Mi 08.05.2024 | 10.30–12.00 Uhr

Sabine Majer, M.A. Kunsthistorikerin

Sommerzeit – Entdeckerzeit voller Leben

Staunen über Gottes reiche Welt

mit den Kleinsten – Für Tagespflegepersonen,
Eltern und andere Interessierte**Di 14.05.2024 | 19.00–21.15 Uhr**

Maria Kley-Auerswald, Montessori-Pädagogin

JUNI**Wir bringen Bilder zum Laufen**Stop-Motion-Workshop für Familien mit Kindern
ab dem Vorschulalter**Sa 01.06.2024 | 10.00–13.00 Uhr**

Kathrin Benkel, Dipl. Pädagogin

Mit Baby ins Museum

Treffpunkt Kunstmuseum Villa Zanders

Mi 05.06.2024 | 10.30–12.00 Uhr

Sabine Majer, M.A. Kunsthistorikerin

»In der Seele an die Liebe rühren«Das Genogramm: Lebensgeschichten
familienbiographisch verstehen**Fr 07.06.2024 | 18.30–20.00 Uhr**Dr. med. Thomas Heucke, Arzt für Psychosoma-
tische Medizin und Psychotherapie

> ÜBERSICHT DER EINZELVERANSTALTUNGEN

Workshop Pilates und Entspannung**Sa 08.06.2024 | 10.00–13.00 Uhr**

Simone Bongen, Pilates-Trainerin

»Freie Stickerei – Meine innere Landschaft«

Experimenteller Workshop

Sa 08.06.2024 | 11.00–17.30 Uhr

Nadja Hormisch, Künstlerin

Großeltern-Treff: Austausch und AktionenMit Enkeln unterwegs: Von fleißigen Bienen
und leckerem Honig – Besuch bei der Imkerin**Sa 08.06.2024 | 15.00–16.30 Uhr**Stefan Quilitz, Pädagoge, Journalist
Uta Henriksen, Imkerin**Werkstatt Gießen –****Beton, Seife und Zuckerprojekte**Für Eltern mit ihren Kinder im
Vor- und Grundschulalter**Sa 22.06.2024 | 11.00–13.15 Uhr**

Petra Hölters, Naturerlebnispädagogin

Entdeckungsreise am Bach – Ein Naturabenteuer

Für Eltern mit ihren Kindern ab 4 Jahren

Sa 22.06.2024 | 15.00–17.15 Uhr

Petra Hölters, Naturerlebnispädagogin

Klangmassage –**Ruhe und Entspannung für Babys und Eltern**Für Eltern mit ihren Babys zwischen
2 und 5 Monaten**Sa 29.06.2024 | 09.30–11.45 Uhr**

Ruth Haasbach, integrative Klangpädagogin

JULI**Sandküche – Ferienangebot**Für Eltern mit ihren Kindern zwischen
1,5 und 10 Jahren**Mo 08.07.2024 | 10.00–12.15 Uhr****Di 09.07.2024 | 10.00–12.15 Uhr****Mi 10.07.2024 | 15.00–17.15 Uhr****Do 11.07.2024 | 15.00–17.15 Uhr****Fr 12.07.2024 | 10.00–12.15 Uhr**



Foto: Purino/shutterstock.com

LEBEN MIT KINDERN

Das Leben mit Kindern kann unglaublich anstrengend sein, und im nächsten Moment fühlt man einfach nur ein großes Glück. Wie schafft man es, den kleinen und großen Kindern zu geben, was sie brauchen, und gleichzeitig das eigene Wohlbefinden nicht aus den Augen zu verlieren? Die Vorträge, Kurse und Gespräche in den Familienbildungsstätten weiten den Blick für das Wunder der Entwicklung. Sie ermuntern dazu, sich auszutauschen und zu lernen, offen zu sein für Neues und die Kinder auf ihren eigenen Wegen zu bestärken – ob in der Kita, in der Schule oder im familiären Alltag.

> KULTUR / MUSEUM

Mit Baby ins Museum

Treffpunkt Kunstmuseum Villa Zanders

Mit Baby ins Museum? Jeden ersten Mittwochvormittag des Monats haben junge Familien die Möglichkeit, Kunst im Kunstmuseum Villa Zanders anzuschauen. Die künstlerische Bandbreite reicht von der Romantik bis zur Gegenwartskunst. Im Anschluss haben Sie die Möglichkeit, bei einer geselligen Pause mit anderen Müttern und Vätern ins Gespräch zu kommen, die Ausstellungen Revue passieren zu lassen und Kontakte zu knüpfen. Während der gesamten Zeit sind wir voll und ganz auf Sie und die Bedürfnisse Ihres Babys eingestellt. Eingeladen sind Mütter und Väter mit ihren Babys bis 1 Jahr.

5,50 € (Erwachsener mit Kind) | 1 x = 2 UStd.

Eine Anmeldung ist erforderlich.

Ort: Kunstmuseum Villa Zanders

Konrad-Adenauer-Platz 8

51465 Bergisch Gladbach

Schwerpunkte der Führungen/**aktuelle Hinweise:****www.villa-zanders.de****Mi 03.01.2024 | 10.30–12.00 Uhr****Veranstaltungs-Nr. 2462770001****Mi 07.02.2024 | 10.30–12.00 Uhr****Veranstaltungs-Nr. 2462770002****Mi 06.03.2024 | 10.30–12.00 Uhr****Veranstaltungs-Nr. 2462770003****Mi 03.04.2024 | 10.30–12.00 Uhr****Veranstaltungs-Nr. 2462770004****Mi 08.05.2024 | 10.30–12.00 Uhr****Veranstaltungs-Nr. 2462770005****Mi 05.06.2024 | 10.30–12.00 Uhr****Veranstaltungs-Nr. 2462770006**

Foto: Kunstmuseum Villa Zanders

> ERZIEHUNGSTHEMEN

Großeltern-Treff

Austausch und Aktionen

Großeltern sein – was für ein toller Job! Die Enkel zu erleben, sie ab und an zu hüten, mit ihnen unterwegs und im Gespräch zu sein, sie in ihren jungen Jahren begleiten und unterstützen zu dürfen – all das ist ein großes Glück, eine Aufgabe, die sehr berührend ist und die Großeltern auf beste Art als Ganzes fordert und selbst auch fördert.

Die Familienbildungsstätte lädt ein zu einer losen Folge von Treffs und Aktionen, um andere Großeltern kennenzulernen, sich auszutauschen, ganz praktisch und kreativ auf diesen »Job« zu blicken und natürlich auch, um mit den Enkeln gemeinsam etwas zu unternehmen.

Die Treffen sind gebührenfrei.

Um eine kleine Spende wird gebeten.

Großeltern-Treff

Großes Glück Großeltern?

Über die Bedeutung der Enkel für das eigene Leben

Dass Großeltern für die Enkel da sind und sich kümmern, ist für die Enkel, Eltern und auch für die Großeltern meist ein großes Glück. Aber ist das selbstverständlich und was macht dies Glück genau aus? Die Antworten darauf sind vielschichtig, denn schließlich geht es hier um die Gestaltung der kostbaren Alterszeit, in der Großeltern auch durchaus »eigene Pläne« haben. Manch eigene Wünsche und das Älterwerden, die eigenen Lebenserfahrungen und die Beziehung zu den Kindern und Schwiegerkindern können dem »Enkelhüten« entgegenstehen. Zugleich kann die Zeit mit den Enkeln eine tiefe, bereichernde Erfahrung sein.

Do 14.03.2024 | 15.30–17.45 Uhr

Stefan Quilitz, Pädagoge, Journalist

Mathilde Miebach, Ehe-, Familien- und Lebensberaterin

gebührenfrei, Anmeldung erforderlich

Ort: Kath. Familienbildungsstätte

Laurentiusstr. 4–12 | 51465 Bergisch Gladbach

Veranstaltungs-Nr. 2462640003

> ERZIEHUNGSTHEMEN

Großeltern-Treff

**Sie schieben die Tage vor sich her,
wie es Ihnen gefällt**

Großeltern in der Literatur

Großmütter und Großväter spielen im Leben der Enkel eine besondere Rolle. Vielleicht auch deshalb, weil sie selbst in einer besonderen Rolle und Lebensphase sind: Sie haben Zeit, den hektischen Alltag des Berufslebens haben sie vielleicht schon beendet und – wie es im Bilderbuch »Kati will Großvater werden« von Signe Viška heißt – Sie »schieben die Tage vor sich her, wie es Ihnen gefällt«.

Was erzählen Bücher noch über Großeltern? Welche Rollen und welche Aufgaben haben darin die Großeltern, welche Erfahrungen machen sie und die Enkel? Und sind diese mit unserer Wirklichkeit vergleichbar?

Wir stöbern in Bilderbüchern und Romanen, angefangen von Stina, die im Bilderbuch »Sturm-Stina« von Lena Anderson ihren Großvater auf einer Schäreninsel besucht, bis hin zu Frieder, der im Roman von Ewald Arenz »Der große Sommer« als 15-jähriger während der Sommerferien zu den Großeltern muss, um sich mit deren Hilfe auf die Nachprüfung vorzubereiten.



Foto: Ollyy/shutterstock.com

Gern können Sie Bücher aus Ihrem Bücherregal mitbringen!

Do 25.04.2024 | 15.30–17.45 Uhr

Stefan Quilitz, Pädagoge, Journalist

Anmeldung erforderlich
gebührenfrei | 1 x = 3 UStd.Ort: Kath. Familienbildungsstätte
Laurentiusstr. 4–12 | 51465 Bergisch Gladbach**Veranstaltungs-Nr. 2462640004**

> ERZIEHUNGSTHEMEN

Großeltern-Treff

Mit Enkeln unterwegsVon fleißigen Bienen und leckerem Honig –
Besuch bei der Imkerin

Das Gesumme von Bienen, die an warmen Tagen von einer Blüte zur anderen fliegen, kennen wir und ebenso steht morgens auf vielen Frühstückstischen ein Glas Honig. Aber was hat beides miteinander zu tun? Wie kommt der Honig ins Glas und welche Rolle spielen die Bienen dabei?

Wir besuchen die Imkerin Uta Henriksen, die uns genau das erklären und zeigen wird. Insbesondere für Kinder im Vorschulalter.

Sa 08.06.2024 | 15.00–16.30 Uhr

Stefan Quilitz, Pädagoge, Journalist

Anmeldung erforderlich
gebührenfrei | 1 x = 2 UStd.Ort: Garten der Begegnung Himmel un Ääd e. V.
Altenberger-Dom-Straße 125
51467 Bergisch Gladbach**Veranstaltungs-Nr. 2462640005****Wir2 – Bindungstraining
für Alleinerziehende**

Infoabend

Die Katholische Familienbildungsstätte plant in Kooperation mit dem Fachbereich Frühe Hilfen der Stadt Bergisch Gladbach den Kurs Wir2 für Alleinerziehende und ihre Kinder anzubieten. Ziel des Kurses ist die Stärkung der Bindung zum Kind. Das Angebot erstreckt sich über 20 Termine. Alleinerziehende sollen in ihrer Elternrolle unterstützt werden: die Bedürfnisse des Kindes zu erkennen und darauf zu reagieren, die Trennungskonflikte von der Elternrolle zu trennen, sowie die Vermittlung von Strategien zur Stressbewältigung. Der Austausch in der Gruppe ist ein wichtiger Bestandteil des Kurses, während die Kinder gut betreut sind. Der Kursstart ist für April 2024 geplant.

Mi 21.02.2024 | 17.00–18.45 UhrGerit Schrader, Kinder-, Jugend- und
Familienberaterin | Liana Olivella-Rüzgar, Kinder-,
Jugend- und Familienberaterin | Daniel Hagen, Wir2
kostenfrei | 1 x = 3 UStd.Ort: Kath. Familienbildungsstätte
Laurentiusstr. 4–12 | 51465 Bergisch Gladbach**Veranstaltungs-Nr. 2462610007**

> ERZIEHUNGSTHEMEN

**Frühkindliche Bindung:
Die Kraft der Eltern-Kind-Beziehung**

Für Eltern und alle die mit Kindern leben

Die Bindung zwischen Ihnen und Ihrem Kind ist von Anfang an ein wichtiges Fundament für Ihre Beziehung. Eine sichere Bindung in den frühen Lebensjahren ist die Grundlage für eine gesunde soziale, emotionale und kognitive Entwicklung. Ein liebevolles und unterstützendes Eltern-Verhalten beeinflusst die Qualität der Bindung und stärkt das Selbstvertrauen und die Resilienz Ihres Kindes. An diesem Vormittag erfahren Sie, wie Sie die Bindung zu Ihrem Kind unterstützen und festigen können. Sprache (verbal und nonverbal) kann dabei eine große Hilfe sein, um emotionale Momente sicher zu begleiten. Es gibt Raum für Austausch rund um das Thema Elternsein in den ersten Lebensjahren.

Sa 09.03.2024 | 10.00 – 12.15 UhrJennifer Koch, Dipl. Sozialpädagogin
15,00 € | 1 x = 3 UStd.Ort: Kath. Familienbildungsstätte
Laurentiusstr. 4–12 | 51465 Bergisch Gladbach**Veranstaltungs-Nr. 2462610003****Herausforderung Pubertät**

Viele Ablungsschritte liegen schon hinter uns (Kindergarten, Grundschule, weiterführende Schule). Die Kinder von gestern sind die Jugendlichen und jungen Erwachsenen von morgen. Oft schneller als wir es wahr haben wollen, ist unser Kind auf dem Weg hinein und hinaus ins Leben. In der Pubertät braucht es neue Wege für ein Miteinander, denn Erziehung wie in Kindertagen nützt nichts mehr. Unsere Kinder brauchen Eltern, die begleiten und zur Verfügung stehen – mit den eigenen Werten, Gefühlen und Grenzen. Und Eltern, die als Vorbild und als Gegenüber gleichzeitig Reibungspunkte bieten, Sparringpartner sind. Diese herausfordernde Zeit, verlangt eine neue Haltung von Eltern: loslassen und gleichzeitig Halt geben, Freiraum gewähren und dennoch auf die Einhaltung von Regeln achten. Wie die Umsetzung gelingen kann, schauen wir uns in diesem Seminar gemeinsam an.

Di 23.04.2024 | 19.30 – 21.45 UhrNina Steckel, Zertifizierte Familientherapeutin,
Coach (DVNLP) | 15,00 € | 1 x = 3 UStd.Ort: Kath. Familienbildungsstätte
Laurentiusstr. 4–12 | 51465 Bergisch Gladbach**Veranstaltungs-Nr. 2462610005**

> ERZIEHUNGSTHEMEN

**Mutig in die Zukunft:
Ein Kurs für Mütter auf dem Weg
zurück ins Berufsleben**

Die Veränderungen im Leben mit Kind sind vielfältig und gerade vor dem beruflichen Wiedereinstieg kommen oft Unsicherheiten und sogar Selbstzweifel: Komme ich wieder rein in meinen alten Beruf? Ist es überhaupt noch das Richtige für mich? Werde ich allen Erwartungen gerecht?

In diesem Kurs geht es darum, sich Zeit für sich selbst zu nehmen und die eigenen Bedürfnisse wahrzunehmen und zu hören. Die manchmal verloren gegangene eigene Selbstsicherheit und das eigene Selbstbewusstsein werden wir gemeinsam stärken und wiederaufbauen. Ziel ist es, sich im eigenen Körper und in den vielfältigen Rollen als Frau und Mutter sicher und stark zu fühlen, so dass Sie wichtige Entscheidungen mit Selbstvertrauen treffen können.

Sie starten den Kurs ganz individuell, in dem Sie sich in Ruhe zu Hause Webinarvideos ansehen. Darauf folgen zwei Treffen in der Gruppe. An diesen Samstagvormittagen ist neben kleinen weiteren Inputs Zeit für Austausch und das gegenseitige Bestärken, das so wertvoll und wichtig ist.

Inhaltliche Themen sind:

- Wo fühle ich mich selbstbewusst und wo bin ich unsicher?
- Wo hadere ich mit meinem Selbstwertgefühl?
- Meine Stärken und Fähigkeiten wieder sehen und neu entdecken.
- Mich selbst und meinen Körper wieder wirklich lieben.
- Selbstbewusst entscheiden und auf mich vertrauen.
- Austausch zu Veränderungen durch die Rolle als Mutter.
- Austausch zu Ängsten und Sorgen bezogen auf den beruflichen Wiedereinstieg.

Sa 04.05. – 25.05.2024 | 09.00 – 12.45 UhrStefanie Zarek, Psychologische Beraterin,
Trainerin für innere Balance, Lehrerin
40,00 € | 2 x = 8 UStd.
Ort: Kath. Familienbildungsstätte
Laurentiusstr. 4–12 | 51465 Bergisch Gladbach
Veranstaltungs-Nr. 2462610002

> ERZIEHUNGSTHEMEN

Elternfrühstück – Zeit für uns als Paar

Verdrängt Familienmanagement die Liebesbeziehung?

»Gute, ausgeglichene Eltern zu sein, ist nicht unmöglich. Eltern müssen nur besonders geschickt und achtsam in Familienbeziehungen sein, um ihr eigenes Selbst zu bewahren und die eheliche Beziehung am Leben zu erhalten.«

Virginia Satir

Wenn aus Paaren Eltern werden, verändert sich Vieles. (Neue) Erwartungen, Bedürfnisse, Hoffnungen und Wünsche wollen benannt, miteinander verhandelt und gelebt werden. Darüber wollen wir ins Gespräch kommen, eigene Erfahrungen einbringen und Anregungen mit nach Hause in den Alltag nehmen. Wie dies gelingen kann wird Thema dieses Seminars sein. Ebenso die Frage, was Bindung schafft und wie Sie Ressourcen Ihrer Liebe reaktivieren können.

Eingeladen sind Paare, die schon an einem Elternfrühstück teilgenommen haben. Aber auch neue Paare sind herzlich willkommen. Wir beginnen mit einem kleinen französischen Frühstück.



Foto: Alexandra Anschitz/shutterstock.com

Sa 17.02.2024 | 09.30 – 12.30 Uhr

Monika Schell, Ehe-, Familien- und Lebensberaterin
Mathilde Miebach, Ehe-, Familien- und Lebensberaterin

25,00 € pro Paar einschl. Frühstück
und Kinderbetreuung | 1 x = 4 UStd.

Ort: Kath. Familienbildungsstätte
Laurentiusstr. 4–12 | 51465 Bergisch Gladbach

Veranstaltungs-Nr. 2462640001

*In Zusammenarbeit mit der Ehe-, Familien- und
Lebensberatungsstelle (EFL)*

> KINDER UND GESUNDHEIT

**Erste Hilfe bei Säuglingen
und Kleinkindern**

Elternabend

An diesem Abend geht es um Tipps zur Erstversorgung bei typischen Unfällen von Kindern (Verletzungen, Verbrennungen, Vergiftungen, Insektenstichen etc.) sowie zu deren möglicher Vermeidung. Außerdem können Fragen gestellt werden zu Pseudokrupp, Fieberkrampf, Gehirnerschütterung, plötzlicher Kindstod oder anderen »brennenden« Themen.

Do 11.04.2024 | 18.30 – 20.45 Uhr

Dr. Uta Römer, Kinder- und Jugendärztin
9,00 € | 1 x = 3 UStd.

Ort: Kath. Familienbildungsstätte
Laurentiusstr. 4–12 | 51465 Bergisch Gladbach

Veranstaltungs-Nr. 2462660016

**Schlaf, Baby schlaf! Babyschlaf
verstehen und liebevoll begleiten**

Für werdende Eltern und Eltern mit Babys
und Kleinkindern bis 3 Jahren

Wieso fällt es manchen Babys schwerer, sich auf den Schlaf einzulassen und wie kann ich mein Kind unterstützen? An diesem Vormittag erhalten Sie viele wichtige Informationen, um das Schlafverhalten Ihres Babys besser verstehen zu können, wie: Schlafentwicklung zwischen 0 und 36 Monaten, Einschlafhilfen, feste Abläufe und Rituale, Schlafphasen, Schlafumgebung und Müdigkeitszeichen, Schlafpläne und deren Bedeutung. Außerdem lernen Sie praktische Übungen und hilfreiche Tipps kennen. Raum für Fragen und Austausch wird es auch geben. Ihr Baby dürfen Sie gerne zum Kurs mitbringen, wenn Sie keine Betreuungsmöglichkeit haben.

Sa 13.04.2024 | 10.00 – 12.15 Uhr

Jennifer Koch, Schlafcoach für Babys und Kleinkinder, Dipl. Sozialpädagogin
15,00 € | 1 x = 3 UStd.

Ort: Kath. Familienbildungsstätte
Laurentiusstr. 4–12 | 51465 Bergisch Gladbach

Veranstaltungs-Nr. 2462610004

> KINDER UND GESUNDHEIT

Klangmassage – Ruhe und Entspannung für Babys und Eltern

Für Eltern mit ihren Babys zwischen 2 und 5 Monaten

An diesem Vormittag verwöhnen Sie Ihr Baby und sich selbst mit einer Klangmassage. Sie massieren nicht mit den Händen, sondern mit wohltuenden Klängen und sind doch gleichzeitig im Körperkontakt mit ihrem Kind.

Sie lernen verschiedene Naturtoninstrumente kennen, die Babys Sinne fördern und gleichzeitig für Ruhe und Entspannung sorgen. Die Klangmassage ist eine sanfte Methode, die sich positiv auf das Wohlbefinden von Babys und Eltern auswirkt. Zusätzlich erfahren Sie, wie Sie Ruheinseln im Alltag schaffen können und die Selbstfürsorge nicht aus dem Blick verlieren.

Darüber hinaus lernen Sie allgemeine Regulationshilfen kennen, um sich und Ihr Baby in Balance zu halten. Es wird genügend Raum für Austausch und Fragen geben.



Foto: Ruth Haasbach

Ruth Haasbach, integrative Klangpädagogin, Ergotherapeutin, Naturpädagogin
16,00 € | 1 x = 3 UStd.
Ort: Kath. Familienbildungsstätte
Laurentiusstr. 4–12 | 51465 Bergisch Gladbach

Sa 24.02.2024 | 09.30–11.45 Uhr
Veranstaltungs-Nr. 2462620002

Sa 20.04.2024 | 09.30–11.45 Uhr
Veranstaltungs-Nr. 2462620003

Sa 29.06.2024 | 09.30–11.45 Uhr
Veranstaltungs-Nr. 2462620004

> ELTERN-KIND-KURSE

Das erste Lebensjahr

Die Kurse »Das erste Lebensjahr« greifen die Pädagogik der ungarischen Kinderärztin Emmi Pikler (1902–1984) auf. Sie verbinden dabei frühkindliche Bildung und Elternbildung.

Pikler heißt

- Das kleine Kind aufmerksam und liebevoll versorgen.
- Es wissen lassen, was wir mit ihm tun. Uns mit ihm verständigen. Von Anfang an.
- Dem Kind eine anregende Umgebung für Spiel und Bewegung geben.
- Es ungestört aktiv sein lassen.
- Ihm Zeit lassen, damit es sich in seinem Rhythmus entwickeln kann.

Im Kursraum gibt es für die Kinder eine entwicklungsgemäße Spielumgebung mit original Pikler®-Bewegungsmaterialien und eine Tischrunde für die Eltern. Während die Kinder spielen, haben die Eltern Zeit zuzuschauen und Zeit für Information und Gespräch. Mit zum Kurs gehören Wiegenlieder und Kinderlieder, die Eltern (wieder) lernen können. Zu jedem Kurs gehört ein Elternabend, der mit der Kursleiterin abgesprochen wird und in der Kursgebühr enthalten ist.

»Jeder Schritt, den das Kind selbstständig macht, erleichtert den nächsten.«

Emmi Pikler



Foto: Barbara Bechtloff

> ELTERN-KIND-KURSE

Elternstart NRW

»Elternstart NRW« ist ein kostenfreies Angebot der Familienbildung für Eltern mit ihren Kindern im ersten Lebensjahr. Dieses Angebot wird von der Landesregierung NRW finanziert.



Elternstart umfasst fünf Termine mit jeweils zwei Unterrichtsstunden.

Mit »Elternstart NRW« können Mütter und Väter

- die Entwicklung ihres Kindes im ersten Jahr bewusster erleben
- die Bedürfnisse des Säuglings besser verstehen lernen
- sich mit anderen Eltern austauschen

Durch »Elternstart NRW« bekommen Mütter und Väter

- Anregungen und Tipps für den Familienalltag mit einem Baby
- mehr Sicherheit in ihrer Elternrolle
- Zugang zu weiteren Angeboten der Familienbildung

Wer kann an Elternstart NRW teilnehmen?

- Mütter und Väter aus NRW mit einem Kind im ersten Lebensjahr
- Beide Eltern können gemeinsam an Elternstart NRW teilnehmen (auch für Adoptiv- und Pflegeeltern geeignet).
- Die Teilnahme ist bei jedem weiteren neugeborenen Kind möglich
- Wir empfehlen möglichst frühzeitig ein Anschlussangebot zu belegen.



Foto: LikClick/shutterstock.com

> ELTERN-KIND-KURSE

Elternstart NRW

Für Eltern mit ihren
Sept bis Nov 2023 geborenen Babys

Mo 15.01. – 19.02.2024 | 09.00 – 10.30 Uhr

Christina Steinbüchel, B.A., Sozialarbeiterin
gebührenfrei | 5 x = 10 UStd.

Ort: Kath. Familienbildungsstätte
Laurentiusstr. 4–12

51465 Bergisch Gladbach

Veranstaltungs-Nr. 2462620021



Anschlussangebot an Elternstart

Begleitung im ersten Lebensjahr

Für Eltern mit ihren
Sept bis Nov 2023 geborenen Babys

Mo 26.02. – 24.06.2024 | 09.00 – 10.30 Uhr

Christina Steinbüchel, B.A., Sozialarbeiterin
99,00 € | 16 x = 33 UStd.

Ort: Kath. Familienbildungsstätte
Laurentiusstr. 4–12

51465 Bergisch Gladbach

Veranstaltungs-Nr. 2462620022

Elternstart NRW

Für Eltern mit ihren
Nov 2023 bis Feb 2024 geborenen Babys

Mo 08.04. – 06.05.2024 | 10.45 – 12.15 Uhr

Christina Steinbüchel, B.A., Sozialarbeiterin
gebührenfrei | 5 x = 10 UStd.

Ort: Kath. Familienbildungsstätte
Laurentiusstr. 4–12

51465 Bergisch Gladbach

Veranstaltungs-Nr. 2462620031



Anschlussangebot an Elternstart

Begleitung im ersten Lebensjahr

Für Eltern mit ihren Nov 2023 bis Feb 2024
geborenen Babys

Mo 13.05. – 24.06.2024 | 10.45 – 12.15 Uhr

Christina Steinbüchel, B.A., Sozialarbeiterin.
45,00 € | 7 x = 15 UStd.

Ort: Kath. Familienbildungsstätte
Laurentiusstr. 4–12

51465 Bergisch Gladbach

Veranstaltungs-Nr. 2462620032

> ELTERN-KIND-KURSE

Das erste Lebensjahr

Für Eltern mit ihren Mitte August bis Mitte Juni 2023 geborenen Babys

Di 16.01. – 18.06.2024 | 10.30 – 12.00 Uhr

Gabriele Pfahl, Erzieherin, Heilpädagogin
123,00 € | 20 x = 41 UStd.

Ort: Kath. Familienbildungsstätte
Laurentiusstr. 4–12

51465 Bergisch Gladbach

Veranstaltungs-Nr. 2462620009

**Das erste Lebensjahr**

Für Eltern mit ihren April bis Juni 2023 geborenen Babys

Do 25.01. – 20.06.2024 | 08.45 – 10.15 Uhr

Bianca Ehlert, Erzieherin, Kleinkindpädagogin
92,50 € | 17 x = 37 UStd.

Ort: Kath. Familienbildungsstätte
Laurentiusstr. 4–12

51465 Bergisch Gladbach

Veranstaltungs-Nr. 2462620005

**Das erste Lebensjahr**

Für Eltern mit ihren Januar bis März 2023 geborenen Babys

Do 25.01. – 20.06.2024 | 10.30 – 12.00 Uhr

Bianca Ehlert, Erzieherin, Kleinkindpädagogin
92,50 € | 18 x = 37 UStd.

Ort: Kath. Familienbildungsstätte
Laurentiusstr. 4–12

51465 Bergisch Gladbach

Veranstaltungs-Nr. 2462620006

**Weitere Eltern-Baby-Kurse**

im Herman-Löns Forum,
in Schildgen und in Kürten
ab Seite 110

> ELTERN-KIND-KURSE

Babynest – Leichter Start mit Kind

Für Mütter gibt es Tipps und Informationen, ihr Baby einfach und gut zu versorgen, ein zufriedenes Baby zu haben, mehr Zeit für sich zu bekommen und Lieder und erste Spiele auszuprobieren.

Fr 19.01. – 28.06.2024 | 09.30 – 11.45 Uhr

Monika Wiechers-Kohlenbach, Heilpädagogin
18,00 € | 18 x = 54 UStd.

Ort: Kath. Familienbildungsstätte
Laurentiusstr. 4–12 | 51465 Bergisch Gladbach

Veranstaltungs-Nr. 2462620001

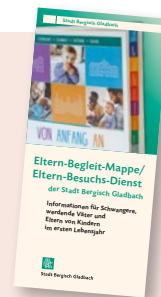


In Zusammenarbeit mit der Beratungsstelle
Esperanza des Caritasverbandes RheinBerg

Haben Sie schon die Eltern-Begleit-Mappe der Stadt Bergisch Gladbach?

Sie können diese zu den Öffnungszeiten des Bürgerbüros kostenfrei abholen oder online herunterladen und blättern unter **www.bergischgladbach.de/eltern-begleit-mappe.aspx**.

Neben vielen guten Infos ist **ein Gutschein** im Wert von 35,00 € enthalten, den Sie für unsere Kurse im ersten Lebensjahr ihres Kindes einsetzen können (ein ausgedruckter Gutschein wird auch akzeptiert).



> ELTERN-KIND-KURSE

Montagstreff

Elterncafé für junge Mütter und Väter mit ihren Kindern bis 2 Jahre

- Treff für junge Schwangere, Mütter und Väter
- Babyspielplatz für Kinder bis 2 Jahren
- Kontakt und Gespräche
- Fragen rund um das Leben mit Kind bei Kaffee oder Tee und einem kleinen Frühstück.

Dafür bitten wir um eine Lebensmittelumlage 2,00 € pro Termin. Es handelt sich um ein offenes Angebot.

Rückfragen gerne unter
Telefon 02202 93639-0

Mo 15.01. – 09.12.2024 | 09.30 – 11.45 Uhr

Birgit Mohr, Erzieherin

Sarina Claßen

34 x = 102 UStd.

Ort: Kath. Familienbildungsstätte

Laurentiusstr. 4–12 | 51465 Bergisch Gladbach

Veranstaltungs-Nr. 2462620043

**Musikmäuse –
Musik erleben von Anfang an**

Für Eltern mit ihren Kindern von 1 bis 3 Jahren

Kinder haben eine natürliche Freude am Musizieren, Singen, Experimentieren, an Bewegung und Tanz. Auf spielerische Weise werden die Kinder an die Musik herangeführt und können gemeinsam mit ihren Eltern die eigene Stimme und ihren Körper entdecken und Freude daran haben. In einer angenehmen Umgebung werden einfache Instrumente und Materialien eingesetzt, wie Rasseln, Glöckchen, Klanghölzer, bunte Tücher ...

Kathrin Benkel, Dipl. Pädagogin

126,00 € | 21 x = 42 UStd.

Ort: Kath. Familienbildungsstätte

Laurentiusstr. 4–12 | 51465 Bergisch Gladbach

Mi 17.01. – 26.06.2024 | 09.00 – 10.30 Uhr

Veranstaltungs-Nr. 2462620019

Mi 17.01. – 26.06.2024 | 10.45 – 12.15 Uhr

Veranstaltungs-Nr. 2462620020

Weitere Eltern-Kind-Kurse

in Familienzentren finden Sie **ab Seite 110**

> ELTERN-KIND-KURSE

Purzelraum

Eine Stunde voller Bewegung!

Beim gemeinsamen Spielen, Singen und Tanzen bekommen die Eltern viele Anregungen für zu Hause. Die Kinder haben während des freien Spielens im abwechslungsreich gestalteten Spielraum zahlreiche Möglichkeiten, Neues auszuprobieren und Einfallsreichtum zu entwickeln.

Gabriele Pfahl, Erzieherin, Heilpädagogin

Ort: Kath. Familienbildungsstätte

Laurentiusstr. 4–12 | 51465 Bergisch Gladbach

Für Eltern mit ihren Kindern von 1,5 bis 2 Jahren

Mo 15.01. – 17.06.2024 | 15.00 – 16.00 Uhr

76,00 € | 19 x = 19 UStd.

Veranstaltungs-Nr. 2462620007

Für Eltern mit ihren Kindern von 1 bis 1,5 Jahren

Di 16.01. – 18.06.2024 | 09.00 – 10.00 Uhr

76,00 € | 19 x = 19 UStd.

Veranstaltungs-Nr. 2462620008



Foto: Foto-FBS

Für Eltern mit ihren Kindern von 2 bis 3 Jahren

Mi 17.01. – 19.06.2024 | 15.00 – 16.00 Uhr

76,00 € | 19 x = 19 UStd.

Veranstaltungs-Nr. 2462620010

Für Eltern mit ihren Kindern von 2 bis 3 Jahren

Mi 17.01. – 19.06.2024 | 16.15 – 17.45 Uhr

114,00 € | 19 x = 38 UStd.

Veranstaltungs-Nr. 2462620011

FÜR ALLE ELTERN-KIND-ANGEBOTE GILT:

Fragen Sie nach Ermäßigungsmöglichkeiten

> ELTERN-KIND-KURSE

Sandküche

Ferienangebot für Eltern mit ihren Kindern zwischen 1,5 und 10 Jahren

Für die Kinder ist ein Raum mit Sand in Kübeln, Gefäßen und vielen weiteren Materialien vorbereitet. Es gibt z. B. Siebe, Löffel, Kellen, Milchkännchen und Trichter, die zum Ausprobieren einladen. Die Kinder können auf kreative Weise die vielfältigen Möglichkeiten, die der Sand zulässt, nutzen. Ein weiterer Raum ist ausgestattet mit Stroh und verschiedenen Bewegungselementen. Hier können die Kinder ihrem Drang nach Bewegung nachkommen. Die Lust am Tun und das Experimentieren stehen im Vordergrund, Anleitungen oder Erklärungen sind nicht nötig, die Kinder spielen konzentriert und vertieft. Eltern bleiben als »sicherer Hafen« für ihre Kinder im Raum, können über die lange Konzentrationsdauer und das kreative Spiel ihres Kindes stauen und Ideen für das Spiel zu Hause mitnehmen. Eine Möglichkeit für eine kleine Pause zwischendurch gibt es außerhalb der beiden Räume.

12,00 € (1 Erwachsener und Kind/er) pro Termin
6,00 € weiterer Erwachsener | 1 x = 3 UStd.
Ort: Kath. Familienbildungsstätte
Laurentiusstr. 4–12 | 51465 Bergisch Gladbach

Mo 08.07.2024 | 10.00–12.15 Uhr

Gabriele Pfahl, Erzieherin, Heilpädagogin
Petra Köser, Erzieherin

Veranstaltungs-Nr. 2462620036

Di 09.07.2024 | 10.00–12.15 Uhr

Gabriele Pfahl, Erzieherin, Heilpädagogin
Petra Köser, Erzieherin

Veranstaltungs-Nr. 2462620037

Mi 10.07.2024 | 15.00–17.15 Uhr

Gabriele Pfahl, Erzieherin, Heilpädagogin
Kathrin Benkel, Dipl. Pädagogin

Veranstaltungs-Nr. 2462620038

Do 11.07.2024 | 15.00–17.15 Uhr

Gabriele Pfahl, Erzieherin, Heilpädagogin
Ruth Haasbach, integrative Klangpädagogin

Veranstaltungs-Nr. 2462620039

Fr 12.07.2024 | 10.00–12.15 Uhr

Monika Wiechers-Kohlenbach, Heilpädagogin
Ruth Haasbach, integrative Klangpädagogin

Veranstaltungs-Nr. 2462620040

> FAMILIEN MIT KINDERN IM KITA- UND GRUNDSCHULALTER

»Weg im Sternenlicht – Ich steh an deiner Krippe hier«

Krippenwanderung in Köln für Kinder im Vorschul- und Grundschulalter mit Eltern/Großeltern

Weihnachten hat etwas mit »Schauen« zu tun. Der Evangelist Lukas erzählt von Hirten, Schafen, von der Geburt des Kindes, das in eine Futterkrippe gelegt wird, und von himmlischen Scharen, die ihr »Gloria in excelsis Deo« singen. Diese Berichte haben Maler aller Zeiten angeregt. Seit der Weihnacht des Jahres 1223, als Franziskus angefangen hat mit einer Krippe im Wald von Greccio, hat es unzählige Versuche gegeben, das Weihnachtsgeschehen nachzustellen. Jede Krippe ist anders, gemeinsam ist ihnen der Versuch der Deutung. In Köln finden wir eine Fülle von Krippen.



Foto: udra11/shutterstock.com

Wir wollen uns auf den Weg machen, diese und ihre Botschaft für uns und unsere Kinder zu entdecken. Weihnachten will uns bewegen. Vielleicht führt sie uns zum Kind in der Krippe. Unser Weg wird uns zu den Krippen in Maria in der Kupfergasse, Sankt Andreas und Sankt Gereon führen.

So 07.01.2024 | 15.00–17.15 Uhr

Maria Kley-Auerswald, Montessori-Pädagogin
9,00 € (1 Erwachsener und Kind/er)
6,00€ weiterer Erwachsener
Treffpunkt: Kreuzblume vor dem Dom
Domkloster 3 | 50667 Köln

Veranstaltungs-Nr. 2462670003

> FAMILIEN MIT KINDERN IM KITA- UND GRUNDSCHULALTER

Papierschöpfen mit Blüten und Gewürzen – aus Alt mach Neu!

Für Eltern mit ihren Kindern im Vorschul- und Grundschulalter

Was gibt es alltäglicheres als Papier? Und doch ist es jedes Mal ein kleines Wunder mitzuerleben wie es entsteht. Zuerst hat man (fast) nur Wasser, dann setzt sich auf dem Schöpfrahmen ein wässriger Brei ab, der durch Pressen und Trocknen zu einem Papier wird. Mit Ihren Kindern erfahren Sie die spielerisch-kreative Herstellung von Papier. Altpapier wird wieder zu neuen Papieren. Um diese besonders und einzigartig zu machen, können Sie sie mit eigenen getrockneten Blüten und Gräsern aufpeppen. So stellen wir Lesezeichen oder kleine Frühlinggrüße her. **Bitte mitbringen:** Buntes Altpapier wie Brötchentüten, Eierkartons und ggf. Blüten und Gräser.

Sa 16.03.2024 | 10.00–13.00 Uhr

Kathrin Benkel, Dipl. Pädagogin
16,00 € (Erwachsener mit Kind)
8,00 € weiterer Erwachsener | 1 x = 4 UStd.
Ort: Kath. Familienbildungsstätte
Laurentiusstr. 4–12 | 51465 Bergisch Gladbach
Veranstaltungs-Nr. 2462620041

Backen für das Osternest

Für Eltern mit ihren Kindern ab 3 Jahren

Ostern steht vor der Tür! Wie wollt Ihr das Fest in diesem Jahr gestalten und was kommt auf den Tisch? Hasen, Kränze und Eier dürfen im Nest nicht fehlen. Wir bereiten einen einfachen Hefeteig zu. Alle großen und kleinen Hände werden gebraucht, denn wir kneten und formen und verzieren unsere Teiglinge dann mit Nüssen, Rosinen und Saaten. Dazu gibt es einen leckeren Möhren-Kräuter-Aufstrich. Nebenbei erfahrt Ihr, wie entspannend Teig kneten ist, warum es die Hefe gerne kuschelig mag und wie das frische Grün nicht nur die Hasen nach draußen lockt, sondern warum auch Ihr beim Frühlingssparziergang vielerlei »Grünzeug« für Euch entdecken könnt. Die Rezepte könnt Ihr natürlich mitnehmen. **Bitte mitbringen:** Brotdose, Messer, Sparschäler, Glas und Schürzen.

Fr 22.03.2024 | 15.00–18.00 Uhr

Silvia Fröhning, Dipl. Oecotrophologin
20,00 € inkl. 4,00 € Umlage (Erwachsener mit Kind) | 1 x = 4 UStd.
Ort: Kath. Familienbildungsstätte
Laurentiusstr. 4–12 | 51465 Bergisch Gladbach
Veranstaltungs-Nr. 2462620044

> FAMILIEN MIT KINDERN IM KITA- UND GRUNDSCHULALTER

Mit der kleinen Hexe unterwegs im Abenteuerwald

Für Eltern mit Ihren Kindern ab 3 Jahren

Kommt mit in den magischen Hexenwald und werdet selber eine kleine oder große Waldhexe oder ein Waldhexer! Um bei der großen Feier in der Walpurgisnacht dabei sein zu dürfen, müssen sich alle Hexen und Hexer gut vorbereiten.

Sie trainieren in verschiedenen Hexendisziplinen, wie Kräuterkunde und Besenbau. Auch Zauberstabanfertigung gehört dazu, genauso wie das Ausprobieren verschiedener Zaubersprüche. Vielleicht gelingt es uns am Ende sogar einen Schatz herbei zu hexen.

Sa 04.05.2024 | 15.00–17.15 Uhr

Petra Hölters, Naturerlebnispädagogin
18,00 € inkl. 2,00 € Umlage
(Erwachsener mit Kind)
8,00 € weiterer Erwachsener
1 x = 3 UStd. | Ort: Katholische Familienbildungsstätte
Laurentiusstr. 4–12
51465 Bergisch Gladbach
Veranstaltungs-Nr. 2462620033

**»Das sind wir, Familie...«
Wir bringen Bilder zum Laufen**

Stop-Motion-Workshop für Familien mit Kindern ab dem Vorschulalter

In diesem Workshop dreht Ihr als Familie gemeinsam einen eigenen kleinen Trickfilm. Nach einer kurzen Einführung in die Stop Motion Technik geht es an die Produktion Eures Films. Beim Gestalten des Drehbuchs, der Kulissen und Euren Hauptdarstellern könnt Ihr Eurer Kreativität freien Lauf lassen. Wenn alle Vorbereitungen abgeschlossen sind, filmt Ihr mit iPads die einzelnen Szenen und lasst leblose Objekte lebendig werden. Um den Film komplett zu machen, fehlen dann nur noch Geräusche und Töne. Film ab!!! Zum Abschluss gibt es eine kleine Kinovorführung mit allen entstandenen Familienfilmen. Mit und ohne Filmerfahrung, für jeden ist etwas dabei.

Sa 01.06.2024 | 10.00–13.00 Uhr

Kathrin Benkel, Dipl. Pädagogin
16,00 € (Erwachsener mit Kind)
8,00 € weiterer Erwachsener | 1 x = 4 UStd.
Ort: Kath. Familienbildungsstätte
Laurentiusstr. 4–12 | 51465 Bergisch Gladbach
Veranstaltungs-Nr. 2462620042

> FAMILIEN MIT KINDERN IM KITA- UND GRUNDSCHULALTER

**Werkstatt Gießen:
Beton, Seife und Zuckerprojekte**

Für Eltern mit ihren Kinder im
Vor- und Grundschulalter

Gießen ist eine sehr vielseitige und wunderbare Technik. Flüssiges Material wird dabei in eine selbst gemachte Schalung gegossen und härtet in dieser aus. Hierbei ergeben sich vielfältige Möglichkeiten, Formen und Farben. Der Fantasie sind keine Grenzen gesetzt. Wir probieren heute die Werkstoffe Beton, Seife und Zucker aus und es entstehen Streifenseifen, Zuckerfrösche und Betonbären. Seid gespannt!

Sa 22.06.2024 | 11.00–13.15 Uhr

Petra Hölters, Naturerlebnispädagogin
18,00 € inkl 2,00 Euro Umlage
(Erwachsener mit Kind

8,00 € weiterer Erwachsener | 1 x = 3 UStd.

Ort: Kath. Familienbildungsstätte

Laurentiusstr. 4–12 | 51465 Bergisch Gladbach

Veranstaltungs-Nr. 2462620034

**Entdeckungsreise am Bach –
ein Naturabenteuer**

Für Eltern mit Ihren Kindern ab 4 Jahren

Tauchen Sie mit uns ein in die faszinierende Welt am Bach. Die Natur hält hier eine Vielzahl von Geheimnissen bereit, die darauf warten, von neugierigen Entdeckerinnen und Entdeckern erkundet zu werden. Wir werden dem Vogelgezwitscher, dem Quaken der Frösche und dem Summen der Insekten lauschen, während das Wasser vor sich hinplätschert. Wir werden glitschige Steine spüren, und Wasserskorpione, Flohhüpfer, Steinfliegenlarven und viele andere faszinierende Lebewesen mithilfe unserer selbstgebauten Wassertupen beobachten. Gemeinsam bestimmen wir die Qualität des Wassers und erforschen, wie ein Wasserrad funktioniert. Zum Abschluss lassen wir selbstgebauten Flöße aus Naturmaterialien um die Wette schwimmen. Bitte bringen Sie einen kleinen Eimer mit.

Sa 22.06.2024 | 15.00–17.15 Uhr

Petra Hölters, Naturerlebnispädagogin
16,00 € (Erwachsener mit Kind)

8,00 € weiterer Erwachsener | 1 x = 3 UStd.

Treffpunkt: wird noch bekannt gegeben.

Veranstaltungs-Nr. 2462620035

> FAMILIEN MIT KINDERN IM KITA- UND GRUNDSCHULALTER

Familienwochenende

Abenteuer Familie und Gott im Gepäck
Für Eltern mit ihren Kindern ab 4 Jahren

Das Leben ist ein Abenteuer! Wer eine Familie hat, der kann sich nicht über Langeweile beklagen! Manchmal kann es aber auch ganz schön anstrengend werden. Dann ist es wichtig, die Kraftreserven wieder aufzutanken.

An diesem Wochenende werden wir das Abenteuer Familie von verschiedenen Seiten betrachten. Auch die Bibel erzählt Familiengeschichten, die hilfreich für unseren Alltag sein können. Neues entdecken, andere Familien kennenlernen und Begegnungen schaffen, die Natur erleben und unseren Glauben teilen, stehen an diesem Wochenende im Vordergrund.

Neben einem spirituellen Angebot wird es verschiedene Familien-, Klein-, und Großgruppenaktionen geben. Am Sonntag werden wir zum Abschluss gemeinsam einen Gottesdienst feiern.



Foto: Sergey Novikov/shutterstock.com

Das Wochenende wird gefördert durch die Energiepreispauschale der Aktion neue Nachbarn des Erzbistums Köln.

Nähere Informationen

Ein Flyer mit weiteren Informationen erscheint im Januar 2024.

Es laden ein: Hermann-Löns Forum, Aktion neue Nachbarn und die Katholische Familienbildungsstätte Bergisch Gladbach

Fr 14.06. –16.06.2024 | 17.00–14.00 Uhr

Ort: Haus Altenberg

Ludwig Wolker Str. 12 | 51519 Odenthal-Altenberg

Veranstaltungs-Nr. 2462740011



Foto: Daria Mirnaeva/shutterstock.com

NÄHKURSE

Mit Gleichgesinnten macht das Nähen viel mehr Spaß! Seien Sie kreativ und lassen Sie sich von tollen Stoffen inspirieren. In unseren Kursen erwerben Sie Grundkenntnisse und bekommen fachliche Tipps, um besser und schneller zum Ziel zu kommen. Sie können aber auch Ihre vorhandene Garderobe unter Anleitung ändern oder modernisieren.

> NÄHKURSE

Nähkurs für Anfänger/Innen und Fortgeschrittene

Ort: Kath. Familienbildungsstätte
Laurentiusstraße 4-12
51465 Bergisch Gladbach

Mo 29.01. – 10.06.2024 | 18.45 – 21.00 Uhr

Brigitte Frühlingsdorf, Dipl. Modegestalterin
120,00 € | 16 x = 48 UStd.

Veranstaltungs-Nr. 2462660026

Di 23.01. – 28.05.2024 | 08.30 – 11.30 Uhr

Gabriele Gerlach, Bekleidungsingenieurin
150,00 € | 15 x = 60 UStd.

Veranstaltungs-Nr. 2462660008

Di 23.01. – 28.05.2024 | 18.30 – 21.30 Uhr

Gabriele Gerlach, Bekleidungsingenieurin
150,00 € | 15 x = 60 UStd.

Veranstaltungs-Nr. 2462660009

Mi 17.01. – 26.06.2024 | 19.00 – 21.15 Uhr

Irmgard Engstenberg, Schneidermeisterin
150,00 € | 20 x = 60 UStd.

Veranstaltungs-Nr. 2462660014

Do 18.01. – 27.06.2024 | 19.00 – 21.15 Uhr

Irmgard Engstenberg, Schneidermeisterin
135,00 € | 18 x = 54 UStd.

Veranstaltungs-Nr. 2462660015

Fr 02.02. – 24.05.2024 | 16.30 – 19.30 Uhr

Gabriele Gerlach, Bekleidungsingenieurin
80,00 € | 8 x = 32 UStd.

Der Kurs findet 14-tägig statt.

Veranstaltungs-Nr. 2462660011

In der Familienbildungsstätte sind Nähmaschinen
vorhanden. Sie können Ihre eigene Maschine aber
gerne mitbringen.

Für Neueinsteiger/innen

Eine Liste der Materialien,
die Sie bitte mitbringen, finden Sie zum Download:
www.fbs-gladbach.de

> NÄHKURSE IN KÜR TEN BECHEN

Di 30.01. – 11.06.2024 | 18.30 – 20.45 Uhr

Brigitte Frühlingsdorf, Dipl. Modegestalterin
94,50 € | 14 x = 42 UStd.

Für diesen Kurs Information und Anmeldung:

Brigitte Frühlingsdorf | Telefon 02207 8481820

Ort: Pfarrsaal Bechen

Odenthaler Str. 3 | 51515 Kürten (Bechen)

Veranstaltungs-Nr. 2462660027

Do 15.02. – 13.06.2024 | 09.30 – 11.45 Uhr

Brigitte Frühlingsdorf, Dipl. Modegestalterin
87,75 € | 13 x = 39 UStd.

Für diesen Kurs Information und Anmeldung:

Brigitte Frühlingsdorf | Telefon 02207 8481820

Ort: Pfarrsaal Bechen

Odenthaler Str. 3 | 51515 Kürten (Bechen)

Veranstaltungs-Nr. 2462660028



> WOCHENEND-WORKSHOPS / OVERLOCKMASCHINE

»Nähworkshops am Wochenende«

Zuschneiden und Nähen von Wunschprojekten

In diesem kompakten Workshop erhalten Sie in einer kleinen Gruppe eine individuelle Betreuung beim Nähen von Ihren Wunschprojekten. Falls Sie im Vorfeld eine kurze Beratung durch die Kursleiterin wünschen, sprechen Sie uns an, wir vermitteln den Kontakt.

Fr 23.02.2024 | 17.00 – 20.45 Uhr und

Sa 24.02.2024 | 09.30 – 15.15

Gabriele Gerlach, Bekleidungsingenieurin
40,00 € | 2 x = 12 UStd.

Ort: Kath. Familienbildungsstätte

Laurentiusstr. 4–12 | 51465 Bergisch Gladbach

Veranstaltungs-Nr. 2462660001

Fr 19.04.2024 | 17.00 -20.45 Uhr und

Sa 20.04.2024 | 09.30 – 15.15 Uhr

Gabriele Gerlach, Bekleidungsingenieurin
40,00 € | 2 x = 12 UStd.

Ort: Kath. Familienbildungsstätte

Laurentiusstr. 4–12 | 51465 Bergisch Gladbach

Veranstaltungs-Nr. 2462660002

Nähen mit der Overlockmaschine

Für Anfänger/innen und Fortgeschrittene

Sie haben eine Overlockmaschine erstanden und möchten lernen, wie man damit umgeht? Sie möchten wissen, was die Maschine alles kann? Schritt für Schritt werden Einsteiger/innen an die Funktionsweise der Overlockmaschine herangeführt. Auch Fortgeschrittene können in diesem Kurs Ihre Kenntnisse vertiefen.

Bitte bringen Sie entsprechendes Material, verschiedene Stoffqualitäten, sowie eine eigene Overlockmaschine inkl. Bedienungsanleitung mit.

Sa 09.03.2024 | 10.00 – 13.00 Uhr

Gisela Klose, Schneidermeisterin,
Musterdirektrice

16,00 € | 1 x = 4 UStd.

Ort: Kath. Familienbildungsstätte

Laurentiusstr. 4–12 | 51465 Bergisch Gladbach

Veranstaltungs-Nr. 2462660005

> WORKSHOP

»Freie Stickerei – Meine innere Landschaft«

Experimenteller Workshop

Im Rahmen ihrer aktuellen Ausstellung »verwandt« leitet die Textilkünstlerin Nadja Hormisch den eintägigen Workshop »Meine innere Landschaft«.

Sie arbeiten an kleinen Bildern, die mit Fäden, Farben und Formen innere Landschaften freilegen. Zeitgleich werden auf Musterkärtchen einzelne Stickstiche geübt, mit denen dies besonders gut gelingt.

Alle kreativen Landschafts-Variationen sind denkbar und möglich. Sie nehmen jeweils ihre Übungskärtchen als auch ihre eigene »seelenverwandte« Landschaft mit nach Hause.

Keine Vorkenntnisse erforderlich. Sowohl für Anfänger:innen als auch für Fortgeschrittene geeignet.

Bitte mitbringen, sofern vorhanden:

- Kleine Stickrahmen
- Stickgarne
- Sticknadeln
- Schere
- gerne auch Lieblings-Stoffstücke (möglichst einfarbig) in ausreichender Größe
- ein paar Blätter Zeichenpapier und bunte Holzmalstifte.

Es besteht die Möglichkeit, im Kurs Stickrahmen auszuleihen und Stickgarne und Stoffstücke in unterschiedlichen Farben günstig zu erwerben.

Sa 08.06.2024 | 11.00 – 17.30 Uhr

Nadja Hormisch, Textilkünstlerin
38,00 € | 1 x = 8 UStd.

Ort: Kath. Familienbildungsstätte

Laurentiusstr. 4–12 | 51465 Bergisch Gladbach

Veranstaltungs-Nr. 2462660036



Foto: Robert Kneschke/shutterstock.com

GESUNDHEIT BEWEGUNG

Körper, Geist und Seele in ein Gleichgewicht zu bringen – das ist das Ziel von gesundheitsorientierter Bildung. Unsere Veranstaltungen nehmen stets die gesamte Familie und alle betroffenen Menschen in den Blick. Sie setzen praktische Lernprozesse in Gang, indem sie vermitteln, was es heißt, füreinander Sorge zu tragen und da zu sein, wenn Betreuung und Pflege nötig sind. Und indem sie zeigen, wie man gesund bleibt und Kindern ein Vorbild sein kann, wenn es um den verantwortungsvollen Umgang mit dem eigenen Körper sowie den eigenen Stärken und Schwächen geht.

> GESUNDHEIT / BEWEGUNG UND ENTSPANNUNG

In meine Kraft gehen – Zeit für mich

Workshop für Frauen

An diesem Samstag besinnen Sie sich ganz auf sich und die Pflege Ihrer Kraft und Ressourcen. Es erwartet Sie ein Mix aus Theorie zur Resilienzförderung, Impulse wie Sie gut mit Stress umgehen können und ganz Praktisches, was Sie dabei unterstützen kann. Elemente aus Entspannung, Qui Gong, Selbstmassage, Spiel und Freude daran, begleiten uns an diesem Tag. Ziel ist es, dass Sie Ideen für einen kleinen persönlichen Werkzeugkoffer bekommen, Kraft und Energie tanken können, um mit dem oft stressigen Alltag besser zurecht zu kommen.

Sa 09.03.2024 | 14.00 – 18.00 Uhr

Friederike Hepner-Ramm, Dipl. Sozialpädagogin, Resilienzberaterin

20,00 € | 1 x = 5 UStd.

Ort: Kath. Familienbildungsstätte

Laurentiusstr. 4–12 | 51465 Bergisch Gladbach

Veranstaltungs-Nr. 2462660029

Kreative Auszeit

Malen, Entspannung und Achtsamkeit

Zeit für sich selbst, Zeit zum Atemholen – obwohl wir Ruhe und Entspannung für unser Wohlbefinden und unsere Gesundheit brauchen, kommen sie im Alltag oft zu kurz. Dieser Workshop bietet Ihnen einen Ort der Ruhe, eine Oase zum Auftanken für Ihre Seele. Sie lernen achtsame Mal- und Kreativübungen sowie verschiedene Entspannungstechniken kennen, die Sie leicht in Ihrem Alltag umsetzen können. Dabei geht es auch um eine achtsame Selbstwahrnehmung, um sich und seinen inneren Bedürfnissen auf die Spur zu kommen. Die gemachten Erfahrungen können im anschließenden Austausch in der Gruppe gerne geteilt und vertieft werden.

Sa 16.03.2024 | 11.00 – 16.00 Uhr

Jutta Eckart, Kunsttherapeutin, Ressourcen- und Resilienztrainerin

25,20 € | 1 x = 6 UStd.

Ort: Kath. Familienbildungsstätte

Laurentiusstr. 4–12 | 51465 Bergisch Gladbach

Veranstaltungs-Nr. 2462660017

> GESUNDHEIT / BEWEGUNG UND ENTSPANNUNG

Mein Lebensbaum – Zentrierung und Verwurzelung mit Yoga und Malerei

Dein persönlicher Lebensbaum

Aufbruch und Wachstum in den Frühling

»Bäume sind Heiligtümer. Wer ihnen zuzuhören weiß, der erfährt die Wahrheit.«

Hermann Hesse

Der Baum des Lebens begegnet uns in vielen Kulturen und Religionen als Ursymbol der Schöpfung. In traditionellen Mythologien umfasst er das gesamte Universum. Auch die moderne Psychologie erkennt den Baum als Symbol für innere Wachstumsprozesse, und bereits C.G.Jung beschrieb ihn als Bild der »Individuation« für den vollständigen Ausdruck unserer Seele.

In diesem Workshop wollen wir den Lebensbaum in seinen verschiedenen Aspekten erforschen – mit den Methoden des Yoga und im künstlerischen Ausdruck. Mit Hilfe klassischer Asanas und in der Meditation entdecken und stärken wir unsere Verwurzelung im Sein. Wir erforschen unsere Aufrichtung und Zentrierung, die uns auch in unruhigen Zeiten vertrauensvoll im Leben stehen lässt. Starke Wurzeln bilden die Basis für unser Wachstum und die Entfaltung unseres Potentials.

So gewappnet laden wir die spielerische Leichtigkeit des Frühlings ein und verteilen ihr einen Ausdruck im Malen. Hierbei gibt es unterschiedliche Möglichkeiten, wie du deinen persönlichen Lebensbaum gestalten kannst. Es kann gemalt, gezeichnet, gespachtelt und geklebt werden. Wir stellen dir verschiedene Techniken vor, so dass du deine Individualität und die Kraft des Frühlings durch deine persönliche kreative Gestaltung ausdrücken kannst. Wir freuen uns auf eine wachstumsreiche inspirierende Zeit mit dir.

Sa 13.04.2024 | 13.00 – 18.00 Uhr

Andrea Wichterich, Dipl. Heilpädagogin,

Heilpraktikerin, Yogalehrerin

Christiane Vetter, Malerin, Beraterin Kunsttherapie

39,00 € | 1 x = 6 UStd.

Ort: Kath. Familienbildungsstätte

Laurentiusstr. 4–12 | 51465 Bergisch Gladbach

Veranstaltungs-Nr. 2462660010

> GESUNDHEIT / BEWEGUNG UND ENTSPANNUNG

Wohlfühlwoche mit Basenfasten

Mit dem Basenfasten steht uns eine einfache und leicht in den Alltag zu integrierende Methode zur Verfügung, dem Körper eine Auszeit von der Zufuhr von Säuren zu schenken, so dass überschüssige Säuren abgebaut und toxische Substanzen ausgeleitet werden können.

Das Basenfasten kann unterstützend wirken in der Behandlung vorhandener Erkrankungen und dient der Prävention. Dabei brauchen Sie nicht auf das Essen verzichten oder Ihr ganzes Leben umkrempeln. Sie stellen sich lediglich auf eine basische Ernährung um die schmeckt, deren Zubereitung einfach ist und deren neue Rezepte auszuprobieren Freude machen kann. Auf dem Speiseplan stehen u.a. viel frisches Obst, Gemüsegerichte und Suppen, Kräutertees und basische Snacks.

Einführungsabend in der FBS

Mo 04.03.2024 | 20.00 – 21.30 Uhr

Am Infoabend erhalten Sie vorab alle wichtigen Informationen zum Fastenprozess sowie eine Einkaufliste und Rezepte.

Fastenwoche

Mo 11.03. – 15.03.2024

Während der Fastenwoche stehen Sie und Ihr Wohlbefinden im Mittelpunkt

Treffen in der FBS

Mo 11.03. | Fr 15.03.2024

09.00 – 11.15 Uhr

Treffen außerhalb

Di 12.03. | Mi 13.03. | Do 14.03.2024

09.00 – 11.15 Uhr

Bei den täglichen Treffen erwarten Sie ein lebendiger Austausch und individuelle Begleitung, Yoga- und wohltuende Entspannungsübungen, kleine Wanderungen mit Sammeln von unterstützenden Wildkräutern, Elementen aus dem Waldbaden und Waldyoga.

Andrea Wichterich, Dipl. Heilpädagogin,

Heilpraktikerin, Yogalehrerin

68,00 € | 6 x = 17 UStd.

Ort: Kath. Familienbildungsstätte

Laurentiusstr. 4–12 | 51465 Bergisch Gladbach

Veranstaltungs-Nr. 2462660007

> GESUNDHEIT / BEWEGUNG UND ENTSPANNUNG

Alltagstraining Rollstuhlfahrende

Ohne Angst mit dem Rollstuhl durch den Alltag

Rollstuhlfahrende und deren Angehörige haben durch den Einsatz des Rollstuhls auf einmal einen vollkommen anderen Blick auf die alltägliche Welt. Während Fußgänger/innen problemlos Unebenheiten im Bodenbelag, sowie Bordsteine und Fahrten mit den öffentlichen Verkehrsmitteln meistern, stehen Rollstuhlfahrende und deren Angehörige in der Anfangszeit meist vor einer immensen Anstrengung, den Alltag zu bewältigen.

In diesem Kurs geht es darum, diese »Mobilitätsbremsen« zu erkennen und zu meistern.

In drei Einheiten geht es um das Erlernen von Basics, aber auch komplexen Dingen, wie Bordsteinkanten befahren, Kopfsteinpflaster sowie Rolltreppe fahren und die Nutzung öffentlicher Verkehrsmittel möglich machen.

Ziel ist es, sich an die persönlichen Möglichkeiten anzunähern und den individuellen Umgang mit dem Rollstuhl positiv in das Leben zu integrieren. Pflege- und Wartungstipps vervollständigen das Angebot und bereiten so auf einen guten Umgang mit dem Rollstuhl im Alltag vor.

Bewegungslust und bequeme Kleidung sollten vorhanden sein, Vorkenntnisse sind nicht notwendig. Angehörige sind herzlich willkommen, den/die Rollstuhlfahrenden im Kurs zu begleiten.

Mi 10.04. – 24.04.2024 | 10.30 – 12.00 Uhr

Sonja Lambertin, Erzieherin

18,00 € | 3 x = 6 UStd.

Ort: Kath. Familienbildungsstätte

Laurentiusstr. 4–12 | 51465 Bergisch Gladbach

Veranstaltungs-Nr. 2462660043

> GESUNDHEIT / BEWEGUNG UND ENTSPANNUNG

Pilates

Pilates ist ein ganzheitliches Körpertraining, bei dem vor allem die tiefliegende Muskulatur des Rückens und der Körpermitte angesprochen werden, die besonders für eine gute und gesunde Haltung wichtig ist. Durch bewusstes Atmen und die optimale Ausrichtung der einzelnen Körperteile zueinander werden eine gesunde Körperhaltung, anmutige Bewegungsabläufe im Alltag, wie auch eine Verbesserung von Kondition und Bewegungskoordination angestrebt. Ziel des Trainings ist ein harmonisches Verhältnis von Kraft und Flexibilität, was durch kontrollierte und präzise Ausführung der Übungen erreicht wird.

Tamara Sprinz, Tanzpädagogin, Pilates-Trainerin
112,00 € | 20 x = 20 UStd.

Ort: Kath. Familienbildungsstätte
Laurentiusstr. 4–12 | 51465 Bergisch Gladbach

Mo 15.01. – 24.06.2024 | 09.45 – 10.45 Uhr
Veranstaltungs-Nr. 2462660045

Mo 15.01. – 24.06.2024 | 11.00 – 12.00 Uhr
Veranstaltungs-Nr. 2462660024

Pilates Dance

Klassische Übungen aus dem Pilates werden mit Elementen des Modern Dance kombiniert.

Do 18.01. – 27.06.2024 | 11.00 – 12.00 Uhr
Tamara Sprinz, Tanzpädagogin, Pilates-Trainerin
106,40 € | 19 x = 19 UStd.

Ort: Kath. Familienbildungsstätte
Laurentiusstr. 4–12 | 51465 Bergisch Gladbach

Veranstaltungs-Nr. 2462660025

Workshop Pilates und Entspannung

Tauchen Sie ein in die Welt der ganzheitlichen Fitness. Gezielte Pilates-Übungen stärken und formen Ihren Körper. Entspannende Elemente lassen die gemeinsame Zeit ruhig und entspannt ausklingen.

Sa 08.06.2024 | 10.00 – 13.00 Uhr
Simone Bongen, Übungsleiterin, Pilates-Trainerin
16,80 € | 1 x = 4 UStd.

Ort: Kath. Familienbildungsstätte
Laurentiusstr. 4–12 | 51465 Bergisch Gladbach

Veranstaltungs-Nr. 2462660039

> GESUNDHEIT / BEWEGUNG UND ENTSPANNUNG

Yoga

Durch Yoga findet eine Harmonisierung von Körper, Seele und Geist durch das Praktizieren der Körperhaltungen, Meditation und Atembetrachtung statt. Wir werden achtsamer und bewusster mit uns selbst und unseren Mitmenschen, werden gelassener, ausgeglichener und zufriedener. Stressbedingte und psychosomatische Beschwerden, wie Magenprobleme, Rückenschmerzen, Neurodermitis oder Schlafstörungen können durch regelmäßige Praxis gelindert werden.

Über die Körperarbeit und die bewusst erlebte An- und Entspannung gelangen Botschaften über die Muskulatur ins vegetative Nervensystem. Durch die Atemübungen wird der Geist ruhiger.

In der Meditation erfahren wir Klarheit und Konzentration und finden somit einen Weg zu uns selbst.



Foto: fizkes/shutterstock.com

Andrea Wichterich, Dipl. Heilpädagogin,
Heilpraktikerin, Yogalehrerin
142,80 € | 17 x = 34 UStd.
Ort: Kath. Familienbildungsstätte
Laurentiusstr. 4–12 | 51465 Bergisch Gladbach

Mo 19.02. – 01.07.2024 | 16.30 – 18.00 Uhr
Veranstaltungs-Nr. 2462660018

Mo 19.02. – 01.07.2024 | 18.15 – 19.45 Uhr
Veranstaltungs-Nr. 2462660019

> GESUNDHEIT / BEWEGUNG UND ENTSPANNUNG

Yoga – Harmonie für Körper, Geist und Seele

Dieser Kurs hilft Ihnen, zu entspannen und sich mit neuer Kraft und Positivität aufzuladen. Sie praktizieren Yogastellungen im Bereich Anfang bis Mittelstufe und können Ihren Vorkenntnissen und individuellen Bedürfnissen entsprechend üben. Die Muskeln werden gestärkt, der Kreislauf aktiviert, Sehnen und Gelenke werden gedehnt und gekräftigt. Die Yogastunde ist abgerundet durch energetisierende und beruhigende Atemübungen sowie Tiefenentspannung. Sie lernen Übungen und Fähigkeiten, die Sie in Ihrem Alltag integrieren können, um neue Kraft und Energie zu schöpfen.

Do 18.01. – 27.06.2024 | 17.45 – 19.15 Uhr

Detlef Lippert, Yoga-Lehrer

151,20 € | 18 x = 36 UStd.

Ort: Kath. Familienbildungsstätte

Laurentiusstr. 4–12 | 51465 Bergisch Gladbach

Veranstaltungs-Nr. 2462660032**Gymnastik und Körperbildung für Frauen**

Es findet ein gezieltes Workout-Training für den gesamten Körper statt, mit dem Ziel, das Bindegewebe zu straffen, die Muskulatur zu stärken, Ihre Kraftausdauer und Körperhaltung zu verbessern. Auch einige Übungen aus dem Pilatustraining werden verwendet, um die Beweglichkeit und Koordination zu fördern. Eine abschließende Stretching-Einheit beugt muskulären Verkürzungen und Verspannungen vor.

Karina Ristic, Dipl. Sozialarbeiterin, Fitnesstrainerin

Ort: Kath. Familienbildungsstätte

Laurentiusstr. 4–12 | 51465 Bergisch Gladbach

Di 09.01. – 25.06.2024 | 18.00 – 19.00 Uhr

94,00 € | 20 x = 20 UStd.

Veranstaltungs-Nr. 2462660040**Di 09.01. – 25.06.2024 | 19.15 – 20.30 Uhr**

116,00 € | 20 x = 20 UStd.

Veranstaltungs-Nr. 2462660041

> GESUNDHEIT / BEWEGUNG UND ENTSPANNUNG

Gymnastik und Bewegungsschulung

Mit Spielen, Gymnastik, Turnen und Tanzen wollen wir uns von Kopf bis Fuß bewegen und unserem Körper etwas Gutes tun. Entspannungsübungen sollen für Ausgleich und innere Ruhe sorgen. Die Übungen, Spiele und Tänze werden den unterschiedlichen Fähigkeiten und Möglichkeiten der einzelnen Teilnehmer/innen angepasst. Jede/r Einzelne innerhalb der Gruppe kann seine Beweglichkeit fördern und sich entfalten. Diese Erfahrung wirkt sich in Beziehungen mit anderen Mitmenschen und in der Familie aus, der Umgang mit Einschränkungen wird positiv beeinflusst, das Gespräch in der Gruppe trägt zum Gelingen bei.

Erika Hambüchen, Übungsleiterin

33,60 € | 12 x = 12 UStd.

Ort: Kath. Familienbildungsstätte

Laurentiusstr. 4–12 | 51465 Bergisch Gladbach

Mi 21.02. – 29.05.2024 | 18.30 – 19.15 Uhr**Veranstaltungs-Nr. 2462660030****Mi 21.02. – 29.05.2024 | 19.30 – 20.15 Uhr****Veranstaltungs-Nr. 2462660031****Fit ab 55**

Gymnastik am Morgen

Körperliche, geistige und soziale Aktivitäten sind eine Grundvoraussetzung für ein gesundes Älterwerden.

Viel Bewegung, Entspannung und Informationen zu aktuellen Themen ergänzen sich zu einem gesundheitsfördernden Kurs. Die Bewegung steht hier im Mittelpunkt, der Austausch in der Gruppe fördert das soziale Miteinander sodass die Umsetzung im Alltag gelingen kann.

Do 18.01. – 27.06.2024 | 09.00 – 10.00 Uhr

Beate Hungenberg, Übungsleiterin

68,40 € | 18 x = 18 UStd.

Ort: Kath. Familienbildungsstätte

Laurentiusstr. 4–12 | 51465 Bergisch Gladbach

Veranstaltungs-Nr. 2462660020

> GESUNDHEIT / BEWEGUNG UND ENTSPANNUNG

Rücken stärken und entspannen

Gymnastik und Bewegungsschulung für einen beschwerdefreien Rücken

Männer und Frauen zwischen dem Berufs- und Familienalltag gönnen sich nur kurze Zeiten der Erholung und Stärkung. Häufige Folgen dieser Doppelbelastung sind Rücken- und Kopfschmerzen. Mit praktischen Übungen und den entsprechenden Anleitungen für zu Hause kann diesen Folgen entgegen gewirkt werden. Rücken und Wirbelsäule werden gestärkt und durch Entspannungsübungen Stress abgebaut. Im Austausch miteinander werden Anregungen für die Gestaltung des Alltags gegeben.

Do 18.01. – 18.04.2024 | 20.00 – 21.30 Uhr

Dr. Thomas Kleiner, Übungsleiter

56,00 € | 10 x = 20 UStd.

Ort: Kath. Familienbildungsstätte

Laurentiusstr. 4–12 | 51465 Bergisch Gladbach

Veranstaltungs-Nr. 2462660012

Rückenschule auch für das höhere Alter

Gymnastik und Bewegungsschulung für einen beschwerdefreien Rücken

Senioren und Seniorinnen treffen sich, um aktiv und gesund zu bleiben. Durch gezielte Übungen zur Vorbeugung bzw. zur Reduzierung von Rückenbeschwerden, wird die Beweglichkeit und Koordination bis ins hohe Alter gefördert. Angeboten werden kräftigende Übungen für Rücken-, Bauch- und Gesäßmuskulatur zur Stabilisierung der Wirbelsäule, Entspannungsübungen runden die Kursstunde ab. Im Dialog miteinander werden Grenzen und Möglichkeiten wahrgenommen.

Fr 19.01. – 19.04.2024 | 09.30 – 11.00 Uhr

Dr. Thomas Kleiner, Übungsleiter

56,00 € | 10 x = 20 UStd.

Ort: Kath. Familienbildungsstätte

Laurentiusstr. 4–12 | 51465 Bergisch Gladbach

Veranstaltungs-Nr. 2462660013

> GESUNDHEIT / BEWEGUNG UND ENTSPANNUNG

Hula Hoop Workshops

Hula Hoop ist nicht einfach nur ein Reifen oder ein Spielzeug aus Kinderzeiten. Hula Hoop ist ein entspanntes Fitness-Einsteiger/innen-Training für Alle. Mit der richtigen Technik trainiert es die Bauchmuskeln, die Taille, den Rücken, das Gesäß und den Beckenboden. Ganz nebenbei macht es gute Laune und mental fit durch Spaß an der Bewegung.

Unser Workshops zeigen, wie man den Reifen vielfältig gekonnt auf den Hüften kreisen lassen kann und mit Musik das Ganze zu seinem persönlichen Fitness-Programm zu Hause weiter entwickeln kann.

Bitte mitbringen

möglichst eigenen Hula Hoop Reifen

Für Neueinsteiger/innen

Sa 27.04.2024 | 10.00 – 11.30 Uhr

Simone Bongen, Übungsleiterin, Pilates-Trainerin
8,00 € | 1 x = 2 UStd.

Ort: Kath. Familienbildungsstätte

Laurentiusstr. 4–12 | 51465 Bergisch Gladbach

Veranstaltungs-Nr. 2462660037

Für Teilnehmende mit leichten Vorkenntnissen

Sa 27.04.2024 | 11.45 – 13.15 Uhr

Simone Bongen, Übungsleiterin, Pilates-Trainerin
8,00 € | 1 x = 2 UStd.

Ort: Kath. Familienbildungsstätte

Laurentiusstr. 4–12 | 51465 Bergisch Gladbach

Veranstaltungs-Nr. 2462660038

Foto: Staraido/shutterstock.com





Foto: pogonici/shutterstock.com

GLAUBE – SINN – WERTE

Leben in der Familie heißt auch, sich den existentiellen Fragen des Lebens stellen zu müssen. Was trägt uns? Was ist uns wertvoll? Was gibt unserem Leben Sinn? Gerade Kinder verstehen es oft meisterhaft, wie aus heiterem Himmel die großen Lebensthemen anzusprechen. Das ist herausfordernd – und eine Chance. Unsere Angebote behandeln die verschiedenen Aspekte menschlicher Sinnsuche. Zudem unterstützen sie Eltern dabei, Orientierung zu geben, immer mit Blick auf die individuelle Situation der Familien

> GLAUBE – SINN – WERTE

»Weg im Sternenlicht – Ich steh an deiner Krippe hier«

Krippenwanderung in Köln für Kinder im Vorkschul- und Grundschulalter mit Eltern/Großeltern

Weihnachten hat etwas mit »Schauen« zu tun. Der Evangelist Lukas berichtet dazu sehr anschaulich. Er erzählt von Hirten, Schafen, von der Geburt des Kindes, das in eine Futterkrippe gelegt wird, und von himmlischen Scharen, die ihr »Gloria in excelsis Deo« singen.

Diese Berichte haben Maler aller Zeiten angeregt. Seit der Weihnacht des Jahres 1223, als Franziskus angefangen hat mit einer Krippe im Wald von Greccio, hat es unzählige Versuche gegeben, das Weihnachtsgeschehen nachzustellen. Jede Krippe ist anders, gemeinsam ist ihnen der Versuch der Deutung. In Köln finden wir eine Fülle von Krippen.

Wir wollen uns auf den Weg machen, diese und ihre Botschaft für uns und unsere Kinder zu entdecken. Weihnachten will uns bewegen. Vielleicht führt sie uns zum Kind in der Krippe und lässt uns singen:
»Ich sehe dich mit Freuden an und kann mich nicht satt sehen ...«



Foto:udrall/shutterstock.com

Unser Weg wird uns zu den Krippen in Maria in der Kupfergasse, Sankt Andreas und Sankt Gereon führen.

So 07.01.2024 | 15.00 – 17.15 Uhr

Maria Kley-Auerswald, Montessori-Pädagogin
9,00 € | 1 x = 3 UStd.

Treffpunkt: Kreuzblume vor dem Dom
Domkloster 3 | 50667 Köln

Veranstaltungs-Nr. 2462670003

> GLAUBE – SINN – WERTE

Ostern entgegen gehen und mit den Kleinsten gestalten

Seminarabend für Eltern/Großeltern,
Tagespflegepersonen und Erzieher/innen

Kinder stehen dem Frühling nahe, sie sind ja selbst im Frühling des Lebens. In ihrer Begeisterung für das aufbrechende Leben der Natur wird dies deutlich. Kinder staunen und begeistern sich für die Entdeckungen in der Natur. In dieser Jahreszeit voller Leben feiern wir Ostern, ein Fest der Hoffnung, der Freude und Befreiung. Ostern kann helfen, das Leben besser zu verstehen. Darüber wollen wir miteinander ins Gespräch kommen und Anregungen erhalten, wie wir mit Kindern Zugänge zum Osterfest finden können.

Orientiert am Entwicklungsstand, den Möglichkeiten und Grenzen junger Kinder.

Do 29.02.2024 | 19.00 – 21.15 Uhr

Maria Kley-Auerswald, Montessori-Pädagogin
12,00 € | 1 x = 3 UStd.

Ort: Kath. Familienbildungsstätte
Laurentiusstr. 4–12 | 51465 Bergisch Gladbach

Veranstaltungs-Nr. 2462670002



Foto:Zoriana Zaitseva/shutterstock.com

> GLAUBE – SINN – WERTE

Was meiner Seele gut tut

Das Handy kommt regelmäßig an den Strom, damit es ja nicht leer wird – aber was ist mit Ihnen? Wo und wann laden Sie sich selbst und Ihre innere Kraft wieder auf?

In diesem Kurs geht es genau darum: Ihre innere Kraft zu stärken und mehr von dem zu tun, was Ihrer Seele gut tut und sie aufatmen lässt. Nehmen Sie sich auch einmal wieder Zeit für sich und Ihre innere Balance.

In den 12 Jahren, die ich im Kloster gelebt habe, habe ich besondere Kraftquellen kennengelernt, von denen ich heute (außerhalb des Klosters) immer noch profitiere und die ich gerne weitergeben möchte. Sie lernen in diesem Kurs Kraftquellen kennen, die Sie ganz individuell in das eigene Leben einbauen können, um immer wieder für sich zu sorgen und innerlich stark zu sein. So werden Sie sich in Herausforderungen sicherer und stärker fühlen.



Foto: Song_about_summer/shutterstock.com

Zu den Inhalten gehören

- Zur Ruhe kommen leicht gemacht
- Vom Vertrauen in dich und in das Leben
- Aufatmen durch Meditation
- Worte können Kraft geben

Do 16.05. – 23.05.2024 | 19.00 – 21.30 Uhr

Stefanie Zarek, Lehrerin, Psychologische Beraterin und Trainerin für innere Balance
24,00 € | 2 x = 6 UStd.

Ort: Kath. Familienbildungsstätte
Laurentiusstr. 4–12 | 51465 Bergisch Gladbach

Veranstaltungs-Nr. 2462730001

> GLAUBE – SINN – WERTE

Sommerzeit – Entdeckerzeit voller Leben

Staunen über Gottes reiche Welt mit den Kleinsten – Für Eltern/ Großeltern, Tagespflegepersonen und Erzieher/innen

Naturbegegnung ist eine sehr ursprüngliche Weise großer und kleiner Menschen, mit allen Sinnen die Welt und das Leben zu entdecken und zu lieben. Sich als Teil der Natur und Schöpfung zu erleben. In allem was uns der Sommer bereitet: Pflanzen, Tiere, Wasser, Wind, Hitze, Regen, Farben, entdecken wir einen staunenswerten Gott. Eine Empfindung, die allen Religionen gemeinsam ist und der auch Menschen ohne religiöses Bekenntnis nachspüren können.

Diese Entdeckung lässt Dankbarkeit erwachsen über die Fülle des Sommers und den wertschätzenden Umgang mit der Natur und dem Leben. Spiele, Lieder, Erzählungen, Bücher und Entdeckungen eröffnen viele Möglichkeiten.

Orientiert am Entwicklungsstand, den Möglichkeiten und Grenzen junger Kinder.



Foto: FamVeid/shutterstock.com

Di 14.05.2024 | 19.00 – 21.15 Uhr

Maria Kley-Auerswald, Montessori-Pädagogin
12,00 € | 1 x = 3 UStd.

Ort: Kath. Familienbildungsstätte
Laurentiusstr. 4–12 | 51465 Bergisch Gladbach

Veranstaltungs-Nr. 2462670001



Foto: Peter Bernik/shutterstock.com

EHE UND PARTNERSCHAFT

Paare sind heutzutage mehr denn je gefordert, ihre Wünsche an das Beziehungsleben gleichberechtigt zu formulieren und in Übereinstimmung zu bringen. Welche Werte sind bindend? Soll ein traditionelles oder ein moderneres, flexibles Rollenmodell gelten? Wie viel Freiheit ist erlaubt? Und wie lassen sich die oft unterschiedlichen Vorstellungen in ein nachhaltiges Gleichgewicht bringen? Unser Bildungsangebot liefert Anregungen, wie sich Paargespräche führen lassen – und wie gemeinsames Erleben möglich wird, die Basis von gelungenen Beziehungen.

> ANGEBOTE FÜR PAARE

Liebeswirklichkeiten – Texte und Musik zum Leben und Lieben

Ein Abend zum Valentinstag 2024

»Es gibt nichts Schöneres, als geliebt zu werden, geliebt um seiner selbst willen oder vielmehr trotz seiner selbst.« (Victor Hugo)

Die ganze Spannweite der Gefühle und des menschlichen Beziehungsdramas spiegeln die Gedichte, Briefe und Texte, die an diesem Abend von Schauspielerinnen und Schauspielern rezitiert werden. Von tiefer Verzweiflung über höchstes Glücksempfinden ist hier alles dabei, was menschliche Zweisamkeit ausmacht.

Der Abend steht im Kontext der Paartage, die seit vielen Jahren von Katholischen Einrichtungen rund um den Valentinstag im Laurentiushaus angeboten wurden.

Claudia Timpner, Schauspielerin
Stefan M. H. Weiß, Schauspieler
Musik: Bernd Kämmerling
Ein Abend mit musikalischer Begleitung,
Getränken, Begegnungen, Gesprächen

Fr 16.02.2024 | 20.00 Uhr
Ort: THEAS Theater | Jakobstr. 103
51465 Bergisch Gladbach
Eintritt: 12,00 € | erm. 8,00 €
(inkl. ein Freigetränk)
Anmeldung:
Katholisches Bildungswerk
Telefon 02202 93639-50
www.bildungswerk-gladbach.de
www.theas.de

Es laden ein: Katholische Ehe-, Familien- und Lebensberatungsstelle,
Katholisches Bildungswerk und Familienbildungsstätte in Kooperation mit dem THEAS Theater



Foto: B1A182/shutterstock.com

> ANGEBOTE FÜR PAARE

Elternfrühstück – Zeit für uns als Paar Verdrängt Familienmanagement die Liebesbeziehung?

»Gute, ausgeglichene Eltern zu sein, ist nicht unmöglich. Eltern müssen nur besonders geschickt und achtsam in Familienbeziehungen sein, um ihr eigenes Selbst zu bewahren und die eheliche Beziehung am Leben zu erhalten.«

Virginia Satir

Wenn aus Paaren Eltern werden, verändert sich Vieles. (Neue) Erwartungen, Bedürfnisse, Hoffnungen und Wünsche wollen benannt, miteinander verhandelt und gelebt werden. Darüber wollen wir ins Gespräch kommen, eigene Erfahrungen einbringen und Anregungen mit nach Hause in den Alltag nehmen. Wie dies gelingen kann wird Thema dieses Seminars sein. Ebenso die Frage, was Bindung schafft und wie Sie Ressourcen Ihrer Liebe reaktivieren können.

Engeladen sind Paare, die schon an einem Elternfrühstück teilgenommen haben. Aber auch neue Paare sind herzlich willkommen. Wir beginnen mit einem kleinen französischen Frühstück.



Foto: Alexandra Anschiz/shutterstock.com

Sa 17.02.2024 | 09.30 – 12.30 Uhr
Monika Schell, Ehe-, Familien- und Lebensberaterin
Mathilde Miebach, Ehe-, Familien- und Lebensberaterin
25,00 € pro Paar einschl. Frühstück
und Kinderbetreuung | 1 x = 4 UStd.
Ort: Kath. Familienbildungsstätte
Laurentiusstr. 4–12 | 51465 Bergisch Gladbach
Veranstaltungs-Nr. 2462640001

In Zusammenarbeit mit der Ehe-, Familien- und Lebensberatungsstelle (EFL)

> EHEVORBEREITUNG

Die Liebe traut sich

Ehevorbereitungskurs für Paare,
die kirchlich heiraten

Die Ehevorbereitungskurse der Kath. Erwachsenen- und Familienbildung sind eine ideale Gelegenheit, vor der kirchlichen Trauung Fragen zu besprechen und zu klären wie:

- Was hat Gott mit unserer Partnerschaft/ Ehe zu tun?
- Was bedeutet es, kirchlich zu heiraten?
- Was bedeutet für uns Ehe und Partnerschaft?
- Wie gestaltet sich die Feier der kirchlichen Eheschließung?

Bitte erwarten Sie keine Vorträge! Die Themen werden vielmehr in lockerer Form mit verschiedenen Methoden behandelt.

Nähere Infos und weitere Kurse
in der Region Köln finden Sie unter:

www.ehe-familie.info

Anmeldung und Informationen

Katholisches Bildungswerk
Telefon 02202 93639 50

Sa 16.03.2024 | 15.00 – 20.00 Uhr

Manfred Hartmann, Diplom-Theologe
Edith Hartmann
20,00 € pro Paar | 1 x = 6 UStd.
Kath. Bildungswerk Rheinisch-Bergischer Kreis
Laurentiusstr. 4–12 | 51465 Bergisch Gladbach
Veranstaltungs-Nr. 2412640004

Veranstalter:

*Kath. Erwachsenen- und Familienbildung
Rheinisch-Bergischer Kreis, in Kooperation mit
dem Kath. Referat für Ehe- und Familienpastoral*

> EFL



Informationen | Anmeldung

Kath. Ehe-, Familien- und Lebensberatungsstelle
Hauptstr. 227 | 51465 Bergisch Gladbach
Telefon 02202 34918
E-Mail info@efl-bergisch-gladbach.de

Ein KICK mehr Partnerschaft

Konstruktive Ehe und Kommunikation (KEK)
Gesprächstraining für Paare

Das Geheimnis zufriedener Paare ist das Gespräch. Wünsche mitteilen, Meinungsverschiedenheiten klären, den Alltag gemeinsam verbringen – nichts geht, ohne miteinander zu reden. Wie Partner miteinander sprechen, beeinflusst maßgeblich ihre Beziehung. Gut miteinander reden ist lernbar!

Das Training richtet sich an Paare, die bereits in einer mehrjährigen Ehe bzw. Partnerschaft leben und ihre Kommunikation verbessern wollen. Das Programm vermittelt grundlegende Gesprächs- und Problemlösungsfertigkeiten.

Fr 08.03.2024 | 17.00 – 20.30 Uhr

Sa 09.03.2024 | 10.00 – 17.30 Uhr

So 10.03.2024 | 10.00 – 13.00 Uhr

Mathilde Miebach, EFL-Beraterin,
Kommunikationstrainerin
Vita Oliva, EFL-Beraterin, Kommunikationstrainerin
Kosten pro Kurs: 240,00 € pro Paar
Ort: Kath. Familienbildungsstätte
Laurentiusstr. 4–12 | 51465 Bergisch Gladbach

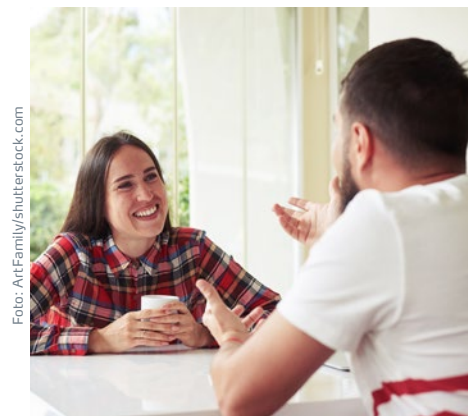


Foto: ArtFamily/shutterstock.com



Foto: Brian A Jackson/shutterstock.com

PERSÖNLICHE ENTWICKLUNG

Das Wörtchen »ich« kann einem schier endlos zu denken geben. Wer bin ich? Wer könnte ich sein? Wann bin ich wirklich ich? Die Ausbildung von Identität ist ein Prozess, der nie endet und der in jeder Lebensphase neue Herausforderungen und Möglichkeiten mit sich bringt. Unsere Bildungsangebote vermitteln Kompetenzen, um achtsam mit sich selbst umzugehen. Sie helfen, den eigenen Lebensstil zu finden und Beziehungen zu Partnern und Kindern zu gestalten. Und sie regen an, aus dem Alltag auszuscheren und sich die Frage, was ein gelingendes Leben ist, immer wieder neu zu stellen.

> PERSÖNLICHE WEITERENTWICKLUNG

»Hoch die Hände Klimawende«

Lesung und Autorengespräch –
Ein Klima-Motivationsabend
mit Gabriel Baunach

Gabriel Baunach, aufgewachsen in Bergisch Gladbach, nimmt Sie mit auf eine Reise durch sein Buch »Hoch die Hände Klimawende – Warum wir mit der Holzzahnbürste nicht die Erderwärmung stoppen – und wo unsere wirklichen Hebel sind«. Anschließend ist Zeit für Fragen und eine Diskussionsrunde.

Die Auswirkungen der Klimakrise sind schon jetzt für uns spürbar. Für eine lebenswerte Zukunft unserer Kinder ist das Beschleunigen der Klimawende umso wichtiger. Aber wie können wir wirksam für den Klimaschutz werden, ohne in Askese zu leben? Und wie kann man das schlechte Gewissen und die Ohnmachtsgefühle überwinden?



»Hoch die Hände, Klimawende!«

Baunach, Gabriel
ISBN: 978-3-7459-1842-7
Paperback, 304 Seiten
EMF-Verlag

Gabriel Baunach räumt mit einigen CO₂-Fußabdruck-Irrtümern und -Fallen auf und erklärt, wie persönlicher Klimaschutz funktioniert, der sich wirklich lohnt und Hoffnung macht. Z.B. mit dem neuen und positiven Konzepts des »Klima-Handabdrucks«, mit dem jede/r Einzelne mehr Tonnen CO₂ einsparen kann, als er oder sie selbst verursacht. Es bieten sich zahlreiche Möglichkeiten, die eigenen Ressourcen, Talente, Rechte und Kontakte zum Klimaschutz im großen Stil einzusetzen.

Seit 2020 betreibt Gabriel Baunach die Klima-Aufklärungsplattform »Climaware«, produziert Klima-Podcasts und hält Vorträge über den aktuellen Stand der Klimakrise und den Klima-Handabdruck.

Di 27.02.2024 | 19.30 – 21.00 Uhr

Gabriel Baunach, Klimakommunikator,
Autor, Podcaster
5,00 € | 1 x = 2 UStd.
Ort: Hermann-Löns Forum
Willy-Brandt-Str. 20 | 51469 Bergisch Gladbach
Veranstaltungs-Nr. 2462740010

*Es laden ein: Hermann-Löns Forum
und Katholische Familienbildungsstätte*

> PERSÖNLICHE WEITERENTWICKLUNG

»verwandt«

Ausstellung mit Werken der
Textilkünstlerin Nadja Hormisch

Eröffnung der Ausstellung

Fr 24.05.2024 | 19.00 Uhr

Zeitraum der Ausstellung: 24.05.–16.06.2024
Besichtigung während der Öffnungszeiten der FBS

Matinee mit Künstlerinnengespräch und Begleitung durch die Ausstellung

So 26.05.2024 | 11.00 – 12.30 Uhr

9,00 € (einschl. ein Freigeränk)

Begleitveranstaltungen

»In der Seele an die Liebe rühren«

**Das Genogramm: Lebensgeschichten
familienbiographisch verstehen**

Fr 07.06.2024 | 18.30 – 20.00 Uhr

Dr. med. Thomas Heucke, Arzt für
Psychosomatische Medizin und Psychotherapie
Seite 80

Freie Stickerei – »Meine innere Landschaft«

Experimenteller Workshop
Sa 08.06.2024 | 11.00 – 17.30 Uhr
Nadja Hormisch, Textilkünstlerin
Seite 51

»Das sind wir, Familie...«

**Wir bringen Bilder zum Laufen –
Stop-Motion-Workshop**
Für Familien mit Kindern ab dem Vorschulalter
Sa 01.06.2024 | 10.00 – 13.00 Uhr
Kathrin Benkel, Dipl. Pädagogin
Seite 43

»Liebe ist das Band, das den Erdkreis verbindet.« (Johann Heinrich Pestalozzi)

**Seminar für Tagespflegepersonen
und interessierte Eltern**
Eine sichere Bindung zu Eltern und anderen Bindungspersonen bilden die wichtigste Grundlage für die gesamte Entwicklung eines Menschen.
Sa 08.06.2024 | 09.00 – 16.00 Uhr
Regina Bestle-Körper, Dipl. Sozialpädagogin,
Fach,- und Sachbuchautorin
Seite 95

> PERSÖNLICHE WEITERENTWICKLUNG

»In der Seele an die Liebe rühren«

Das Genogramm: Lebensgeschichten familienbiographisch verstehen

Die familiären Wurzeln haben eine große Bedeutung für unser körperliches und seelisches Wohlbefinden. Jeder Mensch lebt mit inneren Bildern von sich selbst und seinen Mitmenschen, die von seiner Herkunft her in der Kindheit, d.h. im Umfeld der Familie, mitgeprägt werden. Das Ziel der Arbeit mit dem Genogramm, einem erweiterten Stammbaum, besteht darin, dieses innere Bild der Familie als Quelle heilender Kraft kennen zu lernen. Dadurch wächst ein Gefühl für Zugehörigkeit. Auf diesem Wege den eigenen Platz im Leben bewusst ganz einzunehmen, stärkt zugleich das Selbstvertrauen und fördert eine gesunde Entwicklung. Der Vortrag möchte einen ersten Einblick anbieten und dazu ermutigen, selbst hinzuschauen.

Fr 07.06.2024 | 18.30 – 20.00 Uhr

Dr. med. Thomas Heucke, Arzt für
Psychosomatische Medizin und Psychotherapie
10,00 € | 1 x = 2 UStd.

Ort: Kath. Familienbildungsstätte
Laurentiusstr. 4–12 | 51465 Bergisch Gladbach

Veranstaltungs-Nr. 2462640002

Abgrenzung und Selbstbestimmung

Techniken und Strategien zur stimmigen und respektvollen Abgrenzung

Grenzen Sie sich gekonnt ab? Vielen Menschen fällt es schwer, sich z.B. gegenüber Forderungen, verletzender Kritik, oder auch depressiven, impulsiven oder vereinnahmenden Verhaltensweisen anderer wirkungsvoll abzugrenzen. Wir werden in diesem Seminar sowohl Ursachen dieses Phänomens erkunden als auch Techniken und Strategien stimmigen und authentischen Abgrenzungsverhaltens erproben. Ziel ist die Stärkung der Selbstbestimmung, des Selbstbewusstseins und des respektvollen Umgangs miteinander.

Sa 03.02.2024 | 10.00 – 17.30 Uhr

Hannelore Gabor-Molitor, Dipl. Pädagogin,
Kommunikationstrainerin
40,00 € | 1 x = 8 UStd.

Ort: Kath. Familienbildungsstätte
Laurentiusstr. 4–12 | 51465 Bergisch Gladbach

Veranstaltungs-Nr. 2462740001

> PERSÖNLICHE WEITERENTWICKLUNG

Frauen und ihre Mütter

Das Verhältnis erwachsener Frauen zu ihren Müttern ist häufig ambivalent. Dies hat unterschiedliche Gründe und ist z.B. insbesondere dann der Fall, wenn Frauen in der Kindheit nicht das Maß an Zuwendung erhielten, welches sie sich gewünscht hätten und die Mütter im Alternprozess von ihren Töchtern Aufmerksamkeit und Unterstützung – bewusst oder unbewusst – einfordern.

Wie kann auf diesem Hintergrund eine gute Beziehung zwischen Mutter und erwachsener Tochter fortbestehen? Wie ist es möglich, für die eigene Mutter im Alter da zu sein, sich gleichzeitig abzugrenzen und frei zu fühlen?

Mo 05.02.2024 | 19.00 – 21.15 Uhr

Hannelore Gabor-Molitor, Dipl. Pädagogin,
Kommunikationstrainerin
15,00 € | 1 x = 3 UStd.

Ort: Kath. Familienbildungsstätte
Laurentiusstr. 4–12 | 51465 Bergisch Gladbach

Veranstaltungs-Nr. 2462740007

Die eigenen Schattenseiten im Licht betrachten

Neben einer Vielzahl positiver Eigenschaften und Verhaltensweisen verfügt jede Persönlichkeit auch über »problematische« Eigenschaften, die oft verdrängt, abgewehrt oder nicht zur Kenntnis genommen werden. Im sozialen Kontext können diese in unpassenden Momenten – zur Irritation Aller – zum Vorschein kommen und destruktive Energien entfalten. Da diese Schattenseiten häufig ein »Eigenleben« entfalten, ist es vorteilhaft, Zugang zu ihnen und Verständnis für sie und ihre potentiell konstruktive Seite zu entwickeln damit sie als Teil der Persönlichkeit im Lebensalltag angemessen handhabbar sind.

Mo 19.02.2024 | 18.30 – 21.45 Uhr

Hannelore Gabor-Molitor, Dipl. Pädagogin,
Kommunikationstrainerin
20,00 € | 1 x = 4 UStd.

Ort: Kath. Familienbildungsstätte
Laurentiusstr. 4–12 | 51465 Bergisch Gladbach

Veranstaltungs-Nr. 2462740003

> PERSÖNLICHE WEITERENTWICKLUNG

Selbstsicherheit und Achtsamkeit im beruflichen Alltag

Bildungsurlaub

In der beruflichen Kommunikation gibt es immer wieder einmal schwierige, überraschende Situationen in denen – trotz aller Berufs- und Lebenserfahrung – die eigene Souveränität und Selbstsicherheit ins Wanken geraten kann.

Achtsamkeit, Selbstwertschätzung sowie Strategien selbstsicheren Verhaltens bewirken einen souveränen und zielführenden Umgang mit den unterschiedlichsten beruflichen Ausgangslagen und ermöglichen damit Erfolg und einen Zugewinn an Souveränität.

Seminarinhalte

- Erarbeiten einer achtsamen Grundhaltung
- Erlernen und einüben hilfreicher Selbstsicherheitsstrategien
- Methoden des Abbaus destruktiver Selbstkritik und des Selbstzweifels
- Kommunikationsstrategien für schwierige Gesprächssituationen
- Regeln konstruktiven Umgangs mit Ärger, Kritik und Wertschätzung
- Reflexion konkreter Anliegen der Teilnehmenden

Bitte beachten Sie

Anerkannter Bildungsurlaub in Nordrhein-Westfalen, gerne senden wir Ihnen Unterlagen für Ihren Arbeitgeber zu.

Mi 13.03. – 15.03.2024 | 09.00 – 15.30 Uhr

Hannelore Gabor-Molitor, Dipl. Pädagogin, Kommunikationstrainerin
120,00 € | 3 x = 21 UStd.

Ort: Kath. Familienbildungsstätte
Laurentiusstr. 4–12 | 51465 Bergisch Gladbach

Veranstaltungs-Nr. 2462230001



Foto: Vadim. Key/shutterstock.com

> PERSÖNLICHE WEITERENTWICKLUNG

Sinnfindung: Was bereichert mein Leben nachhaltig?

Die zunehmende Komplexität und Beschleunigung des Lebens birgt die Gefahr in sich, nur noch zu funktionieren und damit unreflektiert Dinge zu tun, die wir gar nicht tun wollen. Das Wesentliche im eigenen Leben kann so allzu leicht aus dem Blickfeld geraten mit einer diffusen Unzufriedenheit, Niedergeschlagenheit oder Gereiztheit als Folgeerscheinung.

Im Zentrum des Seminars werden die eigenen Bedürfnisse, Werte und Ziele stehen, sowie die Frage, was wirklich sinnstiftend und das Leben nachhaltig bereichernd ist.

Do 21.03.2024 | 19.00 – 21.15 Uhr

Hannelore Gabor-Molitor, Dipl. Pädagogin, Kommunikationstrainerin
15,00 € | 1 x = 3 UStd.

Ort: Kath. Familienbildungsstätte
Laurentiusstr. 4–12 | 51465 Bergisch Gladbach

Veranstaltungs-Nr. 2462740004

Selbst-Motivation – Antrieb für zielgerichtetes Handeln

Termindruck, Stress, Ängste, Ärger und hohe Erwartungen – auch an uns selbst – bilden oft einen Nährboden für Antriebslosigkeit und das Aufschieben vieler im Alltag zu erledigender Aufgaben. Die »gesunde« Handlungsmotivation sinkt und kann zur Handlungs lähmung, Selbst-Unzufriedenheit oder auch inneren Instabilität führen.

Welche Möglichkeiten und Wege können uns zurück zu einer inneren Balance und wieder erstarkten Lust am Handeln und Tun führen?

Mo 08.04.2024 | 19.00 – 21.15 Uhr

Hannelore Gabor-Molitor, Dipl. Pädagogin, Kommunikationstrainerin
15,00 € | 1 x = 3 UStd.

Ort: Kath. Familienbildungsstätte
Laurentiusstr. 4–12 | 51465 Bergisch Gladbach

Veranstaltungs-Nr. 2462740005

> PERSÖNLICHE WEITERENTWICKLUNG

Botschaften der »inneren Stimme« annehmen

Selbstreflexion mit der Focusing-Methode

Viele von uns wissen nicht, dass die intuitive innere Stimme ständig in uns »arbeitet«. Wir brauchen lediglich den passenden »Schlüssel« bzw. Zugang, um aus uns selbst heraus Antworten auf uns bewegende innere Fragen, Konflikte und sonstige Herausforderungen des Lebens zu erspüren und erkennen. Die ebenso behutsame wie wirkungsvolle Focusing-Methode nach Gene Gendlin bietet eine Möglichkeit, innere Themen und Fragestellungen aus unserem Potential heraus ganzheitlich zu bearbeiten und Lösungen zuzuführen.

Sa 20.04.2024 | 10.00–17.30 Uhr

Hannelore Gabor-Molitor, Dipl. Pädagogin,
Kommunikationstrainerin

40,00 € | 1 x = 8 UStd.

Ort: Kath. Familienbildungsstätte
Laurentiusstr. 4–12 | 51465 Bergisch Gladbach

Veranstaltungs-Nr. 2462740002

Akzeptanz – Annehmen, was nicht zu ändern ist

Im Leben eines jeden Menschen gibt es Ereignisse und Erlebnisse, die zu akzeptieren Vielen sehr schwerfällt. Dazu gehören z. B. Verluste, Trennungen, Krankheiten oder Enttäuschungen. Akzeptanz lässt sich nicht willentlich herbeiführen, sondern ist ein komplexer innerer Prozess, der sich nach und nach vollzieht und Zeit braucht.

- Welche zielführenden Schritte sind beim Akzeptanzprozess von Bedeutung?
- Welche Techniken unterstützen den Prozess?
- Was ist der Nachteil einer Akzeptanzvermeidung?
- Wie gelingt es, anzunehmen, was (noch) nicht zu ändern ist?

Do 25.04.2024 | 19.00–21.15 Uhr

Hannelore Gabor-Molitor, Dipl. Pädagogin,
Kommunikationstrainerin

15,00 € | 1 x = 3 UStd.

Ort: Kath. Familienbildungsstätte
Laurentiusstr. 4–12 | 51465 Bergisch Gladbach

Veranstaltungs-Nr. 2462740008

> MALKURS

Emotionale Grundformen: Freude – Angst – Trauer – Wut

Intensive Gefühle angemessen handhaben

Mehr als wir es uns oft eingestehen, bestimmen unsere Gefühle unsere Handlungsweise, unser Wohlbefinden sowie unsere innere Lebensgrundhaltung. In diesem Seminar erspüren wir die Qualität der vier elementaren Grundgefühle und erarbeiteten Wege, diese hilfreich in den entsprechenden Lebenssituationen zu handhaben.

- Was fördert und was blockiert Gefühle der Freude?
- Wie können behindernde Angstgefühle gesteuert werden?
- Welchen Sinn hat bewusste Trauerarbeit?
- Wie sieht ein konstruktiver Umgang mit Ärger-Gefühlen um?

Sa 04.05.2024 | 10.00–17.30 Uhr

Hannelore Gabor-Molitor, Dipl. Pädagogin,
Kommunikationstrainerin

40,00 € | 1 x = 8 UStd.

Ort: Kath. Familienbildungsstätte
Laurentiusstr. 4–12 | 51465 Bergisch Gladbach

Veranstaltungs-Nr. 2462740008

Mal- und Zeichenkurs für Anfänger/innen und Fortgeschrittene

Neben zeichnerischen Grundlagen lernen Sie die Aquarellmalerei und die Wesensmerkmale der Acrylmalerei kennen. Ergänzend werden Mischtechniken Aquarell/Farbstifte/Kreide ausprobiert und laden zum Experimentieren ein. Darüber hinaus werden Ihnen auch die Grundbegriffe von Bildaufbau und Komposition vermittelt.

Bitte mitbringen

- Blei- und Farbstifte
- Papiere und Pinsel
- Aquarell- und Acrylfaben
- Kreide (Schul- oder Pastellkreide)

Do 07.03.–23.05.2024 | 19.00–21.15 Uhr

Karl Holtschneider, Maler, Kunsthistoriker
81,00 € | 9 x = 27 UStd.

Ort: Kath. Familienbildungsstätte
Laurentiusstr. 4–12 | 51465 Bergisch Gladbach

Veranstaltungs-Nr. 2462660004





Foto: Smart Creatives/hutterstock.com

QUIF – QUALIFIZIERUNG IN DER FAMILIENBILDUNGSSTÄTTE

Etwas Neues zu lernen, in einer sympathischen Gruppe und mit einem guten Lehrer oder Lehrerin, ist ein ungemein befriedigender Vorgang. Die Qualifizierungskurse der Familienbildungsstätte bereiten die Teilnehmenden auf neue Berufe vor, etwa in der Kindertagespflege oder der Betreuung im offenen Ganztage. Sie schaffen die Grundlagen, um sich zum Beispiel einer Freiwilligenarbeit widmen zu können oder geben weiterführende Impulse für die berufliche Praxis. Eile und Hektik haben in unseren Kursen keinen Platz. Sie sind häufig langfristig angelegt und geben den Teilnehmenden Zeit, sich mit den Themen vertraut zu machen. Am Ende einiger Kurse gibt es ein Zertifikat.

> BILDUNGSURLAUBE

Selbstsicherheit und Achtsamkeit im beruflichen Alltag

Bildungsurlaub

In der beruflichen Kommunikation gibt es immer wieder einmal schwierige, überraschende Situationen in denen – trotz aller Berufs- und Lebenserfahrung – die eigene Souveränität und Selbstsicherheit ins Wanken geraten kann.

Achtsamkeit, Selbstwertschätzung sowie Strategien selbstsicheren Verhaltens bewirken einen souveränen und zielführenden Umgang mit den unterschiedlichsten beruflichen Ausgangslagen und ermöglichen damit Erfolg und einen Zugewinn an Souveränität.

Seminarinhalte

- Erarbeiten einer achtsamen Grundhaltung
- Erlernen und einüben hilfreicher Selbstsicherheitsstrategien
- Methoden des Abbaus destruktiver Selbstkritik und des Selbstzweifels
- Kommunikationsstrategien für schwierige Gesprächssituationen
- Regeln konstruktiven Umgangs mit Ärger, Kritik und Wertschätzung
- Reflexion konkreter Anliegen der Teilnehmenden

Bitte beachten Sie

Anerkannter Bildungsurlaub in Nordrhein-Westfalen, gerne senden wir Ihnen Unterlagen für Ihren Arbeitgeber zu.

Mi 13.03. – 15.03.2024 | 09.00 – 15.30 Uhr

Hannelore Gabor-Molitor, Dipl. Pädagogin,
Kommunikationstrainerin
120,00 € | 3 x = 21 UStd.

Ort: Kath. Familienbildungsstätte
Laurentiusstr. 4–12 | 51465 Bergisch Gladbach

Veranstaltungs-Nr. 2462230001

> BILDUNGSURLAUBE

Gelassen bleiben! Schwierige Gesprächssituationen souverän gestalten

Bildungsurlaub

In der beruflichen Kommunikation gibt es immer wieder schwierige Situationen, in denen wir manchmal sprachlos, rechtfertigend oder aggressiv reagieren und dabei die gewünschte eigene Souveränität vermissen lassen.

Ein gelassener Umgang mit schwierigen Gesprächssituationen ist erlernbar! Hilfreiche Strategien und Redewendungen werden unter Einbeziehung eines Kommunikationsmodells, durch Sensibilisierung für die Wirkung der Körpersprache und Stimme, Strategien der Abgrenzung sowie ein Konfliktlösungs- und Gelassenheitstraining spielerisch erarbeitet und eingeübt.

Bitte beachten Sie

Anerkannter Bildungsurlaub in Nordrhein-Westfalen, gerne senden wir Ihnen Unterlagen für Ihren Arbeitgeber zu.



Foto: Photographee.eu/shutterstock.com

Mi 14.08. – 16.08.2024 | 09.00 – 15.30 Uhr

Hannelore Gabor-Molitor, Dipl. Pädagogin,
Kommunikationstrainerin
175,00 € | 3 x = 21 UStd.

Ort: Kath. Familienbildungsstätte
Laurentiusstr. 4–12 | 51465 Bergisch Gladbach

Veranstaltungs-Nr. 2462230002

> BILDUNGSURLAUBE

Im besten Alter! Die späten Berufsjahre positiv gestalten

Bildungsurlaub

Sie stehen mitten im Leben, haben viel erreicht und noch Einiges vor sich. Sie verfügen über Fähigkeiten, Wissen und Erfahrungen in vielen Bereichen des Lebens. Älter zu sein, kann eine große Ressource werden/sein. Sie überlegen, welchen Herausforderungen Sie sich stellen wollen? Was Sie gerne angehen möchten? Aber auch, was Sie nicht mehr tun wollen?

In diesem Bildungsurlaub sind Sie herzlich eingeladen, sich auf eine Entdeckungsreise zu Ihren individuellen Potentialen und Ressourcen zu begeben, um die weiteren Berufsjahre bewusst und mit Selbstvertrauen zu gestalten. Im gemeinsamen Austausch gehen wir der Frage nach, wie wir unser Älterwerden empfinden und wie wir mit den sich stetig verändernden Anforderungen an den Arbeitsplatz umgehen.



Foto: Monkey Business Images/shutterstock.com

Ergänzend zum fachlichen Input lernen Sie Methoden und Übungen kennen, die Sie unterstützen, Ihre Stärken zu nutzen, selbstsicher und konstruktiv in Konfliktsituationen aufzutreten und aktiv/bewusst die Phasen der Veränderung zu meistern.

Mi 13.11. – 15.11.2024 | 09.00 – 15.45 Uhr

Ellen Anders, Kommunikationswirtin und Trainerin
175,00 € | 3 x = 21 UStd.

Ort: Kath. Familienbildungsstätte
Laurentiusstr. 4–12 | 51465 Bergisch Gladbach

Veranstaltungs-Nr. 2462740009

> KINDERTAGESPFLEGE

Innere Ruhe in herausfordernden Zeiten

Seminar für Tagespflegepersonen

Gerade wenn der berufliche Alltag viele Herausforderungen mit sich bringt und stressig wird, ist es wichtig, dass Sie Wege kennen, innerlich ruhig zu werden und nicht im Dauerstress zu sein.

An diesem Seminartag geht es deshalb um Sie selbst und Ihre innere Ruhe und Balance. Es geht darum, zu sehen, was Stress für Sie auslöst und wie Sie dennoch innerlich gelassen und ruhiger sein können. So können Sie Ihren Stress reduzieren und auch in hektischen Zeiten einen »kühlen« Kopf bewahren und bewusst runterfahren und zur Ruhe kommen.

Inhalte

- Wie Stress entsteht und wirkt
- Innere Balance als Schutzschild gegen Stress und Überforderung
- Wie du dir eine innere Balance aufbauen kannst
- Selbstfürsorge und Zeit für dich
- Ruhe finden und bewahren
- Grenzen setzen und Nein sagen können

Sa 13.04.2024 | 09.00 – 16.00 Uhr

Stefanie Zarek, Lehrerin, Psychologische Beraterin und Trainerin für innere Balance
48,00 € | 1 x = 8 UStd.

Ort: Kath. Familienbildungsstätte
Laurentiusstr. 4–12 | 51465 Bergisch Gladbach

Veranstaltungs-Nr. 2462250004

> KINDERTAGESPFLEGE

**Praxisbegleitung
in der Kindertagespflege**

Perspektivenwechsel –
Supervision und Fallbesprechung

Dieses Angebot richtet sich an Tagespflegepersonen, die ihre berufliche Kompetenz weiterentwickeln, ihren Tagespflegealltag reflektieren und sich unter fachlicher Leitung mit Kolleginnen und Kollegen austauschen möchten.

Tagespflegepersonen sind in der Regel auf sich alleine gestellt, so dass sich hier die Möglichkeit bietet, sachkompetenten Input und Rat zu holen, voneinander zu lernen und miteinander Lösungsvorschläge zu erarbeiten, die im Alltag hilfreich sind.

Das Angebot unterstützt neue TP in der Festigung ihrer Selbstständigkeit und hilft Erfahrenen immer wieder auch die Perspektive zu wechseln und neue Sichtweisen zu entwickeln. Es bietet Raum für individuelle Fallbesprechungen.

Wegen einer Kostenbeteiligung wenden Sie sich bitte an die Fachberatung Ihres Jugendamtes.

Mi 07.02. – 06.11.2024 | 19.00 – 21.15 Uhr

Silke Pescher, Dipl. Sozialpädagogin,
Counselor BVPPT
105,00 € | 5 x = 15 UStd.

Ort: Digital

Veranstaltungs-Nr. 2462250010



**Online-
Veranstaltung**

Bitte beachten Sie die Hinweise zu digitalen
Veranstaltungen im Anschluss an die AGB

> KINDERTAGESPFLEGE

**Sandküche – Ein lebendiges
Spielangebot für Kinder ab 1,5 Jahren**

Fortbildung für Eltern-Kind KursleiterInnen
und Tagespflegepersonen

Idee und Ursprung der Sandküche ist das STRANDGUT in Berlin, ein besonderer Spielraum. Während der Fortbildung wird die Sandküche im Sinne von Ute Strub nicht nur theoretisch kennengelernt, sondern auch praktisch erfahren. Es gibt eine ausführliche Anleitung zum Aufbau, zur Durchführung und zur Begleitung der Sandküche und des dazugehörigen Bewegungsangebots. Mit wenigen Mitteln lässt sich ein attraktiver und lebensnaher Spielort für Kinder gestalten.

Sa 02.03.2024 | 09.00 – 15.30 Uhr

Renate Niemiec, Pikler-Pädagogin
35,00 € | 1 x = 6 UStd.

Ort: Kath. Familienbildungsstätte

Laurentiusstr. 4–12 | 51465 Bergisch Gladbach

Veranstaltungs-Nr. 2462610001



Foto: FBS

> KINDERTAGESPFLEGE

Fortbildung zur Praxisanleitung

Für Kindertagespflegepersonen, die Praktikant/innen der QHB- Kindertagespflege-Ausbildung (und andere) begleiten möchten

Im Rahmen der Ausbildung zur Tagespflegeperson nach dem Kompetenzorientierten Qualitätshandbuch nehmen die Praxisstellen (Kita und Tagespflegestelle) als Lernort eine wichtige Funktion ein. Die Praktikumszeit soll den Teilnehmer/innen neben ihrem Lernort in der Bildungsstätte den Lernort Praxis nahebringen. Das heißt, es finden Praktika in KiTa und Kindertagespflegestellen statt. Diese werden im Qualifizierungskurs durch die kontinuierliche Kursbegleitung vorbereitet, begleitet und es wird gemeinsam reflektiert.

Ihre Aufgabe als Anleitung wird es sein, einen Einblick in Ihre Einrichtung und Ihre Tätigkeit zu gewähren, Erfahrung weiterzugeben, fachliches Vorbild zu sein und das Lernen der Teilnehmer/innen in einem Schonraum zu begleiten.

Gemeinsam können Sie verlässliche Arbeitsbündnisse für die Zukunft schaffen und für ein gemeinsames Betreuungssystem vor Ort hier in Bergisch Gladbach und dem Rheinisch-Bergischen Kreis stehen.

Weitere Informationen unter www.fbs-gladbach.de
Bitte sprechen Sie Ihr Interesse an der Teilnahme für diese Weiterbildung mit Ihrem zuständigen Jugendamt ab und klären Sie die Kostenübernahme mit Ihrer dortigen Fachberaterin.

Als künftige/r Mentor/in bringen Sie mindestens drei Jahre Berufserfahrung mit und haben einen QHB-Kurs (300 oder 160+) absolviert.

Fr 10.05. – 11.05.2024 | 15.00 – 16.30 Uhr

Andrea Laudenberg, Bildungs- und Kulturmanagerin, Train-the-Trainer QHB
84,00 € | 2 x = 12 UStd.

Ort: Kath. Familienbildungsstätte
Laurentiusstr. 4-12 | 51465 Bergisch Gladbach

Veranstaltungs-Nr. 2462250011

> KINDERTAGESPFLEGE

**»Liebe ist das Band,
das den Erdkreis verbindet.«
(Johann Heinrich Pestalozzi)**

Seminar für Tagespflegepersonen
und interessierte Eltern

Der Aufbau einer sicheren Bindung zu Eltern und anderen Bindungspersonen, sowie ein liebevolles Umfeld aus Wärme und Geborgenheit innerhalb der ersten Lebensjahre, bildet die wichtigste Grundlage und prägendste Erfahrung für die gesamte Entwicklung eines Menschen.

Nur bei einer sicheren Bindung können Kinder Selbstvertrauen, Stressresilienz und Sozialkompetenz entwickeln. Ein entspanntes Aufwachsen trägt zum Aufbau wichtiger Gehirnregionen bei. Die Gehirnforschung hat den Zusammenhang von sicherer Bindung, Lernen und Intelligenzentwicklung erforscht und bestätigt. Kinder lernen von Anfang an durch Kommunikation und Beziehung! Je feinfühler, liebevoller und sicherer sich die Bindungsstrukturen bei Krippenkindern entwickeln, umso gestärkter und selbstbewusster gehen sie ins Leben.

Mit den pädagogischen Voraussetzungen für einen gelingenden Bindungsaufbau und mit den Grundlagen einer gemeinsamen Erziehungs- und Bindungspartnerschaft zwischen Eltern und Tagespflegepersonen wollen wir uns in diesem Seminar in Theorie und anhand von Beispielen aus der Praxis beschäftigen.

Sa 08.06.2024 | 09.00 – 16.00 Uhr

Regina Bestle-Körfer, Dipl. Sozialpädagogin,
Fach-, und Sachbuchautorin
48,00 € | 1 x = 8 UStd.

Ort: Kath. Familienbildungsstätte
Laurentiusstr. 4–12 | 51465 Bergisch Gladbach
Veranstaltungs-Nr. 2462250012

> MONTESSORI-DIPLOMKURS**Montessori Diplomkurs**

2024 – 2026

Der ca. 295-stündige Kurs umfasst verschiedene Vorträge über Grundfragen der pädagogischen Theorie und Praxis nach Maria Montessori.

Des Weiteren werden die Teilnehmerinnen und Teilnehmer mit den Kinderhaus- und Schulmaterialien didaktisch vertraut gemacht. 10 Hospitationen in anerkannten Montessori-Kinderhäuser und Schulen gehören ebenso zu den Kursinhalten.

Ziel ist es, die Teilnehmer/innen in die Theorie und Praxis der Montessori-Pädagogik einzuführen und sie zu befähigen, im Sinne Maria Montessoris tätig zu sein.

Er stellt eine umfassende Zusatzausbildung dar, ist aber kein Ersatz für eine staatliche Ausbildung. Mit bestandener Prüfung erhalten die Teilnehmerinnen und Teilnehmer das Montessori-Diplom

Bitte beachten

Hinweise zum Bildungsscheck auf Seite 137

Weitere Informationen

Flyer zum Download: www.fbs-gladbach.de

Kursstart: Mi 06.03.2024 | 18.00 – 21.00 Uhr

Lehrgangsleitung: Maria Kley-Auerswald,

Montessori-Pädagogin

1380,00 €, zzgl. Kursbücher

Ort: Kath. Familienbildungsstätte

Laurentiusstr. 4–12 | 51465 Bergisch Gladbach

Veranstaltungs-Nr. 2462250009

Kooperation:

Katholische Familienbildungsstätte und

Deutsche Montessori-Vereinigung e.V.

**> SCHULTAG****SchulTag Grundkurs**

Qualifizierte Betreuung für Schulkinder

Betreuung in der Schule ist ein pädagogisches Angebot, das den Lern- und Lebensraum »Grundschule« für Kinder erweitert und bereichert. Um dies zu erreichen ist eine angemessene Qualifizierung der Betreuungskräfte an Grundschulen unerlässlich. Außerdem ist sie auch ein Schritt zur öffentlichen Anerkennung ihrer Arbeit und dient als Nachweis ihrer pädagogischen Kompetenz gegenüber den Eltern, Lehrern und dem Trägerverein. Aufgrund jahrelanger Erfahrung im Bereich von pädagogischen Qualifizierungsmaßnahmen bzw. in der Zusammenarbeit mit Schulen haben sich Erwachsenenbildung und Jugendhilfe im Erzbistum Köln zusammenschlossen, um die Betreuungsarbeit in Grundschulen qualitativ und kompetent zum Wohle des Kindes zu unterstützen. Dabei werden die berufsbezogenen Interessen und Perspektiven der Betreuungskräfte berücksichtigt und weiterentwickelt.

Der 100-stündige (einschl. 12 Selbstlerneinheiten) Zertifikatskurs beinhaltet die drei zentralen Themenfelder der Betreuung: Organisation des Betreuungsangebots, Pädagogische Gestaltung und Soziale Kompetenz und Kooperation.

Im Anschluss an den Grundkurs ist es möglich, an einem Aufbaukurs mit weiteren 120 Unterrichtsstunden teilzunehmen.

Bitte beachten

Hinweise zum Bildungsscheck auf Seite 137

Weitere Informationen

Flyer zum Download: www.fbs-gladbach.de

Hauptdozentin: Mechthild Sünder-Tegtmeyer, Pädagogin, Mototherapeutin, NLP Practitioner
Ort: Kath. Familienbildungsstätte
Laurentiusstr. 4–12 | 51465 Bergisch Gladbach

Di 16.01. – 18.06.2024 | 18.00 – 21.15 Uhr

650,00 € | 20 x = 90 UStd.

Veranstaltungs-Nr. 2462250002**Di 27.08. – 17.12.2024 | 18.00 – 21.15 Uhr**

650,00 € | 19 x = 90 UStd.

Veranstaltungs-Nr. 2462250003

Kooperation:

Fachstelle für Jugendpastoral und Jugendhilfe



SchulTag Aufbaukurs

Qualifizierte Betreuung für Schulkinder

Der Aufbaukurs ist wie der Grundkurs auch modular aufgebaut, das heißt, er setzt sich aus verschiedenen Bausteinen zusammen und umfasst insgesamt 120 Unterrichtsstunden (einschl. 12 Selbstlernerheiten und 20 Ustd. für die Projektarbeit). Inhaltlich setzt sich der Aufbaukurs aus drei Schwerpunktbereichen zusammen: Projektarbeit, Vertiefung von Grundkurs Themen, Schwerpunktangebote in der Betreuung.

Den Kern des Kurses bildet die Projektarbeit, die von allen Teilnehmenden in Gruppenarbeit im Kurs erstellt wird. Neben der Projektarbeit werden Themen aus dem Grundkurs aufgegriffen und vertieft. Wichtig ist, dass es hierbei nicht um Wiederholung geht, sondern um eine differenziertere Auseinandersetzung mit den Themen. Ziel ist es kompetentes Handlungs- und Anwendungswissen mit einem hohen Praxisbezug zu vermitteln.

Darüber hinaus werden vier Module angeboten, die ganz konkrete Schwerpunktangebote für die Betreuung behandeln. Die behandelten Themen können dabei von Kurs zu Kurs variieren.



Foto: Elke Moorkamp

Weitere Informationen

Detaillierte Angaben über einzelne Inhalte und Termine entnehmen Sie bitte einem gesonderten Falblatt, das wir Ihnen gerne zuschicken.

Di 09.01. – 11.06.2024 | 18.00 – 21.15 Uhr

Hauptdozentin: Mechthild Sünder-Tegtmeyer,
Pädagogin, Mototherapeutin
650,00 € | 18 x = 88 UStd.

Ort: Kath. Familienbildungsstätte
Laurentiusstr. 4–12 | 51465 Bergisch Gladbach

Veranstaltungs-Nr. 2462250001



SchulTag plus Stress lass nach!

Mehr innere Stärke, mehr Gelassenheit
und bessere Nerven

In Zeiten von Personalmangel, hohen Anforderungen von außen und auch eigenen Erwartungen innerlich ruhig zu bleiben und mit dem Stress umzugehen, ist herausfordernd und oft kräftezehrend.

An diesem Seminartag lernen Sie, wie Sie Stress so ausgleichen können, dass er nicht dauerhaft belastet und krank macht. Wir setzen uns damit auseinander, wie Stress ausgelöst wird und wie wir ihn selbst reduzieren können. Dabei geht es nicht nur darum, die äußeren Faktoren zu verändern, denn das ist nicht immer direkt möglich. Umso wichtiger ist es daher, dass Sie für sich eine innere Balance aufbauen und so in stressigen Situationen wissen, wie Sie wieder zur Ruhe kommen und runterfahren können.

Inhalte

- Stress und seine Entstehung
- Bedeutung der eigenen inneren Balance
- Aufbau einer inneren Ruhe und innerer Kraft
- Schätze für den Aufbau einer tiefen inneren Gelassenheit und Balance
- Ruhe bewahren im Sturm

Das Seminar bietet sowohl Input, als auch Möglichkeiten zum Austausch sowie Übungen für die direkte Umsetzung, um in die Ruhe zu kommen.

Sa 16.03.2024 | 09.00 – 16.00 Uhr

Stefanie Zarek, Psychologische Beraterin
und Trainerin für innere Balance, Lehrerin
40,00 € | 1 x = 8 UStd.

Ort: Kath. Familienbildungsstätte
Laurentiusstr. 4–12 | 51465 Bergisch Gladbach

Veranstaltungs-Nr. 2462250008



SchulTag plus Gartenhelfern ein Zuhause geben – Artenschutz auf dem Schulhof

Summen, Surren und Vogelgezwitscher: Wer seinen Garten mit tierischen Nachbarn teilen möchte, kann dafür einiges tun. Heimische Pflanzen dienen Bienen, Schmetterlingen, Vögeln und Co. als Lebensraum und Nahrungsquelle. Gartenelemente wie Blumenwiesen, Trockenmauern, Totholzhaufen und verschiedene Bäume und Hecken ermöglichen die Ansiedlung von Tieren. Heute lernen wir, wie wir im Schulgarten Lebensräume schaffen und heimische Tiere unterstützen können.

Anhand praktischer Beispiele, die wir zusammen bauen werden, zeige ich Ihnen, wie Sie und die Kinder zu Artenschützern im eigenen Schulgarten werden.

Sa 13.04.2024 | 10.00–17.00 Uhr

Petra Hölters, Natureerlebnispädagogin
43,00 € inkl. 3,00 € Umlage | 1 x = 8 UStd.
Ort: OGS Burg Berge Blecher
Bergstraße 203 | 51519 Odenthal
Veranstaltungs-Nr. 2462250005

SchulTag plus So wird's leichter! Wertschätzende Kommunikation in der OGS

Im OGS-Alltag begegnen wir vielen Menschen: Kindern, Eltern, KollegInnen, LehrerInnen. Da ist es oft schwer, die richtigen Worte und Taten zu finden, um die jeweiligen Beziehungen wertvoll zu gestalten und somit eine Atmosphäre zu schaffen, die geprägt ist von gegenseitigem Verständnis, und Akzeptanz, Respekt und Wertschätzung. Allzu oft wird dieser Prozess von Zeit- und Leistungsdruck negativ belastet. Unzufriedenheit, Belastung, Konflikte und Druck auf allen Seiten sind oft die Folge. Wir wünschen uns mehr Leichtigkeit, mehr gegenseitige Wertschätzung und Verständnis, ein Miteinander, das Entwicklungsprozesse aller möglich macht und das Leben in der OGS bereichert und erleichtert.

Der Schwerpunkt dieser Weiterbildung liegt auf dem Konzept der »Gewaltfreien Kommunikation« (GfK) von Marshall B. Rosenberg. Mit der Haltung und den Methoden der GfK können Beziehungen intensiviert, schwierige Gespräche gewinnbringend geführt und belastenden Situationen gut begegnet werden.



Den zahlreichen Hindernissen im OGS-Alltag können mit mehr Leichtigkeit, Klarheit und Intensität begegnet werden.

Do 18.04. – 25.04.2024 | 09.00–14.30 Uhr

Mechthild Sünder-Tegtmeyer, Pädagogin,
Mototherapeutin, NLP Practitioner
60,00 € | 2 x = 12 UStd.
Ort: Kath. Familienbildungsstätte
Laurentiusstr. 4–12 | 51465 Bergisch Gladbach
Veranstaltungs-Nr. 2462250007

SchulTag plus
**Für unsere Zukunft: Nachhaltiges
Lernen und Handeln in der OGS**
Projekte und Ideen zur Bildung für nachhaltige
Entwicklung (BNE)

Wir brauchen eine lebenswerte und zukunftsfähige Welt, für alle Menschen, für alle Tiere, für die Natur. Die Bedeutung von Nachhaltigkeit und die damit zusammenhängenden Herausforderungen sind inzwischen fest in unserem Alltag angekommen und betreffen auch die Lebenswelt der Kinder in der Offenen Ganztagschule.

Wir gemeinsam gestalten unser Morgen. Es gibt viele Möglichkeiten, sich den vielfältigen Themen der Bildung für nachhaltige Entwicklung (BNE) anzunähern, spielerisch und ohne erhobenen Zeigefinger. Durch spannende und alltagsnahe Methoden entsprechend dem Dreischritt »Erkennen – Bewerten – Handeln« verstehen die Kinder Zusammenhänge und Handlungsbedarfe und erkennen, welche gestalterische und selbstwirksame Rolle sie spielen können. Lassen Sie sich inspirieren, wie Sie nachhaltiges und zukunftsorientiertes Denken und Handeln zeitnah in der OGS verankern können!

Mo 27.05.2024 | 18.00–21.15 Uhr

Constanze Groth, M.A., Referentin für Bildung
für nachhaltige Entwicklung, Referentin für inklusive
globales Lernen
20,00 € | 1 x = 4 UStd.
Ort: Kath. Familienbildungsstätte
Laurentiusstr. 4–12 | 51465 Bergisch Gladbach
Veranstaltungs-Nr. 2462250006

> MIKIBU



MiKibU e.V. steht für
»Migrantenkinder bekommen Unterstützung«
und ist eine Initiative des Integrationsrates
der Stadt Bergisch Gladbach.

Seit 2009 werden Grundschul Kinder mit Förderbedarf von ehrenamtlichen Mentor/innen vor allem beim Erlernen der deutschen Sprache, aber auch bei der Bewältigung aller anderen schulischen Aufgaben unterstützt. Ziel ist es, ihnen den Weg zur weiterführenden Schule zu ebnet, die beruflichen Chancen zu verbessern und die gesellschaftliche Integration zu erleichtern.

Zurzeit betreuen 230 ehrenamtliche Mentor/innen an vierzehn Bergisch Gladbacher Grundschulen insgesamt 250 Kinder.

www.mikibu.de



Foto: Alexxndr/shutterstock.com

Fortbildung für Mentorinnen und Mentoren von MiKibU

Die folgenden Veranstaltungen sollen die Arbeit mit den Kindern erleichtern, sie dienen der Unterstützung der Mentor/innen sowie der Verbesserung der Förderqualität. Weitere Veranstaltungen werden zeitnah bekannt gegeben.

> MIKIBU

Kinder fordern uns heraus

Fortbildung für Mentorinnen und Mentoren
von MiKibU

Brigitte Holz-Schöttler

1 x = 3 UStd.

Ort: Kath. Familienbildungsstätte
Laurentiusstr. 4–12 | 51465 Bergisch Gladbach

Do 22.02.2024 | 15.00–17.15 Uhr
Veranstaltungs-Nr. 2462590005

Di 26.03.2024 | 15.00–17.15 Uhr
Veranstaltungs-Nr. 2462590006

Wertschätzende/Gewaltfreie Kommunikation nach M. Rosenberg

Fortbildung für Mentorinnen und Mentoren
von MiKibU

Jede Begegnung mit Kindern ist – bewusst oder unbewusst – durch Kommunikation geprägt! Unser persönliches »Kommunikationsverhalten« wirkt sich dabei nicht nur auf die zwischenmenschliche Beziehung aus, sondern auch auf das kindliche Selbst(wert)gefühl.

Gegenseitiges Verstehen – das Wahrnehmen gegenseitiger Bedürfnisse – ist somit nicht nur die Basis für ein respektvolles Miteinander, sondern auch für die Persönlichkeitsentfaltung der Kinder, die wir auf dem Weg ins Leben begleiten. Mit Hilfe der Gewaltfreien Kommunikation (GfK), entwickelt von Marshall Rosenberg, können wir Beziehungen intensivieren und belastende Situationen positiv beeinflussen. Zahlreichen Herausforderungen können wir mit mehr Leichtigkeit, Klarheit und Intensität begegnen. In diesem Seminar lernen Sie Grundaspekte der GfK kennen, um diese in Ihre Arbeit als Mentor/in einfließen zu lassen. Neben theoretischem Input gibt es Möglichkeit, praktisch zu üben und Zeit für Austausch.

Mechthild Sünder-Tegtmeyer, Pädagogin,
Mototherapeutin, NLP Practitioner
2 x = 8 UStd.
Ort: Kath. Familienbildungsstätte
Laurentiusstr. 4–12 | 51465 Bergisch Gladbach

Fr 08.03. u. 22.03.2024 | 09.30–12.45 Uhr
Veranstaltungs-Nr. 2462850005

Fr 31.05. u. 14.06.2024 | 09.30–12.45 Uhr
Veranstaltungs-Nr. 2462850007

> MIKIBU

Wertschätzende/Gewaltfreie Kommunikation nach M. Rosenberg – Vertiefungskurs

Fortbildung für Mentorinnen und Mentoren von MiKibU

Das Vertiefungsseminar baut auf den Inhalten des Einführungsseminars auf, in dem Sie Grundkenntnisse der Gewaltfreien Kommunikation erworben haben. Die Haltung und die Technik der GFK werden noch mehr verinnerlicht und praxisorientiert angewendet. Sie lernen sich noch sicherer mit den 4-Schritten der GFK auszudrücken, diese im Konflikt und zur Selbstklärung einzusetzen und dem Gegenüber in Empathie zu begegnen. Situationen werden aufgegriffen, um die GFK in ihren Lebens- und MIKIBU-Alltag zu integrieren.

Mo 15.04. und 22.04.2024 | 14.00–17.15 Uhr
Mechthild Sünder-Tegtmeyer, Pädagogin,
Mototherapeutin, NLP Practitioner
2 x = 8 UStd.

Ort: Kath. Familienbildungsstätte
Laurentiusstr. 4–12 | 51465 Bergisch Gladbach

Veranstaltungs-Nr. 2462850006

Wie lernt ein Kind lesen?

Fortbildung für Mentorinnen und Mentoren von MiKibU

Maria Montessori hat die Kinder beobachtet und die vielen kleinen Stufen des Lebens gesehen, die ein Kind auf seinem Weg beschreitet. Auch auf dem Weg des Lesenlernens gibt es viele kleine Stufen.

Aus seiner langjährigen Praxis als Leiter der Montessori Grundschule in Köln in der Gilbachstraße heraus, wird Herr Elsner Möglichkeiten der Unterstützung beim Leselerwerb zeigen.

Di 12.03.2024 | 09.30–12.45 Uhr

Johannes Elsner, Schulleiter i.R.

1 x = 4 UStd.

Ort: Kath. Familienbildungsstätte
Laurentiusstr. 4–12 | 51465 Bergisch Gladbach

Veranstaltungs-Nr. 2462850003

> MIKIBU

Forum Praxisaustausch

Fortbildung für Mentorinnen und Mentoren von MiKibU

Im Ehrenamtsalltag werden wir manchmal mit Situationen konfrontiert, die uns verunsichern, herausfordern und/oder mit Fragezeichen im Kopf zurücklassen.

Das Forum Praxis-Begleitung möchte einen fachlich begleiteten Raum schaffen, um Erlebtes zu reflektieren, voneinander zu lernen und neue Perspektiven zu entwickeln, die im Alltag hilfreich sind.

Jedes Treffen beginnt mit einem inhaltlichen Impuls zu den Themen des Ehrenamtsengagements – anschließend findet ein moderierter Austausch statt, in dessen Rahmen auch eigene Themen, Anliegen und Fragestellungen eingebracht werden können.



Foto: Theodor Barth

Merle Wieschhoff, M.A., Kommunikationstrainerin
1 x = 3 UStd.

Ort: Kath. Familienbildungsstätte
Laurentiusstr. 4–12 | 51465 Bergisch Gladbach

Do 14.03.2024 | 09.30–12.00 Uhr
Veranstaltungs-Nr. 2462590003

Do 14.03.2024 | 14.00–16.30 Uhr
Veranstaltungs-Nr. 2462590004

> MIKIBU

**Schützen und Stärken –
Präventionsschulung**

Fortbildung für Mentorinnen und Mentoren
von MiKibU

Kindeswohlgefährdung in all seinen Ausprägungen, wie Vernachlässigung, körperliche, psychische und auch sexuelle bzw. sexualisierte Gewalt gegen Kinder und Jugendliche ist ein sehr wichtiges, häufig schwieriges und emotional belastendes Thema: wie reagieren und was tun, wenn ich im Rahmen meiner ehrenamtlichen Tätigkeit als MiKibU-Mentor/in mit Verdachtsfällen konfrontiert werde?

Die Fortbildung möchte anregen, eigene Reaktionen, Gefühle und Fragen in Bezug auf das Thema »Kindeswohlgefährdung« gemeinsam zu reflektieren. Darüber hinaus geht es um die Vermittlung von rechtlichen Grundlagen sowie einem entsprechenden Hintergrundwissen.

Die Erfahrung zeigt, dass unsere Reaktions-, Gesprächs- und Handlungskompetenzen davon profitieren, wenn wir das »Unbegreifliche« – so weit wie möglich – »greifbar« machen.

Je mehr Unsicherheiten wir im Umgang mit dem Thema reduzieren, desto besser kann es gelingen, Kinder zu schützen, zu ermutigen und zu stärken! Wie viel Nähe ich zulassen darf und wie viel Distanz ich einhalten muss, wird ebenfalls Thema der Fortbildung sein?

Fr 19.04. – 26.04.2024 | 09.30 – 12.45 Uhr

Merle Wieschhoff, M.A., Kommunikationstrainerin
2 x = 8 UStd.

Ort: Kath. Familienbildungsstätte
Laurentiusstr. 4–12 | 51465 Bergisch Gladbach

Veranstaltungs-Nr. 2462590001

> MIKIBU

**Kultur- und differenzsensible Hand-
lungskompetenz für Ehrenamtliche**

Fortbildung für Mentorinnen und Mentoren
von MiKibU

Diese Schulung hat zum Ziel, die Teilnehmenden in der ehrenamtlichen Arbeit für die Herausforderungen förderlicher Unterstützung im Kontext von Migration und Interkulturalität fit zu machen. Sie werden die wichtigsten Aspekte kultur- und differenzsensibler Handlungsfähigkeit kennenlernen, die für den Aufbau und die Pflege einer für beide Seiten fruchtbaren Zusammenarbeit wichtig sind. Hierzu gehören unter anderem Hintergrundinformationen und Grundbausteine einer wertschätzenden interkulturellen Kommunikation.

Do 16.05.2024 | 14.30 – 18.15 Uhr

Dr. Mohammad Heidari, Islamwissenschaftler
1 x = 5 UStd.

Ort: Kath. Familienbildungsstätte
Laurentiusstr. 4–12 | 51465 Bergisch Gladbach

Veranstaltungs-Nr. 2462850004

**Beobachtung und Wahrnehmung
von Grundschulkindern**

Fortbildung für Mentorinnen und Mentoren
von MiKibU

Sie begleiten in Ihrem Ehrenamt bei MiKibU verschiedene Grundschul Kinder mit Förderbedarf. Die Kinder bringen unterschiedliche Persönlichkeiten, Sozialisationen und Vorgeschichten mit. Dabei sind Beobachtung und Wahrnehmung der Kinder in der gemeinsamen Zeit ein wichtiges Instrument, um sie besser zu verstehen und auch professionell zu begleiten.

In diesem Workshop nehmen wir Einblick in das wahrnehmende Beobachten, das die empathische Wahrnehmung des Kindes verbindet mit dem, was diese Wahrnehmung in Ihnen auslöst. Ziel des Workshops ist es, wahrzunehmen und zu beobachten und dabei bewusst Abstand nehmen zu können von eigenen Interpretationen.

Mi 12.06.2024 | 09.30 – 12.45 Uhr

Ellen Anders, Kommunikationswirtin und Trainerin
1 x = 4 UStd.

Ort: Kath. Familienbildungsstätte
Laurentiusstr. 4–12 | 51465 Bergisch Gladbach

Veranstaltungs-Nr. 2462850002



Foto: A3family/shutterstock.com

FAMILIENBILDUNG IM FAMILIENZENTRUM, IN KITAS UND IN PFARRGEMEINDEN

Auf den folgenden Seiten finden Sie Angebote der Familienbildung, die wir in Kooperation mit Kitas, Familienzentren und Pfarrgemeinden in der Stadt Bergisch Gladbach und dem Kreisgebiet anbieten. Für Nachfragen und Ihre Anmeldung nehmen Sie bitte direkt Kontakt zu der jeweils angegebenen Ansprechperson auf.



> BERGISCH GLADBACH – SCHILDGEN

**Kath. Familienzentrum Schildgen**

Altenberger-Dom-Str. 136
51467 Bergisch Gladbach
Telefon 02202 82358

Das Kath. Familienzentrum Schildgen
ist auch Schwerpunkteinrichtung des
Kath. Familienzentrum Bergisch Gladbach West

Dazu gehören
Kindertagesstätte Herz Jesu
Caritas Kita Katterbach
Kath. Kita St. Clemens

Ort der Veranstaltungen
Altenberger-Dom-Str. 136
51467 Bergisch Gladbach

Anschlussangebot

Das zweite Lebensjahr

Für Eltern mit ihren
Januar bis März 2023 geborenen Babys

Fr 19.01. – 28.06.2024 | 09.00–10.30 Uhr

Nadine Schönberg, Kindertagespflegeperson
114,00 € | 19 x = 38 UStd.

Veranstaltungs-Nr. 2462620013

Anschlussangebot

Das zweite Lebensjahr

Für Eltern mit ihren
April bis September 2022 geborenen Babys

Fr 19.01. – 28.06.2024 | 10.45–12.15 Uhr

Nadine Schönberg, Kindertagespflegeperson
114,00 € | 19 x = 38 UStd.

Veranstaltungs-Nr. 2462620012

> BERGISCH GLADBACH – HERMANN-LÖNS-VIERTEL/HAND

Hermann-Löns Forum

Willy-Brandt-Straße 20
51469 Bergisch Gladbach

Information und Anmeldung
für die Eltern-Baby-Kurse:
Kath. Familienbildungsstätte
info@fbs-gladbach.de
Telefon 02202 936390

Ort der Veranstaltungen
Hermann-Löns-Forum
Willy-Brandt-Str. 20
51469 Bergisch Gladbach

»Hoch die Hände Klimawende«

Lesung und Autorengespräch
Ein Klima-Motivationsabend

Weitere Informationen

im Bereich Blickpunkt
auf Seite 15

Di 27.02.2024 | 19.30–21.00 Uhr

Gabriel Baunach, Ingenieur, Autor
5,00 €

Veranstaltungs-Nr. 2462740010

Anschlussangebot an Elternstart
Begleitung im ersten Lebensjahr

Für Eltern mit ihren
Juni bis September geborenen Babys

Mi 17.01. – 26.06.2024 | 09.00–10.30 Uhr

Ruth Haasbach, Naturpädagogin,
integrative Klangpädagogin, Ergotherapeutin
120,00 € | 20 x = 40 UStd.

Veranstaltungs-Nr. 2462620017

> BERGISCH GLADBACH – HERMANN-LÖNS-VIERTEL/HAND

**KIDIX**

Eltern-Kind-Kurs für Eltern mit
Ihren Kindern von 1 bis 2 Jahren

Ein Eltern-Kind-Kurs bietet:**Eltern**

- Information und Gespräch zu allen Fragen des Kleinkindalters
- Unterstützung bei Festen mit Kindern im Jahreskreis
- Kontakte in der Elternrunde

Kindern im zweiten und dritten Lebensjahr

- Zeit und Raum zum freien Spielen und Bewegen
- interessantes altersgerechtes Spielmaterial
- Kontakte zu anderen Kleinkindern

Eltern und Kindern gemeinsam

- die Freude an Kreisspielen und Liedern



Foto: Elke Moorkamp

Begleitend wird ein Elternabend durchgeführt, der in der Teilnahmegebühr enthalten ist. Der Termin hierfür wird in der Gruppe abgestimmt.

Mi 17.01. – 26.06.2024 | 10.45 – 12.15 Uhr

Ruth Haasbach, Ergotherapeutin,
integrative Klangpädagogin
120,00 € | 20 x = 40 UStd.

Veranstaltungs-Nr. 2462620018

> BERGISCH GLADBACH – HERMANN-LÖNS-VIERTEL/HAND

Elterncafé Mama Mia

Für junge Mütter und Väter mit ihren Kindern

- Treff für junge Schwangere, Mütter und Väter
- Babyspielplatz
- Kontakt und Gespräche bei Kaffee oder Tee
- Fragen rund um das Leben mit Kind

Mi 17.01. – 26.06.2024 | 09.30 – 11.45 Uhr

Birgit Mohr, Erzieherin, Sarina Claßen
gebührenfrei | 21 x = 63 UStd.

Es handelt sich um ein offenes Angebot.

Rückfragen an Esperanza | Telefon 02202 1008701

Veranstaltungs-Nr. 2462620030

*In Kooperation mit der Beratungsstelle
Esperanza des Caritas-Verbandes RheinBerg
und dem Hermann-Löns-Forum*

Vinyasa Yoga

Im Vinyasa Yoga findet der Geist durch dynamische und fließende Bewegungsabläufe eine meditative Ruhe. Gleichzeitig wird der ganze Körper durch kraftvolle Asanas gestärkt, Atmung und Bewegung miteinander verbunden, um ein besseres Körpergefühl zu erlangen.

Bitte mitbringen

- eine möglichst rutschfeste Yogamatte
- Wasser
- bequeme Kleidung
- und eine Decke

Mo 15.01. – 17.06.2024 | 19.00 – 20.30 Uhr

Tanja Celetta, Yoga Lehrerin
142,80 € | 17 x = 34 UStd.

Veranstaltungs-Nr. 2462660034**Mi 17.01. – 19.06.2024 | 19.00 – 20.30 Uhr**

Tanja Celetta, Yoga Lehrerin
151,20 € | 18 x = 36 UStd.

Veranstaltungs-Nr. 2462660035

> BERGISCH GLADBACH – REFRATH/FRANKENFORST



Kath. Familienzentrum St. Maria Königin

Im Hain 31
51427 Bergisch Gladbach
Telefon 02204 68051

Das Kath. Familienzentrum St. Maria Königin ist auch Schwerpunkteinrichtung des Kath. Familienzentrums in Refrath.

Dazu gehören
Kath. Kita St. Johann Baptist
Kath. Kita St. Elisabeth

Ort der Veranstaltungen
(falls nicht anders angegeben)
Kath. Familienzentrum St. Maria Königin
Im Hain 31 | 51427 Bergisch Gladbach

Erste Hilfe bei Säuglingen und Kleinkindern

Für Eltern, Betreuer/innen und alle,
die Zeit mit Babys und Kindern verbringen

Dieses Seminar vermittelt Ihnen wichtige Fähigkeiten, um in Notfällen bei Babys und Kindern angemessen zu reagieren.

Ziel ist es, Ihnen das nötige Wissen und Selbstvertrauen zu vermitteln, um in solchen Situationen ruhig und kompetent zu handeln.

Mi 24.01.2024 | 18.30 – 21.30 Uhr

Denis Lindner, Rettungssanitäter
Ausbilder in Erste Hilfe
1 x = 4 UStd.

Veranstaltungs-Nr. 2462660033

> BERGISCH GLADBACH – REFRATH/FRANKENFORST

Doktorspiele unter Kindern

Entwicklung der kindlichen Sexualität
Elternabend

Kinder sind neugierig auf sich selbst und auf alles, was ihnen begegnet. Vom Babyalter an sind sie mit ihrem Körper, seinen Besonderheiten und Veränderungen beschäftigt. Um diesen Situationen richtig zu begegnen, schauen wir uns an, inwiefern Sexualität und Körperlichkeit im Kindesalter eine Rolle spielt, was also entwicklungsbedingt »normal« ist. Wie wir mit Grenzen und Grenzüberschreitungen umgehen, welche Folgen für die weitere Entwicklung bei ungünstiger Herangehensweise möglich sind, welche Reaktionen in verschiedenen Situationen angemessener sind, ist ebenso Thema.

Di 20.02.2024 | 19.30 – 21.45 Uhr

Gerit Schrader, Kinder-, Jugend-
und Familienberaterin
1 x = 3 UStd.

Veranstaltungs-Nr. 2462610006

Hexenbein und Krötenschleim – wir zaubern uns in Hexenland

Psychomotorisches Bewegungsangebot
für Eltern oder Großeltern mit ihren Kindern
von 4 bis 6 Jahren

Mi 14.02. – 13.03.2024 | 14.30 – 16.00 Uhr

Hildegard Schleiden, Motopädin, Erzieherin
Gebühr auf Anfrage | 5 x = 10 UStd.

Veranstaltungs-Nr. 2462620027



Foto: djmilichutterstock.com

> BERGISCH GLADBACH – REFRATH/FRANKENFORST

Wald erleben für die Kleinsten

Für Eltern mit ihren Kindern unter 3 Jahren

Heute sind die Kleinsten mal ganz unter sich und erkunden mit allen Sinnen den Wald. Eddy Eichhörnchen ist auch mit dabei und erzählt viele Geschichten über die Bewohner des Waldes. Was gibt es denn alles in der Box zu fühlen? Und kann man aus Erde Matschknödel formen? Warum sind denn die Bäume auf einmal so bunt? Wie fühlen sich denn die verschiedenen Naturmaterialien an? Das und noch viel mehr gibt es heute zu entdecken. Ihr könnt gespannt sein.

Sa 08.06.2024 | 09.30–11.00 Uhr

Petra Hölters, Naturerlebnispädagogin

1 x = 2 UStd.

Veranstaltungs-Nr. 2462620028**Yoga auf der grünen Wiese**

Für Eltern mit ihren Kindern von 4 bis 6 Jahren

Bitte mitbringen

- bequeme Kleidung
- eine Unterlage für draußen
- und eine Trinkflasche mit Wasser

Fr 14.06.2024 | 16.00–17.30 Uhr

Laura Marx, Erzieherin

Yvonne Clever, Heilerziehungspflegerin

1 x = 2 UStd.

Veranstaltungs-Nr. 2462660023

> BERGISCH GLADBACH – REFRATH/FRANKENFORST

Yin yoga Yoga

Dynamische und Kraftvolle Yin yoga Flows, während dein Geist zur Ruhe kommt und dein Atem weiter fließt

Im Vinyasa Yoga findet der Geist durch dynamische und fließende Bewegungsabläufe eine meditative Ruhe. Gleichzeitig wird der ganze Körper durch kraftvolle Asanas gestärkt und du lernst, Bewegung und Atmung zu verbinden und ein besseres Körpergefühl zu erlangen.

Bitte mitbringen

- rutschfeste Yogamatte
- Wasser
- bequeme Kleidung
- und eine Decke

Sabine Schönenborn, Yogalehrerin

Ort: Kath. Kita St. Johann Baptist, Refrath

Kirchplatz 18 | 51427 Bergisch Gladbach



Foto: Chutima Chaochaiyai/shutterstock.com

Di 16.01. – 26.06.2024 | 19.00–20.30 Uhr

168,00 € | 20 x = 40 UStd.

Veranstaltungs-Nr. 2462660021**Do 18.01. – 27.06.2024 | 18.30–20.00 Uhr**

159,60 € | 19 x = 38 UStd.

Veranstaltungs-Nr. 2462660022

> BERGISCH GLADBACH-STADTMITTE



AWO Familienzentrum Kunterbunt

Hans-Zanders-Straße 26
51465 Bergisch-Gladbach
Telefon 02202 932617
kita-kunterbunt@awo-rhein-oberberg.de

Feuerführerschein

Für Eltern mit Ihren Kindern im Vorschulalter

Wir machen den Feuerführerschein! Feuer fasziniert uns alle, auch unsere Kinder. An diesem Tag dreht sich alles um das Feuer: wir machen Feuerexperimente, lernen, was wir tun, wenn es brennt, bauen zusammen ein Lagerfeuer auf. Nachdem wir Feuersteine, Schlageisen und Feuerstrahl kennengelernt haben, zünden wir das Feuer an und rösten Marshmallows darin. Am Ende bekommen die Kinder einen Feuerführerschein ausgehändigt.

Di 09.04. – 30.04.2024 | 15.30 – 17.45 Uhr

Petra Hölters, Naturerlebnispädagogin

2 x = 6 UStd.

Veranstaltungs-Nr. 2462620026



Foto: xpixel/shutterstock.com

> BERGISCH GLADBACH-STADTMITTE

Wald erleben für die Kleinsten

Für Eltern mit ihren Kindern unter 3 Jahren

Heute sind die Kleinsten mal ganz unter sich und erkunden mit allen Sinnen den Wald. Eddy Eichhörnchen ist auch mit dabei und erzählt viele Geschichten über die Bewohner des Waldes. Was gibt es denn alles in der Box zu fühlen? Und kann man aus Erde Matschknödel formen? Warum sind denn die Bäume auf einmal so bunt? Wie fühlen sich denn die verschiedenen Naturmaterialien an? Das und noch viel mehr gibt es heute zu entdecken. Ihr könnt gespannt sein.

Di 28.05.2024 | 15.30 – 17.00 Uhr

Petra Hölters, Naturerlebnispädagogin

1 x = 2 UStd.

Veranstaltungs-Nr. 2462620025



Foto: MINSstudio/shutterstock.com

> KÜRTEM

**Familienzentrum Die Gute Hand**

Kindertagesstätte | Jahnstr. 35
und Kinderhaus | Im Binsfeld 11
51515 Kürten
Telefon 02207 708365

Folgekurs Begleitung im ersten Lebensjahr

Für Eltern mit ihren
März bis Mai 2023 geb. Babys

Mo 22.01. – 17.06.2024 | 10.30 – 12.00 Uhr

Kathrin Benkel, Dipl. Pädagogin
128,70 € | 18 x = 39 UStd.
CALENDULA Raum für Yoga und Bewegung
Im Winkel 7 | 51515 Kürten
Veranstaltungs-Nr. 2462620016

Elternstart NRW

Für Eltern mit Ihren Mitte August bis Anfang
Dezember 2023 geborenen Babys

Mo 05.02. – 11.03.2024 | 08.30 – 10.00 Uhr

Petra Köser, Erzieherin
gebührenfrei | 5 x = 10 UStd.
CALENDULA
Raum für Yoga und Bewegung
Im Winkel 7 | 51515 Kürten
Veranstaltungs-Nr. 2462620023



Anschlussangebot

Das erste Lebensjahr

Für Eltern mit Ihren Mitte August bis Anfang
Dezember 2023 geborenen Babys

Mo 18.03. – 24.06.2024 | 08.30 – 10.00 Uhr

Petra Köser, Erzieherin
75,90 € | 11 x = 23 UStd.
CALENDULA
Raum für Yoga und Bewegung
Im Winkel 7 | 51515 Kürten
Veranstaltungs-Nr. 2462620024



> KÜRTEM

KIDIX

Eltern-Kind-Kurs

Mi 14.02. – 19.06.2024 | 09.00 – 10.30 Uhr

n.n.
105,00 € | 17 x = 35 UStd.
Ort: Kinderhaus Die Gute Hand
Binsfeld 11, 51515 Kürten
Veranstaltungs-Nr. 2462620045

**Den Frühling begrüßen mit Händen und Füßen**

Lieder, Fingerspiele und vieles mehr
Für Eltern oder Großeltern mit ihren Kindern
von 3 bis 6 Jahren

Mi 20.03.2024 | 16.30 – 18.00 Uhr

Laura Marx, Erzieherin
Petra Rahm, Erzieherin
1 x = 2 UStd.
Ort: Heilpädagogisches Kinderdorf Biesfeld
Jahnstr. 35 | 51515 Kürten
Veranstaltungs-Nr. 2462620029

Yoga auf der grünen Wiese

Für Eltern mit ihren Kindern von 4 bis 6 Jahren

Bitte mitbringen:

bequeme Kleidung, eine Unterlage für draußen und
eine Trinkflasche mit Wasser

Fr 24.05.2024 | 15.30 – 17.00 Uhr

Laura Marx, Erzieherin
Yvonne Clever, Heilerziehungspflegerin
1 x = 2 UStd.
Ort: Heilpädagogisches Kinderdorf Biesfeld
Jahnstr. 35 | 51515 Kürten
Veranstaltungs-Nr. 2462660023

> KÜR TEN



Familienzentrum St. Johann-Baptist Kürten

Bergstraße 16
51515 Kürten
Telefon 02268 7475

Erste Hilfe bei Säuglingen und Kleinkindern

Elternabend

Erste Hilfe bei Säuglingen und Kleinkindern
Verletzungen und Unfälle im Kindesalter sind für Eltern eine große Herausforderung. Sie erhalten Informationen zu Sturzverletzungen, Wundversorgung, Vergiftungen, Verbrennungen und anderen wichtigen Fragen.

Di 27.02.2024 | 18.00–21.00 Uhr

Monika Käsbach-Zilles, Kinderkrankenschwester
1 x = 4 UStd.

Veranstaltungs-Nr. 2462660003

Ein Teig für Ostern – Kränze und Hasen selbst geformt

Für Eltern mit Kindern ab 3 Jahren

Heute wollen wir uns schon auf Ostern vorbereiten: Hasen, Kränze und Eier dürfen im Nest nicht fehlen, unserer Fantasie sind keine Grenzen gesetzt. Wir bereiten einen einfachen Hefeteig zu- und dann wird fleißig geformt. Mit Nüssen, Rosinen, Saaten werden die Teiglinge von großen und kleinen Händen vor dem Backen verziert. Dazu gibt es einen leckeren Möhren-Kräuter-Aufstrich, den wir gleich genießen werden. Oder Sie nehmen einige Ihrer Schätze zum Probieren mit nach Hause. Wir erfahren, wie entspannend Teig kneten ist und wie das frische Grün nicht nur die Hasen nach draußen lockt, sondern warum auch Zweibeiner beim Frühlings-spaziergang vielerlei »Grünzeug« für sich entdecken können.

Bitte mitbringen

Brotdose, Messer, Sparschäler, Glas und Schürzen

Fr 08.03.2024 | 15.00–18.00 Uhr

Silvia Fröhning, Dipl. Oecotrophologin
1 x = 4 UStd.

Veranstaltungs-Nr. 2462620046

> KÜR TEN

Spielen und Bewegen mit Alltagsmaterialien

Bewegungsangebot für Kinder im Alter von 2 bis 6 Jahren mit einem Elternteil

Manchmal braucht es nicht viel Material oder Vorbereitung, sondern nur einen einfachen Alltagsgegenstand, um eine ganze Menge Spaß zu haben ...

Neben dem Spaß, den wir an diesem Nachmittag haben werden, schult das Spielen mit den Alltagsmaterialien die Kinder in den verschiedensten Körperbereichen und ermöglichen außergewöhnliche Bewegungs- und Materialerfahrungen.

Fr 23.02.2024 | 15.30–17.00 Uhr

Angela Bosbach, Übungsleiterin
1 x = 2 UStd.

Veranstaltungs-Nr. 2462620015

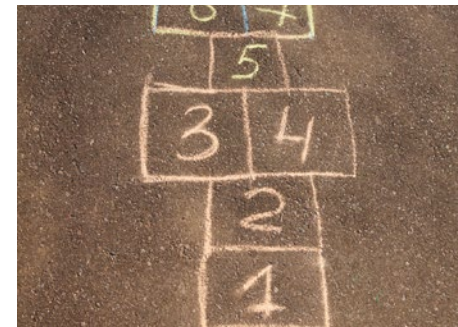


Foto: Sergey Novikov/fotolia

Alte Spiele neu entdeckt

Bewegungsangebot für Kinder ab 4 Jahre mit ihren Großeltern

Gemeinsam bewegen sich die Enkel und die Großeltern an diesem Nachmittag vergnügt in der Turnhalle und erleben, was schon Oma und Opa früher gespielt haben. Vielleicht werden ja sogar ein paar längst vergessene Erinnerungen geweckt ...

Do 25.04.2024 | 15.30–17.00 Uhr

Angela Bosbach, Übungsleiterin
1 x = 2 UStd.

Veranstaltungs-Nr. 2462620014



Foto: FBS

SONSTIGES

> BENACHBARTE EINRICHTUNGEN

Katholisches Bildungswerk

Laurentiusstr. 4–12 | 51465 Bergisch Gladbach
 Telefon 02202 9363950
 Telefax 02202 9363980
 E-Mail info@bildungswerk-gladbach.de
 Internet www.bildungswerk-gladbach.de

Thomas Morus Akademie

Overather Str. 51–53 | 51429 Bergisch Gladbach
 Telefon 02204 408472
 Telefax 02204 408420
 E-Mail akademie@tma-bensberg.de
 Internet www.tma-bensberg.de

Bildungswerk der Arbeiterwohlfahrt

Am Birkenbusch 59 | 51469 Bergisch Gladbach.
 Telefon 02202 245296 oder 245297
 Telefax 02202 245386
 E-Mail bildungswerk@awo-rhein-oberberg.de
 Internet www.bildungswerk-awo-rhein-oberberg.de

Deutsches Rotes Kreuz

Familienbildungsstätte Haus der Familie
 Franz-Heider-Str. 58 | 51469 Bergisch Gladbach
 Telefon 02202 9599016
 Telefax 02202 9599017
 E-Mail fbw@rhein-berg.drk.de

Familienbildungsstätte in Bensberg e. V.

Sattlerweg 8 | 51429 Bergisch Gladbach
 Telefon 02204 404450
 Telefax 02204 4044511
 E-Mail info@fivev.de
 Internet www.fivev.de

Volkshochschule Overath/Rösrath

Schulstr. 15 | 51491 Overath
 Telefon 02204 97230
 E-Mail pro@vhs-overath-roesrath.de
 Internet www.vhs-overath-roesrath.de

Volkshochschule Bergisch Land

Bürgerstr. 28 | 42929 Wermelskirchen
 Telefon 02196 947040
 Telefax 02196 9470450
 E-Mail zentrale@vhs-bergisch-land.de
 Internet www.vhs-bergisch-land.de

Volkshochschule Bergisch Gladbach

Haus Buchmühle
 Buchmühlenstr. 12 | 51465 Bergisch Gladbach
 Telefon 02202 142263
 Telefax 02202 142277
 E-Mail anmeldung@vhs-gl.de
 Internet www.vhs-gl.de

> QUALITÄTSMANAGEMENT



Anerkannte Einrichtung der Weiterbildung in NRW Zertifiziert nach Qualitätsnorm DIN EN ISO 9001

Liebe Teilnehmerinnen und Teilnehmer, liebe Kooperationspartnerinnen,

seit Dezember 2009 sind wir erfolgreich zertifiziert nach der Qualitätsnorm DIN EN ISO 9001:2008. Dieses Zertifikat verpflichtet uns, sorgfältig auf die Erfüllung unserer Qualitätsstandards zu achten. Ihre Zufriedenheit mit unseren Weiterbildungsveranstaltungen steht dabei an erster Stelle. Wir arbeiten gezielt daran, diese Zufriedenheit aufrechtzuerhalten bzw. zu steigern, indem wir aus Ihren und unseren positiven Erfahrungen, aber auch aus Ihren kritischen Rückmeldungen lernen. Wir bitten Sie daher, den am Ende eines Kurses oder einer Veranstaltung von uns ausgegebenen Fragebogen auszufüllen und sich somit an unserer Qualitätserhebung zu beteiligen. Natürlich können Sie uns auch unabhängig von der schriftlichen Befragung eine Rückmeldung geben, was Sie für gut gelungen halten oder was aus Ihrer Sicht verbessert werden sollte. Wir greifen Ihre Anregungen gerne auf! Falls Sie weitere Fragen zu unserem Qualitätsmanagement haben, können Sie sich gerne an die Mitarbeiterinnen der Kath. Familienbildungsstätte wenden.

Mit Dank und freundlichem Gruß

Bettina Goebel
 Leiterin

> ALLGEMEINE GESCHÄFTSBEDINGUNGEN

Geltungsbereich

Die folgenden Allgemeinen Geschäftsbedingungen regeln das Verhältnis zwischen TeilnehmerInnen und Teilnehmern an Veranstaltungen und der Bildungseinrichtung. Abweichende Allgemeine Geschäfts- oder Veranstaltungsbedingungen haben keine Gültigkeit.

Anmeldung

Bitte nutzen Sie für die Anmeldung die Anmeldekarten im Programmheft, die separaten Flyer bzw. Anmeldekarten oder die Online-Anmeldung auf unserer Internetseite. Die Anmeldung zu den Veranstaltungen muss schriftlich unter Angabe des vollen Namens, der Anschrift und Telefonnummer erfolgen. Die Anmeldung für eine Veranstaltung ist verbindlich und verpflichtet zur Zahlung des festgesetzten Teilnahmeentgeltes, auch für durch Sie angemeldete andere Personen. Sie erhalten von uns eine Anmeldebestätigung und werden benachrichtigt, falls eine Veranstaltung belegt ist oder ausfällt. Falls Sie sich für einen Kurs vormerken lassen, muss innerhalb von 7 Tagen die verbindliche Anmeldung erfolgen, ansonsten verfällt die Vormerkung automatisch. Bei gesondert gekennzeichneten Kursen behalten wir uns vor, die Veranstaltung auch digital durch- bzw. fortzuführen. Ein Anspruch auf Kostenerstattung entsteht dadurch nicht.

Anmeldung für Veranstaltungen mit Kooperationspartnern

Anmeldungen für Veranstaltungen bei unseren Kooperationspartnern in den katholischen Kirchengemeinden und den Verbänden und Einrichtungen sind an die im Programmheft bzw. auf der Internetseite jeweils angegebene Person zu richten.

Online-Anmeldung

Die Darstellung der Veranstaltungen auf den Internetseiten der Einrichtungen in Verbindung mit der Online-Anmeldung stellt kein rechtlich bindendes Angebot sondern einen unverbindlichen Online-Katalog dar. Durch Anklicken des Buttons »kostenpflichtige Bestellung« geben Sie eine verbindliche Bestellung der auf dem Bestellformular aufgeführten Veranstaltung ab. Die Bestätigung des Zugangs Ihrer Bestellung erfolgt durch automatisierte E-Mail unmittelbar nach dem Absenden der Bestellung und stellt noch keine Vertragsannahme dar. Wir können Ihre Bestellung durch Versand einer separaten Anmeldebestätigung per E-Mail innerhalb von fünf Tagen annehmen.

Zahlungsweise

Die Zahlung erfolgt durch SEPA-Lastschriftinzug. Anmeldungen über das Internet oder per E-Mail sind nur mit Erteilung einer SEPA-Lastschrift möglich. Wenn Sie in den anderen Anmeldeverfahren dem SEPA-Lastschriftinzug nicht zustimmen wollen, müssen Sie die Kursgebühr umgehend bezahlen.

> ALLGEMEINE GESCHÄFTSBEDINGUNGEN

SEPA-Lastschriftinzug

Das Lastschriftinzugsverfahren wird mit der Gläubiger-Identifikationsnummer DES05GL00000304425 durchgeführt und ist für Sie sicher und bequem. Die Vorteile für Sie sind:

- Das Teilnahmeentgelt wird nach Beginn der Veranstaltung zum nächsten 1. bzw. 15. des Monats abgebucht.
- Sie versäumen keine Zahlungsfrist und müssen nichts weiter veranlassen.
- Wenn die Veranstaltung ausfällt, erfolgt kein Einzug oder ggf. eine Rückerstattung.
- Sie können der Abbuchung innerhalb von 8 Wochen bei Ihrem Geldinstitut widersprechen, falls sie zu Unrecht erfolgt sein sollte.

Für Lastschriftinzüge, die wegen falscher oder fehlerhafter Bankverbindung, mangelnder Deckung des Kontos oder unrechtmäßigem Widerspruch nicht eingelöst werden können, berechnen wir die entstandenen Bankgebühren.

Banküberweisung

Banküberweisungen sind in Ausnahmefällen möglich. Bei Banküberweisung wird das Teilnahmeentgelt direkt mit der Anmeldung fällig.

Ratenzahlung

In Ausnahmefällen kann durch die Einrichtungsleitung eine Ratenzahlung genehmigt werden.

Dies ist vor Kursbeginn mit der Bildungseinrichtung abzusprechen, und nur mit Erteilung einer SEPA-Lastschrift möglich.

Rücktritt

Bei Erklärung des schriftlichen Rücktritts, die uns spätestens am 7. Tag vor dem Veranstaltungstermin zugeht, entfällt die Pflicht zur Leistung der Vergütung. Bei einer späteren Abmeldung bzw. bei Nichterscheinen oder vorzeitigem Beenden der Teilnahme ist die volle Teilnehmergebühr zu zahlen. Für Veranstaltungen im Bereich der beruflichen Qualifikationen (z.B. Schultag u. Kindertagespflege) oder mit ausgewiesenen personenbezogenen öffentlichen Fördermitteln (z.B. Bildungsschecks) oder mit Übernachtung und Verpflegung gelten abweichende Rücktrittsfristen.

- Kursangebote im Bereich der beruflichen Qualifikationen 6 Wochen vor Kursbeginn
 - Kursangebote mit personenbezogenen öffentlichen Fördermitteln 8 Wochen vor Kursbeginn
 - Kursangebote mit Übernachtung und Verpflegung entsprechend der AGB Reiserecht
- Maßgebend ist in allen Fällen das Eingangsdatum der Abmeldung bei der Bildungseinrichtung. Zur Fristwahrung muss die Rücktrittserklärung schriftlich bei der Bildungseinrichtung eingehen. Der Rücktritt ist zu richten an:
- Katholische Familienbildungsstätte
Laurentiusstr. 4–12 | 51465 Bergisch Gladbach

> ALLGEMEINE GESCHÄFTSBEDINGUNGEN

Besondere Hinweise

Die Möglichkeit des Rücktritts erlischt vorzeitig, wenn der Vertrag von beiden Seiten vollständig erfüllt ist, bevor Sie die Möglichkeit des Rücktritts ausgeübt haben.

Mahnverfahren

Bei Zahlungsverzug berechnen wir nach einer ersten kostenfreien Zahlungserinnerung für die erste Mahnung 2,00 € und für eine weitere Mahnung 5,00 €.

Erstattung

Kommen Veranstaltungen nicht zustande, werden bereits geleistete Zahlungen erstattet.

Ermäßigungen/Erstattungen

Die Teilnehmergebühren sind für die Teilnehmerinnen und Teilnehmer sehr kostengünstig kalkuliert. Aus diesem Grund gibt es auch nur in einzelnen Programmbereichen bzw. für einzelne Zielgruppen die Möglichkeit einer Gebührenermäßigung. Gebühren bis einschl. 10 € und Zusatzgebühren werden nicht ermäßigt. Bitte informieren Sie sich über mögliche Ermäßigungsgründe und einzureichende Nachweise bei der Bildungseinrichtung. Sie müssen bis zum ersten Kurstag bei der Bildungseinrichtung beantragt werden. Später eingehende Anträge können nicht mehr berücksichtigt werden.

In Bezug auf die Erstattungsmöglichkeiten der Krankenkassen bitten wir die Teilnehmerinnen und Teilnehmer, sich an ihre jeweilige Krankenkasse zu wenden. Auf Wunsch stellen wir Ihnen nach Beendigung Ihres Kurses eine Bescheinigung über die Teilnahme und die Zahlung der Teilnahmegebühr aus.

Teilnahmeentgelte

Jede Veranstaltung ist mit dem fälligen Teilnahmeentgelt ausgezeichnet. Eine Unterrichtsstunde (U-Std.) umfasst 45 Minuten. In Einzelfällen sind zusätzliche Mehrkosten und Umlagen in der Kursbeschreibung ausgewiesen. Solche Sachkosten sind von der Ermäßigungsmöglichkeit ausgeschlossen. Sie werden mit den Teilnehmergebühren fällig.

Wechsel der Kursleitung

Aus wichtigen Gründen können Veranstaltungen mit einer anderen Leitung als ausgeschrieben durchgeführt werden. Daraus entsteht kein Rücktrittsrecht.

Terminänderung

Die Bildungseinrichtung behält sich Terminänderungen vor.

Mindestteilnehmerzahl

Veranstaltungen werden in der Regel ab 10 Personen durchgeführt.

> ALLGEMEINE GESCHÄFTSBEDINGUNGEN

Mindestalter der Teilnehmerinnen und Teilnehmer

Die Bildungseinrichtung ist eine Bildungseinrichtung für Erwachsenen- und Familienbildung. Erwachsene im Sinne des Weiterbildungsgesetzes sind Teilnehmerinnen und Teilnehmer ab 16 Jahren. Das Mindestalter zur Teilnahme an den Veranstaltungen beträgt daher 16 Jahre.

Veranstaltungen der Familienbildung sehen auch die Teilnahme von Kindern vor (Eltern-Kind-Kurse). Weitere Veranstaltungen, für die eine Teilnahme auch unter 16 Jahren möglich ist, enthalten einen ausdrücklichen Hinweis. Die Teilnahme von Kindern ist in Begleitung Erwachsener möglich.

Haftung und Datenschutz

Die Bildungseinrichtung übernimmt keine Haftung bei Beschädigungen, Unglücksfällen, Verlusten, Verspätungen oder sonstigen Unregelmäßigkeiten. Ihre persönlichen Daten werden unter Beachtung der geltenden Datenschutzbestimmungen des Kirchlichen Datenschutzgesetzes (KDG) elektronisch gespeichert. Eine Weitergabe der Daten an Dritte findet nur auf gesetzlicher Grundlage oder Ihre ausdrückliche Zustimmung statt. Dies gilt für alle bei der Anmeldung aufgenommenen Daten sowie für eventuell erfasste Daten im Zusammenhang mit Befragungen. Die Einzelheiten entnehmen Sie bitte unserer Datenschutzerklärung. <https://bildung.erzbistum-koeln.de/bw-erzdioezese-koeln-ev/datenschutz/>

Aufnahme von Wort-, Bild- und Tonbeiträgen

Tonbandgeräte, Film-, Foto- oder Videokameras dürfen bei der Veranstaltung nur mit ausdrücklicher Erlaubnis des Veranstalters betrieben werden. Aufnahmen jedweder Form – auch durch den Einsatz von Mobiltelefonen – sind daher untersagt. Jeder Missbrauch wird mit den Mitteln des Strafrechts und Hausrechts verfolgt.

Digitale Kursangebote

Jeder Teilnehmer ist für die Bereitstellung und Gewährleistung eines Internet-Zugangs (Hardware, TK-Anschlüsse, etc.) und der sonstigen zur Nutzung von Onlineangeboten des Bildungswerkes notwendigen technischen Einrichtungen und Software (insbesondere Webbrowser) selber und auf eigene Kosten sowie auf eigenes Risiko verantwortlich.

Fundsachen

Fundsachen, die in den Räumlichkeiten der Bildungseinrichtung liegen bleiben, werden bis maximal zwei Monate in der Bildungseinrichtung verwahrt und können während der Öffnungszeiten abgeholt werden.

> DIGITALE VERANSTALTUNGEN

Digitale Veranstaltungen

Hinweis für Teilnehmende



Online-Veranstaltung

Diese Veranstaltungen werden ausschließlich online durchgeführt.



Blended Learning Veranstaltung

Diese Veranstaltungen werden teilweise als Präsenzveranstaltung und teilweise online durchgeführt.



Hybrid-Veranstaltung

Diese Veranstaltungen werden gleichzeitig als Präsenz- und als Online-Veranstaltung durchgeführt.

Für alle digital durchgeführten Veranstaltungen über den Dienstleister Zoom beachten Sie bitte folgenden Hinweis:

Zugang zur digitalen Veranstaltung über Zoom

Um an der Veranstaltung teilnehmen zu können, wird kurz vor dem Veranstaltungsbeginn ein Zugangs-Link über »Zoom« an die von Ihnen angegebene E-Mail-Adresse versendet. Über diesen Link

gelangen Sie auf die Plattform von Zoom und können dann an dieser Veranstaltung teilnehmen. Mit der Teilnahme erklären Sie sich mit der Weitergabe Ihrer E-Mail-Adresse einverstanden. Weiteres zur Verarbeitung entnehmen Sie der hier im Anschluss folgenden Datenschutzerklärung. Diese digitale Veranstaltung kann vom Moderator für interne Zwecke aufgezeichnet werden. In diesem Fall können Sie wunschgemäß Ihre Videofunktion deaktivieren und als Pseudonym/Nickname beitreten.

Technische Voraussetzungen zur Nutzung von digitalen Angeboten über Zoom:

- Computer oder mobiles Endgerät mit Lautsprechern (alternativ: Kopfhörer)
- stabile Internetverbindung
- Mikrofon (Audio)
- Web-Kamera (Video): keine Bedingung

Detailliertere Systemvoraussetzungen

erhalten Sie unter: <https://support.zoom.us>

Bitte prüfen Sie vor Buchung eines digitalen Kursangebotes ob Sie über die notwendigen technischen Voraussetzungen verfügen.

Diese können Sie über die Internetseite <https://zoom.us/test> testen.

> DATENSCHUTZERKLÄRUNG

Datenschutz-Informationspflichten gemäß § 15 KDG

Verantwortlicher

Bildungswerk der Erzdiözese Köln e.V.
Marzellenstr. 32 | 50668 Köln
Tel. +49 221 1642-1219
E-Mail: info@bildungswerk-ev.de

Betrieblicher Datenschutz

Bildungswerk der Erzdiözese Köln e.V.
Marzellenstr. 32 | 50668 Köln
E-Mail: datenschutz@bildungswerk-ev.de

Datenkategorien

Im Rahmen des Anmeldeprozesses können Ihre Stammdaten (Vor-/Nachname, Anschrift, Kontaktdaten) abgefragt werden. Zusätzlich können vor und während der Veranstaltung weitere Daten wie z.B. Ihr Geburtsdatum und Titel, Ihr Beruf, Foto-, Ton und Videoaufnahmen von Ihnen verarbeitet werden. Die Abfrage Ihrer personenbezogenen Daten kann abhängig vom Veranstaltungsformat variieren und wird durch entsprechende Pflicht- und optionale Angaben im Anmeldeverfahren kenntlich gemacht.

Zwecke und Rechtsgrundlage der Datenverarbeitung

Wir verarbeiten personenbezogene Daten im Einklang mit den Bestimmungen des KDG (Kirchliches Datenschutzgesetz)

- zur Durchführung eines Vertrags bzw. Vorvertrags gem. § 6 Abs. 1 c) KDG,
- zur Wahrung der berechtigten Interessen des Verantwortlichen oder eines Dritten gem. § 6 Abs. 1 g) KDG, um die jeweilige Veranstaltung organisieren und durchführen zu können und
- zur Erfüllung einer rechtlichen Verpflichtung gem. § 6 Abs. 1 d) KDG, um unsere rechtlichen Pflichten insbesondere im Bereich des Handels-, Steuer- und Zuwendungsrechts erfüllen zu können.
- Soweit Sie uns eine Einwilligung zur Verarbeitung von personenbezogenen Daten für bestimmte Zwecke (z. B. Newsletter) oder Hinweise zu Publikationen sowie Einladungen zu unseren Veranstaltungen, zur Aufnahmen, Veröffentlichung von Foto-, Ton- und Videoaufnahmen von Ihnen oder weiterer Zwecke erteilt haben, ist die Rechtmäßigkeit dieser Verarbeitung auf Basis Ihrer Einwilligung gegeben.

> DATENSCHUTZERKLÄRUNG

- Eine Verarbeitung Ihrer Daten erfolgt auch zur Geltendmachung, Ausübung oder Verteidigung von Rechtsansprüchen oder um die Sicherheit unserer Gebäude zu gewährleisten (z.B. durch Zugangskontrollen), aber auch zur internen Kommunikation und zu sonstigen Verwaltungszwecken. Darüber hinaus schreiben wir Sie ggf. nach Teilnahme an unserer Veranstaltung per E-Mail an und bitten um Ihr Feedback. Dieses werten wir anonym aus, um unsere Veranstaltungen qualitativ und organisatorisch zu verbessern.

Die im Anmeldeverfahren abgefragten Daten werden zur Durchführung vorvertraglicher Maßnahmen und zur Vertragserfüllung verwendet. Ihr Geburtsjahr erheben wir, um sicherzustellen, dass Sie volljährig sind, bzw. wir bei Minderjährigkeit etwaige Vorkehrungen treffen. Die Abfrage Ihrer Telefonnummer erfolgt in unserem berechtigten Interesse, Sie bei Kursänderungen unmittelbar kontaktieren zu können. Wenn Sie uns diese Daten nicht zur Verfügung stellen, können wir Sie ggf. nicht rechtzeitig erreichen.

Durch Angabe von Bankverbindung, Name und Vorname des Kontoinhabers können Sie uns ein Lastschriftmandat erteilen.

Sämtliche von Ihnen bereitgestellten Daten werden elektronisch gespeichert. Die hierdurch entstehenden Datenbanken und Anwendungen werden durch einen von uns beauftragten IT-Dienstleister und der internen EDV-Abteilung betreut.

Weitergabe an Dritte

Eine Weitergabe Ihrer Angaben an Dritte erfolgt nur auf gesetzlicher Grundlage oder auf Basis Ihrer ausdrücklichen Einwilligung und erfolgt nicht zu Werbezwecken.

Sollte die Verarbeitung auf Basis einer gemeinsamen Verantwortung gemäß § 28 KDG erfolgen, werden die Verantwortlichkeiten mit den Kooperations-/Vertragspartnern vertraglich geregelt und die Betroffenen rechtzeitig und transparent darüber informiert.

Bei Verarbeitung personenbezogener Daten aufgrund des §30 Bundesmeldegesetz (BMG) sind Beherbergungsstätten wie insbesondere Hotels verpflichtet, vom Gast am Tag der Ankunft folgende Daten zu erheben und den Meldeschein vom Gast handschriftlich unterschreiben zu lassen:

> DATENSCHUTZERKLÄRUNG

Datum der Ankunft und der voraussichtlichen Abreise, Familiennamen, Vornamen, Geburtsdatum, Staatsangehörigkeiten, Anschrift, Zahl der Mitreisenden und ihre Staatsangehörigkeit in den Fällen des § 29 Absatz 2 Satz 2 und 3, Seriennummer des anerkannten und gültigen Passes oder Passersatzpapiers bei ausländischen Personen und ggf. weitere Daten zur Erhebung von Fremdenverkehrs- und Kurbeiträgen.

Wir sind zur Erhebung, Verarbeitung und Weitergabe dieser Daten im Rahmen des BMG verpflichtet, die Rechtsgrundlage der Verarbeitung ergibt sich aus §. 6 Abs. 1 s. 1 lit. d) KDG. Sollte die Übernachtung in einem externen Tagungshaus stattfinden, werden die oben genannten Daten dementsprechend an das jeweilige Tagungshaus weitergeleitet.

Geplante Datenübermittlung an Drittstaaten

Grundsätzlich wird keine Datenübermittlung an Drittländer vorgenommen. Sollte jedoch eine Datenübermittlung (z.B. im Zusammenhang mit bestimmten Online-Videokonferenzen) in Länder außerhalb der EU bzw. des EWR erfolgen, wird diese gegenüber dem Betroffenen rechtzeitig offengelegt.

Aufbewahrungsfristen/ Regelfristen für die Löschung der Daten

Der Gesetzgeber hat vielfältige Aufbewahrungsfristen und -pflichten erlassen. Nach Ablauf dieser Fristen werden die entsprechenden Daten routinemäßig gelöscht. Sofern Daten hiervon nicht berührt sind, werden sie gelöscht oder anonymisiert, wenn die im Rahmen dieser Datenschutzerklärung genannten Zwecke wegfallen. Sofern diese Datenschutzerklärung keine anderen, abweichenden Bestimmungen hinsichtlich der Speicherung von Daten enthält, werden die von uns erhobenen Daten so lange von uns gespeichert, wie sie für die vorstehenden Zwecke erforderlich sind.

Automatisierte Entscheidungsfindung oder Profiling

Wir führen keine automatisierte Entscheidungsfindung oder Profiling durch.

> DATENSCHUTZERKLÄRUNG

Ihre Rechte als betroffene Person nach §§ 17 bis 25 KDG

Sie haben das Recht, jederzeit Auskunft über Ihre bei uns gespeicherten personenbezogenen Daten zu erhalten. Ebenso haben Sie das Recht auf Berichtigung oder Löschung Ihrer personenbezogenen Daten. Auch können Sie unter bestimmten Umständen eine Einschränkung der Verarbeitung verlangen, Widerspruch gegen die Verarbeitung einlegen oder ihr Recht auf Datenübertragbarkeit geltend machen.

Widerrufsrecht bei Einwilligung, § 8 Abs. 6 KDG

Wenn Sie in die Verarbeitung eingewilligt haben, können Sie die Einwilligung jederzeit für die Zukunft widerrufen. Die Rechtmäßigkeit der aufgrund der Einwilligung bis zum Widerruf erfolgten Datenverarbeitung wird dadurch nicht berührt. In diesem Fall endet für uns die weitere Nutzung Ihrer Daten.

Recht zur Beschwerde bei einer Aufsichtsbehörde

Wenn Sie der Auffassung sind, dass die Verarbeitung Sie betreffender personenbezogener Daten durch uns unzulässig ist, haben Sie das Recht, sich bei der für uns zuständigen Aufsichtsbehörde zu beschweren, die Sie wie folgt kontaktieren können:

Katholisches Datenschutzzentrum (KDSZ)
Körperschaft des öffentlichen Rechts
Brackeler Hellweg 144
44291 Dortmund
Telefon: 0231 138985-0
E-Mail: info@kdsz.de
www.katholisches-datenschutzzentrum.de

Weitergehende Informationen zum Datenschutz finden Sie im Internet unter www.bildungswerk-ev.de im Bereich Datenschutzerklärung.

> BILDUNGSSCHECK

Das ESF-Förderangebot des Bildungsschecks richtet sich besonders an Berufsrückkehrende, Zugewanderte, und Beschäftigte ohne Berufsabschluss. Zuwanderer und Zuwanderinnen können vorhandene Qualifizierungslücken schließen und ihre im Ausland erworbenen beruflichen Qualifikationen anerkennen lassen. Un- und Angelehrte können mit Unterstützung durch den Bildungsscheck einen Berufsabschluss nachholen.

Wer wird gefördert?

Der Bildungsscheck richtet sich an Beschäftigte, Berufsrückkehrende und Betriebe:

- Im individuellen Zugang können Beschäftigte aus Betrieben mit weniger als 250 Beschäftigten mit einem zu versteuernden Jahreseinkommen von max. 30.000 € (max. 60.000 € bei gemeinsamer Veranlagung) im Zeitraum von zwei Kalenderjahren einen Bildungsscheck erhalten.
- Auch Berufsrückkehrende haben die Möglichkeit, von einem Bildungsscheck zu profitieren.
- Im betrieblichen Zugang können kleinere und mittlere Betriebe mit weniger als 250 Beschäftigten im Zeitraum von zwei Kalenderjahren bis zu zehn Bildungsschecks in Anspruch nehmen.
- Ausdrücklich sind An- und Ungerne, Beschäftigte ohne Berufsabschluss und Zugewanderte angesprochen.

- Ausgeschlossen vom Bildungsscheckverfahren sind Selbständige und Beschäftigte im öffentlichen Dienst.

Was wird gefördert?

Gefördert werden Weiterbildungen, die der beruflichen Qualifizierung dienen und fachliche Kompetenzen oder Schlüsselqualifikationen vermitteln.

Wie wird gefördert?

Mit dem Bildungsscheck erhalten Beschäftigte und Unternehmen einen aus Mitteln des Europäischen Sozialfonds finanzierten Zuschuss des Landes NRW von 50 Prozent zu den Weiterbildungskosten, wenn diese 500 € (brutto) übersteigen. Die andere Hälfte tragen im betrieblichen Zugang die Betriebe und im individuellen Zugang die Beschäftigten selbst. Pro Bildungsscheck können maximal bis zu 500 € gefördert werden. Beratungseinrichtungen informieren Sie über den Bildungsscheck und stellen diesen aus. Eine Beratung ist für alle Interessierten verbindlich. In der Beratung werden inhaltliche und formelle Voraussetzungen zum Erhalt des Bildungsschecks geklärt. Im Anschluss an die Beratung wird der Bildungsscheck ausgehändigt und kann dann beim Weiterbildungsträger zur Verrechnung eingereicht werden.

> BILDUNGSSCHECK / HINWEISE CORONA**Wie kommen Sie an einen Bildungsscheck für eine Fortbildung?**

Wir bitten Sie zunächst bei uns zu erfragen, ob für die gewünschten Fortbildungen ein Bildungsscheck beantragt werden kann. Wir informieren Sie gerne! Danach wird eine kostenlose Beratung durch eine anerkannte Bildungsscheckberatungsstelle durchgeführt, die dann auch den Bildungsscheck ausstellt.

Eine Liste der Beratungsstellen finden Sie unter: www.bildungsscheck.nrw.de

> IMPRESSUM**Katholische Familienbildungsstätte Bergisch Gladbach**

In Trägerschaft des Bildungswerks der Erzdiözese Köln e. V.
Laurentiusstr. 4–12 | 51465 Bergisch Gladbach
Telefon 02202 936390 | Telefax 02202 93639-55

Satz

Barbara Schwerdtfeger | Bonn

Druck

medienzentrum süd, Köln | www.mzsued.de

Corona-Schutzmaßnahmen

Wir bitten Sie, die grundsätzlichen Hygieneregeln wie Abstand, Händewaschen, Lüften weiterhin zu befolgen, damit alle so unbesorgt wie möglich teilnehmen können. Wenn es aufgrund der Entwicklung der Corona-Pandemie zu Änderungen der Corona-Schutzverordnung kommt, können diese auch Auswirkungen auf unsere Veranstaltungen und Kurse haben. Über Änderungen informieren wir Sie dann rechtzeitig.

Aktuelle Hinweise finden Sie auch auf unserer Homepage www.fbs-gladbach.de

Parkmöglichkeiten in der Innenstadt

Parkplatz Buchmühle
Parkpalette
(Zufahrt von Odenthaler Straße)
Parkhaus Marienberg
Parkhaus Bergischer Löwe
Parkhaus Loewen-City Center
Parkhaus Joh.-Wilhelm-Lindlar-Straße

> ANMELDUNG**Verbindliche Anmeldung (Bitte füllen Sie alle Felder vollständig aus)**

Mit dieser verbindlichen Anmeldung verpflichte ich mich zur Zahlung der Kursgebühr. Eine schriftliche Abmeldung ist bis zu 7 Tage vor Kursbeginn möglich (außer Veranstaltungen mit Übernachtung). Die Teilnahmebedingungen habe ich gelesen und erkenne sie an. Katholische Familienbildungsstätte Bergisch Gladbach Laurentiusstr. 4–12 | 51465 Bergisch Gladbach IBAN: DE32 3705 0299 0311 0174 36 | BIC: COKSDE33XXX

..... Name Vorname
..... Telefon E-Mail
..... Straße, Hausnummer Postleitzahl, Ort
..... Name Kind (nur Eltern-Kind-Kurse) Geb.-Datum Kind (nur Eltern-Kind-Kurse)

Ich melde mich verbindlich zu folgenden Veranstaltungen an:

..... Veranstaltungs-Nr. Titel der Veranstaltung Gebühr
..... Veranstaltungs-Nr. Titel der Veranstaltung Gebühr

Mit meiner Unterschrift bestätige ich die Kenntnisnahme der Allgemeinen Geschäftsbedingungen (AGB) und der Datenschutzerklärung. Ich bin mit der Verarbeitung meiner Daten einverstanden. Die AGB und die Datenschutzerklärung sind im Programmheft abgedruckt und können in der Einrichtung vor Ort sowie auf der Internetseite des Verantwortlichen eingesehen werden.

Ich stimme der Zusendung von allgemeinen Informationen & Newslettern zu. Diese Zustimmung kann ich jederzeit bei der oben genannten Einrichtung widerrufen.

..... Datum Unterschrift (ab 16 Jahren oder Erziehungsberechtigte)
----------------	---



> ANMELDUNG**Wiederkehrendes SEPA-Lastschriftmandat mit späterer Mitteilung der Mandatsreferenz:**

Katholische Familienbildungsstätte Bergisch Gladbach | Laurentiusstr. 4–12 | 51465 Bergisch Gladbach

Gläubiger-Identifikationsnummer DE50SGL00000304425

Mandatsreferenz wird separat mitgeteilt.

SEPA-Lastschriftmandat

Ich ermächtige die Katholische Familienbildungsstätte Bergisch Gladbach, Zahlungen von meinem Konto mittels Lastschrift einzuziehen. Zugleich weise ich mein Kreditinstitut an, die von der Katholischen Familienbildungsstätte Bergisch Gladbach auf mein Konto gezogenen Lastschriften einzulösen.

Hinweis

Ich kann innerhalb von acht Wochen, beginnend mit dem Belastungsdatum, die Erstattung des belasteten Betrages verlangen. Es gelten dabei die mit meinem Kreditinstitut vereinbarten Bedingungen.

Kontoinhaber Name

Vorname

Straße, Hausnummer

Postleitzahl, Ort

Kreditinstitut

BIC

IBAN

Datum/Ort

Unterschrift

**> ANMELDUNG****Verbindliche Anmeldung (Bitte füllen Sie alle Felder vollständig aus)**

Mit dieser verbindlichen Anmeldung verpflichte ich mich zur Zahlung der Kursgebühr. Eine schriftliche Abmeldung ist bis zu 7 Tage vor Kursbeginn möglich (außer Veranstaltungen mit Übernachtung). Die Teilnahmebedingungen habe ich gelesen und erkenne sie an. Katholische Familienbildungsstätte Bergisch Gladbach Laurentiusstr. 4–12 | 51465 Bergisch Gladbach IBAN: DE32 3705 0299 0311 0174 36 | BIC: COKSDE33XXX

Name

Vorname

Telefon

E-Mail

Straße, Hausnummer

Postleitzahl, Ort

Name Kind (nur Eltern-Kind-Kurse)

Geb.-Datum Kind (nur Eltern-Kind-Kurse)

Ich melde mich verbindlich zu folgenden Veranstaltungen an:

Veranstaltungs-Nr.

Titel der Veranstaltung

Gebühr

Veranstaltungs-Nr.

Titel der Veranstaltung

Gebühr

Mit meiner Unterschrift bestätige ich die Kenntnisnahme der Allgemeinen Geschäftsbedingungen (AGB) und der Datenschutzerklärung. Ich bin mit der Verarbeitung meiner Daten einverstanden. Die AGB und die Datenschutzerklärung sind im Programmheft abgedruckt und können in der Einrichtung vor Ort sowie auf der Internetseite des Verantwortlichen eingesehen werden.

Ich stimme der Zusendung von allgemeinen Informationen & Newslettern zu. Diese Zustimmung kann ich jederzeit bei der oben genannten Einrichtung widerrufen.

Datum

Unterschrift (ab 16 Jahren oder Erziehungsberechtigte)



> ANMELDUNG

Wiederkehrendes SEPA-Lastschriftmandat mit späterer Mitteilung der Mandatsreferenz:

Katholische Familienbildungsstätte Bergisch Gladbach | Laurentiusstr. 4–12 | 51465 Bergisch Gladbach

Gläubiger-Identifikationsnummer DE50SGL00000304425

Mandatsreferenz wird separat mitgeteilt.

SEPA-Lastschriftmandat

Ich ermächtige die Katholische Familienbildungsstätte Bergisch Gladbach, Zahlungen von meinem Konto mittels Lastschrift einzuziehen. Zugleich weise ich mein Kreditinstitut an, die von der Katholischen Familienbildungsstätte Bergisch Gladbach auf mein Konto gezogenen Lastschriften einzulösen.

Hinweis

Ich kann innerhalb von acht Wochen, beginnend mit dem Belastungsdatum, die Erstattung des belasteten Betrages verlangen. Es gelten dabei die mit meinem Kreditinstitut vereinbarten Bedingungen.

.....
Kontoinhaber Name

.....
Vorname

.....
Straße, Hausnummer

.....
Postleitzahl, Ort

.....
Kreditinstitut

.....
BIC

.....
IBAN

.....
Datum/Ort

.....
Unterschrift



Pikler Ein Theorie- und Praxisbuch für die Familienbildung

Astrid Gilles-Bacciu / Reinhild Heuer (Hrsg.)
Bildungswerk der Erzdiözese Köln e.V.

Pikler Gesellschaft Berlin e.V

Pikler

Ein Theorie- und Praxisbuch für die
Familienbildung Reihe: Edition Sozial, 2019,
284 Seiten, broschiert, 29,95 EUR,
ISBN 978-3-7799-3989-4

Auch als E-Book erhältlich

Der Name Emmi Pikler steht für Humanität im Umgang mit Säuglingen und Kleinkindern. Die Arbeiten der ungarischen Kinderärztin Pikler (1902–1984) und ihrer Mitarbeiterin Anna Tardos werden neu entdeckt für Kitas und Krippen, Kindertagespflege und Elternbildung.

Das Buch stellt Texte aus der Pikler-Pädagogik in deutscher Erstveröffentlichung vor: zu selbstständiger Bewegungs- und Spielentwicklung und beziehungsvoller Pflege – basierend auf der Achtung des Kindes als handelnde Person. Der bisher ausstehende Fachdiskurs zum Pikler-Ansatz wird mit verschiedenen Stimmen eröffnet. Als Praxisfeld der Pikler-Pädagogik stellt sich die Eltern- und Familienbildung vor. Eltern-Kind-Kurse zeigen, wie sich mit der Pädagogik Piklers Elternbildung und Kleinkindpädagogik auf fruchtbare Weise verbinden lassen.

Mehr unter www.das-erste-lebensjahr.de

> NOTIZEN



Foto: KayalMe/shutterstock.com



DIE BÜCHEREI

WUSSTEN SIE,

- dass wir insgesamt rund 360 Katholische Öffentliche Büchereien im Erzbistum Köln haben, in denen mehr als 4.300 MitarbeiterInnen meist ehrenamtlich für Sie da sind?
- dass unsere Katholischen Öffentlichen Büchereien engagiert an der Leseförderung Ihrer Kinder arbeiten?
- dass die meisten Büchereien regelmäßige Führungen und Vorlesestunden für Ihre Kinder anbieten?
- dass sie außer einem aktuellen und vielfältigen Medienangebot auch einen Raum zum Kennenlernen und Austausch anbieten?

Schauen Sie doch einfach mal in Ihre Bücherei hinein – ein Besuch lohnt sich!
www.buechereifachstelle.de/buechereien





Besuchen Sie uns auch auf



Katholische Familienbildungsstätte Bergisch Gladbach

Laurentiusstraße 4-12 | 51465 Bergisch Gladbach

Telefon 02202 93639-0 | Telefax 02202 93639-55

info@fbs-gladbach.de | www.fbs-gladbach.de