UNSER PROGRAMM FÜR RATINGEN 02/2025

Juli bis Dezember Kurse | Seminare | Begegnungen















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

WIR ÜBER UNS

Das Katholische Bildungsforum Kreis Mettmann

Kursanmeldungen:

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

Alle Kursanmeldungen

bitte schriftlich senden an
Katholisches Bildungsforum Kreis Mettmann
Kirchgasse 1 | 40878 Ratingen
Telefon 02102 1538651
Telefax 0221 96 982 722
E-Mail info@bildungsforum-kreis-mettmann.de
Internet www.bildungsforum-kreis-mettmann.de

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

bildungsforum.mettmann/

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

Die Veranstaltungen dieses Programms sind für alle Personen offen.

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

Anmeldungen sind direkt nach Erscheinen des Programms möglich.

Anmelde- und Beratungszeiten

Mo | Di | Do 09.00 – 12.00 Uhr Mi 14.00 – 16.30 Uhr

Während der Ferien gesonderte Öffnungszeiten.

Schulferien NRW 2025/2026

Sommerferien 14.07.2025 – 26.08.2025 Herbstferien 13.10.2025 – 25.10.2025 Winterferien 22.12.2025 – 06.01.2026

Das Programm 01/2026 erscheint im Dezember 2025.

Bankverbindung

Sparkasse HRV

BIC: WELADED1VEL

IBAN: DE73 3345 0000 0042 1472 23

> WIR ÜBER UNS

Ihr Team im Katholischen Bildungsforum Kreis Mettmann



Leiterin Sabrina RommerskirchenTelefon 02102 15386-65
E-Mail rommerskirchen@bildungsforum-kreis-mettmann.de



Pädagogische Mitarbeiter/innen
Hedwig Bussmann
Telefon 02102 15386-54
E-Mail bussmann@bildungsforum-kreis-mettmann.de



Thomas Manke
Telefon 02102 15386-53
E-Mail manke@bildungsforum-kreis-mettmann.de



Verwaltungs-Mitarbeiterinnen
Johanna Deren
Telefon 02102 15386-57
E-Mail deren@bildungsforum-kreis-mettmann.de



Jana KhamsaTelefon 02102 15386-61
E-Mail khamsa@bildungsforum-kreis-mettmann.de



Heike Langemeyer Telefon 02102 15386-51 E-Mail langemeyer@bildungsforum-kreis-mettmann.de



Nicole Swillims
Telefon 02102 15386-62
E-Mail swillims@bildungsforum-kreis-mettmann.de

> WIR ÜBER UNS

(ATHOLISCHE **FAMILIENBILDUNGSSTÄTTE** Ratingen



Kreis Mettmann

WIR ÜBER UNS

Das Katholische Bildungsforum Kreis Mettmann



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

Die Einrichtung ist Mitglied im Verbund Qualitätsmanagement und nach DIN EN ISO 9001 zertifiziert. Siehe hierzu auf Seite 60.

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

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

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

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

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

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

50 JAHRE BILDUNG AUS LEIDENSCHAFT – FÜR EIN LEBEN IN FÜLLE

Seit fünf Jahrzehnten begleiten wir Menschen auf ihrem Weg der Entwicklung und der Entfaltung. Bildung ist für uns mehr als ein Auftrag – sie ist unsere Berufung, geprägt von christlicher Überzeugung und dem tiefen Wunsch, jeden Menschen zu stärken und zu ermutigen.

Bei unseren Einrichtungen der Erwachsenenund Familienbildung steht der Mensch im
Mittelpunkt. Wir möchten, dass jeder seine
Talente und Gaben entfalten kann – selbstbestimmt, lebensnah und mit Freude am
Lernen, unabhängig von Alter oder Lebensphase. Denn wir glauben daran, dass Bildung
ganzheitlich sein muss: Sie soll Kopf, Herz
und Hand ansprechen und Menschen dazu
inspirieren, Verantwortung zu übernehmen
und sich mit Zuversicht den Herausforderungen des Lebens zu stellen.

Unser Ziel bleibt auch in Zukunft klar: Bildungsarbeit, die innovativ, kritischdialogisch, werteorientiert und vielfältig ist. Wir gestalten unsere Angebote so, dass sie begeistern, bestärken und neue Perspektiven eröffnen. Der konstruktive Austausch und das gemeinsame Lernen mit unseren Teilnehmenden sind für uns wesentliche Bausteine unserer Arbeit.



Gestalten Sie mit uns die Zukunft! Lassen Sie uns gemeinsam

wachsen und lernen – für ein Leben in Fülle und eine Welt, die uns allen zugutekommt.

Einen Überblick über sämtliche Jubiläumsveranstaltungen in allen unseren Bildungseinrichtungen erhalten Sie online:

www.bildungswerk-ev.de

Dort finden Sie auch alles Wissenswerte über das Bildungswerk der Erzdiözese Köln e.V.

Das Bildungswerk der Erzdiözese Köln e.V. wurde 1975 gegründet. Über seine 6 Katholischen Familienbildungsstätten, 8 Katholischen Bildungswerke und 3 Katholische Bildungsforen erreicht es mit über 8.000 Kursen jährlich über 125.000 Teilnehmerinnen und Teilnehmer.

Die Bildungsangebote decken ein weites Spektrum an kirchlich und gesellschaftspolitisch relevanten Themen ab wie Glaubens-, Werte- und Sinnfragen, Familie, Geburt und Erziehung, Haushalt, Medien, Kultur, berufsbezogene Qualifizierung, ehrenamtliches Engagement und Nachhaltigkeit.

Das Bildungswerk der Erzdiözese Köln ist anerkannte Weiterbildungseinrichtung nach WbG und AWbG. Sein Qualitätsmanagement ist zertifiziert nach der gültigen Norm der DIN EN ISO 9001.

> INHALTSVERZEICHNIS

Leben mit Kindern	
Rund um die Geburt	10
Eltern-Kind-Kurse – Schwimmen	12
Programm in den Sommerferien	14
Eltern-Kind-Kurse	15
Eltern-Kind-Kurse – Musik und Bewegung	20
Qualifizierung	
Schultag	24
Kindertagespflege	25
Gesundheit	
Gesundheit durch Bewegung	34
Gesundheit durch Entspannung	37
Haushalt	
Besondere Angebote	42
Ernährung und Kochen	42
Kultur	
Vortrag	52
Glaube - Sinn - Werte	
Glaubenskurse	56
Sonstiges	
Qualitätsversprechen	60
Allgemeine Geschäftsbedingungen	61
Online-Angebote	64
Datenschutzerklärung	65
Anmeldung	69
Impressum	71



LEBEN MIT KINDERN

Das Leben mit Kindern kann unglaublich anstrengend sein, und im nächsten Moment fühlt man einfach nur ein großes Glück. Wie schafft man es, den kleinen und großen Kindern zu geben, was sie brauchen, und gleichzeitig das eigene Wohlbefinden nicht aus den Augen zu verlieren?

Die Vorträge, Kurse und Gespräche in den Familienbildungsstätten stärken Eltern für ihre Erziehungsaufgabe, sie weiten den Blick für das Wunder der Entwicklung und geben Anregung für die religiöse Erziehung. Sie ermuntern dazu, sich auszutauschen und zu lernen, offen zu sein für Neues und die Kinder auf ihren eigenen Wegen zu bestärken – ob in der Kita, in der Schule oder im familiären Alltag.

> RUND UM DIE GEBURT

Geburtsvorbereitung

Geburtsvorbereitung für werdende Mütter und Eltern

Entspannung – Atmung – Gespräche – Informationen

In entspannter und angenehmer Atmosphäre bereiten sich die werdenden Mütter und Väter auf die Geburt vor. Die Kurse beinhalten Entspannungsübungen, Bewegung und Körperarbeit, Atemwahrnehmung, Massage, Informationen über den Schwangerschafts- und Geburtsverlauf sowie Gebärpositionen, das Wochenbett und die erste Zeit mit dem Kind. Die werdende Mutter sollte mit dem Kurs zwischen der 25. und 30. Schwangerschaftswoche beginnen.

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

Zum Kurs gehört auch ein Treffen nach der Geburt der Babys. Sie werden dazu gesondert eingeladen.

Di 28.10. – Di 02.12.2025 19.30 – 21.00 Uhr

Daniela Wolthaus, Hebamme
Teilnahmegebühr 120,00 €
Seminarumfang 6 x = 12 UStd.
Ort: Kath. Bildungsforum Kreis Mettmann
Kirchgasse 1 | 40878 Ratingen

Veranstaltungs-Nr. 2569650013

Kombikurs Rückbildung und Babymassage

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

Ihr Kind bleibt bei Ihnen im Kursraum.

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

Di 02.09. – Di 30.09.2025 09.30 – 11.00 Uhr

Daniela Wolthaus, Hebamme
Teilnahmegebühr 40,00 €
Seminarumfang 5 x = 10 UStd.
Ort: Kath. Bildungsforum Kreis Mettmann
Kirchgasse 1 | 40878 Ratingen

Veranstaltungs-Nr. 2569650010

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

> RUND UM DIE GEBURT

Elternstart NRW Still Café Milchzeit Offener Treff für Eltern mit Kindern im ersten Lebensjahr

Gerade in den ersten Lebensmonaten gibt es keinen festen Tagesrhythmus von Mutter mit Baby. Daher bieten wir das Café Milchzeit so an, dass jede Mutter mit ihrem Baby dann kommen, bleiben und gehen kann, wie es in Ihrem Zeitplan passt. Eingeladen sind alle Eltern mit Kindern im ersten Lebensjahr – Stillende und nicht stillende Mütter mit Kind sind herzlich willkommen. Café Milchzeit bietet eine Möglichkeit sich mit Menschen, die sich in einem ähnlichen neuen Lebensabschnitt befinden auszutauschen und neue Kontakte zu knüpfen.

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

Do 11.09. - Do 18.12.2025 09.45 - 12.00 Uhr

Kerstin Koberstein, Kinderkrankenschwester gebührenfrei | Seminarumfang 13 x = 39 UStd. Ort: Kath. Bildungsforum Kreis Mettmann Kirchgasse 1 | 40878 Ratingen

Veranstaltungs-Nr. 2569650011



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

Die Gefahr, dass Babys und kleine Kinder im All-

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

Di 07.10.2025 | 19.00 - 21.15 Uhr

Sarah Vanhoutte, Gesundheits-und Kinderkrankenschwester Teilnahmegebühr 10,00 € Seminarumfang 1 x = 3 UStd. Ort: Kath. Bildungsforum Kreis Mettmann Kirchgasse 1 | 40878 Ratingen

.....

Veranstaltungs-Nr. 2569650014

Babymassage

Durch die sanften Berührungen der Babymassage erfährt ihr Baby Wärme, Zuwendung und Entspannung. Bei der sanften Babymassage steht das Wohlbefinden im Vordergrund, wobei zugleich positive Effekte auf Kreislauf, Muskulatur, Verdauung und Durchblutung der Haut erzielt werden. Babymassage fördert einen guten Schlaf und kann Schreistunden mindern. Je nach Alter der Kinder werden verschiedene Möglichkeiten der Massage gezeigt. Ihr Baby sollte bei Kursbeginn 6 – 16 Wochen alt sein.

Mi 29.10. – Mi 03.12.2025 10.30 – 12.00 Uhr

Kerstin Koberstein, Kinderkrankenschwester Teilnahmegebühr 30,00 € Seminarumfang 6 x = 12 UStd. Ort: Kath. Bildungsforum Kreis Mettmann Kirchgasse 1 | 40878 Ratingen

Veranstaltungs-Nr. 2569650012

> ELTERN-KIND - SCHWIMMEN

Babyschwimmen

11. Woche - 10. Monat

Spaß an der Bewegung im Wasser.

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

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

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

Mi 01.10. – Mi 17.12.2025 15.30 – 16.15 Uhr

Brigitte Riebe
Teilnahmegebühr 49,00 €
Seminarumfang 7 x = 7 UStd.
Ort: Lehrschwimmbecken der
Helen-Keller-Schule

Veranstaltungs-Nr. 2569620121

Scheifenkamp 10 | 40880 Ratingen-West

Babyschwimmen

Für Kinder vom 11. Monat - 18. Monat

Spaß an der Bewegung im Wasser.

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

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

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

Mi 01.10. – Mi 17.12.2025 16.15 – 17.00 Uhr

Brigitte Riebe
Teilnahmegebühr 49,00 €
Seminarumfang 7 x = 7 UStd.
Ort: Lehrschwimmbecken der
Helen-Keller-Schule
Scheifenkamp 10 | 40880 Ratingen-West
Veranstaltungs-Nr. 2569620122

> ELTERN-KIND - SCHWIMMEN

Spielerische Wassergewöhnung für Eltern und Kleinkinder 1 1/2 bis 3 Jahre

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

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

Mo 01.09. - Mo 15.12.2025 16.15 - 17.00 Uhr

Brigitte Riebe
Teilnahmegebühr 70,00 €
Seminarumfang 10 x = 10 UStd.
Ort: Lehrschwimmbecken der
Helen-Keller-Schule
Scheifenkamp 10 | 40880 Ratingen-West
Veranstaltungs-Nr. 2569620118

Spielerische Wassergewöhnung für Eltern mit Kleinkindern von 3 bis 4 Jahre

In diesem Kurs werden die Kinder langsam und spielerisch mit dem Element Wasser vertraut gemacht.

Der Kurs wird im Schwimmbad der Helen-Keller-Schule durchgeführt, in der wir zu Gast sind und keinen Einfluss auf Schließungen haben. Es kann zu kurzfristigen Terminverschiebungen kommen. Sollte das der Fall sein, erhalten sie eine gesonderte E-Mail von uns.

Mo 01.09. - Mo 15.12.2025 17.00 - 17.45 Uhr Brigitte Riebe
Teilnahmegebühr 70,00 €
Seminarumfang 10 x = 10 UStd.
Ort: Lehrschwimmbecken der
Helen-Keller-Schule
Scheifenkamp 10 | 40880 Ratingen-West
Veranstaltungs-Nr. 2569620119

Spielerische Wassergewöhnung für Eltern mit Kleinkindern von 4 bis 5 Jahre

In diesem Kurs werden die Kinder langsam und spielerisch mit dem Element Wasser vertraut gemacht.

Der Kurs wird im Schwimmbad der Helen-Keller-Schule durchgeführt, in der wir zu Gast sind und keinen Einfluss auf Schließungen haben. Es kann zu kurzfristigen Terminverschiebungen kommen. Sollte das der Fall sein, erhalten sie eine gesonderte E-Mail von uns.

Mo 01.09. - Mo 15.12.2025 17.45 - 18.30 Uhr

Brigitte Riebe
Teilnahmegebühr 70,00 €
Seminarumfang 10 x = 10 UStd.
Ort: Lehrschwimmbecken der
Helen-Keller-Schule
Scheifenkamp 10 | 40880 Ratingen-West
Veranstaltungs-Nr. 2569620120

13

> PROGRAMM IN DEN SOMMERFERIEN

Bewegungsbaustelle in den Sommerferien

Für Eltern mit ihren Kindern unter einem Jahr

Wir wollen in diesem Kurs das machen, was Babys am liebsten tun: Wir nehmen uns Zeit für Spiele und Bewegungsanregungen und schaffen einen Bewegungsraum, in dem Babys sich entfalten können und miteinander in Kontakt kommen. Natürlich haben auch die Erwachsenen die Möglichkeit, sich auszutauschen und gegenseitig Hilfestellung zu geben. Weil Musik machen und hören so viel Spaß macht, werden wir gemeinsam singen und tanzen, jedes Kind so, wie es seinem Alter entspricht.

Der Kurs ist für Eltern mit ihren Kindern von 4 – 12 Monaten geeignet

Do 17.07. - Do 07.08.2025 09.15 - 10.30 Uhr

Ute Schüler
Teilnahmegebühr 33,00 €
Seminarumfang 4 x = 4 UStd.
Ort: Kath. Bildungsforum Kreis Mettmann
Kirchgasse 1 | 40878 Ratingen
Veranstaltungs-Nr. 2569620135

.....

Do 17.07. - Do 07.08.2025 10.45 - 12.00 Uhr

Ute Schüler
Teilnahmegebühr 33,00 €
Seminarumfang 4 x = 4 UStd.
Ort: Kath. Bildungsforum Kreis Mettmann
Kirchgasse 1 | 40878 Ratingen

Veranstaltungs-Nr. 2569620136

PEKiP I in den Sommerferien

Für Kinder mit Geburtsmonat März oder April 2025

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

Eingeladen sind Mütter und/oder Väter mit ihren Babys. Es besteht auf Wunsch die Möglichkeit, den Kurs auch über die Sommerferien hinaus fortzuführen

Di 15.07. – Di 26.08.2025 09.00 – 10.30 Uhr

Julia Nemesch
Teilnahmegebühr 50,40 €
Seminarumfang 7 x = 14 UStd.
Ort: Kath. Bildungsforum Kreis Mettmann
Kirchgasse 1 | 40878 Ratingen
Veranstaltungs-Nr. 2569620139



> PROGRAMM SOMMERFERIEN

PEKiP I in den Sommerferien

Für Kinder mit Geburtsmonat Mai oder Juni 2025

Di 15.07. – Di 26.08.2025 10.45 – 12.15 Uhr

Julia Nemesch Teilnahmegebühr 50,40 € Seminarumfang 7 x = 14 UStd. Ort: Kath. Bildungsforum Kreis Mettmann Kirchgasse 1 | 40878 Ratingen

Veranstaltungs-Nr. 2569620142



Musik für alle in den Sommerferien Für Kinder von 0 – 4 Jahren

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

Di 15.07. – Di 05.08.2025 16.30 – 17.30 Uhr

Ute Schüler
Teilnahmegebühr 28,50 €
Seminarumfang 4 x = 4 UStd.
Ort: Kath. Bildungsforum Kreis Mettmann
Kirchgasse 1 | 40878 Ratingen
Veranstaltungs-Nr. 2569620134

> ELTERN-KIND-KURSE

Elternstart NRW – Offenes Eltern-Kind-Café

Für Eltern mit ihren Kindern von 0 – 3 Jahren

Wir laden alle Familien herzlich ein, in entspannter Atmosphäre bei einer Tasse Kaffee oder Tee neue Kontakte zu knüpfen, sich mit anderen Eltern auszutauschen und gemeinsam mit den Kindern eine schöne Zeit zu verbringen.

Das erwartet Euch:

- Ein offenes und kinderfreundliches Café:
 Spielmöglichkeiten für die ganz Kleinen und gemütliche Ecken für die Größeren
- Fachliche Impulse & spannende Themen:
 Wir laden regelmäßig externe ExpertInnen
 ein, die zu familienrelevanten Themen wie
 Erziehung, Gesundheit, Entwicklung und
 Alltagstipps informieren und für Fragen zur
 Verfügung stehen.
- Ein Ort f
 ür alle: Egal ob frischgebackene
 Eltern oder Gro
 βeltern mit ihren Enkeln –
 iede Familie ist bei uns willkommen!

Kommt vorbei und macht das Eltern-Kind-Café zu einem Treffpunkt, an dem Ihr Euch wohlfühlt.

Wir freuen uns darauf, Euch kennenzulernen!

Mo 08.09. - Mo 15.12.2025 10.00 - 12.15 Uhr

Pamela Lindemann-Kaltenhäuser gebührenfrei | Seminarumfang 13 x = 39 UStd. Ort: Kath. Bildungsforum Kreis Mettmann Kirchgasse 1 | 40878 Ratinge

Veranstaltungs-Nr. 2569620137

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

> ELTERN-KIND-KURSE

PEKiP I

Für Kinder mit Geburtsmonat März oder April 2025

Das Prager Eltern-Kind-Programm (PEKiP) stellt eine Entwicklungsbegleitung von Eltern während des 1. Lebensjahres ihres Babys dar.

In spielerischem Umgang mit ihrem Kind erfahren Eltern unter fachlicher Anleitung, wie sie die natürlichen Bewegungsabläufe erkennen und wie sie den Bewegungsdrang ihres Kindes gezielt mit Sinnes-, Bewegungs- und Spielanregungen unterstützen können. Die Bedürfnisse und Fähigkeiten der Babys stehen dabei im Vordergrund. Dazu gehört auch, dass das Bedürfnis der Babys nach Schlaf und Nahrung jederzeit – auch während der Gruppenstunde – gestillt werden sollte. Darüber hinaus bieten wir Zeit, die zahlreichen Fragen junger Eltern aufzugreifen, Erfahrungen auszutauschen und das eigene Handeln zu reflektieren.

Eingeladen sind Mütter und/oder Väter mit ihren Babys.

Di 23.09.2025 – Di 03.02.2026 09.00 – 10.30 Uhr

Julia Nemesch
Teilnahmegebühr 100,80 €
Seminarumfang 14 x = 28 UStd.
Ort: Kath. Bildungsforum Kreis Mettmann
Kirchgasse 1 | 40878 Ratingen

Veranstaltungs-Nr. 2569620140



PEKiP I

Für Kinder mit Geburtsmonat Mai oder Juni 2025

Mi 10.09. – Mi 10.12.2025 09.00 – 10.30 Uhr

Renata Kuck
Teilnahmegebühr 86,40 €
Seminarumfang 12 x = 24 UStd.
Ort: Kath. Bildungsforum Kreis Mettmann
Kirchgasse 1 | 40878 Ratingen
Veranstaltungs-Nr. 2569620165



Di 23.09.2025 – Di 03.02.2026 10.45 – 12.15 Uhr

Julia Nemesch
Teilnahmegebühr 100,80 €
Seminarumfang 14 x = 28 UStd.
Ort: Kath. Bildungsforum Kreis Mettmann
Kirchgasse 1 | 40878 Ratingen
Veranstaltungs-Nr. 2569620141



PFKiP I

Für Kinder mit Geburtsmonat Juni oder Juli 2025

Mi 10.09. – Mi 10.12.2025 10.45 – 12.15 Uhr

Renata Kuck
Teilnahmegebühr 86,40 €
Seminarumfang 12 x = 24 UStd.
Ort: Kath. Bildungsforum Kreis Mettmann

> ELTERN-KIND-KURSE

Kirchgasse 1 | 40878 Ratingen Veranstaltungs-Nr. 2569620166



PEKiP II

Für Kinder mit Geburtsmonat September, Oktober, November 2024

Mo 08.09. – Mo 08.12.2025 09.00 – 10.30 Uhr

Renata Kuck
Teilnahmegebühr 79,20 €
Seminarumfang 11 x = 22 UStd.
Ort: Kath. Bildungsforum Kreis Mettmann
Kirchgasse 1 | 40878 Ratingen
Veranstaltungs-Nr. 2569620169



Mo 08.09. - Mo 08.12.2025 10.45 - 12.15 Uhr

Renata Kuck
Teilnahmegebühr 79,20 €
Seminarumfang 11 x = 22 UStd.
Ort: Kath. Bildungsforum Kreis Mettmann
Kirchgasse 1 | 40878 Ratingen
Veranstaltungs-Nr. 2569620170





Eltern-Kind Kurs nach Emmi Pikler Das erste, zweite oder dritte Lebensjahr

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

Pikler heißt:

- sich als Person achten und respektieren
- das kleine Kind aufmerksam und liebevoll versorgen
- es wissen lassen, was wir mit ihm tun
- uns mit ihm verständigen, von Anfang an
- dem Kind eine anregende Umgebung für Spiel und Bewegung geben
- es ungestört aktiv sein lassen
- ihm Zeit lassen, damit es sich in seinem Rhythmus entwickeln kann
- jeder Schritt, den das Kind selbstständig macht, erleichtert den nächsten

Fr 12.09. – Fr 12.12.2025 09.15 – 10.45 Uhr

Pamela Lindemann-Kaltenhäuser
Teilnahmegebühr 66,00 €
Seminarumfang 11 x = 22 UStd.
Ort: Kath. Bildungsforum Kreis Mettmann
Kirchgasse 1 | 40878 Ratingen
Veranstaltungs-Nr. 2569620138



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

> ELTERN-KIND-KURSE

Fr 12.09. – Fr 12.12.2025 11.00 – 12.30 Uhr

Pamela Lindemann-Kaltenhäuser Teilnahmegebühr 66,00 € Seminarumfang 11 x = 22 UStd. Ort: Kath. Bildungsforum Kreis Mettmann Kirchgasse 1 | 40878 Ratingen

Veranstaltungs-Nr. 2569620159



Eltern-Kind-Kurs

Kurs in spanischer Sprache für Kinder mit spanisch-sprechenden Eltern

Sehen Sie, wie das Kind wächst, sich weiterentwickelt und wie einmalig es ist. Festigen Sie das Vertrauen zu Ihrem Kind, so dass es mit Mut und Halt und voller Neugier die Welt entdecken kann. Wir unterstützen Sie dabei in unseren Eltern-Kind-Kursen. Diese sind ein Angebot an Mütter und Väter mit ihren Kindern ab 10 Monaten. Sie erhalten Informationen zu allen Fragen des Kleinkindalters und haben zugleich die Möglichkeit, Kontakte zu knüpfen und sich auszutauschen. Den Kindern wird Zeit und Raum zum freien Spielen und Bewegen gegeben, so dass es auf spielerische Art und Weise ebenfalls Kontakte zu Gleichaltrigen aufnehmen kann. Dabei steht die Freude am gemeinsamen Spiel mit verschiedenen Materialien, Musik-, Finger und Bewegungsspielen im Mittelpunkt.

Mi 10.09. – Mi 10.12.2025 15.00 – 16.30 Uhr

Caroline Gordon
Teilnahmegebühr 36,00 €
Seminarumfang 9 x = 18 UStd.
Ort: Kath. Bildungsforum Kreis Mettmann
Kirchgasse 1 | 40878 Ratingen

Veranstaltungs-Nr. 2569620167

> ELTERN-KIND-KURSE

Eltern-Kind-(Geschwister) Kurs leden 1. Mittwoch im Monat

Sind Sie auch in der Situation? Sie wollen mit dem jüngeren "Geschwister" einen Kurs besuchen, aber was macht das 4, 5 und 6 jährige Geschwisterkind während dieser Zeit? Der Geschwisterkurs bietet beiden Kindern die Möglichkeit, mit Mutter oder Vater teilzunehmen. Angeleitetes oder freies Spiel, Bastel- oder Malangebote, das gemeinsame Singen jahreszeitlicher Lieder sowie der Austausch aktueller Themen aus dem Alltag mit Kindern stehen auf dem Programm. Die Ideen und Wünsche aller Teilnehmer werden berücksichtigt.

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

Mi 03.09. – Mi 03.12.2025 15.30 – 17.00 Uhr

Barbara Pucknus Teilnahmegebühr 20,00 € Seminarumfang 4 x = 8 UStd. Ort: Kath. Bildungsforum Kreis Mettmann Kirchgasse 1 | 40878 Ratingen

Veranstaltungs-Nr. 2569620168

Bewegungsbaustelle

Für Eltern mit ihren Kindern unter einem Jahr

Wir wollen in diesem Kurs das machen, was Babys am liebsten tun: Wir nehmen uns Zeit für Spiele und Bewegungsanregungen und schaffen einen Bewegungsraum, in dem Babys sich entfalten können und miteinander in Kontakt kommen. Natürlich haben auch die Erwachsenen die Möglichkeit, sich auszutauschen und gegenseitig Hilfestellung zu geben. Weil Musik machen und hören so viel Spaβ macht, werden wir gemeinsam singen und tanzen, jedes Kind so, wie es seinem Alter entspricht. Der Kurs ist für Eltern mit ihren Kindern von 4 – 12 Monaten geeignet.

Do 11.09. – Do 13.11.2025 09.15 – 10.30 Uhr

Ute Schüler
Teilnahmegebühr 60,00 €
Seminarumfang 8 x = 8 UStd.
Ort: Kath. Bildungsforum Kreis Mettmann
Kirchgasse 1 | 40878 Ratingen
Veranstaltungs-Nr. 2569620163

Do 11.09. – Do 13.11.2025 10.45 – 12.00 Uhr

Ute Schüler
Teilnahmegebühr 60,00 €
Seminarumfang 8 x = 8 UStd.
Ort: Kath. Bildungsforum Kreis Mettmann
Kirchgasse 1 | 40878 Ratingen
Veranstaltungs-Nr. 2569620164

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

> ELTERN-KIND-KURSE - MUSIK UND BEWEGUNG

Musikhäschen

Für Eltern mit ihren Kindern von 10 bis 18 Monaten

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

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

Mi 10.09. – Mi 12.11.2025 15.15 – 16.15 Uhr

Ute Schüler

Teilnahmegebühr 67,00 € Seminarumfang 8 x = 8 UStd.

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

Veranstaltungs-Nr. 2569620161

Musikhasen

Für Eltern mit Kindern von 18 bis 36 Monaten

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

Mi 10.09. – Mi 12.11.2025 16.30 – 17.15 Uhr

Ute Schüler

Teilnahmegebühr 43,50 €

Seminarumfang 8 x = 8 UStd.

Ort: Kath. Bildungsforum Kreis Mettmann

Kirchgasse 1 | 40878 Ratingen

Veranstaltungs-Nr. 2569620162

Musik für alle

Für Kinder von 0 – 4 Jahren

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

Di 28.10. – Di 09.12.2025 16.30 – 17.30 Uhr

Ute Schüler

Teilnahmegebühr 42,50 €

Seminarumfang 6 x = 6 UStd.

Ort: Kath. Bildungsforum Kreis Mettmann

Kirchgasse 1 | 40878 Ratingen

Veranstaltungs-Nr. 2569620160

> REFERENTINNEN UND REFERENTEN GESUCHT



Möchten Sie als freier Mitarbeiter auf Honorarbasis beim katholischen Bildungsforum Kreis Mettmann tätig werden?

Wir suchen ständig Referentinnen und Referenten und sind offen für neue Themen und Kursangebote.

Wenn Sie

- eine abgeschlossene Berufsausbildung, ein abgeschlossenes Studium oder eine fachliche Qualifikationen für Ihr Kursangebot vorweisen können,
- eine interessante Kursidee haben und diese in die Tat umsetzen wollen,
- didaktisch-methodisches Geschick haben und auf Menschen zugehen können,

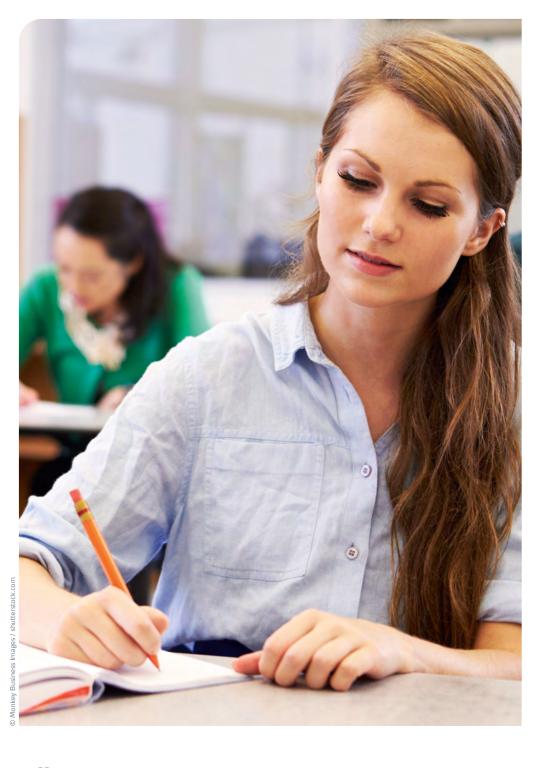
die Bereitschaft mitbringen, sich weiter zu bilden und in unserem Haus mitzuwirken, dann sollten Sie mit uns Kontakt aufnehmen.

Wir freuen uns auf Ihre Ideen!

Sabrina Rommerskirchen

Leiterin

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



QUALIFIZIERUNG

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

Unsere speziellen Qualifizierungsangebote beziehen sich insbesondere auf pädagogische Arbeitsfelder.

Qualifizierung Qualifizierung

SCHULTAG

Schultag Grundkurs

Das Betreuungsangebot in der Schule soll ein pädagogisches Angebot sein, das den Lern- und Lebensraum Grundschule für Kinder erweitert und bereichert. Um dies zu erreichen, ist eine angemessene Qualifizierung der Betreuungskräfte an Grundschulen unerlässlich. Außerdem ist sie auch ein Schritt zur öffentlichen Anerkennung ihrer Arbeit und dient als Nachweis ihrer pädagogischen Kompetenz gegenüber den Eltern, Lehrern und dem Trägerverein.

Aufgrund jahrelanger Erfahrung im Bereich von pädagogischer Qualifizierung, bzw. in der Zusammenarbeit mit Schulen haben sich Erwachsenenbildung und Jugendhilfe im Erzbistum Köln zusammengeschlossen, um die Betreuungsarbeit in Grundschulen qualitativ und kompetent zum Wohle des Kindes zu unterstützen.

Dabei werden die berufsbezogenen Interessen und Perspektiven der Betreuungskräfte berücksichtigt und weiterentwickelt.

Der 90-stündige Zertifikatskurs beinhaltet die zentralen Themenfelder der Betreuung:

- Organisation des Betreuungsangebots
- Pädagogische Gestaltung
- Soziale Kompetenz und Kooperation.

Neben der Vertiefung der theoretischen Kenntnisse werden in den Übungseinheiten immer wieder Situationen aus der Betreuung durchgespielt und konkrete, kreative Handlungsideen entwickelt. Der Kurs richtet sich an Interessierte ohne pädagogische Vorkenntnisse, die sich für eine Arbeit im Offenen Ganztag interessieren und an bereits in der OGS tätige, mit dem Ziel, sie für ihre Aufgaben zu qualifizieren und fortzubilden.

Den genauen Terminplan entnehmen Sie bitte dem gesonderten Faltblatt.

Sa 06.09. – Sa 29.11.2025 09.30 – 21.00 Uhr

Karin van Liempt,
Christian Freund,
Sarah-Luise Kind,
Dr. phil. Carmen Eschner,
Constanze Groth,
Heinz Amann-Nieβen,
Sabrina Mohr,
Monika Straetmans
Teilnahmegebühr 650,00 €
Seminarumfang 15 x = 90 UStd.
Ort: Kath. Bildungsforum Kreis Mettmann
Kirchgasse 1 | 40878 Ratingen

Veranstaltungs-Nr. 2519250018



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

> KINDERTAGESPFLEGE

Zertifikatskurs Inklusion für Kindertagespflegepersonen

Der Zertifikatskurs Inklusion richtet sich an alle Kindertagespflegepersonen, die Kinder mit einem (erhöhten) Förderbedarf betreuen oder zukünftig betreuen möchten.

Im Rahmen des Kurses werden praxisrelevante Inhalte und alltagstaugliche Methoden aus verschiedenen pädagogischen und therapeutischen Bereichen, wie z.B. der Heilpädagogik und der Ergotherapie, erarbeitet. Außerdem werden Werkzeuge und Methoden für die Zusammenarbeit mit Eltern und Kooperationspartnern an die Hand gegeben.

Die Themen im Einzelnen sind u.a.:

- Netzwerkarbeit und Aufbau von Kooperationsstrukturen
- Kollegiale Fallberatung
- Auseinandersetzung mit und Reflexion der eigenen Haltung
- Beobachtung und Dokumentation
- Rechtliche Aspekte
- Behinderungsbilder
- Frühkindliche Förderung
- Entwicklung einer inklusiven Konzeption

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

Sa 08.11.2025 – Sa 07.11.2026 09.00 – 16.00 Uhr (samstags) bzw. 18.00 – 21.00 Uhr (dienstags) Britta Höfferling, Kathrin Mantke

Teilnahmegebühr 840,00 € (individuelle Ratenzahlung möglich)
Seminarumfang 15 x = 104 UStd.

Ort: Kath. Bildungsforum Kreis Mettmann Kirchgasse 1 | 40878 Ratingen Veranstaltungs-Nr. 2519250019



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

Betreuung von Kleinkindern

Qualifizierender Einführungskurs in die Pädagogik Emmi Piklers für Kindertagespflegepersonen und pädagogische Fachkräfte in Kindertageseinrichtungen

Dieser Fortbildungskurs informiert über die Bedürfnisse und die gesundheitsfördernde Entwicklung von Kindern in den ersten Lebensjahren. Er führt in die Forschungen und Erfahrungen der Kinderärztin Dr. Emmi Pikler (1902 – 1984) ein, die als Familienärztin und langjährige Leiterin eines Kinderheimes wichtige Erkenntnisse und Handlungsansätze für ein gesundes Aufwachsen formuliert hat. Schon 1980 hat die WHO (Weltgesundheitsorganisation) diesen pädagogischen Ansatz anerkannt.

Emmi Piklers Forschungen und Praxiserfahrungen zeigen, wie die frühkindliche Entwicklung kompetent unterstützt und begleitet werden kann, so dass auch Kinder, die früh auβerhalb 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. Dies ist die Voraussetzung dafür, dass sie lernen, sich aus eigener Initiative zu bewegen und gemäß ihren Interessen zu spielen.

Qualifizierung Qualifizierung Qualifizierung

> KINDERTAGESPFLEGE

Die Fortbildung zielt auf eine gesundheitsfördernde pädagogische Weiterentwicklung der Betreuungsformen für Kleinkinder. Zur Vertiefung werden zweitägige Teamfortbildungen in den Kindertageseinrichtungen, der Anschluss an eine regionale Arbeitsgruppe, einzelne Fortbildungstage und die Weiterbildung zur Pikler®-Pädagogin angeboten.

Die Teilnehmer/-innen erhalten ein differenziertes Teilnahmezertifikat

In Zusammenarbeit mit der Pikler Gesellschaft Berlin e.V.

Sa 17.01. - Sa 27.06.2026 jeweils 09.00 - 16.30 Uhr

Termine: 17.01., 07.02., 21.02., 07.03., 21.03., 25.04., 09.05., 30.05., 13.06., 27.06.26 Sarah Lüttgen-Karimi, Isabel Heimbach-Focker Teilnahmegebühr 600,00 € (individuelle Ratenzahlung möglich) Seminarumfang $10 \times 80 \text{ UStd.}$ Ort: Kath. Bildungsforum Kreis Mettmann Kirchgasse $1 \mid 40878 \text{ Ratingen}$

Veranstaltungs-Nr. 2619250001

Videogestützte Arbeit in der Kindertagespflege

Fortbildung Kindertagespflege

Diese Fortbildung vermittelt Kindertagespflegepersonen die Grundlagen der videogestützten Arbeit und zeigt, wie Videoaufnahmen gezielt zur Reflexion und Verbesserung der Interaktion mit Kindern eingesetzt werden können. Das Intra Act Plus Konzept bietet dabei eine strukturierte Methode, um das eigene pädagogische Handeln bewusster zu gestalten und weiterzuentwickeln. Inhalte der Fortbildung:

- Videogestützte Beobachtung: Bedeutung, Vorteile und praktische Anwendung in der Kindertagespflege
- Das Intra Act Plus Konzept: Grundlagen und Einsatz zur Interaktionsförderung
- Praktische Übungen: Analyse eigener Video aufnahmen, Reflexion im Plenum und Entwicklung von Handlungsempfehlungen
- Umsetzung im Alltag: Strategien zur regelmäßigen Nutzung von Videoanalysen

Nach der Fortbildung haben Sie erste praktische Methoden an der Hand, um Ihre pädagogischen Interaktionen gezielt weiterzuentwickeln und die Qualität Ihrer Arbeit nachhaltig zu steigern.

Sa 20.09.2025 | 09.00 - 16.00 Uhr

Christin Heuer
Teilnahmegebühr 67,00 €
Seminarumfang 1 x = 8 UE
Ort: Kath. Bildungsforum Kreis Mettmann
Kirchgasse 1 | 40878 Ratingen
Veranstaltungs-Nr. 2519250020

Stress in der Betreuung kleiner Kinder

Fortbildung Kindertagespflege

Stress ist so ein großes Wort. Nur die wenigsten können hier wirklich erkennen, was Körper und Geist gerade brauchen. Gerade im Umgang mit Kindern wird von uns oft viel Geduld abverlangt. Wir organisieren, trösten, spielen, schlichten. Doch was ist mit uns? Pausen? Fehlanzeige. Akku aufladen? Eher schwierig. Das betrifft Eltern und Kindertagespflegepersonen gleichermaßen.

Im Workshop schauen wir uns an, was Stress mit unserem Inneren zu tun hat. Wir schauen, wie er entsteht und was die Folgen davon sind. Wir prüfen Bedürfnisse, zeigen auf,

> KINDERTAGESPFLEGE

was Emotionen und Gefühle uns berichten. Außerdem gibt es einige wertvolle Tools, um den eigenen Akku zu füllen und andererseits die Kinder in ihrem ganz eigenen Stress besser zu verstehen. Denn das kindliche Hirn und die kindlichen Emotionen funktionieren noch ganz anders als bei uns. Am Ende des Workshops stehen Erkenntnis und Verständnis sowie schnell anwendbare Tools, um kurzfristig der stressigen Situation den Druck zu nehmen.

Sa 27.09.2025 | 09.00 - 15.30 Uhr

Diana Winskowski-Radtke
Teilnahmegebühr 56,00 €
Seminarumfang 1 x = 8 UE
Ort: Kath. Bildungsforum Kreis Mettmann
Kirchgasse 1 | 40878 Ratingen
Veranstaltungs-Nr. 2519250021

Meilensteine frühkindlicher Sprachentwicklung – mit Strategien und praktischen Ideen unterstützen

Fortbildung Kindertagespflege

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

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

Sa 27.09.2025 | 09.00 - 14.00 Uhr

Michaela Peter gebührenfrei | Seminarumfang 1 x = 6 UE Ort: Kath. Bildungsforum Kreis Mettmann Kirchgasse 1 | 40878 Ratingen Veranstaltungs-Nr. 2519250022

Singkreis mit den Kleinsten gestalten

.....

Fortbildung Kindertagespflege

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

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

Mi 01.10.2025 | 18.00 - 22.00 Uhr

Julia Nemesch
Teilnahmegebühr 35,00 €
Seminarumfang 1 x = 5 UE
Ort: Kath. Bildungsforum Kreis Mettmann
Kirchgasse 1 | 40878 Ratingen
Veranstaltungs-Nr. 2519250023

Demokratisches Handeln beginnt spätestens im U3 Bereich

Fortbildung Kindertagespflege

Spätestens nach der Bundestageswahl sollte vielen Menschen bewusst sein, dass das Erlernen demokratischer Kompetenzen wichtiger denn je geworden ist. Werden diese Eigenschaften nicht bis zum 12. Lebensjahr erlernt, wird es für Jugendliche immer schwieriger, sich demokratisches Handeln anzueignen. Lassen Sie uns einen Blick auf

Qualifizierung Qualifizierung Qualifizierung

> KINDERTAGESPFLEGE

die Grundlagen der sensitiven Responsivität richten. Die Feinfühligkeit bildet einen wichtigen Grundstein für eine gelingende Interaktionsqualität. Wie kann ich Feinfühligkeit erlernen und vor allem was tue ich, wenn sie mir in manchen Situationen verloren geht?

Mi 29.10.2025 | 18.15 - 21.15 Uhr

Ulrike Feldhoff Teilnahmegebühr 28,00 €

Seminarumfang 1 x = 4 UE Ort: Kath. Bildungsforum Kreis Mettmann

Kirchgasse 1 | 40878 Ratingen

Veranstaltungs-Nr. 2519250024

Den kindlichen Schlaf verstehen

Fortbildung Kindertagespflege

Dieser Workshop richtet sich an Kindertagespflegepersonen, die Kinder betreuen. Neben grundlegenden Informationen über die Schlafentwicklung von Kindern über einem Jahr gibt es praktische Tipps um individuell und bindungsorientiert auf die Bedürfnisse von Kinder eingehen zu können. Der Workshop ermöglicht einen Austausch und Raum für individuelle Fragen.

Folgende Themen sind unter anderem Inhalt:

- Mittagsschlaf/ kein Mittagschlaf
- Alleine (Ein-) Schlafen
- kindliche Schlafentwicklung
- Was brauchen Kleinkinder, um gut zu schlafen?
- Einflussfaktoren auf den Schlaf von Kleinkindern

Eigene Fragestellungen der Teilnehmenden können gerne mit eingebracht werden.

Do 30.10.2025 | 18.30 - 20.45 Uhr

Claudia Trinks, Kindheitspädagogin, Babyschlafberaterin Teilnahmegebühr 21,00 € Seminarumfang 1 x = 3 UE

Ort: Digital

Veranstaltungs-Nr. 2519250027



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

Steuern und Versicherungen in der Kindertagespflege

Fortbildung Kindertagespflege

Kindertagespflegepersonen sind in der Regel selbstständig tätig. Damit verbunden ist die Erstellung der jährlichen Einkommensteuererklärung, der Abschluss von Versicherungen und auch die Buchhaltung für die freiberufliche Tätigkeit. In der Fortbildung werden Kenntnisse zu den finanziellen Aspekten der Selbstständigkeit aufgefrischt und ergänzt sowie Möglichkeiten zur realistischen Finanzplanung aufgezeigt. Die Teilnehmer erhalten einerseits Gelegenheit, Fragen zum Themenkomplex zu stellen und andererseits auch abstrakte Fragestellungen anhand von konkreten Beispielen besser zu verstehen.

Di 11.11.2025 | 18.30 - 20.45 Uhr

Mirjam Taprogge Teilnahmegebühr 21,00 € Seminarumfang 1 x = 3 UE

Ort: Digital

Veranstaltungs-Nr. 2519250025



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

> KINDERTAGESPFLEGE

Elterngespräche im Kinderschutz

Fortbildung Kindertagespflege

Auffrischung zum Schutzauftrag nach § 8 a SGB VIII und Anregungen für die Vorbereitung und Durchführung von Elterngesprächen.

Kindertagespflegeperson nehmen einen Teil der öffentlichen Aufgaben der Kinder- und Jugendhilfe wahr und haben einen Schutz- auftrag nach § 8a SGB VIII: Bei gewichtigen Anhaltspunkten für eine Kindeswohlgefährdung sind sie aufgefordert zu handeln. Signale einer Kindeswohlgefährdung zu erkennen, zu dokumentieren und schwierige Gespräche im Kinderschutz zu führen, gehören nicht zu den alltäglichen Aufgaben und stellen große Herausforderungen dar. Im Seminar sollen Vorkenntnisse zum Kinderschutz aufgefrischt und mehr Handlungssicherheit in Elterngesprächen erlangt werden.

Inhalte:

- Verfahrensabläufe und Handlungsoptionen
- Vorbereitung, Durchführung und Dokumentation von Elterngesprächen

Eigene Fragestellungen der Teilnehmenden können gerne mit eingebracht werden.

Do 13.11.2025 | 18.00 - 21.00 Uhr

Sandra Raulf

Teilnahmegebühr 35,00 € Seminarumfang 1 x = 4 UE

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

Veranstaltungs-Nr. 2519250028

Kinder brauchen Bücher

Fortbildung Kindertagespflege

Kinder brauchen auf ihrem Entwicklungsweg viele Materialien. Bücher sind wunderbare Wegbegleiter. Ein Buch fördert Kinder u.a. in ihrer Wahrnehmung, in ihren Handlungen, beim Auskundschaften und Entdecken, in ihrer Kreativität oder in ihrer sozialen Kompetenz. Bücher sind ein Gewinn und können durch das richtige Einsetzen eine Chance bieten, die Lernschritte des Kindes zu unterstützen. Sie öffnen eine neue Welt und regen die Phantasie an.

Welche Bücher sind geeignet? Was geben Bücher den Kindern und wie nehmen sie Bücher wahr? Wann werden Bücher eingesetzt? Woran ist ein gutes Kinderbuch zu erkennen? Welche Bücher werden zu Lieblingsbüchern? Und wie wird die Freude an Büchern geweckt?

Der Workshop richtet sich an Kindertagespflegepersonen, die ihr Wissen mit Freude und Leichtigkeit auffrischen oder erweitern möchten. Hier heißt es, Bücher aktiv zu erleben und praktische Ideen zur Umsetzung mitzunehmen. Die Teilnehmenden bringen gerne ein für sie empfehlenswertes Buch mit. Anhand des Buches werden Fragen praxisnah besprochen, bearbeitet und geklärt. Für alle können zufriedenstellende Antworten gefunden werden.

Mi 19.11.2025 | 18.00 - 21.00 Uhr

Marion Barton

Teilnahmegebühr 28,00 €

Seminarumfang 1 x = 4 UE

Ort: Kath. Bildungsforum Kreis Mettmann

Kirchgasse 1 | 40878 Ratingen

Veranstaltungs-Nr. 2519250029

> KINDERTAGESPFLEGE

Spielen ist Lernen – die Wichtigkeit des Spiels für die Entwicklung eines Kindes

Fortbildung Kindertagespflege

"Kinder sollten mehr spielen, als viele Kinder es heutzutage tun. Denn wenn man genügend spielt, solange man klein ist, dass trägt man Schätze mit sich herum, aus denen man später ein Leben lang schöpfen kann."

Astrid Lindgren (Kinder- und Jugendbuchautorin, 1907 bis 2002)

Warum spielen Kinder und welche Art von Spiel hat eine große Bedeutung für deren Entwicklung?

Was spielen Kinder in welchem Alter (0 bis 3 Jahre) und welche Materialien sind geeignet? Welche Unterscheidungen gibt es bei Spielmaterialien und welche Auswirkungen haben diese Arten auf die Kinder? Welche Rolle nimmt die pädagogische Fachkraft beim Spiel des Kindes ein? Wie wichtig ist das Spiel im Freien für die kindliche Entwicklung?

Psychologen, Pädagogen, Ärzte und auch Hirnforscher sprechen dem Spiel eine hohe Bedeutung für die Entwicklung eines Kindes zu. An diesem Seminartag besprechen wir all die bedeutsamen Fragen rund um das Thema "kindliches Spiel" in der Kindertagespflege.

Sa 29.11.2025 | 09.00 - 16.00 Uhr

Anja Reinecke-Schäfer, Dipl. Pädagogin Teilnahmegebühr 56,00 € Seminarumfang 1 x = 8 UE Ort: Kath. Bildungsforum Kreis Mettmann Kirchgasse 1 | 40878 Ratingen

Veranstaltungs-Nr. 2519250026



Nicht das passende Angebot gefunden?

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

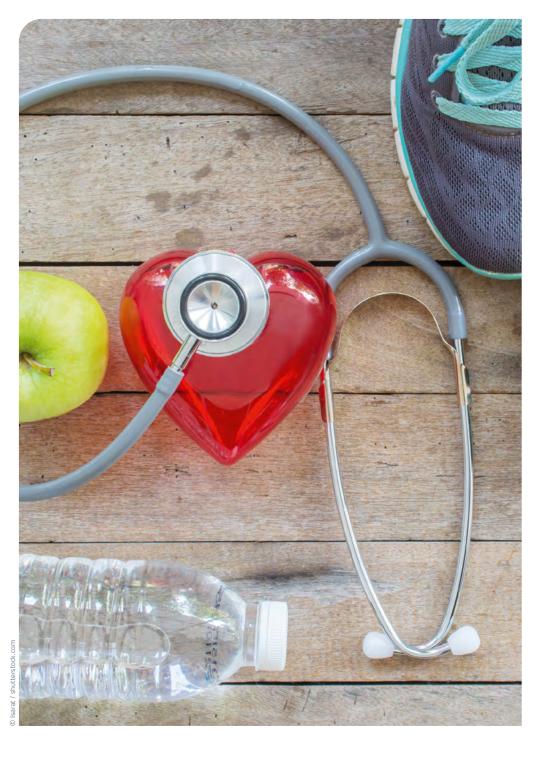
Bitte sprechen Sie uns an!

Kontakt

Sabrina Rommerskirchen Leiterin

sabrina.rommerskirchen@bildungsforum-kreis-mettmann.de





GESUNDHEIT

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

Unsere Veranstaltungen nehmen stets die gesamte Familie und alle beteiligten Menschen in den Blick. Sie bieten Information über die unterschiedlichen Gesundheitsangebote. Sie setzen praktische Lernprozesse in Gang, indem sie vermitteln, was es heißt, füreinander Sorge zu tragen und da zu sein, wenn Betreuung und Pflege nötig sind. Und indem sie zeigen, wie man gesund bleibt und Kindern ein Vorbild sein kann, wenn es um den verantwortungsvollen Umgang mit dem eigenen Körper sowie den eigenen Stärken und Schwächen geht.

Gesundheit Gesundheit Gesundheit

> GESUNDHEIT DURCH BEWEGUNG

Wirbelsäulengymnastik – Kräftigung der Rumpf – und Stützmuskulatur

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

Mo 08.09. - Mo 08.12.2025 18.00 - 19.00 Uhr

Michaela Janicki-Felderhoff
Teilnahmegebühr 44,00 €
Seminarumfang 11 x = 11 UStd.
Ort: Kath. Bildungsforum Kreis Mettmann
Kirchgasse 1 | 40878 Ratingen
Veranstaltungs-Nr. 2569660072

Fit bleiben, fit werden

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

Mi 10.09. – Mi 10.12.2025 09.15 – 10.00 Uhr

Regina Flach
Teilnahmegebühr 36,00 €
Seminarumfang 12 x = 12 UStd.
Ort: Pfarrheim St. Anna
Am Löken 67 | 40885 Ratingen-Lintorf
Veranstaltungs-Nr. 2569660069

Mi 10.09. – Mi 10.12.2025 10.00 – 10.45 Uhr

Regina Flach
Teilnahmegebühr 36,00 €
Seminarumfang 12 x = 12 UStd.
Ort: Pfarrheim St. Anna
Am Löken 67 | 40885 Ratingen-Lintorf
Veranstaltungs-Nr. 2569660070

Mi 10.09. – Mi 10.12.2025 11.00 – 11.45 Uhr

Regina Flach
Teilnahmegebühr 36,00 €
Seminarumfang 12 x = 12 UStd.
Ort: Pfarrheim St. Anna
Am Löken 67 | 40885 Ratingen-Lintorf
Veranstaltungs-Nr. 2569660071

.....

Rückentraining für Frauen

Im Job sitzen wir oft stundenlang, zuhause heben wir schwer und erledigen unsere Hausarbeit. Als zentrales Stützorgan unseres Körpers ist unsere Wirbelsäule ständig unter Belastung. Bewegungsmangel, Fehlhaltungen und einseitige Belastungen sind häufig Schuld für Rückenprobleme.

In diesem Kurs kräftigen wir unsere Rumpfmuskeln, dehnen verkürzte Muskeln und mobilisieren unsere Gelenke. Kleine Entspannungseinheiten runden das Angebot ab.

Mi 10.09. – Mi 10.12.2025 18.30 – 19.30 Uhr

Britta Witte
Teilnahmegebühr 48,00 €
Seminarumfang 12 x = 12 UStd.
Ort: Kath. Bildungsforum Kreis Mettmann
Kirchgasse 1 | 40878 Ratingen
Veranstaltungs-Nr. 2569660084

Allgemeine Fitnessgymnastik

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

geruht und mit neuem Elan die familiären und beruflichen Anforderungen meistern.

Mo 15.09. - Mo 08.12.2025 18.15 - 19.15 Uhr

Noemi Möller
Teilnahmegebühr 38,50 €
Seminarumfang 11 x = 11 UStd.
Ort: Kath. Bildungsforum Kreis Mettmann
Kirchgasse 1 | 40878 Ratingen
Veranstaltungs-Nr. 2569660073

Denk mit! Bleib fit!

Fitnesstraining für das Gehirn

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

Fr 19.09. – Fr 12.12.2025 10.00 – 11.30 Uhr

Gisela Erdmann
Teilnahmegebühr 50,00 €
Seminarumfang 10 x = 20 UStd.
Ort: Kath. Bildungsforum Kreis Mettmann
Kirchgasse 1 | 40878 Ratingen
Veranstaltungs-Nr. 2569660068

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

> GESUNDHEIT DURCH BEWEGUNG

Pilates für Anfänger mit Vorkenntnissen

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

Di 09.09. - Di 09.12.2025 17.30 - 18.30 Uhr

Maria Riesebeck
Teilnahmegebühr 48,00 €
Seminarumfang 12 x = 12 UStd.
Ort: Kath. Bildungsforum Kreis Mettmann
Kirchgasse 1 | 40878 Ratingen
Veranstaltungs-Nr. 2569660074

Pilates für Fortgeschrittene

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

Di 09.09. – Di 09.12.2025 18.35 – 19.35 Uhr

Maria Riesebeck
Teilnahmegebühr 48,00 €
Seminarumfang 12 x = 12 UStd.
Ort: Kath. Bildungsforum Kreis Mettmann
Kirchgasse 1 | 40878 Ratingen
Veranstaltungs-Nr. 2569660075

Pilates Beckenboden-Rücken-Kurs

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

Die Übungen werden im Stand und auf der Matte ausgeführt und beinhalten Mobilisation, Kräftigung und Dehnung, dabei beziehen sie die tiefliegende Stützmuskulatur mit ein. Der gezielte Einsatz der Atmung lässt die Übungen präziser werden.

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

Mi 10.09. – Mi 10.12.2025 16.50 – 17.35 Uhr

Britta Witte

Teilnahmegebühr 36,00 €

Seminarumfang 12 x = 12 UStd.

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

Veranstaltungs-Nr. 2569660082

Mi 10.09. – Mi 10.12.2025 17.40 – 18.25 Uhr

Britta Witte
Teilnahmegebühr 36,00 €
Seminarumfang 12 x = 12 UStd.
Ort: Kath. Bildungsforum Kreis Mettmann
Kirchgasse 1 | 40878 Ratingen
Veranstaltungs-Nr. 2569660083

> GESUNDHEIT DURCH ENTSPANNUNG

Faszienyoga und Entspannung am Morgen

Die Faszien als flexibles Bindegewebenetzwerk umhüllen alle Körperorgane, Muskeln und Gelenke. Sie wirken damit als eine Art Stoßdämpfer und schützen damit den gesamten Körper. Durch Bewegungsmangel, Stress, fehlenden Ausgleich etc. können die Faszien allerdings verfilzen und verkleben. Zudem können sie spröde werden, so dass Rückenschmerzen und Bewegungseinschränkungen begünstigt werden. Faszienyoga stärkt mithilfe bestimmter Yogapositionen die Faszien. Zugleich wird der Körper gedehnt und stimuliert. Ergänzt durch aktive Übungen mit der Faszienrolle werden sich Verspannungen und Stress im Körper nach und nach lösen. Das führt - egal in welchem Alter - zu mehr Beweglichkeit, Lebendigkeit und Wohlbefinden. Vorerfahrungen sind nicht notwendig.

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

Mo 08.09. – Mo 01.12.2025 08.30 – 09.45 Uhr

Linda Verstappen
Teilnahmegebühr 66,00 €
Seminarumfang 11 x = 11 UStd.
Ort: Kath. Bildungsforum Kreis Mettmann
Kirchgasse 1 | 40878 Ratingen
Veranstaltungs-Nr. 2569660080

Yoga für Anfänger

Entspannung, Bewegung & Achtsamkeit

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

Der Kurs richtet sich an Anfänger und vermittelt grundlegende Kenntnisse aus Hatha- und Vinyasa Yoga.

Bitte bringen Sie bequeme Kleidung, eine Yogamatte, eine Decke und Socken mit.

Di 09.09. – Di 09.12.2025 18.00 – 19.15 Uhr

Anastasia Teuchert
Teilnahmegebühr 80,30 €
Seminarumfang 11 x = 11 UStd.
Ort: Kath. Bildungsforum Kreis Mettmann
Kirchgasse 1 | 40878 Ratingen
Veranstaltungs-Nr. 2569660079

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

Yoga und Entspannung für Anfänger und leicht Fortgeschrittene

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

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

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

Mi 17.09. - Mi 10.12.2025 18.30 - 19.45 Uhr

Katja Sanders Teilnahmegebühr 48,00 € Seminarumfang 10 x = 10 UStd. Ort: Kath. Bildungsforum Kreis Mettmann Kirchgasse 1 | 40878 Ratingen

Veranstaltungs-Nr. 2569660076

Yoga für mehr Kraft und Beweglichkeit

Yoga ist ein Weg zur Selbsterfahrung und zum Selbstbewusstsein. Durch behutsam ausgeführte Körperhaltungen - Asanas in Verbindung mit Ausweitung der Atemkapazität - Pranayama - werden Konzentration und Entspannung gefördert. Verspannungen, Fehlhaltungen, Schlafstörungen und andere Beschwerden werden gelindert.

Mit Yoga finden Sie durch innere Stille zu sich selbst und steigern Ihre Lebensqualität und -freude.

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

Fr 19.09. - Fr 05.12.2025 08.15 - 09.30 Uhr

Linda Verstappen Teilnahmegebühr 42,00 € Seminarumfang 8 x = 8 UStd.Ort: Kath. Bildungsforum Kreis Mettmann Kirchgasse 1 | 40878 Ratingen

Autogenes Training für Anfänger mit Vorkenntnissen und Fortgeschrittene

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

Fr 05.09. - Fr 05.12.2025 18.00 - 19.30 Uhr

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

Veranstaltungs-Nr. 2569660077

QiGong - Meditation in Bewegung

Die Freude an der Bewegung gleicht muskuläre Spannungen aus und ermöglicht ein vitales Erleben im Körper. Die Selbstübungsmethode zur Stärkung der Lebensenergie vermittelt Wohlbefinden und Gesundheit. Die sanften, fließenden Bewegungen, steigern die Beweglichkeit, fördern Koordination und Gleichgewicht. Das eigene Körpergefühl wird verbessert, innere Zentriertheit gefördert und zunehmend Achtsamkeit entwickelt.

Mit seiner sanften Wandlungskraft erleichtert Qi Gong den geistigen und emotionalen Umgang mit Stress und wirkt auch ausgleichend auf das vegetative Nervensystem.

Mi 10.09. - Mi 10.12.2025 15.30 - 16.30 Uhr

Claudia Starek Teilnahmegebühr 48,00 € Seminarumfang 12 x = 12 UStd. Ort: Kath. Bildungsforum Kreis Mettmann Kirchgasse 1 | 40878 Ratingen

.....

Veranstaltungs-Nr. 2569660078

Veranstaltungs-Nr. 2569660081



HAUSHALT

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

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

Haushalt Haushalt

> BESONDERE ANGEBOTE

Stille Entzündungen

Die unsichtbare Gefahr für Ihre Gesundheit erkennen und bekämpfen

Leiden Sie unter chronischer Erschöpfung, Verdauungsproblemen, Gelenkschmerzen oder Konzentrationsschwierigkeiten – ohne erkennbare Ursache?

Oft steckt mehr dahinter, als man denkt: so-

genannte stille Entzündungen – schleichende, unbemerkte Prozesse im Körper, die langfristig gravierende Folgen haben können.
Was haben Erkrankungen wie Darmerkrankungen, Rheuma, Diabetes, Herzinfarkt, Alzheimer, Multiple Sklerose oder Allergien gemeinsam? In vielen Fällen ist eine chronisch-entzündliche Reaktion im Körper mitverantwortlich – und bleibt oft jahrelang unentdeckt.

In diesem praxisnahem Workshop erfahren Sie: Wie stille Entzündungen entstehen und warum sie so gefährlich sind

Welche Symptome Sie ernst nehmen sollten Welche Rolle Ernährung, Bewegung und Stressbewältigung spielen

Wie Sie durch einfache, alltagstaugliche Maβnahmen Ihr Entzündungsrisiko senken können und kochen vitalstoffreiche und genuβvolle Gerichte

Dieser Workshop richtet sich an alle, die nicht nur Beschwerden lindern, sondern auch aktiv und nachhaltig vorsorgen möchten.

Mi 19.11.2025 | 18.00-21.45 Uh

Susanne Möpert
Teilnahmegebühr 33,00 €
Seminarumfang 1 x = 5 UE
Ort: Kath. Bildungsforum Kreis Mettmann
Turmstraße 9 | 40878 Ratingen

Veranstaltungs-Nr. 2569660109

> ERNÄHRUNG UND KOCHEN

Männer an den Herd

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

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

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

Bitte bringen Sie sich Vorratsbehälter für übriggebliebene Speisen mit.

Mi 03.09., Mi 01.10., Mi 29.10. und Mi 26.11.2025 15.00 – 18.00 Uhr

Sabine Andreas
Teilnahmegebühr 96,00 €
Seminarumfang 4 x = 16 UStd.
Ort: Kath. Bildungsforum Kreis Mettmann
Turmstraße 9 | 40878 Ratingen
Veranstaltungs-Nr. 2569660087

> ERNÄHRUNG UND KOCHEN

Türkische Leckereien

Eine kulinarische Reise durch die vielfältige türkische Küche

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

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

Ich freue mich auf eine kulinarische Reise mit Ihnen. Lassen Sie sich überraschen! In jedem einzelnen Kurs werden neue Speisen zubereitet.

Bitte bringen Sie sich Vorratsbehälter für übriggebliebene Speisen mit.

Mo 24.11.2025 | 18.30 - 21.30 Uhr

Handan Dikyokus
Teilnahmegebühr 24,00 €
Seminarumfang 1 x = 4 UE
Ort: Kath. Bildungsforum Kreis Mettmann
Turmstraße 9 | 40878 Ratingen

Veranstaltungs-Nr. 2569660088

Mo 08.12.2025 | 18.30 - 21.30 Uhr

Handan Dikyokus
Teilnahmegebühr 24,00 €
Seminarumfang 1 x = 4 UE
Ort: Kath. Bildungsforum Kreis Mettmann
Turmstraβe 9 | 40878 Ratingen
Veranstaltungs-Nr. 2569660089

Mo 15.12.2025 | 18.30 - 21.30 Uhr

Handan Dikyokus
Teilnahmegebühr 24,00 €
Seminarumfang 1 x = 4 UE
Ort: Kath. Bildungsforum Kreis Mettmann
Turmstraße 9 | 40878 Ratingen

Veranstaltungs-Nr. 2569660090

Mo 22.12.2025 | 18.30 - 21.30 Uhr

Handan Dikyokus
Teilnahmegebühr 24,00 €
Seminarumfang 1 x = 4 UE
Ort: Kath. Bildungsforum Kreis Mettmann
Turmstraβe 9 | 40878 Ratingen
Veranstaltungs-Nr. 2569660091

Indische Brinner

Etwas Besonderes an Wochenenden ist der Brunch oder Brinner. Wenn der Brunch auch noch einen Touch Indiens hat, werden Ihre Gäste eine einmalige Geschmacksexplosion empfinden. Lernen Sie leckere Köstlichkeiten aus Indien (süß, pikant, vegetarisch als auch fleischhaltig) herzustellen und lassen Sie sich von der unglaublichen Vielfalt, den reichen Düften und Farben und den besonderen Geschmackserlebnissen begeistern.

Bitte bringen Sie sich Vorratsbehälter für übriggebliebene Speisen mit.

Do 04.09.2025 | 18.30 - 21.30 Uhr

Yasmeen Tahir
Teilnahmegebühr 24,00 €
Seminarumfang 1 x = 4 UE
Ort: Kath. Bildungsforum Kreis Mettmann
Turmstraße 9 | 40878 Ratingen
Veranstaltungs-Nr. 2569660092

Haushalt Haushalt

> ERNÄHRUNG UND KOCHEN

Orientalische Köstlichkeiten

Wenn Sie die orientalische Küche ebenso schätzen, dann besuchen Sie diesen Kurs und lernen verschiedene Dips und Saucen wie Hummus, Baba Ghanoush kennen, serviert mit verschiedenen Fladenbroten. In orientalische Küche gehören außerdem buntes Gemüse, Fleischgerichte sowie Reis mit verschiedenen Gewürzen und leckere Salate wie Taboule.

Bitte bringen Sie sich Vorratsbehälter für übriggebliebene Speisen mit.

Di 23.09.2025 | 18.30 - 21.30 Uhr

Yasmeen Tahir
Teilnahmegebühr 24,00 €
Seminarumfang 1 x = 4 UE
Ort: Kath. Bildungsforum Kreis Mettmann
Turmstraße 9 | 40878 Ratingen
Veranstaltungs-Nr. 2569660093

Frühstücksideen aus der arabischen Welt

In der arabischen Küche gehören leckere Brote, Dips, marinierte Oliven, verschiedenes Gemüse, Kräuter und Eier zum Frühstück. Dafür werden wir leckere Eiergerichte mit Gemüse zubereiten und verschieden Olivensorten selbst mit Kräutern und Gewürzen marinieren. Auch selbst gemachte Brote wie Msemem und Manakish sollten bei einem arabischen Frühstück nicht fehlen. Khubus hat einen besonderen Platz in der arabischen Küche, deshalb werden wir leckere Fatteh mit Khubus, Kichererbsen und Tahini machen.

Bitte bringen Sie sich Vorratsbehälter für übriggebliebene Speisen mit.

Di 07.10.2025 | 18.30 - 21.30 Uhr

Yasmeen Tahir
Teilnahmegebühr 24,00 €
Seminarumfang 1 x = 4 UE
Ort: Kath. Bildungsforum Kreis Mettmann
Turmstraße 9 | 40878 Ratingen
Veranstaltungs-Nr. 2569660094

Fleischlos glücklich essen

Vegetarische Gerichte aus dem Süden

Verzicht auf Fleisch bedeutet auf keinen Fall Verzicht auf Genuss. An diesem Abend werden wir gemeinsam eine spannende Mahlzeit aus verschiedenen vegetarischen Currys, Linseneintopf, aromatischem Basmatireis, leckeren Chutneys, selbstgebackenem Brot und weiteren Köstlichkeiten aus Indien zubereiten und eine Reise durch den Subkontinent genießen, die mit Sicherheit Ihre Geschmacksknospen erfreuen wird.

Bitte bringen Sie sich Vorratsbehälter für übriggebliebene Speisen mit.

Do 30.10.2025 | 18.30 - 21.30 Uhr

Yasmeen Tahir
Teilnahmegebühr 24,00 €
Seminarumfang 1 x = 4 UE
Ort: Kath. Bildungsforum Kreis Mettmann
Turmstraße 9 | 40878 Ratingen

Veranstaltungs-Nr. 2569660095

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

> ERNÄHRUNG UND KOCHEN

Festliche indische Küche

Die indische festliche Küche hat verschiedene Spezialitäten. Da sind Fleischgerichte wie Currys, aber auch Gemüsegerichte mit Linsen, Saucen und Brot, Basmati- Reisgerichte wie Biryani, die aus einer Masalamischung von mehreren verschiedenen Gewürzen und anderen Zutaten hergestellt werden. Ihre Zubereitung erfordert Geschicklichkeit und Verständnis für die richtige Verwendung der Gewürze. An diesem Abend lernen Sie viele Tipps und Tricks, wie man leckere Spezialitäten und entsprechende Beilagen kochen kann.

Bitte bringen Sie sich Vorratsbehälter für übriggebliebene Speisen mit.

Do 13.11.2025 | 18.30 - 21.30 Uhr

Yasmeen Tahir Teilnahmegebühr 24,00 € Seminarumfang 1 x = 4 UE Ort: Kath. Bildungsforum Kreis Mettmann Turmstraβe 9 | 40878 Ratingen

Veranstaltungs-Nr. 2569660096

Die Welt der Suppen und Brote

Sie mögen Suppen oder möchten lernen, wie man sie perfekt zubereitet? Dann ist dieser Kurs genau das Richtige für Sie.

Ob als köstlicher Einstieg in ein Menü, als wärmende Mahlzeit an kalten Tagen oder als gesunde Basis mit kreativen Einlagen – Suppen sind vielseitiger, als manch einer denkt. Gemeinsam zaubern wir in entspannter Atmosphäre köstliche Suppenklassiker, die je nach Region und Saison variieren. Perfekt für Anfänger, Hobbyköche und Suppenfans.

Bitte bringen Sie sich Vorratsbehälter für übriggebliebene Speisen mit.

Do 27.11.2025 | 18.30 - 21.30 Uhr

Yasmeen Tahir
Teilnahmegebühr 24,00 €
Seminarumfang 1 x = 4 UE
Ort: Kath. Bildungsforum Kreis Mettmann
Turmstraβe 9 | 40878 Ratingen
Veranstaltungs-Nr. 2569660097

Südamerikanische Küche

Entdecken Sie die vielfältigen Aromen und traditionellen Gerichte Südamerikas! In dem spannenden Kochkurs lernen Sie authentische Rezepte aus verschiedenen Ländern zuzubereiten. Von würzigen Empanadas bis hin zu köstlichem Chili con Carne – lassen Sie sich von der Leidenschaft der südamerikanischen Küche von Gabriele Förster inspirieren, die in Venezuela gelebt hat.

Seien Sie dabei und bringen Sie den Geschmack Südamerikas in Ihre Küche.

Bitte bringen Sie sich Vorratsbehälter für übriggebliebene Speisen mit.

Do 11.09.2025 | 18.00 - 21.45 Uhr

Gabriele Förster
Teilnahmegebühr 32,00 €
Seminarumfang 1 x = 5 UE
Ort: Kath. Bildungsforum Kreis Mettmann
Turmstraße 9 | 40878 Ratingen
Veranstaltungs-Nr. 2569660099

Haushalt Haushalt

> ERNÄHRUNG UND KOCHEN

Sommerliche Cocktails und Häppchen

Pure Energie und Lebensfreude, ein stärke-Lust auf einen genussvollen Sommerabend? In unserem Kochkurs "Sommerliche Cocktails und Häppchen" lernen Sie erfrischende Cocktails und köstliche kleine Snacks zuzubereiten, die perfekt für Gartenpartys oder entspannte Abende auf der Terrasse sind. Gabriele Förster zeigt Ihnen die besten Rezepte und Tricks, um Ihre Gäste zu begeistern. Dazu bereiten wir leckere Häppchen zu, die ideal zum Anstoßen und Genießen sind.

Bitte bringen Sie sich Vorratsbehälter für übriggebliebene Speisen mit.

Do 18.09.2025 | 18.00 - 21.45 Uhr

Gabriele Förster

Teilnahmegebühr 30,00 €
Seminarumfang 1 x = 5 UE
Ort: Kath. Bildungsforum Kreis Mettmann
Turmstraße 9 | 40878 Ratingen

Veranstaltungs-Nr. 2569660100

Genussvoll vegetarisch – Frisch und lecker

Entdecken Sie mit Gabriele Förster die bunte Welt der vegetarischen Küche in unserem Kochkurs. Lernen Sie, wie Sie mit frischen Zutaten köstliche kreative Gerichte zaubern können, die nicht nur gesund, sondern voller Geschmack sind. Von knackigen Salaten über herzhafte Gemüsegerichte bis hin zu verführerischen Desserts – wir zeigen Ihnen, wie vielseitig und lecker die vegetarische Küche sein kann.

Bitte bringen Sie sich Vorratsbehälter für übriggebliebene Speisen mit.

Do 25.09.2025 | 18.00 - 21.45 Uh

Gabriele Förster
Teilnahmegebühr 25,00 €
Seminarumfang 1 x = 5 UE
Ort: Kath. Bildungsforum Kreis Mettmann
Turmstraße 9 | 40878 Ratingen

Veranstaltungs-Nr. 2569660101

Arabian Kitchen - Mit Fleisch und Fisch

Tauchen Sie ein in die faszinierende Welt der arabischen Küche! In unserem Kochkurs "Arabian Kitchen – mit Fleisch und Fisch" von Gabriele Förster, die lange in arabischen Ländern gelebt hat, lernen Sie, authentische Gerichte zuzubereiten, die mit aromatischen Gewürzen und frischen Zutaten begeistern. Von zarten Lammgerichten über saftigen Fisch bis hin zu köstlichen Beilagen – entdecken Sie die Vielfalt und den Reichturm der arabischen Kochkunst. Lassen Sie sich von den Aromen des Orients verzaubern und genieβen Sie ein unvergessliches kulinarisches Erlebnis.

Bitte bringen Sie sich Vorratsbehälter für übriggebliebene Speisen mit.

Do 09.10.2025 | 18.00 - 21.45 Uhr

Gabriele Förster

Teilnahmegebühr 32,00 €
Seminarumfang 1 x = 5 UE
Ort: Kath. Bildungsforum Kreis Mettmann
Turmstraße 9 | 40878 Ratingen

Veranstaltungs-Nr. 2569660102

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

> ERNÄHRUNG UND KOCHEN

Mister Whu lässt grüßen – Chinesische Küche

Entdecken Sie mit Gabriele Förster die köstlichen Geheimnisse der chinesischen Küche von Mr. Whu, der in Berlin ein berühmtes chinesisches Restaurant betreibt. Lassen Sie sich von traditionellen Rezepten und aromatischen Gewürzen inspirieren, während Sie lernen, beliebte Gerichte wie frittierte Wan Tans und Äpfel mit goldenen Fäden zuzubereiten.

Bitte bringen Sie sich Vorratsbehälter für übriggebliebene Speisen mit.

Do 16.10.2025 | 18.00 - 21.45 Uhr

Gabriele Förster

Teilnahmegebühr 30,00 €

Seminarumfang 1 x = 5 UE

Ort: Kath. Bildungsforum Kreis Mettmann

Turmstraße 9 | 40878 Ratingen

Veranstaltungs-Nr. 2569660103

Gebackene Geschenke – Backkurs

Lassen Sie Ihrer Kreativität freien Lauf und lernen Sie, köstliche selbstgebackene Geschenke für Ihre Liebsten zu kreieren.

In unserem Kurs "Gebackene Geschenke" zeigen wir Ihnen, wie Sie von zarten Plätzchen über saftige Kuchen bis hin zu verführerischen Broten alles zaubern können. Perfekt für besondere Anlässe oder einfach als liebevolle Geste.

Kommen Sie vorbei und bringen Sie Freude und Genuss in die Herzen Ihrer Freunde und Familie!

Bitte bringen Sie sich Vorratsbehälter für übriggebliebene Speisen mit.

Do 06.11.2025 | 18.00 - 21.45 Uhr

Gabriele Förster Teilnahmegebühr 24,00 € Seminarumfang 1 x = 5 UE Ort: Kath. Bildungsforum Kreis Mettmann Turmstraβe 9 | 40878 Ratingen

Veranstaltungs-Nr. 2569660104

Silvester Buffet

Feiern Sie den Jahreswechsel mit einem festlichen Silvester Buffet. In dem Kochkurs von Gabriele Förster zeigt sie Ihnen, wie Sie ein abwechslungsreiches und köstliches Buffet zaubern, das Ihre Gäste begeistern wird. Von herzhaften Häppchen über raffinierte Salate bis hin zu süßen Leckereien – wir bereiten gemeinsam die perfekten Gerichte für einen unvergessliches Silvesterfest vor, damit Sie gemeinsam mit Ihren Gästen das Neue Jahr mit einem kulinarischen Highlight begrüßen können.

Bitte mitbringen: Getränke nach eigener Wahl, Schürze und Dosen für eventuell übrig gebliebene Speisen.

Do 20.11.2025 | 18.00 - 21.45 Uhr

Gabriele Förster
Teilnahmegebühr 32,00 €
Seminarumfang 1 x = 5 UE
Ort: Kath. Bildungsforum Kreis Mettmann
Turmstraße 9 | 40878 Ratingen
Veranstaltungs-Nr. 2569660105

> ERNÄHRUNG UND KOCHEN

Kruste & Krume

Das Backen von gutem Brot aus verschiedenen Mehlsorten und rein natürlichen Zutaten ist eine Kunst, die für viel Geschmack sorgt.

In diesem Kurs wird gezeigt, wie man mit wenig Aufwand ein eigenes Brot zu jedem Anlass selbst fertigen kann- ob aus dem Ofen oder aus der Pfanne. Sei es zum Frühstück, zu einem frischen Sommersalat, zur Suppe oder einfach nur mit Butter als Snack für zwischendurch. Auch gefüllte Brote werden zubereitet- perfekt als Snack.

Bitte bringen Sie sich Vorratsbehälter für übriggebliebene Speisen mit.

Do 18.12.2025 | 18.30 - 21.30 Uhr

Yasmeen Tahir
Teilnahmegebühr 24,00 €
Seminarumfang 1 x = 4 UE
Ort: Kath. Bildungsforum Kreis Mettmann
Turmstraße 9 | 40878 Ratingen

Veranstaltungs-Nr. 2569660098



HIMMEL UND ERDE

ist das Magazin der Kirchen in NRW-Lokalradios.

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

Aktuelle Beiträge finden Sie online bei Radio Neandertal https://www.radioneandertal.de/thema/himmel-erde-2955.html und bei uns:



https://mam.erzbistum-koeln.de

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



KULTUR

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

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

> VORTRAG

Kunstgeschichte am Vormittag KUNST UND RIVALITÄT

Wettstreit und Rivalität spielten in der Kunst – abgesehen von persönlich getriebener Eifersucht – immer eine wichtige Rolle, wenn es darum ging, ganz vorne mit dabei zu sein: bei der künstlerischen Umsetzung veränderter Sichtweisen, einer neuen Bildsprache oder der Reaktion auf gesellschaftliche Veränderungen. So wetteiferte William Turner und John Constable mit sehr unterschiedlichen, aber mutigen Ansätzen nicht nur um ihren Erfolg, sondern sie revolutionierten dazu auch die englische Landschaftsmalerei im 19. Jahrhundert.

Beider 250. Geburtstag 2025/26 ist eine gute Gelegenheit neben England auch auf konkurrierende Künstler und Künstlerinnen anderer Länder einen Blick zu werfen.

Den Anfang machen Andrea Mantegna und Giovanni Bellini in der italienischen Frührenaissance. Rembrandt und Peter Paul Rubens prägten als Konkurrenten die barocke Epoche in Holland und Flandern, in der klassischen Moderne finden wir viele Beispiele, wobei Édouard Manet, Edgar Degas und Mary Cassatt sowie Pablo Picasso, Henry Matisse und Suzanne Valadon in Frankreich geradezu als die großen Rivalen neuerer Zeit gelten.

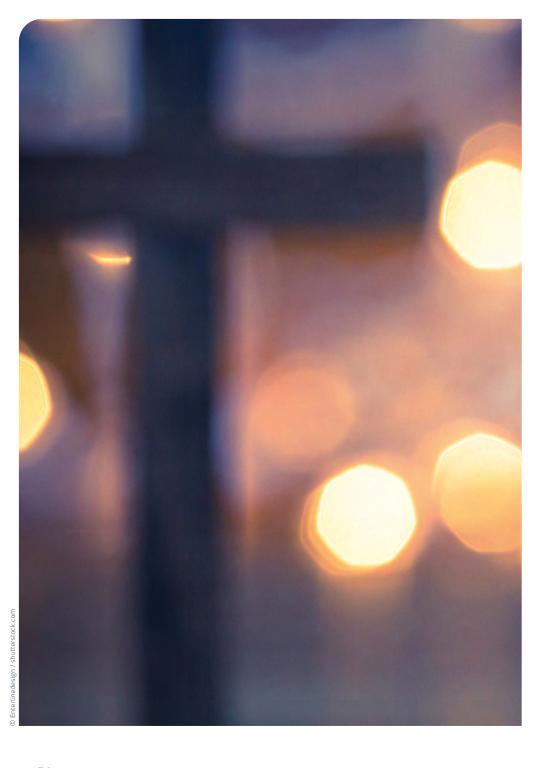
Eine spannende Veranstaltungsreihe, die uns hinter den berühmten Werken auch den Künstler bzw. Künstlerin als Menschen erkennen lässt.

Di 11.11. - Di 09.12.2025 10.00 - 12.15 Uhr

Dr. Hildegard Heitger-Benke
Teilnahmegebühr 45,00 €
Seminarumfang 5 x = 15 UStd.
Ort: Kath. Bildungsforum Kreis Mettmann
Kirchgasse 1 | 40878 Ratingen
Veranstaltungs-Nr. 2519770010



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



GLAUBE - SINN - WERTE

Religiöse und theologische Bildung verknüpft Glaubensfragen mit den Fragen des alltäglichen Lebens. Sie hilft den eigenen Glauben zu vertiefen und ihn in den wechselnden Lebenssituationen tiefer zu durchdringen. Gleichzeitig erschließt sie den Schatz der biblischen und kirchlichen Tradition. So eröffnen sich Horizonte, die ungewohnte und vielleicht sogar unerwartete Antworten bieten.

> GLAUBENSKURSE

Religions-philosophischer Gesprächskreis

An jedem ersten Freitag im Monat findet im katholischen Bildungsforum ein religionsphilosophischer Gesprächskreis statt. Dr. Raimund Litz weist in bestimmte religionsphilosophische Grenzfragen ein und gibt die Möglichkeit zum Austausch.

Fragen des Atheismus an den Gottesglauben

Reflexion

Fr 04.07.2025 | 18.00 - 20.15 Uhr

Dr. Raimund Litz gebührenfrei | Seminarumfang 1 x = 3 UE Ort: Kath. Bildungsforum Kreis Mettmann Kirchgasse 1 | 40878 Ratingen Veranstaltungs-Nr. 2519720018

Der Hochmut des Menschen

Von Stolz, Eitelkeit und der Illusion der Selbstherrlichkeit

Fr 05.09.2025 | 18.00 - 20.15 Uhr

Dr. Raimund Litz. gebührenfrei | Seminarumfang 1 x = 3 UE Ort: Kath. Bildungsforum Kreis Mettmann Kirchgasse 1 | 40878 Ratingen

Veranstaltungs-Nr. 2519720014

Begehren und Begierde

Wenn Gier und Wollust den Menschen antreiben

Fr 26.09.2025 | 18.00 - 20.15 Uhr

Dr. Raimund Litz. gebührenfrei | Seminarumfang 1 x = 3 UE Ort: Kath. Bildungsforum Kreis Mettmann Kirchgasse 1 | 40878 Ratingen Veranstaltungs-Nr. 2519720015

Zorn und Neid

Vom vergifteten Blick auf den Anderen

Fr 07.11.2025 | 18.00 - 20.15 Uhr

Dr. Raimund Litz gebührenfrei | Seminarumfang 1 x = 3 UE Ort: Kath. Bildungsforum Kreis Mettmann Kirchgasse 1 | 40878 Ratingen Veranstaltungs-Nr. 2519720016

Trägheit und Maßlosigkeit

Wenn der Mensch sich selbst verliert

Fr 05.12.2025 | 18.00 - 20.15 Uhr

Veranstaltungs-Nr. 2519720017

Dr. Raimund Litz gebührenfrei | Seminarumfang 1 x = 3 UE Ort: Kath. Bildungsforum Kreis Mettmann Kirchgasse 1 | 40878 Ratingen

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



Bibel- und Liturgieschule



Bibel lesen - Bibel verstehen

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

Liturgie feiern - Glauben vertiefen

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

Fragen Sie nach unseren Angeboten!

Erzbistum Köln | Generalvikariat,
Bereich Glaubensorte & Verkündigung,
Fachbereich Geistliches Leben, Bibel & Liturgie
Telefon: 0221 1642 7000, E-Mail: bibel-liturgieschule@erzbistum-koeln.de
www.bibelschule-koeln.de / www.liturgie-erzbistum-koeln.de



SONSTIGES

Qualitätsmanagement Allgemeine Geschäftsbedingungen

> QUALITÄTSVERSPRECHEN

Wir geben Bildung besondere Qualität – fachlich und menschlich

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



Liebe Teilnehmerinnen und Teilnehmer, liebe Kooperationspartner,

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

Mit diesem Zertifikat verpflichten wir uns, kontinuierlich und sorgfältig auf die Erfüllung unserer Qualitätsstandards zu achten. Ihre Zufriedenheit mit unseren Weiterbildungsveranstaltungen steht dabei an erster Stelle.

Wir arbeiten gezielt daran, diese Zufriedenheit aufrechtzuerhalten und auszubauen, indem wir aus Ihren und unseren positiven Erfahrungen genauso wie aus Ihren kritischen Rückmeldungen lernen. Ihre Anregungen geben uns wichtige Optimierungsimpulse!

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

Haben Sie weitere Fragen zu unserem Qualitätsmanagement?

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

> ALLGEMEINE GESCHÄFTSBEDINGUNGEN

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

Geltungsbereich

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

Anmeldung

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

Die Anmeldung zu den Veranstaltungen muss schriftlich unter Angabe des vollen Namens, der Anschrift und Telefonnummer erfolgen.

Die Anmeldung für eine Veranstaltung ist verbindlich und verpflichtet zur Zahlung des festgesetzten Teilnahmeentgeltes, auch für durch Sie angemeldete andere Personen.

Sie erhalten von uns eine Anmeldebestätigung und werden benachrichtigt, falls eine Veranstaltung belegt ist oder ausfällt.

Anmeldung für Veranstaltungen mit Kooperationspartnern

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

Online-Anmeldung

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

Zahlungsweise

Die Zahlung erfolgt durch SEPA-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 DE50ZZZ00000304425 durchgeführt und ist für Sie sicher und bequem.

Die Vorteile für Sie sind:

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

Hinweise & Services Hinweise & Services

> ALLGEMEINE GESCHÄFTSBEDINGUNGEN

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

Banküberweisung

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

Ratenzahlung

In Ausnahmefällen kann durch die Einrichtungsleitung eine Ratenzahlung genehmigt werden. Dies ist vor Kursbeginn mit der Bildungseinrichtung abzusprechen, und nur mit Erteilung einer SEPA-Lastschrift möglich.

Rücktritt

Bei Erklärung des schriftlichen Rücktritts, die uns spätestens am 7. Tag vor dem Veranstaltungstermin zugeht, entfällt die Pflicht zur Leistung der Vergütung. Bei einer späteren Abmeldung bzw. bei Nichterscheinen oder vorzeitigem Beenden der Teilnahme ist die volle Teilnehmergebühr zu zahlen. Maßgebend ist in allen Fällen das Eingangsdatum der Abmeldung bei der Bildungseinrichtung. Zur Fristwahrung muss die Rücktrittserklärung schriftlich beim Bildungswerk eingehen. Der Rücktritt ist zu richten an:

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

Für Veranstaltungen mit Übernachtung und Verpflegung gelten abweichende Rücktrittsfristen.

Besondere Hinweise

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

Mahnverfahren

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

Erstattung

Kommen Veranstaltungen nicht zustande, werden bereits geleistete Zahlungen erstattet.

Ermäßigungen/Erstattungen

Die Teilnehmergebühren sind für die Teilnehmerinnen und Teilnehmer sehr kostengünstig kalkuliert. Aus diesem Grund gibt es auch nur in einzelnen Programmbereichen bzw. für einzelne Zielgruppen die Möglichkeit einer Gebührenermäßigung.

Bitte informieren Sie sich über mögliche Ermäßigungsgründe und einzureichende Nachweise bei der Bildungseinrichtung. Sie müssen bis zum ersten Kurstag bei der Bildungseinrichtung beantragt werden. Später eingehende Anträge können nicht mehr berücksichtigt werden. In Bezug auf die Erstattungsmöglichkeiten der Krankenkassen bitten wir die Teilnehmerinnen und Teilnehmer, sich an ihre jeweilige Krankenkasse zu wenden. Auf Wunsch stellen wir Ihnen nach Beendigung Ihres Kurses eine Bescheinigung über die Teilnahme und die Zahlung der Teilnahmegebühr aus.

Teilnahmeentgelte

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

.....

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 Datenschutzgesetztes (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 aufgenommen Daten sowie für eventuell erfasste Daten im Zusammenhang mit Befragungen. Die Einzelheiten entnehmen Sie bitte unserer Datenschutzerklärung. https://bildung.erzbistum-koeln.de/bw-erzdioezese-koeln-ev/datenschutz/

Aufnahme von Wort-, Bild- und Tonbeiträgen

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

Jeder Missbrauch wird mit den Mitteln des Straf- und Hausrechts verfolgt.

Fundsachen

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

Hinweise & Services

Allgemeine Geschäftsbedingungen

> ONLINE-ANGEBOTE

Online-Veranstaltungen und Blended Learning

Hinweis für Teilnehmende



Diese Veranstaltungen werden ausschließlich online durchgeführt.



Diese Veranstaltungen werden teilweise als Präsenzveranstaltung und teilweise online durchgeführt. Für alle Online-Veranstaltungen und für Blended Learning über den Online-Dienstleister Zoom beachten Sie bitte folgenden Hinweis:

Zugang zum Online-Seminar über Zoom

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

Weiteres zur Verarbeitung entnehmen Sie der hier im Anschluss folgenden Datenschutzerklärung. Dieses Online-Seminar kann vom Moderator für interne Zwecke aufgezeichnet werden. Wunschgemäß können Sie Ihre Videofunktion deaktivieren und als Pseudonym/Nickname beitreten.

Technische Voraussetzungen zur Nutzung von digitalen

Angeboten über Zoom:

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

Detailliertere Systemvoraussetzungen erhalten Sie unter:

https://support.zoom.us

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

> DATENSCHUTZERKLÄRUNG

Datenschutzerklärung

Verantwortlicher:

Bildungswerk der Erzdiözese Köln e.V. Stolkgasse 25 – 45 50667 Köln

Email: info@bildungswerk-ev.de

Betrieblicher Datenschutz:

Bildungswerk der Erzdiözese Köln e.V. Stolkgasse 25 – 45 50667 Köln

Email: datenschutz@bildungswerk-ev.de

Datenkategorien:

Im Rahmen des Anmeldeprozesses können Ihre Stammdaten (Vor-/Nachname, Anschrift, Kontaktdaten) abgefragt werden. Zusätzlich können vor und während der Veranstaltung weitere Daten wie z.B. Ihr Geburtsdatum und Titel, Ihr Beruf, Foto-, Ton und Videoaufnahmen von Ihnen verarbeitet werden.

Die Abfrage Ihrer personenbezogenen Daten kann abhängig vom Veranstaltungsformat variieren und wird durch entsprechende Pflichtund 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 Rechtmäβigkeit dieser Verarbeitung auf Basis Ihrer Einwilligung gegeben.
- Eine Verarbeitung Ihrer Daten erfolgt auch zur Geltendmachung, Ausübung oder Verteidigung von Rechtsansprüchen oder um die Sicherheit unserer Gebäude zu gewährleisten (z.B. durch Zugangskontrollen), aber auch zur internen Kommunikation und zu sonstigen Verwaltungszwecken. Darüber hinaus schreiben wir Sie ggf. nach Teilnahme an unserer Veranstaltung per E-Mail an und bitten um Ihr Feedback. Dieses werten wir anonym aus, um unsere Veranstaltungen qualitativ und organisatorisch zu verbessern.

Die im Anmeldeverfahren abgefragten Daten werden zur Durchführung vorvertraglicher Maβnahmen 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.

Allgemeine Geschäftsbedingungen

> DATENSCHUTZERKI ÄRUNG

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 rechtszeitig 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 Fremdenverkehrsund Kurbeiträgen.

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

Geplante Datenübermittlung an Drittstaaten:

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

Aufbewahrungsfristen / Regelfristen für die Löschung der Daten:

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

Automatisierte Entscheidungsfindung oder Profiling:

Wir führen keine automatisierte Entscheidungsfindung oder Profiling durch.

DATENSCHUTZERKI ÄRUNG

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

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

Widerrufsrecht bei Einwilligung, § 8 Abs. 6 KDG:

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

Recht zur Beschwerde bei einer Aufsichtsbehörde:

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

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

www.katholisches-datenschutzzentrum.de

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

Platz für Ihre Notizen	
	• • • • • • • • • •

> ANMELDUNG			
Verbindliche Anmeldun	g (Bitte füllen Si	e alle Felder vollständig	aus)
Mit dieser verbindlichen Anm	eldung verpflichte ich	mich zur Zahlung der Kursgeb	ühr.
Eine schriftliche Abmeldung is	st bis zu 7 Tage vor Kı	ursbeginn möglich.	
Die Teilnahmebedingungen ha	abe ich gelesen und e	erkenne sie an.	
Katholisches Bildungsforum K BIC: WELADEDIVEL IBAN: DE		-	
Name		Vorname	
Telefon		E-Mail	
Straße, Hausnummer		Postleitzahl, Ort	
Name Kind (nur Eltern-Kind-Kurse)		GebDatum Kind (nur Eltern-Kind-K	
Ich melde mich verbindlich zu	folgenden Veranstalt	cungen an:	
Veranstaltungs-Nr.	Titel der Veranstaltung		Gebühr
Veranstaltungs-Nr.	Titel der Veranstaltung		Gebühr
(AGB) und der Datenschutzerk AGB und die Datenschutzerkl vor Ort sowie auf der Internets ∐Ich stimme der Zusendung kann ich jederzeit bei der ot	klärung. Ich bin mit de ärung sind im Prograr seite des Verantwortli von allgemeinen Info	rmationen & Newslettern zu. D	einverstanden. Die n in der Einrichtung
Datum	•	Unterschrift (ah 16 Jahren oder Erzieh	ungsherechtigte)



Datum/Ort

> ANMELDUNG	
Wiederkehrendes SEPA-Lastschriftmandat mit sp	äterer Mitteilung der Mandatsreferenz:
Katholisches Bildungsforum Kreis Mettmann Kirchgasse 1 40878 Ratingen	
Gläubiger-Identifikationsnummer DE50ZZZ00000 Mandatsreferenz wird separat mitgeteilt.	304425
SEPA-Lastschriftmandat	
Ich ermächtige das Katholische Bildungsforum Kre tels Lastschrift einzuziehen. Zugleich weise ich me Bildungsforum Kreis Mettmann auf mein Konto ge	in Kreditinstitut an, die von dem Katholischen
Hinweis	
Hinweis Ich kann innerhalb von acht Wochen, beginnend m steten Betrages verlangen. Es gelten dabei die mit	
Ich kann innerhalb von acht Wochen, beginnend m	
Ich kann innerhalb von acht Wochen, beginnend m steten Betrages verlangen. Es gelten dabei die mit	meinem Kreditinstitut vereinbarten Bedingungen.
Ich kann innerhalb von acht Wochen, beginnend m steten Betrages verlangen. Es gelten dabei die mit Kontoinhaber Name	meinem Kreditinstitut vereinbarten Bedingungen. Vorname

Unterschrift

Impressum

Träger der Einrichtung: Bildungswerk der Erzdiözese Köln e.V. Stolkgasse 25 – 45 | 50667 Köln

Einrichtung:

Kath. Bildungsforum Kreis Mettmann Kirchgasse 1 | 40878 Ratingen

Redaktion:

Hedwig Bussmann, Thomas Manke

verantwortliche Redakteurin: Sabrina Rommerskirchen

Druck:

docupoint rhein-ruhr GmbH Kaiserswerther Str. 85e, 40878 Ratingen www.docupoint.de

Bildnachweise Titel:

© shutterstock_140468866

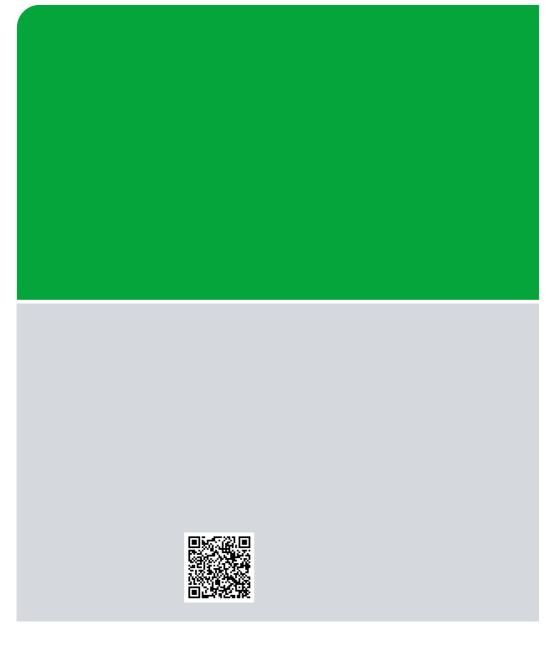
© shutterstock_148097501

© shutterstock_677477461

© shutterstock_130806131

© shutterstock_187933859

© shutterstock_342814022



Katholisches Bildungsforum Kreis Mettmann

Kirchgasse 1 | 40878 Ratingen
Telefon 02102 1538651 | Telefax 0221 96 982 722
info@bildungsforum-kreis-mettmann.de
www.bildungsforum-kreis-mettmann.de