

PROGRAMM 02/2024

Juni bis Dezember

Kurse | Seminare | Begegnungen



KATHOLISCHES
BILDUNGSFORUM

Kreis Mettmann

WIR ÜBER UNS

Das Katholische Bildungsforum Kreis Mettmann



Ermäßigung der Teilnahmegebühr möglich
Befinden Sie sich in einer herausfordernden Situation? Kontaktieren Sie uns gerne unter info@bildungsforum-kreis-mettmann.de

Kursanmeldungen:

Bitte nutzen Sie für die Anmeldung die Anmeldekarten im Programmheft, die separaten Flyer bzw. Anmeldekarten oder die Online-Anmeldung auf unserer Internetseite.

Alle Kursanmeldungen

bitte schriftlich senden an
Katholisches Bildungsforum Kreis Mettmann
Kirchgasse 1 | 40878 Ratingen
Telefon 02102 1538651
Telefax 02102 1538666
E-Mail info@bildungsforum-kreis-mettmann.de
Internet www.bildungsforum-kreis-mettmann.de

 www.facebook.com/bf.mettmann
 www.instagram.com/bildungsforum.mettmann/

Anmeldung für den Erhalt des Newsletters unter <https://www.subscribepage.com/g1d3a0>

Die Veranstaltungen dieses Programms sind für alle Personen offen.

Programmänderungen bleiben vorbehalten.

Alle Veranstaltungen, auch aktuell und zusätzlich zu diesem Programmheft geplante Veranstaltungen, finden Sie auf unserer Homepage:
www.bildungsforum-kreis-mettmann.de

Anmeldungen sind direkt nach Erscheinen des Programms möglich.

Anmelde- und Beratungszeiten

Mo | Di | Do 09.00 – 12.00 Uhr
Mi 14.00 – 16.30 Uhr
Während der Ferien gesonderte Öffnungszeiten.

Schulferien NRW 2024/2025

Sommerferien 08.07.2024 – 20.08.2024
Herbstferien 14. – 26.10. 2024
Winterferien 23.12.24 – 06.01.2025

Das Programm 01/2025 erscheint im Dezember 2024.

Bankverbindung

Sparkasse HRV
BIC: WELADED1VEL
IBAN: DE73 3345 0000 0042 1472 23

> WIR ÜBER UNS

Ihr Team im Katholischen Bildungsforum Kreis Mettmann



Leiterin

Sabrina Rommerskirchen

Telefon 02102 15386-65

E-Mail rommerskirchen@bildungsforum-kreis-mettmann.de



Pädagogische Mitarbeiter/innen

Hedwig Bussmann

Telefon 02102 15386-54

E-Mail bussmann@bildungsforum-kreis-mettmann.de



Thomas Manke

Telefon 02102 15386-53

E-Mail manke@bildungsforum-kreis-mettmann.de



Verwaltungs-Mitarbeiterinnen

Johanna Deren

Telefon 02102 15386-57

E-Mail deren@bildungsforum-kreis-mettmann.de



Heike Langemeyer

Telefon 02102 15386-51

E-Mail langemeyer@bildungsforum-kreis-mettmann.de



Nicole Swillims

Telefon 02102 15386-62

E-Mail swillims@bildungsforum-kreis-mettmann.de



Hildegard Westheide

Telefon 02102 15386-61

E-Mail westheide@bildungsforum-kreis-mettmann.de

WIR ÜBER UNS

Das Katholische Bildungsforum Kreis Mettmann



Das Kath. Bildungsforum Kreis Mettmann ist eine Zweigstelle des Bildungswerks der Erzdiözese Köln e.V., einer staatlich anerkannten Einrichtung der Weiterbildung, die sich durch Mittel des Erzbistums Köln, des Landes Nordrhein-Westfalen und durch Teilnehmergebühren finanziert. Sie ist eine staatlich anerkannte Einrichtung der Arbeitnehmerweiterbildung im Sinne des Arbeitnehmerweiterbildungsgesetzes NRW (AWBG) und ist damit berechtigt, Bildungsurlaubsveranstaltungen durchzuführen.

Die Einrichtung ist Mitglied im Verbund Qualitätsmanagement und nach DIN EN ISO 9001 zertifiziert. Siehe hierzu auf Seite 72.

Das Katholische Bildungsforum umfasst die beiden Einrichtungen Katholische Familienbildungsstätte Ratingen und Katholisches Bildungswerk Mettmann.

> WIR ÜBER UNS



Im Mittelpunkt der Katholischen Familienbildungsstätte Ratingen stehen der Mensch und insbesondere die Familie.

Zum Programmspektrum unserer Familienbildung gehören Eltern-Kind-Angebote, Gesundheits- und Ernährungskurse, Angebote zur beruflichen Qualifizierung, Angebote aus den Bereichen Religion, Politik, Literatur, Kunst, Gesellschaft und Medien.

Der Schwerpunkt Familie berücksichtigt dabei die veränderten Lebensphasen und biographischen Übergänge in Familien. Unsere Bildungsangebote reagieren auf veränderte Lebenszusammenhänge und stellen sich den aktuellen Problemen der Gesellschaft. In diesem Rahmen bietet die Familienbildung durch qualifizierte und engagierte Kurleitungen ein vielfältiges, wohnortnahes und kostengünstiges Angebot.



Das Katholische Bildungswerk Kreis Mettmann versteht sich als Ansprechpartner für Haupt- und Ehrenamtliche in der Kirche, sowie für Bildungsakteure, Einrichtungen oder Organisationen aus Kultur, Wissenschaft, Politik und Arbeitswelt. Gemeinsam möchten wir in Kirche und Gesellschaft Themen setzen, Teilnehmer qualifizieren, sowie offene Diskurs- und Begegnungsräume schaffen. Unsere Bildungsangebote stellen sich den Fragen und Herausforderungen unserer Zeit und haben das Ziel, Kompetenzen für ein verantwortungsvolles Miteinander zu stärken.

Wir unterstützen Sie bei der Planung von Veranstaltungen, bei der Suche nach Themen und Referent/innen, sowie bei der Werbung und Abrechnung.

> INHALTSVERZEICHNIS

Glaube – Sinn – Werte

Glaubenskurse	10
---------------	----

Leben mit Kindern

Rund um die Geburt	14
Informationsveranstaltungen für (werdende) Eltern	16
Eltern-Kind-Kurse	18
Eltern-Kind-Kurse Schwimmen	22
Eltern-Kind-Kurse Musik und Bewegung	24
Eltern-Kind-Angebote	27

Gesellschaft

Gesellschaft und Politik	32
--------------------------	----

Qualifizierung

Kindertagespflege	36
Schultag	45

Sprach- und Integrationskurse

Sprach- und Integrationskurse	50
-------------------------------	----

> INHALTSVERZEICHNIS

Kultur

Ausstellung	54
Vortrag	54

Gesundheit

Gesundheit durch Entspannung	58
Gesundheit durch Bewegung	62

Haushalt

Ernährung und Kochen	66
Textiles Handwerk	68

Sonstiges

Qualitätsversprechen	72
Allgemeine Geschäftsbedingungen	73
Online-Angebote	76
Datenschutzerklärung	77
Anmeldung	81
Impressum	83



GLAUBE – SINN – WERTE

Religiöse und theologische Bildung verknüpft Glaubensfragen mit den Fragen des alltäglichen Lebens. Sie hilft den eigenen Glauben zu vertiefen und ihn in den wechselnden Lebenssituationen tiefer zu durchdringen.

Gleichzeitig erschließt sie den Schatz der biblischen und kirchlichen Tradition. So eröffnen sich Horizonte, die ungewohnte und vielleicht sogar unerwartete Antworten bieten.

> GLAUBENSKURSE

Religions-philosophischer Gesprächskreis

An jedem ersten Freitag im Montag findet im katholischen Bildungsforum ein theologisch-philosophischer Gesprächskreis statt. Dr. Raimund Litz weist in bestimmte theologisch-philosophische Grenzfragen ein und gibt die Möglichkeit zum Austausch.

Liebe kann so weh tun, doch sie gibt auch viel

Eros – Begehren

Fr 06.09.2024 | 18.00 – 20.15 Uhr

Dr. Raimund Litz.
gebührenfrei | Seminarumfang 1 x = 3 UStd.
Ort: Kath. Bildungsforum Kreis Mettmann
Kirchgasse 1 | 40878 Ratingen
Veranstaltungs-Nr. 2419720013

Fr 11.10.2024 | 18.00 – 20.15 Uhr

Dr. Raimund Litz
gebührenfrei | Seminarumfang 1 x = 3 UStd.
Ort: Kath. Bildungsforum Kreis Mettmann
Kirchgasse 1 | 40878 Ratingen
Veranstaltungs-Nr. 2419720014

Fr 08.11.2024 | 18.00 – 20.15 Uhr

Dr. Raimund Litz
gebührenfrei | Seminarumfang 1 x = 3 UStd.
Ort: Kath. Bildungsforum Kreis Mettmann
Kirchgasse 1 | 40878 Ratingen
Veranstaltungs-Nr. 2419720015

Fr 06.12.2024 | 18.00 – 20.15 Uhr

Dr. Raimund Litz
gebührenfrei | Seminarumfang 1 x = 3 UStd.
Ort: Kath. Bildungsforum Kreis Mettmann
Kirchgasse 1 | 40878 Ratingen
Veranstaltungs-Nr. 2419720016

 ERZBISTUM KÖLN
BIBEL- UND LITURGIESCHULE



Bibel lesen - Bibel verstehen

Haben Sie Fragen zur Bibel? Wir führen Sie kompetent durch die Welt der Hl. Schrift und schlagen Brücken ins Heute.

Liturgie feiern - Glauben vertiefen

Sie wollen verstehen, was die Kirche im Gottesdienst feiert? Sie möchten einen liturgischen Dienst übernehmen? Wir geben Aufschluss und bereiten Sie vor.

Fragen Sie nach unseren Angeboten!

Erzbistum Köln | Generalvikariat, Hauptabteilung Seelsorge,
Erzbischöfliche Bibel- und Liturgieschule,
Marzellenstraße 26, 50668 Köln
Telefon: 0221 1642 7000, E-Mail: sigrid.klawitter@erzbistum-koeln.de
www.bibelschule-koeln.de / www.liturgie-erzbistum-koeln.de / www.in-principio.de



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 stärken Eltern für ihre Erziehungsaufgabe, sie weiten den Blick für das Wunder der Entwicklung und geben Anregung für die religiöse Erziehung. 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.

> RUND UM DIE GEBURT

Geburtsvorbereitung Wochenendkurs

Geburtsvorbereitung für werdende Mütter und Eltern

Entspannung – Atmung – Gespräche – Informationen

In entspannter und angenehmer Atmosphäre bereiten sich die werdenden Mütter und Väter auf die Geburt vor.

Die Kurse beinhalten Entspannungsübungen, Bewegung und Körperarbeit, Atemwahrnehmung, Massage, Informationen über den Schwangerschafts- und Geburtsverlauf sowie Gebärlagen, das Wochenbett und die erste Zeit mit dem Kind.

Die werdende Mutter sollte mit dem Kurs zwischen der 25. und 30. Schwangerschaftswoche beginnen.

Wir bieten die Kurse für werdende Mütter und für werdende Elternpaare an. Die werdenden Väter oder die Begleitperson nehmen ab dem ersten Termin teil und werden konkret in die Geburtsvorbereitung mit einbezogen. Werdende Mütter können auch ohne Begleitperson an dem Kurs teilnehmen.

Sie werden dazu gesondert eingeladen.

Fr 27.09. – So 29.09.2024

19.30 – 14.45 Uhr

Daniela Wolthaus, Hebamme

Teilnahmegebühr 120,00 €

Seminarumfang 3 x = 15 UStd.

Ort: Kath. Bildungsforum Kreis Mettmann

Kirchgasse 1 | 40878 Ratingen

Veranstaltungs-Nr. 2469650034

Fr 06.12. – So 08.12.2024

19.30 – 14.45 Uhr

Daniela Wolthaus, Hebamme

Teilnahmegebühr 120,00 €

Seminarumfang 3 x = 15 UStd.

Ort: Kath. Bildungsforum Kreis Mettmann

Kirchgasse 1 | 40878 Ratingen

Veranstaltungs-Nr. 2469650028

> RUND UM DIE GEBURT

Babymassage

Durch die sanfte Berührungen der Baby-massage erfährt ihr Baby Wärme, Zuwendung und Entspannung. Bei der sanften Baby-massage steht das Wohlbefinden im Vordergrund, wobei zugleich positive Effekte auf Kreislauf, Muskulatur, Verdauung und Durchblutung der Haut erzielt werden. Babymassage fördert einen guten Schlaf und kann Schreistunden mindern.

Je nach Alter der Kinder werden verschiedene Möglichkeiten der Massage gezeigt. Ihr Baby sollte bei Kursbeginn 6 – 16 Wochen alt sein.

Mi 04.09. – Mi 09.10.2024

10.00 – 11.30 Uhr

Kerstin Koberstein, Kinderkrankenschwester

Teilnahmegebühr 30,00 €

Seminarumfang 6 x = 12 UStd.

Ort: Kath. Bildungsforum Kreis Mettmann

Kirchgasse 1 | 40878 Ratingen

Veranstaltungs-Nr. 2469650027

Kombikurs Babymassage und Rückbildung

Im ersten Teil des Kurses widmen Sie sich ganz Ihrem Kind. Die Babymassage entspannt das Baby und schult bereits im Säuglingsalter das Empfindungsvermögen. Innere Unruhe, sowie typische Blähungen können mit Hilfe der Babymassage überwunden werden. Nach der Babymassage ist Zeit, Ihr Kind zu wickeln und zu stillen, um sich dann im zweiten Kursteil der Rückbildung zu widmen. Durch gezielte Körper- und Bewegungsschulung werden die gravierenden Umstellungs- und Rückbildungsprozesse nach der Geburt effektiv unterstützt. Sie erlernen Übungen zur Stärkung der geschwächten Beckenbodenmuskulatur und der Rückenmuskulatur. Auch die überdehnte Bauchmuskulatur wird berücksichtigt, um einer Blasen- und Gebärmutterensenkung vorzubeugen.

Ihr Kind bleibt bei Ihnen im Kursraum.

Bitte kommen Sie in bequemer Kleidung zum Kurs. Der Umkleieraum steht aufgrund der aktuellen Situation leider nicht zur Verfügung. Bitte mitbringen: 2 große Handtücher, Einweg-Wickelunterlagen und Getränke für den persönlichen Bedarf.

Di 29.10. – Di 26.11.2024

09.30 – 11.00 Uhr

Daniela Wolthaus, Hebamme

Teilnahmegebühr 40,00 €

Seminarumfang 5 x = 10 UStd.

Ort: Kath. Bildungsforum Kreis Mettmann

Kirchgasse 1 | 40878 Ratingen

Veranstaltungs-Nr. 2469650035

Ermäßigung der Teilnahmegebühr möglich

Befinden Sie sich in einer herausfordernden Situation? Kontaktieren Sie uns gerne unter info@bildungsforum-kreis-mettmann.de

> INFORMATIONSVERANSTALTUNGEN FÜR (WERDENDE) ELTERN

Erste-Hilfe-Kurs für Neugeborene und Säuglinge – Notfälle und Prävention

Die Gefahr, dass Babys und kleine Kinder im Alltag verunglücken, ist sehr hoch. Deshalb fragen sich viele Eltern, wie sie sich auf den Ernstfall vorbereiten können. Dieser Kurs soll einen Einblick über die mögliche Erstversorgung bei Kindernotfällen geben aber auch über präventive Maßnahmen aufklären. Jeder, der täglich Kontakt zu Babys und Kindern hat, sollte Sicherheit bei der Erstversorgung bekommen.

Di 29.10.2024 | 19.00 – 21.15 Uhr

Sarah Vanhoutte, Gesundheits- und Kinderkrankenschwester

Teilnahmegebühr 10,00 €

Seminarumfang 1 x = 3 UStd.

Ort: Kath. Bildungsforum Kreis Mettmann
Kirchgasse 1 | 40878 Ratingen

Veranstaltungs-Nr. 2469650037

Elterngeld, Elternzeit & Co

Online-Informationsabend für (werdende) Eltern und Interessierte

Es gibt eine Fülle von finanziellen Hilfen und rechtlichen Regelungen für Schwangere, werdende Eltern und junge Familien. Sich darüber einen aktuellen Überblick zu verschaffen, ist mit viel Zeit verbunden und am Ende bleiben meist dennoch wichtige Fragen offen. An diesem Abend führt die Referentin Sie online via ZOOM verständlich und übersichtlich durch die geltenden Regelwerke zu Mutterschutz, Elterngeld und Elternzeit. Häufige Fragen zu Anträgen, Fristen und Voraussetzungen werden ebenso beantwortet wie die Unterschiede zwischen den Elterngeldvarianten Basis-Elterngeld und Elterngeld Plus. Auch das System der Partnerschaftsmonate wird erläutert. Zudem zeigt die Referentin Ihnen Gestaltungsmöglichkeiten auf, was bei der Planung und Beantragung berücksichtigt werden sollte und was es im Vorfeld noch alles zu Bedenken gibt. Veranstaltung in Kooperation mit der Kath. Familienbildungsstätte Wuppertal

Mo 09.09.2024 | 18.00 – 20.15 Uhr

Verena Dias

Teilnahmegebühr 10,00 € pro Link

Seminarumfang 1 x = 3 UStd.

Ort: Digital

Veranstaltungs-Nr. 2469900009



Online-
Veranstaltung

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

> INFORMATIONSVERANSTALTUNGEN FÜR (WERDENDE) ELTERN

Elterngeld, Elternzeit & Co

Online-Informationsabend für (werdende) Eltern und Interessierte

Mo 02.12.2024 | 18.00 – 20.15 Uhr

Verena Dias

Teilnahmegebühr 10,00 € pro Link

Seminarumfang 1 x = 3 UStd.

Ort: Digital

Veranstaltungs-Nr. 2469900008



Online-
Veranstaltung

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

Pflege bei Kinderkrankheiten

Von klein auf begleiten uns Virusinfekte und andere Erkrankungen, hinzu kommen die typischen Kinderkrankheiten. Diese stellen Eltern vor die Herausforderung, ab welchem Zeitpunkt der Kinderarzt aufgesucht werden sollte. Dieser Kurs beinhaltet die Anleitung der Baby-Gundpflege, wie z.B. die Nabelpflege, aber auch Pflegehinweise bei typischen Kinderkrankheiten wie Krupphusten und Windpocken. Damit soll den Eltern die Sicherheit gegeben werden, besondere Situationen besser einschätzen zu können.

Sa 23.11.2024 | 10.00 – 15.00 Uhr

Sarah Vanhoutte, Gesundheits- und Kinderkrankenschwester

Teilnahmegebühr 20,00 €

Seminarumfang 1 x = 5 UStd.

Ort: Kath. Bildungsforum Kreis Mettmann
Turmstraße 9 | 40878 Ratingen

Veranstaltungs-Nr. 2469650036

Ermäßigung der Teilnahmegebühr möglich

Befinden Sie sich in einer herausfordernden Situation? Kontaktieren Sie uns gerne unter info@bildungsforum-kreis-mettmann.de

> ELTERN-KIND-KURSE

Elternstart NRW, Café Milchzeit

Offener Treff für Eltern mit Kindern im ersten Lebensjahr

Gerade in den ersten Lebensmonaten gibt es keinen festen Tagesrhythmus von Mutter und Baby. Daher bieten wir das Café Milchzeit so an, dass jede Mutter mit ihrem Baby dann kommen, bleiben und gehen kann, wie es in ihren Zeitplan passt. Eingeladen sind alle Eltern mit Kindern im ersten Lebensjahr – stillende und nicht stillende Mütter mit Kind sind herzlich willkommen.

Café Milchzeit bietet eine Möglichkeit sich mit Menschen, die sich in einem ähnlichen neuen Lebensabschnitt befinden, auszutauschen und neue Kontakte zu knüpfen.

Die Kinderkrankenschwester hilft Ihnen bei Fragen und Problemen rund um die Stillzeit. Der Austausch untereinander und die Möglichkeit den Rat einer Fachkraft (Kinderkrankenschwester, Stillberaterin, Hebamme) einzuholen, gibt Sicherheit im Umgang mit dem Baby und vermittelt den Besucherinnen das Gefühl, nicht allein mit ihren Fragen und Nöten zu sein.

Do 05.09. – Do 12.12.2024

09.45 – 12.00 Uhr

Kerstin Koberstein, Kinderkrankenschwester
gebührenfrei | Seminarumfang 12 x = 36 UStd.

Ort: Kath. Bildungsforum Kreis Mettmann
Kirchgasse 1 | 40878 Ratingen

Veranstaltungs-Nr. 2469650029



Geschwisterkurs

Für werdende Geschwisterkinder ab 2 Jahren – mit Mama als Begleitperson

Anhand von spannendem Anschauungsmaterial werden kindgerechte Informationen rund um Schwangerschaft, Geburt und die anschließende Zeit mit dem Baby zu Hause vermittelt. Dabei dürfen die Kinder auch selbst aktiv werden und anhand lebensechter Babypuppen Alltagssituationen wie Wickeln, Baden und Umziehen eines kleinen Babys üben.

Mama verbringt mit dem werdenden Geschwisterkind noch einmal ein wenig Exklusivzeit bevor der Alltag für eine Weile vom neuen Erdenbürger dominiert wird. Das werdende Geschwisterkind erhält auch eine Urkunde, die bestätigt, dass es gut auf den Familienzuwachs vorbereitet ist.

Di 12.11.2024

15.30 – 17.00 Uhr

Kerstin Koberstein, Kinderkrankenschwester
Teilnahmegebühr 5,00 €

Seminarumfang 1 x = 2 UStd.

Ort: Kath. Bildungsforum Kreis Mettmann

Kirchgasse 1 | 40878 Ratingen

Veranstaltungs-Nr. 2469650026

> ELTERN-KIND-KURSE

Offenes Eltern-Kind-Café – Begegnung & Orientierung

Das offene Eltern-Kind-Café ist jeden Montag für Sie geöffnet. Genießen Sie in lockerer und vor allem kindgerecht gestalteter Atmosphäre den Austausch mit anderen Müttern und Vätern, während Ihre Kinder krabbeln, spielen oder toben. Ausgewählte Spielmaterialien laden die Kinder zum freien, selbständigen Tun ein. Sie können dabei forschen, klettern, auf Entdeckungsreise gehen und sich ausprobieren.

Es besteht darüber hinaus die Möglichkeit, sich je nach Bedarf über aktuelle Themen wie kindliche Entwicklung, Schlaf, Spracherwerb, Stillen, Beziehungsgestaltung, Ernährung, Gesundheit usw. auszutauschen. Hierzu können auf Wunsch auch Fachimpulse durch Besuche von verschiedenen ReferentInnen gegeben werden.

Das Eltern-Kind-Café ist ein offenes Angebot, das fortlaufend besucht werden kann. Geschwisterkinder können gerne mitgebracht werden. Wir freuen uns auf Sie!

Mo 02.09. – Mo 02.12.2024

10.00 – 12.15 Uhr

Pamela Lindemann-Kaltenhäuser
gebührenfrei | Seminarumfang 12 x = 36 UStd.

Ort: Kath. Bildungsforum Kreis Mettmann
Kirchgasse 1 | 40878 Ratingen

Veranstaltungs-Nr. 2469620129



Eltern-Kind Kurs nach Emmi Pikler

Das erste, zweite oder dritte Lebensjahr

Dieser Kurs orientiert sich an dem pädagogischen Ansatz der ungarischen Kinderärztin Emmi Pikler (1902 – 1984). Sie verbinden frühkindliche Bildung und Elternbildung in einem Kurskonzept.

Pikler heißt:

- sich als Person achten und respektieren
- 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
- jeder Schritt, den das Kind selbstständig macht, erleichtert den nächsten

Fr 06.09. – Fr 06.12.2024

09.15 – 10.45 Uhr

Pamela Lindemann-Kaltenhäuser
Teilnahmegebühr 60,00 €

Seminarumfang 10 x = 20 UStd.

Ort: Kath. Bildungsforum Kreis Mettmann
Kirchgasse 1 | 40878 Ratingen

Veranstaltungs-Nr. 2469620145



> ELTERN-KIND-KURSE

Eltern-Kind Kurs nach Emmi Pikler

Das erste, zweite oder dritte Lebensjahr

Fr 06.09. – Fr 06.12.2024**11.00 – 12.30 Uhr**

Pamela Lindemann-Kaltenhäuser

Teilnahmegebühr 60,00 €

Seminarumfang 10 x = 20 UStd.

Ort: Kath. Bildungsforum Kreis Mettmann

Kirchgasse 1 | 40878 Ratingen

Veranstaltungs-Nr. 2469620146**PEKiP I**

Für Kinder mit Geburtsmonat Mai, Juni, Juli 2024

Das Prager Eltern-Kind-Programm (PEKiP) stellt eine Entwicklungsbegleitung von Eltern während des 1. Lebensjahres ihres Babys dar. In spielerischem Umgang mit ihrem Kind erfahren Eltern unter fachlicher Anleitung, wie sie die natürlichen Bewegungsabläufe erkennen und wie sie den Bewegungsdrang ihres Kindes gezielt mit Sinnes-, Bewegungs- und Spielanregungen unterstützen können. Die Bedürfnisse und Fähigkeiten der Babys stehen dabei im Vordergrund. Dazu gehört auch, dass das Bedürfnis der Babys nach Schlaf und Nahrung jederzeit – auch während der Gruppenstunde – gestillt werden sollte. Darüber hinaus bieten wir Zeit, die zahlreichen Fragen junger Eltern aufzugreifen, Erfahrungen auszutauschen und das eigene Handeln zu reflektieren. Eingeladen sind Mütter und/oder Väter mit ihren Babys.

Mi 04.09. – Mi 11.12.2024**09.00 – 10.30 Uhr**

Renata Kuck

Teilnahmegebühr 86,40 €

Seminarumfang 12 x = 24 UStd.

Ort: Kath. Bildungsforum Kreis Mettmann

Kirchgasse 1 | 40878 Ratingen

Veranstaltungs-Nr. 2469620141**Mi 04.09. – Mi 11.12.2024****10.45 – 12.15 Uhr**

Renata Kuck

Teilnahmegebühr 86,40 €

Seminarumfang 12 x = 24 UStd.

Ort: Kath. Bildungsforum Kreis Mettmann

Kirchgasse 1 | 40878 Ratingen

Veranstaltungs-Nr. 2469620142

> ELTERN-KIND-KURSE

Eltern-Kind-Kurs

Kurs in spanischer Sprache für Kinder mit spanisch-sprechenden Eltern

Sehen Sie, wie das Kind wächst, sich weiterentwickelt und wie einmalig es ist. Festigen Sie das Vertrauen zu Ihrem Kind, so dass es mit Mut und Halt und voller Neugier die Welt entdecken kann. Wir unterstützen Sie dabei in unseren Eltern-Kind-Kursen. Diese sind ein Angebot an Mütter und Väter mit ihren Kindern ab 10 Monaten.

Sie erhalten Informationen zu allen Fragen des Kleinkindalters und haben zugleich die Möglichkeit, Kontakte zu knüpfen und sich auszutauschen. Den Kindern wird Zeit und Raum zum freien Spielen und Bewegen gegeben, so dass es auf spielerische Art und Weise ebenfalls Kontakte zu Gleichaltrigen aufnehmen kann. Dabei steht die Freude am gemeinsamen Spiel mit verschiedenen Materialien, Musik-, Finger und Bewegungsspielen im Mittelpunkt.

Mi 11.09. – Mi 27.11.2024**15.00 – 16.30 Uhr**

Caroline Gordon

Teilnahmegebühr 32,00 €

Seminarumfang 8 x = 16 UStd.

Ort: Kath. Bildungsforum Kreis Mettmann

Kirchgasse 1 | 40878 Ratingen

Veranstaltungs-Nr. 2469620144**Eltern-Kind-(Geschwister) Kurs**

Jeden 1. Mittwoch im Monat

Sind Sie auch in der Situation? Sie wollen mit dem jüngeren „Geschwister“ einen Kurs besuchen, aber was macht das 4, 5 oder 6-jährige Geschwisterkind während dieser Zeit?

Der Geschwisterkurs bietet beiden Kindern die Möglichkeit, mit Mutter oder Vater teilzunehmen. Angeleitetes oder freies Spiel, Bastel- oder Malangebote, das gemeinsame Singen jahreszeitlicher Lieder sowie der Austausch aktueller Themen aus dem Alltag mit Kindern stehen auf dem Programm. Die Ideen und Wünsche aller Teilnehmer werden berücksichtigt.

Der Kurs steht auch Eltern mit nur einem teilnehmenden Kind offen.

Mi 04.09. – Mi 04.12.2024**15.30 – 17.00 Uhr**

Barbara Pucknus

Teilnahmegebühr 20,00 €

Seminarumfang 4 x = 8 UStd.

Ort: Kath. Bildungsforum Kreis Mettmann

Kirchgasse 1 | 40878 Ratingen

Veranstaltungs-Nr. 2469620143

> ELTERN-KIND-KURSE – SCHWIMMEN

Babyschwimmen

Für Kinder ab der 11. Woche – 10. Monat

Spaß an der Bewegung im Wasser

Nicht nur das Baby lernt viel beim Spiel im Wasser, auch die Eltern profitieren davon. Sie lernen das Baby sicher zu halten, ihr Kind genau zu beobachten und seine Bedürfnisse und Gefühle zu erkennen. Was gefällt meinem Kind, was gefällt ihm weniger? Einige haben Spaß dabei, wenn ihnen Wasser über den Kopf läuft, andere mögen das gar nicht. Für Baby und Eltern gleichermaßen schön sind der enge Körperkontakt und die Berührung von Haut zu Haut. Das Getragenwerden fördert die Beziehung zwischen Eltern und Kindern, Vertrauen und Verantwortungsbewusstsein entwickeln sich.

Der Kurs wird im Schwimmbad der Helen-Keller-Schule durchgeführt, in der wir zu Gast sind und keinen Einfluss auf Schließungen haben.

Es kann zu kurzfristigen Terminverschiebungen kommen. Sollte das der Fall sein, erhalten sie eine gesonderte E-Mail von uns.

Mi 04.09. – Mi 04.12.2024
15.30 – 16.15 Uhr

Brigitte Riebe
Teilnahmegebühr 60,00 €
Seminarumfang 10 x = 10 UStd.
Ort: Lehrschwimmbecken der Helen-Keller-Schule
Scheifenkamp 10 | 40880 Ratingen-West
Veranstaltungs-Nr. 2469650030

Babyschwimmen

Für Kinder vom 11. Monat – 18. Monat

Spaß an der Bewegung im Wasser.

Nicht nur das Baby lernt viel beim Spiel im Wasser, auch die Eltern profitieren davon. Sie lernen das Baby sicher zu halten, ihr Kind genau zu beobachten und seine Bedürfnisse und Gefühle zu erkennen. Was gefällt meinem Kind, was gefällt ihm weniger? Einige haben Spaß dabei, wenn ihnen Wasser über den Kopf läuft, andere mögen das gar nicht. Für Baby und Eltern gleichermaßen schön sind der enge Körperkontakt und die Berührung von Haut zu Haut. Das Getragenwerden fördert die Beziehung zwischen Eltern und Kindern, Vertrauen und Verantwortungsbewusstsein entwickeln sich.

Der Kurs wird im Schwimmbad der Helen-Keller-Schule durchgeführt, in der wir zu Gast sind und keinen Einfluss auf Schließungen haben.

Es kann zu kurzfristigen Terminverschiebungen kommen. Sollte das der Fall sein, erhalten sie eine gesonderte E-Mail von uns.

Mi 04.09. – Mi 04.12.2024
16.15 – 17.00 Uhr

Brigitte Riebe
Teilnahmegebühr 60,00 €
Seminarumfang 10 x = 10 UStd.
Ort: Lehrschwimmbecken der Helen-Keller-Schule
Scheifenkamp 10 | 40880 Ratingen-West
Veranstaltungs-Nr. 2469650031

> ELTERN-KIND-KURSE – SCHWIMMEN

Spielerische Wassergewöhnung für Eltern und Kleinkinder

1 1/2 bis 3 Jahre

In diesem Kurs werden die Kinder langsam und spielerisch mit dem Element Wasser vertraut gemacht. Der Kurs wird im Schwimmbad der Helen-Keller-Schule durchgeführt, in der wir zu Gast sind und keinen Einfluss auf Schließungen haben.

Es kann zu kurzfristigen Terminverschiebungen kommen. Sollte das der Fall sein, erhalten sie eine gesonderte E-Mail von uns.

Mo 02.09. – Mo 16.12.2024
16.15 – 17.00 Uhr

Teilnahmegebühr 91,00 €
Seminarumfang 12 x = 12 UStd.
Ort: Lehrschwimmbecken der Helen-Keller-Schule
Scheifenkamp 10 | 40880 Ratingen-West
Veranstaltungs-Nr. 2469650023

Spielerische Wassergewöhnung

Kleinkindschwimmen für Eltern mit Kindern von 3 bis 4 Jahre

In diesem Kurs werden die Kinder langsam und spielerisch mit dem Element Wasser vertraut gemacht. Der Kurs wird im Schwimmbad der Helen-Keller-Schule durchgeführt, in der wir zu Gast sind und keinen Einfluss auf Schließungen haben.

Es kann zu kurzfristigen Terminverschiebungen kommen. Sollte das der Fall sein, erhalten sie eine gesonderte E-Mail von uns.

Mo 02.09. – Mo 16.12.2024
17.00 – 17.45 Uhr

Brigitte Riebe
Teilnahmegebühr 91,00 €
Seminarumfang 12 x = 12 UStd.
Ort: Lehrschwimmbecken der Helen-Keller-Schule
Scheifenkamp 10 | 40880 Ratingen-West
Veranstaltungs-Nr. 2469650024

Spielerische Wassergewöhnung

Kleinkindschwimmen für Eltern mit Kindern von 4 bis 5 Jahre

In diesem Kurs werden die Kinder langsam und spielerisch mit dem Element Wasser vertraut gemacht. Der Kurs wird im Schwimmbad der Helen-Keller-Schule durchgeführt, in der wir zu Gast sind und keinen Einfluss auf Schließungen haben.

Es kann zu kurzfristigen Terminverschiebungen kommen. Sollte das der Fall sein, erhalten sie eine gesonderte E-Mail von uns.

Mo 02.09. – Mo 16.12.2024
17.45 – 18.30 Uhr

Brigitte Riebe
Teilnahmegebühr 91,00 €
Seminarumfang 12 x = 12 UStd.
Ort: Lehrschwimmbecken der Helen-Keller-Schule
Scheifenkamp 10 | 40880 Ratingen-West
Veranstaltungs-Nr. 2469650025

Ermäßigung der Teilnahmegebühr möglich
Befinden Sie sich in einer herausfordernden Situation? Kontaktieren Sie uns gerne unter info@bildungsforum-kreis-mettmann.de

> ELTERN-KIND-KURSE – MUSIK UND BEWEGUNG

Tanzen für KLEIN und groß

Für Kinder von 2 bis 4 Jahren und einer Begleitperson

Tanzen verbindet. Gemeinsam erleben Kinder mit ihren Lieblingsemenschen eine fantasievolle Tanz- und Bewegungsstunde. Tanzgeschichten, Bewegungsspiele, Gesang und Reime fördern Körperwahrnehmung, Kreativität und Musikalität. Doch an erster Stelle stehen hier die gemeinsam verbrachte Zeit sowie die Freude an Bewegung und Musik. Geschwisterkinder können mit angemeldet werden.

Mo 02.09. – Mo 07.10.2024
15.30 – 16.15 Uhr

Susann Richter
Teilnahmegebühr 39,00 €
Seminarumfang 6 x = 6 UStd.
Ort: Kath. Bildungsforum Kreis Mettmann
Kirchgasse 1 | 40878 Ratingen
Veranstaltungs-Nr. 2469620130

Mo 02.09. – Mo 07.10.2024
16.25 – 17.10 Uhr

Susann Richter
Teilnahmegebühr 39,00 €
Seminarumfang 6 x = 6 UStd.
Ort: Kath. Bildungsforum Kreis Mettmann
Kirchgasse 1 | 40878 Ratingen
Veranstaltungs-Nr. 2469620131

Musikhäschen im Sommer

Für Eltern mit Kindern von 0 bis 18 Monaten

Wir singen, tanzen, schaukeln, wiegen und hoppeln gemeinsam wie die Hasen und beschäftigen uns mit einfachen Instrumenten, die genau in Häschenpfötchen passen: Holzrassel, Klanghölzer, Tücher. Dieser Kurs ist für Babys von 0-18 Monaten geeignet. Aus hygienischen Gründen werden die eingesetzten Instrumente zu Beginn des Kurses für 10,00 € erworben. Bei gutem Wetter findet die Veranstaltung im Poensgenpark statt.

Di 23.07. – Di 13.08.2024
15.15 – 16.15 Uhr

Ute Schüler
Teilnahmegebühr 28,00 €
Seminarumfang 4 x = 4 UStd.
Ort: Kath. Bildungsforum Kreis Mettmann
Kirchgasse 1 | 40878 Ratingen
Veranstaltungs-Nr. 2469620132

> ELTERN-KIND-KURSE – MUSIK UND BEWEGUNG

Musik für alle im Sommer

Für Eltern mit Kindern von 0 bis 48 Monaten

Wir musizieren gemeinsam auf einfachen Instrumenten, singen, tanzen, hören und spielen. Dieser Kurs richtet sich an Familien mit Geschwisterkindern im Alter von 0-4 Jahren. Bei gutem Wetter findet die Veranstaltung im Poensgenpark statt.

Di 23.07. – Di 13.08.2024
16.15 – 17.15 Uhr

Ute Schüler
Teilnahmegebühr 28,50 €
Seminarumfang 4 x = 4 UStd.
Ort: Kath. Bildungsforum Kreis Mettmann
Kirchgasse 1 | 40878 Ratingen
Veranstaltungs-Nr. 2469620133

Spiel und Bewegung

Für Eltern mit ihren Kindern von 6 bis 12 Monaten

Dieser Kurs bietet einen Erfahrungsraum für Spiel und Bewegung für Kinder bis zum Krabbelalter. Dabei gibt es eine anregende Umgebung und Tipps und Tricks rund um Bewegung im ersten Lebensjahr.

Do 25.07. – Do 15.08.2024
09.30 – 10.45 Uhr

Ute Schüler
Teilnahmegebühr 40,00 €
Seminarumfang 4 x = 4 UStd.
Ort: Kath. Bildungsforum Kreis Mettmann
Kirchgasse 1 | 40878 Ratingen
Veranstaltungs-Nr. 2469620139

Do 25.07. – Do 15.08.2024

11.00 – 12.15 Uhr
Ute Schüler
Teilnahmegebühr 40,00 €
Seminarumfang 4 x = 4 UStd.
Ort: Kath. Bildungsforum Kreis Mettmann
Kirchgasse 1 | 40878 Ratingen
Veranstaltungs-Nr. 2469620140

Musikhäschen I

Für Babys von 0 – 12 Monaten

Wir singen, tanzen, schaukeln, wiegen und hoppeln gemeinsam wie die Hasen und beschäftigen uns mit einfachen Instrumenten, die genau in Häschenpfötchen passen: Holzrassel, Klanghölzer, Tücher.

Dieser Kurs ist für Babys von 0 – 12 Monaten geeignet. Aus hygienischen Gründen werden die eingesetzten Instrumente zu Beginn des Kurses für 10,00 € erworben.

Mi 18.09. – Mi 20.11.2024
15.30 – 16.15 Uhr

Ute Schüler
Teilnahmegebühr 66,00 €
Seminarumfang 8 x = 8 UStd.
Ort: Kath. Bildungsforum Kreis Mettmann
Kirchgasse 1 | 40878 Ratingen
Veranstaltungs-Nr. 2469620136

Ermäßigung der Teilnahmegebühr möglich

Befinden Sie sich in einer herausfordernden Situation? Kontaktieren Sie uns gerne unter info@bildungsforum-kreis-mettmann.de

> ELTERN-KIND-KURSE – MUSIK UND BEWEGUNG

Musikhasen

Für Kinder von 18 bis 36 Monaten

Wir singen, tanzen, hüpfen, machen Fingerspiele und lernen altersgerechte Musikinstrumente kennen. Musik selber zu erleben, gemeinsam mit einer erwachsenen Begleitperson auszuprobieren, Rhythmus zu fühlen, das können in diesem Kurs alle Kinder zwischen 18 und 36 Monaten.

Mi 18.09. – Mi 04.12.2024

16.30 – 17.15 Uhr

Ute Schüller

Teilnahmegebühr 70,00 €

Seminarumfang 10 x = 10 UStd.

Ort: Kath. Bildungsforum Kreis Mettmann

Kirchgasse 1 | 40878 Ratingen

Veranstaltungs-Nr. 2469620138

Musikhäschen II

Für Eltern mit ihren Kindern
von 10 bis 18 Monaten

Dieser Kurs ist für alle kleinen Häschen im Krabbel- und Lauffalter (10 – 18 Monate) geeignet. Wir singen, tanzen, schaukeln und machen Musik mit einfachen Instrumenten wie Holzrassel, Klanghölzern und Tüchern. Weil Häschen aber in diesem Alter sehr mobil sind und gerne herumhopsen, werden wir auch turnen, klettern und krabbeln.

Aus hygienischen Gründen werden die eingesetzten Instrumente zu Beginn des Kurses für 10,00 € erworben.

Di 24.09. – Di 26.11.2024

15.15 – 16.15 Uhr

Ute Schüller

Teilnahmegebühr 78,00 €

Seminarumfang 8 x = 8 UStd.

Ort: Kath. Bildungsforum Kreis Mettmann

Kirchgasse 1 | 40878 Ratingen

Veranstaltungs-Nr. 2469620134

Musik für alle

Für Kinder von 0 – 4 Jahren

Wir musizieren gemeinsam auf einfachen Instrumenten, singen, tanzen, hören und spielen. Dieser Kurs richtet sich an Familien mit Geschwisterkindern im Alter von 0 – 4 Jahren.

Di 29.10. – Di 03.12.2024

16.30 – 17.30 Uhr

Ute Schüller

Teilnahmegebühr 42,50 €

Seminarumfang 6 x = 6 UStd.

Ort: Kath. Bildungsforum Kreis Mettmann

Kirchgasse 1 | 40878 Ratingen

Veranstaltungs-Nr. 2469620135

> ELTERN-KIND-ANGEBOTE

Erlebnis Wald

Ein Angebot für Kinder ab 4 Jahren mit ihren Eltern, Großeltern oder anderen Bezugspersonen

Bei unserer Erlebnisreise im nahegelegenen Aaper Wald entdecken wir außerdem Pflanzen, Tiere, Hügel, vielleicht Geheimwege, einen erfrischenden Brunnen und Ihr könnt mit Sicherheit einige Rätsel Fragen lösen. Wer noch Zeit hat, kann auf dem Rather Waldspielplatz entspannen und picknicken.

Bitte wetter- und waldfeste Kleidung anziehen, evt. an Zeckenschutz denken und etwas zum Essen und zum Trinken mitbringen.

Treffpunkt: Haltestelle der U 72
Hirschweg in Düsseldorf Oberrath

Endstation: Rather Waldspielplatz
(Haltestelle Oberrath in
Düsseldorf Oberrath)

Termin: **Samstag, 24.08.2024,
10.00 – 13.00 Uhr**

Leitung: Annette Hilland

Diese Veranstaltung findet in Kooperation mit der Volkshochschule Ratingen und dem Ev. Familienbildungswerk Ratingen statt.

Anmeldungen unter www.ev-familienbildung.de oder per Email an anmeldung@ev-familienbildung.de

Von der Grundschule in die weiterführende Schule: Eltern-Kind-Training

Für Eltern und Grundschulkindern der 4. Klasse Resilienz für einen erfolgreichen Übergang von der Grundschule zur weiterführenden Schule

Der Übergang von der Grundschule zur weiterführenden Schule ist ein bedeutsamer Schritt; im Leben eines Kindes, der mit aufregenden Veränderungen und neuen Herausforderungen einhergeht. Diese Phase stellt nicht nur für die Kinder, sondern auch für die Eltern eine herausfordernde Zeit dar. Mit diesem Seminar möchte ich Eltern und Kinder gleichermaßen auf diese spannende Reise vorbereiten und sie dabei unterstützen, mit Freude und Selbstwirksamkeit den bevorstehenden Veränderungen zu begegnen. Resilienz, die Fähigkeit, Schwierigkeiten zu bewältigen und gestärkt aus Herausforderungen hervorzugehen, steht dabei im Mittelpunkt.

Gemeinsam werden wir Strategien kennenlernen, praktische Übungen durchführen und Handlungsmöglichkeiten für den Alltag entwickeln, um sowohl Eltern als auch Kinder resilient zu machen und den Übergang erfolgreich zu gestalten.

Sa 16.11.2024 | 10.00 – 13.00 Uhr

Sarah Thies

Teilnahmegebühr 20,00 €

Seminarumfang 1 x = 4 UStd.

Ort: Kath. Bildungsforum Kreis Mettmann

Kirchgasse 1 | 40878 Ratingen

Veranstaltungs-Nr. 2469620150

Ermäßigung der Teilnahmegebühr möglich

Befinden Sie sich in einer herausfordernden Situation? Kontaktieren Sie uns gerne unter info@bildungsforum-kreis-mettmann.de

> ELTERN-KIND-ANGEBOTE

Miteinander durch die Pubertät

Ein Online-Abend für Eltern mit Familienberaterin Inke Hummel

In der Pubertät mit unserem Heranwachsenden ein Team zu bleiben, kann am besten gelingen, wenn wir miteinander in Kontakt sind und von Anfang an in einer empathischen Beziehung leben. Die Grundpfeiler der Beziehungsorientierung wie Respekt, Kommunikation auf Augenhöhe, Straffreiheit, Mitgefühl, Regeln des Miteinanders usw. bleiben stets gleich. Sie müssen in der Pubertät nur etwas neu ausgerichtet werden und ein wenig mehr Raum für die Jugendlichen und ihre Persönlichkeit lassen. Doch auch das soziale Umfeld und die Eltern selbst dürfen nicht vergessen werden.

Die Pädagogin und Autorin Inke Hummel erläutert die bindungsorientierte Perspektive auf diese besondere Zeit und nimmt möglichen Ängsten vorm Jugendalter ihre Kraft.

Mi 20.11.2024 19.30 – 21.00 Uhr

Inke Hummel

Teilnahmegebühr 10,00 €

Seminarumfang 1 x = 2 UStd.

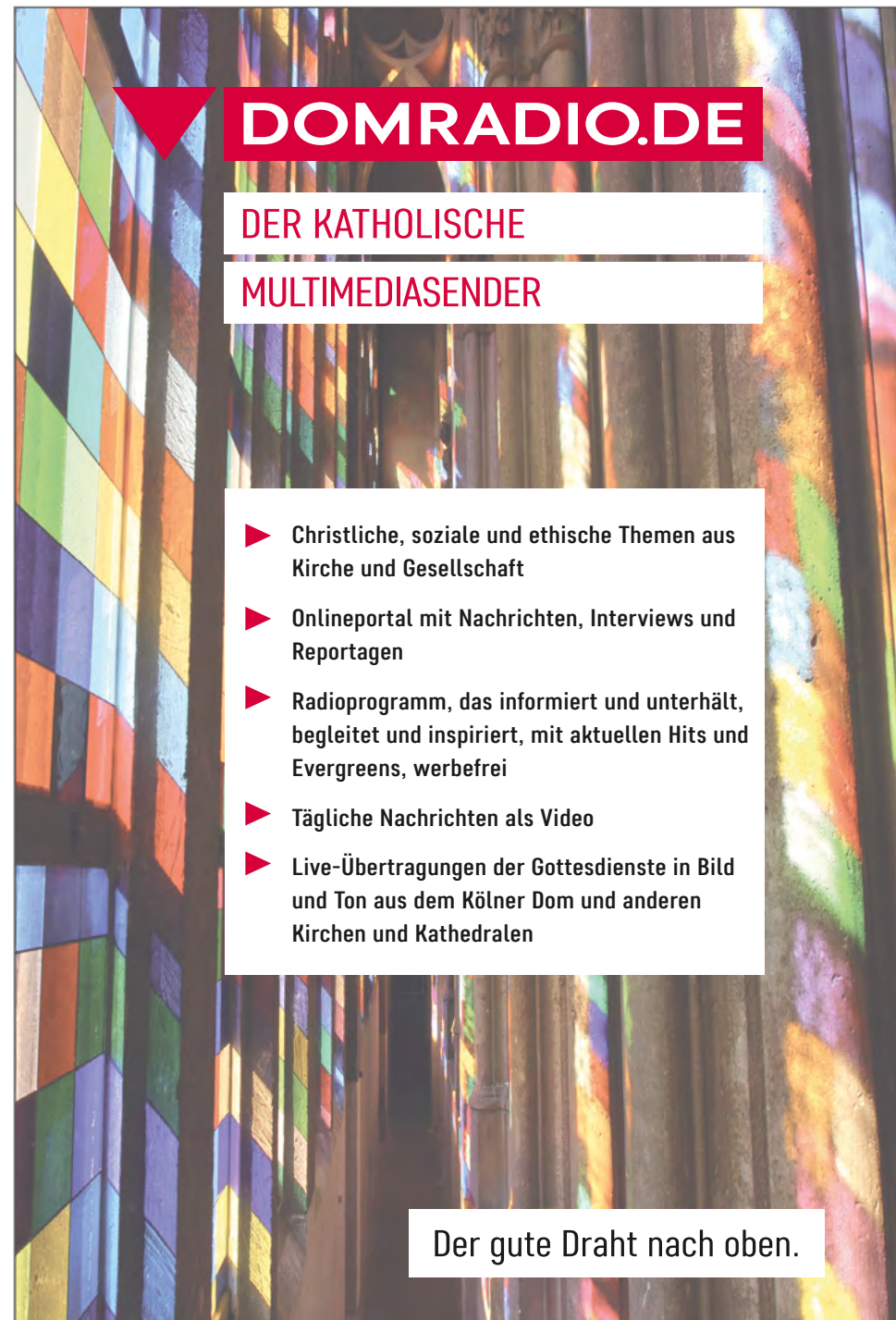
Ort: Digital

Veranstaltungs-Nr. 2472610024

Anmeldung bitte über das Haus der Familie in Wipperfürth: info@hdf-wipperfuerth.de oder online: www.hdf-wipperfuerth.de:



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



DOMRADIO.DE

DER KATHOLISCHE

MULTIMEDIASENDER

- ▶ **Christliche, soziale und ethische Themen aus Kirche und Gesellschaft**
- ▶ **Onlineportal mit Nachrichten, Interviews und Reportagen**
- ▶ **Radioprogramm, das informiert und unterhält, begleitet und inspiriert, mit aktuellen Hits und Evergreens, werbefrei**
- ▶ **Tägliche Nachrichten als Video**
- ▶ **Live-Übertragungen der Gottesdienste in Bild und Ton aus dem Kölner Dom und anderen Kirchen und Kathedralen**

Der gute Draht nach oben.



GESELLSCHAFT

Politik und Gesellschaft haben großen Einfluss auf unser Leben. Wege, Politik und Gesellschaft zu gestalten, die Suche nach einem erfüllten Leben für alle, solidarisch mit der Welt sein und die Schöpfung bewahren – das sind alles Themen, zu denen wir Perspektiven aufzeigen wollen.

Wir möchten die politischen, wirtschaftlichen und sozialen Zusammenhänge besser verstehbar machen und Anhaltspunkte geben, um selbst zu fundierten sozialetischen Einschätzungen zu gelangen. Auch möchten wir die Fähigkeit stärken, die Gesellschaft aktiv mitzugestalten.

> GESELLSCHAFT UND POLITIK

Nachgefragt! Aktuelles aus Gesellschaft und Politik

Ein Forum für Fragende, Informierte und Interessierte an gesellschaftlichen und politischen Themen

Eine Kooperationsveranstaltung der Rateringer Weiterbildungseinrichtungen:
Volkshochschule der Stadt Ratingen
Evangelisches Familienbildungswerk Ratingen
Katholische Familienbildungsstätte Ratingen
Moderation: Christian Pannes
Bitte entnehmen Sie die aktuellen Themen der Tagespresse und den Homepages der Weiterbildungseinrichtungen.

Termine und genaue Themen auf Nachfrage

gebührenfrei | Seminarumfang 1 x = 3 UStd.
Ort: Kath. Bildungsforum Kreis Mettmann
Kirchgasse 1 | 40878 Ratingen
Veranstaltungs-Nr. 2469520001

KI – Segen oder Fluch?

Ethische Perspektiven auf Künstliche Intelligenz

Prof. Dr. Claudia Paganini

Künstliche Intelligenz wirkt sich längst und immer rasanter auf unser Leben aus und prägt unseren Alltag in vielerlei Hinsicht. Gleichzeitig löst sie Emotionen in uns aus, die von Begeisterung bis hin zu Ängsten reichen. Es gilt, einen nüchternen Blick darauf zu richten, wie wir eine von KI geprägte Gesellschaft aktiv mitgestalten können. Dazu gehört neben den unterschiedlichen Anwendungen auch die Berücksichtigung ethischer Perspek-

tiven. Wo, wann und in welchen Kontexten sind wir mit KI in Interaktion und welche Auswirkungen sind damit für jede/n von uns und für unserer Mitmenschen verbunden? Welchen Autonomiegrad wünschen wir uns für KI-Systeme, die ja gerade durch maschinelles Lernen in der Lage sind, eigenständige Entscheidungen zu treffen? Neben diesen Fragen soll es aber auch um die Kompetenzen gehen, die wir im Umgang mit alten Technologien bereits besitzen und die sich auf KI anwenden lassen.

Prof. Dr. Claudia Paganini hat Theologie und Philosophie in Wien und Innsbruck studiert. An der Hochschule für Philosophie München ist sie als Vertretungsprofessorin für Medienethik in Lehre und Forschung tätig. Sie ist Mitglied in diversen Ethikkommissionen und im Leitungsteam des »Zentrum für Ethik der Medien und der digitalen Gesellschaft«.

Do 10.10.2024 | 18.30–20.45 Uhr
Seminarumfang 1 x = 3 UStd.

gebührenfrei
Ort: CityKirche Elberfeld (Alte Reformierte Kirche) | Kirchplatz 2 | 42103 Wuppertal
Veranstaltungs-Nr. 2414740012

Die Veranstaltung findet in Kooperation mit dem Kath. Bildungswerk Wuppertal statt. Anmeldungen unter www.bildungswerk-wuppertal.de:



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



> GESELLSCHAFT UND POLITIK

Von der Zeit. Eine kreativ-biographische Online-Schreibwerkstatt

Nachdem die Uhren in der Nacht von Sommer- auf Winterzeit umgestellt wurden, nehmen wir uns Zeit und schreiben über das, wofür die Zeit reicht und was uns Zeit raubt. Wir suchen nach Worten für Jahreszeit und Lebenszeit und denken nach über Vergangenes, Gegenwärtiges und Zukünftiges.

Auf dem Papier werden wir zu Zeitreisenden, erzählen von Sternstunden und Sekunden-glück, lassen uns inspirieren von Zeitungstikeln und Zeitzeugnissen und feiern mindestens eine geschenkte Stunde.

Individuell gestaltete Schreibzeit wechselt sich ab mit Gelegenheiten, in denen wir uns in einer Gruppe von max. 15 Personen im virtuellen Raum begegnen und miteinander teilen, was geteilt werden will. Vorab bekommen alle Teilnehmenden ein kleines Päckchen mit Materialien zugeschickt, das den digitalen Schreibtag analog ergänzt. Schriftstellerische Vorerfahrungen sind nicht notwendig. Willkommen, dabei zu sein!

Referentin: Hanna Buiting, Jg.1992, ist freie Autorin, Journalistin und Kolumnistin, studierte Germanistik und Religionswissenschaft, und beschäftigt sich besonders gern mit der Verbindung von Sprache und Spiritualität, Schreiben und Seelsorge. In ihren besonderen Schreibwerkstätten lädt sie Menschen dazu ein, ihrer eigenen Lebensgeschichte Wort für Wort auf die Spur zu kommen.

So 27.10.2024 | 10.00 - 17.00 Uhr

Hanna Buiting, Autorin, Journalistin
Teilnahmegebühr 95,00 €
Seminarumfang 1 x = 8 UStd.
Ort: Digital
Veranstaltungs-Nr. 2462740019

Die Veranstaltung findet in Kooperation mit der Kath. Familienbildungsstätte Bergisch Gladbach statt. Anmeldungen unter www.fbs-gladbach.de:



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

Ermäßigung der Teilnahmegebühr möglich

Befinden Sie sich in einer herausfordernden Situation? Kontaktieren Sie uns gerne unter info@bildungsforum-kreis-mettmann.de



QUALIFIZIERUNG

Unsere Qualifizierungsangebote vermitteln Kompetenzen für die Arbeits- und Erwerbswelt. Persönliche Kompetenzen (die sogenannten Schlüsselkompetenzen) wie Kommunikation oder die Prävention sexualisierter Gewalt betreffen darüber hinaus alle Lebensbereiche.

Unsere speziellen Qualifizierungsangebote beziehen sich insbesondere auf pädagogische Arbeitsfelder.

> KINDERTAGESPFLEGE

Tätigkeitsvorbereitende und -begleitende Grundqualifizierung Kindertagespflege nach QHB (300UE)

Kinder zu betreuen, sie in ihrer Entwicklung zu begleiten, zu unterstützen und zu fördern, ist eine verantwortungsvolle Aufgabe mit besonderen Anforderungen. Kindertagespflegepersonen benötigen dafür eine Qualifizierung, die ihnen fundiertes Wissen und entsprechende Kompetenzen vermittelt.

Das Deutsche Jugendinstitut hat ein kompetenzorientiertes Qualifizierungshandbuch (QHB) mit 300 Unterrichtseinheiten zuzüglich Praktika und Selbstlerneinheiten erarbeitet, das Tagespflegepersonen besser auf ihre Tätigkeit vorbereitet und in ihrer neuen Tätigkeit begleitet.

Die Kompetenzerweiterung der zukünftigen Tagespflegepersonen stellt einen Schwerpunkt in der Qualifizierung dar. Im Rahmen dieser fokussiert das QHB auf die pädagogische Arbeit mit Kindern in den ersten drei Lebensjahren und trägt den gestiegenen Anforderungen an Kindertagespflegepersonen Rechnung. Die Qualifizierung besteht aus zwei Teilen und gliedert sich in eine tätigkeitsvorbereitende Grundqualifizierung von 160 Unterrichtseinheiten sowie in eine tätigkeitsbegleitende Grundqualifizierung von 140 Unterrichtseinheiten. Zudem wird ein Praktikum im Umfang von 80 Stunden absolviert.

Sa 24.08. – Sa 18.04.2026
16.15 – 20.00 Uhr

Xenia Reszka, Stefanie Imo, Isabelle Arzt, Anja Mlodoch, Sandra Raulf u.a.
Teilnahmegebühr 3.310,00 €
Seminarumfang 57 x = 300 UStd.
Ort: Kath. Bildungsforum Kreis Mettmann
Kirchgasse 1 | 40878 Ratingen
Veranstaltungs-Nr. 2469690002

**Blended Learning Veranstaltung**

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

Zertifikatskurs Inklusion für Kindertagespflegepersonen

Der Zertifikatskurs Inklusion richtet sich an alle Kindertagespflegepersonen, die Kinder mit einem (erhöhten) Förderbedarf betreuen oder zukünftig betreuen möchten. Im Rahmen des Kurses werden praxisrelevante Inhalte und alltagstaugliche Methoden aus verschiedenen pädagogischen und therapeutischen Bereichen, wie z.B. der Heilpädagogik und der Ergotherapie, erarbeitet. Außerdem werden Werkzeuge und Methoden für die Zusammenarbeit mit Eltern und Kooperationspartnern an die Hand gegeben.

Die Themen im Einzelnen sind u.a.:

- Netzwerkarbeit und Aufbau von Kooperationsstrukturen
- Kollegiale Fallberatung
- Auseinandersetzung mit und Reflexion der eigenen Haltung
- Beobachtung und Dokumentation
- Rechtliche Aspekte
- Behinderungsbilder

> KINDERTAGESPFLEGE

- Frühkindliche Förderung
- Entwicklung einer inklusiven Konzeption

Der Zertifikatskurs richtet sich nach dem Curriculum des LVR und umfasst insgesamt 156 Unterrichtsstunden. In 13 Modulen finden 104 Unterrichtsstunden in Präsenzform statt. Die übrigen 52 Unterrichtsstunden erfolgen im Selbststudium.

Sa 21.09. – Sa 27.09.2025
10.00 – 17.00 Uhr

Britta Höfferling, Kathrin Mantke
Teilnahmegebühr 840,00 €
Seminarumfang 13 x = 104 UStd.
Ort: Kath. Bildungsforum Kreis Mettmann
Kirchgasse 1 | 40878 Ratingen
Veranstaltungs-Nr. 2419250027



GUT QUALIFIZIERT
FÜR DIE KINDERTAGESPFLEGE

Praxisaustausch für Tagespflegepersonen

Fortbildung Kindertagespflege

In der Kindertagespflege arbeiten Sie in der Regel alleine oder in nur einem kleinen Team. Die Vernetzung mit anderen Tagespflegepersonen ist daher ein wichtiger Baustein Ihrer Tätigkeit, um sich über kleinere und größere Probleme, Fragen und Erfolgsergebnisse auszutauschen und von Lösungsstrategien gegenseitig profitieren zu können.

Die Treffen werden von einer erfahrenen Fachkraft begleitet und moderiert. Zwei der geplanten Treffen werden nach Absprache mit den Teilnehmenden zu gewünschten Fachthemen durchgeführt. Dadurch können für den Praxisaustausch insgesamt 6 Unterrichtsstunden als Fortbildung angerechnet werden.

Mi 04.09. – Mi 27.11.2024
18.30 – 20.45 Uhr

Xenia Reszka
Teilnahmegebühr 32,00 €
Seminarumfang 4 x = 12 UStd.
Ort: Kath. Bildungsforum Kreis Mettmann
Kirchgasse 1 | 40878 Ratingen
Veranstaltungs-Nr. 2419250030

Meilensteine frühkindlicher Sprachentwicklung – mit Strategien und praktischen Ideen unterstützen

Fortbildung Kindertagespflege

Sprache ist ein wichtiger Bestandteil in der Entwicklung eines Kindes. Findet Sprachbildung im pädagogischen Alltag, angelehnt an die individuellen Fähigkeiten der Kinder durch sprachanregende Situationen statt, ist sie umso erfolgreicher.

Wir schauen auf den Verlauf des frühkindlichen Spracherwerbs und erarbeiten Strategien und praktische Ideen zur altersgerechten Unterstützung.

Sa 07.09.2024 | 09.00 – 14.00 Uhr
Michaela Peter
gebührenfrei | Seminarumfang 1 x = 6 UStd.
Ort: Kath. Bildungsforum Kreis Mettmann
Kirchgasse 1 | 40878 Ratingen
Veranstaltungs-Nr. 2419250031

Ermäßigung der Teilnahmegebühr möglich

Befinden Sie sich in einer herausfordernden Situation? Kontaktieren Sie uns gerne unter info@bildungsforum-kreis-mettmann.de

> KINDERTAGESPFLEGE

Zahn- und Mundhygiene bei Säuglingen und Kleinkindern - Tipps und Tricks für Kindertagespflegepersonen

Fortbildung Kindertagespflege

Ihnen schwirrt auch der Kopf von verschiedenen, gut gemeinten Ratschlägen bezüglich der Zahn- und Mundhygiene der Ihnen anvertrauten Kleinkinder? Putzen - ja, nein? Ab wann? Wie lange? Womit? Wir möchten Ihnen einen Fahrplan durch die Untiefen der Zahn- und Mundhygiene von der Geburt bis ins frühe Jugendalter an die Hand geben. Abschaffung von Mythen und Legenden und Mitgabe von klaren Empfehlungen und praktischen Tipps.

Mo 23.09.2024 | 18.30 – 20.45 Uhr

Dr. Fabian Liedtke

Teilnahmegebühr 21,00 €

Seminarumfang 1 x = 3 UStd.

Ort: Kath. Bildungsforum Kreis Mettmann
Kirchgasse 1 | 40878 Ratingen**Veranstaltungs-Nr. 2419250032****Adultismus – wie kann Diskriminierung von Kindern in der Kindertagespflege entgegengewirkt werden?**

Fortbildung Kindertagespflege

„Es bedarf nicht der Macht bei der Lösung von Problemen der Interaktion zwischen Erwachsenen und Kindern, es bedarf des Verstehens.“
(Waltraud Kerber-Ganse)

- Was beschreibt der Begriff Adultismus genau und wie äußert sich diese Machtungleichheit zwischen Kindern und Erwachsenen im Alltag?
- Welche Auswirkungen kann Adultismus auf die kindliche Entwicklung haben und welche Möglichkeiten existieren, um adultistische Verhaltensweisen zu vermeiden?

Was genau die Klärung dieser Fragen für die pädagogische Praxis in der Kindertagespflege bedeutet, stellen wir an diesem Seminartag heraus. Theoretisch, wie auch praktisch nähern wir uns diesem wichtigen Thema an und arbeiten gemeinsam daran, Diskriminierung von Kindern in der Kindertagespflege entgegenzuwirken.

Sa 05.10.2024 | 09.00 – 16.00 Uhr

Anja Reinecke-Schäfer

Teilnahmegebühr 56,00 €

Seminarumfang 1 x = 8 UStd.

Ort: Kath. Bildungsforum Kreis Mettmann
Kirchgasse 1 | 40878 Ratingen**Veranstaltungs-Nr. 2419250033**

> KINDERTAGESPFLEGE

Noch mehr Tipps bei Lampenfieber!

Fortbildung Kindertagespflege

In dieser Fortbildung werden verschiedene Tools vermittelt, die dabei helfen, Lampenfieber nachhaltig in den Griff zu bekommen – egal ob im Gespräch mit Eltern, der Fachberatung oder dem Jugendamt:

- Erstellung von individuellen Ressourcenkarten
- Nutzung innerer Bilder mithilfe von Imaginationen
- Priming – was es bedeutet und wie wir es effektiv für uns nutzen können
- Arbeit mit inneren Anteilen

Alle vorgestellten Methoden werden ausprobiert und am eigenen Leib erfahren. Die Praxisbeispiele sind dabei so konzipiert, dass sie später selbst, also auch ohne professionelle Hilfe, angewendet werden können.

Die Fortbildung ist somit auch für Teilnehmende geeignet, die bislang noch keinen Kurs zum Thema Lampenfieber belegt haben.

Konkrete Anliegen der Teilnehmenden werden gerne mit aufgegriffen.

Mi 09.10.2024 | 18.00 – 21.00 Uhr

Thomas Manke

Teilnahmegebühr 28,00 €

Seminarumfang 1 x = 4 UStd.

Ort: Kath. Bildungsforum Kreis Mettmann
Kirchgasse 1 | 40878 Ratingen**Veranstaltungs-Nr. 2419250034****Einstieg in die Ermutigungspädagogik für Kindertagespflegepersonen**

Fortbildung Kindertagespflege

Lob ist gut, Ermutigung ist besser! Lobt man Kinder zu viel, kann dies ihr Selbstwertgefühl schwächen. Ermutigung hingegen ist darauf gerichtet, den Glauben des Kindes an sich selbst zu stärken. In diesen Kurs wird der Unterschied zwischen Lob und Ermutigung sowie die konkrete Umsetzung im Alltag der Kindertagespflege erlernt. Eigene Anliegen der Teilnehmenden können gerne eingebracht werden.

Di 29.10.2024 | 17.00 – 21.00 Uhr

Jutta Mathias

Teilnahmegebühr 35,00 €

Seminarumfang 1 x = 5 UStd.

Ort: Kath. Bildungsforum Kreis Mettmann
Kirchgasse 1 | 40878 Ratingen**Veranstaltungs-Nr. 2419250035****Ermäßigung der Teilnahmegebühr möglich**Befinden Sie sich in einer herausfordernden Situation? Kontaktieren Sie uns gerne unter
info@bildungsforum-kreis-mettmann.de

> KINDERTAGESPFLEGE

Sensomotorische Wahrnehmung fördern

Fortbildung Kindertagespflege

Kinder suchen im Alltag begierig nach neuen Sinneserfahrungen, um die Welt besser verstehen zu können. Doch wie können wir sie am besten dabei unterstützen?

In dieser Fortbildung geht es um die sensorische Entwicklung und die damit zusammenhängenden Sinneswahrnehmungen. Gemeinsam wollen wir schauen, welche Sinne es gibt und wie wir diese im Alltag fördern können.

Do 07.11.2024 | 18.00 – 22.00 Uhr

Julia Nemesch

Teilnahmegebühr 35,00 €

Seminarumfang 1 x = 5 UStd.

Ort: Kath. Bildungsforum Kreis Mettmann
Kirchgasse 1 | 40878 Ratingen**Veranstaltungs-Nr. 2419250036****Spielideen für 0 bis 3jährige nach Emmi Pikler und Maria Montessori**

Fortbildung Kindertagespflege

„Das Spiel ist Schlüssel zur Außenwelt und Wecker der Innenwelt.“

(Friedrich Fröbel)

Die herausragende Bedeutung des Spiels für die kindliche Entwicklung ist unbestritten. An diesem sehr interaktiven Seminartag geht es um Spielideen, die die kognitive, soziale und emotionale Entwicklung des Kindes zwischen 0 und 3 Jahren unterstützen.

Orientiert an den pädagogischen Theorien von Emmi Pikler und Maria Montessori

werden an diesem Seminartag Spielideen vorgestellt und dürfen selbst ausprobiert werden.

Sa 09.11.2024 | 09.00 – 16.00 Uhr

Anja Reinecke-Schäfer

Teilnahmegebühr 56,00 €

Seminarumfang 1 x = 8 UStd.

Ort: Kath. Bildungsforum Kreis Mettmann
Kirchgasse 1 | 40878 Ratingen**Veranstaltungs-Nr. 2419250028****Gefühl, komm raus, du bist umzingelt**

Gefühle zulassen und bewältigen – mit Übungen und Selbstwahrnehmung

Fortbildung Kindertagespflege

Die Freude ist das erste Gefühl, das wir kennen und das wir schätzen. Abseits davon tun wir uns mit dem Zulassen von Gefühlen oft schwer. „Das ist doch nicht so schlimm“ oder „Gleich ist es vorbei“ haben wir selbst häufig gehört und geben wir zuweilen an andere weiter. Wie wäre es, wenn wir alle unsere Gefühle wertschätzen und zulassen können, weil sie Teil unseres Lebens sind? Weil sie uns bereichern und helfen, Aufgaben und Lebenssituationen zu bewältigen? Diese Möglichkeiten wollen wir uns im Workshop ansehen. Sie lernen die verschiedenen Gefühle und ihre Bedeutung kennen und erarbeiten sich einen Gefühlswortschatz, den Sie mit Ihren Tageskindern teilen können. Mit Übungen und Rollenspielen entwickeln Sie so ihren persönlichen Gefühlskompass und einen wertschätzenden Umgang mit den Gefühlen der Tageskinder.

Mo 11.11.2024 | 18.00 – 21.00 Uhr

Stefanie Imo

Teilnahmegebühr 28,00 €

> KINDERTAGESPFLEGE

Seminarumfang 1 x = 4 UStd.

Ort: Kath. Bildungsforum Kreis Mettmann
Kirchgasse 1 | 40878 Ratingen**Veranstaltungs-Nr. 2419250037****Aufsichtspflicht in der Kindertagespflege**

Fortbildung Kindertagespflege

Das Thema „Aufsichtspflicht“ ist für Kindertagespflegepersonen häufig mit großen Unsicherheiten verbunden, da Inhalt und Umfang der Aufsichtspflicht gesetzlich nicht klar umrissen werden und eindeutige Kriterien nicht festgelegt sind.

In diesem Onlineseminar sollen verschiedenen Fragestellungen rund um die Aufsichtspflicht beleuchtet werden, beispielsweise:

- Inhalt und Umfang der Aufsichtspflicht
- Beginn und Ende der Aufsichtspflicht im Kontext des Alltags in der Kindertagespflege
- Aufsichtspflicht bei der Nutzung von Spielgeräten
- mögliche Folgen der Aufsichtspflichtverletzung
- Aktuelle Gerichtsurteile

Di 12.11.2024 | 18.30 – 20.45 Uhr

Mirjam Taprogge

Teilnahmegebühr 21,00 €

Seminarumfang 1 x = 3 UStd.

Ort: Digital

Veranstaltungs-Nr. 2419250038**Online-Veranstaltung**

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

Chancen der alltäglichen Entwicklungsunterstützung – Einblicke in die Marte Meo Methode

Fortbildung Kindertagespflege

Verfeinern Sie Ihren Blick auf die Ressourcen der Kinder und die entwicklungsanregenden und unterstützenden Momente im Alltag. Erfahren Sie mehr über die Methode der Videointeraktionsanalyse, mit der nicht nur die Thematik der Sprachbeobachtung beleuchtet werden kann.

Marte Meo bedeutet sinngemäß „aus eigener Kraft“ etwas zu erreichen. Sie vermittelt praktische Kenntnisse mit Hilfe von Videoaufnahmen von Alltagsinteraktionen.

Sa 16.11.2024 | 09.00 – 14.00 Uhr

Michaela Peter

gebührenfrei | Seminarumfang 1 x = 6 UStd.

Ort: Kath. Bildungsforum Kreis Mettmann
Kirchgasse 1 | 40878 Ratingen**Veranstaltungs-Nr. 2419250039**

> KINDERTAGESPFLEGE

Wild Child: Die Autonomiephase

Ein Vortrag mit der SPIEGEL Bestseller-Autorin Dr. Eliane Retz

Im frühen Kleinkindalter nehmen wir eine deutliche Veränderung bei Kindern wahr. Sie möchten vieles alleine tun, entscheiden und bestimmen. Alltägliche Situationen, wie das Anziehen oder Wickeln, können zu einer Herausforderung werden. Viele haben das Gefühl, es ist ständig „falsch“, was sie tun, denn Kinder sind häufig oder sogar grundsätzlich dagegen. Viele Kinder zeigen nun intensive Gefühle, was sich dann in Wutausbrüchen äußert. Die kindliche Autonomiephase ist jedoch ein normaler, wünschenswerter Bestandteil der kindlichen Entwicklung. Wie man mit Kindern gut durch diese Zeit kommt, steht im Mittelpunkt dieses Abends. Es geht dabei um die folgenden Themen:

- Umgang mit Wutausbrüchen sowie aggressivem Verhalten.
- Weinen und Schreien: Der Umgang mit unzufriedenem Verhalten.
- Entwicklungspsychologie der frühen Kindheit.
- Kindliche Regulation und elterliche Co-Regulierung.
- Grenzen setzen, Autonomie fördern und die sichere Bindung stärken.
- Erziehungsstile: Was wird empfohlen und was nicht.
- Gestaltung von Aktivitäten des Alltags mit einem Wild Child (z.B. Wickeln, Zähne putzen, das Haus verlassen).
- Mama & Papa: Wie die Bindung mit beiden Elternteilen gelingt.

An diesem Online-Abend gibt es Antworten auf diese Fragen, Impulse und eine Einführung

in aktuelle Ergebnisse der Entwicklungs- und Bindungsforschung. Der Kurs wird Eltern und Kindertagespflegepersonen mit Kindern ab 18 Monaten bis vier Jahren empfohlen. Sehr gerne können Sie auch persönliche Fragen einbringen.

Di 19.11.2024 | 19.00 – 21.00 Uhr

Dr. Eliane Retz

Teilnahmegebühr 14,00 €

Seminarumfang 1 x = 2 UStd.

Ort: Digital

Veranstaltungs-Nr. 2419250026



**Online-
Veranstaltung**

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

Stress in der Betreuung kleiner Kinder

Fortbildung Kindertagespflege

Stress ist so ein großes Wort. Nur die wenigsten können hier wirklich erkennen, was Körper und Geist gerade brauchen. Gerade im Umgang mit Kindern wird von uns oft viel Geduld abverlangt. Wir organisieren, trösten, spielen, schlichten. Doch was ist mit uns? Pausen? Fehlanzeige. Akku aufladen? Eher schwierig. Das betrifft Eltern und Kindertagespflegepersonen gleichermaßen. Im Workshop schauen wir uns an, was Stress mit unserem Inneren zu tun hat. Wir schauen, wie er entsteht und was die Folgen davon sind. Wie prüfen Bedürfnisse, zeigen auf, was Emotionen und Gefühle uns berichten. Außerdem gibt es einige wertvolle Tools, um den eigenen Akku zu füllen und andererseits die Kinder in ihrem ganz

> KINDERTAGESPFLEGE

eigenen Stress besser zu verstehen. Denn das kindliche Hirn und die kindlichen Emotionen funktionieren noch ganz anders als bei uns. Am Ende des Workshops stehen Erkenntnis und Verständnis sowie schnell anwendbare Tools, um kurzfristig der stressigen Situation den Druck zu nehmen.

Sa 23.11.2024 | 09.00 – 15.30 Uhr

Diana Winskowski-Radtke

Teilnahmegebühr 56,00 €

Seminarumfang 1 x = 8 UStd.

Ort: Kath. Bildungsforum Kreis Mettmann

Kirchgasse 1 | 40878 Ratingen

Veranstaltungs-Nr. 2419250040

Kindeswohlgefährdung erkennen und sinnvoll handeln

Fortbildung Kindertagespflege

Kindertagespflegepersonen tragen eine große Verantwortung gegenüber den ihnen anvertrauten Kindern. Auch das Thema Kindeswohlgefährdung ist ein Thema, dem Kindertagespflegepersonen in ihrer täglichen Arbeit begegnen können. Häufig sind damit große Unsicherheiten verbunden. Entsprechende Handlungsempfehlungen und wichtige rechtliche Fragestellungen schaffen in dieser Fortbildung mehr Handlungssicherheit. Folgende Fragen und Punkte stehen daher im Mittelpunkt:

- Aktuelle Gesetzeslage
- Welche Merkmale für eine Gefährdung gibt es?
- Woran erkenne ich das im U3-Bereich?
- Was muss dringend dokumentiert werden?
- Wann informiere ich den Träger?
- Wie gehe ich mit den Eltern um?
- Möglichkeiten der Selbstfürsorge

Sa 23.11.2024 | 09.00 – 16.15 Uhr

Daniela Daemen

Teilnahmegebühr 56,00 €

Seminarumfang 1 x = 9 UStd.

Ort: Kath. Bildungsforum Kreis Mettmann

Kirchgasse 1 | 40878 Ratingen

Veranstaltungs-Nr. 2419250041

Singkreis mit den Kleinsten gestalten

Fortbildung Kindertagespflege

Singen macht nicht nur Spaß und tut gut, sondern fördert ebenfalls die kindliche Entwicklung von Anfang an. Daher sind Kinder sofort instinktiv dabei, wenn wir singen, klatschen und tanzen.

Bei dieser Fortbildung geht es neben den Grundlagen der musikalischen Früherziehung vor allem darum, wie wir den Singkreis partizipativ mit den Kindern gestalten können. Außerdem schauen wir, welche Lieder im Alltag Rituale und somit Sicherheit für die Kleinsten bieten können.

Do 28.11.2024 | 18.00 – 22.00 Uhr

Julia Nemesch

Teilnahmegebühr 35,00 €

Seminarumfang 1 x = 5 UStd.

Ort: Kath. Bildungsforum Kreis Mettmann

Kirchgasse 1 | 40878 Ratingen

Veranstaltungs-Nr. 2419250042

> KINDERTAGESPFLEGE

Erste Hilfe in Bildungs- und Betreuungseinrichtungen

Erste Hilfe ist ein wichtiger Schritt, um die Sicherheit in Schule, Kita und Kindertagespflege zu gewährleisten. Der Schwerpunkt liegt auf der Vermittlung lebensrettender und einfacher Maßnahmen an Erwachsenen und Kindern. So stehen Themen wie Umgang mit kranken und verletzen Kindern, Wundversorgung, Umgang mit Blutungen, Gefahren von Bewusstlosigkeit, Durchführung der stabilen Seitenlage, Herz-Lungen-Wiederbelebung, Umgang mit kreislaufbedingten Störungen, Absetzen von Notrufen, Umgang mit Knochenbrüchen, Verbrennungen, Vergiftungen etc. auf dem Programm. Die Inhalte des Kurses müssen regelmäßig aufgefrischt werden.

Bereits qualifizierte Kindertagespflegepersonen haben die Möglichkeit, die Kosten für den Erste-Hilfe-Kurs über Gutscheine der Unfallkasse NRW zu begleichen. Die Gutscheine müssen vor Kursbeginn angefordert werden.

Die Gutscheine, sowie weitere Auskünfte erhalten Teilnehmende, die in Ratingen tätig sind, bei der Fachberatung Kindertagespflege: Frau Mainka, unter 02102-7116-505 oder alexandra.mainka@skf-ratingen.de. Anmeldungen sind ausschließlich über die Homepage des Kath. Bildungsforums möglich.

Mi 06.11. – Mi 13.11.2024
18.00 – 22.00 Uhr

Frederik Trant
Teilnahmegebühr 28,00 €
Seminarumfang 2 x = 10 UStd.
Ort: Malteser-Hilfsdienst e V
Fester Straße 52 | 40882 Ratingen
Veranstaltungs-Nr. 2469660096

Sa 30.11.2024 | 09.00 – 17.00 Uhr

Frederik Trant
Teilnahmegebühr 28,00 €
Seminarumfang 1 x = 9 UStd.
Ort: Malteser-Hilfsdienst e V
Fester Straße 52 | 40882 Ratingen
Veranstaltungs-Nr. 2469660097

> SCHULTAG

Schultag Aufbaukurs

Der Aufbaukurs richtet sich an Teilnehmende, die bereits einen Grundkurs absolviert haben. Grundkurs und Aufbaukurs bauen aufeinander auf und bilden zusammen eine gute Grundqualifizierung.

Er ist wie der Grundkurs auch modular aufgebaut, das heißt, er setzt sich aus verschiedenen Bausteinen zusammen und umfasst insgesamt 88 Unterrichtseinheiten.

Inhaltlich setzt dich der Aufbaukurs aus drei Schwerpunktbereichen zusammen, die den Kurs in unterschiedlichen Kursabschnitten strukturieren:

- D. Projektarbeit
- E. Vertiefung von Grundkursthemen
- F. Schwerpunktangebote in der Betreuung

Den Kern des Kurses bildet die Projektarbeit, die von allen Teilnehmenden im Kurs erstellt werden muss. Der Kursabschnitt D führt in die professionelle Projektarbeit ein und gibt den Teilnehmenden das notwendige Handwerkszeug an die Hand. Im Kursabschnitt E werden Themen aus dem Grundkurs aus allen Abschnitten (A Organisation des Betreuungsangebotes, B Pädagogische Gestaltung, C Soziale Kompetenz und Kooperation) aufgegriffen und vertieft. Wichtig ist, dass es hierbei nicht um Wiederholung geht, sondern um eine differenziertere Auseinandersetzung

mit den Themen. Ziel ist es, ein kompetentes Handlungs- und Anwendungswissen mit einem hohen Praxisbezug zu vermitteln. Im Kursabschnitt F werden schließlich vier Module angeboten, die ganz konkrete Schwerpunktangebote für die Betreuung behandeln. Die behandelten Themen können dabei von Kurs zu Kurs variieren.

Unter bestimmten Umständen wie z.B. erhöhtem Infektionsgeschehen führen wir Teile des Kurses auch digital durch.

Die genauen Termine werden in einem gesonderten Flyer veröffentlicht.

Sa 14.09. – Sa 07.12.2024
09.30 – 16.30 Uhr

Karin van Liempt
Christina Plößl
Gerit Schrader, Kinder-, Jugend- und Familienberaterin
Constanze Groth
Heinz Amann-Nießen
Teilnahmegebühr 600,00 €
Seminarumfang 12 x = 88 UStd.
Ort: Kath. Bildungsforum Kreis Mettmann
Kirchgasse 1 | 40878 Ratingen
Veranstaltungs-Nr. 2419250029



Blended Learning
Veranstaltung

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

> SCHULTAG

20 Jahre Schultag Jubiläum

Spiel und Spaß in der OGS

Großgruppenspiele für Schulhof und Wiese

Ein Fortbildungstag für die OGS, an dem Sie Spiele kennen lernen, die dem Bewegungsdrang der Kinder im offenen Ganztag entgegenkommen. Die Spiele eignen sich für drinnen oder draußen, sie sind leicht vorzubereiten und benötigen kein oder minimales Material, haben immer viele Gewinner und machen vor allem viel Spaß.

- Spiele zum Kennenlernen
- Kreisspiele
- Lauf- und Reaktionsspiele
- Kurze Spiele zum Sammeln oder Zeit überbrücken

Alle Spiele werden gemeinsam durchgespielt. Die Spielanleitungen, Regeln, Varianten etc. werden wir gemeinsam erstellen. Sie behalten die Spiele sicher und langfristig im Gedächtnis und können sie sofort in Ihrem Alltag anwenden.

Leitung: Christina Plößl

Alle Mitarbeiterinnen und Träger der OGS sind herzlich eingeladen mit dieser Fortbildung 20 Jahre SchulTag zu feiern.

Do 12.09.2024 | 10.00 – 13.00 Uhr

Christina Plößl

gebührenfrei | Seminarumfang 1 x = 4 UStd.

Ort: Haus zum Haus Konzertsaal

Haus zum Haus 10 | 40878 Ratingen

Veranstaltungs-Nr. 2419250023

© Sergey Tynyakov – Rete Leiter zum Himmels – shutterstock.com



HIMMEL UND ERDE

ist das Magazin der Kirchen in NRW-Lokalradios.

Es wird jeden Sonntag gegen 8.30 Uhr vom jeweiligen Lokalsender des Kreises ausgestrahlt. Im Kreis Mettmann sind die katholischen Beiträge vierzehntäglich hörbar über Radio Neandertal.

Aktuelle Beiträge finden Sie online bei Radio Neandertal

<https://www.radioneandertal.de/thema/himmel-erde-2955.html>

und bei uns:



<https://mam.erzbistum-koeln.de>



SPRACH- UND INTEGRATIONSKURSE

Mit unseren niederschweligen Deutsch-
Kursen und den BAMF-Integrationskursen
sowie unseren Veranstaltungen zum inter-

kulturellen Lernen für Einheimische und
Zugewanderte tragen wir zur Integration von
Menschen mit Zuwanderungsgeschichte bei.

> **SPRACH- UND INTEGRATIONSKURSE**

Sprachkurs auf Sprachniveau A1/A2

Mo 02.09. – Mo 02.12.2024

09.30 – 11.00 Uhr

Ingrid Schnitzler

Maida Sefo

gebührenfrei | Seminarumfang 12 x = 20 UStd.

Ort: Roncalli-Haus

Tannenstr. 10 | 40699 Erkrath

Veranstaltungs-Nr. 2419820010

Sprachkurs auf Sprachniveau A1

Mo 02.09. – Mo 02.12.2024

10.00 – 11.30 Uhr

Ursula Dierkes

Ibtsam Aljendi

Jutta Güth

gebührenfrei | Seminarumfang 12 x = 24 UStd.

Ort: Kaplan Johannes-Flintrop-Haus

Lutterbecker Str. 30 | 40822 Mettmann

Veranstaltungs-Nr. 2419820011

Sprachkurs auf Sprachniveau A2

Erweiterung der Kenntnisse von Deutsch als Fremdsprache: Grammatik und neue Wörter und Wendungen, um das eigene Umfeld beschreiben zu können.

Di 03.09. – Di 03.12.2024

09.00 – 12.00 Uhr

Annett Harden

gebührenfrei | Seminarumfang 12 x = 44 UStd.

Ort: Nachbarschaftszentrum St. Marien

Meide 2 | 40721 Hilden

Veranstaltungs-Nr. 2419820009

> **SPRACH- UND INTEGRATIONSKURSE**

Sprachkurs für Anfänger A2

Basiskenntnisse Deutsch als Fremdsprache für den Alltagsgebrauch

Der Kurs zielt darauf ab, alltags- und lebensnahe Deutschkenntnisse bis zur Niveaustufe einschließlich B1 zu erwerben. Herausforderungen wie Einkäufe, Arztbesuche, Kita, Schule oder Behördengänge sollen auf diese Weise bewältigt werden. Dabei stehen Sprechen und Lesen im Mittelpunkt.

Di 03.09. – Do 05.12.2024

10.00 – 11.30 Uhr

Dorothee Lessing

Teilnahmegebühr 5,00 €

Seminarumfang 24 x = 48 UStd.

Ort: Caritasverband Ratingen

Turmstr. 5 | 40878 Ratingen

Veranstaltungs-Nr. 2419820007

Di 03.09. – Do 05.12.2024

12.00 – 13.30 Uhr

Dorothee Lessing

Teilnahmegebühr 5,00 €

Seminarumfang 24 x = 48 UStd.

Ort: Caritasverband Ratingen

Turmstr. 5 | 40878 Ratingen

Veranstaltungs-Nr. 2419820008

Offener Treff für Familien mit Migrationshintergrund

Do 05.09. – Do 05.12.2024

15.00 – 17.15 Uhr

Nilhan Topcu

gebührenfrei | Seminarumfang 11 x = 33 UStd.

Ort: Kath. Bildungsforum Kreis Mettmann

Kirchgasse 1 | 40878 Ratingen

Veranstaltungs-Nr. 2469620168

Ermäßigung der Teilnahmegebühr möglich

Befinden Sie sich in einer herausfordernden Situation? Kontaktieren Sie uns gerne unter info@bildungsforum-kreis-mettmann.de



KULTUR

Ein gutes Buch lesen und sich mit anderen darüber austauschen, ein Kunstwerk bestaunen und miteinander ergründen, mit bekannten Künstlerinnen und Künstlern diskutieren, seine eigenen Erfahrungen ins Wort oder Bild zu bringen: In unseren Literaturkursen, Lesungen

und Ausstellungen finden Menschen jeden Alters und jeder Herkunft oftmals überraschende und inspirierende Zugänge zu Kunst, Lebens- und Glaubensfragen. Kultur ist nicht nur für alle da – sie geht auch jeden an.

> AUSSTELLUNG**Exkursion arp Museum Rolandseck**

Kiki Smith. Verwobene Welten

Die US-Amerikanerin Kiki Smith (*1954) gehört zu den einflussreichsten feministischen Künstlerinnen ihrer Generation.

Ihre frühen Arbeiten sind geprägt von gesellschaftlichen Debatten der 1980er Jahre, wie beispielsweise die über AIDS. Später beschäftigte sie sich intensiv mit dem weiblichen Körper. Anfang der 90er Jahre beginnt sie, sich vermehrt mit Umwelt und Natur als schützenswertem Raum auseinanderzusetzen. Hierbei spielt der Zusammenklang von Mensch und Tier als Teil eines kosmischen Ganzen eine entscheidende Rolle. Die in enger Zusammenarbeit mit der Künstlerin entwickelte Schau vereint 54 Werke. Im Zentrum stehen ihre großformatigen, eindrucksvoll gestalteten Jacquard-Tapisserien. Diese farbigen und teils mit Silberfäden durchwirkten Wandarbeiten laden zu visuellen Entdeckungsreisen ein. Ergänzend sind Skulpturen, Zeichnungen, Kupfertiefdrucke, Fotografien und Collagen zu sehen, die den komplexen Entstehungsprozess des schöpferischen Werks von Kiki Smith bezeugen.

Di 06.08.2024 | 11.00 – 13.15 Uhr

Dr. Hildegard Heitger-Benke

Teilnahmegebühr 22,00 €

Seminarumfang 1 x = 3 UStd.

Ort: Arp Museum

Hans-Arp-Allee1 | 53424 Remagen

Veranstaltungs-Nr. 2419770006**> VORTRAG****Kunstgeschichte am Vormittag**

Die Farbe im Wandel der Zeit: vom Mittelalter bis in die Gegenwart

Ohne sie geht in der Kunst gar nichts: die Farbe. Sie bestimmt wesentlich die Wirkung eines Bildes oder einer Skulptur und wird in der modernen Kunst sogar zum alleinigen Thema wie z.B. das faszinierende Blau von Yves Klein. Unsere Betrachtung führt uns vom Mittelalter und seiner Farbsymbolik über die Renaissance in die Gegenwart, in der wir eine große Vielfalt an Farbentwürfen haben, die von grell-bunten bis monochromen Werken reichen. Neben der Farbempfindung wird aber auch auf die Farbherstellung eingegangen werden, denn mit der Erfindung der Farbtube Mitte des 19. Jh. war es erstmalig möglich auch außerhalb des Ateliers zu malen, so dass die Bilder der Impressionisten die damalige Kunstwelt revolutionieren konnten.

Di 12.11. – Di 10.12.2024

10.00 – 12.15 Uhr

Dr. Hildegard Heitger-Benke

Teilnahmegebühr 45,00 €

Seminarumfang 5 x = 15 UStd.

Ort: Kath. Bildungsforum Kreis Mettmann

Kirchgasse 1 | 40878 Ratingen

Veranstaltungs-Nr. 2419770009

© Fer Gregory - Regieklappe - shutterstock.com



STUDIO KIRCHGASSE IN DER MEDIENWERKSTATT

Aus dem Studio Kirchgasse mit unserem hausinternen Tonstudio, berichten regelmäßig Bürgerfunkgruppen, Schulgruppen und unsere Kinderradioredaktion 360 Grad hörbar auf NRWision!



<https://www.nrwision.de/mediathek/radio-360-carina-tillmann-bloggerin-ueber-inklusion-210125/>

Ermäßigung der Teilnahmegebühr möglich
Befinden Sie sich in einer herausfordernden Situation? Kontaktieren Sie uns gerne unter info@bildungsforum-kreis-mettmann.de



GESUNDHEIT

Körper, Geist und Seele in ein Gleichgewicht zu bringen – das ist das Ziel von Gesundheitsbildung.

Unsere Veranstaltungen nehmen stets die gesamte Familie und alle beteiligten Menschen in den Blick. Sie bieten Information über die unterschiedlichen Gesundheitsangebote. 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 DURCH ENTSPANNUNG

QiGong – Meditation in Bewegung

Die Freude an der Bewegung gleicht muskuläre Spannungen aus und ermöglicht ein vitales Erleben im Körper. Die Selbstübungsmethode zur Stärkung der Lebensenergie vermittelt Wohlbefinden und Gesundheit. Die sanften, fließenden Bewegungen, steigern die Beweglichkeit, fördern Koordination und Gleichgewicht. Das eigene Körpergefühl wird verbessert, innere Zentriertheit gefördert und zunehmend Achtsamkeit entwickelt. Mit seiner sanften Wandlungskraft erleichtert Qi Gong den geistigen und emotionalen Umgang mit Stress und wirkt auch ausgleichend auf das vegetative Nervensystem.

Mi 04.09. – Mi 27.11.2024
15.30 – 16.30 Uhr

Gisela Erdmann
Teilnahmegebühr 43,00 €
Seminarumfang 11 x = 11 UStd.
Ort: Kath. Bildungsforum Kreis Mettmann
Kirchgasse 1 | 40878 Ratingen
Veranstaltungs-Nr. 2469660067

Autogenes Training für Anfänger mit Vorkenntnissen und Fortgeschrittene

Ziel des Kurses ist es, unter Verwendung formelhafter Sätze Autogenes Training gezielt anzuwenden. Eine gelassene Einstellung zu Alltagsproblemen und die Bewältigung von Stress, Nervosität, Kopfschmerzen und Angst werden ebenfalls angestrebt. Ein erster Einstieg in die Meditation kann erfolgen.

Fr 06.09. – Fr 06.12.2024
18.00 – 19.30 Uhr

Susann Seidel
Teilnahmegebühr 24,00 €
Seminarumfang 4 x = 8 UStd.
Ort: Kath. Bildungsforum Kreis Mettmann
Kirchgasse 1 | 40878 Ratingen
Veranstaltungs-Nr. 2469660071

Denk mit! Bleib fit!

Fitnessstraining für das Gehirn

Wer rastet, der rostet! Diese Lebensweisheit gilt für den Kopf genauso wie für den Körper. „Bewegen“ Sie Ihr Gehirn mit vielseitigen Übungen, trainieren Sie in einer Gruppe Ihre Konzentration, Merkfähigkeit, Denkflexibilität u.v.m.

Fr 20.09. – Fr 13.12.2024
10.00 – 11.30 Uhr

Gisela Erdmann
Teilnahmegebühr 50,00 €
Seminarumfang 10 x = 20 UStd.
Ort: Kath. Bildungsforum Kreis Mettmann
Kirchgasse 1 | 40878 Ratingen
Veranstaltungs-Nr. 2469660061

Pilates für Anfänger mit Vorkenntnissen

Pilates ist eine sanfte, wirkungsvolle Trainingsmethode, welche gezielt die tiefliegende Rumpfmuskulatur kräftigt. Die Übungen sind geprägt von fließenden Übergängen einer bewussten Konzentration und Atemtechnik.

> GESUNDHEIT DURCH ENTSPANNUNG

Sie fördern Flexibilität, Koordination, sowie Eigenwahrnehmung.

Di 03.09. – Di 03.12.2024
17.30 – 18.30 Uhr

Maria Riesebeck
Teilnahmegebühr 48,00 €
Seminarumfang 12 x = 12 UStd.
Ort: Kath. Bildungsforum Kreis Mettmann
Kirchgasse 1 | 40878 Ratingen
Veranstaltungs-Nr. 2469660068

Pilates für Fortgeschrittene

Pilates ist eine sanfte, wirkungsvolle Trainingsmethode, welche gezielt die tiefliegende Rumpfmuskulatur kräftigt. Die Übungen sind geprägt von fließenden Übergängen einer bewussten Konzentration und Atemtechnik. Fördert Flexibilität, Koordination, sowie Eigenwahrnehmung.

Di 03.09. – Di 03.12.2024
18.35 – 19.35 Uhr

Maria Riesebeck
Teilnahmegebühr 48,00 €
Seminarumfang 12 x = 12 UStd.
Ort: Kath. Bildungsforum Kreis Mettmann
Kirchgasse 1 | 40878 Ratingen
Veranstaltungs-Nr. 2469660069

Pilates Beckenboden-Rücken-Kurs

Die Pilates-Methode ist eine sehr sanfte und dennoch sehr effektive Trainingsmethode, die die Kondition und Konstitution jedes Einzelnen berücksichtigt.

Die Übungen werden im Stand und auf der Matte ausgeführt und beinhalten Mobilisation,

Kräftigung und Dehnung, dabei beziehen sie die tiefliegende Stütz Muskulatur mit ein. Der gezielte Einsatz der Atmung lässt die Übungen präziser werden.

Dieser Kurs richtet sich speziell an Frauen ab 40, die die Pilates-Methode kennenlernen möchten.

Mi 11.09. – Mi 04.12.2024
16.50 – 17.35 Uhr

Britta Witte
Teilnahmegebühr 33,00 €
Seminarumfang 11 x = 11 UStd.
Ort: Kath. Bildungsforum Kreis Mettmann
Kirchgasse 1 | 40878 Ratingen
Veranstaltungs-Nr. 2469660076

Mi 11.09. – Mi 04.12.2024
17.40 – 18.25 Uhr

Britta Witte
Teilnahmegebühr 33,00 €
Seminarumfang 11 x = 11 UStd.
Ort: Kath. Bildungsforum Kreis Mettmann
Kirchgasse 1 | 40878 Ratingen
Veranstaltungs-Nr. 2469660077

Faszienyoga und Entspannung am Morgen

Die Faszien als flexibles Bindegewebenetzwerk umhüllen alle Körperorgane, Muskeln und Gelenke. Sie wirken damit als eine Art Stoßdämpfer und schützen damit den gesamten Körper. Durch Bewegungsmangel, Stress, fehlenden Ausgleich etc. können die Faszien allerdings verfilzen und verkleben. Zudem können sie spröde werden, so dass Rückenschmerzen und Bewegungseinschränkungen begünstigt werden.

Ermäßigung der Teilnahmegebühr möglich

Befinden Sie sich in einer herausfordernden Situation? Kontaktieren Sie uns gerne unter info@bildungsforum-kreis-mettmann.de

> GESUNDHEIT DURCH ENTSPANNUNG

Faszienyoga stärkt mithilfe bestimmter Yogapositionen die Faszien. Zugleich wird der Körper gedehnt und stimuliert. Ergänzt durch aktive Übungen mit der Faszienrolle werden sich Verspannungen und Stress im Körper nach und nach lösen. Das führt – egal in welchem Alter – zu mehr Beweglichkeit, Lebendigkeit und Wohlbefinden.

Vorerfahrungen sind nicht notwendig. Die Veranstaltung findet je nach aktueller Corona-Lage auch online gestützt via Zoom statt.

Mo 02.09. – Mo 02.12.2024
08.30 – 09.45 Uhr

Linda Verstappen

Teilnahmegebühr 72,00 €

Seminarumfang 12 x = 12 UStd.

Ort: Kath. Bildungsforum Kreis Mettmann
Kirchgasse 1 | 40878 Ratingen

Veranstaltungs-Nr. 2469660074

Yoga

Do 05.09. – So 22.12.2024
11.00 – 19.30 Uhr

Seminarumfang 30 x = 60 UStd.

Ort: Kath. Bildungsforum Kreis Mettmann
Kirchgasse 1 | 40878 Ratingen

Veranstaltungs-Nr. 2469660060

Yoga für Anfänger

Entspannung, Bewegung & Achtsamkeit

Yoga reduziert Stress, schult unsere Aufmerksamkeit, stärkt unser Selbstbewusstsein und die Körperhaltung. Eine wunderbare Möglichkeit, den Geist und den Körper sowie Atem und Bewegung miteinander in Verbindung zu bringen. Kräftigung, Mobilisierung und Entspannung führen zu einem guten Körpergefühl – dadurch wird nicht nur die Muskulatur gestärkt, sondern auch der Geist entspannt!

Der Kurs richtet sich an Anfänger und vermittelt grundlegende Kenntnisse aus Hatha- und Vinyasa Yoga. Bitte bringen Sie bequeme Kleidung, eine Yogamatte, eine Decke und Socken mit.

Di 10.09. – Di 03.12.2024
18.00 – 19.15 Uhr

Anastasia Teuchert

Teilnahmegebühr 66,00 €

Seminarumfang 11 x = 11 UStd.

Ort: Kath. Bildungsforum Kreis Mettmann
Kirchgasse 1 | 40878 Ratingen

Veranstaltungs-Nr. 2469660072

Yoga für mehr Kraft und Beweglichkeit

Für Frauen und Männer

Yoga ist ein Weg zur Selbsterfahrung und zum Selbstbewusstsein. Durch behutsam ausgeführte Körperhaltungen - Asanas - in Verbindung mit Ausweitung der Atemkapazität - Pranayama - werden Konzentration und Entspannung gefördert. Verspannungen, Fehlhaltungen, Schlafstörungen und andere Beschwerden werden gelindert. Mit Yoga finden Sie durch innere Stille zu sich selbst und steigern Ihre Lebensqualität und -freude.

> GESUNDHEIT DURCH ENTSPANNUNG

Die Veranstaltung findet je nach aktueller Corona-Lage auch online gestützt via Zoom statt.

Fr 13.09. – Fr 06.12.2024
08.15 – 09.30 Uhr

Linda Verstappen

Teilnahmegebühr 54,00 €

Seminarumfang 9 x = 9 UStd.

Ort: Kath. Bildungsforum Kreis Mettmann
Kirchgasse 1 | 40878 Ratingen

Veranstaltungs-Nr. 2469660075

Yin Yoga für die Gesundheit und das Wohlbefinden

Yin Yoga ist eine passive und sanfte Übungspraxis! Durch Achtsamkeit und liebevollen Umgang mit dem Körper schenken wir dem eigenen Körper, schenken wir uns die Ruhe, die wir in dieser lauten Welt benötigen! Yin Yoga beruhigt das vegetative Nervensystem, entspannt und stärkt den ganzen Körper. Gezielt durch die lang eingehaltene Position werden Verklebungen und Verkürzungen in den Faszien und der tieferen Muskulatur gelöst. Die Selbstheilungskräfte werden aktiviert. Yin Yoga fördert Entspannung, Loslassen können und die Regenerierung von Körper, Geist und Seele. Ein sanfter Weg, den Körper von Beschwerden und seelischen Belastungen zu befreien.

Bitte bringen Sie bequeme Kleidung, eine Decke und eine Trainingsjacke sowie Socken mit, um in den Entspannungsphase angenehm warm zu bleiben!

Di 17.09. – Di 26.11.2024
19.30 – 20.30 Uhr

Anastasia Teuchert

Teilnahmegebühr 45,00 €

Seminarumfang 9 x = 9 UStd.

Ort: Kath. Bildungsforum Kreis Mettmann
Kirchgasse 1 | 40878 Ratingen

Veranstaltungs-Nr. 2469660073

Yoga und Entspannung für Anfänger und leicht Fortgeschrittene

Yoga reduziert Stress, schult unsere Aufmerksamkeit, stärkt unser Selbstbewusstsein und die Körperhaltung. Eine wunderbare Möglichkeit, den Geist und den Körper sowie Atem und Bewegung miteinander in Verbindung zu bringen. Kräftigung, Mobilisierung und Entspannung führen zu einem guten Körpergefühl – dadurch wird nicht nur die Muskulatur gestärkt, sondern auch der Geist entspannt!

Der Kurs vermittelt in erster Linie grundlegende Kenntnisse aus Hatha-Yoga und bietet auch die Möglichkeit, Entspannungstechniken wie die Progressive Muskelentspannung und Autogenes Training kennenzulernen. Elemente daraus werden teilweise zu Beginn oder zur Entspannung am Ende integriert.

Bitte kommen Sie in bequemer Kleidung und bringen Sie eine Decke und Socken mit.

Mi 25.09. – Mi 04.12.2024
18.30 – 19.45 Uhr

Katja Sanders

Teilnahmegebühr 43,20 €

Ermäßigung der Teilnahmegebühr möglich

Befinden Sie sich in einer herausfordernden Situation? Kontaktieren Sie uns gerne unter info@bildungsforum-kreis-mettmann.de

> GESUNDHEIT DURCH BEWEGUNG

Seminarumfang 9 x = 9 UStd.

Ort: Kath. Bildungsforum Kreis Mettmann
Kirchgasse 1 | 40878 Ratingen

Veranstaltungs-Nr. 2469660070

Allgemeine Fitnessgymnastik

Um im Alltag Schritt halten zu können, bieten wir Ihnen ein gesundheitsförderndes Ganzkörpertraining zur Steigerung der Ausdauer und des allgemeinen Wohlbefindens an. Spezielle Kräftigungsübungen für die Problemzonen verhelfen zu einem zufriedeneren Selbstbild. Rückenschonende Übungen beugen einseitigen Belastungen vor. Abgerundet wird die Stunde durch allgemeine Entspannungstechniken, die Sie zu Hause in den Familienalltag integrieren können. Somit können Sie ausgeruht und mit neuem Elan die familiären und beruflichen Anforderungen meistern.

Mo 02.09. – Mo 02.12.2024

18.00 – 19.00 Uhr

Noemi Möller

Teilnahmegebühr 42,00 €

Seminarumfang 12 x = 12 UStd.

Ort: Kath. Bildungsforum Kreis Mettmann
Kirchgasse 1 | 40878 Ratingen

Veranstaltungs-Nr. 469660065

Wirbelsäulengymnastik – Kräftigung der Rumpf- und Stützmuskulatur

Wirbelsäulengymnastik verbessert die allgemeine Haltung durch effektive Übungen zur Kräftigung der Stütz- und Rumpfmuskulatur. Dadurch werden vielschichtige Ursachen für Rückenbeschwerden gelindert und im optimalen Fall sogar verbessert. Zudem kompensieren die Übungen den allgemeinen Bewegungsmangel. Der Kurs ist präventiv ausgerichtet und richtet sich aufgrund der vorbeugenden Übungen an gesunde Teilnehmerinnen und Teilnehmer aller Altersgruppen.

Mo 02.09. – Mo 18.11.2024

19.00 – 20.00 Uhr

Michaela Janicki-Felderhoff

Teilnahmegebühr 40,00 €

Seminarumfang 10 x = 10 UStd.

Ort: Kath. Bildungsforum Kreis Mettmann
Kirchgasse 1 | 40878 Ratingen

Veranstaltungs-Nr. 2469660066

> GESUNDHEIT DURCH BEWEGUNG

Fit bleiben, fit werden

Dieser Kurs richtet sich an Frauen, die einen Ausgleich zum Familien- und Berufsalltag suchen. Durch gezielte Übungen wird die beanspruchte oder überlastete Muskulatur gekräftigt, gedehnt, Verspannungen gelöst, um so den Alltagsbelastungen Stand zu halten. Angeboten wird: Effektives Kräftigungstraining, Koordination, Gymnastik, Stretching, Entspannung. Unterstützt wird dies mit rhythmischer Musik.

Mi 04.09. – Mi 04.12.2024

09.00 – 09.45 Uhr

Regina Flach

Teilnahmegebühr 36,00 €

Seminarumfang 12 x = 12 UStd.

Ort: Pfarrheim St. Anna

Am Löken 67 | 40885 Ratingen-Lintorf

Veranstaltungs-Nr. 2469660062

Mi 04.09. – Mi 04.12.2024

10.00 – 10.45 Uhr

Regina Flach

Teilnahmegebühr 36,00 €

Seminarumfang 12 x = 12 UStd.

Ort: Pfarrheim St. Anna

Am Löken 67 | 40885 Ratingen-Lintorf

Veranstaltungs-Nr. 2469660063

Mi 04.09. – Mi 04.12.2024

11.00 – 11.45 Uhr

Regina Flach

Teilnahmegebühr 36,00 €

Seminarumfang 12 x = 12 UStd.

Ort: Pfarrheim St. Anna

Am Löken 67 | 40885 Ratingen-Lintorf

Veranstaltungs-Nr. 2469660064

Rückentraining für Frauen

Im Job sitzen wir oft stundenlang, zuhause heben wir schwer und erledigen unsere Hausarbeit. Als zentrales Stützorgan unseres Körpers ist unsere Wirbelsäule ständig unter Belastung. Bewegungsmangel, Fehlhaltungen und einseitige Belastungen sind häufig Schuld für Rückenprobleme. In diesem Kurs kräftigen wir unsere Rumpfmuskeln, dehnen verkürzte Muskeln und mobilisieren unsere Gelenke. Kleine Entspannungseinheiten runden das Angebot ab.

Mi 11.09. – Mi 04.12.2024

18.30 – 19.30 Uhr

Britta Witte

Teilnahmegebühr 44,00 €

Seminarumfang 11 x = 11 UStd.

Ort: Kath. Bildungsforum Kreis Mettmann
Kirchgasse 1 | 40878 Ratingen

Veranstaltungs-Nr. 2469660078

Ermäßigung der Teilnahmegebühr möglich

Befinden Sie sich in einer herausfordernden Situation? Kontaktieren Sie uns gerne unter info@bildungsforum-kreis-mettmann.de



HAUSHALT

Ein Haushalt gleicht einem kleinen Unternehmen: Es gilt, mit begrenzten zeitlichen und finanziellen Ressourcen klar zu kommen und darüber hinaus das „operative Geschäft“ zu erledigen, sprich Kochen, Backen, Nähen sowie Haus und Wäsche in Ordnung halten.

Einen Haushalt zu managen bedeutet jedoch noch mehr: Wie findet man den Haushalts-

führungsstil, der zu einem passt? Wie lässt sich ein harmonischer Lebensraum gestalten, in dem ein familiäres Miteinander stattfinden kann? Unsere Angebote zu diesem Thema liefern Hintergrundwissen und viele praktische Tipps für den Alltag.

> ERNÄHRUNG UND KOCHEN

Wechseljahre wegschlemmen

Mit Hilfe der Ernährung vital durch die Wechseljahre

Die Hormonveränderungen beginnen durchschnittlich ab Mitte 40 und können bis zu 15 Jahre und mehr andauern, bis die Hormone sich final eingependelt haben. Daraus resultierende Beschwerden wie Hitzewallungen, Nachtschweiß, trockene Schleimhäute, Haut und Augen, spröde Haare, Schlafstörungen, Gelenkschmerzen, Verdauungsbeschwerden, Gewichtszunahme u.v.m. können mit einer typgerechten Ernährung und einer offenen Einstellung positiv beeinflusst werden.

In diesem Workshop erfahren Sie neben ein paar grundlegenden Informationen zu den Wechseljahren etwas über die Wirkweise von Lebensmitteln, Geschmäckern und Kochtechniken und wie Sie sich diese positiv zu nutzen machen können.

Auf die Theorie folgt die Praxis. Wir bereiten ein unterstützendes und saisonales Menü zu, welches wir im Anschluss gemeinsam genießen.

Bitte bringen Sie sich Vorratsbehälter für übriggebliebene Speisen mit.

Di 29.10.2024 | 18.00 – 21.45 Uhr

Susanne Möpert

Teilnahmegebühr 30,00 €

Seminarumfang 1 x = 5 UStd.

Ort: Kath. Bildungsforum Kreis Mettmann
Turmstraße 9 | 40878 Ratingen

Veranstaltungs-Nr. 2469660089

Männer an den Herd

Sie behaupten, Männer können nicht kochen? Dann überzeugen wir Sie vom Gegenteil! Nach dem Besuch eines Männer-Kochkurses werden Sie ein wahrer Meister am Herd sein! Lassen Sie unter fachfrauischer Anleitung – in einer echten Männerrunde – die Kochlöffel kreisen, die Pfannen bruzzeln und die Messer wetzen!

Lernen Sie, welche Zutaten miteinander harmonisieren, wie Sie Zwiebeln in kleinste Würfel schneiden und wie Sie mit ein paar Gewürzen jedes Essen zum kulinarischen Highlight werden lassen. Im Handumdrehen werden Sie ein 4-Gänge-Menü zaubern und merken, dass man(n) sogar richtig Spaß beim Kochen haben kann. Ob Sie nun blutiger Anfänger oder fortgeschrittener Hobbykoch sind, bei diesem Koch-Erlebnis werden Ihnen garantiert viele raffinierte Tipps und Tricks serviert!

Selbstverständlich werden Sie im Anschluss Ihr köstliches Mahl gemeinsam verspeisen. Lassen Sie Tiefkühlpizza, Instantnudeln und Konsorten in den Regalen - Die Damenwelt wird sich freuen - garantiert! Bruzzeln Sie los!

Bitte bringen Sie sich Vorratsbehälter für übriggebliebene Speisen mit.

**Mi 04.09., Mi 09.10.,
Mi 06.11. & Mi 04.12.2024
15.00 – 18.00 Uhr**

Sabine Andreas

Teilnahmegebühr 96,00 €

Seminarumfang 4 x = 16 UStd.

Ort: Kath. Bildungsforum Kreis Mettmann
Turmstraße 9 | 40878 Ratingen

Veranstaltungs-Nr. 2469660090

> ERNÄHRUNG UND KOCHEN

Türkische Leckereien

Eine kulinarische Reise durch die vielfältige türkische Küche

Sie sind ein großer Fan der türkischen Küche oder würden gerne mehr davon kennenlernen? Dann sind Sie hier genau richtig. Freuen Sie sich auf ausgefallene Rezepte mit frischen Zutaten und lassen Sie sich von exotischen Gewürzen inspirieren.

Sie lernen an den einzelnen Kursabenden die Zubereitung von unterschiedlichen Köstlichkeiten der türkischen Küche kennen. Zum Beispiel verschiedene Vorspeisen (Meze), wie Humus und Babagannus, Gemüsegerichte, Reis nach türkischer Art, verschiedene Börek-Rezepte oder Speisen aus dem Backofen und vieles mehr. In jedem einzelnen Kurs (-block) werden neue Speisen zubereitet.

Ich freue mich auf eine kulinarische Reise mit Ihnen- Lassen Sie sich überraschen!

Bitte bringen Sie sich Vorratsbehälter für übriggebliebene Speisen mit.

Mo 18.11. – Mo 09.12.2024

18.30 – 21.30 Uhr

Handan Dikyokus

Teilnahmegebühr 48,00 €

Seminarumfang 2 x = 8 UStd.

Ort: Kath. Bildungsforum Kreis Mettmann
Turmstraße 9 | 40878 Ratingen

Veranstaltungs-Nr. 2469660086

Mi 20.11.2024 | 18.30 – 21.30 Uhr

Handan Dikyokus

Teilnahmegebühr 24,00 €

Seminarumfang 1 x = 4 UStd.

Ort: Kath. Bildungsforum Kreis Mettmann
Turmstraße 9 | 40878 Ratingen

Veranstaltungs-Nr. 2469660085

Mo 25.11.2024 | 18.30 – 21.30 Uhr

Handan Dikyokus

Teilnahmegebühr 24,00 €

Seminarumfang 1 x = 4 UStd.

Ort: Kath. Bildungsforum Kreis Mettmann
Turmstraße 9 | 40878 Ratingen

Veranstaltungs-Nr. 2469660087

Mo 02.12.2024 | 18.30 – 21.30 Uhr

Handan Dikyokus

Teilnahmegebühr 24,00 €

Seminarumfang 1 x = 4 UStd.

Ort: Kath. Bildungsforum Kreis Mettmann
Turmstraße 9 | 40878 Ratingen

Veranstaltungs-Nr. 2469660088

Ermäßigung der Teilnahmegebühr möglich

Befinden Sie sich in einer herausfordernden Situation? Kontaktieren Sie uns gerne unter info@bildungsforum-kreis-mettmann.de

> TEXTILES HANDWERK

Nähen für Anfänger und Fortgeschrittene

14-tägig

In unseren Nähkursen lernen Sie, was Sie als anspruchsvolle Hobbyschneiderin brauchen: Material- und Maschinenkunde, sowie handwerkliche Fertigkeiten. Den Schwierigkeitsgrad bestimmen Sie selbst: Von der einfachen geraden Naht, z. B. für Kissenbezüge, Tischdecken oder einen einfachen Rock, bis zur Fertigstellung eines anspruchsvollen Kostüms. Unser Ziel ist es, Ihnen selbstständiges Arbeiten beizubringen, d. h. mit auskopierte Schnitten umzugehen und den Stoff selbst zuzuschneiden.

Besorgen Sie sich bitte vor Kursbeginn, was Sie zum Nähen brauchen:

Nähgarn, einen Schnitt in entsprechender Größe, Schneiderkreide, Stecknadeln, Nadeln für die Nähmaschine und eine gut schneidende Schere.

Mi 11.09. – Mi 27.11.2024

17.00 – 20.00 Uhr

Petra Lamping

Teilnahmegebühr 60,00 €

Seminarumfang 6 x = 24 UStd.

Ort: Kath. Bildungsforum Kreis Mettmann

Kirchgasse 1 | 40878 Ratingen

Veranstaltungs-Nr. 2469660080



© tadamichi / shutterstock.com

Nicht das passende Angebot gefunden?

Das pädagogische Team des Kath. Bildungsforum Kreis Mettmann nimmt Anregungen für neue Themen, Formate oder Angebote sehr gerne auf und setzt sie in die Tat um.

Bitte sprechen Sie uns an!

Kontakt

Sabrina Rommerskirchen
Leiterin

sabrina.rommerskirchen@bildungsforum-kreis-mettmann.de





SONSTIGES

> QUALITÄTSVERSPRECHEN

Wir geben Bildung besondere Qualität – fachlich und menschlich

Wir sind eine anerkannte Einrichtung der Weiterbildung in NRW zertifiziert nach der Qualitätsnorm DIN EN ISO 9001.



Liebe Teilnehmerinnen und Teilnehmer, liebe Kooperationspartner,

seit Dezember 2009 sind wir erfolgreich nach der gültigen Qualitätsnorm DIN EN ISO 9001 zertifiziert.

Mit diesem Zertifikat verpflichten wir uns, kontinuierlich und 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 und auszubauen, indem wir aus Ihren und unseren positiven Erfahrungen genauso wie aus Ihren kritischen Rückmeldungen lernen. Ihre Anregungen geben uns wichtige Optimierungsimpulse!

In einem rotierenden System werten wir nach und nach die Zufriedenheit unserer Teilnehmer/innen in allen Kursen aus. Wir bitten Sie daher, den ggf. am Ende eines Kurses oder einer Veranstaltung von uns ausgegebenen Fragebogen auszufüllen und sich somit an unserer Qualitätserhebung zu beteiligen. Gerne können Sie uns auch unabhängig von dieser schriftlichen Befragung ein Feedback geben. Was hat Ihnen gut gefallen, was ist uns gut gelungen oder was kann aus Ihrer Sicht verbessert werden?

Haben Sie weitere Fragen zu unserem Qualitätsmanagement?

Wenden Sie sich gerne an die Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter unseres Bildungsforums!

> ALLGEMEINE GESCHÄFTSBEDINGUNGEN

Allgemeine Geschäftsbedingungen für die Bildungseinrichtungen des Bildungswerkes der Erzdiözese Köln e.V.

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.

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

SEPA-Lastschriftzug

Das Lastschriftzugsverfahren wird mit der Gläubiger-Identifikationsnummer DE50ZZZ00000304425 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.

> ALLGEMEINE GESCHÄFTSBEDINGUNGEN

Für Lastschriftinzüge, die wegen falscher oder fehlerhafter Bankverbindung, mangelnder Deckung des Kontos oder unrechtmäßigem Widerspruchs 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 Einrichtung einer 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 Teilnahmegebühr zu zahlen. Maßgebend ist in allen Fällen das Eingangsdatum der Abmeldung bei der Bildungseinrichtung. Zur Fristwahrung muss die Rücktrittserklärung schriftlich beim Bildungswerk eingehen. Der Rücktritt ist zu richten an:

Bildungswerk der Erzdiözese Köln e.V.
Marzellenstraße 32 | 50668 Köln

Für Veranstaltungen mit Übernachtung und Verpflegung gelten abweichende Rücktrittsfristen.

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.

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.

> ALLGEMEINE GESCHÄFTSBEDINGUNGEN

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.

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, sie bedarf der Zustimmung aller Erziehungsberechtigten.

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 Straf- und Hausrechts verfolgt.

Fundsachen

Fundsachen, die in den Räumlichkeiten der Bildungseinrichtung liegen bleiben, werden bis maximal 2 Monate in der Bildungseinrichtung verwahrt und können während der Öffnungszeiten abgeholt werden.

> ONLINE-ANGEBOTE

Online-Veranstaltungen und Blended Learning

Hinweis für Teilnehmende



Diese Veranstaltungen werden ausschließlich online durchgeführt.



Diese Veranstaltungen werden teilweise als Präsenzveranstaltung und teilweise online durchgeführt.

Für alle Online-Veranstaltungen und für Blended Learning über den Online-Dienstleister Zoom beachten Sie bitte folgenden Hinweis:

Zugang zum Online-Seminar 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. Dieses Online-Seminar kann vom Moderator für interne Zwecke aufgezeichnet werden. Wunschgemäß können Sie 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

Datenschutzerklärung

Verantwortlicher:

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

Betrieblicher Datenschutz:

Bildungswerk der Erzdiözese Köln e.V.
Marzellenstr. 32
50668 Köln
Email: 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.
- 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.

> DATENSCHUTZERKLÄRUNG

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: 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.

> ANMELDUNG

Wiederkehrendes SEPA-Lastschriftmandat mit späterer Mitteilung der Mandatsreferenz:

Katholisches Bildungsforum Kreis Mettmann
Kirchgasse 1
40878 Ratingen

Gläubiger-Identifikationsnummer DE50ZZZ00000304425
Mandatsreferenz wird separat mitgeteilt.

SEPA-Lastschriftmandat

Ich ermächtige das Katholische Bildungsforum Kreis Mettmann, Zahlungen von meinem Konto mittels Lastschrift einzuziehen. Zugleich weise ich mein Kreditinstitut an, die von dem Katholischen Bildungsforum Kreis Mettmann 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

Impressum

Träger der Einrichtung:
Bildungswerk der Erzdiözese Köln e.V.
Marzellenstraße 32 | 50668 Köln

Einrichtung:
Kath. Bildungsforum Kreis Mettmann
Kirchgasse 1 | 40878 Ratingen

Redaktion:
Hedwig Bussmann, Thomas Manke

verantwortliche Redakteurin:
Sabrina Rommerskirchen

Satz:
Rossimedia GmbH & Co. KG | Sonsbeck
www.rossimedia.de



Katholisches Bildungsforum Kreis Mettmann

Kirchgasse 1 | 40878 Ratingen

Telefon 02102 1538651 | Telefax 02102 1538666

info@bildungsforum-kreis-mettmann.de

www.bildungsforum-kreis-mettmann.de