

# PROGRAMM 02/2024

August bis Dezember

Kurse | Seminare | Begegnungen



KATHOLISCHE  
FAMILIENBILDUNGSSTÄTTE  
Euskirchen – Haus der Familie



KATHOLISCHES  
BILDUNGSWERK  
Kreis Euskirchen



Foto: Haus der Familie

# VORWORT

Liebe Leserin, lieber Leser,

im Herbst stehen in unserem Programm im Besonderen herausfordernde Situationen und mutmachende Angebote im Vordergrund.

Im September ist bei uns eine Ausstellung ukrainischer Künstler zu Gast. Die Ukraine ist ein Land im Krieg; aber die Ukraine ist weit mehr als ein Land im Krieg. Das zeigt die Ausstellung #standwithukraine mit Motiven des Pictoric Illustrators Club, einer Vereinigung von ukrainischen Illustrator/innen, Künstler/innen und Grafik- Designer/innen. Wir laden herzlich ein, die Ausstellung zu unseren Öffnungszeiten zu besuchen.

Im Oktober steht der Umgang mit den vielfältigen Krisen im persönlichen und öffentlichen Bereich in der Veranstaltung »Die bedrängte Seele« im Mittelpunkt.

Im November beschäftigen wir uns in Kooperation mit BIGE Euskirchen (Bundesinitiative Großeltern) mit der Frage, wie das Leben unserer Eltern und Großeltern unser Leben beeinflusst und was wir unseren Kindern hinterlassen.

Die Weihnachts-Werkstatt für Eltern/Großeltern mit Kindern gibt die Möglichkeit, positive Erfahrungen miteinander zu sammeln.

Krippenfiguren selbst zu gestalten ist inmitten des Adventstrubels eine Auszeit der Entspannung und Besinnung.

Darüber hinaus finden Sie unter anderem unsere beliebten Angebote im Eltern-Kind-Bereich, unsere Kochkurse, kreative Textilgestaltung sowie Qualifizierungs- und Gesundheitsangebote.

Wir freuen uns auf die Begegnung mit Ihnen in unserem Haus der Familie!

**Anne Schmidt-Keusgen im Namen des gesamten Teams  
Leiterin**

# WIR ÜBER UNS

Katholische Familienbildungsstätte Euskirchen – Haus der Familie  
Katholisches Bildungswerk im Kreis Euskirchen



Die beiden katholischen Bildungseinrichtungen sind staatlich anerkannte Einrichtungen der Erwachsenenbildung nach dem 1. Weiterbildungsgesetz des Landes Nordrhein-Westfalen, in Trägerschaft des Bildungswerkes der Erzdiözese Köln e. V. Die Einrichtungen sind Mitglieder im Verbund Qualitätsmanagement und nach DIN EN ISO 9001 zertifiziert.

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

## > WIR ÜBER UNS



### **Katholische Familienbildungsstätte Haus der Familie**

Herz-Jesu-Vorplatz 5 | 53879 Euskirchen

Telefon 02251 95711-20  
E-Mail [info@fbs-euskirchen.de](mailto:info@fbs-euskirchen.de)  
[www.fbs-euskirchen.de](http://www.fbs-euskirchen.de)

**Kursanmeldungen  
schriftlich an Haus der Familie  
Herz-Jesu-Vorplatz 5  
53879 Euskirchen  
oder an [info@fbs-euskirchen.de](mailto:info@fbs-euskirchen.de)**

**Bürozeiten**  
Mo – Fr 09.00–12.00 Uhr

**Bankverbindung**  
Katholische Familienbildungsstätte  
Haus der Familie  
Sparkasse KölnBonn  
IBAN DE67 3705 0198 1900 6547 48  
BIC COLSDE33

**Kursbetrieb**  
26.08. – 15.12.2024  
Während der Schulferien finden keine Kurse statt. Alle Kursangebote finden – soweit nichts anderes angegeben ist – im Haus der Familie statt.

**Das Büro ist für den  
Publikumsverkehr geschlossen**  
15.07. – 02.08.2024  
14.10. – 25.10.2024  
23.12.2024 – 06.01.2025



### **Kath. Bildungswerk im Kreis Euskirchen**

Geschäftsstelle Euskirchen/Rhein-Sieg Irlh  
Kirchplatz 1 | 53340 Meckenheim

Telefon 02225 9220-23  
E-Mail [info@bildungswerk-euskirchen.de](mailto:info@bildungswerk-euskirchen.de)  
[www.bildungswerk-euskirchen.de](http://www.bildungswerk-euskirchen.de)

**Kursanmeldungen  
für das Kath. Bildungswerk  
in der Regel beim örtlichen  
Kooperationspartner**

**Bürozeiten**  
Di – Fr 09.00–13.00 Uhr

**Bankverbindung**  
Kath. Bildungswerk Euskirchen  
Sparkasse KölnBonn  
IBAN DE68 3705 0198 1900 6547 30  
BIC COLSDE33

### **Besondere Hinweise**

Die Veranstaltungen sind für alle Personen offen. Programmänderungen bleiben vorbehalten.

Die allgemeinen Geschäftsbedingungen finden Sie auf Seite 136.

**Hinweis zu Ermäßigungen**  
Kursgebühr-Ermäßigungen sind möglich.  
Weitere Informationen ab Seite 133  
oder sprechen Sie uns an.

## &gt; WIR ÜBER UNS

## Ihr Team für die beiden Bildungseinrichtungen



**Leiterin**  
**Anne Schmidt-Keusgen**  
 Telefon 02251 95711-25  
 schmidt-keusgen@fbs-euskirchen.de

Zuständigkeit: Bad Münstereifel,  
 Euskirchen, Mechernich-Kommern,  
 Weilerswist, Zülpich, Kultur



**Pädagogische Mitarbeiterin**  
**Anne Gödde**  
 Telefon 02251 95711-20  
 info@bildungswerk-euskirchen.de

Zuständigkeit:  
 Aktion Neue Nachbarn



**Pädagogische Mitarbeiterin**  
**Elena Schulz**  
 Telefon 02251 95711-27  
 schulz@bildungswerk-euskirchen.de

Zuständigkeit: Integrationskurse mit  
 dem Bundesamt für Migration und  
 Flüchtlinge (BAMF), Hauswirtschaft



**Pädagogische Mitarbeiterin**  
**Miriam Zavelberg**  
 Telefon 02251 95711-60  
 zavelberg@fbs-euskirchen.de

Zuständigkeit: Religion, Sinn  
 und Wertefragen, Familie,  
 Gesellschaft, Qualifizierung,  
 Persönliche Entwicklung



**Verwaltungsteam**  
**Haus der Familie**  
**Gisela Kursch**  
 Mo, Mi, Do und Fr  
 Telefon 02251 95711-24  
 kursch@fbs-euskirchen.de



**Barbara Mechela-Trippe**  
 Mo und Di am Vormittag  
 Telefon 02251 95711-20  
 info@fbs-euskirchen.de



**Iris Roitzheim**  
 Do  
 Telefon 02251 95711-20  
 info@fbs-euskirchen.de



**Verwaltung Bildungswerk**  
**Petra Bleser-Schmitz**  
 Di – Fr  
 Telefon 02225 9220-23  
 info@bildungswerk-euskirchen.de

Zuständigkeit: Verwaltung  
 Bildungswerk außer Sprach- und  
 Integrationskurse

**Verwaltung Sprach- und**  
**Integrationskurse im Kreis**  
**Euskirchen (BAMF und ANN)**  
**Daniela Tiersch**  
 Mo – Do  
 Telefon 02251 95711-26  
 tiersch@bildungswerk-euskirchen.de

**Mitarbeiterinnen der Hauspflege**  
**Ljudmila Gross**  
**Irina Lazarev**  
**Svetlana Rosin**

## &gt; WIR ÜBER UNS

Katholische Erwachsenenbildungseinrichtungen  
im Kreisdekanat Euskirchen

Die Katholischen Erwachsenenbildungseinrichtungen in Trägerschaft des Bildungswerks der Erzdiözese Köln e.V. im Kreisdekanat Euskirchen sind Zweigstellen der Geschäftsstelle Euskirchen/Rhein-Sieg lrh. Sie arbeiten eng zusammen, unterstützen, ergänzen sich bei der Bildungsarbeit im Kreisdekanat Euskirchen.



Das Haus der Familie unterstützt Menschen in verschiedenen Lebenslagen mit Veranstaltungen in der Familienbildungsstätte und in Familienzentren. An Interessierte jeden Alters richten sich die Themen rund um Ehe und Partnerschaft, Schwangerschaft und Geburt, Leben mit Kindern, Gesundheit und Ernährung, Persönlichkeitsbildung, Gesellschaft und Religion. Es gibt Weiterbildungen für Kleinkindbetreuung, Betreuungskräfte im Offenen Ganztage und für Pflegeeltern.



Das Katholische Bildungswerk Euskirchen ist zuständig für das Kreisdekanat Euskirchen. Es unterstützt die Bildungsarbeit der Pfarreien, der kirchlichen Verbände und Institutionen sowie Kommunen. Das Programmangebot umfasst ein breites Themenspektrum. Das Katholische Bildungswerk versteht sich als Ansprechpartner für Haupt- und Ehrenamtliche. Es unterstützt seine Partner bei der Planung, der Suche nach Themen und Referenten und der administrativen Arbeit. Außerdem übernimmt es einen Teil der Honorarkosten und ist bei der Bewerbung behilflich.

**Hinweis zur  
Barrierefreiheit**

Die Lehrküche sowie Teile des UG sind über den Eingang Kalkstraße barrierefrei zugänglich. Barrierefreies WC ist vorhanden.

Bitte sprechen Sie uns an, wenn Sie Fragen haben.

## &gt; INHALTSVERZEICHNIS

**HIGHLIGHT-Veranstaltungen**

Ausstellung Yellow & Blue	12
Die bedrängte Seele	14
Transgenerative Effekte	14
Weihnachts-Werkstatt	15
Gemeinsam auf dem Weg zur Krippe	15

**Glaube – Sinn – Werte**

Religion, Sinn- und Wertefragen	18
---------------------------------	----

**Familie**

Ehe und Partnerschaft	24
Rund um die Geburt	28
Leben mit Kindern	
Fragen im Familienalltag	32
Eltern-Kind-Kurse	35

**Gesellschaft**

Integrative Angebote	46
----------------------	----

**QuiF – Qualifizierung in der Familienbildungsstätte**

Babysitting	50
Fortbildungen	51
Kindertagespflege	53
SchulTag	56
Pflegeeltern	58

**Persönliche Entwicklung**

Persönliche Entwicklung	62
Älter werden	64

**Kultur**

Ausstellung Yellow & Blue	68
Große und kleine Mutproben	69
Väterchen Frost	69

**Gesundheit**

Gesundheitswissen	72
Entspannung und Bewegung	73

## &gt; INHALTSVERZEICHNIS

**Haushalt und Familienkultur**

Textiles Handwerk	86
Praxiswerkstatt Küche	89

**Angebote in Familienzentren**

Euskirchen	98
Bad Münstereifel	110
Mechernich-Kommern	113
Weilerswist	113
Zülpich	115

**Weitere Veranstaltungen**

Bildungswerk Euskirchen	
Euskirchen	118
Mechernich-Kommern	121
Weilerswist	122
Zülpich	122
Integrations- und Sprachkurse	124

**Sonstiges**

Qualitätsmanagement   Bildungsurlaub	130
Geschäftsstellen	132
Ermäßigungen	133
KÖB – Katholische öffentliche Büchereien	135
Allgemeine Geschäftsbedingungen	136
Digitale Veranstaltungen – Hinweis für Teilnehmende	139
Datenschutzerklärung	140
Impressum	143
Wegbeschreibung	144
Anmeldeformulare	145



Foto: Brian A Jackson/shutterstock.com

## HIGHLIGHT- VERANSTALTUNGEN

## &gt; HIGHLIGHT-VERANSTALTUNGEN

## AUSSTELLUNG YELLOW &amp; BLUE

02.09. – 30.09.2024



Olga Shtonda  
Weizen

## &gt; HIGHLIGHT-VERANSTALTUNGEN

## Ausstellung Yellow &amp; Blue

LASKAVO PROSIMO!

HERZLICH WILLKOMMEN!

## Ausstellungseröffnung 03.09.2024

Am 24. Februar 2022 marschierten russische Truppen völkerrechtswidrig in die Ukraine ein.

Die Ukraine ist ein Land im Krieg; aber die Ukraine ist weit mehr als ein Land im Krieg. Das zeigt die Ausstellung #standwithukraine mit Motiven des Pictoric Illustrators Club, einer Vereinigung von ukrainischen Illustrator/innen, Künstler/innen und Grafik- Designer/innen. Die Werkreihe Yellow & Blue ist vor dem Krieg entstanden und gibt Einblicke in Geschichte, Politik, Wirtschaft und Gesellschaft sowie in Kultur und Leben in der traditionellen und zeitgenössischen Ukraine.

02.09. – 30.09.2024

## Haus der Familie

Herz-Jesu-Vorplatz 5 | 53879 Euskirchen

Zu den Öffnungszeiten

Mo – Fr 09.00 – 12.00 Uhr

24. лютого 2022 року відбулось вторгнення російських військ

в Україну з порушенням міжнародного права.

Україна – країна у стані війни; але Україна — це набагато більше, ніж країна у стані війни.

Про це свідчить виставка #standwithukraine Мотиви з Клубу ілюстраторів Pictoric, Асоціація українських ілюстраторів, Художники та графічні дизайнери.

Жовтий & Блакитний — були ще до війни, виникли і проникли в історію, політику, економіку та суспільство, а також в культуру і життя в традиційній і сучасній Україні.

Відвідати виставку можна з понеділка по п'ятницю з 9:00 до 12:00.



Kotyk  
Sunflower



Sofia Runova  
Imkeri



Anna Andreieva  
IT-Unternehmen



Anna Sarvira  
Straßenmarkt

## &gt; HIGHLIGHT-VERANSTALTUNGEN

**Die bedrängte Seele**

Identitätsprobleme und Krisensituationen der verunsicherten Gegenwart

Dr. Peter Conzen, Psychologe und ehemals Leiter der Caritas-Familienberatungsstelle Bonn, spricht in seinem Vortrag über den Umgang mit Krisensituationen im privaten und öffentlichen Bereich.

Im Anschluss an seinen Vortrag besteht die Möglichkeit zu Rückfragen und Gespräch.

**Mo 28.10.2024 | 19.00 – 21.15 Uhr**

Dr. Peter Conzen

Teilnahme-Gebühr 9,00 € | 1 x = 3 UStd.

Ort: Kath. Familienbildungsstätte Euskirchen Herz-Jesu-Vorplatz 5 | 53879 Euskirchen

**Veranstaltungs-Nr. 2468750014**

**Transgenerative Effekte**

So wollte ich nie werden – und bin es doch? Wie das Leben unserer Eltern und Großeltern unser Leben beeinflusst, und was wir unseren Kindern hinterlassen

Kriegskinder – Nachkriegskinder – Nachkriegsenkel: In den letzten Jahren wurde hier viel veröffentlicht. Menschen melden sich zu Wort, die hier nicht unmittelbar betroffen sind und doch deutliche Spuren zeigen. Im familiären Kontext ist dies nicht anders: Kinder getrennter, zerstrittener Eltern, Erwachsene, die keinen Kontakt zu den Geschwistern haben, Familien, die sich nur noch bei Beerdigungen treffen – was haben unsere Kinder damit zu tun? Können wir uns aus diesen Familienbelastungen und Traumata befreien? Welche Möglichkeiten gibt es, negative Muster zu erkennen und nicht weiterzugeben? Wie kann ich positiv wirksam werden?

Nach einem Vortrag bleibt Zeit für Diskussionen und Fragen.

*Kooperation mit BIGE Euskirchen*



**Mi 06.11.2024 | 17.00 – 19.15 Uhr**

Dr. Charlotte Michel-Biegel

Teilnahme-Gebühr 10,00 €,

für BIGE-Mitglieder gebührenfrei | 1 x = 3 UStd.

Ort: Kath. Familienbildungsstätte Euskirchen Herz-Jesu-Vorplatz 5 | 53879 Euskirchen

**Veranstaltungs-Nr. 2468610037**

## &gt; HIGHLIGHT-VERANSTALTUNGEN



Foto: Oksana\_Slepko/shutterstock.com

**Weihnachts-Werkstatt**

Gemeinsames Basteln für Eltern/Großeltern mit Kindern von 3 bis 5 Jahren

Ob Sie gerne Kleber und Schere in die Hand nehmen, auf der Suche nach neuen Ideen sind oder einfach nur etwas gemeinsame Zeit mit Ihrem Kind/Enkel verbringen wollen – an diesem Nachmittag sind Sie alle herzlich willkommen. Wir basteln und malen altersgerecht und zwanglos, und am Ende können Sie die eine oder andere Weihnachtsdekoration mit nach Hause nehmen.

**Do 28.11.2024 | 14.30 – 16.00 Uhr**

Johanna Johann

Teilnahme-Gebühr 7,50 €,

inkl. Material | 1 x = 2 UStd.

Ort: Kath. Familienbildungsstätte Euskirchen Herz-Jesu-Vorplatz 5 | 53879 Euskirchen

**Veranstaltungs-Nr. 2468620098**

**Beachten Sie auch die Ausschreibung zur Herbstwerkstatt auf Seite 42**

**Gemeinsam auf dem Weg zur Krippe**

Gestalten Sie Ihre eigene Krippenfigur!

Vor über 800 Jahren, 1223, gestaltete der Hl. Franziskus eine Krippenfeier mit lebenden Figuren. Dieser Beginn ist bis heute in den Krippendarstellungen privat und in unseren Kirchen zu finden.

Hier in Euskirchen wollen wir – die katholische Kirche und das Haus der Familie – uns gemeinsam mit Ihnen auf den Weg zur Krippe machen. Erstellen Sie mit uns Ihre Krippenfigur! Wen lassen Sie mit zur Krippe gehen? Sie können als Figur sich selbst oder eine andere Ihnen wichtige Person modellieren. Dafür halten wir Modelliermasse bereit, die Sie wahlweise allein zuhause oder zusammen mit uns am 29.11.2024, 15.00 – 18.00 Uhr im Haus der Familie bearbeiten können.

Die Modelliermasse können Sie sich ab dem 15.11. im Haus der Familie zu den Öffnungszeiten von 9.00 – 12.00 Uhr abholen. Mit den Figuren gestalten wir einen Krippenweg in unserem Fenster direkt am Herz-Jesu-Vorplatz. Ab dem 07.01.2025 steht ihre Figur zur Abholung für Sie bereit. Anmeldung für den 29.11. erwünscht (nicht zwingend erforderlich). Für Nachfragen melden Sie sich gerne im Haus der Familie.

**Fr 29.11.2024 | 15.00 – 18.00 Uhr**

Annette Kleinertz

gebührenfrei | 1 x = 4 UStd.

Ort: Kath. Familienbildungsstätte Euskirchen Herz-Jesu-Vorplatz 5 | 53879 Euskirchen

**Veranstaltungs-Nr. 2468670001**

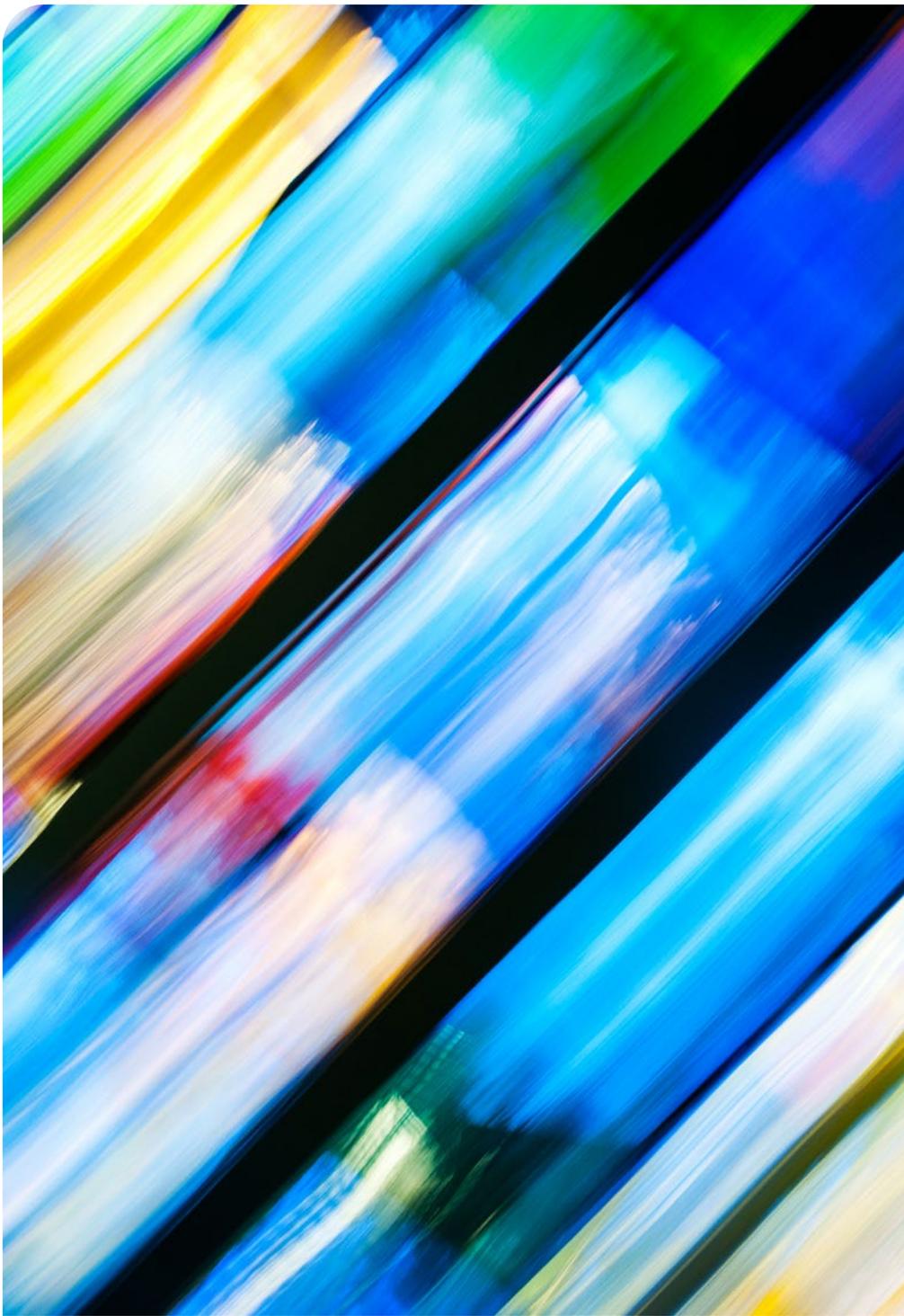


Foto: Markus Pfaff/shutterstock.com

## GLAUBE – SINN – WERTE

Wenn es einen Ort gibt, der geradezu dafür prädestiniert ist, um sich mit Wertvorstellungen, mit Fragen des Glaubens und dem Sinn des Lebens auseinanderzusetzen, dann ist es das Leben mit Kindern. Gerade Kinder verstehen es oft meisterhaft, wie aus heiterem Himmel die großen Lebensthemen anzusprechen. Das ist herausfordernd – und eine Chance. Unsere Angebote behandeln die verschiedenen Aspekte menschlicher Sinnsuche aus der Perspektive des christlichen Glaubens.

## > GLAUBE – SINN – WERTE

### Gemeinsam auf dem Weg zur Krippe

Gestalten Sie Ihre eigene Krippenfigur!

Vor über 800 Jahren, 1223, gestaltete der Hl. Franziskus eine Krippenfeier mit lebenden Figuren. Dieser Beginn ist bis heute in den Krippendarstellungen privat und in unseren Kirchen zu finden.

Hier in Euskirchen wollen wir – die katholische Kirche und das Haus der Familie – uns gemeinsam mit Ihnen auf den Weg zur Krippe machen. Erstellen Sie mit uns Ihre Krippenfigur! Wen lassen Sie mit zur Krippe gehen? Sie können als Figur sich selbst oder eine andere Ihnen wichtige Person modellieren. Dafür halten wir Modelliermasse bereit, die Sie wahlweise allein zuhause oder zusammen mit uns am 29.11.2024, 15.00–18.00 Uhr im Haus der Familie bearbeiten können.

Die Modelliermasse können Sie sich ab dem 15.11. im Haus der Familie zu den Öffnungszeiten von 09.00–12.00 Uhr abholen. Mit den Figuren gestalten wir einen Krippenweg in unserem Fenster direkt am Herz-Jesu-Vorplatz. Ab dem 07.01.2025 steht ihre Figur zur Abholung für Sie bereit. Anmeldung für den 29.11. erwünscht (nicht zwingend erforderlich). Für Nachfragen melden Sie sich gerne im Haus der Familie.

**Fr 29.11.2024 | 15.00–18.00 Uhr**

Annette Kleinertz

gebührenfrei | 1 x = 4 UStd.

Ort: Kath. Familienbildungsstätte Euskirchen  
Herz-Jesu-Vorplatz 5 | 53879 Euskirchen

**Veranstaltungs-Nr. 2468670001**

### Die bedrängte Seele

Identitätsprobleme und Krisensituationen der verunsicherten Gegenwart

Dr. Peter Conzen, Psychologe und ehemals Leiter der Caritas-Familienberatungsstelle Bonn, spricht in seinem Vortrag über den Umgang mit Krisensituationen im privaten und öffentlichen Bereich. Im Anschluss an seinen Vortrag besteht die Möglichkeit zu Rückfragen und Gespräch.

**Mo 28.10.2024 | 19.00–21.15 Uhr**

Dr. Peter Conzen

Teilnahme-Gebühr 9,00 € | 1 x = 3 UStd.

Ort: Kath. Familienbildungsstätte Euskirchen  
Herz-Jesu-Vorplatz 5 | 53879 Euskirchen

**Veranstaltungs-Nr. 2468750014**

### Come and sing hallelujah!

Ein Abend mit Gospel und mehr –  
Geschichte und Praxis

Sie wollten schon immer mal das Singen von Gospels versuchen? Lernen, wie die eigene Stimme zum Klingen gebracht werden kann? Dann sind Sie in diesem Kurs genau richtig! Neben praktischen Stimm- und Aufwärmübungen lernen Sie an diesem Abend mehr zur Geschichte der Gospelsongs und singen schließlich einige mehr und weniger bekannte Stücke. Vorkenntnisse sind keine erforderlich!

**Mo 30.09.2024 | 16.00–18.15 Uhr**

Konny Hanrath-Elsen

Teilnahme-Gebühr 9,50 € | 1 x = 3 UStd.

Ort: Kath. Familienbildungsstätte Euskirchen  
Herz-Jesu-Vorplatz 5 | 53879 Euskirchen

**Veranstaltungs-Nr. 2468730003**

## > GLAUBE – SINN – WERTE

### KIRCHENFÜHRUNGEN

#### St. Petrus in Lüftelberg

Pilgerort zur Heiligen Lüfthildis

Die Ortsheilige, Lüfthildis, ist in der Kirche in einer Skulptur aus Terrakotta des 18. Jahrhunderts dargestellt. Das Kirchengebäude von St. Petrus stammt aus dem 13. Jahrhundert und entstand unter Benutzung von Elementen vorheriger Jahrhunderte. Anlässlich der Erhebung der Gebeine der Lüfthildis wurde der Raum im 17. Jahrhundert wiederum verändert und reich ausgestattet. In der Kirche findet sich die zeitweilige Grabplatte Lüfthildis aus römischem Kanalsinter aus der römischen Wasserleitung. Von dieser haben sich Spuren in der Umgebung erhalten.

**Fr 02.08.2024 | 14.00–15.30 Uhr**

Martin Vollberg

Teilnahme-Gebühr 5,00 €

Bitte in bar bereit halten. | 1 x = 2 UStd.

Ort: Kirche St. Petrus Lüftelberg  
Petrusstraße 17 | 53340 Meckenheim

**Veranstaltungs-Nr. 2417770003**

Foto: Martin Vollberg



Foto: Martin Vollberg

#### St. Agatha und St. Sebastian in Schaven

Von der Pest in der Auswahl der heiligen Personen bestimmt – Weitere Informationen auf Seite 121

**So 27.10.2024 | 16.00–17.30 Uhr**

Martin Vollberg

Teilnahme-Gebühr 5,00 €

Bitte in bar bereit halten. | 1 x = 2 UStd.

Ort: Kath. Kirche St. Agatha  
Sebastianusweg 1a  
53894 Mechernich-Schaven

**Veranstaltungs-Nr. 2418770001**

#### St. Johannes und Sebastianus Zülpich-Wichterich

Mittelalterliches Gebäude aus mehreren Jahrhunderten – Weitere Informationen auf Seite 115

**Mo 09.12.2024 | 16.00–17.30 Uhr**

Martin Vollberg

gebührenfrei | 1 x = 2 UStd.

Ort: Kirche St. Johannes  
und Sebastianus Wichterich  
Frankfurter Straße 12 | 53909 Zülpich

**Veranstaltungs-Nr. 2468730002**

## &gt; GLAUBE – SINN – WERTE



Foto: Martin Vollberg

### In pittoresker Lage: St. Gertrudis in Zülpich-Juntersdorf

Weitere Informationen auf Seite 123

**Sa 21.12.2024 | 15.00 – 16.30 Uhr**

Martin Vollberg

Teilnahme-Gebühr 5,00 €

Bitte in bar bereithalten. | 1 x = 2 UStd.

Ort: Kath. Kirche St. Gertrudis

Gertrudisstraße 11 | 53909 Zülpich-Juntersdorf

**Veranstaltungs-Nr. 2418770002**

### Kirchenführung an Heilige Drei Könige

In der im 19. Jahrhundert neu errichteten Kirche St. Michael haben sich ältere Ausstattungsstücke erhalten. Darunter befindet sich das Gemälde der Anbetung der Heiligen Könige, das aus Anlass des Tages, Heilige Drei Könige, im Mittelpunkt der Führung steht. Der Karthäuser, der auf dem Gemälde zu sehen ist, verweist auf die Geschichte des Kölner Karthäuserklosters. Dieses besaß in Waldorf und den umgebenden Orten Höfe.

Als Architekten Vincenz Statz zu beauftragten war für Pfarrgemeinden im Erzbistum Köln günstig. Denn das Einreichen von Entwürfen dieses Architekten hatte eine schnelle Bewilligung der Bausache zur Folge. 1880 war das Entwerfen von Kirchen und Pfarrhäusern im Gotischen Stil bereits seit Jahrzehnten im Erzbistum Pflicht. Entwürfe des Architekten Statz kamen im Generalvikariat gut an.

**Mo 06.01.2025 | 15.00 – 16.30 Uhr**

Teilnahme-Gebühr 5,00€

Bitte bar bereithalten | 1 x = 2 UStd.

Heilige Drei Könige in St. Michael in Waldorf

Treffpunkt: Vor dem Portal der Kirche

St. Michael | Hostertstr. 19

53332 Bornheim-Waldorf

**Veranstaltungs-Nr. 2517770001**

## &gt; GLAUBE – SINN – WERTE

### PASTORALER RAUM EUSKIRCHEN



#### Familienmessen in Euskirchen

Jedes Wochenende findet im pastoralen Raum Euskirchen eine Familienmesse mit kindgerechter Katechese statt.

Die regelmäßigen Termine sind (mit Ausnahme der Schulferien)

am **1. Samstag im Monat** um 17.00 Uhr  
in **St. Martin**, Stotzheim,

am **3. Sonntag im Monat** um 11.00 Uhr  
in **St. Nikolaus**, Kuchenheim und

am **2., 4. und evtl. 5. Sonntag** im Monat  
um 11.00 Uhr in **St. Matthias**, Euskirchen.

Weitere Infos über die jeweiligen Pastoralbüros in Stotzheim, Kuchenheim und Euskirchen bzw.

**www.katholisch-eu.de**



#### Vielfältige Engagementmöglichkeiten

- Organisationstalent?!
- Kreative Ideen?!
- Texteschreiber/in?!
- Projektarbeit?!
- Social Media Profi?!
- Sänger/in?!
- Flüchtlingshilfe?!
- Sinnsucher/in?!

usw. usw. ...

Bei uns im **Pastoralen Raum Euskirchen** gibt es jede Menge Möglichkeiten sich ehrenamtlich zu engagieren. Erzählen Sie mir, was Ihnen Spaß macht, oder was Sie gerne einmal ausprobieren möchten. Dann können wir gemeinsam überlegen, in welchem Bereich Sie sich engagieren möchten.

Wir unterstützen Sie mit Beratung und Schulung. Melden Sie sich doch einfach mal bei mir! Sie erreichen mich telefonisch unter **02251 127707**

oder per E-Mail unter

**annette.kleinertz@erzbistum-koeln.de**



**Annette Kleinertz**  
Engagementförderin

Foto: Werner Jacobs | privat



Foto: fizkes/shutterstock.com

## EHE UND PARTNERSCHAFT

Paare sind heutzutage mehr denn je gefordert, ihre Wünsche an das Beziehungsleben gleichberechtigt zu formulieren und in Übereinstimmung zu bringen. Welche Werte sind bindend? Welche Bedeutung hat der Glaube für unsere Beziehung? Soll ein traditionelles oder ein moderneres, flexibles Rollenmodell gelten? Wie verstehen wir Freiheit und Bindung? Und wie lassen sich die oft unterschiedlichen Vorstellungen in ein nachhaltiges Gleichgewicht bringen? Unser Bildungsangebot liefert Anregungen, wie gemeinsames Erleben möglich wird, die Basis von gelungenen Beziehungen.

## > EHE UND PARTNERSCHAFT

### Fußreflexzonenmassage für Paare Einführungsworkshop

Stress, Erschöpfung, Anspannungen, ... eine Fußmassage kann helfen. Der ganze Körper ist punktgenau über Reflexzonen am Fuß ansprechbar – z.B. die Wirbelsäule, die uns im Alltag häufig Schmerzen bereitet, über den Innenfuß. In diesem Workshop werden die Grundlagen der Reflexzonentherapie am Fuß nach Hanne Marquardt vermittelt. Neben den Grundgriffen lernen Sie Ausgleichsgriffe, Körperstreichungen und einzelne Körperzonen kennen. Ideal für die Anwendung zuhause.

#### Bitte beachten Sie

- für diesen Kurs sind nur Doppelanmeldungen möglich; Teilnahme-Gebühr pro Person
- Bitte bringen Sie ein Badehandtuch und evtl. ein kleines Kissen mit.

**Sa 09.11.2024 | 10.00 – 18.00 Uhr**

Andreas Wörmann

Teilnahme-Gebühr 31,50 €,

Teilnahme-Gebühr pro Person | 1 x = 9 UStd.

Ort: Kath. Familienbildungsstätte Euskirchen

Herz-Jesu-Vorplatz 5 | 53879 Euskirchen

**Veranstaltungs-Nr. 2468640100**

### Indisch Kochen für Paare

Sie lieben es zu kochen? Würden Sie gerne gemeinsam mit Ihrem Partner indisches Essen kochen? Gemeinsame Aktivität wie Kochen hat einen therapeutischen Wert, auch für Paare. In diesem indischen Kochkurs können Sie gemeinsam mit anderen klassische indische Essenskombinationen kochen lernen. Lernen Sie neue Rezepte und Zubereitungen, erleben Sie reichhaltiges und köstliches Essen und verbringen wertvolle Zeit miteinander.

#### Bitte beachten Sie

- für diesen Kurs sind nur Doppelanmeldungen möglich; Teilnahme-Gebühr pro Person
- Bitte bringen Sie eine eigene Schürze und Vorratsdosen für das Mitnehmen von Speisen mit.

**Sa 24.08.2024 | 17.00 – 21.00 Uhr**

Anindya Sengupta

Enakshi Das

Teilnahme-Gebühr 36,75 € pro Person

inkl. Lebensmittelumlage | 1 x = 5 UStd.

Ort: Kath. Familienbildungsstätte Euskirchen

Herz-Jesu-Vorplatz 5 | 53879 Euskirchen

**Veranstaltungs-Nr. 2468640009**



Foto: Mark Hall/shutterstock.com

## > EHE UND PARTNERSCHAFT

### KEK – Gesprächstraining für Paare

Glückliche Paare haben ein Geheimnis. Sie können »gut« miteinander reden.

Beim KEK-Gesprächstraining (Konstruktive Ehe und Kommunikation) können Paare neue Erfahrungen im Gespräch machen:

- sich so auszudrücken, dass das Gemeinte richtig ankommt
- so zuzuhören, dass man/frau besser versteht, was der/die andere meint
- Meinungsverschiedenheiten fair auszutragen.

#### Themen der Kurseinheiten

- **Wir verstehen uns!**  
Bewusst machen, was Verständnis fördert
- **Ich kann mit dir reden, auch wenn ich sauer bin!**  
Gefühle offen aussprechen
- **Wir kommen einen Schritt weiter!**  
Meinungsverschiedenheiten lösen
- **Was ich an dir schätze.**  
Über Positives in der Beziehung reden
- **Wie reden wir im Alltag miteinander?**  
Eine neue Gesprächskultur vereinbaren
- **Unsere Beziehung ist lebendig.**  
Veränderungen anschauen
- **Was uns zusammenhält.**  
Sich der Stärken der Beziehung bewusst werden

Jeweils vier Paare werden von zwei Trainer/innen betreut. Nach einführenden Informationen zu jeder Kurseinheit im Plenum trainiert jedes Paar räumlich getrennt von den anderen Paaren. Hierbei werden sie von ausgebildeten und supervidierten Trainer/innen gecoacht, die auf die Einhaltung der Regeln achten, ohne sich in den Inhalt des Gesprächs einzumischen.

Das KEK-Gesprächstraining wurde in einem großen Forschungsprojekt vom Institut für Kommunikationstherapie, München, entwickelt. Die wissenschaftliche Untersuchung zeigt, dass die Paare auch noch nach Jahren von diesem Training profitieren.

#### Anmeldung

Telefon 02251 51070 | info@efl-euskirchen.de



#### Herbst

**08.11. | 17.30 – 20.00 Uhr**

**09.11. | 10.00 – 17.30 Uhr**

**22.11. | 17.30 – 20.00 Uhr**

**23.11.2024 | 10.00 – 16.30 Uhr**

Doris Menkenhagen, Benedikt Kremp

Der Kurs umfasst zwei Einheiten

Die Teilnahme ist auf 4 Paare begrenzt  
Teilnahme-Gebühr 320,00 € pro Paar.

Ort: Kath. Beratungsstelle für

Ehe- Familien- und Lebensfragen

Neustraße 43 | 53879 Euskirchen

**Termine 2025 auf Anfrage**



Foto: Vasilyev Alexander/shutterstock.com

## RUND UM DIE GEBURT

Die Zeit der Schwangerschaft ist eine besondere Zeit. Wenn ein neues Leben beginnt, verändert sich vieles. Schon von den ersten Lebenstagen an, wenn das Kind noch nicht spürbar ist, braucht es den Schutz der Erwachsenen durch eine verantwortungsvolle Lebensweise. Mit unseren Angeboten rund um die Geburt möchten wir Frauen während der Schwangerschaft gut begleiten, unterstützen und auf die Geburt und das Leben mit Kind vorbereiten. Genauso groß wie der Respekt vor der Person des noch ungeborenen Kindes ist die Freude über das neue Leben. Eltern, Großeltern, Brüder und Schwestern sind in Hochstimmung. Ein Kind, das in eine Familie hinein geboren wird, verändert die Beziehungen untereinander. Damit die Freude ungetrübt bleibt, lohnt auch die Vorbereitung der Großeltern und Geschwister.

Dazu laden wir Sie herzlich ein!

## > ANgebote vor der Geburt

### Yoga für Schwangere

Dieser Kurs dient werdenden Müttern als Auszeit vom Alltag und Entspannung vor der Geburt. Sie lernen, wieder bei sich anzukommen, zur Ruhe zu kommen und die Schwangerschaft im Hier und Jetzt zu erfahren.

Durch die ganzheitliche Kombination von Atmung, Bewegung und Entspannung werden Stresshormone und Verspannungen reduziert und das Wohlbefinden wird gesteigert. Die Teilnahme ist in jedem Trimester möglich.

#### Kursinhalt

- Atemtechniken & Entspannungstechniken
- Achtsamkeitsübungen
- Stressreduktion
- an die Schwangerschaft angepasste Mobilisierungs-, Lockerungs-, Kraftübungen
- Beckenbodenübungen
- Verbindung zum Kind
- Emotionstraining, Affirmationen

#### Bitte beachten Sie

- Bitte kommen Sie in geeigneter Sportkleidung zum Kurs.
- Nehmen Sie ca. zwei Stunden vor der Yoga-Stunde keine größere Mahlzeit mehr zu sich.

**Do 29.08. – Do 26.09.2024**

**16.00 – 17.30 Uhr**

Yvonne Großpietsch

Teilnahme-Gebühr 50,00 € | 5 x = 10 UStd.

Ort: Kath. Familienbildungsstätte Euskirchen

Herz-Jesu-Vorplatz 5 | 53879 Euskirchen

**Veranstaltungs-Nr. 2468650003**

### Großelternschule

Säuglingspflege und mehr für werdende Omas und Opas

Die Freude auf das Baby ist groß! Nun werden die eigenen Kinder Eltern und aus den Eltern werden Großeltern. Diese aufregende Zeit bringt auch Unsicherheiten mit sich, z. B. darüber, ob der Umgang mit dem Baby noch dem entspricht, woran man sich erinnert.

Der Abend beginnt mit einer Einführung in die Verkehrssicherheit und die richtige Nutzung von Kindersitzen durch die Verkehrspolizei. Auch mit Ihren Fragen sind Sie herzlich willkommen!

Kooperation mit *BIGE Euskirchen*



**Do 07.11.2024 | 18.00 – 21.15 Uhr**

Annegret Kölsch

Anke Weber

Julia Braun

Teilnahme-Gebühr 7,50 € | 1 x = 4 UStd.

Ort: Kath. Familienbildungsstätte Euskirchen

Herz-Jesu-Vorplatz 5 | 53879 Euskirchen

**Veranstaltungs-Nr. 2468640008**

## > ANgebote nach der Geburt

### Elternschule im Marien-Hospital Euskirchen

Programm 2024

#### Ort: Elternschule

#### Marien-Hospital Euskirchen

Gottfried-Disse-Straße 40 | 53879 Euskirchen

#### Hebammensprechstunde

(vorgeburtliche Leistung)

#### mittwochs, telefonische

#### Terminvereinbarung nötig

Leitung: Hebammenteam

Ort: Kreißsaal | Anmeldung: 02251 90-1245

Kosten: keine

#### Stillambulanz

#### dienstags nach Vereinbarung

Leitung: Andrea Böttcher, Rita Nöthen

Ort: Stillambulanz | Station 1b, Beratung ist in

Präsenz, telefonisch und online möglich

Anmeldung: 02251 90-1320

Kosten: keine

#### Stillcafé/Elterncafé

#### Termine unter [www.stilllexikon.de](http://www.stilllexikon.de) oder

#### Stichwort »Stillgruppe Euskirchen«

Leitung: Andrea Böttcher, Rita Nöthen

Ort: Elternschule oder online

Anmeldung:

stillambulanz@marien-hospital.com

Kosten: in Präsenz 1,00 € | online kostenfrei

#### Geburtsvorbereitung

**13./14.09.2024**

Leitung: Meike Lotz

Ort: Elternschule

Anmeldung: hebamme-meike@hotmail.com

oder 0173 2725256

Kosten: Abrechnung über die Krankenkasse,

Partnergebühr 70,00 €

### Stillvorbereitung

(Gruppenveranstaltung, zwei Stunden)

**Sa 26.10.2024**

individuelle Stillvorbereitung auf Anfrage

Leitung: Andrea Böttcher

Anmeldung: eifel-stillberatung@freenet.de

Ort: online oder Elternschule

Kosten: 35,00 € | mit PartnerIn 40,00 €

#### Babymassage

**freitags 10.00 – 11.00 Uhr**

Leitung: Rita Nöthen

Anmeldung: r.noethen71@gmx.de

Ort: Elternschule

Kosten: 75,00 € für 5 Kurseinheiten

#### Kindernotfallkurs

(einmalig drei Stunden)

**samstags 31.08. | 05.10. | 07.12.2024**

**jeweils 10.00 – 13.00 Uhr**

Leitung: Dr. Kira Jungbluth

Ort: Elternschule

Anmeldung: info@heldenfuerkinder.de

Kosten: 45,00 €

#### Rückbildungsgymnastik

**dienstags bzw. donnerstags**

Leitung: Simone Bungenberg-Decker

Anmeldung: [www.hebammenteam.nl](http://www.hebammenteam.nl)

Ort: im Freien oder in der Elternschule

Kosten: Abrechnung über die Krankenkasse

#### Neu in 2024: Yoga

Ort: Elternschule

Leitung: Stefanie Hüllshoff | 0151 19451446





Foto: Elke Moorikamp

## 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.

## > FRAGEN IM FAMILIENALLTAG

### Keine Angst vor der Angst

Kindliche Ängste gemeinsam überwinden

Dieser Elternabend richtet sich an Eltern, die mehr über die Ursachen und den Umgang mit kindlichen Ängsten erfahren möchten. Wir werden uns sowohl mit entwicklungs- als auch umweltbezogenen Ängsten beschäftigen.

#### Unsere Themen

- Was sind kindliche Ängste Ursachen und Auslöser von Ängsten
- Typisches Angstverhalten bei kleinen Kindern
- Wie können Eltern ihre Kinder unterstützen, ihre Ängste zu bewältigen
- Welche Rolle spielen die elterlichen Ängste
- Gemeinsamer Erfahrungsaustausch

**Mi 04.09.2024 | 19.00 – 21.15 Uhr**

Gudrun Beckmann

Teilnahme-Gebühr 10,00 € | 1 x = 3 UStd.

Ort: Digital

**Veranstaltungs-Nr. 2468610038**



Online-  
Veranstaltung

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

### Bindung – Wie geht das?

Für Eltern und werdende Eltern

Eine gute Eltern-Kind-Bindung ist bedeutend für die positive Entwicklung des Kindes. Das ist mittlerweile überall bekannt. Trotzdem gibt es noch viel Unsicherheit und Halbwissen darüber, was für eine gute Bindung eigentlich wichtig ist. Wenn das »Bonding« nach der Geburt nicht gut lief, ist die Eltern-Kind-Bindung dann unwiderruflich gestört? Kann Bindung zerstört werden, wenn man nicht zu jeder Zeit geduldig und Bedürfnisorientiert agiert? Was ist der Unterschied zwischen Bedürfnissen und Wünschen und was hat das mit Bindung zu tun?

An diesem Abend werden wir uns ansehen, was eine gute Bindung eigentlich bedeutet und dass man sie nicht nur hat, sondern macht. Der Themenabend ist für Eltern von Kindern in jedem Alter sowie für werdende Eltern gedacht!

**Mi 18.09.2024 | 18.00 – 20.15 Uhr**

Antje Borgelt

Teilnahme-Gebühr 10,00 € | 1 x = 3 UStd.

Ort: Kath. Familienbildungsstätte Euskirchen

Herz-Jesu-Vorplatz 5 | 53879 Euskirchen

**Veranstaltungs-Nr. 2468610026**

## > FRAGEN IM FAMILIENALLTAG

### Transgenerative Effekte

So wollte ich nie werden – und bin es doch?

Wie das Leben unserer Eltern und Großeltern unser Leben beeinflusst, und was wir unseren Kindern hinterlassen

Kriegskinder – Nachkriegskinder – Nachkriegsenkel: In den letzten Jahren wurde hier viel veröffentlicht. Menschen melden sich zu Wort, die hier nicht unmittelbar betroffen sind und doch deutliche Spuren zeigen. Im familiären Kontext ist dies nicht anders: Kinder getrennter, zerstrittener Eltern, Erwachsene, die keinen Kontakt zu den Geschwistern haben, Familien, die sich nur noch bei Beerdigungen treffen – was haben unsere Kinder damit zu tun?

Können wir uns aus diesen Familienbelastungen und Traumata befreien? Welche Möglichkeiten gibt es, negative Muster zu erkennen und nicht weiterzugeben? Wie kann ich positiv wirksam werden?

Nach einem Vortrag bleibt Zeit für Diskussionen und Fragen.

*Kooperation mit BIGE Euskirchen*



**Mi 06.11.2024 | 17.00 – 19.15 Uhr**

Dr. Charlotte Michel-Biegel

Teilnahme-Gebühr 10,00 €,

für BIGE-Mitglieder gebührenfrei | 1 x = 3 UStd.

Ort: Kath. Familienbildungsstätte Euskirchen

Herz-Jesu-Vorplatz 5 | 53879 Euskirchen

**Veranstaltungs-Nr. 2468610037**



Foto: alexklich/shutterstock.com

### Erste Hilfe bei Kindernotfällen

Was tun?

Kinder erkunden, spielen – und plötzlich ist etwas passiert. In diesem Kurs werden Ihnen die Grundlagen an die Hand gegeben, in dieser Situation gut zu reagieren: welche erste Hilfe-Maßnahmen Sie selbst anwenden können oder wann und wie Sie nötigenfalls fremde Hilfe organisieren können. Gewinnen Sie mehr Sicherheit im Umgang mit Kindernotfällen, um schnell und richtig handeln zu können, denn am wichtigsten ist: kühlen Kopf bewahren!

Die Veranstaltung richtet sich an Eltern, Großeltern, Tanten und Onkel und alle Interessierten.

**Mi 13.11.2024 | 18.00 – 20.15 Uhr**

Marion Eichinger

Teilnahme-Gebühr 10,00 € | 1 x = 3 UStd.

Ort: Kath. Familienbildungsstätte Euskirchen

Herz-Jesu-Vorplatz 5 | 53879 Euskirchen

**Veranstaltungs-Nr. 2468610009**

## > FRAGEN IM FAMILIENALLTAG

### Teilen und Danke sagen – soziales Verhalten bei Kindern U3 Elternabend

Es gibt Situationen, in denen sich Kinder nicht so verhalten, wie es allgemein gesellschaftlich erwartet wird – sie wollen beim Spielen ihre Schaufel nicht teilen, sagen nicht »Danke«, wenn ihnen jemand ein Geschenk gibt, und winken den anderen Kindern nicht zum Abschied, wenn sie aus der Tagespflege wieder nach Hause fahren. Solche Situationen belasten: wir spüren vielleicht den Druck der Erwartung anderer Erwachsener oder wissen nicht, wie wir die Reaktion des Kindes einordnen sollen. Aber warum ist das so? Wie können wir mit diesen Erwartungen und dem Verhalten der Kinder umgehen? Und was können wir überhaupt von Kindern in welchem Alter erwarten – und was auch nicht?

In dieser Veranstaltung werden wir uns auf die Suche nach unseren eigenen Werten begeben und gleichzeitig einen Blick in die kognitive Entwicklung unserer Kinder werfen, um diesen Fragen auf den Grund zu gehen.

**Mi 13.11.2024 | 18.00 – 20.15 Uhr**

Antje Borgelt

Teilnahme-Gebühr 10,00 € | 1 x = 3 UStd.

Ort: Kath. Familienbildungsstätte Euskirchen  
Herz-Jesu-Vorplatz 5 | 53879 Euskirchen

**Veranstaltungs-Nr. 2468610025**



Foto: Aleksandr Simonov/shutterstock.com

### Oasentag – Seminartag für BIGE-Mitglieder

Seelische Verletzungen verstehen  
und damit umgehen

Kooperation mit BIGE Euskirchen



**Mo 18.11.2024 | 10.00 – 17.00 Uhr**

Christel Hermes

Teilnahme-Gebühr auf Anfrage bei BIGE

1 x = 8 UStd.

Ort: Bildungsstätte Haus Maria Rast

Josef-Kentenich-Weg 1 | 53881 Euskirchen

**Veranstaltungs-Nr. 2468610021**

## > ELTERN-KIND-KURSE

### Babytreff – Elternstart NRW

Für Eltern mit Kind im ersten Lebensjahr

Hier können Sie sich mit anderen Eltern mit Kindern im ersten Lebensjahr austauschen. In dem offenen Treff bekommen Sie Informationen rund um die ersten Monate mit Baby, können der Referentin Fragen stellen und sich untereinander austauschen. Für die Kinder gibt es eine vorbereitete Spielumgebung.

Mütter und Väter in NRW können mit einem Kind im ersten Lebensjahr an einem Kurs »Elternstart NRW« einmalig kostenfrei teilnehmen, ebenso bei jedem weiteren neugeborenen Kind. Das Angebot gilt auch für Pflege- und Adoptiveltern. Die Finanzierung übernimmt das Familienministerium NRW.

### Anmeldung

bis jeweils Dienstag, 12.00 Uhr  
für den nächsten Mittwoch



**Mi 28.08. – Mi 11.12.2024**

**09.30 – 11.00 Uhr**

Barbara Rudolph

gebührenfrei | 13 x = 26 UStd.

Ort: Kath. Familienbildungsstätte Euskirchen  
Herz-Jesu-Vorplatz 5 | 53879 Euskirchen

**Veranstaltungs-Nr. 2468620111**

### Babynest – leichter Start mit Kind

Ein Kurs für Mütter mit ihren Babys und Kleinkindern von 8 Wochen bis 2 Jahren

Der Kurs Babynest richtet sich nach der Pädagogik der Kinderärztin Dr. Emmi Pikler. Für Mütter gibt es Tipps und Informationen zu folgenden Themen: Das Baby einfach und gut zu versorgen, ein zufriedenes Baby zu haben, den Haushalt zu organisieren, mehr Zeit für sich selbst zu finden und Lieder und erste Spiele auszuprobieren. Für Kinder gibt es Zeit zum Spielen, einen sicheren Raum für Bewegung, Spielzeug zum Entdecken und Lernen und Kontakt zu anderen Kindern.

Kooperation: Caritasverband, Esperanza



**Fr 23.08. – Fr 20.12.2024**

**09.30 – 11.45 Uhr**

Ulrike Groth

Teilnahme-Gebühr 157,50 €

15,00 € mit Gutschein von Esperanza

Auskunft und Aushändigung des Gutscheins:

Frau Nücken-Kahlenbach

Telefon 02251 700012

15 x = 45 UStd.

Ort: Kath. Familienbildungsstätte Euskirchen  
Herz-Jesu-Vorplatz 5 | 53879 Euskirchen

**Veranstaltungs-Nr. 2468620105**

## &gt; ELTERN-KIND-KURSE

**Elternstart NRW**

## Das erste Lebensjahr

Im Kursangebot ElternStart NRW gibt es Informationen und Austausch über die frühkindliche Entwicklung, über den Alltag und den Umgang mit einem Säugling, die Eltern-Kind-Beziehung und den Umgang mit der neuen und auch anstrengenden Familiensituation. Hier bekommen Sie einen Einblick in das Kurskonzept »Das erste Lebensjahr« mit seinem attraktiven Spielbereich für die Kinder und einem »neuen« Blick auf die Aktivitäten der Kinder: Sie durchschauen die Zusammenhänge zwischen Spiel und kindlicher Entwicklung und bekommen Ideen, wie Sie ihr Kind developmentsgerecht begleiten können.

Mütter und Väter in NRW können mit einem Kind im ersten Lebensjahr an einem Kurs »Elternstart NRW« einmalig kostenfrei teilnehmen, ebenso bei jedem weiteren neugeborenen Kind. Das Angebot gilt auch für Pflege- und Adoptiveltern. Die Finanzierung übernimmt das Familienministerium NRW.

**Di 27.08. – Di 08.10.2024****09.00 – 10.30 Uhr**

Natalie Hoppe

gebührenfrei | 5 x = 10 UStd.

Ort: Kath. Familienbildungsstätte Euskirchen  
Herz-Jesu-Vorplatz 5 | 53879 Euskirchen**Veranstaltungs-Nr. 2468620115**

Die Eltern-Kind-Kurse »**Das erste Lebensjahr bzw. Das zweite Lebensjahr und Das dritte Lebensjahr**« orientieren sich an dem pädagogischen Ansatz der ungarischen Kinderärztin Dr. Emmi Pikler (1902–1984). Sie bieten einen Raum der frühkindlichen Bildung und der Elternbildung.

**Pikler® heißt**

- das Kind als Person achten und respektieren
- das kleine Kind aufmerksam und liebevoll versorgen
- es wissen lassen, was wir mit ihm tun und uns mit ihm verständigen, von Anfang an
- dem Kind eine anregende Umgebung für Bewegung und Spiel 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.«*

Emmi Pikler

Im Kursraum gibt es für die Kinder eine Spielumgebung mit Pikler®-Bewegungselementen. Während die Kinder spielen, haben die Eltern Zeit zum Zuschauen und Zeit für Information und Gespräch. Mit zum Kurs gehören Wiegenlieder und Kinderlieder, an denen Eltern und Kinder Freude haben. Die Eltern-Kind-Kursleitung hat eine Zertifikatsfortbildung absolviert, die das Bildungswerk der Erzdiözese Köln e.V. in Kooperation mit der Pikler® Gesellschaft Berlin e.V. durchführt.

## &gt; ELTERN-KIND-KURSE

**Das erste Lebensjahr**

Eltern-Kind-Kurs in Orientierung an Emmi Pikler

**Mi 28.08. – Mi 11.12.2024****11.00 – 12.30 Uhr**

Elternabend am 14.11.2024, 17.30–19.45 Uhr

Antje Borgelt

Teilnahme-Gebühr 97,50 € | 12 x = 27 UStd.

Ort: Kath. Familienbildungsstätte Euskirchen  
Herz-Jesu-Vorplatz 5 | 53879 Euskirchen**Veranstaltungs-Nr. 2468620113****Eltern-Kind-Kurs  
für das erste Lebensjahr**

Die Kinder spielen, entdecken und erforschen selbstständig ihre Umwelt im vorbereiteten Raum. Sie nehmen erste Kontakte zu anderen Kindern und Erwachsenen auf. Eltern informieren sich und tauschen sich aus zu Erziehungs-, Entwicklungs- und Familienfragen. Durch angeleitete Beobachtung und Gespräche verstehen Eltern ihr Kind und seine Bedürfnisse besser und erhalten Anregungen für den Alltag in der Familie.

**Di 15.10. – Di 10.12.2024****09.00 – 10.30 Uhr**

Der Kurs beinhaltet einen Elternabend.

Natalie Hoppe

Teilnahme-Gebühr 75,50 € | 9 x = 21 UStd.

Ort: Kath. Familienbildungsstätte Euskirchen  
Herz-Jesu-Vorplatz 5 | 53879 Euskirchen**Veranstaltungs-Nr. 2468620116****kidix® – Eltern-Kind-Kurs**

- **Kinderzeit**  
spielen, entdecken und erforschen,  
Freunde finden
- **Elternzeit**  
sich informieren und austauschen,  
beobachten
- **Gemeinsame Zeit**  
singen, spielen, miteinander kreativ sein

kidix® ist ein Kurs für Eltern mit Kindern von 1 bis 3 Jahren. Das Kurskonzept wurde für die katholischen Einrichtungen der Erwachsenen- und Familienbildung in NRW entwickelt. Jeder kidix® Eltern-Kind-Kurs wird von qualifizierten Kursleitungen mit kidix® Zertifikat durchgeführt.

**Do 29.08. – Do 12.12.2024****09.00 – 10.30 Uhr**Der Kurstermin am 29.08. findet von  
16.30–18.00 Uhr als Elternabend statt.

Johanna Johann

Teilnahme-Gebühr 79,00 € | 11 x = 22 UStd.

Ort: Kath. Familienbildungsstätte Euskirchen  
Herz-Jesu-Vorplatz 5 | 53879 Euskirchen**Veranstaltungs-Nr. 2468620094**

## &gt; ELTERN-KIND-KURSE

**Das zweite und dritte Lebensjahr**

Eltern-Kind-Kurs in Orientierung an Emmi Pikler



Barbara Rudolph

Teilnahme-Gebühr 104,50 € | 13 x = 29 UStd.

Der Kurs beinhaltet einen Elternabend.

Ort: Kath. Familienbildungsstätte Euskirchen  
Herz-Jesu-Vorplatz 5 | 53879 Euskirchen**Di 27.08. – Di 10.12.2024****09.00 – 10.30 Uhr****Veranstaltungs-Nr. 2468620109****Di 27.08. – Di 10.12.2024****10.45 – 12.15 Uhr****Veranstaltungs-Nr. 2468620110**

Verena Rizzo

Teilnahme-Gebühr 72,00 € | 10 x = 20 UStd.

Ort: Kath. Familienbildungsstätte Euskirchen  
Herz-Jesu-Vorplatz 5 | 53879 Euskirchen**Fr 06.09. – Fr 06.12.2024****09.00 – 10.30 Uhr****Veranstaltungs-Nr. 2468620106****Eltern-Kind-Kurs für das zweite und dritte Lebensjahr**

Die Kinder spielen, entdecken und erforschen selbstständig ihre Umwelt im vorbereiteten Raum. Sie nehmen erste Kontakte zu anderen Kindern und Erwachsenen auf.

Eltern informieren sich und tauschen sich aus zu Erziehungs-, Entwicklungs- und Familienfragen. Durch angeleitete Beobachtung und Gespräche verstehen Eltern ihr Kind und seine Bedürfnisse besser und erhalten Anregungen für den Alltag in der Familie.

**Di 27.08. – Di 10.12.2024****10.45 – 12.15 Uhr**

Natalie Hoppe

Teilnahme-Gebühr 111,50 € | 14 x = 31 UStd.

Der Kurs beinhaltet einen Elternabend.

Ort: Kath. Familienbildungsstätte Euskirchen  
Herz-Jesu-Vorplatz 5 | 53879 Euskirchen**Veranstaltungs-Nr. 2468620114****Weitere Eltern-Kind-Kurse sind in Planung**Aktuelle Auskunft unter  
[www.fbs-euskirchen.de](http://www.fbs-euskirchen.de)  
oder 02251 9571120

## &gt; ELTERN-KIND-KURSE

**Das zweite und dritte Lebensjahr – Waldgruppe**

Eltern-Kind-Kurs in Orientierung an Emmi Pikler

Sobald ein Kind beginnt zu laufen, erlebt es die Welt nochmal ganz anders. Plötzlich wird sie so viel größer. Jeder Stein, jeder Ast, jede Ameise ist spannend und will bestaunt werden. Dieser Neugier wollen wir auf unseren Spaziergängen im Wald Raum und Zeit geben. Es gibt kein Ziel, das wir erreichen wollen, außer die Kinder bei der Entdeckung ihrer Welt zu begleiten. Die Erwachsenen passen sich der Geschwindigkeit der Kinder an und lassen sich von ihnen leiten.

Der Kurs findet draußen statt, um der Wichtigkeit des Draußen-Spiels für unsere Kinder Rechnung zu tragen. Bitte denken Sie an gute Kleidung – wir werden uns nicht von Regen abhalten lassen. Nehmen Sie auch einen Snack und etwas zu trinken sowie zur kalten Jahreszeit ggf. ein kleines Kissen mit, sodass wir eine kurze Picknick-Pause machen können.

**Bitte beachten Sie**

Betreten des Waldes geschieht auf eigene Gefahr!



Foto: Monkey Business/shutterstock.com

**Mi 28.08. – Mi 11.12.2024****14.45 – 16.15 Uhr**

Antje Borgelt

Teilnahme-Gebühr 94,50 € | 12 x = 27 UStd.

Der Kurs beinhaltet einen Elternabend am  
26.09.2024 | 17.30 – 19.45 UhrOrt: Hardtburg Stotzheim Parkplatz  
53881 Euskirchen-Stotzheim**Veranstaltungs-Nr. 2468620112**

## > ELTERN-KIND-KURSE

### Bewegung für Kleinkinder

Für Eltern mit Kindern von 1 bis 2,5 Jahren

Kinder haben einen natürlichen Bewegungsdrang. Fördern Sie diesen und sorgen Sie für ausreichende Bewegung für Ihr Kind! In dieser Bewegungsstunde können sich die Kinder in einer Bewegungslandschaft ausprobieren, die zum Spielen, Klettern, Balancieren, Schwingen und Schaukeln einlädt. Die Angebote orientieren sich an der Entwicklung und den Interessen der Kinder. Der Schwerpunkt liegt auf der motorischen Entwicklung, die zugleich Grundstein für die geistige, soziale und sprachliche Entwicklung ist. Die Kinder turnen und bewegen sich und sollten daher bewegungsfreundliche Kleidung tragen. Zum Ende der Stunde gibt es ein kindgerechtes Cooldown. Die Kinder sollten sicher laufen können, um an dem Kurs teilzunehmen.

Vera Beckers

Teilnahme-Gebühr 44,00 € | 11 x = 11 UStd.  
Ort: Kath. Familienbildungsstätte Euskirchen  
Herz-Jesu-Vorplatz 5 | 53879 Euskirchen

**Do 05.09. – Do 05.12.2024**

**15.00 – 16.00 Uhr**

**Veranstaltungs-Nr. 2468620100**

**Do 05.09. – Do 05.12.2024**

**16.15 – 17.15 Uhr**

**Veranstaltungs-Nr. 2468620101**

**Fr 06.09. – Fr 06.12.2024**

**09.00 – 10.00 Uhr**

**Veranstaltungs-Nr. 2468620102**

**Fr 06.09. – Fr 06.12.2024**

**10.15 – 11.15 Uhr**

**Veranstaltungs-Nr. 2468620103**



Foto: Barbara Bechtloff

### Musik, Tanz und Bewegung für Kleinkinder

Für Eltern mit Kindern ab dem Laufalter

In diesem Kurs können sich die Kinder auf verschiedene Weise ausprobieren und Musikalität entwickeln. Sie können sich viel zur Musik bewegen, tanzen, Lieder kennen lernen und selbst Klänge erzeugen. Die Angebote orientieren sich an der Entwicklung und den Interessen der Kinder. Der Schwerpunkt liegt auf der tänzerischen-musikalischen Früherziehung.

**Do 12.09. – Do 12.12.2024**

**11.00 – 11.45 Uhr**

Damaris Schmidtke

Teilnahme-Gebühr 48,40 € | 11 x = 11 UStd.  
Ort: Kath. Familienbildungsstätte Euskirchen  
Herz-Jesu-Vorplatz 5 | 53879 Euskirchen

**Veranstaltungs-Nr. 2468620117**

## > ELTERN-KIND-KURSE

### Sandküche

Angebot für Eltern mit Kindern von 1,5 bis 10 Jahren – Anmeldung erforderlich

Für die Kinder ist der Garten mit Sand in Kübeln, Gefäßen und vielen Kleinmaterialien ausgestattet. Es sind Arbeitstische mit Sieben, Löffeln und Kellen, Teekannen, Milchkännchen und anderes Material aus Holz und Metall vorbereitet. Die Kinder können im Stehen oder Sitzen ihr Sandspiel aufnehmen und auf kreative Weise die vielfältigen Möglichkeiten, die Sand zulässt, nutzen. Kinder benötigen keine weiteren Vorgaben oder Erklärungen, nur die Lust am Tun und Experimentieren.

Eltern bleiben als sicherer Hafen für ihr Kind dabei, können über die lange Konzentrationsdauer und das kreative Spiel ihres Kindes staunen und Ideen für das Spiel zu Hause mitnehmen.

Es gibt eine kleine Anleitung für das besondere Spielangebot für zuhause. Der Kurs findet bei schlechtem Wetter im Innenbereich statt.

Teilnahme-Gebühr 8,00 € | 1 x = 3 UStd.

Ort: Kath. Familienbildungsstätte Euskirchen  
Herz-Jesu-Vorplatz 5 | 53879 Euskirchen



Foto: Renate Niemiec

**Fr 16.08.2024 | 15.00 – 17.15 Uhr**

Julia Assenmacher  
Katharina Hacker

**Veranstaltungs-Nr. 2468620066**

**Mo 19.08.2024 | 15.00 – 17.15 Uhr**

Barbara Rudolph  
Katharina Hacker

**Veranstaltungs-Nr. 2468620067**

**Di 20.08.2024 | 15.00 – 17.15 Uhr**

Renate Niemiec  
Janine Schmitz

**Veranstaltungs-Nr. 2468620068**

Weitere Sandküchen voraussichtlich  
**07.01. | 08.01. | 09.01.2025**  
**15.00 – 17.15 Uhr**

## &gt; ELTERN-KIND-KURSE

**Herbst-Werkstatt**

gemeinsames Basteln für Eltern/Großeltern mit Kindern von 3 bis 5 Jahren

Ob Sie gerne Kleber und Schere in die Hand nehmen, auf der Suche nach neuen Inspirationen sind oder einfach nur etwas gemeinsame Zeit mit Ihrem Kind/Enkel verbringen wollen – an diesem Nachmittag sind Sie alle herzlich willkommen. Wir basteln und malen altersgerecht und zwanglos, und am Ende können Sie die eine oder andere Dekoration mit nach Hause nehmen.

Carola Marzusch

Teilnahme-Gebühr 11,00 €, inkl. Material | 1 x = 3 UStd.

Ort: Kath. Familienbildungsstätte Euskirchen Herz-Jesu-Vorplatz 5 | 53879 Euskirchen

**Mi 09.10.2024 | 15.00–17.15 Uhr**  
**Veranstaltungs-Nr. 2468620096**

**Do 10.10.2024 | 15.00–17.15 Uhr**  
**Veranstaltungs-Nr. 2468620097**

**Weihnachts-Werkstatt**

gemeinsames Basteln für Eltern/Großeltern mit Kindern von 3 bis 5 Jahren

Ob Sie gerne Kleber und Schere in die Hand nehmen, auf der Suche nach neuen Ideen sind oder einfach nur etwas gemeinsame Zeit mit Ihrem Kind/Enkel verbringen wollen – an diesem Nachmittag sind Sie alle herzlich willkommen. Wir basteln und malen altersgerecht und zwanglos, und am Ende können Sie die eine oder andere Weihnachtsdekoration mit nach Hause nehmen.

Johanna Johann

Teilnahme-Gebühr 7,50 €, inkl. Material | 1 x = 2 UStd.

Ort: Kath. Familienbildungsstätte Euskirchen Herz-Jesu-Vorplatz 5 | 53879 Euskirchen

**Do 28.11.2024 | 14.30–16.00 Uhr**  
**Veranstaltungs-Nr. 2468620098**

**Do 28.11.2024 | 16.30–18.00 Uhr**  
**Veranstaltungs-Nr. 2468620099**



Foto: Oksana\_Stepko/shutterstock.com

## &gt; ELTERN-KIND-KURSE

**Zick Zack – Nähen für Alle**

Interkultureller Kurs von Frauen für Frauen mit Kindern

Nähen, kürzen, flicken, schneiden, ... hier lernen wir, mit der Nähmaschine umzugehen und selbst kleine Nähprojekte durchzuführen. Frauen mit ihren Kindern aus unterschiedlichen Ländern können sich hier austauschen und zusammenkommen.

Durch das gemeinsame Tun sind nur geringe Deutschkenntnisse erforderlich. Nähmaschinen werden vor Ort gestellt, für die Kinder ist altersgerechtes Spielmaterial vorhanden.



**Mi 28.08. – Mi 11.12.2024**  
**09.30–11.45 Uhr**

Zahra Eghbali

gebührenfrei | 14 x = 42 UStd.

Ort: Kath. Familienbildungsstätte Euskirchen Herz-Jesu-Vorplatz 5 | 53879 Euskirchen

**Veranstaltungs-Nr. 2468620089**



Foto: Maria Stoyteva/shutterstock.com

**Große und kleine Mutproben**

Erzähltheater für Eltern mit Kindern von 3 bis 6 Jahren

Es werden verschiedene Erzähltheaterstücke rund um das Thema »Mut« aufgeführt. Verbringen Sie mit Ihren Kindern oder Enkeln einen schönen Nachmittag und lernen Sie diese besondere Art des Theaters kennen.

**Fr 11.10.2024 | 15.00–16.30 Uhr**

Kerstin Thielemann

gebührenfrei | 1 x = 2 UStd.

Ort: Kath. Familienbildungsstätte Euskirchen Herz-Jesu-Vorplatz 5 | 53879 Euskirchen

**Veranstaltungs-Nr. 2468620092**



Foto: J. Roife

## 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.

## > INTEGRATIVE ANGEBOTE

---

### Gesprächsgruppe für arabisch und kurdisch sprechende Frauen

Es werden alltägliche Fragen und Themen rund um das Leben in Deutschland besprochen.



#### Do 10.00 – 12.15 Uhr

Wahida Rashid

gebührenfrei | 14 x = 42 UStd.

Ort: Zentrum für Migration und Flüchtlingshilfe | Café International

In den Herrenbenden 1 | 53879 Euskirchen

**Veranstaltungs-Nr. 2468550003**

---

### Gesprächsgruppe für persisch sprechende Frauen

Es werden alltägliche Fragen und Themen rund um das Leben in Deutschland besprochen.



#### Mo 10.00 – 12.15 Uhr

Sima Mohamadi

gebührenfrei | 14 x = 42 UStd.

Ort: Zentrum für Migration und Flüchtlingshilfe | Café International

In den Herrenbenden 1 | 53879 Euskirchen

**Veranstaltungs-Nr. 2468550004**

---

### Dein Plan – Dein Ziel?

Starte durch in Deine berufliche Zukunft

#### Sie

- suchen nach der Familien- und/oder Pflegezeit eine Arbeitsstelle
- sind aktuell unzufrieden mit ihrer beruflichen Situation
- möchten endlich mehr als nur im Minijob arbeiten
- möchten sich weiterbilden oder sogar nochmal neu durchstarten

#### Weitere Information auf Seite 52

#### Termine werden noch bekannt gegeben

Sandra Schmitz

Ingrid Kloß

Teilnahme-Gebühr auf Anfrage | 6 x = 24 UStd.

Ort: Kath. Familienbildungsstätte Euskirchen

Herz-Jesu-Vorplatz 5 | 53879 Euskirchen

---



Foto: Brian A Jackson/shutterstock.com



Foto: Photographee.eu/shutterstock.com

## 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.

## > BABYSITTUNG

### Babysitting in Familien

Ein Ausbildungskurs mit Zertifikat für Jugendliche von 14 Jahre bis 18 Jahre

Babysitten ist eine verantwortungsvolle Aufgabe für alle, die Spaß am Umgang mit Kindern haben, Familien unterstützen wollen und eine Verdienstmöglichkeit suchen.

In fünf Modulen wird alles Wichtige vermittelt, um die Tätigkeit mit Professionalität, Freude und Verständnis zu gestalten:

- pädagogische Grundlagen und respektvoller Umgang mit Kindern
- altersgerechte Betreuung von der Säuglingszeit an in den Entwicklungsbereichen Bewegung, Spiel und Sprache
- Gesundheitsförderung: Ernährung, Pflege und Notfälle
- Betreuung gestalten und verantworten: Rechte und Pflichten beim Babysitten, die richtige Bewerbung, Kennenlernphase zwischen Babysitter, Kind und Eltern, gemeinsame Absprachen für ein gelingendes Miteinander
- Hospitation in einer Kindertageseinrichtung – es empfiehlt sich, ein Familienzentrum im örtlichen Umfeld zu wählen, um dort ggf. direkt ins Netzwerk eingebunden zu werden

Nach Absolvierung aller Kurstermine und der Hospitation wird ein Zertifikat ausgestellt. Die Chancen, als Babysitter/in zu arbeiten, lassen sich – zusammen mit einer aussagekräftigen Bewerbung – durch das Zertifikat »Babysitting in Familien« steigern.



Foto: Halfpoint/Shutterstock.com

#### Bitte beachten Sie

- Die Teilnehmer/innen erklären sich bereit, mit eigenem Videobild sowie Ton teilzunehmen.
- Minderjährige brauchen die Einverständniserklärung der Eltern zur Anmeldung.

**Sa 21.09. | So 22.09. | Sa 28.09. und So 29.09.2024 | 10.00 – 13.00 Uhr**

Gabriele Kaufmann

Teilnahme-Gebühr 25,00 € | 4 x = 16 UStd.

Ort: Digital

**Veranstaltungs-Nr. 2468690035**



#### Online-Veranstaltung

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

## > FORTBILDUNG

### Betreuung von Kleinkindern

Dieser Einführungskurs in die Pädagogik Emmi Piklers (1902–1984) informiert über Bedürfnisse und Bedingungen für ein gesundes Aufwachsen von Säuglingen und Kleinkindern.

Emmi Piklers Forschungen und Praxiserfahrungen zeigen, wie die frühkindliche Entwicklung kompetent unterstützt und begleitet werden kann, so dass auch Kinder, die früh außerhalb der Familie betreut werden, physisch und psychisch gesund bleiben können. Die Betreuungssituation von Kleinkindern erfordert eine gute Vorbereitung, damit sich die Kinder in sicheren, stabilen Beziehungen geborgen fühlen und zufrieden sein können – die Voraussetzung für eine freie Spiel- und Bewegungsentwicklung. Der Einführungskurs zielt auf eine gesundheitsfördernde pädagogische Weiterentwicklung der Betreuungsformen für Kleinkinder.

Zur Vertiefung werden zweitägige Teamfortbildungen in den Kindertageseinrichtungen, der Anschluss an eine regionale Arbeitsgruppe, ein- bis dreitägige Fortbildungstage und die Weiterbildung zur Pikler®-Pädagogin angeboten ([www.pikler-verband.org/pikler-ausbildung/pikler-kurse](http://www.pikler-verband.org/pikler-ausbildung/pikler-kurse)).

Die Teilnehmerzahl ist auf 12 Personen begrenzt. Sie erhalten ein differenziertes Teilnahmezertifikat.

Detailinformationen zu den Kursinhalten und zur Terminplanung entnehmen Sie dem gesonderten Flyer, den Sie im Haus der Familie anfordern können

**07.02.2025**

Einführung Grundlagen der

Pikler® Pädagogik

**22.02. und 08.03.2025**

Selbstständige Bewegungsentwicklung; Äußere Bedingungen, die die freie Bewegungsentwicklung ermöglichen

**28.03. und 09.05.2025**

Selbstständige Spielentwicklung;

Gestaltung des Spiel- und Bewegungsraumes

**23.05.2025**

Anforderungen an den Außenspielbereich;

Zuschauen, Verstehen und Begleiten der kindlichen Aktivitäten

**13.06.2025**

Pflege 1: Beziehung und Kommunikation;

Gestaltung von Pflegesituationen

**14.06.2025**

Pflege 2: Fortsetzung

**28.06.2025**

Gestaltung der Eingewöhnungszeit;

Zuschauen, Verstehen und Gestalten

kindlicher Aktionen

**04.07.2025**

Elternbildung in Orientierung an Emmi Pikler;

Veränderungsprozesse in der eigenen Praxis

*In Zusammenarbeit mit der Pikler® Gesellschaft Berlin e.V.*

**Fr 07.02.–Fr 04.07.2025**

**09.00–16.30 Uhr**

Renate Niemiec

Isabel Heimbach-Focker

Teilnahme-Gebühr 600,00 € | 10 x = 80 UStd.

Ort: Kath. Familienbildungsstätte Euskirchen

Herz-Jesu-Vorplatz 5 | 53879 Euskirchen

**Veranstaltungs-Nr. 2568250001**

## &gt; FORTBILDUNG

**Aus der Praxis für die Praxis**

Dozentinnen für Eltern-Kind-Kurse haben die Möglichkeit, sich mit Fragestellungen und Problemen ihres Gruppenalltags auseinander zu setzen. Neben dem Erfahrungsaustausch gibt es Informationen zu Aktuellem aus der pädagogischen Praxis, zu Theorien und Tendenzen.

**Di 27.08. – Mi 11.12.2024**

**18.30 – 20.45 Uhr**

Renate Niemiec

gebührenfrei | 3 x = 9 UStd.

Ort: Digital

**Veranstaltungs-Nr. 2468690036**



**Blended Learning  
Veranstaltung**

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

**Dein Plan – Dein Ziel?**

Starte durch in Deine berufliche Zukunft

**Sie**

- suchen nach der Familien- und/oder Pflegezeit eine Arbeitsstelle
- sind aktuell unzufrieden mit ihrer beruflichen Situation
- möchten endlich mehr als nur im Minijob arbeiten
- möchten sich weiterbilden oder sogar nochmal neu durchstarten

Mit der richtigen Strategie gelingt Ihnen der (Wieder-)Einstieg in den Beruf! In diesem Workshop können Sie herausfinden, wie Sie ihre persönlichen beruflichen Wünsche und Ziele erreichen können.

**Sie**

- finden Ihre Potentiale
- bekommen Tipps zur Bewerbung, zum Thema Weiterbildung und Jobsuche
- erhalten ein professionelles Bewerbungsfoto
- lernen Arbeitgebende kennen
- bauen sich ein Netzwerk auf
- lernen Unterstützungsmöglichkeiten für Ihre berufliche Zukunft kennen
- können einen Praxisteil im Handwerk erleben

**Termine werden noch bekannt gegeben**

Sandra Schmitz

Ingrid Kloß

Teilnahme-Gebühr auf Anfrage | 6 x = 24 UStd.

Ort: Kath. Familienbildungsstätte Euskirchen

Herz-Jesu-Vorplatz 5 | 53879 Euskirchen

## &gt; KINDERTAGESPFLEGE

**Qualifizierung Kindertagespflege**

Nach QHB

Der Qualifizierungskurs nach QHB umfasst frühpädagogische Fachthemen ebenso wie praxisnahes Wissen zum Aufbau der eigenen Kindertagespflege. Er bietet Raum für persönliche Weiterentwicklung, Reflexion des eigenen Selbstverständnisses sowie den Austausch in der Gruppe und schließt mit dem Zertifikat des Bundesverbands für Kindertagespflege ab.

**300-Stunden Grundqualifizierung**

- 160-stündiger tätigkeitsvorbereitender Teil
- 140-stündiger tätigkeitsbegleitender Teil

**Information zu Kurs und Anmeldeverfahren**

02251 9571160 | zavelberg@fbs-euskirchen.de

**Waldpädagogik  
in der Kindertagespflege**

Fortbildung Kindertagespflege

- Einführung in die Grundlagen der Wald- und Umweltpädagogik
- Beschäftigung mit der Natur
- Spiele im Wald
- Hilfe für Insekten
- Vertrauensbildung
- Kreative Gestaltung mit Naturmaterialien



**GUT QUALIFIZIERT  
FÜR DIE KINDERTAGESPFLEGE**

**Sa 24.08.2024 | 09.00 – 12.15 Uhr**

Ingo Esser

Teilnahme-Gebühr 20,00 € | 1 x = 4 UStd.

Ort: Obstwiese am Siechhaus

Siechhaus an der B 265 | 53909 Zülpich

**Veranstaltungs-Nr. 2468250023**

**Organisierte Kindertagespflege  
im Kreis Euskirchen**

Praxisaustausch Tagespflegeeltern

**Ziele**

- Austausch unter Tagespflegepersonen
- Vernetzung
- Gegenseitige Unterstützung und Kontaktpflege

**Themen**

- Diskussion sowie Vorträge über aktuelle pädagogisch und beruflich relevante Themen, die im Laufe des Jahres gewünscht werden.
- Problemsituationen in der Tagespflege
- Berichte über positive Fortbildungserfahrungen
- Kollegialer Austausch

Die Veranstaltung findet online sowie an einzelnen Terminen im Haus der Familie statt. Nähere Informationen auf Nachfrage.

**Di 10.09. und Di 12.11.2024**

**19.00 – 21.15 Uhr**

Anna Wiebe

gebührenfrei | 2 x = 6 UStd.

Ort: Digital

**Veranstaltungs-Nr. 2468250013**



**Blended Learning  
Veranstaltung**

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

## > KINDERTAGESPFLEGE

### Mehrsprachigkeit in der Tagespflege

Sprachliche Vielfalt ist ein Schatz –  
Fortbildung Kindertagespflege online

Unsere Gesellschaft wird immer vielfältiger, auch in sprachlicher Hinsicht. Tageskinder, aber auch Kindertagespflegepersonen selbst, bringen nichtdeutsche Muttersprachen in den Alltag der Tagespflege mit. Macht das »alles nur kompliziert« oder finden wir in der Mehrsprachigkeit einen Schatz? Wie gehen wir am besten damit um, wenn Tagespflegekinder mit nichtdeutscher Muttersprache in die Tagespflege kommen? Welche Auswirkungen hat das auf die Kindergruppe? Und wie könnte die Tagespflegeperson mit ihrer eigenen nichtdeutschen Muttersprache umgehen? Diesen Fragen werden wir in der Veranstaltung nachgehen.

#### Bitte beachten Sie

Für das Ausstellen einer Teilnahmebescheinigung ist eine dauerhafte Aktivierung der Kamera und des Mikrofons zwingend erforderlich!



**Sa 28.09.2024 | 10.00 – 12.15 Uhr**

Antje Borgelt  
Teilnahme-Gebühr 30,00 € | 1 x = 3 UStd.  
Ort: Digital

**Veranstaltungs-Nr. 2468250026**



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

### Erste Hilfe in Bildungs- und Betreuungseinrichtungen für Kinder

Für Tagespflegepersonen, Eltern und Pflegepersonen

Damit ein sicheres Handeln in Notfallsituationen gewährleistet werden kann, muss alle zwei Jahre eine Erste-Hilfe-Schulung in Bildungs- und Betreuungseinrichtungen durchgeführt werden. Dieser Kurs deckt sowohl das Erlernen der Erste-Hilfe-Maßnahmen bei Erwachsenen als auch bei Kindern ab: Zusätzlich zu Notfällen im Erwachsenenalter werden ausgewählte Notfall- und Krankheitsbilder von Kindern unterrichtet.

Die Kursgebühr kann über einen Gutschein der Berufsgenossenschaft abgerechnet werden. Bitte geben Sie bei Anmeldung an, ob Sie einen Gutschein beantragen und bringen diesen zum Kurstermin mit.

**Sa 26.10.2024 | 09.30 – 17.00 Uhr**

Sonja Skorupa  
Teilnahme-Gebühr 55,00 € | 1 x = 9 UStd.  
Ort: Kath. Familienbildungsstätte Euskirchen  
Herz-Jesu-Vorplatz 5 | 53879 Euskirchen

**Veranstaltungs-Nr. 2468250025**

## > KINDERTAGESPFLEGE

### Fit in der Kindertagespflege – den Rücken stärken und schützen

Fortbildung Kindertagespflege

Der Arbeitsalltag fordert unseren Körper und Geist. Häufig bleibt keine Zeit für eine gute ausgleichende Entspannung. Wie können Verspannungen mit kleinen Übungen gelöst und die Beweglichkeit gesteigert werden? Worauf kann ich achten, dass Belastungen wie häufiges Bücken und Heben nicht zu schmerzhaften Dauerzustand mutieren?

Dieses Seminar möchte Ihnen Erklärungen liefern und Anregungen bieten, vorsorglich mit den täglichen Anforderungen »rückenscho-nend« umzugehen.

Die Übungen sind einfach und werden den Bedürfnissen der Teilnehmerinnen angepasst. Außerdem können die Bewegungen ohne Sportkleidung im Arbeitsalltag integriert werden.



**Fr 15.11.2024 | 17.00 – 20.15 Uhr**

Kornelia Kandziora  
Teilnahme-Gebühr 17,00 € | 1 x = 4 UStd.  
Ort: Kath. Familienbildungsstätte Euskirchen  
Herz-Jesu-Vorplatz 5 | 53879 Euskirchen  
**Veranstaltungs-Nr. 2468250014**

### Unfallverhütung und Sicherheit in der Tagespflege

Fortbildung Kindertagespflege

In dieser Veranstaltung geht es um die fachlichen Hintergründe von Kinderunfällen sowie Wege der Prävention und Unfallvermeidung in der Kindertagespflege. Sie richtet sich sowohl an neue wie auch langjährig tätige Kindertagespflegepersonen und wird durch eine Referentin der Unfallkasse NRW durchgeführt.

- Daten und Fakten, typisches Unfallgeschehen
- sichere Gestaltung von Räumen und Wohnumgebung
- Hitzeschutz und Prävention
- erste Schritte zum eigenen Notfallkonzept

#### Bitte mitbringen

eine Sonnencreme, die gerade im Haus ist  
karierte Blätter, Lineal, Bleistift, Radierer und Buntstifte rot und grün



**Fr 29.11.2024 | 17.00 – 20.15 Uhr**

Claudia Lütters  
Teilnahme-Gebühr 25,00 € | 1 x = 4 UStd.  
Ort: Kath. Familienbildungsstätte Euskirchen  
Herz-Jesu-Vorplatz 5 | 53879 Euskirchen  
**Veranstaltungs-Nr. 2468250024**

Wir sagen  
danke und wollen  
mit Ihnen feiern!

20 Jahre  
SchulTag

Herzliche Einladung an  
Dozent/innen, OGS-Träger/innen,  
OGS-Mitarbeitende  
und weitere Interessenten.

Informationen zu allen Veranstaltungen  
anlässlich des Jubiläums  
und Anmelde-möglichkeiten  
finden Sie unter  
**www.SchulTag.info**

**Alle Veranstaltungen sind kostenfrei.**



## > SCHULTAG

### SchulTag Aufbaukurs (18)

Der Aufbaukurs richtet sich an Teilnehmende, die bereits einen Grundkurs absolviert haben. Grundkurs und Aufbaukurs bauen aufeinander auf und bilden zusammen eine gute Grundqualifizierung, sodass es sich empfiehlt, beide Kurse zu besuchen. Er ist wie der Grundkurs auch modular aufgebaut, das heißt, er setzt sich aus verschiedenen Bausteinen zusammen und umfasst insgesamt 88 Unterrichtseinheiten. Inhaltlich setzt sich der Aufbaukurs aus drei Schwerpunktbereichen zusammen, die den Kurs in unterschiedlichen Kursabschnitten strukturieren:

- D. Projektarbeit
- E. Vertiefung von Grundkursthemem
- 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. Dies soll eine differenziertere Auseinandersetzung mit den Themen ermöglichen. Ziel ist es 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.

Detailinformationen zum Kursverlauf entnehmen Sie bitte dem Kursflyer, den wir Ihnen auf Anfrage zusenden.



**Mo 11.11.2024 – Mo 02.06.2025**

**08.15 – 11.30 Uhr**

Teilnahme-Gebühr 650,00 € | 21 x = 88 UStd.

Ort: Kath. Familienbildungsstätte Euskirchen  
Herz-Jesu-Vorplatz 5 | 53879 Euskirchen

**Veranstaltungs-Nr. 2468250022**

### Haben Kinder Vorurteile?

Ein SchulTag-Plus-Angebot

Wenn ja, wie können wir im OGS-Alltag damit umgehen und diesen begegnen? Wie schaffen wir es, dass Kinder Unterschiede als Ressource wahrnehmen? Sich gegenseitig akzeptieren und respektieren? Welche Rolle spielt dabei unser Sprachgebrauch? Ein Einblick in eine diversitätssensible und antidiskriminierende Pädagogik kann uns bei der Beantwortung dieser Fragen helfen. In diesem Workshop wollen wir uns mit unserer Haltung, mit Wegen der diversitätssensiblen Kommunikation und praxisorientierten Methoden beschäftigen. Wir werden gemeinsam aktiv gegen Vorurteile.



**Di 10.09.2024 | 18.00 – 20.15 Uhr**

Nina Braun

Teilnahme-Gebühr 12,00 € | 1 x = 3 UStd.

Ort: Kath. Familienbildungsstätte Euskirchen  
Herz-Jesu-Vorplatz 5 | 53879 Euskirchen

**Veranstaltungs-Nr. 2468250027**

## &gt; PFLEGEELTERN

**Qualifizierungsmaßnahme  
für Pflegeelternbewerber****Zielgruppe**

Ehepaare/Paare/Alleinerziehende, die sich für die Aufnahme eines Pflegekindes interessieren

**Ziel**

Bewerber erfahren, auf was sie sich einlassen, was von ihnen erwartet wird und welche Hilfen sie bekommen. Durch die Auseinandersetzung mit dem sehr facettenreichen Thema wird den Bewerbern die Möglichkeit der Reflexion geboten, um zu einer besseren Selbsteinschätzung zu gelangen.

**Inhalte**

- Motivation für diese Aufgabe
- Das Herkunftssystem
- Entwicklungsmöglichkeiten
- Rechtliche Rahmenbedingungen
- Veränderungen im Familiensystem

**Anmeldung und Auskunft:**

Frau Müllenborn, DKSB Euskirchen  
Tel. 02251 7025821  
eva-maria.muellenborn@dksb-eu.de

*Kooperation mit dem Kinderschutzbund  
und dem Kreis Euskirchen.*

**Di 27.08. | Di 10.09. | Sa 14.09. und  
Di 24.09.2024**

**18.00 – 21.30 Uhr**

Thomas Kühn  
Claudia Wagner  
gebührenfrei | 4 x = 20 UStd.  
Ort: Kath. Familienbildungsstätte Euskirchen  
Herz-Jesu-Vorplatz 5 | 53879 Euskirchen

**Veranstaltungs-Nr. 2468690033**

**Verwandtenpflegeschulung****Zielgruppe**

Personen, die ein Kind aus ihrer Verwandtschaft bei sich aufgenommen haben.

**Ziel**

Verwandte können sich mit ihrer besonderen Situation als Pflegeeltern auseinandersetzen und erfahren, was von ihnen erwartet wird und welche Hilfen es gibt. Die Veranstaltung dient ebenso dem Erfahrungsaustausch mit Familien, die sich der gleichen Aufgabe gestellt haben.

**Inhalte**

- Stellung des Kindes im Hilfeprozess
- Rechtliche Rahmenbedingungen
- Integrationsmodell
- erzieherische Haltungen
- Besonderheit der Verwandtenpflege

**Anmeldung und Auskunft**

DKSB Euskirchen

**Di 29.10. – Di 12.11.2024**

**18.00 – 21.15 Uhr**

Elena Riso  
gebührenfrei | 3 x = 12 UStd.  
Ort: Kath. Familienbildungsstätte Euskirchen  
Herz-Jesu-Vorplatz 5 | 53879 Euskirchen  
**Veranstaltungs-Nr. 2468690030**

## &gt; PFLEGEELTERN

**Themenbezogene Arbeit  
zum Pflegekinderwesen**

Seminar für Pflegeeltern

Themen aus den Bereichen Biographie-Arbeit, Trauma-Arbeit, Neuerungen im Pflegekinderwesen, Reaktionen nach Besuchskontakten und vieles mehr ist Inhalt der Seminare.

**Anmeldung und Auskunft**

DKSB Euskirchen

**Di 19.11.2024 | 19.30 – 21.45 Uhr**

Sabine Friederichs  
Hildegard Bitter  
gebührenfrei | 1 x = 3 UStd.  
Ort: Kath. Familienbildungsstätte Euskirchen  
Herz-Jesu-Vorplatz 5 | 53879 Euskirchen  
**Veranstaltungs-Nr. 2468690034**



Foto: Zoriana Zaitseva/shutterstock.com

**Bereitschaftspflege-Elternseminar**

In dem Treffen geht es um spezifische Themen der Arbeit der Bereitschaftspflegefamilien. Ebenso geht es um einen Austausch untereinander, zu dem alle Bereitschaftspflegefamilien eingeladen sind.

Eine Anmeldung ist nicht erforderlich.

Mandy Jambor

Elena Riso

gebührenfrei | 1 x = 3 UStd.

Ort: Kath. Familienbildungsstätte Euskirchen  
Herz-Jesu-Vorplatz 5 | 53879 Euskirchen

**Di 20.08.2024 | 19.00 – 21.15 Uhr**

**Veranstaltungs-Nr. 2468690031**

**Mo 04.11.2024 | 19.00 – 21.15 Uhr**

**Veranstaltungs-Nr. 2468690032**



Foto: verimo/shutterstock.com

## PERSÖNLICHE ENTWICKLUNG

Wer bin ich, wie lebe ich sinnvoll, wie gestalte ich mein Leben mit anderen? Welche Werte sind mir wichtig? Die Ausbildung von Identität ist ein Prozess, der nie endet und der in jeder Lebensphase neue Herausforderungen und Möglichkeiten mit sich bringt. Unsere Bildungsangebote vermitteln Kompetenzen, um aufmerksam mit sich selbst und anderen umzugehen. Sie helfen, den eigenen Lebensstil, die Beziehungen zu Partnern und Kindern und zu Gott zu gestalten. Und sie regen an, sich die Frage, was ein gelingendes Leben ausmacht, immer wieder neu zu stellen.

## > PERSÖNLICHE ENTWICKLUNG

### Lernen Körper, Geist und Herz zu stillen

Schweigeworkshop

Wie komme ich zur Ruhe? Wie kann ich eine innere Atmosphäre schaffen, die mir dabei hilft, mich zu beruhigen und die Körper, Geist und Herz zur Ruhe kommen lässt? In diesem Schweigeworkshop werden Sie mit unterschiedlichen Methoden der Achtsamkeitspraxis (Sitzmeditation, Atemachtsamkeit, Bodyscan, Achtsames Yoga und Gehmeditation) sanft angeleitet, in Ihre eigene Stille zu gehen, ihr zu begegnen und mit ihr zu sein. Die Erfahrung von Stille erschöpft sich nicht darin, äußerlich ruhig auf dem Meditationskissen zu sitzen und innerlich die Gedanken zum Schweigen zu bringen. Die Erfahrung von Stille ist eine von Augenblick zu Augenblick stattfindende Übung des Ausruhens, um in liebevoller Verbundenheit mit anderen zu leben.

#### Bitte beachten Sie

- Es gibt keine Voraussetzungen.
- Für die Sitzmeditation können Sie zwischen Stühlen und Meditationskissen wählen.
- Bitte bringen Sie bequeme Kleidung und dicke Socken mit.

Anja Siebertz  
Teilnahme-Gebühr 20,00 € | 1 x = 5 UStd.  
Ort: Kath. Familienbildungsstätte Euskirchen  
Herz-Jesu-Vorplatz 5 | 53879 Euskirchen

**Sa 28.09.2024 | 14.30–18.30 Uhr**  
**Veranstaltungs-Nr. 2468740007**

**Sa 09.11.2024 | 14.30–18.30 Uhr**  
**Veranstaltungs-Nr. 2468740008**

### Schreibwerkstatt – Kreatives Schreiben

für alle, die mit Sprache spielen möchten

Dieser Kurs richtet sich an Menschen, die schon schreiben und auf der Suche nach neuen Impulsen sind, aber auch an diejenigen, die es einmal ausprobieren möchten. Schreiben ist eine gute Möglichkeit, der eigenen Kreativität Ausdruck zu verleihen.

Lernen Sie mit verschiedenen Schreibspielen die Scheu vor dem weißen Blatt zu verlieren. So entstehen spontan kurze Texte, Geschichten, Gedichte, Gruppentexte und vieles mehr. Die Dozentin schöpft aus einem großen Fundus von Anleitungsmöglichkeiten. Diese regen die Fantasie an und rufen Assoziationen hervor. Auf achtsame Weise können Sie sich anschließend über die entstandenen Texte in der Gruppe austauschen. In diesem abwechslungsreichen Kurs können Sie viele Möglichkeiten zur Entstehung unterschiedlichster Textformen kennenlernen und über einen längeren Zeitraum Erfahrungen im privaten Schreiballtag bearbeiten.

**Di 27.08. | Di 10.09. | Di 24.09. und Di 08.10.2024**

**17.15 – 19.30 Uhr**  
Sylvia Ludwig  
Teilnahme-Gebühr 35,00 € | 4 x = 12 UStd.  
Ort: Kath. Familienbildungsstätte Euskirchen  
Herz-Jesu-Vorplatz 5 | 53879 Euskirchen  
**Veranstaltungs-Nr. 2468760005**

## > PERSÖNLICHE ENTWICKLUNG

### Ein Notfallrucksack zur Selbstregulation

Selbstregulation beschreibt die Fähigkeit, die eigenen Gefühle, Gedanken und Impulse an verschiedene Gegebenheiten anpassen und steuern zu können. Eine gute Selbstregulation ist nicht nur für das Erreichen von individuellen Zielen, sondern auch für den Umgang mit herausfordernden Situationen förderlich. Im Rahmen des Workshops lernen Sie unterstützende Methoden aus dem Yin-Yoga, dem Yoga-Coaching, dynamischer Meditation, Atemübungen etc. kennen, die Sie dabei unterstützen können in stressigen Zeiten die eigene Mitte zu bewahren.

Der Tag bietet ein entspanntes Ankommen in die Möglichkeit der Selbstregulation mit Zeit für Praxis, Austausch und Integration.

**Sa 30.11.2024 | 10.00–13.00 Uhr**  
Claudia Müller-Altena  
Teilnahme-Gebühr 15,00 € | 1 x = 4 UStd.  
Ort: Kath. Familienbildungsstätte Euskirchen  
Herz-Jesu-Vorplatz 5 | 53879 Euskirchen  
**Veranstaltungs-Nr. 2468660124**



Foto: KieferPix/shutterstock.com

### Die bedrängte Seele

Identitätsprobleme und Krisensituationen der verunsicherten Gegenwart

Dr. Peter Conzen, Psychologe und ehemals Leiter der Caritas-Familienberatungsstelle Bonn, spricht in seinem Vortrag über den Umgang mit Krisensituationen im privaten und öffentlichen Bereich.

Im Anschluss an seinen Vortrag besteht die Möglichkeit zu Rückfragen und Gespräch.

**Mo 28.10.2024 | 19.00–21.15 Uhr**  
Dr. Peter Conzen  
Teilnahme-Gebühr 9,00 € | 1 x = 3 UStd.  
Ort: Kath. Familienbildungsstätte Euskirchen  
Herz-Jesu-Vorplatz 5 | 53879 Euskirchen  
**Veranstaltungs-Nr. 2468750014**

## > ÄLTER WERDEN

### Smartphone-Kurs für Nutzer 60+

Einsteigerkurs

In diesem Kurs lernen Sie die verschiedenen, grundlegenden Funktionen Ihres Smartphones kennen. Sie erfahren, welche Einstellungen Sie an Ihrem Handy selbst vornehmen können und wie Sie die geläufigsten Anwendungen nutzen: Kontakte anlegen, telefonieren, Nachrichten versenden, ...

Der Kurs richtet sich nach dem Tempo der Teilnehmenden. Es ist keinerlei Vorwissen erforderlich!

Bitte beachten Sie, dass es sich um einen Kurs für Android (Google)-Smartphones handelt. Für Besitzer eines iPhones (Apple) ist der Kurs nicht geeignet.

Ein Ausdruck der behandelten Themen inkl. bebildeter Anleitung ist in der Kursgebühr enthalten.

**Mo 30.09. | Di 01.10. und Mi 02.10.2024  
10.00–12.30 Uhr**

Florine Calleen

Teilnahme-Gebühr 53,00 € | 3 x = 9 UStd.

Ort: Kath. Familienbildungsstätte Euskirchen  
Herz-Jesu-Vorplatz 5 | 53879 Euskirchen

**Veranstaltungs-Nr. 2468750011**

### Smartphone-Kurs für Nutzer 60+

Vertiefungskurs und Messengerdienste

In diesem Kurs können Sie Ihre Smartphone-Kenntnisse vertiefen. Anwendungen und Einstellungen, Austausch von Fotos und Nachrichten über Apps ... Dieser Kurs hilft Ihnen, im Umgang mit Ihrem Handy sicherer zu werden. Der Kurs richtet sich nach dem Tempo der Teilnehmenden.

Bitte beachten Sie, dass es sich um einen Kurs für Android (Google)-Smartphones handelt. Für Besitzer eines iPhones (Apple) ist der Kurs nicht geeignet.

Ein Ausdruck der behandelten Themen inkl. bebildeter Anleitung ist in der Kursgebühr enthalten.

**Mo 25.11. | Di 26.11. und Mi 27.11.2024  
10.00–12.30 Uhr**

Florine Calleen

Teilnahme-Gebühr 53,00 € | 3 x = 9 UStd.

Ort: Kath. Familienbildungsstätte Euskirchen  
Herz-Jesu-Vorplatz 5 | 53879 Euskirchen

**Veranstaltungs-Nr. 2468750012**

## > ÄLTER WERDEN

### Leben mit einem Menschen mit Demenz

Angehörigenschulung nach dem Konzept EduKation demenz®

**Weitere Informationen auf Seite 72**

**Di 17.09. – Di 03.12.2024**

**18.00 – 20.15 Uhr**

Lydia Preuss

gebührenfrei | 10 x = 30 UStd.

Ort: Kath. Familienbildungsstätte Euskirchen  
Herz-Jesu-Vorplatz 5 | 53879 Euskirchen

**Veranstaltungs-Nr. 2468750013**

### Kochen und Klönen – ein Angebot für Menschen im »besten Alter«

kleine saisonale und regionale Gerichte

**Weitere Informationen auf Seite 94**

Kirstin Nobis

Teilnahme-Gebühr 10,00 €,

inkl. Lebensmittelumlage | 1 x = 3 UStd.

Ort: Kath. Familienbildungsstätte Euskirchen  
Herz-Jesu-Vorplatz 5 | 53879 Euskirchen

**Di 10.09.2024 | 10.00–12.15 Uhr**

**Veranstaltungs-Nr. 2468660139**

**Di 08.10.2024 | 10.00–12.15 Uhr**

**Veranstaltungs-Nr. 2468660140**

**Di 19.11.2024 | 10.00–12.15 Uhr**

**Veranstaltungs-Nr. 2468660141**

**Di 17.12.2024 | 10.00–12.15 Uhr**

**Veranstaltungs-Nr. 2468660142**

### Mit allen Sinnen

Entspannt und fit im Alter

Aktivieren Sie Ihren Körper, Hirn und Sinne! Wohltuende Übungen (für Körper, Geist und Seele) zur sanften Körperaktivierung, Sinneswahrnehmung, Schulung der Konzentration und Hirngesundheit.

Dieser Kurs ist speziell für Senioren konzipiert und nimmt Rücksicht auf die verschiedensten Beeinträchtigungen des Alters. So können Sie individuell Ihre eigene Fitness stärken und dabei mit anderen Menschen Zeit verbringen. Unsere qualifizierte Dozentin wird Sie hierbei gerne unterstützen.

#### Bitte mitbringen

- ggf. ein Handtuch zum Abdecken der Matte

Marion Coppeneur

Teilnahme-Gebühr 37,50 € | 5 x = 10 UStd.

Ort: Kath. Familienbildungsstätte Euskirchen  
Herz-Jesu-Vorplatz 5 | 53879 Euskirchen

**Fr 13.09. – Fr 18.10.2024**

**10.00–11.30 Uhr**

**Veranstaltungs-Nr. 2468660130**

**Fr 15.11. – Fr 13.12.2024**

**10.00–11.30 Uhr**

**Veranstaltungs-Nr. 2468660143**



Foto: Reinhold Leitner/shutterstock.com

## 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.

## &gt; KULTUR

**Ausstellung Yellow & Blue**

LASKAVO PROSIMO!  
HERZLICH WILLKOMMEN!

**Ausstellungseröffnung 03.09.2024**

Am 24. Februar 2022 marschierten russische Truppen völkerrechtswidrig in die Ukraine ein.

Die Ukraine ist ein Land im Krieg; aber die Ukraine ist weit mehr als ein Land im Krieg. Das zeigt die Ausstellung #standwithukraine mit Motiven des Pictoric Illustrators Club, einer Vereinigung von ukrainischen Illustrator/innen, Künstler/innen und Grafik- Designer/innen. Die Werkreihe Yellow & Blue ist vor dem Krieg entstanden und gibt Einblicke in Geschichte, Politik, Wirtschaft und Gesellschaft sowie in Kultur und Leben in der traditionellen und zeitgenössischen Ukraine.

**02.09. – 30.09.2024****Haus der Familie**

Herz-Jesu-Vorplatz 5 | 53879 Euskirchen  
Zu den Öffnungszeiten  
Mo–Fr 09.00–12.00 Uhr

24 лютого 2022 року відбулось вторгнення російських військ в Україну з порушенням міжнародного права.  
Україна – країна у стані війни; але Україна — це набагато більше, ніж країна у стані війни.  
Про це свідчить виставка #standwithukraine Мотиви з Клубу ілюстраторів Pictoric, Асоціація українських ілюстраторів, Художники та графічні дизайнери.  
Жовтий & Блакитний — були ще до війни, виникли і проникли в історію, політику, економіку та суспільство, а також в культуру і життя в традиційній і сучасній Україні.

Відвідати виставку можна з понеділка по п'ятницю з 9:00 до 12:00.



Kotyk  
Sunflower



Sofia Runova  
Imkereji



Anna Andreieva  
IT-Unternehmen



Anna Sarvira  
Straßenmarkt

## &gt; KULTUR

**Große und kleine Mutproben**

Erzähltheater für Eltern mit Kindern  
von 3 bis 6 Jahren

Es werden verschiedene Erzähltheaterstücke rund um das Thema »Mut« aufgeführt. Verbringen Sie mit Ihren Kindern oder Enkeln einen schönen Nachmittag und lernen Sie diese besondere Art des Theaters kennen.

**Fr 11.10.2024 | 15.00–16.30 Uhr**

Kerstin Thielemann  
gebührenfrei | 1 x = 2 UStd.

Ort: Kath. Familienbildungsstätte Euskirchen  
Herz-Jesu-Vorplatz 5 | 53879 Euskirchen

**Veranstaltungs-Nr. 2468620092****Väterchen Frost**

Figuren-Theater für Eltern mit Kindern  
ab 3 Jahren

Im tief verschneiten russischen Winterwald wohnt Nastja mit ihrer bösen Stiefmutter und deren faulen und verwöhnten Tochter Olenka. Als der Zar verspricht denjenigen, der ihm für das anstehende Weihnachtsfest einen Korb mit Erdbeeren bringt, mit Gold aufzuwiegen, jagt die Mutter Nastja in die Winternacht, um welche zu suchen ...

Aber im Dezember gibt es keine Erdbeeren im Wald! Als Nastja keinen Ausweg mehr weiß, trifft sie auf Väterchen Frost ... Mit viel Musik und sehr viel Schnee für Kinder ab 3 Jahren.

**Fr 29.11.2024 | 15.00–16.00 Uhr**

Christian Schweiger  
gebührenfrei | 1 x = 1 UStd.

Ort: Forum St. Matthias  
Franziskanerplatz 1 | 53879 Euskirchen

**Veranstaltungs-Nr. 2468620078**

Foto: GoodMood Photo/shutterstock.com



Foto: Monkey Business Images/shutterstock.com

## 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.

## > GESUNDHEITSWISSEN

### Leben mit einem Menschen mit Demenz

Angehörigenschulung nach dem Konzept EduKation demenz®

Das Leben mit einem Angehörigen, der an Demenz erkrankt ist, fordert in vielfältiger Weise heraus und kann sehr belastend sein. Dieses Seminar will Ihnen helfen, die Demenzerkrankung besser zu verstehen, gut mit der/m Betroffenen zu kommunizieren und wird Ihnen Entlastungsstrategien aufzeigen. EduKation demenz® heißt »Entlastung durch Förderung der Kommunikation bei Demenz« und wurde von Prof. Dr. Sabine Engel auf der Basis langjähriger Erfahrung mit dementiell Erkrankten und deren Angehörigen entwickelt. Es ist die einzige wissenschaftlich evaluierte Angehörigenschulung in Deutschland. Menschen, die den Kurs absolviert haben, waren nachweislich in der Lage, durch einfühlsame Kommunikation Konfliktsituationen besser zu bewältigen und konnten so ihr persönliches Belastungsempfinden deutlich reduzieren. Der Kurs in 10 Einheiten bietet eine Mischung aus Information, Raum für Austausch in der Gruppe und Erarbeitung von Strategien für den geeigneten Umgang mit der/m dementiell erkrankten Angehörigen.

## BARMER

**Di 17.09. – Di 03.12.2024**

**18.00 – 20.15 Uhr**

Lydia Preuss

gebührenfrei | 10 x = 30 UStd.

Ein Skript zum Kurs kann für 7,00 € bei der Referentin erworben werden.

Ort: Kath. Familienbildungsstätte Euskirchen Herz-Jesu-Vorplatz 5 | 53879 Euskirchen

**Veranstaltungs-Nr. 2468750013**

### Parkinson – Themen und Gespräche

Regionalgruppe Parkinson

Treffen der Regionalgruppe Parkinson Kreis Euskirchen mit unterschiedlichen Themen/Schwerpunkten.

**Mo 07.10. & Mo 04.11.2024**

**16.00 – 18.15 Uhr**

Ulrike Ahrens

gebührenfrei | 2 x = 6 UStd.

Ort: Kath. Familienbildungsstätte Euskirchen Herz-Jesu-Vorplatz 5 | 53879 Euskirchen

**Veranstaltungs-Nr. 2468750002**



Foto: Deman/shutterstock.com

## > ENTSPANNUNG UND BEWEGUNG

### Qigong Yangsheng

Innere Ruhe und Energie für den Alltag mit gesundheitsfördernden Übungen der Traditionellen Chinesischen Medizin

Qigong Yangsheng nach dem Lehrsystem von Prof. Jiao Guorui gibt uns eine Vielzahl von Übungen an die Hand, die Sie sowohl im Sitzen als auch im Stehen oder Gehen praktizieren können. Langsame, harmonische Bewegungen, in Achtsamkeit durchgeführt, können Beschwerden bessern, tragen zur Kräftigung bei und fördern die Gelassenheit. Übungen aus den »8 Brokaten«, gekennzeichnet durch anmutige Schlichtheit und tiefgreifende Wirkungen, werden ergänzt durch Übungen der »15 Ausdrucksformen«.

Der Kurs führt sowohl in das bewegte als auch das stille Qigong ein, das uns in tiefe Entspannung führen kann. Qigong Yangsheng meint eine harmonische Lebensgestaltung und lädt uns ein, die eigene Lebenskraft zu aktivieren und zu pflegen, uns selbst mit einem Lächeln zu begegnen und uns in der gegenwärtigen Lebenssituation respektvoll anzunehmen. »Qigong Yangsheng ist ein Dialog mit der Lebenskraft.«

#### Bitte beachten Sie

Bitte in bequemer Kleidung und mit leichten Hallenschuhen oder rutschfesten Socken erscheinen.

**Do 29.08. – Do 12.12.2024**

**19.00 – 20.30 Uhr**

Dieter Renner

Teilnahme-Gebühr 67,60 € | 13 x = 26 UStd.

Ort: Kath. Familienbildungsstätte Euskirchen Herz-Jesu-Vorplatz 5 | 53879 Euskirchen

**Veranstaltungs-Nr. 2468660094**

### Wohltuende Auszeit auf der Matte mit Yin Yoga

Yin Yoga ist ein sanfter passiver Yoga-Stil und eine wunderbare Möglichkeit, Körper, Seele und Geist etwas Gutes zu tun. Nach einem ausgefüllten Tag bewirkt die achtsame Bewegung unseres Körpers, dass wir tiefer in uns ankommen, loslassen und Ruhe finden können. In dieser Einführung ins Yin Yoga lassen wir uns ohne aktive Muskelkraft und bei Bedarf mit entsprechenden Hilfsmitteln in die jeweilige Position hinein sinken und verweilen dort für mehrere Minuten. Durch das lange Verweilen in den Positionen ohne Krafteinsatz wirkt die Dehnung tief in das Faszienewebe. Das Gewebe wird dabei spürbar weicher und geschmeidiger; die Faszien werden gedehnt und genährt. Eine Wohltat für den Körper! Der Geist und die Seele können sich bei dieser sanften Praxis im Loslassen einüben und zu tiefer Ruhe finden.

#### Bitte beachten Sie

- Bitte bringen Sie ggf. ein Handtuch zum Abdecken der Matte mit.
- Nehmen Sie ca. zwei Stunden vor der Yogastunde keine größere Mahlzeit mehr zu sich.

**Mi 04.09. – Mi 04.12.2024**

**17.00 – 18.30 Uhr**

Astrid Günther

Teilnahme-Gebühr 68,40 € | 9 x = 18 UStd.

Ort: Kath. Familienbildungsstätte Euskirchen Herz-Jesu-Vorplatz 5 | 53879 Euskirchen

**Veranstaltungs-Nr. 2468660092**

## > ENTSPANNUNG UND BEWEGUNG

### Lachyoga

Lachen kann jeder – auch ohne Grund. Warum sollte man das tun? Weil Lachen glücklich macht, sich positiv auf unsere Gesundheit auswirkt und Spaß bringt. Aus einem anfänglich absichtlichen Lachen wird ein spontanes und unser Gehirn unterscheidet nicht zwischen künstlichem und echtem Lachen. Der physiologische und psychologische Effekt auf Körper, Seele und Geist ist der gleiche.

Der Kurs bietet eine Einführung in diese Methode, die der Arzt Madan Kataria gemeinsam mit seiner Frau Madhuri, einer Yoga-Lehrerin, entwickelte. Es werden Atem- und Bewegungstechniken aus dem Yoga mit Lachübungen kombiniert.

Nutzen Sie die alte Volksweisheit, dass »Lachen die beste Medizin ist« und beenden Sie lachend Ihren Tag.

#### Bitte beachten Sie

- Bitte bringen Sie ggf. ein Handtuch zum Abdecken der Matte mit.
- Nehmen Sie ca. zwei Stunden vor der Yogastunde keine größere Mahlzeit mehr zu sich.

**Mo 04.11. – Mo 02.12.2024**

**17.00 – 18.30 Uhr**

Monika Dransmann-Loick

Teilnahme-Gebühr 45,00 € | 5 x = 10 UStd.

Ort: Kath. Familienbildungsstätte Euskirchen

Herz-Jesu-Vorplatz 5 | 53879 Euskirchen

**Veranstaltungs-Nr. 2468660116**

### Faszienyoga für Anfänger und Geübte

Der Kurs verbindet altes Yogawissen und die neuen Erkenntnisse der Faszienforschung und zielt darauf ab, sowohl Beweglichkeit und Geschmeidigkeit als auch Kraft und Stabilität aufzubauen und zu erhalten. Gelenke und der gesamte Körper werden sanft mobilisiert und gekräftigt. In fließenden Übungsabläufen werden Bewegung und Atem harmonisiert, was zur Entspannung, inneren Ruhe und Ausgeglichenheit führt. Der Kurs ist sowohl für Anfänger als auch für Geübte geeignet.

#### Bitte beachten Sie

- Bitte bringen Sie ggf. ein Handtuch zum Abdecken der Matte mit.
- Nehmen Sie ca. zwei Stunden vor der Yogastunde keine größere Mahlzeit mehr zu sich.

**Mi 28.08. – Mi 11.12.2024**

**10.15 – 11.45 Uhr**

Alexandra Gattung

Teilnahme-Gebühr 128,80 € | 14 x = 28 UStd.

Ort: Kath. Familienbildungsstätte Euskirchen

Herz-Jesu-Vorplatz 5 | 53879 Euskirchen

**Veranstaltungs-Nr. 2468660087**

## > ENTSPANNUNG UND BEWEGUNG

### Yoga zur sanften Mobilisation

Wenn wir unseren Bewegungsumfang nicht regelmäßig nutzen, schränken wir unsere körperliche Verfassung – und damit auch unser Wohlfühl – immer mehr ein.

In der Yogastunde werden im Atemfluß alle Gelenke mobilisiert und der Körper gedehnt und gekräftigt. Zur Unterstützung und Stabilisierung nutzen wir Yogablöcke, Kissen bis hin zum Stuhl. Diese werden in die Asanas (Positionen) integriert, so dass die ursprüngliche Ausrichtung wieder erlebbar wird.

Der Kurs ist auch für all jene gut geeignet, die aus verschieden Gründen unter Bewegungseinschränkungen leiden.

#### Bitte beachten Sie

- Bitte bringen Sie ggf. ein Handtuch zum Abdecken der Matte mit.
- Nehmen Sie ca. zwei Stunden vor der Yogastunde keine größere Mahlzeit mehr zu sich.

Alexandra Gattung

Ort: Kath. Familienbildungsstätte Euskirchen

Herz-Jesu-Vorplatz 5 | 53879 Euskirchen

**Do 29.08. – Do 26.09.2024**

**10.00 – 11.30 Uhr**

Teilnahme-Gebühr 46,00 € | 5 x = 10 UStd.

**Veranstaltungs-Nr. 2468660098**

**Do 10.10. – Do 12.12.2024**

**10.00 – 11.30 Uhr**

Teilnahme-Gebühr 73,60 € | 8 x = 16 UStd.

**Veranstaltungs-Nr. 2468660144**

### Hatha-Yoga für Anfänger und Geübte

Zur Ruhe kommen, den Körper bewegen und stärken, entspannen, all das wird bei dieser Einführung ins Hatha-Yoga geübt. Die Kursleiterin geht auf die verschiedenen Fähigkeiten und Bedürfnisse der Teilnehmenden ein, so dass Anfänger wie bereits Geübte im Kurs willkommen sind.

#### Bitte beachten Sie

- Bitte bringen Sie ggf. ein Handtuch zum Abdecken der Matte mit.
- Nehmen Sie ca. zwei Stunden vor der Yogastunde keine größere Mahlzeit mehr zu sich.

**Mi 04.09. – Mi 11.12.2024**

**19.00 – 20.30 Uhr**

Michelle Herpertz

Teilnahme-Gebühr 119,60 € | 13 x = 26 UStd.

Ort: Kath. Familienbildungsstätte Euskirchen

Herz-Jesu-Vorplatz 5 | 53879 Euskirchen

**Veranstaltungs-Nr. 2468660078**

## > ENTSPANNUNG UND BEWEGUNG

### Feldenkrais®

#### Bewusstheit durch Bewegung

Möchten Sie beweglicher werden oder überhaupt nochmal in Bewegung kommen? Haben Sie den Boden unter den Füßen verloren und möchten neues Vertrauen gewinnen? Verlieren Sie sich manchmal selbst, in Anbetracht der vielen Themen, die uns umgeben? Oder möchten Sie sich einfach besser kennenlernen? Dies sind einige Themen bei den Sie die Feldenkrais-Methode unterstützen kann.

Auch für ältere Menschen oder Menschen mit Beeinträchtigungen ist die Feldenkrais Methode eine sehr gute Möglichkeit ihre Beweglichkeit und Wahrnehmung zu verbessern. Es kann zu mehr Leichtigkeit und Schmerzlinderung kommen, da wir nach einer Lektion wieder mehr von uns benutzen können und somit überlastete Anteile des Körpers Entlastung bekommen. Zu jeder Zeit der Stunde kann eine Pause nach eigenem Ermessen gemacht werden, sodass es keine Überforderung gibt.



Foto: Robert Kneschke/shutterstock.com

In gut angeleiteten Lektionen werden Sie sich in Ihrer Bewegung am Boden spüren und beobachten. Dadurch wird ihr Selbst-Bewusstsein verbessert. Ihr Gehirn lernt ganz nebenbei Bewegungszusammenhänge, die ihre Alltagsbewegungen, wie z.B. Gehen, Umdrehen, Arm heben oder Bücken, sowie auch sportliche Betätigung, leichter werden lassen.

#### Bitte beachten Sie

Bitte bringen Sie wenn möglich ein dickes Handtuch/eine Decke mit.

**Mo 28.10. – Mo 09.12.2024**

**19.15 – 20.45 Uhr**

Sandra Müller

Teilnahme-Gebühr 48,00 € | 6 x = 12 UStd.

Ort: Kath. Familienbildungsstätte Euskirchen  
Herz-Jesu-Vorplatz 5 | 53879 Euskirchen

**Veranstaltungs-Nr. 2468660121**

## > ENTSPANNUNG UND BEWEGUNG

### Progressive Muskelentspannung

Unbewusst spannen wir bei Stress unsere Muskeln an, was zu Verspannungen und Beschwerden führen kann. Bewusste An- und Entspannung einzelner Muskelgruppen führt zu einer ganzheitlichen Entspannung von Körper, Geist und Seele.

Die progressive Muskelentspannung ist eine effektive, besonders leicht zu erlernende und wissenschaftlich anerkannte Entspannungsmethode. Dieser Kurs führt in die Techniken der PME ein und fördert die Fähigkeit Alltagsbelastungen gelassener zu bewältigen. Ziel ist die Verbesserung des allgemeinen Wohlbefindens.

#### Bitte beachten Sie

Bitte bringen Sie ggf. ein Handtuch zum Abdecken der Matte mit.

Marion Coppeneur

Teilnahme-Gebühr 40,00 € | 5 x = 10 UStd.

Ort: Kath. Familienbildungsstätte Euskirchen  
Herz-Jesu-Vorplatz 5 | 53879 Euskirchen

**Mo 02.09. – Mo 30.09.2024**

**19.15 – 20.45 Uhr**

**Veranstaltungs-Nr. 2468660096**

**Mo 11.11. – Mo 09.12.2024**

**19.15 – 20.45 Uhr**

**Veranstaltungs-Nr. 2468660097**

### Mit allen Sinnen

#### Entspannt und fit im Alter

Aktivieren Sie Ihren Körper, Hirn und Sinne! Wohltuende Übungen (für Körper, Geist und Seele) zur sanften Körperaktivierung, Sinneswahrnehmung, Schulung der Konzentration und Hirngesundheit.

Dieser Kurs ist speziell für Senioren konzipiert und nimmt Rücksicht auf die verschiedensten Beeinträchtigungen des Alters. So können Sie individuell Ihre eigene Fitness stärken und dabei mit anderen Menschen Zeit verbringen. Unsere qualifizierte Dozentin wird Sie hierbei gerne unterstützen.

#### Bitte beachten Sie

Bitte bringen Sie ggf. ein Handtuch zum Abdecken der Matte mit.

Marion Coppeneur

Teilnahme-Gebühr 37,50 € | 5 x = 10 UStd.

Ort: Kath. Familienbildungsstätte Euskirchen  
Herz-Jesu-Vorplatz 5 | 53879 Euskirchen

**Fr 13.09. – Fr 18.10.2024**

**10.00 – 11.30 Uhr**

**Veranstaltungs-Nr. 2468660130**

**Fr 15.11. – Fr 13.12.2024**

**10.00 – 11.30 Uhr**

**Veranstaltungs-Nr. 2468660143**

## > ENTSPANNUNG UND BEWEGUNG

### MBSR-Achtsamkeitstraining

Freiräume gewinnen durch Achtsamkeitstraining – für mehr Gelassenheit trotz Stress im Alltag und Beruf

Das von Prof. Dr. Jon Kabat-Zinn entwickelte MBSR-Programm (Mindfulness Based Stress Reduction) ist eine effektive Selbsthilfemethode zur Stressbewältigung, deren gesundheitsfördernde Wirkung durch zahlreiche wissenschaftliche Studien belegt ist.

Um einen stresserhöhten Kreislauf verlassen zu können, bedarf es in allererster Linie Ihrer Entscheidung, das eigene Leben mit Qualität anzureichern.

Die Fürsorge zu sich selbst und der Wille zur Selbstverantwortung bilden die Motivation, um Selbstwirksamkeit in Ihr Leben einzuladen. Angewandte Achtsamkeit ist von zentraler Bedeutung, um die ursprüngliche Lebensenergie und Widerstandsfähigkeit bewusst werden zu lassen und neu zu aktivieren.

Durch Achtsamkeitstraining können neue Freiräume in Körper und Geist entdeckt und erkannt werden, um die eigene Handlungsfähigkeit wiederherzustellen.

- Acht wöchentliche Kurstermine jeweils mittwochs von 18.00 – 21.00 Uhr
- Einen Tag der Achtsamkeit am Samstag, den 16.11.2024 von 10.00 – 16.00 Uhr
- Audioanleitungen zu allen im Kurs erlernten Übungen und ein umfangreiches Kursbuch
- Geeignet für Menschen mit akutem Stress oder zur Stressprophylaxe, zur Burnout-Prophylaxe oder gegen Schmerzen.

### Bitte mitbringen

eigene Matte und Kissen

**Mi 09.10. | Mi 16.10. | Mi 23.10.  
Mi 30.10. | Mi 06.11. | Mi 13.11. | Mi 20.11.  
und Mi 27.11.2024 | 18.00 – 21.00 Uhr  
Sa 16.11.2024 | 10.00 – 16.00 Uhr**

Ingrid Kaster

Teilnahme-Gebühr 325,00 € | 9 x = 39 UStd.

Ort: Kath. Familienbildungsstätte Euskirchen  
Herz-Jesu-Vorplatz 5 | 53879 Euskirchen

**Veranstaltungs-Nr. 2468660123**

### Yoga Nidra und heilsames Strömen

Yoga Nidra ist eine Technik der Tiefenentspannung, die ermöglicht, dass sowohl der Geist als auch der Körper zur Ruhe kommen können. Yoga Nidra unterstützt nicht nur die Entspannung und Regeneration, sondern fördert auch die Kreativität und das Immunsystem.

Das Seminar startet mit einem leichten Bewegungsflow zur Einstimmung und taucht dann in die Yogatechnik ein.

### Bitte mitbringen

ggf. ein Handtuch zum Abdecken der Matte

**Sa 21.09.2024 | 10.00 – 13.00 Uhr**

Claudia Müller-Altena

Teilnahme-Gebühr 15,00 € | 1 x = 4 UStd.

Ort: Kath. Familienbildungsstätte Euskirchen  
Herz-Jesu-Vorplatz 5 | 53879 Euskirchen

**Veranstaltungs-Nr. 2468660125**

## > ENTSPANNUNG UND BEWEGUNG

### Ein Notfallrucksack zur Selbstregulation

Selbstregulation beschreibt die Fähigkeit, die eigenen Gefühle, Gedanken und Impulse an verschiedene Gegebenheiten anpassen und steuern zu können. Eine gute Selbstregulation ist nicht nur für das Erreichen von individuellen Zielen, sondern auch für den Umgang mit herausfordernden Situationen förderlich. Im Rahmen des Workshops lernen Sie unterstützende Methoden aus dem Yin-Yoga, dem Yoga-Coaching, dynamischer Meditation, Atemübungen etc. kennen, die Sie dabei unterstützen können, in stressigen Zeiten die eigene Mitte zu bewahren.

Der Tag bietet ein entspanntes Ankommen in die Möglichkeit der Selbstregulation mit Zeit für Praxis, Austausch und Integration.

**Sa 30.11.2024 | 10.00 – 13.00 Uhr**

Claudia Müller-Altena

Teilnahme-Gebühr 15,00 € | 1 x = 4 UStd.

Ort: Kath. Familienbildungsstätte Euskirchen  
Herz-Jesu-Vorplatz 5 | 53879 Euskirchen

**Veranstaltungs-Nr. 2468660124**

### Frauen-Qigong

Sie erlernen an diesem Samstag eine spezielle Qigong-Art, die sich mit ganz verschiedenen gesundheitlichen Problemen von Frauen befasst.

Die Bewegungen sind einfach und sehr effektiv. Sie wirken allgemein stärkend, ausbalancierend und helfen, verbrauchte Kraft und Energien wieder aufzufüllen. Sanfte und weiche Bewegungen aus dem Frauen-Qigong fördern den Energiefluss: die Abwehrkräfte werden gestärkt, die Hormonproduktion angeregt, Geist und Gefühle kommen in Harmonie.

Das praktische Frauen-Qigong befasst sich mit der Vorbeugung gynäkologischer Beschwerden (wie Menstruationsprobleme oder Beschwerden in den Wechseljahren).

Die Bewegungen sind weich, fließend, langsam und schön. Wir üben natürlich und entspannt, um die Bewegungen zu genießen, und fördern somit Achtsamkeit im augenblicklichen Tun. So können Sie dem anstrengenden Arbeitsalltag etwas gelassener begegnen.

### Bitte mitbringen

ggf. ein Handtuch zum Abdecken der Matte

**Sa 23.11.2024 | 10.00 – 17.00 Uhr**

Kornelia Kandziora

Teilnahme-Gebühr 33,00 € | 1 x = 8 UStd.

Ort: Kath. Familienbildungsstätte Euskirchen  
Herz-Jesu-Vorplatz 5 | 53879 Euskirchen

**Veranstaltungs-Nr. 2468660122**

## &gt; ENTSPANNUNG UND BEWEGUNG

**Pilates**

Der Kurs bietet eine Einführung in das Körpertraining nach Joseph Pilates, ein sanftes Trainingsprogramm für Körper und Geist. Es kräftigt die Muskulatur, stärkt den Rücken, optimiert die Körperhaltung und entspannt bei Stress. Gerade Frauen, die durch die Doppelbelastung in Familie und Beruf besonders gefordert sind, profitieren von dieser Methode, um für die Anforderungen des Alltags gewappnet zu sein. Beckenboden-, Bauch- und Rückenmuskeln stehen im Mittelpunkt des Trainings. Langsame, fließende und kontrollierte Bewegungen werden mit der Atmung kombiniert. Eine bewusste, konzentrierte Ausführung der Übungen fordert außerdem den Geist. Durch den Einsatz von Kleingeräten wird das Mattentraining abwechslungsreich gestaltet.

**Bitte mitbringen**

ggf. ein Handtuch zum Abdecken der Matte und ggf. Kissen/Decke

Antje Grütjen

Teilnahme-Gebühr 42,00 € | 12 x = 12 UStd.

Ort: Kath. Familienbildungsstätte Euskirchen  
Herz-Jesu-Vorplatz 5 | 53879 Euskirchen

**Mo 02.09. – Mo 02.12.2024**

**10.15 – 11.00 Uhr**

**Veranstaltungs-Nr. 2468660090**

**Mo 02.09. – Mo 02.12.2024**

**11.15 – 12.00 Uhr**

**Veranstaltungs-Nr. 2468660091**

**Starker Rücken**

Ganzheitliche Bewegungsschule  
für Frauen und Männer

Im Vordergrund stehen der Respekt und die Fürsorge für den eigenen Körper. Allen Teilnehmenden wird ermöglicht, abgestimmt auf das eigene Bewegungsvermögen und die persönliche Befindlichkeit, von der angenehmen und fördernden ganzheitlichen Bewegungsschule zu profitieren. In diesem Einführungskurs bringt ein stets ausgewogenes gymnastisches Übungsprogramm jede/r an ihre/seine persönlich erreichbaren Möglichkeiten und überfordert nicht. Spürbar werden bestehende Rückenbeschwerden verringert. Durch individuelle Anleitung und Ratschläge für den Alltag entwickelt sich ein neues Körperbewusstsein, das Körper und Geist in Einklang bringt. Dabei lernen die Teilnehmenden, auf Risiken achtzugeben.

**Bitte mitbringen**

ggf. ein Handtuch zum Abdecken der Matte

**Di 13.08. – Di 26.11.2024**

**09.15 – 10.00 Uhr**

Iris Reuter

Teilnahme-Gebühr 42,00 € | 12 x = 12 UStd.

Ort: Kath. Familienbildungsstätte Euskirchen  
Herz-Jesu-Vorplatz 5 | 53879 Euskirchen

**Veranstaltungs-Nr. 2468660099**

## &gt; ENTSPANNUNG UND BEWEGUNG

**Starker Rücken**

Ganzheitliche Bewegungsschule für Frauen

Im Vordergrund stehen der Respekt und die Fürsorge für den eigenen Körper. Jeder Teilnehmerin wird ermöglicht, abgestimmt auf das eigene Bewegungsvermögen und die persönliche Befindlichkeit, von der angenehmen und fördernden ganzheitlichen Bewegungsschule zu profitieren. In diesem Einführungskurs bringt ein stets ausgewogenes gymnastisches Übungsprogramm jede an ihre persönlich erreichbaren Möglichkeiten und überfordert nicht. Spürbar werden bestehende Rückenbeschwerden verringert. Durch individuelle Anleitung und Ratschläge für den Alltag entwickelt sich ein neues Körperbewusstsein, das Körper und Geist in Einklang bringt. Dabei lernt die Teilnehmerin, auf Risiken achtzugeben.

**Bitte mitbringen**

ggf. ein Handtuch zum Abdecken der Matte

**Di 13.08. – Di 26.11.2024**

**10.15 – 11.00 Uhr**

Iris Reuter

Teilnahme-Gebühr 42,00 € | 12 x = 12 UStd.

Ort: Kath. Familienbildungsstätte Euskirchen  
Herz-Jesu-Vorplatz 5 | 53879 Euskirchen

**Veranstaltungs-Nr. 2468660100**

**Aerobic für Frauen – Sport verbindet**

Integrationsportkurs

Wir, Frauen aller Länder, trainieren zusammen nach rhythmischer Musik. Wenn Sie Lust haben, sich zu bewegen und etwas dafür tun möchten, fit zu bleiben, sind Sie eingeladen, mitzumachen. Neben dem Spaßfaktor bringt die Bewegung auch gute Laune und entspannt. Sie unterstützt die körperliche Fitness und das Wohlbefinden. Die verschiedenen Übungen sorgen dafür, dass der gesamte Körper trainiert wird. Nehmen Sie sich eine Auszeit vom Alltag und Zeit für sich selbst.

**Bitte beachten Sie**

- Bitte bringen Sie ggf. ein Handtuch zum Abdecken der Matte mit.
- Nehmen Sie ca. zwei Stunden vorher keine größere Mahlzeit mehr zu sich.

Maria Scheiwe

Teilnahme-Gebühr 39,00 € | 13 x = 13 UStd.

Ort: Kath. Familienbildungsstätte Euskirchen  
Herz-Jesu-Vorplatz 5 | 53879 Euskirchen

**Di 03.09. – Di 10.12.2024**

**18.00 – 19.00 Uhr**

**Veranstaltungs-Nr. 2468660079**

**Di 03.09. – Di 10.12.2024**

**19.15 – 20.15 Uhr**

**Veranstaltungs-Nr. 2468660080**

## &gt; ENTSPANNUNG UND BEWEGUNG

**Beckenbodenkurs**

Der Beckenboden trägt viel und muss viel ertragen. Nicht immer gehen wir sorgsam mit ihm um. Er hat eine zentrale Stellung, weil er all unsere inneren Organe stützt sowie Harn- und Geschlechtsorgane beeinflusst. Leider macht man sich häufig erst dann Gedanken über den Beckenboden, wenn er nicht mehr als feste Grundlage und feste Unterstützungsfläche empfunden wird. Was wirkt im Laufe eines Lebens alles auf den Beckenboden ein und beeinflusst ihn?

Dieser Kurs gibt einen theoretischen Einblick in die Anatomie des Beckenbodens sowie über den Zusammenhang mit anderen Körperregionen. Anhand von Wahrnehmungsübungen wird die Anatomie erlebbar gemacht und die gezielte Ansteuerung geübt.

**Bitte beachten Sie**

- Der Kurs ersetzt keine Beckenbodengymnastik.
- Bitte bequeme Kleidung, Strümpfe und ein Handtuch mitbringen.

Alexandra Gattung

Teilnahme-Gebühr 27,00 € | 6 x = 6 UStd.

Ort: Kath. Familienbildungsstätte Euskirchen  
Herz-Jesu-Vorplatz 5 | 53879 Euskirchen

**Mi 11.09. – Mi 16.10.2024**

**09.15 – 10.00 Uhr**

**Veranstaltungs-Nr. 2468660088**

**Mi 06.11. – Mi 11.12.2024**

**12.00 – 12.45 Uhr**

**Veranstaltungs-Nr. 2468660089**

**Fußreflexzonenmassage für Paare**

Einführungsworkshop

Stress, Erschöpfung, Anspannungen, ... eine Fußmassage kann helfen. Der ganze Körper ist punktgenau über Reflexzonen am Fuß ansprechbar – z.B. die Wirbelsäule, die uns im Alltag häufig Schmerzen bereitet, über den Innenfuß. In diesem Workshop werden die Grundlagen der Reflexzonenmassage am Fuß nach Hanne Marquardt vermittelt. Neben den Grundgriffen lernen Sie Ausgleichsgriffe, Körperstreichungen und einzelne Körperzonen kennen. Ideal für die Anwendung zuhause.

Bitte beachten Sie, dass für diesen Kurs nur Doppelanmeldungen möglich sind. Teilnahme-Gebühr pro Person.

**Bitte mitbringen**

Bitte bringen Sie ein Badehandtuch und evtl. ein kleines Kissen mit.

**Sa 09.11.2024 | 10.00 – 18.00 Uhr**

Andreas Wörmann

Teilnahme-Gebühr pro Person 31,50 €  
1 x = 9 UStd.

Ort: Kath. Familienbildungsstätte Euskirchen  
Herz-Jesu-Vorplatz 5 | 53879 Euskirchen

**Veranstaltungs-Nr. 2468640100**



## **Pikler** **Ein Theorie- und Praxisbuch für die Familienbildung**

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

**Pikler**

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

Auch als E-Book erhältlich

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

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

**Mehr unter [www.das-erste-lebensjahr.de](http://www.das-erste-lebensjahr.de)**



Foto: marcin juchai/shutterstock.com

## HAUSHALT UND FAMILIENKULTUR

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 Haushaltsführungsstil, 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.

## > TEXTILES HANDWERK

### Nähen für Anfänger und Fortgeschrittene

Lernen Sie den Umgang mit Ihrer Nähmaschine und erstellen bereits erste Näharbeiten. Egal, ob Sie für das Baby/Kind ein einzigartiges Stück nähen wollen oder ein Teil für sich selbst, eine Decke, ein Kissen für die Wohnung... Sie erhalten eine Anleitung im Umgang mit Schnittmustern und Hilfen für die Weiterarbeit über das Nähen bis zur Fertigstellung.

#### Bitte schon zum ersten Termin mitbringen

Stecknadeln, Schere, Kreide, Maßband, Stoffe, Nähgarn und ggf. Schnittmuster

Kirstin Nobis  
Teilnahme-Gebühr 37,50 € | 5 x = 15 UStd.  
Ort: Kath. Familienbildungsstätte Euskirchen  
Herz-Jesu-Vorplatz 5 | 53879 Euskirchen

**Mo 26.08. – Mo 23.09.2024**  
**09.30 – 11.45 Uhr**  
**Veranstaltungs-Nr. 2468660132**

**Mo 30.09. – Mo 11.11.2024**  
**09.30 – 11.45 Uhr**  
**Veranstaltungs-Nr. 2468660133**

**Mo 18.11. – Mo 16.12.2024**  
**09.30 – 11.45 Uhr**  
**Veranstaltungs-Nr. 2468660134**

### Nähen für Anfänger und Fortgeschrittene

Wer nähen kann, ist klar im Vorteil

Eine neu gekaufte Hose kürzen, einen defekten Reißverschluss austauschen, vorhandene Kleidungsstücke nach dem Motto »Aus alt mach neu« verändern – das zu können, kann viel Geld sparen. Oder Sie wollen Teile Ihrer Garderobe selbst gestalten. Unter fachkundiger Anleitung werden modische Kleidungsstücke nach Schnittmustern gefertigt, egal ob es sich um einen aus dem Internet selbst ausgedruckten Schnitt oder einen Fertigschnitt handelt. Anfänger erwerben Grundkenntnisse des Nähens und üben verschiedene Verarbeitungstechniken. Sie lernen, selbst zuzuschneiden und den Schnitt auf Ihre Maße anzupassen. Fortgeschrittene vertiefen ihre Nähfertigkeiten. Alle entscheiden selbst, was sie nähen möchten. Die Kursleiterin achtet dabei lediglich auf den Schwierigkeitsgrad. Seide oder Strickstoffe sind mit den vorhandenen Overlockmaschinen leicht zu nähen. Auch Information über Handhabung und Wartung Ihrer Arbeitsgeräte wie auch zum Einkauf günstiger Nähmaterialien gibt es im Kurs. Für jede/n steht eine Nähmaschine zur Verfügung, eigene Maschinen können gerne mitgebracht werden.

**Bitte schon zum ersten Termin mitbringen**  
Stecknadeln, Schere, Kreide, Maßband, Stoffe, Nähgarn und ggf. Schnittmuster

**Do 05.09. – Do 05.12.2024**  
**18.15 – 20.30 Uhr**  
Gabriele Jülich  
Teilnahme-Gebühr 67,50 € | 9 x = 27 UStd.  
Ort: Kath. Familienbildungsstätte Euskirchen  
Herz-Jesu-Vorplatz 5 | 53879 Euskirchen  
**Veranstaltungs-Nr. 2468660126**

## > TEXTILES HANDWERK

### Fit für die Nähmaschinenpflege

Lernen Sie, Ihre eigene Nähmaschine zu reinigen und zu ölen. Auch das richtige Einfädeln, Aufspulen und Nutzen der Nähprogramme wird erklärt.

Bitte geben sie bei der Anmeldung die Marke und den Typ ihrer Nähmaschine an. Dieser Kurs ist geeignet für mechanische Nähmaschinen und Maschinen mit Programmschablonen sowie Overlock-Maschinen.

#### Bitte mitbringen

Nähmaschine und wenn möglich Nähmaschinenwerkzeug wie Schraubendreher, Pinsel, Pinzette und fusselfreie Tücher sowie Stoff und Garn zum Probenähen

**Sa 02.11.2024 | 13.00 – 16.00 Uhr**  
Kirstin Nobis  
Teilnahme-Gebühr 15,00 € | 1 x = 4 UStd.  
Ort: Kath. Familienbildungsstätte Euskirchen  
Herz-Jesu-Vorplatz 5 | 53879 Euskirchen  
**Veranstaltungs-Nr. 2468660137**



Foto: Kirstin Nobis

### Wir nähen eine Tasche – Schneiderworkshop Handmade

Sie nähen eine Tasche mit drei großen Fächern, drei Reißverschlüssen und drei kleinen Fächern. Schrittweise entsteht ein Unikat, auf das Sie stolz sein können. Vielleicht möchten Sie einen vorhandenen Lieblingsstoff verarbeiten?

Der Kurs richtet sich an Anfänger und Fortgeschrittene. Jeder Teilnehmer erhält im Vorfeld eine genaue Nähanleitung und eine Materialliste.

**Fr 06.09./Sa 07.09.2024**  
**Fr 18.00 – 21.00 Uhr**  
**Sa 13.00 – 16.00 Uhr**  
Kirstin Nobis  
Teilnahme-Gebühr 30,00 € | 2 x = 8 UStd.  
Ort: Kath. Familienbildungsstätte Euskirchen  
Herz-Jesu-Vorplatz 5 | 53879 Euskirchen  
**Veranstaltungs-Nr. 2468660136**

## &gt; TEXTILES HANDWERK

**Schneiderwerkstatt am Samstag**

Hier können Sie Angefangenes beenden oder mit neuen Projekten starten. Unsere fachkundige Referentin unterstützt Sie dabei ausgehend von Ihren jeweiligen Nähkenntnissen gerne.

**Bitte mitbringen**

Stecknadeln, Schere, Kreide, Maßband, Stoffe, Nähgarn und ggf. Schnittmuster

**Sa 30.11.2024****10.00–15.00 Uhr**

Kirstin Nobis

Teilnahme-Gebühr 22,50 € | 1 x = 6 UStd.

Ort: Kath. Familienbildungsstätte Euskirchen  
Herz-Jesu-Vorplatz 5 | 53879 Euskirchen**Veranstaltungs-Nr. 2468660138****Schneiderwerkstatt für UVOs – unvollständige Objekte**

Wer kennt das nicht? Sie haben etwas Schönes genäht, aber es nicht fertig gestellt. Oft mangelte es an der Zeit, manchmal stimmt die Größe nicht mehr oder Sie wissen einfach nicht, wie Sie es fertig stellen können ...

Das ist jetzt die Chance: Bringen Sie Ihre unfertigen Werke mit und wir vollenden diese gemeinsam! Am Freitag schauen wir uns die Stücke an und besprechen, was Sie noch zu tun haben und was hierfür gegebenenfalls noch benötigt wird. Die Arbeit beginnt am Freitag und am Samstag beenden Sie das Projekt. Unsere erfahrene Referentin unterstützt Sie gerne dabei.

**Bitte bringen Sie zum Termin Folgendes mit**

- Ihre UVOs
- Näh-Utensilien (Stecknadeln, Schere, Kreide, Maßband, Stoffe, Nähgarn und ggf. Schnittmuster)
- Nähmaschinen stehen zur Verfügung, dürfen aber auch mitgebracht werden.

**Fr 04.10./Sa 05.10.2024****Fr 18.00–21.00 Uhr****Sa 13.00–16.00 Uhr**

Kirstin Nobis

Teilnahme-Gebühr 30,00 € | 2 x = 8 UStd.

Ort: Kath. Familienbildungsstätte Euskirchen  
Herz-Jesu-Vorplatz 5 | 53879 Euskirchen**Veranstaltungs-Nr. 2468660135**

Foto: Mikhailovskiy/shutterstock.com

## &gt; PRAXISWERKSTATT KÜCHE

**Ostindisches Thali – Sommermenü**

Eine der ältesten Küchen des Landes

Erfahren Sie, wie man ein authentisches ostindisches Thali (Teller) zubereitet. Wir entführen Sie durch die wunderbaren Gewürze und Aromen nach Ostindien: Das Land des Fisches, der Kokosnuss, der Süßigkeiten und der geheimen Gewürze. Alle Gerichte sind authentisch und stammen aus der großen Auswahl an Gerichten, die wir im Laufe der Jahre zubereitet haben. Unsere aromatischen Gewürzmischungen wärmen den Körper, umschmeicheln den Gaumen und eröffnen neue Geschmackserlebnisse.

**Bitte mitbringen**

eigene Schürze und Vorratsdosen für das Mitnehmen von Speisen

**Sa 10.08.2024 | 17.00–21.00 Uhr**

Anindya Sengupta

Enakshi Das

Teilnahme-Gebühr 36,75 €,

inkl. Lebensmittelumlage | 1 x = 5 UStd.

Ort: Kath. Familienbildungsstätte Euskirchen  
Herz-Jesu-Vorplatz 5 | 53879 Euskirchen**Veranstaltungs-Nr. 2468660117****Indisches Herbstmenü – vegan**

Lieben Sie die indische Küche und das unglaubliche Aroma und den Geschmack, die diese zu bieten hat? Dieser indische vegane Kochkurs wurde von uns entwickelt, um dem wachsenden Bedürfnis gerecht zu werden, Menschen bei der Umsetzung von pflanzlicher Ernährung zu helfen. Unser praktischer veganer indischer Kochkurs führt Sie durch einige köstliche indische Gerichte, die Sie im Handumdrehen zu Hause zaubern werden! In diesem Kochkurs verwenden wir pflanzliche Eiweiße verschiedenster Herkunft, wie verschiedene Linsensorten, und auch Gemüse aus der Region. Salat und ein veganes Dessert runden den Abend ab.

**Bitte mitbringen**

eigene Schürze und Vorratsdosen für das Mitnehmen von Speisen

**Sa 26.10.2024 | 17.00–21.00 Uhr**

Anindya Sengupta

Enakshi Das

Teilnahme-Gebühr 36,75 €,

inkl. Lebensmittelumlage | 1 x = 5 UStd.

Ort: Kath. Familienbildungsstätte Euskirchen  
Herz-Jesu-Vorplatz 5 | 53879 Euskirchen**Veranstaltungs-Nr. 2468660118**

## > PRAXISWERKSTATT KÜCHE

### Festliches nordindisches Menü

Sie lernen, ein köstliches Menü der nordindischen Küche zu kochen, das Sie für die kommenden Festtage inspiriert.

#### Bitte mitbringen

eigene Schürze und Vorratsdosen für das Mitnehmen von Speisen

**Sa 07.12.2024 | 17.00 – 21.00 Uhr**

Anindya Sengupta

Enakshi Das

Teilnahme-Gebühr 36,75 €,

inkl. Lebensmittelumlage | 1 x = 5 UStd.

Ort: Kath. Familienbildungsstätte Euskirchen

Herz-Jesu-Vorplatz 5 | 53879 Euskirchen

**Veranstaltungs-Nr. 2468660119**

### Indisch kochen für Paare

Sie lieben es zu kochen? Würden Sie gerne gemeinsam mit Ihrem Partner indisches Essen kochen? Gemeinsame Aktivität wie Kochen hat einen therapeutischen Wert, auch für Paare.

In diesem indischen Kochkurs können Sie gemeinsam mit anderen klassische indische Essenskombinationen kochen lernen. Lernen Sie neue Rezepte und Zubereitungen, erleben Sie reichhaltiges und köstliches Essen und verbringen wertvolle Zeit miteinander.

#### Bitte mitbringen

eigene Schürze und Vorratsdosen für das Mitnehmen von Speisen

**Sa 24.08.2024 | 17.00 – 21.00 Uhr**

Anindya Sengupta

Enakshi Das

Teilnahme-Gebühr 36,75 € pro Person

inkl. Lebensmittelumlage | 1 x = 5 UStd.

Ort: Kath. Familienbildungsstätte Euskirchen

Herz-Jesu-Vorplatz 5 | 53879 Euskirchen

**Veranstaltungs-Nr. 2468640009**



## > PRAXISWERKSTATT KÜCHE

### Männer lassen nichts anbrennen

Kochen lernen von Mann zu Mann

In der heutigen Zeit ist es mehr als üblich, dass Männer gerne für sich selbst oder die Familie leckere Mahlzeiten zubereiten.

Unser erfahrener Kochreferent möchte Ihnen helfen, für diese Aufgabe fit zu werden und stellt für Sie aus der Vielzahl an Grundrezepten Gerichte für den alltäglichen Gebrauch zusammen. »Jeder-Mann« wird seine Gerichte möglichst eigenständig kochen. Um mit dem eigenen Equipment besser vertraut zu werden, bringen Sie gerne Ihren Lieblingskochtopf und Pfanne mit! Auf dem Programm steht u.a. die Zubereitung von Fleisch, Beilagen, Salaten und Nachtisch. Tipps und Tricks zur Vor- und Zubereitung von Speisen, z.B. Zwiebeln schneiden ohne Tränen, werden mitgeliefert.

#### Bitte mitbringen

eigene Schürze und Vorratsdosen für das Mitnehmen von Speisen

**Mi 18.09. | Mi 02.10. | Mi 13.11. und**

**Mi 11.12.2024**

**18.00 – 21.00 Uhr**

Thomas Gießler

Teilnahme-Gebühr 56,00 €,

zusätzlich Lebensmittelumlage | 4 x = 16 UStd.

Ort: Kath. Familienbildungsstätte Euskirchen

Herz-Jesu-Vorplatz 5 | 53879 Euskirchen

**Veranstaltungs-Nr. 2468660114**

### Köstlich kochen mit Lavendel

Mit Lavendel verbindet man Seifendüfte und Parfüms. Es ist aber auch als Gewürz mit seiner Frische und Schärfe hervorragend in der Küche einsetzbar. So können Salate, Hauptgerichte, Gebäcke und Desserts verfeinert werden. Ein Geschmackserlebnis, das an Urlaub erinnert.

**Mi 11.09.2024 | 18.00 – 21.00 Uhr**

Ulrike Pfenning-Kutsch

Teilnahme-Gebühr 14,00 €,

zusätzlich Lebensmittelumlage | 1 x = 4 UStd.

Ort: Kath. Familienbildungsstätte Euskirchen

Herz-Jesu-Vorplatz 5 | 53879 Euskirchen

**Veranstaltungs-Nr. 2468660112**

### Raffinierte Pilzgerichte

FrISChe Pilze sind eine beliebte Zutat in deutschen Küchen: Steinpilze, Champignons, Trüffel, Austernpilze, Kräuterseitlinge, Shiitake-Pilze oder Pfifferlinge. Sie sind unglaublich vielfältig und entfalten ganz verschiedene Aromen. Pilze sind sehr gesund und daher vor allem bei Vegetariern und Veganern sehr beliebt.

**Mi 20.11.2024 | 18.00 – 21.00 Uhr**

Ulrike Pfenning-Kutsch

Teilnahme-Gebühr 14,00 €,

zusätzlich Lebensmittelumlage | 1 x = 4 UStd.

Ort: Kath. Familienbildungsstätte Euskirchen

Herz-Jesu-Vorplatz 5 | 53879 Euskirchen

**Veranstaltungs-Nr. 2468660113**

## &gt; PRAXISWERKSTATT KÜCHE

**Männer am Herd**

Kochkurs

Was gibt es Schöneres als gemeinsam in der Küche zu kochen! Wir lernen voneinander und miteinander.

Die erfahrene Referentin gibt lehrreiche Zubereitungstipps und macht Rezeptvorschläge für das nächste Treffen. Die Teilnehmer erstellen sich daraus ihr Wunschmenü. Die Auswahl der Zutaten richtet sich nach der Saison.

**Bitte mitbringen**

eigene Schürze und Vorratsdosen für das Mitnehmen von Speisen

Katharina Gerhardt  
Teilnahme-Gebühr 60,00 €,  
zuzüglich Lebensmittelumlage | 5 x = 20 UStd.  
Ort: Kath. Familienbildungsstätte Euskirchen  
Herz-Jesu-Vorplatz 5 | 53879 Euskirchen

**Mo 26.08. | Mo 23.09. | Mo 07.10.****Mo 25.11. und Mo 16.12.2024****18.00 – 21.00 Uhr****Veranstaltungs-Nr. 2468660108****Fr 30.08. | Fr 27.09. | Fr 11.10. | Fr 29.11.****und Fr 20.12.2024****18.00 – 21.00 Uhr****Veranstaltungs-Nr. 2468660109****Frauenkochkurs**

»Die Mittwochsfrauen«

Nutzen Sie die Gelegenheit einmal außerhalb des heimischen Herdes in netter geselliger Runde neue Erfahrungen sammeln zu können.

Zusammen mit Gleichgesinnten entstehen viele Inspirationen. Neue Rezepte werden gemeinsam ausprobiert und vielleicht zu Ihren Lieblingsgerichten!

Die erfahrene Referentin steht Ihnen mit Tipps hilfreich zur Seite und kann Ihnen sicherlich den einen oder anderen Kniff beibringen.

**Bitte mitbringen**

eigene Schürze und Vorratsdosen für das Mitnehmen von Speisen

**Mi 28.08. | Mi 25.09. | Mi 09.10.****Mi 27.11. und Mi 18.12.2024****18.00 – 21.00 Uhr**

Katharina Gerhardt  
Teilnahme-Gebühr 60,00 €,  
zuzüglich Lebensmittelumlage | 5 x = 20 UStd.  
Ort: Kath. Familienbildungsstätte Euskirchen  
Herz-Jesu-Vorplatz 5 | 53879 Euskirchen

**Veranstaltungs-Nr. 2468660110**

## &gt; PRAXISWERKSTATT KÜCHE

**Männerkochkurs**

Gemeinsam Kochen verbindet

Unter versierter Anleitung schnippeln, brutzeln und köcheln kochinteressierte Männer einmal im Monat, immer dienstags, ein saisonales Menü.

Neben der Erweiterung des persönlichen Fachwissens kommt auch die angeregte Diskussion nicht zu kurz. Schließlich soll die Nahrungszubereitung und das gemeinsame Essen auch Freude bereiten. Denn: Gutes Essen hält Leib und Seele zusammen!

**Bitte mitbringen**

eigene Schürze und Vorratsdosen für das Mitnehmen von Speisen

**Di 27.08. | Di 17.09. | Di 12.11. und****Di 10.12.2024****18.00 – 21.00 Uhr**

Ulrike Pfenning-Kutsch  
Teilnahme-Gebühr 48,00 €,  
zuzüglich Lebensmittelumlage | 4 x = 16 UStd.  
Ort: Kath. Familienbildungsstätte Euskirchen  
Herz-Jesu-Vorplatz 5 | 53879 Euskirchen

**Veranstaltungs-Nr. 2468660111****3-tägiger Ernährungsworkshop**

Für Jobcenter-Kunden

Manchmal ist es gar nicht so einfach, sich im Alltag ausgewogen und gesund zu ernähren. Denn Ernährung ist ein sehr individuelles Thema. Theoretische Inhalte und praktische Tipps in Verbindung mit einem kleinen Kochkurs sollen Ihnen dabei helfen, Ihre Ernährung gesünder und trotzdem einfach zu gestalten.

Ziel ist es, ein besseres Verständnis für gesunde Ernährung zu vermitteln. Lernen Sie verschiedene Lebensmittel und Rezepte kennen, die Sie im Alltag einfach zubereiten können, die wir im Kurs gemeinsam kochen und probieren.

**teamwOrk**  
für Gesundheit und Arbeit

**Do 05.09. | Do 12.09. und Do 19.09.2024****10.00 – 13.00 Uhr**

Ursula Leyendecker-Bruder  
gebührenfrei | 3 x = 12 UStd.  
Ort: Kath. Familienbildungsstätte Euskirchen  
Herz-Jesu-Vorplatz 5 | 53879 Euskirchen

**Veranstaltungs-Nr. 2468660149**

## > PRAXISWERKSTATT KÜCHE

---

### Kochen und Klönen – ein Angebot für Menschen im »besten Alter«

Kleine saisonale und regionale Gerichte

Das gemeinsame Zubereiten und Genießen des kleinen Gerichtes stehen bei diesem Kurs im Vordergrund. Dazu werden Grundlagen über die Ernährung und den veränderten Stoffwechsel im Alter vermittelt, sodass in puncto Ernährung einem gesunden Lebensgefühl nichts mehr im Wege stehen sollte.

Die Rezepte werden saisonal und regional ausgewählt, und mit vereinten Kräften das Gericht zubereitet und verspeist, ganz nach dem Motto: Gemeinsam gegen Einsam! In der Kursgebühr ist die Lebensmittelumlage bereits enthalten.

Der Zugang zur Küche kann über die Kalkstraße barrierefrei erfolgen.

#### **Bitte mitbringen**

eigene Schürze und Vorratsdosen für das Mitnehmen von Speisen

Kirstin Nobis

Teilnahme-Gebühr 10,00 €,

inkl. Lebensmittelumlage | 1 x = 3 UStd.

Ort: Kath. Familienbildungsstätte Euskirchen

Herz-Jesu-Vorplatz 5 | 53879 Euskirchen

**Di 10.09.2024 | 10.00 – 12.15 Uhr**

**Veranstaltungs-Nr. 2468660139**

---

**Di 08.10.2024 | 10.00 – 12.15 Uhr**

**Veranstaltungs-Nr. 2468660140**

---

**Di 19.11.2024 | 10.00 – 12.15 Uhr**

**Veranstaltungs-Nr. 2468660141**

---

**Di 17.12.2024 | 10.00 – 12.15 Uhr**

**Veranstaltungs-Nr. 2468660142**

---



Foto: Theodor Barth



Foto: Althendo Images/shutterstock.com

## ANGEBOTE IN FAMILIENZENTREN

Familienzentren sind nicht nur Orte für qualifizierte Kinderbetreuung sondern sie sind auch Informations- und Lebensort für Familien. Sie stehen für die Beratung von Eltern zu verschiedensten Aspekten des Familienlebens sowie für Elternbildung.

## > KATH. FAMILIENZENTRUM ST. MARTIN



### Familienzentrum St. Martin

#### Kontakt

Kita Herz-Jesu  
Luisa Tejero | Telefon 02251 4785

#### Waldforscher

Waldfamilientag für Eltern mit Kindern  
von 4 bis 6 Jahren

Zwischen hohen Bäumen und grünen Blättern erforschen wir den Wald. Wir schulen unsere Augen für Spuren und Tiere, lauschen auf die verschiedenen Vögel und entdecken noch viele andere Dinge. Komm mit!

**Fr 23.08.2024 | 14.30 – 16.45 Uhr**

Ingo Esser

gebührenfrei | 1 x = 3 UStd.

Ort: Parkplatz Stadtwald Euskirchen  
Münstereifeler Straße | 53879 Euskirchen

**Veranstaltungs-Nr. 2468620053**

#### Erste Hilfe am Kind

Die Dozentin bereitet Familienmitglieder in diesem kompakten Kurs auf kleine und große Kindernotfälle im familiären Bereich vor. Sie lernen in praktischen Fallbeispielen, wie Sie Notfallsituationen ohne Angst begegnen können. Was tun bei Verschlucken von Fremdkörpern, Sport- und Spielverletzungen, Vergiftungen ...?

Die Veranstaltung richtet sich an Eltern, Großeltern, Tanten und Onkel und alle Interessierten.

**Sa 21.09.2024 | 10.00 – 12.15 Uhr**

Marion Eichinger

gebührenfrei | 1 x = 3 UStd.

Ort: Kath. Kindergarten Herz-Jesu  
Schillingstraße 35 | 53879 Euskirchen

**Veranstaltungs-Nr. 2468610014**

## > KATH. FAMILIENZENTRUM ST. MARTIN

#### Väterchen Frost

Figuren-Theater für Eltern mit Kindern  
ab 3 Jahren

Im tief verschneiten russischen Winterwald wohnt Nastja mit ihrer bösen Stiefmutter und deren faulen und verwöhnten Tochter Olenka. Als der Zar verspricht denjenigen, der ihm für das anstehende Weihnachtsfest einen Korb mit Erdbeeren bringt, mit Gold aufzuwiegen, jagt die Mutter Nastja in die Winternacht, um welche zu suchen...

Aber im Dezember gibt es keine Erdbeeren im Wald! Als Nastja keinen Ausweg mehr weiß, trifft sie auf Väterchen Frost ... Mit viel Musik und sehr viel Schnee für Kinder ab 3 Jahren.

**Fr 29.11.2024 | 15.00 – 16.00 Uhr**

Christian Schweiger

gebührenfrei | 1 x = 1 UStd.

Ort: Forum St. Matthias  
Franziskanerplatz 1 | 53879 Euskirchen

**Veranstaltungs-Nr. 2468620078**

#### Gemeinsam musizieren mit einfachen Instrumenten

Für Eltern mit Kindern ab 2 Jahren

Wir wollen zusammen musizieren und Freude an der Musik finden. Im Vordergrund stehen dabei kindgerechte Bewegungs- und Spiellieder, an denen auch Erwachsene Spaß haben können. Durch Geschichten, Spiele und Rhythmen erleben wir unseren Körper und entwickeln unsere Stimme und Musikalität. Dabei lernen wir einfache Instrumente wie Rasseln, Triangeln, Klanghölzer und die afrikanische Djembé-Trommel kennen und setzen sie zur Liedbegleitung ein.

Im Mittelpunkt steht der Spaß am Spiel und an der Musik.

**Fr 30.08. – Fr 22.11.2024**

**15.30 – 16.15 Uhr**

Marco Thiemann

Teilnahme-Gebühr 40,00 € | 10 x = 10 UStd.

Ort: Kath. Kindergarten Herz-Jesu  
Schillingstraße 35 | 53879 Euskirchen

**Veranstaltungs-Nr. 2468620104**



Foto: Elena Schweitze/shutterstock.com

## &gt; KATH. FAMILIENZENTRUM ST. MARTIN

**Drumcircle**

Trommeln lernen für Jung und Alt –  
Für Anfänger und Fortgeschrittene im Bereich  
Perkussion und Rhythmik.

Verschiedene Traditionen wie Afro, Latin oder Samba werden zu aufregenden und einmaligen Klangerlebnissen verbunden. Zentrales Instrument ist die Djembé, die westafrikanische Handtrommel, auf der zunächst die grundlegende Schlagtechnik und einfache Rhythmen erlernt werden. Beim Ensemblespiel kommen weitere Perkussionsinstrumente zur rhythmischen Liedbegleitung zum Einsatz. Eine andere Spielform wird das improvisierte Session-Spiel sein, bei dem sich jeder frei ausdrücken und nach den eigenen Fähigkeiten einbringen kann. Im Zusammenspiel mit den anderen Teilnehmern wird dabei eine ganzheitliche rhythmisch-musikalische Selbsterfahrung ermöglicht.

**Bitte beachten Sie**

- Einstieg ist jederzeit und auf jedem Niveau möglich!
- Bitte bringen Sie eigene Trommeln (bevorzugt Djembés) sowie weitere Perkussionsinstrumente und eventuell erlernte Instrumente mit.
- Im Kurs können Djembés zur Verfügung gestellt werden.

**Fr 30.08. – Fr 22.11.2024****16.25 – 17.25 Uhr**

Marco Thiemann

Teilnahme-Gebühr 55,00 € | 10 x = 10 UStd.

Ort: Kath. Kindergarten Herz-Jesu  
Schillingstraße 35 | 53879 Euskirchen**Veranstaltungs-Nr. 2468660115****Intensivtag Heilsames Singen**

Lebensfreude durch gemeinsames Singen –  
jenseits von richtig und falsch

In dieser Veranstaltung lernen Sie gemeinsam tönend und schwingend die Lebensenergie in sich zu erspüren. Kraftvolle Mantren, Circle-singing und spirituelle Gesänge aus aller Welt helfen dabei in Einklang zu kommen. Zum Aufwärmen wird mit Atemübungen, Dehnen und Strecken des Körpers, Übungen zur Stimmentfaltung und Erfahrung unserer Resonanzräume gestartet.

Willkommen sind sowohl Singende als auch Menschen, die denken nicht singen zu können.

**Bitte mitbringen**

- dicke Socken oder Schuhe mit flachen Sohlen
- bequeme Kleidung
- Mittagessen
- Trinkflasche mit Wasser

**Sa 05.10.2024 | 10.00 – 16.00 Uhr**

Marco Thiemann

Teilnahme-Gebühr 35,00 € | 1 x = 7 UStd.

Ort: Forum St. Matthias

Franziskanerplatz 1 | 53879 Euskirchen

**Veranstaltungs-Nr. 2468740010**

## &gt; KATH. FAMILIENZENTRUM ST. MARTIN

**Sing Dich frei – Heilsames Singen**

Das Seminar richtet sich an Menschen, die die beruhigenden Kräfte des Singens und Tönens erleben wollen. Auch wenn Sie denken, Nicht-sänger zu sein, können Sie lernen, bewusst mit dem Klang der eigenen Stimme zu arbeiten und die ausgleichende Wirkung des Singens in sich zu entdecken.

Die hier wie Mantras gesungenen Lieder stammen zum Großteil von Dr. Karl Adamek, der als Pionier der Singforschung das Heilsame Singen entwickelt hat. Seine wissenschaftlichen Untersuchungen belegen: der gezielte Einsatz des Klangs der eigenen Stimme kann Vitalität, Lebensfreude und Kommunikationsfähigkeit bedeutend steigern. Zugleich fördert diese Arbeit nachweislich die physischen und psychischen Selbstheilungskräfte. Heilsames Singen kann als bewährte Anti-Burnout-Methode, zur Unterstützung bei der Bewältigung von Krisen und zur Steigerung der Lebensqualität genutzt werden.

Mit Atem- und Körperübungen lernen wir zu Beginn jeder Einheit, den Körper als Resonanzraum unserer Stimme wahrzunehmen und uns einzuschwingen. Ein weiterer Teil des Angebotes sind spirituelle Gesänge und Lieder etwa aus der Spirituellen Nacht der Lieder, von Urvölkern oder aus Taizé. Ein Einstieg in den Kurs ist jederzeit möglich

**Fr 30.08. – Fr 22.11.2024****17.30 – 19.00 Uhr**

Marco Thiemann

Teilnahme-Gebühr 100,00 € | 10 x = 20 UStd.

Ort: Kath. Kindergarten Herz-Jesu  
Schillingstraße 35 | 53879 Euskirchen**Veranstaltungs-Nr. 2468740011****Kontakt Kita St. Matthias**

Anke Jansen | Telefon 02251 61616

**Autobiographisches Schreiben –  
Wie war das denn früher?**

Geschichten aus dem Leben – Schreibwerkstatt  
für Großeltern und Eltern: Erinnerungen wecken  
– für unsere Kinder und Enkelkinder festhalten

Wer die Vergangenheit nicht kennt, weiß nicht, wer er ist, sagt man. Tauchen Sie in dieser Schreibwerkstatt mit professioneller Hilfe in eine lang zurückliegende Zeit ein. Es gibt so viele Episoden und Erlebnisse, die es wert sind, für Sie selbst und die nachfolgenden Generationen festgehalten zu werden, bevor diese im Keller der Vergangenheit verstauben. Retten Sie sie vor dem Vergessen. Erinnerungen aufzuschreiben, hilft den Jüngeren, die Geschichten der Familie lebendig zu halten und sich darüber zu identifizieren.

Mit spielerischen Schreib Anregungen und durch gemeinsamen Austausch von Erfahrungen wollen wir diese Schätze wieder hervorholen. So können wir sie als Geschichten auf Papier bewahren. Sie werden unterstützt, Ihr Thema zu finden und zu formulieren. Vorkenntnisse sind keine erforderlich, nur die Lust und Freude, sich auf Vergangenes einzulassen und es aufzuschreiben.

**Di 20.08. | Di 03.09. | Di 17.09. und  
Di 01.10.2024****16.30 – 18.45 Uhr**

Sylvia Ludwig

Teilnahme-Gebühr 30,00 € | 4 x = 12 UStd.

Ort: Kath. Kindergarten St. Matthias  
Gottfried-Disse-Straße 5 | 53879 Euskirchen**Veranstaltungs-Nr. 2468640010**

## &gt; STÄDT. FAMILIENZENTRUM GROSSBÜLLESHEIM

Städt. Familienzentrum  
Großbüllesheim**Kontakt**

Silke Felten  
Telefon 02251 51914

**Ort der Veranstaltungen**

Feldgartenstraße 33 | 53881 Euskirchen  
(wenn nicht anders angegeben)

**Yoga für Fortgeschrittene  
und Anfänger**

Entspannung für Körper, Geist und Seele

Mit Yoga können Sie Ihren Körper erspüren, dehnen und stärken. Mit wirbelsäulengerechten Ausgleichsübungen, Atemachtsamkeit und kleinen Entspannungsphasen zwischendurch kommen Sie zur Ruhe und können sich von den Anforderungen des Alltags erholen und neue Kraft schöpfen.

**Bitte beachten Sie**

- Bitte kommen Sie in geeigneter Sportkleidung zum Kurs und bringen, wenn möglich eine leichte Decke mit.
- Nehmen Sie ca. zwei Stunden vor der Yoga-Stunde keine größere Mahlzeit mehr zu sich.

**Di 27.08. – Di 26.11.2024**

**18.30 – 20.00 Uhr**

Janna Quirini

Teilnahme-Gebühr 36,00 € | 12 x = 24 UStd.

**Veranstaltungs-Nr. 2468660082**



Foto: photographee.eu/shutterstock.com

## &gt; STÄDT. FAMILIENZENTRUM GROSSBÜLLESHEIM

**Yoga für Anfänger**

Entspannung für Körper, Geist und Seele

Mit Yoga können Sie Ihren Körper erspüren, dehnen und stärken. Mit wirbelsäulengerechten Ausgleichsübungen, Atemachtsamkeit und kleinen Entspannungsphasen zwischendurch kommen Sie zur Ruhe und können sich von den Anforderungen des Alltags erholen und neue Kraft schöpfen. Anfänger und Fortgeschrittene sind gleichermaßen herzlich willkommen.

**Bitte beachten Sie**

- Bitte kommen Sie in geeigneter Sportkleidung zum Kurs und bringen, wenn möglich eine leichte Decke mit.
- Nehmen Sie ca. zwei Stunden vor der Yoga-Stunde keine größere Mahlzeit mehr zu sich.

**Di 27.08. – Di 26.11.2024**

**20.15 – 21.45 Uhr**

Janna Quirini

Teilnahme-Gebühr 36,00 € | 12 x = 24 UStd.

**Veranstaltungs-Nr. 2468660083**

**Die Boote der Feen**

Waldfamilihtag für Eltern mit Kindern  
von 4 bis 6 Jahren

Die heimischen Wälder halten viele spannende Dinge bereit! Wir lernen den Wald und seine vielfältigen Materialien kennen und bauen jeder ein Bötchen, das wir auf dem Wasser zur Reise zu den Feen losschicken können.

**Sa 07.09.2024 | 09.30 – 11.45 Uhr**

Ingo Esser

Teilnahme-Gebühr 5,00 € | 1 x = 3 UStd.

Ort: Hardtburg Stotzheim Parkplatz  
53881 Euskirchen-Stotzheim

**Veranstaltungs-Nr. 2468620004**

**Joshi und der Weihnachtsstern**

Figuren-Theater für Eltern mit Kindern  
ab 4 Jahren

Joshi ist ein ganz normales kleines Schaf, das mal wieder nicht ins Bett will. Und heute schon gar nicht, denn es passieren die absonderlichsten Dinge! Da ist die dicke Frau auf dem Esel, dann der seltsame Stern und schließlich die Könige, die mitten in der Nacht durch die Wüste ziehen! Zusammen mit einem alten und zwei neuen Freunden geht Joshi der Sache auf den Grund. Und was finden sie? Na, was schon, ein Baby! Die Weihnachtsgeschichte aus der Sicht eines kleinen Schafes.

**Mo 02.12.2024 | 15.00 – 16.00 Uhr**

Christian Schweiger

gebührenfrei | 1 x = 1 UStd.

**Veranstaltungs-Nr. 2468760003**

## > STÄDT. FAMILIENZENTRUM KLEINBÜLLESHEIM



Städt. Familienzentrum  
Kleinbüllesheim

### Kontakt

Martina Lamb  
Telefon 02251 781022

### Ort der Veranstaltungen

Osloer Straße 10 | 53881 Euskirchen  
(wenn nicht anders angegeben)

### Fit mit Gymnastik

Regelmäßiger Sport erhält unsere Gesundheit, man wird ausgeglichener und fühlt sich gut. Die wöchentlichen Einheiten bilden eine Einführung in eine Kombination aus Bewegung, Kräftigung, Ausdauer und Dehnung. Zum Schluss gibt es erholsame Entspannungstechniken.

### Bitte mitbringen

eigene Matte und Handtuch

**Mo 26.08. – Mo 25.11.2024**

**19.30 – 21.00 Uhr**

Markéta Melder  
Teilnahme-Gebühr 42,00 € | 12 x = 24 UStd.

**Veranstaltungs-Nr. 2468660081**

### Väter! Zeit für Kinder

Für Väter mit Kindern im Kleinkindalter

Wir bieten einen Raum mit attraktiven Spielangeboten für Ihre Kinder.

Väter können hier

- ihre Kinder in ihrer Aktivität anders als im alltäglichen Miteinander erleben
- die Zusammenhänge zwischen Spiel und kindlicher Entwicklung durchschauen
- Ideen bekommen, ihr Kind entwicklungsge- recht zu begleiten

Es besteht die Gelegenheit zum Austausch und zu gemeinsamen Aktivitäten je nach Interesse.

**Sa 31.08. – Sa 30.11.2024**

**10.00 – 11.30 Uhr**

Dr. rer. nat. Per Hoffmann  
Teilnahme-Gebühr 22,00 € | 11 x = 22 UStd.

**Veranstaltungs-Nr. 2468620087**

## > STÄDT. FAMILIENZENTRUM KLEINBÜLLESHEIM

### Wir bauen ein Vogelhäuschen

Aktionstag für Eltern mit Kindern ab 3 Jahren

Wer will fleißige Handwerker seh'n, der muss zu der Kita geh'n.

Den Winter verbringen viele Vögel an wärmeren Orten. Wenn sie aber im Frühling zurückkommen, wollen sie gleich mit dem Brüten beginnen und viele brauchen dafür ein eigenes Häuschen. Damit im Frühling genügend Häuser für die Vogeleltern und ihre Kinder da sind, möchten wir schon im Winter alles vorbereiten und gemeinsam mit euch Vogelhäuschen bauen. Wenn ihr auch ein Vogelhäuschen bauen wollt, meldet euch mit Mama oder Papa an. Und falls eure Eltern einen Akkuschauber zuhause haben, wäre es schön, wenn Ihr den mitbringen könntet. Außerdem brauchen wir noch etwas zu Essen und zu trinken, weil man zum Handwerken viel Kraft braucht und davon großen Hunger bekommt.

**Sa 16.11.2024 | 14.00 – 16.15 Uhr**

Steffi Krieg  
Teilnahme-Gebühr 10,00 € | 1 x = 3 UStd.

**Veranstaltungs-Nr. 2468620083**



Foto: Tatiama Katsal/shutterstock.com

## > STÄDTISCHES FAMILIENZENTRUM KIEFERNWEG



### Städtisches Familienzentrum Kiefernweg

#### Kontakt

Nicole Gehlen

Telefon 01511 0150545

#### Ort der Veranstaltungen

Paul-Keller-Straße 13 | 53879 Euskirchen

#### Bitte beachten Sie

Der Veranstalter dieses Eltern-Kind-Kurses ist das Haus der Familie. Sie nehmen als Privatperson teil und haben während des Kurses selbst die Aufsichtspflicht über Ihr Kind/Ihre Kinder.

**Mi 11.09. | Mi 18.09. | Mi 25.09.**

**Mi 02.10. | Mi 09.10. | Mi 30.10.**

**Mi 06.11., Mi 20.11. | Mi 27.11. und**

**Mi 04.12.2024**

**14.30 – 16.45 Uhr**

Nadja Kaljuta

gebührenfrei | 10 x = 30 UStd.

**Veranstaltungs-Nr. 2468620085**

### Kochen und backen mit Kindern

Gesunde Ernährung lecker zubereitet – Sich einfach gesund ernähren, worauf kommt es an?

Kinder können und wollen in der Küche bei der Zubereitung der Mahlzeiten mithelfen. Besonders gerne schneiden und zerkleinern sie Obst und Gemüse. Damit werden Kuchen oder eine Pizza belegt oder Teigtaschen gefüllt. Auf diese Weise lernen die Kinder viele verschiedene Obst- und Gemüsesorten kennen und können sie beim Schneiden roh probieren. Gekocht und gebacken werden verschiedene Gerichte entsprechend der Jahreszeiten.

An diesen Nachmittagen erleben Sie, was Sie Ihren Kleinen zutrauen können, wie Sie sie einbeziehen können und was ihnen besonders gut schmeckt. Kinder können nur in Begleitung eines Erwachsenen (Mutter, Vater, Oma, Opa...) teilnehmen.

### Olifant fährt Eisenbahn

Figuren-Theater für Eltern mit Kindern ab 3 Jahren

Olifant möchte gerne seine Oma besuchen, doch – oh Schreck – der Zug ist bereits abgefahren. Da kann nur noch der freundliche Stationsvorsteher Christian helfen. Eine große Kiste wird zur Lokomotive und die Fahrt kann beginnen. Unterwegs treffen sie auf den Papagei, den Marienkäfer und den Schneemann. Jeder baut am Zug und alle fahren mit! Und als sie bei der Oma eintreffen – so viel sei verraten – gibt es für alle eine Überraschung.

Eine turbulente Reisegeschichte zum Mitsingen und einer Prise Zauberei für alle Theateranfänger von 3 bis 6 Jahren.

**Do 10.10.2024 | 15.00 – 16.00 Uhr**

Christian Schweiger

gebührenfrei | 1 x = 1 UStd.

**Veranstaltungs-Nr. 2468620079**

### Körbchen flechten für Malstifte oder gesammelte Schätze

für Eltern mit Kindern von 4 bis 7 Jahren

Die Technik des Flechtens ist ein sehr altes »Hand-Werk« und wurde früher in Familien traditionell von Eltern an ihre Kinder weitergegeben. Viele Alltagsgegenstände, die bei uns heute aus Plastik sind, wurden früher aus verschiedenen Naturmaterialien hergestellt. An diesem Tag könnt Ihr dieses schöne alte Handwerk des Flechtens lernen. Zunächst werden wir mit dem Flechten von Papier beginnen. Wenn Ihr das gut schafft, probieren wir danach das Flechten mit dem Naturmaterial Peddigrohr aus. Ihr könnt auswählen, ob Ihr ein Körbchen für Eure Malstifte oder ein Körbchen für Eure gesammelten Schätze flechten wollt. Bitte etwas zu essen/zu trinken und evtl. eine Schürze einpacken. Jüngere Geschwisterkinder können mitgebracht werden.

**Di 12.11.2024 | 14.30 – 16.45 Uhr**

Steffi Krieg

gebührenfrei | 1 x = 3 UStd.

**Veranstaltungs-Nr. 2468620086**

## > STOTZHEIM



### Städt. Familienzentrum Stotzheim

#### Kontakt

Katharina Pollmann | 02251 860143

#### Ort der Veranstaltungen

Siriusstr. 16 | 53881 Euskirchen-Stotzheim (wenn nicht anders angegeben)

### kidix® – Eltern-Kind-Kurs

- **Kinderzeit**  
spielen, entdecken und erforschen, Freunde finden
- **Elternzeit**  
sich informieren und austauschen, beobachten
- **Gemeinsame Zeit**  
singen, spielen, miteinander kreativ sein

kidix® ist ein Kurs für Eltern mit Kindern von 1 bis 3 Jahren. Das Kurskonzept wurde für die katholischen Einrichtungen der Erwachsenen- und Familienbildung in NRW entwickelt. Jeder kidix® Eltern-Kind-Kurs wird von qualifizierten Kursleitungen mit kidix® Zertifikat durchgeführt.



**Di 27.08. – Di 10.12.2024 | 09.30 – 11.00 Uhr**

Johanna Johann

Teilnahme-Gebühr 24,00 € | 12 x = 24 UStd.

**Veranstaltungs-Nr. 2468620093**

## > STÄDT. FAMILIENZENTRUM STOTZHEIM

### Kochen und Backen mit Schulkindern

Kinderkurs für 6 bis 10-Jährige – Sich einfach gesund ernähren, worauf kommt es an?

Kinder können und wollen in der Küche bei der Zubereitung der Mahlzeiten mithelfen. Besonders gerne schneiden und zerkleinern sie Obst und Gemüse. Damit werden Kuchen oder eine Pizza belegt oder Teigtaschen gefüllt. Auf diese Weise lernen die Kinder viele verschiedene Obst- und Gemüsesorten kennen und können sie beim Schneiden roh probieren.

Gekocht und gebacken wird entsprechend der Jahreszeiten, z. B.: Gruselburger, Gemüsebonbons, Pizza ...

**Fr 06.09. | Fr 11.10. und Fr 13.12.2024  
15.00–16.30 Uhr**

Katharina Gerhardt  
gebührenfrei | 3 x = 6 UStd.

**Veranstaltungs-Nr. 2468620108**

### Gemeinsam schmeckt's besser

Kochkurs für Senioren

In diesem Kurs lernen Sie, einfache und leckere Gerichte für den Alltag zuzubereiten, denn gesundes Essen muss nicht teuer und aufwendig sein. Beim gemeinsamen Kochen kommt auch der Austausch untereinander nicht zu kurz.

**Sa 07.09. | Sa 12.10. | Sa 02.11. und  
Sa 07.12.2024 | 11.00–13.15 Uhr**

Katharina Gerhardt  
gebührenfrei | 4 x = 12 UStd.

**Veranstaltungs-Nr. 2468660131**

### Bunter Herbstwald

Waldfamilientag für Eltern mit Kindern  
von 4 bis 6 Jahren

Der Wald im Herbst ist bunt und vielfältig: Blätter, Beeren, Bucheckern und vieles mehr warten dort auf uns. Was gibt es wohl alles zu entdecken? Finden wir es heraus!

**Sa 21.09.2024 | 10.00–12.15 Uhr**

Yvonne Langeneck  
Teilnahme-Gebühr 5,00 € | 1 x = 3 UStd.

Ort: Hardtburg Stotzheim Parkplatz  
53881 Euskirchen-Stotzheim

**Veranstaltungs-Nr. 2468620084**

## > STÄDT. FAMILIENZENTRUM GOTTFRIED-DISSE-STRASSE



Städt. Familienzentrum  
Gottfried-Disse-Straße

### Kontakt

Martina Kellershoff  
Telefon 02251 89123

### Ort der Veranstaltungen

Gottfried-Disse-Straße 32  
53879 Euskirchen

### Erste Hilfe am Kind

Die Dozentin bereitet Familienmitglieder in diesem kompakten Kurs auf kleine und große Kindernotfälle im familiären Bereich vor. Sie lernen in praktischen Fallbeispielen, wie Sie Notfallsituationen ohne Angst begegnen können. Was tun bei Verschlucken von Fremdkörpern, Sport- und Spielverletzungen, Vergiftungen ...?

Die Veranstaltung richtet sich an Eltern, Großeltern, Tanten und Onkel und alle Interessierten.

**Do 19.09.2024 | 18.00–20.15 Uhr**

Marion Eichinger  
gebührenfrei | 1 x = 3 UStd.

**Veranstaltungs-Nr. 2468610020**

### Yoga für Anfänger und Fortgeschrittene

Entspannung für Körper, Geist und Seele

Mit Yoga können Sie Ihren Körper erspüren, dehnen und stärken. Mit wirbelsäulengerechten Ausgleichsübungen, Atemachtsamkeit und kleinen Entspannungsphasen zwischendurch kommen Sie zur Ruhe und können sich von den Anforderungen des Alltags erholen und neue Kraft schöpfen.

### Bitte beachten Sie

- Bitte kommen Sie in geeigneter Sportkleidung zum Kurs und ggf. eine Decke/Matte mit.
- Nehmen Sie ca. zwei Stunden vor der Yoga-Stunde keine größere Mahlzeit mehr zu sich.

Elke Carpus  
Teilnahme-Gebühr 55,00 €  
11 x = 22 UStd.

**Di 03.09. – Di 26.11.2024  
17.45 – 19.15 Uhr**

**Veranstaltungs-Nr. 2468660127**

**Di 03.09. – Di 26.11.2024  
19.30 – 21.00 Uhr**

**Veranstaltungs-Nr. 2468660128**

## &gt; GOTTFRIED-DISSE-STRASSE

**Joshi und der Weihnachtsstern**

Figuren-Theater für Eltern mit Kindern  
ab 4 Jahren

Joshi ist ein ganz normales kleines Schaf, das mal wieder nicht ins Bett will. Und heute schon gar nicht, denn es passieren die absonderlichsten Dinge! Da ist die dicke Frau auf dem Esel, dann der seltsame Stern und schließlich die Könige, die mitten in der Nacht durch die Wüste ziehen! Zusammen mit einem alten und zwei neuen Freunden geht Joshi der Sache auf den Grund. Und was finden sie? Na, was schon, ein Baby!  
Die Weihnachtsgeschichte aus der Sicht eines kleinen Schafes.

**Do 12.12.2024 | 15.00 – 16.00 Uhr**

Christian Schweiger  
gebührenfrei | 1 x = 1 UStd.

**Veranstaltungs-Nr. 2468760002**

## &gt; ST. CHRYSTANTUS UND DARIA



**Kath. Familienzentrum  
St. Chrystantus und Daria**

**Anmeldung**

Eva-Maria Bädorf  
Telefon 02253 3274

**Yoga für Anfänger  
und Fortgeschrittene**

Mithilfe von Körperübungen wird die Körperwahrnehmung vertieft und die Beweglichkeit geschult.

Der Kurs ist für Anfänger wie Fortgeschrittene geeignet.

Bitte bequeme Kleidung, Matte und Decke mitbringen.

**Do 29.08. – Do 12.12.2024**

**18.00 – 19.15 Uhr**

Günther Schmidt  
Teilnahme-Gebühr 39,00 €  
13 x = 13 UStd.

Ort: Kath. Familienzentrum St. Chrysanthus  
Kapuzinergasse 13 | 53902 Bad Münstereifel

**Veranstaltungs-Nr. 2468660086**

## &gt; KATH. FAMILIENZENTRUM ST. CHRYSTANTUS UND DARIA

**Die Boote der Feen**

Waldfamilienstag für Eltern mit Kindern  
von 4 bis 6 Jahren

Die heimischen Wälder halten viele spannende Dinge bereit! Wir lernen den Wald und seine vielfältigen Materialien kennen und bauen jeder ein Bötchen, das wir auf dem Wasser zur Reise zu den Feen losschicken können.

**Fr 30.08.2024 | 14.30 – 16.45 Uhr**

Ingo Esser  
gebührenfrei | 1 x = 3 UStd.  
Ort: Hardtburg Stotzheim Parkplatz  
53881 Euskirchen-Stotzheim

**Veranstaltungs-Nr. 2468620054**

**Auf diese Steine kann man bauen**

Jung und Alt können im gemeinsamen Entwickeln und Umsetzen von Bauideen viel voneinander lernen: Kreativität und deren Umsetzbarkeit lassen die Generationen miteinander bauen. Wichtig ist, sich im gemeinsamen Tun stressfrei zu erleben – wirklich wieder einmal Zeit füreinander zu haben.

**Sa 31.08.2024 | 10.00 – 14.30 Uhr**

Frank Rütten  
gebührenfrei | 1 x = 5 UStd.  
Ort: Kath. Kindergarten BAM-Arloff  
Weiherstraße 20  
53902 Bad Münstereifel-Arloff

**Veranstaltungs-Nr. 2468620095**

**Grenzen setzen leicht gemacht**

Kinder brauchen Freiräume, aber auch Grenzen. Grenzen geben Sicherheit und bieten Verlässlichkeit, Routinen. Sie sind Orientierungspunkte, die manchmal nur eine Zeit lang gültig sind. Aber Grenzen reizen auch. Wann sind Grenzen wichtig? Wie kann ich sinnvoll Grenzen setzen? Warum fällt es manchmal schwer konsequent zu sein? Darüber wollen wir an diesem Abend sprechen.

Gerne können Sie Ihre eigenen Fragen einbringen.

**Do 19.09.2024 | 19.00 – 21.15 Uhr**

Gudrun Beckmann  
gebührenfrei | 1 x = 3 UStd.  
Ort: Digital

**Veranstaltungs-Nr. 2468610023**

**Online-  
Veranstaltung**

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

## > KATH. FAMILIENZENTRUM ST. CHRYSANTUS UND DARIA

### Kids im Medienschungel

Digitale Medien sind allgegenwärtig. Das fängt schon bei den Kindern an und betrifft auch die Gruppe der Grundschul Kinder. Medien haben ohne Zweifel großen Einfluss auf die kindliche Entwicklung. Wo sind die Chancen und wo beginnen die Risiken? Während es im Blick auf die Kleinen um Fragen geht, ab wann der Bildschirm erlaubt ist und wie lange und welche Medien vielleicht sogar die kindliche Entwicklung fördern können, geht es bei den etwas Größeren um die Frage, wie man sein Kind bei einer verantwortungsvollen und selbstbestimmten Mediennutzung begleiten kann. Und was können Eltern tun, wenn sie Angst haben, ihr Kind könnte erste Zeichen von Mediensucht zeigen? Gemeinsam suchen wir an diesem Abend nach Antworten.

**Mo 07.10.2024 | 14.00 – 16.30 Uhr**

Brigitte Stamm

gebührenfrei | 1 x = 3 UStd.

Ort: Kath. Kindergarten BAM-Arloff

Weierstraße 20

53902 Bad Münstereifel-Arloff

**Veranstaltungs-Nr. 2468610024**

### Wir bauen ein Vogelhäuschen

Aktionstag für Eltern mit Kindern ab 3 Jahren

Wer will fleißige Handwerker seh'n, der muss zu der Kita geh'n.

Den Winter verbringen viele Vögel an wärmeren Orten. Wenn sie aber im Frühling zurückkommen, wollen sie gleich mit dem Brüten beginnen und viele brauchen dafür ein eigenes Häuschen. Damit im Frühling genügend Häuser für die Vögel Eltern und ihre Kinder da sind, möchten wir schon im Winter alles vorbereiten und gemeinsam mit euch Vogelhäuschen bauen. Wenn ihr auch ein Vogelhäuschen bauen wollt, meldet euch mit Mama oder Papa an. Und falls eure Eltern einen Akkuschauber zuhause haben, wäre es schön, wenn Ihr den mitbringen könntet. Außerdem brauchen wir noch etwas zu Essen und zu trinken, weil man zum Handwerken viel Kraft braucht und davon großen Hunger bekommt.

**Mi 20.11.2024 | 14.15 – 16.30 Uhr**

Steffi Krieg

Teilnahme-Gebühr 5,00 € | 1 x = 3 UStd.

Ort: Kath. Kindergarten Bad Münstereifel

Kapuzinergasse 13 | 53902 Bad Münstereifel

**Veranstaltungs-Nr. 2468620082**

## > KATH. FZ ST. SEVERINUS



Kath. Familienzentrum St. Severinus

### Kontakt

Claudia Korth-Kreimendahl

Telefon 02443 6126

### Anmeldung bei der Kursleitung

#### Ort der Veranstaltungen

Kath. Pfarrheim Kommern

Kirchberg 14

53894 Mechernich-Kommern

### Eltern-Kind-Kurs

Die Kinder spielen, entdecken und erforschen selbstständig ihre Umwelt im vorbereiteten Raum. Sie nehmen erste Kontakte zu anderen Kindern und Erwachsenen auf.

Eltern informieren sich und tauschen sich aus zu Erziehungs-, Entwicklungs- und Familienfragen.

Durch angeleitete Beobachtung und Gespräche verstehen Eltern ihr Kind und seine Bedürfnisse besser und erhalten Anregungen für den Alltag in der Familie.

**Di 27.08. – Di 10.12.2024**

**09.30 – 11.00 Uhr**

Hannelore Knuth

Teilnahme-Gebühr 65,00 € | 13 x = 26 UStd.

Ort: Kath. Pfarrheim Kommern

Kirchberg 14 | 53894 Mechernich-Kommern

**Veranstaltungs-Nr. 2468620090**

## > KATH. KITA ST. MAURITIUS



Kath. Kita St. Mauritius

### Anmeldung

Annika Schwan

Telefon 02254 2580

### Ort der Veranstaltungen

Kath. Jugendheim St. Mauritius

Triftstraße 14 | 53919 Weilerswist

(wenn nicht anders angegeben)

### Yoga für Fortgeschrittene

Ein Yogakurs für Yogis und Yoginis mit Vorerfahrung und regelmäßiger Yogapraxis Bitte bringen Sie wenn möglich eine eigene Matte oder und ggf. Kissen/Decke mit. Nehmen Sie ca. zwei Stunden vor der Yogastunde keine größere Mahlzeit mehr zu sich.

**Mo 26.08. – Mo 09.12.2024**

**18.30 – 20.00 Uhr**

Tatjana Heckmann

Teilnahme-Gebühr 60,00 € | 14 x = 28 UStd.

**Veranstaltungs-Nr. 2468660106**

## &gt; KATH. KITA ST. MAURITIUS

## Yoga

Verschiedene Yoga-Übungen helfen Verspannungen zu lösen. Das Körperbewusstsein wird verbessert und wir können neue Kraft tanken. Spezielle Atemtechniken intensivieren die Entspannung. Der Kurs ist für alle Altersstufen geeignet.

**Di 27.08. – Di 10.12.2024**

**10.00 – 11.30 Uhr**

Sandra Richter

Teilnahme-Gebühr 51,00 € | 12 x = 24 UStd.

**Veranstaltungs-Nr. 2468660102**

## Stuhl-Yoga

Eine Variante des Yogas für ältere Menschen, für alle, die eine Verletzung oder körperliche Einschränkung haben oder die zwischendurch im Büro Yoga machen möchten. Nehmen Sie ca. zwei Stunden vor der Yogastunde keine größere Mahlzeit mehr zu sich.

Tatjana Heckmann

Teilnahme-Gebühr 60,00 € | 14 x = 28 UStd.

**Mo 26.08. – Mo 09.12.2024**

**09.00 – 10.30 Uhr**

Ort: Pfarrzentrum Lommersum

Walramstraße 12 | 53919 Weilerswist

**Veranstaltungs-Nr. 2468660120**

**Mo 26.08. – Mo 09.12.2024**

**11.00 – 12.30 Uhr**

**Veranstaltungs-Nr. 2468660104**

**Mo 26.08. – Mo 09.12.2024**

**17.00 – 18.30 Uhr**

**Veranstaltungs-Nr. 2468660105**

## Qigong

In der Gesundheitsförderung haben die langsamen, fließenden Bewegungsübungen seit langem ihren festen Platz. Balance und Beweglichkeit werden auf körperlicher, seelischer und geistiger Ebene geübt. Die gelenkfreundliche und »energie-optimale« Bewegungsweise verbindet Ruhe und Bewegung. Alle Übungen und Methoden haben gemeinsam, dass sie positiv auf den ganzen Organismus wirken und nicht auf bestimmte Krankheitsbilder oder Beschwerden hin geübt werden.

**Mo 30.09. – Mo 09.12.2024**

**15.30 – 17.00 Uhr**

Michaela Lindemann

Teilnahme-Gebühr 40,00 € | 9 x = 18 UStd.

**Veranstaltungs-Nr. 2468660103**

## Kochkurs

## Menü für besondere Anlässe

Menü besteht aus Appetizer, Salat, Suppe, Hauptspeise und natürlich Nachtisch.

**Do 24.10.2024 | 16.00 – 19.00 Uhr**

Petra Wiedenau

Teilnahme-Gebühr 10,00 € | 1 x = 4 UStd.

**Veranstaltungs-Nr. 2468660107**

## Wir backen Weihnachtsgebäck mit Petra

**Fr 22.11.2024 | 16.00 – 19.00 Uhr**

Petra Wiedenau

Teilnahme-Gebühr 10,00 € | 1 x = 4 UStd.

**Veranstaltungs-Nr. 2468660101**

## &gt; KATH. FAMILIENZENTRUM ST. JOHANNES UND SEBASTIANUS

Kath. Familienzentrum  
St. Johannes und Sebastianus

## Anmeldung

Andrea Zingsheim-Schmitz

Telefon 02252 2829

## Ort der Veranstaltungen

Ort: Kath. Familienzentrum

Niederelvenich

Wilhelm-Falkenberg-Straße 60

53909 Zülpich

(wenn nicht anders angegeben)

Trotz und Aggression  
im Kleinkindalter

Immer wieder stehen Kinder vor Situationen, die emotional verarbeitet werden und in denen sie sich selbst regulieren müssen. Hunger, Müdigkeit oder Frustration können diese Situationen erschweren, die Kinder reagieren plötzlich trotzig oder aggressiv. An diesem Abend sprechen wir darüber, wie sich Beißen oder Treten ankündigt, wie wir als Eltern reagieren können und was Kinder bei der Selbstregulation unterstützt. Die Teilnehmenden können gerne ihre eigenen Fragen und Situationen einbringen.

**Di 29.10.2024 | 19.30 – 21.00 Uhr**

Regina Hanenberg

gebührenfrei | 1 x = 2 UStd.

**Veranstaltungs-Nr. 2468610005**

Kirchenführung St. Johannes und  
Sebastianus Zülpich-Wichterich

Mittelalterliches Gebäude aus mehreren Jahrhunderten

Der älteste Teil der heutigen Kirche, der Westturm, stammt aus dem 12. Jahrhundert und wurde damals an eine schon bestehende Kirche angebaut, die später durch einen dreischiffigen Bau ersetzt wurde. Über viele Jahrhunderte hinweg wurde die Kirche St. Johannes & Sebastianus an- und umgebaut. Die Glasfenster stammen teilweise aus der Zeit um 1900, teilweise von 1959. Unter den Ausstattungstücken ab dem 12. Jahrhundert befindet sich ein Taufbecken aus Blaustein sowie eine Grabplatte für Mitglieder der Familie Schall von Bell; bekanntestes Familienmitglied ist Johann Adam Schall von Bell, Jesuit und Wissenschaftler in China.

**Mo 09.12.2024 | 16.00 – 17.30 Uhr**

Martin Vollberg

gebührenfrei | 1 x = 2 UStd.

Ort: Kirche St. Johannes und

Sebastianus Wichterich

Frankfurter Straße 12 | 53909 Zülpich

**Veranstaltungs-Nr. 2468730002**

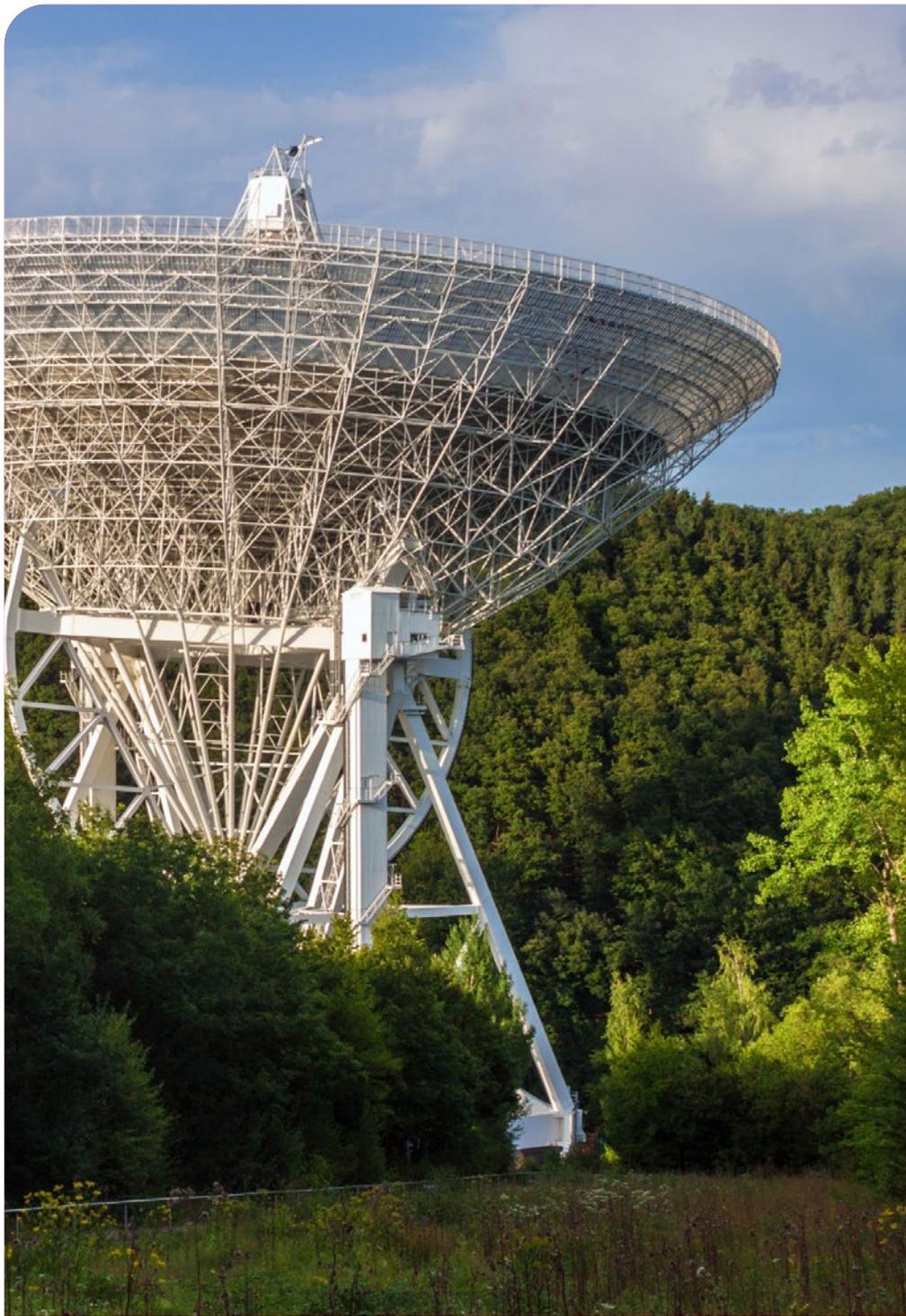


Foto: Malyas Rehak/shutterstock.com

## VERANSTALTUNGEN DES BILDUNGSWERKS IM KREIS EUSKIRCHEN

## > EUSKIRCHEN

**Kath. Bildungswerk Kreis Euskirchen**  
Anne Schmidt-Keusgen  
Telefon 02225 922020

### Kursanmeldungen

für das Kath. Bildungswerk  
in der Regel beim örtlichen  
Kooperationspartner

### Fortbildung zu HGB-Bilanzierung für KGV-Mitglieder

Zukunft gestalten – Vermögen verwalten:  
HGB-Bilanzierung in den Kirchengemeinden  
Die Jahresabschlüsse für das Geschäftsjahr  
2024 aller Kirchengemeinden (einschl. Fried-  
höfe), Kirchengemeindeverbände und Gesamt-  
verbände werden – wie bereits bekannt – nach  
HGB bilanziert.

Daher geht das Projekt »Steuern Jahresab-  
schluss Bilanzierung HGB« (StJaBi) in die  
nächste Phase: Wir laden Sie herzlich zur  
Veranstaltung »Zukunft gestalten – Vermögen  
verwalten« ein. In dieser Veranstaltung werden  
wir uns mit den Chancen und Herausforde-  
rungen der HGB-Bilanzierung im kirchlichen  
Kontext auseinandersetzen. Anhand eines  
Musterabschlusses werden wir die Verände-  
rungen durch die HGB-Bilanzierung erläutern.  
Gleichzeitig möchten wir auf Ihre Mitwirkungs-  
möglichkeiten bei der Erstellung des Jahresab-  
schlusses eingehen.

Nutzen Sie diese Gelegenheit, um sich über die  
aktuellen Entwicklungen im Bereich der kirch-  
lichen Vermögensverwaltung zu informieren  
und sich mit anderen Interessierten, insbeson-  
dere mit anderen Kirchenvorstandsmitgliedern,  
und dem HGB-Projektteam auszutauschen.

Teilnahme-Gebühr auf Anfrage | 1 x = 2 UStd.  
Ort: Kath. Familienbildungsstätte Euskirchen  
Herz-Jesu-Vorplatz 5 | 53879 Euskirchen

#### Mo 25.11.2024 | 19.00 – 20.30 Uhr

Winfried Bock  
Philipp Schier  
**Veranstaltungs-Nr. 2418790004**

#### Mo 13.01.2025 | 19.00 – 20.30 Uhr

Philipp Schier  
Josef Lich  
**Veranstaltungs-Nr. 2518790001**

### Literaturgesprächskreis der evangelischen Kirche Euskirchen

Wir lesen und diskutieren zeitgenössische  
und auch klassische Literatur.

- **08.07. und 22.07.2024 | 16.00 Uhr**  
Vortrag über Leben und Werk Erich Kästner  
anl. 125. Geburtstag und 50. Todestag.
- **12.08. und 26.08.2024 | 16.00 Uhr**  
Uwe Timm »Die Entdeckung der Currywurst«
- **09.09. und 23.09.2024 | 16.00 Uhr**  
Franz Kafka »Josefine, die Sängerin  
oder das Volk der Mäuse«
- **14.10. und 28.10.2024 | 16.00 Uhr**  
Marie Luise Kaschnitz »Das dicke Kind«  
Erzählung anl. 50. Todestag

## > EUSKIRCHEN

- **11.11. und 25.11.2024 | 16.00 Uhr**  
Buch für die Stadt (Thema steht noch nicht  
fest) oder Paolo Giorano »Die Einsamkeit der  
Primzahlen«
- **09.12.2024 | 16.00 Uhr**  
Weihnachtsgeschichten

#### Mo 08.07. – Mo 09.12.2024

**16.00 – 17.30 Uhr**  
Heidrun Brenig  
Teilnahme-Gebühr 22,20 € | 11 x = 22 UStd.  
Ort: Ev. Kirchengemeinde Euskirchen  
Kölner Straße 41 | 53879 Euskirchen  
**Veranstaltungs-Nr. 2418760005**

### Kath. Beratungsstelle EFL

### Männersache

Gesprächsgruppe für Männer

Wo kann man als Mann mit anderen Männern  
über die Themen sprechen, die einen wirk-  
lich innerlich umtreiben? Wo kann Mann sich  
öffnen und wo gibt es einen Austausch jenseits  
gut gemeinter Ratschläge, die leider häufig zu  
kurz greifen.

Die Männergruppe bietet die Möglichkeit, über  
mehrere Monate immer wieder gemeinsam  
unter fachlicher Anleitung an den aktuellen  
Lebensthemen der Gruppenmitglieder zu  
arbeiten. So kann die Gruppe ein wichtiger  
Begleiter sein in Phasen, in denen Krisen  
bewältigt werden wollen, neue Wege oder eine  
intensivere Auseinandersetzung mit sich selbst  
gesucht wird.

Die Gruppenmitglieder teilen ihre Erfahrungen,  
geben sich Aufmerksamkeit und Feedback und  
profitieren so voneinander. Voraussetzung ist  
die regelmäßige Teilnahme, die Bereitschaft,  
sich mit der eigenen und mit den Lebenssitua-  
tionen anderer auseinander zu setzen sowie die  
Fähigkeit zur Verschwiegenheit.

Spenden in selbstbestimmter Höhe sind uns  
eine große Hilfe.

Vor der erstmaligen Teilnahme wird um ein  
telefonisches Vorgespräch mit dem Gruppenlei-  
ter gebeten.

### Anmeldung und Information

info@eft-euskirchen.de  
Telefon 02251 51070



#### Mo 07.10. – Mo 09.12.2024

**18.00 – 21.00 Uhr**  
Benedikt Kremp  
Teilnahme-Gebühr auf Anfrage | 3 x = 12 UStd.  
Ort: Kath. Familienbildungsstätte Euskirchen  
Herz-Jesu-Vorplatz 5 | 53879 Euskirchen  
**Veranstaltungs-Nr. 2418740003**

## &gt; EUSKIRCHEN

**Bildungsstätte Haus Maria Rast**

M. Antonia Segebarth  
Telefon 02256 95870

**Zuversicht –  
in den Rissen schaffst du Raum**

Eingeladen sind Menschen, die in der entspannenden Atmosphäre von Haus und Umgebung vom Trubel des Alltags abschalten möchten, um sich mit Fragen ihres Lebens zu beschäftigen, neue Perspektiven zu entdecken, sich mit anderen auszutauschen und gestärkt in ihre Aufgaben zurückzukehren.

Regina-Maria Domberger  
Teilnahme-Gebühr auf Anfrage | 1 x = 3 UStd.  
Ort: Bildungsstätte Haus Maria Rast  
Josef-Kentenich-Weg 1 | 53881 Euskirchen

**Di 03.09.2024 | 10.00–12.15 Uhr**  
**Veranstaltungs-Nr. 2418730026**

**Do 12.09.2024 | 10.00–12.15 Uhr**  
**Veranstaltungs-Nr. 2418730027**

**Sa 05.10.2024 | 10.00–12.15 Uhr**  
**Veranstaltungs-Nr. 2418730028**

**Mo 14.10.2024 | 10.00–12.15 Uhr**  
**Veranstaltungs-Nr. 2418730029**

**Do 07.11.2024 | 10.00–12.15 Uhr**  
**Veranstaltungs-Nr. 2418730030**

**Mo 11.11.2024 | 10.00–12.15 Uhr**  
**Veranstaltungs-Nr. 2418730031**

**Di 12.11.2024 | 10.00–12.15 Uhr**  
**Veranstaltungs-Nr. 2418730032**

**Do 14.11.2024 | 10.00–12.15 Uhr**  
**Veranstaltungs-Nr. 2418730033**

**Mo 18.11.2024 | 10.00–12.15 Uhr**  
**Veranstaltungs-Nr. 2418730034**

**Mo 25.11.2024 | 10.00–12.15 Uhr**  
**Veranstaltungs-Nr. 2418730035**

**Di 26.11.2024 | 10.00–12.15 Uhr**  
**Veranstaltungs-Nr. 2418730036**

**Bildungsstätte Haus Maria Rast**

Sr. M. Annelore Müllers  
Telefon 02256 95870

**Frauenfrühstück**

N. N.  
Teilnahme-Gebühr auf Anfrage | 1 x = 3 UStd.  
Ort: Bildungsstätte Haus Maria Rast  
Josef-Kentenich-Weg 1 | 53881 Euskirchen

**Di 10.09.2024 | 10.00–12.15 Uhr**  
**Veranstaltungs-Nr. 2418730047**

**Mi 11.09.2024 | 10.00–12.15 Uhr**  
**Veranstaltungs-Nr. 2418730048**

**Di 05.11.2024 | 10.00–12.15 Uhr**  
**Veranstaltungs-Nr. 2418730049**

**Mi 06.11.2024 | 10.00–12.15 Uhr**  
**Veranstaltungs-Nr. 2418730050**

## &gt; EUSKIRCHEN

**Bildungsstätte Haus Maria Rast**

M. Antonia Segebarth  
Telefon 02256 95870

**Dir Raum geben**

Regina-Maria Domberger  
Teilnahme-Gebühr auf Anfrage | 1 x = 3 UStd.  
Ort: Bildungsstätte Haus Maria Rast  
Josef-Kentenich-Weg 1 | 53881 Euskirchen

**Mi 27.11.2024 | 10.00–12.15 Uhr**  
**Veranstaltungs-Nr. 2418730037**

**Di 03.12.2024 | 10.00–12.15 Uhr**  
**Veranstaltungs-Nr. 2418730038**

**Mi 04.12.2024 | 10.00–12.15 Uhr**  
**Veranstaltungs-Nr. 2418730039**

**Do 05.12.2024 | 10.00–12.15 Uhr**  
**Veranstaltungs-Nr. 2418730040**

**Mo 09.12.2024 | 10.00–12.15 Uhr**  
**Veranstaltungs-Nr. 2418730041**

**Do 12.12.2024 | 10.00–12.15 Uhr**  
**Veranstaltungs-Nr. 2418730042**

**Fr 13.12.2024 | 10.00–12.15 Uhr**  
**Veranstaltungs-Nr. 2418730043**

**Mo 16.12.2024 | 10.00–12.15 Uhr**  
**Veranstaltungs-Nr. 2418730044**

## &gt; MECHERNICH-KOMMERN

**Kath. Bildungswerk Euskirchen**

Anne Schmidt-Keusgen  
Telefon 02225 922020

**St. Agatha und St. Sebastian  
in Schaven**

Von der Pest in der Auswahl der heiligen Personen bestimmt

Die kleine Dorfkirche St. Agatha und St. Sebastian ist mit drei Altären reich ausgestattet. Fünf Heiligenfiguren sind in die drei lebendig dekorierten Retabel eingestellt. Die vielfach sanierten Schreinerarbeiten zeigen teilweise originale Farbfassung. Die in Pestzeiten angerufenen Heilige St. Sebastian und St. Rochus spielen eine besondere Rolle. Der Friedhof und die einschiffige Kirche sind von einer Mauer eingefasst. Der Turm gibt sich in der Gestaltung der Zeit um 1200. Die Jahreszahl 1754 über dem Portal verweist auf die Sicherung des damals vom Einsturz bedrohten Turmes hin. Im 15. Jahrhundert wurde der Chor an das Kirchenschiff angebaut.

**So 27.10.2024 | 16.00–17.30 Uhr**

Martin Vollberg

Teilnahme-Gebühr 5,00 €

Die Gebühr bitte in bar bereithalten.

1 x = 2 UStd.

Ort: Kath. Kirche St. Agatha

Sebastianusweg 1a

53894 Mechernich-Schaven

**Veranstaltungs-Nr. 2418770001**

## &gt; WEILERSWIST

Ökumenischer Frauenkreis  
Marlene Forkert  
Mobil 0174 1455748

## Malerei und Film

**Mo 30.09.2024 | 18.00 – 20.15 Uhr**

Barbara Westphal  
Teilnahme-Gebühr auf Anfrage  
1 x = 3 UStd.

Ort: Jugendheim Weilerswist  
Triftstraße 14 | 53919 Weilerswist

**Veranstaltungs-Nr. 2418770003**

## Bertolt Brecht – Literaturabend

**Mo 21.10.2024 | 18.00 – 20.15 Uhr**

Heidrun Brenig  
Teilnahme-Gebühr auf Anfrage  
1 x = 3 UStd.

Ort: Jugendheim Weilerswist  
Triftstraße 14 | 53919 Weilerswist

**Veranstaltungs-Nr.: 2418760006**

## Wie ordnet die Welt sich neu?

**Mo 18.11.2024 | 18.00 – 20.15 Uhr**

Dr. Uwe Beyer  
Teilnahme-Gebühr auf Anfrage  
1 x = 3 UStd.

Ort: Jugendheim Weilerswist  
Triftstraße 14 | 53919 Weilerswist

**Veranstaltungs-Nr. 2418510001**

## &gt; ZÜLPICH

KGV Zülpich  
Marianne Komp  
Telefon 02252 2322

## Himmel und Ääd

Gespräche in der Kneipe

Die Veranstaltung bietet Fragen, Impulse und Diskussion »über den Bierdeckelrand hinaus«. Es gibt die Gelegenheit, in geselliger Runde und bei einem Glas Kölsch, mitten in der Kneipe, über Zweifel am Glauben oder Fragen an die Kirche zu sprechen und Antworten zu finden.

Dr. theol. Werner Höbsch  
Teilnahme-Gebühr auf Anfrage  
1 x = 3 UStd.

Ort: Op d'r Kinat  
Münsterstraße 4 | 53909 Zülpich

**Do 22.08.2024 | 19.30 – 21.45 Uhr**

**Veranstaltungs-Nr. 2418730023**

**Di 08.10.2024 | 19.30 – 21.45 Uhr**

**Veranstaltungs-Nr. 2418730024**

**Di 10.12.2024 | 19.30 – 21.45 Uhr**

**Veranstaltungs-Nr. 2418730025**

## &gt; ZÜLPICH

Kath. Bildungswerk Euskirchen  
Anne Schmidt-Keusgen  
Telefon 02225 922020

In pittoresker Lage:  
St. Gertrudis in Zülpich-Juntersdorf

Von der pittoresk gelegenen Kirche St. Gertrudis in Juntersdorf bietet sich eine gute Sicht auf Zülpich. Das möglicherweise aus einer Eigenkirche hervorgegangene Gebäude hat seine heutige Gestalt durch Bauarbeiten mehrere Jahrhunderte erhalten. Die im Kern des Kirchenschiffs aus dem 12. Jahrhundert stammende Saalkirche hat Ausstattung des 17. bis 19. Jahrhunderts bewahrt. Darunter befinden sich drei barocke Altäre. Kirche und Friedhof sind von einer Mauer umfasst. Alte Grabkreuze sind erhalten.

Hinweis zu Treffpunkt:  
vor dem Portal der Kirche  
in den ummauerten Bereich führen mehrere Wege über Gertrudisstraße oder Pfarrer-Wachten-straße.

**Sa 21.12.2024 | 15.00 – 16.30 Uhr**

Martin Vollberg  
Teilnahme-Gebühr 5,00 €  
Die Gebühr bitte in bar bereithalten.

1 x = 2 UStd.

Ort: Kath. Kirche St. Gertrudis  
Gertrudisstraße 11 | 53909 Zülpich-Juntersdorf

**Veranstaltungs-Nr. 2418770002**



Foto: Martin Vollberg

## &gt; INTEGRATIONS- UND SPRACHKURSE

**Zentrum für Migration und Flüchtlinge**

Simon Rauch  
Telefon 02251 794740

**A1 Sprachkurs für Geflüchtete**

Ort: Zentrum für Migration und Flüchtlingshilfe | Café International  
In den Herrenbenden 1 | 53879 Euskirchen

**Mo 26.08. – Mi 11.12.2024**  
**10.00–11.30 Uhr**

Marlies Rokitta-Liedmann  
gebührenfrei | 28 x = 56 UStd.

**Veranstaltungs-Nr. 2418820015**

**Di 27.08. – Do 10.10.2024**  
**13.30–15.00 Uhr**

Maria Abramova  
gebührenfrei | 13 x = 26 UStd.

**Veranstaltungs-Nr. 2418820013**

**Di 01.10. – Mi 04.12.2024**  
**10.00–12.15 Uhr**

Ute Moyses  
gebührenfrei | 16 x = 48 UStd.

**Veranstaltungs-Nr. 2418820016**

**Di 29.10. – Do 12.12.2024**  
**13.30–15.00 Uhr**

Maria Abramova  
gebührenfrei | 14 x = 28 UStd.

**Veranstaltungs-Nr. 2418820014**

**A1 Sprachkurs für Geflüchtete**

Ort: Kath. Familienbildungsstätte Euskirchen  
Herz-Jesu-Vorplatz 5 | 53879 Euskirchen

**Mi 28.08. – Mi 11.12.2024**  
**10.30–12.45 Uhr**

Rose Zeyer  
gebührenfrei | 14 x = 42 UStd.

**Veranstaltungs-Nr. 2418820012**

**Ferien-Deutschkurs für Zugewanderte und Geflüchtete**

**Mo 14.10. – Fr 25.10.2024**  
**10.00–12.15 Uhr**

Ute Moyses  
gebührenfrei | 10 x = 30 UStd.

Ort: Kath. Familienbildungsstätte Euskirchen  
Herz-Jesu-Vorplatz 5 | 53879 Euskirchen

**Veranstaltungs-Nr. 2418820005**

**Information zu weiteren Sprachkursen**  
[www.bildungswerk-euskirchen.de](http://www.bildungswerk-euskirchen.de)

## &gt; INTEGRATIONS- UND SPRACHKURSE

**Kath. Bildungswerk Euskirchen**

Elena Schulz  
Telefon 02251-9571127

**BAMF Allgemeiner Integrationskurs**

Haus der Familie Euskirchen

Nasim Nasibolboka  
Teilnahme-Gebühr auf Anfrage  
20 x = 100 UStd.

Ort: Kath. Familienbildungsstätte Euskirchen  
Herz-Jesu-Vorplatz 5 | 53879 Euskirchen

**492 Modul 4**

**Mo 09.09. – Di 08.10.2024**  
**08.30–12.45 Uhr**

**Veranstaltungs-Nr. 2418810122**

**492 Modul 5**

**Mi 09.10. – Mi 20.11.2024**  
**08.30–12.45 Uhr**

**Veranstaltungs-Nr. 2418810123**

**492 Modul 6**

**Do 21.11. – Mi 18.12.2024**  
**08.30–12.45 Uhr**

**Veranstaltungs-Nr. 2418810124**

**492 Modul OK**

**Do 19.12. – Do 30.01.2025**  
**08.30–12.45 Uhr**

**Veranstaltungs-Nr. 2418810125**

**BAMF Allgemeiner Integrationskurs**

Blankenheim

**474 Modul OK**

**Mi 21.08. – Di 24.09.2024**  
**08.30–12.45 Uhr**

Ira Esser  
Hildegard Bouschery  
Teilnahme-Gebühr auf Anfrage  
20 x = 100 UStd.

Ort: FCG Blankenheim  
Bahnhofstraße 18 | 53945 Blankenheim  
**Veranstaltungs-Nr. 2418810105**

**BAMF Jugendintegrationskurs**

JMD

**462 Modul OK**

**Mi 21.08. – Mo 23.09.2024**  
**13.30–16.45 Uhr**

Lidia Halikow  
Rose Zeyer  
Teilnahme-Gebühr auf Anfrage  
20 x = 100 UStd.

Ort: Jugendmigrationsdienst Euskirchen  
Bahnhofstraße 23 | 53879 Euskirchen  
**Veranstaltungs-Nr. 2418810059**

## > INTEGRATIONS- UND SPRACHKURSE

---

### BAMF Jugendintegrationskurs

Haus der Familie Euskirchen

Ort: Kath. Familienbildungsstätte Euskirchen  
Herz-Jesu-Vorplatz 5 | 53879 Euskirchen

#### 479 Modul 8

**Do 22.08. – Mi 18.09.2024**

**08.30 – 12.45 Uhr**

Ilona Szoboszlai

Rose Zeyer

Teilnahme-Gebühr auf Anfrage

20 x = 100 UStd.

**Veranstaltungs-Nr. 2418810111**

---

#### 479 Modul 9

**Do 19.09. – Di 05.11.2024**

**08.30 – 12.45 Uhr**

Ilona Szoboszlai

Rose Zeyer

Teilnahme-Gebühr auf Anfrage

20 x = 100 UStd.

**Veranstaltungs-Nr. 2418810112**

---

#### 479 Modul OK

**Mi 06.11. – Di 03.12.2024**

**08.30 – 12.45 Uhr**

Ilona Szoboszlai

Rose Zeyer

Teilnahme-Gebühr auf Anfrage

20 x = 100 UStd.

**Veranstaltungs-Nr. 2418810113**

---

#### 500 Hauptkurs

**Mo 16.09. – Mo 19.01.2026**

**13.30 – 16.45 Uhr**

Ilona Szoboszlai

Lidia Halikow

Teilnahme-Gebühr auf Anfrage

25 x = 100 UStd.

**Veranstaltungs-Nr. 2418810140**

---

#### 500 Modul 1

**Mo 16.09. – Mi 06.11.2024**

**13.30 – 16.45 Uhr**

Ilona Szoboszlai

Lidia Halikow

Teilnahme-Gebühr auf Anfrage

25 x = 100 UStd.

**Veranstaltungs-Nr. 2418810141**

---

#### 500 Modul 2

**Do 07.11. – Mi 11.12.2024**

**13.30 – 16.45 Uhr**

Ilona Szoboszlai

Lidia Halikow

Teilnahme-Gebühr auf Anfrage

25 x = 100 UStd.

**Veranstaltungs-Nr. 2418810142**

---

#### 500 Modul 3

**Do 12.12. – Do 30.01.2025**

**13.30 – 16.45 Uhr**

Ilona Szoboszlai

Lidia Halikow

Teilnahme-Gebühr auf Anfrage

25 x = 100 UStd.

**Veranstaltungs-Nr. 2418810143**

---

**Weitere Kurse sind in Planung**

**Bitte informieren Sie sich unter**

**[www.bildungswerk-euskirchen.de](http://www.bildungswerk-euskirchen.de)**

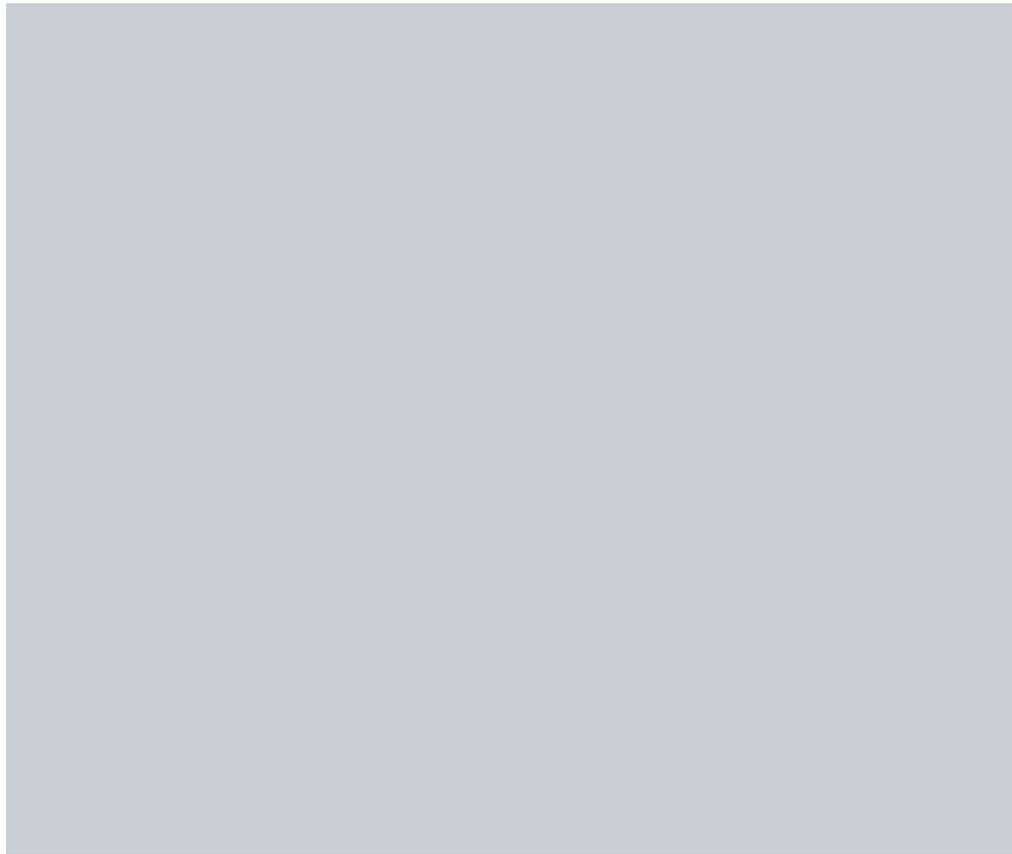


Foto: Pixapixel.com/shutterstock.com



Foto: Anurii Yalanskiy/shutterstock.com

# SONSTIGES



## > QUALITÄTSMANAGEMENT

---

### Anerkannte Einrichtung der Weiterbildung in NRW

Beide Einrichtungen sind Mitglied im Verbund Qualitätsmanagement und nach Qualitätsnorm ISO 9001 zertifiziert.



#### Liebe Teilnehmerinnen und Teilnehmer, liebe Kooperationspartner,

wir sind erfolgreich zertifiziert nach der Qualitätsnorm ISO 9001. Dieses Zertifikat verpflichtet uns, sorgfältig auf die Erfüllung unserer Qualitätsstandards zu achten. Ihre Zufriedenheit mit unseren Weiterbildungsveranstaltungen steht dabei an erster Stelle. Wir arbeiten gezielt daran, diese Zufriedenheit aufrechtzuerhalten bzw. zu steigern, indem wir aus Ihren und unseren positiven Erfahrungen, aber auch aus Ihren kritischen Rückmeldungen lernen.

Wir bitten Sie daher, den am Ende eines Kurses oder einer Veranstaltung von uns ausgegebenen Fragebogen auszufüllen und sich somit an unserer Qualitätserhebung zu beteiligen. Natürlich können Sie uns auch unabhängig von der schriftlichen Befragung eine Rückmeldung geben, was Sie für gut gelungen halten oder was aus Ihrer Sicht verbessert werden sollte. Wir greifen Ihre Anregungen gerne auf und nutzen Ihre Ideen als Optimierungsimpuls! Falls Sie weitere Fragen zu unserem Qualitätsmanagement haben, können Sie sich gerne an unsere Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter wenden.

## > BILDUNGSURLAUB

---

### Bildungsurlaub

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



Foto: Haus der Familie

## > GESCHÄFTSSTELLEN

---

### **Kath. Bildungswerk im Kreis Euskirchen**

Geschäftsstelle Euskirchen/Rhein-Sieg lrh  
Kirchplatz 1  
53340 Meckenheim  
Telefon 02225 9220 23  
E-Mail [info@bildungswerk-euskirchen.de](mailto:info@bildungswerk-euskirchen.de)  
[www.bildungswerk-euskirchen.de](http://www.bildungswerk-euskirchen.de)

### **Caritas-Verband**

mit Beratungsstelle nach § 218 für werdende Mütter in Not und Konfliktsituationen  
Wilhelmstraße 52  
53879 Euskirchen  
Telefon 02251 70000

### **Verband der Katholischen Kirchengemeinden im Kreisdekanat Euskirchen und Zentralrendantur**

Wilhelmstraße 74  
53721 Siegburg  
Telefon 02241 2409881

### **Katholische Ehe-, Familien-, Lebensberatungsstelle**

Neustraße 43  
53879 Euskirchen  
Telefon 02251 51070 | Telefax 02251 5107

## > ERMÄSSIGUNGEN

---

### **Euskirchen-Pass**

Der Euskirchen-Pass wird auf Antrag vom Bürgerbüro der Stadt Euskirchen für Euskirchener Bürger ausgestellt, soweit deren Familieneinkommen eine bestimmte Einkommensgrenze nicht überschreitet oder Leistungen nach den Bestimmungen des Zwölften oder Zweiten Buches – Sozialgesetzbuch – (SGB XII oder SGB II) bezogen werden.

Beziehen von Leistungen nach dem Asylbewerberleistungsgesetz (AsylbLG) kann ebenfalls auf Antrag ein Euskirchen-Pass ausgestellt werden, wenn sie der Stadt Euskirchen im Rahmen des Verteilungsverfahrens zugewiesen wurden.

Als Inhaber eines Euskirchen-Passes haben Sie gegen Vorlage dieses Dokuments die Möglichkeit an verschiedenen Freizeitmaßnahmen vergünstigt teilzunehmen und können mehrere Bildungs- und Kulturangebote zu ermäßigten Entgelten nutzen. So wird der Beitrag/die Kursgebühr für Weiterbildungsangebote im Haus der Familie um 50 % ermäßigt.

### **Antrag**

#### **Informationen zur Beantragung und Ausstellung erhalten Sie beim Bürgerbüro**

Altes Rathaus  
Baumstraße 2  
53879 Euskirchen  
02251 14-520 oder -521  
[buergerbueero@euskirchen.de](mailto:buergerbueero@euskirchen.de)

### **Gültigkeit**

Der Euskirchen-Pass ist ein Jahr gültig.  
Bei gleichbleibenden Voraussetzungen kann die Gültigkeit auf Antrag verlängert werden.

---

## > ERMÄSSIGUNGEN

### Bildungs- und Teilhabepaket

#### Weitere Informationen

auf der Website des Ministeriums für Arbeit, Gesundheit und Soziales des Landes Nordrhein-Westfalen

<https://www.mags.nrw/grundsicherung-bildungs-teilhabepaket>

### Weitere Ermäßigungen

Weitere Ermäßigungen sind ggf. auf Antrag möglich, bitte sprechen Sie uns an.

## > KÖB – KATHOLISCHE ÖFFENTLICHE BÜCHEREIEN



Diese Büchereien werden von den katholischen Kirchengemeinden der Stadt getragen und sind offen für alle Interessierten in ihrem Einzugsbereich.

#### Was sie – unter anderem – bieten

- ortsnahe Grundversorgung mit Literatur und Informationen aller Art
- mehr als nur Bücher
- lesefördernde Aktivitäten für alle Altersstufen
- Angebote mit christlichem Profil
- Orte der Begegnung
- Bildung und Kultur vor Ort
- ein Forum zum Gespräch über Literatur
- Brücken zu Glaubenserfahrungen
- eventuell thematische Angebotsschwerpunkte
- Dienste für hausgebundene und kranke Menschen
- kostenlose Ausleihe
- ein ehrenamtliches Betätigungsfeld für motivierte Bürgerinnen und Bürger, Christinnen und Christen und vieles mehr.

#### Adressen und Öffnungszeiten

Bitte beachten Sie Veränderungen durch die Flut vor Ort!

#### Euskirchen

##### KÖB St. Martin

Franziskanerplatz 3  
So 10.30–12.30 Uhr  
Mi 16.00–18.00 Uhr  
Fr 10.00–11.00 Uhr  
Leitung: Johanna Dahmen

##### KÖB St. Stephanus

Markt 3  
So 10.00–12.00 Uhr  
Do 16.00–18.00 Uhr  
Leitung: Gerda Eßer

##### KÖB St. Michael

Großbüllesheimer Straße 11  
So 10.00–12.00 Uhr  
Mi 16.00–18.00 Uhr  
Leitung: Team

##### KÖB St. Martinus

Dechant-J.-Emonds-Weg 11  
So 10.00–12.00 Uhr  
Fr 15.00–18.00 Uhr  
Leitung: Margret Reians

##### KÖB St. Martin

Venusstraße 28  
So 10.00–10.30 Uhr  
Di 14.30–15.30 Uhr  
Mi 08.00–09.30 Uhr  
Do 16.00–17.00 Uhr  
Fr 07.30–09.30 Uhr  
Leitung: Annemie Heil

#### Bad Münstereifel

##### KÖB St. Stephanus

Stephanusstraße 2  
So 09.15–10.15 Uhr  
Di 15.00–16.30 Uhr  
Fr 15.00–16.30 Uhr  
Leitung: Gisela Schneider

##### KÖB St. Thomas

Eifeldomstraße 40  
So 10.45–12.15 Uhr  
Mo 12.00–12.30 Uhr  
Mi 15.30–17.00 Uhr  
Leitung: Ulla Corzelius

#### Mechernich

##### KÖB St. Severinus

Kirchberg 14 (Kirchberghaus)  
So 10.00–12.00 Uhr  
Mi 15.00–17.30 Uhr  
Leitung: Karoline Schommer

##### KÖB St. Stephanus

Pastoratsweg 6  
Di 17.00–19.00 Uhr  
Sa 10.00–12.00 Uhr  
Leitung: Johanna Linden

#### Weilerswist

##### KÖB St. Pankratius

Walramstraße 12  
So 10.30–12.30 Uhr  
Sa 15.00–17.00 Uhr  
Leitung: Cornelia Sterr

##### KÖB St. Mauritius

Mauritiusgasse 11  
So 10.00–12.30 Uhr  
Di 09.30–11.00 Uhr  
Mi 16.30–18.30 Uhr  
Leitung: Renate Engels

## > 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.

Bei gesondert gekennzeichneten Kursen behalten wir uns vor, die Veranstaltung auch digital durch- bzw. fortzuführen. Ein Anspruch auf Kostenerstattung entsteht dadurch nicht.

#### Anmeldung für Veranstaltungen mit Kooperationspartnern

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

#### Online-Anmeldung

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

#### Zahlungsweise

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

#### SEPA-Lastschrifteinzug

Das Lastschrifteinzugsverfahren wird mit der Gläubiger-Identifikationsnummer  
FBS: DE50SEU00000304425  
KBW: DE50BEU00000304425  
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 Lastschrifteinzüge, die wegen falscher oder fehlerhafter Bankverbindung, mangelnder Deckung des Kontos oder unrechtmäßigen 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 Einrichtungsleitung eine Ratenzahlung genehmigt werden. Dies ist vor Kursbeginn mit der Bildungseinrichtung abzusprechen, und nur mit Erteilung einer SEPA- Lastschrift möglich.

#### Rücktritt

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

- Kursangebote im Bereich der beruflichen Qualifikationen: 6 Wochen vor Kursbeginn
- Kursangebote mit personenbezogenen öffentlichen Fördermitteln: 8 Wochen vor Kursbeginn
- Kursangebote mit Übernachtung und Verpflegung: entsprechend der allg. Reisebedingungen

Maßgebend ist in allen Fällen das Eingangsdatum der Abmeldung. Zur Fristwahrung muss die Rücktrittserklärung schriftlich in der Einrichtung eingehen, in der die Anmeldung erfolgte.

#### 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.

## > ALLGEMEINE GESCHÄFTSBEDINGUNGEN

### Teilnahmeentgelte

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

### Wechsel der Kursleitung

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

### Terminänderung

Die Bildungseinrichtung behält sich Terminänderungen vor.

### Mindestteilnehmerzahl

Veranstaltungen werden in der Regel ab 10 Personen durchgeführt.

### 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.

### Digitale Kursangebote

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

### Fundsachen

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

## > DIGITALE VERANSTALTUNGEN

### Digitale Veranstaltungen

Hinweis für Teilnehmende



### Online-Veranstaltung

Diese Veranstaltungen werden ausschließlich online durchgeführt.



### Blended Learning Veranstaltung

Diese Veranstaltungen werden teilweise als Präsenzveranstaltung und teilweise online durchgeführt.



### Hybrid-Veranstaltung

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

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

### Zugang zur digitalen Veranstaltung über Zoom

Um an der Veranstaltung teilnehmen zu können, wird kurz vor dem Veranstaltungsbeginn ein Zugangs-Link über »Zoom« an die von Ihnen angegebene E-Mail-Adresse versendet. Über diesen Link gelangen Sie auf die Plattform von Zoom und können dann an dieser Veranstaltung teilnehmen. Mit der Teilnahme erklären Sie sich mit der Weitergabe Ihrer E-Mail-Adresse einverstanden.

Weiteres zur Verarbeitung entnehmen Sie der hier im Anschluss folgenden Datenschutzerklärung. Diese digitale Veranstaltung kann vom Moderator für interne Zwecke aufgezeichnet werden. In diesem Fall können Sie wunschgemäß Ihre Videofunktion deaktivieren und als Pseudonym/Nickname beitreten.

### Technische Voraussetzungen zur Nutzung von digitalen Angeboten über Zoom:

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

### Detailliertere Systemvoraussetzungen erhalten Sie unter:

<https://support.zoom.us>

Bitte prüfen Sie vor Buchung eines digitalen Kursangebotes ob Sie über die notwendigen technischen Voraussetzungen verfügen. Diese können Sie über die Internetseite <https://zoom.us/test> testen.

## > DATENSCHUTZ

### Datenschutz-Informationspflichten gemäß § 15 KDG

#### Verantwortlicher

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

#### Betrieblicher Datenschutz

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

#### Datenkategorien

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

### Zwecke und Rechtsgrundlage der Datenverarbeitung

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

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

## > DATENSCHUTZ

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

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

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

#### Weitergabe an Dritte

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

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

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

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.

## > DATENSCHUTZ

### **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.

### **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](mailto:info@kdsz.de)  
[www.katholisches-datenschutzzentrum.de](http://www.katholisches-datenschutzzentrum.de)

Weitergehende Informationen zum Datenschutz finden Sie im Internet unter **[www.bildungswerk-ev.de](http://www.bildungswerk-ev.de)** im Bereich Datenschutzerklärung.

## > IMPRESSUM

### **Träger der Einrichtung**

Bildungswerk der Erzdiözese Köln e.V.  
Marzellenstraße 32 | 50668 Köln  
Telefon: 0221 1642-1219 | Fax: 0221 1642-1221  
E-Mail: [info@bildungswerk-ev.de](mailto:info@bildungswerk-ev.de)  
[www.bildungswerk-ev.de](http://www.bildungswerk-ev.de)  
Rechtsform: eingetragener Verein  
Registernummer: VR 7221 Vereinsregister Amtsgericht Köln  
Vertreten durch: Simon Schmidbaur  
Verantwortlich i.S.d. §18 MStV: André Gerth  
Umsatzsteuer-ID-Nr.: DE 122 792 247  
Zuständige Aufsicht: Erzbistum Köln

### **Einrichtung**

Katholische Familienbildungsstätte  
Haus der Familie  
Herz-Jesu-Vorplatz 5  
53879 Euskirchen  
Telefon 02251 95711-20  
E-Mail [info@fbs-euskirchen.de](mailto:info@fbs-euskirchen.de)  
[www.fbs-euskirchen.de](http://www.fbs-euskirchen.de)  
Verantwortlich i.S.d. §18 MStV: Anne Schmidt-Keusgen

### **Layout**

Barbara Schwerdtfeger

### **Druck**

Siebengebirgsdruck GmbH & Co. KG  
Karlstraße 30 | 53604 Bad Honnef

## WEGBESCHREIBUNG

### Aus folgenden Richtungen

1. Köln – Brühl (A1); Zülpich
2. Bonn – Rheinbach (B56/B266)
3. Bad Münstereifel (Anschluss B51)
4. Kommern (B56/B266)

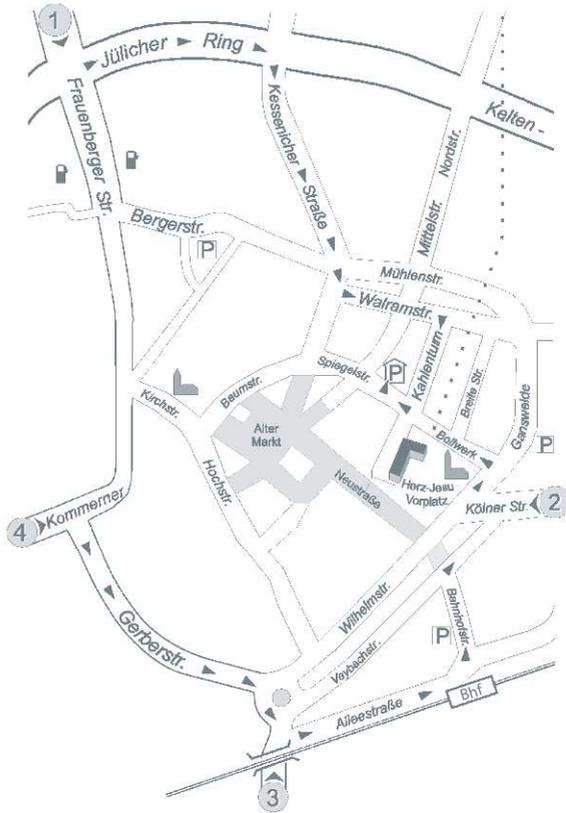
### Katholische Familienbildungsstätte Euskirchen

#### Haus der Familie

Herz-Jesu-Vorplatz 5  
53879 Euskirchen

Telefon 022519571120

info@fbs-euskirchen.de  
www.fbs-euskirchen.de



## Verbindliche Anmeldung

Kath. Familienbildungsstätte Euskirchen  
Haus der Familie  
Herz-Jesu-Vorplatz 5  
53879 Euskirchen  
Tel: 02251 95711-20



Name, Vorname: \_\_\_\_\_

Straße: \_\_\_\_\_

PLZ, Ort: \_\_\_\_\_

Telefon: \_\_\_\_\_

E-Mail: \_\_\_\_\_

ggf. Kinder (Name, Vorname und Geburtsdatum): \_\_\_\_\_

Mit dieser verbindlichen Anmeldung verpflichte ich mich zur Zahlung der Kursgebühr. Eine schriftliche Abmeldung ist bis zu 7 Tage vor Kursbeginn möglich. Die Teilnahmebedingungen habe ich gelesen und erkenne sie an. Sie werden benachrichtigt, falls eine Veranstaltung voll ist oder ausfällt. Bitte haben Sie Verständnis dafür, dass unvollständig ausgefüllte Anmeldungen nicht bearbeitet werden können.

Veranstaltungs-Nr.	Titel der Veranstaltung

Ihre Daten werden elektronisch gespeichert und nur für interne Zwecke verwendet.

Datum: \_\_\_\_\_ Unterschrift: \_\_\_\_\_

Zusendung des Newsletters der Kath. Familienbildungsstätte Euskirchen

**Bitte SEPA-Lastschriftmandat nicht vergessen!**





**Wiederkehrendes SEPA-Lastschriftmandat:**

Katholische Familienbildungsstätte Euskirchen, Herz-Jesu-Vorplatz 5, 53879 Euskirchen  
Gläubiger-Identifikationsnummer: DE50SEU00000304425

**Die Mandatsreferenz wird separat mitgeteilt.**

Ich ermächtige die Katholische Familienbildungsstätte Euskirchen, Zahlungen von meinem Konto mittels Lastschrift einzuziehen. Zugleich weise ich mein Kreditinstitut an, die von der Katholischen Familienbildungsstätte Euskirchen 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 (falls nicht identisch mit der angemeldeten Person auf der Vorderseite)

Name, Vorname: \_\_\_\_\_

Straße / Hausnummer: \_\_\_\_\_

PLZ / Ort: \_\_\_\_\_

Name des Kreditinstituts: \_\_\_\_\_

BIC \_ \_ \_ \_ \_ | \_ \_ \_ \_

IBAN DE \_ \_ | \_ \_ \_ \_ | \_ \_ \_ \_ | \_ \_ \_ \_ | \_ \_ \_ \_ | \_ \_ \_ \_

Ort, Datum und Unterschrift \_\_\_\_\_

**Wiederkehrendes SEPA-Lastschriftmandat bereits erteilt.**



**ELTERN-KIND-KURSLEITER/-INNEN  
GESUCHT**

für die Eltern-Kind-Kurse *Das erste Lebensjahr* und *Das zweite und das dritte Lebensjahr* in Orientierung an der ungarischen Kinderärztin Emmi Pikler

Honorartätigkeit für die staatlich anerkannten katholischen Familienbildungsstätten und Bildungswerke im Erzbistum Köln

**Qualifizierung zur Eltern-Kind-Kursleiter/in in Orientierung an Emmi Pikler in Kooperation mit der Pikler Gesellschaft Berlin e. V.**

Fortbildung für Fachkräfte mit pädagogischer oder medizinisch-pflegerischer Grundausbildung aus verschiedenen Tätigkeitsfeldern

Träger: Bildungswerk der Erzdiözese Köln e. V.

**Information**

**Dorothee Brück**  
dorothee.brueck@erzbistum-koeln.de

[www.das-erste-lebensjahr.de](http://www.das-erste-lebensjahr.de)



**Katholische Familienbildungsstätte  
Haus der Familie Euskirchen**

Herz-Jesu-Vorplatz 5 | 53879 Euskirchen

Telefon 02251 95711-20

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

**Katholisches Bildungswerk im Kreis Euskirchen**

Kirchplatz 1 | 53340 Meckenheim

Telefon 02225 9220-23

info@bildungswerk-euskirchen.de

www.bildungswerk-euskirchen.de