

PROGRAMM 01/2025

Januar bis Juli

Kurse | Seminare | Begegnungen | Vorträge



KATHOLISCHES
BILDUNGSFORUM
Leverkusen

> INHALTVERZEICHNIS

VORWORT

Sie halten das neue Programmheft in den Händen. Im Programmheft sind alle Veranstaltungsbe-
reiche vorgestellt. Aktuelle und detaillierte Informationen zu den einzelnen Veranstaltungen und
Terminen finden Sie auf unserer Homepage www.bildungsforum-leverkusen.de.

In der gedruckten Version: Lassen Sie sich gern von den QR-Codes leiten.

In der Online-Version: mit einem Klick auf die Veranstaltungsnummer kommen Sie direkt zur
Veranstaltung und Anmeldung.

Wir über uns

Wichtige Informationen im Überblick	04
-------------------------------------	----

Glaube – Sinn – Werte

Glaubenskurse	09
Ausstellung: Himmel und Erde	09
Was glaubst Du denn?	12
Glaube und Spiritualität	13
Familienwochenende	13

Ehe und Partnerschaft

Ehevorbereitung	16
Weitere Paarangebote	17

Leben mit Kindern

Rund um die Geburt	20
Angebote für Väter	21
Mut tut gut!	22
Gesundheit in der Familie	23
Medien in der Familie	24
Erziehungsfragen und Eltern-Kind-Kurse	25

Gesellschaft

Nachhaltigkeit und Bewahrung der Schöpfung	28
Demokratie leben	30

Freiwilliges Engagement

Unterwegs im Ehrenamt	34
Prävention	37

> INHALTVERZEICHNIS

Qualifizierung

Qualifizierung im Bereich Kleinkinder	40
Qualifizierung für den offenen Ganzttag	41
Berufseinstieg	42
Qualifizierung Begleitung Menschen mit Pflegebedarf	43

Integrations- und Sprachkurse

Integrations- und Sprachkurse	46
Integrationsangebote	47

Persönliche Entwicklung

Kommunikation und Achtsamkeit	50
Lebenswenden	53

Kultur

Kunst	56
Literatur und Wortkunst	57
Kunstworkshops	60
Filmcafé und Citykirche	63

Medien

Smartphone & Tablet	66
Radio und Video	67

Gesundheit

Gesundheit durch Selbsthilfe	70
Gesundheit durch Bewegung	71

Haushalt

Kochen und Backen	80
Textiles Gestalten/Nähen	91
Nähen am Wochenende	93

Hinweise und Service

Service und Hinweise	96
Allgemeine Geschäftsbedingungen	102
Anmeldung	105

WIR ÜBER UNS

Das Katholische Bildungsforum Leverkusen

Kursanmeldungen

Alle Kursanmeldungen schriftlich an

Katholisches Bildungsforum
Manforter Straße 186
51373 Leverkusen

Telefon 0214 83072-0
Telefax 0214 83072-50

E-Mail info@bildungsforum-leverkusen.de
Internet www.bildungsforum-leverkusen.de

 www.facebook.com/bw.leverkusen.de
 www.instagram.com/bildungsforum_leverkusen

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-leverkusen.de

Anmeldung für das Programm ist ab 15.12.2024 möglich.

Bürozeiten

Mo-Do 9.00-12.00 Uhr
Mo, Di, Do 16.30-19.00 Uhr

Schulferien NRW 2025

Osterferien 14.4.-26.4.2025
Pfingstferien 10.6.2025
Sommerferien 14.7.-26.8.2025

Während der Schulferien ist das Büro von Montag bis Donnerstag von 9.00-12.00 Uhr besetzt. Zwischen den Jahren bleibt das Büro geschlossen.

Das Programm 2.2025 erscheint am 1.7.2025. Eine Anmeldung ist jederzeit möglich.

Bankverbindung

IBAN DE33 3705 0299 0311 5511 12
Kreissparkasse Köln

IBAN DE93 3705 0299 0311 5510 99
Kreissparkasse Köln

> WICHTIGE INFORMATIONEN IM ÜBERBLICK

Ihr Team im Katholischen Bildungsforum Leverkusen



Leiterin

Sabine Höring

Telefon 0214 83072-13
hoering@bildungsforum-leverkusen.de



Verwaltungsmitarbeiterin

Iris Lohkamp

Telefon 0214 83072-14
lohkamp@bildungsforum-leverkusen.de



Pädagogischer Mitarbeiter und Medienkontakter

Maximilian Anton

Telefon 0214 83072-23
Anton@bildungsforum-leverkusen.de



Verwaltungsmitarbeiterin

Silke Schmelter

Telefon 0214 83072-11
schmelter@bildungsforum-leverkusen.de



Pädagogische Mitarbeiterin

Martina Böhm

Telefon 0214 83072-21
boehm@bildungsforum-leverkusen.de



Verwaltungsmitarbeiterin

Jessica von Kieseritzky

Telefon 0214 83072-15
vonkieseritzky@bildungsforum-leverkusen.de



Pädagogischer Mitarbeiter (BAMF-Integrationskurse)

Stefan Andres

Telefon 02202 93639-52
(Sprechstunde freitags 10.00-11.00 Uhr)
andres@bildungswerk-gladbach.de

Empfang und Anmeldung

Besime Altin

Hauspflege

Sheriza Haziri

Hausmeister

Romuald Czuszak

Neu! Wir sind auf Instagram!



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 Erwachsenen- und 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, kritisch-dialogisch, wertorientiert 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.

> 50 JAHRE BILDUNGSWERK DER ERZDIOEZE KÖLN E.V.

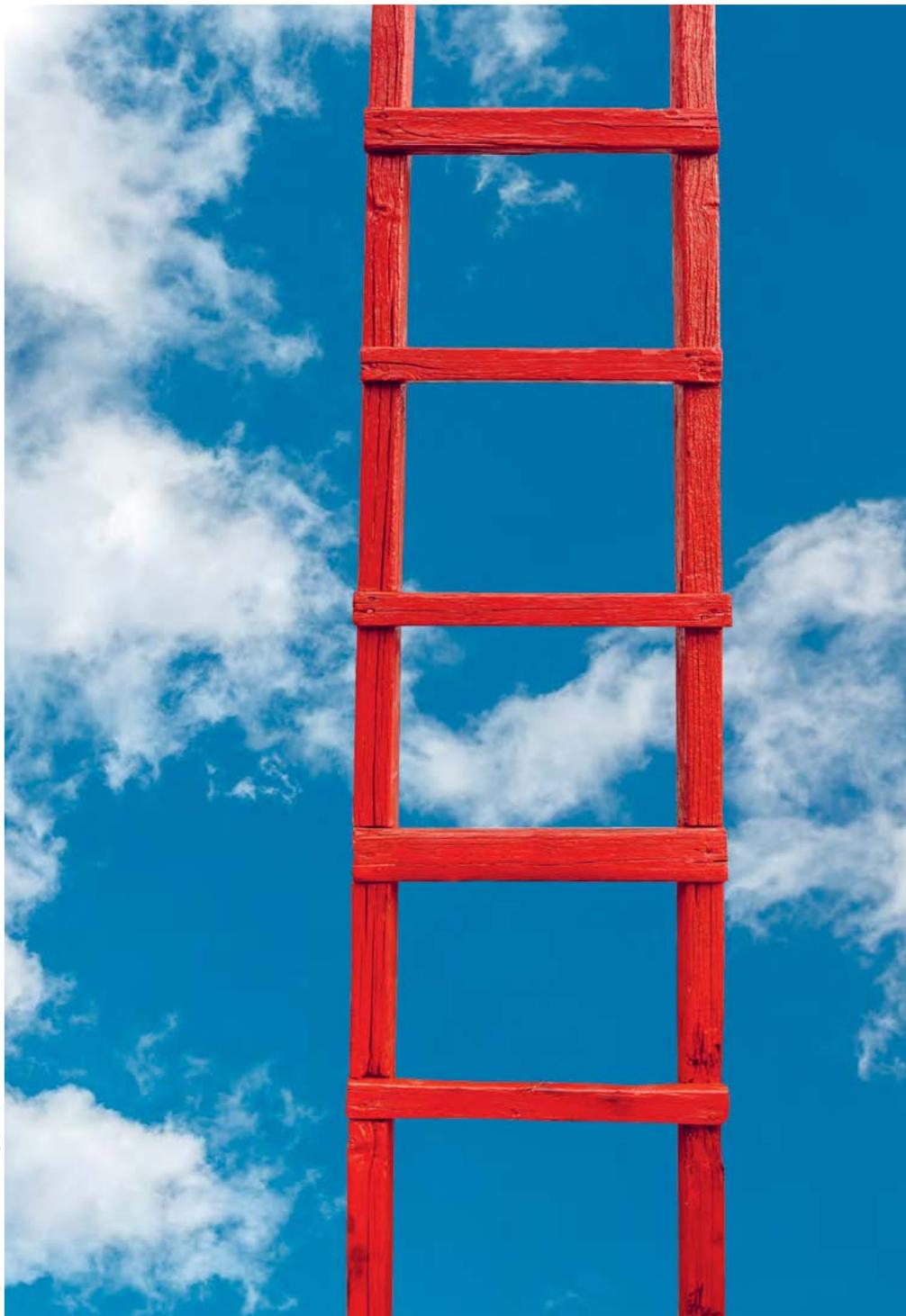
Gestalten Sie mit uns die Zukunft! Lassen Sie uns gemeinsam wachsen und lernen – für ein Leben in Fülle und eine Welt, die uns allen zugutekommt.

In unserem aktuellen Programm finden Sie vielfältige Veranstaltungen, die im Zusammenhang mit dem Jubiläum unseres Trägers stehen. Diese sind mit diesem Icon gekennzeichnet:



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**.



GLAUBE – SINN – WERTE

Katholische Erwachsenen- und Familienbildung ist herausgefordert, Themen aus dem konkreten Leben der Menschen aufzugreifen. Im Programmbereich „Glaube-Sinn-Werte“ bringen wir Fragen, die das alltägliche Leben aufwirft, mit spirituellen, theologischen und kirchlichen Perspektiven in Verbindung. Große Lebens-themen haben nicht nur Erwachsene. Gerade

Kinder verstehen es oft meisterhaft, sie aus heiterem Himmel zu stellen. Unsere Angebote behandeln verschiedene Aspekte menschlicher Sinnsuche und unterstützen Jung und Alt dabei, Orientierung zu geben.

> GLAUBENSKURSE

Glaubensgesprächskreis

Den Glauben tiefer kennen und verstehen lernen.

Den Glauben tiefer kennen und verstehen lernen, um ihn in seinem Wert zu erkennen. Um selbst in ihm wachsen zu können und neue Antworten zu finden. Um auf Fragen anderer Antworten zu können. Das ist das Ziel dieses Gesprächskreises. Wer sich mit den Aussagen des Glaubens tiefer befasst, wird erkennen, dass er nicht eine weltferne Theorie ist, sondern unser Leben zutiefst betrifft. Dass er nicht ein willkürliches Fürwahrhalten ist von Dingen, die man nicht nachprüfen kann, sondern das Gegenteil: Ein großer Sinnzusammenhang, der so manche menschlichen Denkgewohnheiten in Frage stellt.

Alle Interessierten sind jederzeit auch zu den einzelnen Treffen herzlich eingeladen und willkommen!

07.01. / 04.02. / 04.03. / 01.04. / 06.05. / 03.06.2025

19.30 – 21.00 Uhr

Leitung: Pfarrer Dr. Clemens Dreike, Angelika Teresa Oehlke

Infos und Kontakt: 02171-54049 – E-Mail: angelika.oehlke@t-online.de
gebührenfrei

Ort: Pfarrheim St. Maria Rosenkranzkönigin
Quettinger Straße 111 | 51381 Leverkusen
Veranstaltungs-Nr.: 2513730003



> AUSSTELLUNG: HIMMEL UND ERDE

Von Himmel und Erde

Eine Friedensinstallation von Christiane Rath

Überdimensionalen Wäschestücke, handgefertigt aus japanischem Asarakusui-Papier, ein Foto von einer merkwürdigen Kriegstrauung im Schützengraben in der Ukraine und verrottete Bahnschwellen aus der Eifel – was hat das alles mit Kunst zu tun und was mit Himmel, Erde und Frieden?

Christiane Rath wählt diese drei Komponenten ihrer Installation als Symbole, um das Grauen des Krieges und die Hoffnung auf ein friedliches Leben zu visualisieren, ohne dabei schockierende Bilder oder Worte zu bemühen.

Die Wäsche steht für den Himmel und damit für Frieden. Wäsche waschen ist ein globales, kulturübergreifendes Phänomen, das friedlich und positiv ist. Weiße Wäsche symbolisiert Reinheit, Unschuld und Zuversicht, den Glauben an ein Morgen.

Die Bahnschwellen aus dem Jahr 1913 sind in Ihrer maroden Anmutung und Zerstörtheit Mahnmale des Bösen, des Unglücks, das jeder Krieg immer wieder über die Menschen bringt.



Sie erinnern daran, dass mit Zügen Waffen und Soldaten transportiert und Deportationen vorgenommen wurden.

Das Foto hingegen vereint beide Aspekte und vermittelt daher als Bindeglied. Eine Trauung ohne Braut in einem Schützengraben steht für Verzweiflung und Hoffnung zugleich. Sie ist absurd, da das Paar die Hochzeit nicht gemeinsam erlebt, aber es liegt der Glauben an eine glücklichere Zukunft in dem Akt.

Ausstellungszeitraum: Fastenzeit 2025
Ausstellungsort: St. Matthias-Kirche
Teltower Straße 18 d | 51377 Leverkusen

Eröffnung der Friedensinstallation von Christiane Rath

So 09.03.2025 | 08.30 – 10.00 Uhr

Christiane Rath
gebührenfrei

Ort: St. Matthias-Kirche
Teltower Straße 18 d | 51377 Leverkusen

Veranstaltungs-Nr.: 2513560001

Lesung: Weltfrieden mit Texten von Christiane Borchardt
Kfd-Kreis St. Matthias

Frieden, für meine Generation, hier in Deutschland – Gott sei Dank! Ein Gut, das oft als selbstverständlich gilt, doch es war nicht immer so und für viele Länder ist es das bis heute nicht. Ich habe mich auf den Weg gemacht, den Frieden zu beschreiben, ihn in Worte zu fassen, um zu erkennen, dass der eigene Weltfrieden der Anfang von allem ist.

Lasst uns gemeinsam unseren Frieden mit Gedanken erfahren und immer wieder neu entdecken. Bei Dir, bei mir, in uns – denn Frieden beginnt im Kleinen und entfaltet sich in der Gemeinschaft. Lasst uns zusammen dafür sorgen, dass er nicht nur ein Wort bleibt, sondern ein lebendiger Teil unseres Alltags wird. Frieden ist nicht nur ein Ziel, sondern eine Reise, die wir gemeinsam antreten können.

Mi 26.03.2025 | 10.00 – 11.30 Uhr

Christiane Borchardt
Ort: Matthias-Treff

Teltower Straße 18 | 51377 Leverkusen
Veranstaltungs-Nr.: 2513560002

Erziehen für den Frieden schon von klein auf?

Krieg und Frieden: Aktuell erleben wir auf der Welt viele Kriege und Lösungsversuche. Frieden ist ein Prozess mit dem Ziel, dass die Gewalt abnimmt und die Gerechtigkeit zunimmt. Kommen wir ins Gespräch über Friedenserziehung.

Di 25.03.2025 | 19.30 – 21.45 Uhr

Nadja Schulidoff-Freter
Teilnahme-Gebühr 12,00 €
Ort: Online-Veranstaltung

Veranstaltungs-Nr.: 2563690025

Weitere Begleitveranstaltungen entnehmen Sie bitte den Flyern und Plakaten zur Friedensinstallation.



> WAS GLAUBST DENN DU?



Ausstellung „Was glaubst denn du?“

Lebenswelten im Gespräch

Unsere Gesellschaft ist geprägt von kultureller, weltanschaulicher und religiöser Vielfalt. Doch wie gestaltet sich das Zusammenleben von Menschen mit unterschiedlichen religiösen Hintergründen? Die Ausstellung „Was glaubst denn du?“ widmet sich genau dieser Frage. Sie lädt dazu ein, die Bedeutung von Religionen für das gesellschaftliche Miteinander zu entdecken, Vorurteile abzubauen und mit Menschen anderer Glaubensrichtungen in Kontakt zu treten.

Sechs Porträts – Sechs Perspektiven

Im Zentrum der Ausstellung stehen die Geschichten von Eva, Eli, Chem, Şüheda, Ida und Jan Philipp. Diese jungen Erwachsenen, die den Religionen Christentum, Judentum und Islam angehören, teilen ihre individuellen Lebensgeschichten, Werte und Erfahrungen. Ob Beruf, Hobbys oder persönliche Herausforderungen – die Porträts vermitteln einen nahbaren und authentischen Einblick in ihre Lebenswelt. Gleichzeitig stehen sie exemplarisch für die religiöse und kulturelle Vielfalt in Deutschland.

Multimedial und interaktiv

Die Ausstellung kombiniert analoge und digitale Elemente, um die Inhalte zugänglich und ansprechend zu gestalten: Roll-ups mit Porträts der sechs Personen dienen als erster Zugang und machen neugierig. Über QR-Codes können Videos, Fotos und Hintergrundinformationen auf der Homepage abgerufen werden. Die Portraitvideos bilden

das Herzstück der Ausstellung. Hier berichten die Protagonisten/innen in eigenen Worten von ihrer religiösen und kulturellen Prägung, ihren Herausforderungen und ihren Perspektiven auf das Leben. Ergänzt wird dies durch umfassende Hintergrundinformationen zu religiösen Bräuchen, Feiertagen und Themen wie Alltagsdiskriminierung.

Eine gemeinsame Initiative

„Was glaubst denn du?“ ist ein Projekt der muslimischen Akademie Heidelberg, des Jugendzentrums der Israelitischen Kultusgemeinde Nürnberg sowie der Erzdiözesen Freiburg und Köln. Ziel ist es, gesellschaftliche Vorurteile zu überwinden und einen Beitrag zu einem friedlichen und respektvollen Miteinander zu leisten.

Einladung zum Perspektivwechsel

Die Ausstellung stellt nicht nur die Frage „Was glaubst denn du?“ – sie fordert dazu auf, mutige Fragen zu stellen, eigene Impulse zu reflektieren und neue Perspektiven zu gewinnen. Besuchen Sie die Ausstellung und erleben Sie, wie bereichernd Vielfalt sein kann!

Mehr Informationen und weiterführende Inhalte finden Sie unter: www.wasglaubstdenndu.de

Ausstellungszeitraum:

29. April bis 1. Juli 2025

Ausstellungsort:

Katholischen Bildungsforum Leverkusen

Ausstellungseröffnung

Di 29.04.09.2025 | 18.00 – 19.30 Uhr

Martina Böhm, Maximilian Anton
Ort: Kath. Bildungsforum Leverkusen
Manforter Straße 186 | 51373 Leverkusen
Veranstaltungs-Nr.: 2513720001

> GLAUBE UND SPIRITUALITÄT

Theologie im Pub

Gespräche über Gott und die Welt

Was Sie schon immer fragen wollten, aber sich keine Gelegenheit fand. Ein offenes Gespräch über Themen des (katholischen) Glaubens. Nutzen Sie gern die Gelegenheit

Mi 26.03.2025 | 20.00 – 21.30 Uhr

Franz-Josef Ostermann, Pastoralreferent
gebührenfrei. Verzehr auf eigene Rechnung
Ort: Notenschlüssel Wiesdorf
Friedrich-Ebert-Straße 122 | 51373 Leverkusen
Veranstaltungs-Nr. 2513730005

Da, wo der Geist weht - Firmlinge im Gespräch

Eine Gruppe Firmlinge des Sendungsraums Leverkusen West besucht das Kath. Bildungsforum. Warum arbeitet das Team des Kath. Bildungsforums wie es arbeitet? Welches Bildungsverständnis haben sie? Was ist das Ziel des Programms.

Herzlich Willkommen im alternativen Kirchort.

Fr 07.03.2025 | 17.00 – 18.30 Uhr

Sabine Höring
gebührenfrei | Seminarumfang 1 x = 2 UStd.
Ort: Kath. Bildungsforum Leverkusen
Manforter Straße 186 | 51373 Leverkusen
Veranstaltungs-Nr.: 2513730004



Foto: © shutterstock, Freedom Studio

> FAMILIENWOCHELENDE

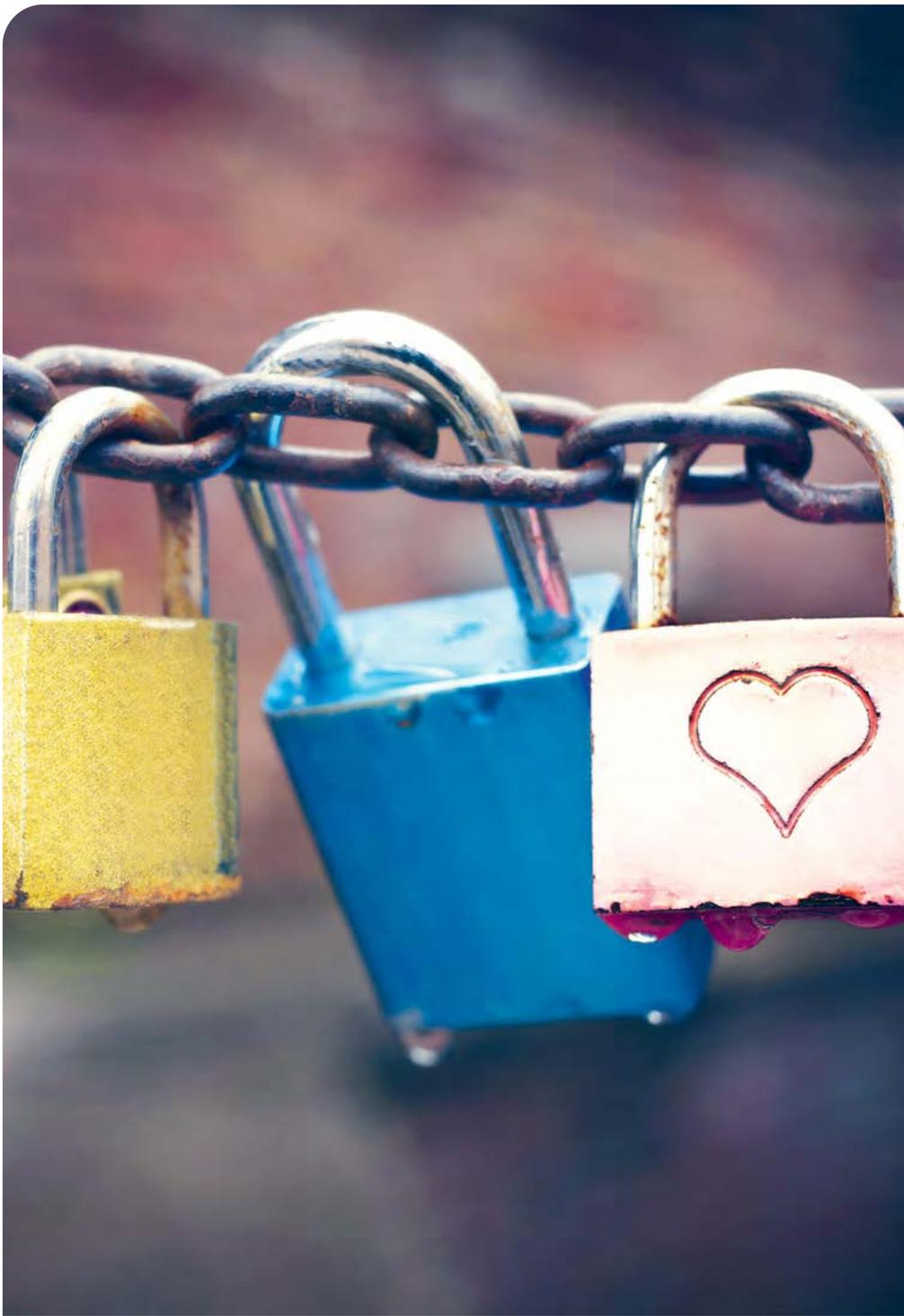
Vater-Kind-Wochenende

(Save the Date)

Viele Väter wünschen sich im Alltag mehr Zeit für die eigenen Kinder. Neben Beruf und weiteren Verpflichtungen kommt die Vater-Kind-Zeit oft zu kurz. An diesem Wochenende soll diese so wichtige gemeinsame Zeit intensiv erlebt werden. Zusammen mit anderen Vätern und Kindern (4-12 Jahre) werden spannende Aufgaben gelöst, Natur erfahren, gesungen und gespielt. Das Wochenende findet statt in der Bildungsstätte Steinbachtalsperre. Sie liegt am Rande der Voreifel, mitten im Grünen und lädt am nahegelegenen Stausee zu vielfältigen Aktionen ein. Franz-Josef Ostermann (Pastoralreferent und Vater von vier Kindern) begleitet das Wochenende.

Fr 26.09. – So 28.09.2025

Franz-Josef Ostermann, Pastoralreferent
Ort: Bildungsstätte Steinbachtalsperre
Talsperrenstraße 70 | 53881 Euskirchen-Kirchheim
Anmeldungen sind möglich ab April 2025
Veranstaltungs-Nr.: 2513730002



EHE UND PARTNERSCHAFT

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

Anregungen, wie sich Paargespräche führen lassen – und wie gemeinsames Erleben möglich wird, die Basis von gelungenen Beziehungen.

> EHEVORBEREITUNG

Ehe-Vorbereitungsseminare

Liebes Brautpaar,
Sie wollen sich trauen und das nicht unvorbereitet?!

Inmitten Ihrer Hochzeitsvorbereitungen, zwischen all dem, was Sie dabei so beschäftigt - einfach ein Tag für Sie beide, für Ihre Beziehung, für Ihre Partnerschaft, zum Innehalten, zum Durchschnaufen, für Austausch und Begegnung... dazu laden wir Sie in unseren EHE-VORBEREITUNGSSEMINAREN in Leverkusen ein.

Diese Seminare richten sich an Paare, die christlich heiraten wollen und in ihre gemeinsame Zukunft investieren möchten.

DU UND ICH:

Zwei Persönlichkeiten, ein Team!
Wir nehmen uns bewusst Zeit füreinander – weil wir es uns wert sind.
Wir laden Sie ein, sich als Paar neu in den Blick zu nehmen und Ihrer Liebe Zeit zu geben.

GEMEINSAM:

Wir nehmen unsere Partnerschaft und unseren gemeinsamen Weg in den Blick.
Wir laden Sie ein, über Ihr Gottesbild und Ihren Glauben ins Gespräch zu kommen und dafür Raum zu haben. Wir laden Sie ein, sich über die kirchliche Trauung und ihre Gestaltungsmöglichkeiten in Ruhe zu informieren.

Ob Ihre Konfessionen gleich sind, oder verschieden, ob Sie aus unterschiedlichen Kulturkreisen kommen - Sie sind uns alle herzlich willkommen.

Diese Zeit soll eine gemeinsame Auszeit vom Alltag werden, mit viel Zeit als Paar, um miteinander ins Gespräch zu kommen, aber auch mit der Möglichkeit zum Austausch mit anderen Brautpaaren.

Sollten Sie Interesse an so einem Seminar, oder noch Fragen haben, dann melden Sie sich einfach bei uns:

Martina & Adrian Forreiter, Telefon: 01511-8

94 88 73, E-Mail: adrian.forreiter@katholisch-lev.de

Die Ehe-Vorbereitungsseminare sind gebührenfrei!

Eine Veranstaltung in Kooperation mit dem Seelsorgebereich Leverkusen Südost.



Seelsorgebereich Leverkusen Südost

GLAUBEN. HEUTE. LEBEN.

Katholische Kirche Leverkusen Südost
www.lev-suedost.de

Januar-Kurs

Sa 18.01.2025 | 10.00 – 17.00 Uhr

Ort: Albertussaal
Humperdinkstraße 4 a
51375 Leverkusen

Veranstaltungs-Nr.: 2563640001

Februar-Kurs

Sa 22.02.2025 | 10.00 – 17.00 Uhr

Ort: Pfarrheim St. Joseph
Josefstraße 28 | 51377 Leverkusen

Veranstaltungs-Nr.: 2563640002

März-Kurs

Sa 15.03.2025 | 10.00 – 17.00 Uhr

Ort: Pfarrheim St. Franziskus
Karl-Jaspers-Straße 56
51377 Leverkusen

Veranstaltungs-Nr.: 2563640033

April-Kurs

Sa 05.04.2025 | 10.00 – 17.00 Uhr

Ort: Albertussaal
Humperdinkstraße 4 a
51375 Leverkusen

Veranstaltungs-Nr.: 2563640003

> WEITERE PAAR ANGEBOTE

Mai-Kurs

Sa 17.05.2025

10.00 – 17.00 Uhr

Ort: Pfarrheim
St. Johannes der Täufer
Graf-Galen-Platz 5 a | 51377 Leverkusen
Veranstaltungs-Nr.: 2563640034

September-Kurs

Sa 27.09.2025

10.00 – 17.00 Uhr

Ort: Albertussaal
Humperdinkstraße 4 a | 51375 Leverkusen
Veranstaltungs-Nr.: 2563640035

Oktober-Kurs

Sa 18.10.2025

10.00 – 17.00 Uhr

Ort: Albertussaal
Humperdinkstraße 4 a | 51375 Leverkusen
Veranstaltungs-Nr.: 2563640036

Kommunikationstraining für Paare (EPL)

Ein partnerschaftliches Lernprogramm

Das Geheimnis zufriedener Paare liegt im Gespräch. Wenn es gelingt, eigene Bedürfnisse und Wünsche mitzuteilen und die des Partners, der Partnerin besser zu verstehen, wenn Meinungsverschiedenheiten konstruktiv geklärt werden - dann kann die Liebe wachsen. Das Kommunikationstraining gibt Paaren einfache Hilfestellungen in die Hand, die sie im Gespräch miteinander anwenden können.

Das Training besteht aus sechs thematischen Einheiten:

- „Wir verstehen uns!“ - Fehler und Möglichkeiten im Paargespräch
- „Ich kann mit dir reden, auch wenn ich sauer bin!“ - Unangenehme Gefühle äußern
- „Wir kommen einen Schritt weiter!“ - Probleme lösen
- „Das wünsche ich mir in unserer Beziehung!“ - Erwartungen an die Partnerschaft

- „So stelle ich mir unsere erotische Beziehung vor!“ - Erotik und Sexualität
- „Das trägt mich und uns!“ - Über Wertvorstellungen und Glauben sprechen

Nach einer Einführung zu jeder Einheit, bespricht jedes Paar für sich seine Themen, getrennt von anderen Paaren und unterstützt von speziell ausgebildeten Trainerinnen.

Sa 11.01. & Sa 18.01.2025 | 10.00 – 18.00 Uhr

Regina Gläßer & Margarete Roenspies-Deres
(Kommunikationstrainerinnen für Paare)
Teilnahme-Gebühr pro Paar 240,00 €

Ort: Kath. Bildungsforum Leverkusen
Manforter Straße 186 | 51373
Leverkusen

Veranstaltungs-Nr.: 2563640031



Paarkochkurs

Indische Küche

Liebe geht bekanntlich durch den Magen, was also liegt näher, als mit dem Partner oder der Partnerin einen Paar-Kochkurs zu besuchen? Dabei kann man sich dann Fragen stellen wie z.B.: Was gibt unserem Leben eigentlich Würze? Was ist das Salz in der Suppe? Brauchen wir eigentlich mal ein paar neue Zutaten? Wir sagen Danke für das Gelingen des gemeinsamen Lebensweges und bereiten ein Mehrgänge-Menü zu.

Fr, 14.02.2025 | 18.15 – 22.00 Uhr

Anindya Sengupta & Enakshi Das
Teilnahme-Gebühr pro Person 35,00 €, inkl. 15,00 €

Umlage für Lebensmittel
Ort: Kath. Bildungsforum Leverkusen
Manforter Straße 186
51373 Leverkusen

Veranstaltungs-Nr.: 2563660091





Fotograf: © shutterstock, Serhiy Kobryakov

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 und die Partnerschaft nicht aus den Augen zu verlieren? Die Vorträge, Kurse und Gespräche weiten den Blick für das Wunder der Entwicklung von Kindern und haben

dabei alle Menschen im Blick, die Verantwortung für das Kind und füreinander übernehmen. 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

Elternschule - Babymassage für Mütter mit ihren Babys

Willkommen, kleiner Mensch von der 6. Woche bis ins Krabbelalter

Babys haben ein besonderes Bedürfnis nach Liebe und Zuwendung. Über die Berührung erlebt ein Baby sich und seine Welt. Babymassage stärkt Sie als Eltern den notwendigen, innigen Kontakt mit Ihrem Baby aufzubauen.

- Babymassage schafft eine wohltuende Entspannung für Baby und Eltern,
- verbessert die Körperfunktionen des Babys (z.B. besserer Schlaf, weniger Blähungen)
- Austausch mit anderen Eltern

Mo 13.01. – Mo 17.02.2025
10.00 – 12.00 Uhr

Monika Käsbach-Zilles, Kinderkrankenschwester
Teilnahme-Gebühr 25,00 €
Seminarumfang 5 x = 10 UStd.

Veranstaltungs-Nr.: 2563620008

Elternschule - Still- und Milch-Treff für Mütter mit ihren Babys bis 1 Jahr

ElternStart NRW

Offener Treffpunkt, der bei Fragen besucht werden kann, gebührenfrei



Die Vorfreude auf das Baby und die ersten Wochen mit dem Baby sind sehr spannend. Vieles ist neu. Im Still-Treff finden Sie Unterstützung und Rat zum Vorbereiten aufs oder die ersten Wochen des Stillens. Auch Themen der Säuglingspflege kommen zur Sprache. In entspannter Atmosphäre können Sie Ihre Fragen stellen. für einen gelungenen Start mit dem Baby.

Mo 13.01. – Mo 07.04.2025
10.00 – 11.30 Uhr

Angela Hanff, Kinderkrankenschwester, Still- und Laktionsberaterin IBCLC
gebührenfrei

Veranstaltungs-Nr.: 2563650001

Mo 28.04. – Mo 30.06.2025
10.00 – 11.30 Uhr

Angela Hanff, Kinderkrankenschwester, Still- und Laktionsberaterin IBCLC
gebührenfrei

Veranstaltungs-Nr.: 2563650002

Elternschule - Baby Basics: Ein Kurs für werdende Eltern

Herzlichen Glückwunsch! Sie werden Eltern! Das ist eine schöne und intensive Zeit. Dieser Kurs soll Ihnen den Start mit dem Baby erleichtern. Wickeln, Baden, Kinderpflege, Ernährung und der Umgang mit Notfällen werden angesprochen. Die erfahrene Kinderkrankenschwester, Monika Käsbach-Zilles, steht mit Rat und Tat zur Seite und zeigt Techniken und Hilfsmittel, die es leichter machen. Ein Kurs, der sich lohnt.

Fr 09.05.2025 | 17.00 – 21.00 Uhr

Monika Käsbach-Zilles, Kinderkrankenschwester
Teilnahme-Gebühr 15,00 €

Veranstaltungs-Nr.: 2563610009



Foto: © shutterstock, Flamingo Images

> ANGEBOTE FÜR VÄTER

Elternschule - Ich werde Vater

Der Rolle als Vater gerecht werden

Mit einem Baby zu leben und sich gemeinsam zu entwickeln, braucht neben dem neuen Wissen auch ausreichend Kraft und Liebe! Dieser Kurs möchte Sie für die Bedürfnisse Ihres „Neuankömmlings“ sensibilisieren. Neben der körperlichen Pflege, Bekleidung, Schlafstätte und Ernährung geht es auch um die seelischen Bedürfnisse der ersten Wochen. Dazu gehört es auch, in der neu entstandenen Familie die Balance zwischen verschiedenen Ansprüchen und eigenen Bedürfnissen zu finden.

Fr 31.01.2025 | 17.00 – 19.15 Uhr

Monika Käsbach-Zilles, Kinderkrankenschwester
Teilnahme-Gebühr 10,00 €

Veranstaltungs-Nr.: 2563610004

Elternschule - Babymassage für Papa mit Baby

Hallo Baby! In diesem Kurs laden wir Väter ein, miteinander herauszufinden, was ihnen und ihrem Baby guttut. Es ist eine wunderbare Möglichkeit, eine Bindung zum Baby aufzubauen, durch Nähe und gemeinsame Zeit.

Fr 07.02. und Fr 14.02.2025
14.30 – 16.00 Uhr

Monika Käsbach-Zilles, Kinderkrankenschwester
Teilnahme-Gebühr 10,00 €

Ort: Kath. Bildungsforum Leverkusen
Manforter Straße 186 | 51373 Leverkusen

Veranstaltungs-Nr.: 2563620009



© LIGHTFIELD STUDIOS - stock.adobe.com

> MUT IST GUT! GEWALTPRÄVENTION FÜR KINDER

Mut ist gut Gewaltprävention für Eltern mit ihren Kindern von 5-6 Jahren

Die Kinder sollen die Möglichkeit haben, sich ihrer Situation bewusst zu werden und Nein sagen zu lernen. Dies bezieht sich auf Situationen, in denen sie in Zukunft unter Druck gesetzt werden (ob nun von Erwachsenen oder Kindern) etwas zu tun, was sie nicht wollen oder sich selbst in Gefahr zu bringen, z. B.: Drogen auszuprobieren, körperliche Gewalt einzusetzen, Klassenkeile angedroht zu bekommen, erpresst zu werden die Hausaufgaben herzugeben, sich „komisch“ berühren zu lassen, die Jacke zu „verschenken“, Schutzgelder zu bezahlen, Mutproben zu bestehen oder das Pausenbrot zu „tauschen“.

Zu diesem Kurs wird parallel ein Eltern-Informationsabend angeboten. Der Elternabend ist Bestandteil des Konzepts. Die Eltern sollen über die Gefahren und Situationen, in die Kinder kommen können aufgeklärt werden. Die oben genannten Ziele für die Jungen und Mädchen sollen transparent werden.

Ein Schwerpunkt ist die Aufklärung über Gewalt unter Kindern und der sexuelle Missbrauch. Besonderen Wert wird auf die weibliche und männliche Identifikation, den Vorbildcharakter der Eltern und den Umgang mit den Leitbildern aus dem Fernsehen gelegt.

Der Elternabend findet online statt am 16.01.2025 um 19.30 Uhr - 21.45 Uhr.

Mi 15.01. – Do 23.01.2025

Kurs 1: 09.00 – 10.30 Uhr

Kurs 2: 10.30 – 12.00 Uhr

Nancy Friske

gebührenfrei | Seminarumfang 6 x = 13 UStd.

Ort: Kath. Familienzentrum Schlebusch

Münsters Gässchen 32 | 51375 Leverkusen

Veranstaltungs-Nr.: 2563620005 und 2563620006

 **Hybrid-Veranstaltung**

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

Der Elternabend findet online statt am 23.01.2025 um 19.30 Uhr - 21.45 Uhr.

Fr 24.01. – Do 13.02.2025

Kurs 1: 09.00 – 10.30 Uhr

Kurs 2: 10.30 – 12.00 Uhr

Nancy Friske

gebührenfrei | Seminarumfang 6 x = 13 UStd.

Ort: Caritas Tageseinrichtung für Kinder St. Matthias

Spandauer Straße 20 | 51377 Leverkusen

Veranstaltungs-Nr.: 2563620002 und 2563620003

 **Hybrid-Veranstaltung**

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

Der Elternabend findet online statt am 05.02.2025 um 19.30 Uhr - 21.45 Uhr.

Mi 29.01. – Mi 12.02.2025

09.00 – 10.30 Uhr

Nancy Friske

gebührenfrei | Seminarumfang 6 x = 13 UStd.

Ort: Kita St. Albertus Magnus

Schubertstraße 20 | 51375 Leverkusen

Veranstaltungs-Nr.: 2563620004

 **Hybrid-Veranstaltung**

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

Der Elternabend findet online statt am 04.02.2025 um 19.30 Uhr - 21.45 Uhr.

Mi 05.02. – Mi 19.02.2025

09.30 – 11.00 Uhr

Ines Winkler

gebührenfrei | Seminarumfang 6 x = 13 UStd.

Ort: Kath. Familienzentrum Hl. Kreuz

Memelstraße 23 | 51371 Leverkusen

Veranstaltungs-Nr.: 2563620001

> MUT IST GUT

 **Online-Veranstaltung**

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

Der Elternabend findet online statt am 06.03.2025 um 19.30 Uhr - 21.45 Uhr.

Fr 07.03. – Fr 21.03.2025

09.00 – 10.30 Uhr

Nancy Friske

gebührenfrei | Seminarumfang 6 x = 13 UStd.

Ort: Kita St. Johannes der Täufer

Otto-Müller-Straße 4 | 51377 Leverkusen

Veranstaltungs-Nr.: 2563620010

 **Online-Veranstaltung**

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

Der Elternabend findet online statt am 20.03.2025 um 19.30 Uhr - 21.45 Uhr.

Mi 26.03. – Mi 09.04.2025

09.00 – 10.30 Uhr

Nancy Friske

gebührenfrei | Seminarumfang 6 x = 13 UStd.

Ort: Kita St. Franziskus

Karl-Jaspers-Straße | 51377 Leverkusen

Veranstaltungs-Nr.: 2563620011

 **Online-Veranstaltung**

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



Foto: © shutterstock, Morrowind

> GESUNDHEIT IN DER FAMILIE

Elternschule - Erste Hilfe bei Verletzungen im Säuglings-, und Kleinkindalter

Verletzungen und Unfälle im Kindesalter sind für Eltern eine große Belastung. Kompetent Hilfe zu leisten in Notfällen, Sofortmaßnahmen bei bedrohlichen Störungen kennenzulernen, steht im Mittelpunkt des Kurses. Sie erhalten Informationen zu Sturzverletzungen, Wundversorgung, Vergiftungen, Verbrennungen und Materialeinsatz.

Di 11.03.2025 | 09.15 – 11.30 Uhr

Monika Käsbach-Zilles, Kinderkrankenschwester
Teilnahme-Gebühr 10,00 €

Veranstaltungs-Nr.: 2563610005

Di 11.03.2025 | 19.00 – 21.15 Uhr

Monika Käsbach-Zilles, Kinderkrankenschwester
Teilnahme-Gebühr 10,00 €

Veranstaltungs-Nr.: 2563610006

Elternschule - Kinderkrankheiten natürlich behandeln

Nicht immer müssen Kinderkrankheiten sofort mit Medikamenten behandelt werden. In diesem Kurs lernen Sie Pflegemaßnahmen für die Versorgung eines kranken Kindes kennen. Sie erhalten Anleitungen für Wickel, Umschläge, Tees und viele hilfreiche Anregungen, um auch die Selbstheilungskräfte eines Kindes zu nutzen.

Di 18.03.2025 | 09.15 – 11.30 Uhr

Monika Käsbach-Zilles, Kinderkrankenschwester
Teilnahme-Gebühr 10,00 €

Veranstaltungs-Nr.: 2563610007

Di 18.03.2025 | 19.00 – 21.15 Uhr

Monika Käsbach-Zilles, Kinderkrankenschwester
Teilnahme-Gebühr 10,00 €

Veranstaltungs-Nr.: 2563610008

> MEDIEN IN FAMILIE

Medien in der Familie

Ein Elternabend für Interessierte und Tagespflegepersonen – online

Medien sind Tablet, Smartphone, Facebook, Apps und Co, aber auch Bücher, Fernsehen, Hörspiele oder Musik. Die Familie ist der Ort, an dem Kinder die ersten Berührungspunkte mit Medien haben. Das beginnt damit, dass Kinder fotografiert werden und das Bild vielleicht im Familienchat landet. Und es geht weiter mit Medien, die Eltern und Geschwister nutzen. Doch auch die eigenen aktive Mediennutzung beginnt für viele Kinder immer früher. Wir besprechen daher Fragen wie: Wie stelle ich unser digitales Umfeld kindersicher ein? Ist meine Mediennutzung kindgerecht? Kann ich mein Kind durch Medienangebote fördern? Ist YouTube was für Kinder? Ab wann kann ich mein Kind ans Tablet lassen? Welche digitalen Medien gehören ins Kinderzimmer? Wo finde ich Tipps und gute Medienangebote für Kinder? Wir laden Sie ganz herzlich zu einem Elternabend ein. Dafür brauchen Sie keinen Babysitter, Sie können bequem von zu Hause aus teilnehmen.

Der Abend wird interaktiv und im Austausch mit Ihnen gestaltet sein.

Di 20.5.2025 | 19.30 – 21.45 Uhr

Jessica Stratmann-Behr, Redakteurin, Medienpädagogin

Teilnahme-Gebühr 3,50 €

Veranstaltungs-Nr.: 25636900XX

 **Hybrid-Veranstaltung**

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

Kreatives App-Café

Medientag für (Groß-)Eltern und Vorschulkinder

Entdecken Sie gemeinsam mit Ihrem Vorschulkind die faszinierende Welt der kreativen Medien! Unser App-Café lädt (Groß-)Eltern und Kinder ein, spielerisch und kreativ mit digitalen Tools wie ChatterPix und Stop Motion Filme und Bewegtbilder zu erstellen.

Nach einer kurzen Einführung in die Anwendungen erfahren die Familien, wie einfache Alltagsgegenstände oder Spielzeug durch digitale Technik lebendig werden können. Ihr Kind kann beispielsweise einen sprechenden Teddybären animieren oder fantasievolle Kurzfilme mit Bauklötzen, Figuren und Knete gestalten. Dabei entstehen einzigartige Geschichten, die Sie mit nach Hause nehmen können und die Sie im Familienalltag noch fortschreiben können. Neben der Förderung der Medienkompetenz bietet der Workshop viele Gelegenheiten für gemeinsames Lachen, kreatives Ausprobieren und kleine Erfolgserlebnisse – ein Tag, der in Erinnerung bleibt!

Fr 16.05.2025 | 15.00 – 17.30 Uhr

Elvis Katticaren, Sabine Höring, Maximilian Anton

Teilnahme-Gebühr 5,00 pro Familie

Veranstaltungs-Nr.: 2513220002

> ERZIEHUNGSFRAGEN UND ELTERN-KIND-KURSE

Fragen zum Alltag mit Kindern

Im Familienalltag tauchen immer wieder Themen auf, zu denen man eine Haltung entwickeln muss, die gut unterstützt werden sollen oder die zu klären sind. Zu verschiedenen Fragen bieten wir Elternabende oder -nachmittage an.

Termine und Details entnehmen Sie bitte der Homepage

www.bildungsforum-leverkusen.de

oder folgen Sie dem QR-Code.



Eltern-Kind-Kurse

Neben der Erziehung ist auch das gemeinsame Lernen, Erleben oder Tun für Eltern und Kinder eine große Chance und bietet Möglichkeiten, die Beziehung zu vertiefen, die kindliche Entwicklung zu fördern und gemeinsam Neues zu entdecken.

Auch hier finden Sie verschiedene Angebote auf unserer Homepage

www.bildungsforum-leverkusen.de

oder über den QR-Code





GESELLSCHAFT

Politik und Gesellschaft haben großen Einfluss auf uns. Wege, Politik und Gesellschaft zu gestalten, die Suche nach einem erfüllten Leben für alle, solidarisch mit der Welt sein und die Schöpfung bewahren – das sind alles Themen, zu denen wir Perspektiven aufzeigen wollen. Wir möchten die politischen und sozialen Zusammenhänge besser verstehbar machen und Anhaltspunkte geben, um selbst zu fundierten

sozialethischen Einschätzungen zu gelangen. Auch möchten wir die Fähigkeit stärken, die Gesellschaft aktiv mitzugestalten. In diesem Sinne qualifizieren wir auch Ehrenamtliche und Freiwillige für ihr Engagement.

> NACHHALTIGKEIT – BEWAHRUNG DER SCHÖPFUNG

#climatchallenge - Nehmt Ihr die Herausforderung an?

Die Challenge - Nehmt Ihr die Herausforderung an?

Wollt Ihr Menschen dazu inspirieren, sich für nachhaltige Veränderungen in ihrem Umfeld zu engagieren? Oder wollt Ihr selbst in Eurem Umfeld oder Eurer Institution Klimaschutz ganzheitlich betrachten und für alle zum Standard machen?

Das innovative Bildungsformat der #climatchallenge stärkt sowohl individuelle Verhaltensänderungen (? Fußabdruck verkleinern) als auch politisch und gesellschaftlich wirksames Handeln (? Handabdruck vergrößern) für mehr Klimaschutz.

Wie läuft eine #climatechallenge ab?

Die #climatechallenge wird von Multiplikator/innen an Schulen, Hochschulen, außerschulischen Lernorten und in Kommunen als fünfteiliges Workshop-Konzept durchgeführt.

Impuls-Workshop: Die Teilnehmer/innen lernen die Grundlagen der Klimakrise und den CO₂-Fußabdruck kennen.

30-tägige Footprint-Challenge Die Teilnehmer/innen verringern ihren CO₂-Fußabdruck in einem Selbstexperiment.

Reflexions-Workshop: Die Teilnehmer/innen reflektieren ihre Challenge und lernen den Handabdruck kennen.

Handprint-Challenge: Die Teilnehmer/innen setzen sich mit eigenen Projekten aktiv für klimagerechte Strukturen ein.

Abschluss-Workshop: Die Teilnehmer/innen tauschen Erfahrungen aus und suchen nach Möglichkeiten für ihr Engagement nach der #climatechallenge.

**Mo 10.3., 24.3. und 19.5.2025
18.00 – 21.00 Uhr**

Ann-Kathrin Bernauer
gebührenfrei | Seminarumfang 3 x = 12 UStd.
Veranstaltungs-Nr.: 2513570001

BUGS Kleine Krabbeltiere ganz groß!

Fortbildung Kindertagespflege

Wie geht man im Alltag der Kindertagespflege mit kleinen Krabbeltieren um? Wie begeistert man schon die ganz Kleinen für das unauffällige Leben der Tiere? Neben den ausgestellten Bildern werden echte Tiere vorgestellt, ihr Lebensraum erforscht und Ansätze gegeben, in Kindern den Drang als Naturforscher/innen zu stärken.

Do 06.02.2025 | 18.00 – 21.00 Uhr

Frank Gennes, Naturpädagoge
Teilnahme-Gebühr 12,00 €
Seminarumfang 1 x = 4 UStd.
Ort: Kath. Bildungsforum Leverkusen
Manforter Straße 186 | 51373 Leverkusen
Veranstaltungs-Nr.: 2563250024



> NACHHALTIGKEIT – BEWAHRUNG DER SCHÖPFUNG

Kräuter am Wegesrand erkennen

für Eltern mit ihren Kindern ab 4 Jahren

Im Kräutergarten entdecken wir die Vielfalt der Küchen- und Heilkräuter. Viele lassen sich am Geruch oder dem Aussehen gut erkennen. Ein Spaziergang für die ganze Familie.

Treffpunkt: Naturgut Ophoven Parkplatz

Sa 10.05.2025 | 10.00 – 12.15 Uhr

Renate Stracke, Studienrätin
gebührenfrei
Ort: Caritas Tageseinrichtung f. Kinder Maximilian Kolbe
Pommernstraße 125 | 51379 Leverkusen
Veranstaltungs-Nr.: 2563620007

Stadtgarten - Lebensmittel selbst züchten

Informationsveranstaltung

Nachhaltig leben kann man vielfältig. Ein Bereich ist regionale und saisonale Küche. Im Garten des Kath. Bildungsforums sollen deshalb Hochbeete angelegt werden. Kräuter und Gemüse sollen hier wachsen und erlebbar machen, das schon wenig Platz ausreicht zum Gärtnern. Die Gruppe Schöpfungsverantwortung des Seelsorgebereichs unterstützt das Projekt mit Wissen und Beratung. Gesucht werden Menschen, die mitmachen, Menschen, die zum Gießen und Pflegen kommen - und natürlich zum Ernten.

Die Erträge der Kräuter sollen auch den Kochkursen zu Verfügung stehen, um auch hier das Thema saisonal und regional aufzugreifen. in Kooperation mit der Gruppe Schöpfungsverantwortung des Seelsorgebereichs Leverkusen-Südost

Di 18.02.2025 | 16.00 – 17.30 Uhr

Sabine Höring
gebührenfrei | Seminarumfang 1 x = 2 UStd.
Ort: Kath. Bildungsforum
Leverkusen
Manforter Straße 186
51373 Leverkusen
Veranstaltungs-Nr.: 2563660105



> DEMOKRATIE LEBEN

Kleine Bürger, große Zukunft

Demokratie erleben und verstehen für Eltern mit ihren Kindern ab 3 Jahren

In einem Workshop werden Möglichkeiten aufgezeigt, wie man Kindern Demokratie erklären kann und wie kleine Bürger herangeführt werden, eigene Wünsche einzubringen und zu verteidigen. Ziel ist, das eigene Leben zu gestalten und Handwerkszeug schon im Kindesalter zu üben. Teilhabe an Gesellschaft, Mitgestaltung, Toleranz und Frieden werden vorbereitet. Der Kurs besteht aus einem Elternabend mit Informationen zum Programm und Hintergründen und zwei Kursterminen für die Kinder.

Di 28.01. – Fr 31.01.2025

09.30 – 11.00 Uhr

Kamer Bilgin, Politologin/Philosophin
gebührenfrei | Seminarumfang 3 x = 6 UStd.
Ort: Kita Heilige Drei König
Platanenweg 1 | 51381 Leverkusen

Veranstaltungs-Nr.: 2563550001

Di 11.02. – Fr 14.02.2025

09.30 – 11.00 Uhr

Kamer Bilgin, Politologin/Philosophin
gebührenfrei | Seminarumfang 3 x = 6 UStd.
Ort: Caritas Tageseinrichtung für Kinder St.
Matthias

Spandauer Straße 20 | 51377 Leverkusen

Veranstaltungs-Nr.: 2563550003

Di 25.03. – Fr 28.03.2025

09.30 – 11.00 Uhr

Kamer Bilgin, Politologin/Philosophin
gebührenfrei | Seminarumfang 3 x = 6 UStd.
Ort: Kath. Familienzentrum Opladen
Fürstenbergstraße 10 | 51379 Leverkusen

Veranstaltungs-Nr.: 2563550002

Medienwirklichkeit – Fake oder nicht?

Wissen, was „wahr“ ist!

Jeden Tag prasseln die Nachrichten der Welt nur so auf uns ein. Im ganz normalen Alltag kann es zu einer echten Herausforderung werden, den Überblick zu behalten und vor allem zu erkennen: stimmt das, was ich da sehe? Was ist Fake, was ist wahr? Die Medien sollen die Wirklichkeit abbilden und gleichzeitig erschaffen sie ein Bild von der Welt, das nicht immer mit der Realität übereinstimmt. Wir wollen einen Ausflug in die Medienlandschaft machen, um zu verstehen, warum und auf welche Weise über ein Thema berichtet wird. Dabei wollen wir besonders die digitalen und sozialen Medien unter die Lupe nehmen, damit Du gut informiert durch deinen Alltag gehst.

In Kooperation mit Medienwerkstatt Katholisches Bildungswerk Köln. Anmeldung: medienwerkstatt@bildungswerk-koeln.de

Sa 17.05.2025, 10:00 bis 15:00 Uhr

Katharina Kentsch, Journalistin

Teilnahme-Gebühr: 10,00 €

Ort: Medienwerkstatt Katholisches Bildungswerk Köln, Tunisstrasse 4, 50667 Köln

Veranstaltungs-Nr.: 2511220004



Foto: ©shutterstock, Bilanol

> DEMOKRATIE LEBEN



©shutterstock, melitas

Souverän reagieren auf Stammtisch-Parolen und Polemik

Im privaten Umfeld oder in Ihrem Berufsalltag begegnen Sie gelegentlich Stammtisch-Parolen oder polarisierender Polemik. Diese Situationen können unangenehm sein und Gefühle von Sprachlosigkeit, Hilflosigkeit oder Ärger auslösen. Um nicht nur reaktiv, sondern aktiv und konstruktiv in solchen Momenten zu handeln, laden wir Sie zu unserem praxisorientierten Seminar ein.

Sie lernen konstruktiv und sachlich zu argumentieren, so dass Sie effektiv auf provokante Aussagen reagieren können, Ihre persönlichen Grenzen wahren und das Gespräch sinnvoll lenken können, oder, wenn nötig beenden. Das Seminar bietet praktische Übungen zur Gesprächsführung, damit Sie auch unter Druck souverän bleiben können. Es richtet sich an alle, die in solchen herausfordernden Momenten sicherer auftreten möchten.

Di 20.05.2025 | 18.00 – 20.15 Uhr

Ellen Anders, Kommunikationswirtin und Trainerin

Teilnahme-Gebühr 5,00 €

Ort: Kath. Bildungsforum Leverkusen
Manforter Straße 186 | 51373 Leverkusen

Veranstaltungs-Nr.: 2513550001

Erziehen für den Frieden - schon von klein auf?

Elternabend mit Diskussion

Krieg und Frieden. Aktuell erleben wir auf der Welt viele Krisen und Lösungsversuche. Frieden ist ein Prozess mit dem Ziel, daß die Gewalt abnimmt und die Gerechtigkeit zunimmt.

Was können wir als Familie aktiv für den Frieden tun?

Wie können wir unsere Kinder darin stärken, friedvolle soziale und interkulturelle Kompetenzen zu entwickeln.

Werte und Rituale unterstützen die Kinder im Sehen, Fühlen und Verstehen.

Spiele und Aktionen verstärken positiv den Umgang miteinander.

Kommen wir ins Gespräch über Friedenserziehung.

Do 22.05.2025 | 18.00 – 21.00 Uhr

Nadja Schulidoff-Freter, ADHS-Coachin, Systemische Beraterin
gebührenfrei | Digital

Veranstaltungs-Nr.: 2563250023

 **Online-Veranstaltung**

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



Fotograf: © shutterstock, dotshock

FREIWILLIGES ENGAGEMENT

Mit freiwilligem Engagement gestalten viele Menschen Kirche und Gesellschaft aktiv mit. Ohne dieses Engagement könnten das kirchliche Leben und unsere demokratische Gesellschaft nicht bestehen. Mit unseren Bildungsangeboten

geben wir das notwendige Rüstzeug dafür und unterstützen dabei, die eigene Persönlichkeit weiterzuentwickeln.

> UNTERWEGS IM EHRENAMT

Stricken für Kinder in Not

Einmal im Monat treffen sich die ehrenamtlichen Strickerinnen im Katholischen Bildungsforum Leverkusen, um für Kinder in Not Kuscheltiere zu stricken. Sie sollen Trost spenden und in schwierigen Situationen helfen. Verteilt werden die Kuscheltiere z.B. bei Rettungseinsätzen der Feuerwehr Leverkusen. Das Team freut sich über weitere ehrenamtliche Helfer.

Fr 10.01. – Fr 19.12.2025
10.30 – 12.30 Uhr

Angela Menrath,
gebührenfrei

Veranstaltungs-Nr.: 2563660066



Foto: © shutterstock, Kostikova Natalia



Foto: © shutterstock, Aniya

Ehrenamt im Verein: Arbeiten im Team und Umgang mit Konflikten

Sie haben sich in Ihrem Verein zusammengeslossen, um anderen Geflüchteten zu helfen. Selbstheilung, Neuorientierung und praktische Unterstützung sind dabei die wesentlichen Grundpfeiler. Sie alle sind hoch engagiert in die Vereinsarbeit gegangen.

Mit steigender Anzahl der Vereinsmitglieder und länger andauernder Vereinstätigkeit wird es auch wichtig, die gemeinsame Teamarbeit und den Umgang mit möglichen Konflikten zu besprechen. In diesem Workshop gehen wir folgenden Fragen nach:

Wie sind die Rollen und Aufgaben/Zuständigkeiten im Verein verteilt?

Was genau brauchen die einzelnen (Vorstands-) Mitglieder, um effektiv und konstruktiv Projekte zu planen?

Konstruktiver Umgang mit Konflikten bzw. unterschiedlichen Sichtweisen.

Wie soll sich der Verein weiterentwickeln und was brauchen sie hierfür?

Der Workshop soll Sie dabei unterstützen, langfristig konstruktiv zusammenzuarbeiten und auftretende Herausforderungen zu bewältigen.

Di 21.01.2025 | 10.00 – 13.15 Uhr

Ellen Anders, Kommunikationswirtin und Trainerin

Teilnahme-Gebühr 8,00 €

Veranstaltungs-Nr.: 2513790002

> UNTERWEGS IM EHRENAMT

Zukunft gestalten - Vermögen verwalten! HGB-Bilanzierung in der Kirchengemeinde

Die Jahresabschlüsse für das Geschäftsjahr 2024 aller Kirchengemeinden (einschl. Friedhöfe), Kirchengemeindeverbände und Gesamtverbände werden -wie bereits bekannt- nach HGB bilanziert. Daher geht das Projekt „Steuern Jahresabschluss Bilanzierung HGB“ (StJaBi) in die nächste Phase: Wir laden Sie herzlich zur Veranstaltung „Zukunft gestalten - Vermögen verwalten“ ein. In dieser Veranstaltung werden wir uns mit den Chancen und Herausforderungen der HGB-Bilanzierung im kirchlichen Kontext auseinandersetzen. Anhand eines Musterabschlusses werden wir die Veränderungen durch die HGB-Bilanzierung erläutern. Gleichzeitig möchten wir auf Ihre Mitwirkungsmöglichkeiten bei der Erstellung des Jahresabschlusses eingehen. Nutzen Sie diese Gelegenheit, um sich über die aktuellen Entwicklungen im Bereich der kirchlichen Vermögensverwaltung zu informieren und sich mit anderen Interessierten, insbesondere mit anderen Kirchenvorstandsmitgliedern, und dem HGB-Projektteam auszutauschen.

Mi 12.02.2025 | 19.00 – 20.30 Uhr

Josef Lich, Tobias Winkeler
gebührenfrei

Veranstaltungs-Nr.: 2513790001



Foto: © shutterstock, Pasuwan

Entspannung will gelernt sein

Für pflegende Angehörige

In besonders stressigen Phasen zur Ruhe kommen. Wie kann das gelingen? Was ist hilfreich? Lernen Sie unterschiedliche Entspannungstechniken kennen, die Sie später in den Alltag integrieren können und erleben Sie ein buntes Angebot zur Entschleunigung. Lassen Sie eine Zeitlang die Seele baumeln und gönnen Sie sich diese kleine Auszeit nur für sich. Ein Kurs für pflegende Angehörige.

Kommen Sie bitte in bequemer Kleidung und bringen Sie ein Paar Wohlfühlsocken und gerne auch ein kleines Kissen mit.

Mo 17.03.2025 | 16.30 – 19.30 Uhr

Michaela Brinsa

Teilnahme-Gebühr Information und Anmeldung:
Claudia Faßbender, Offene Altenhilfe Caritasverband Leverkusen e.V., 0214 855 42 444
Ort: Café Aktiv

Oulustraße 3 | 51375 Leverkusen

Veranstaltungs-Nr.: 2513750001

> UNTERWEGS IM EHRENAMT



Foto: © shutterstock, GoodStudio

Gemeindeteams - gib deiner Gemeinde ein Gesicht

An diesem Abend soll das Statut für Gemeindeteams vorgestellt werden. Anschließend wird es konkret und praktisch. Welche Aufgaben können die Ehrenamtlichen in Gemeinde übernehmen und welche Kompetenzen müssen sie mitbringen? Was wird ihnen an Unterstützung und Handlungsrahmen zugesagt? Was sind die ersten Schritte zum Gemeindeteam?

Di 06.05.2025 | 19.00 – 20.30 Uhr

Ida Haurand
gebührenfrei
Ort: Digital

Veranstaltungs-Nr.: 2513790003



**Online-
Veranstaltung**

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

> PRÄVENTION

präventi  n
und intervention
im erzbistum köln

Was ist Prävention?

Im Erzbistum Köln gibt es vielfältige Tätigkeitsfelder, in denen unsere Mitarbeiter/innen und ehrenamtlich Tätigen Kontakt zu Kindern und Jugendlichen haben. (Sexualisierte) Gewalt gegen Kinder und Jugendliche ist ein Thema, das uns in der Arbeit mit Heranwachsenden immer wieder gegeben kann. Es ist auch ein höchst aktuelles Thema, wie die Ereignisse der letzten Zeit beweisen.

Aus diesem Grund wurde am 1. April 2012 die „Ordnung zur Prävention sexuellem Missbrauch an Minderjährigen“ in Kraft gesetzt. Diese sieht verbindliche Fortbildungen im Kinder- und Jugendschutz vor. Hierdurch soll bei den Mitarbeiterinnen sowie den ehrenamtlich Tätigen die Handlungssicherheit im Umgang mit den ihnen anvertrauten Heranwachsenden gestärkt und die Sensibilität gefördert werden, eine mögliche Kindeswohlgefährdung zu erkennen bzw. vorbeugend Strukturen und Räume so zu gestalten, dass kein Gefahrenpotenzial entsteht.

Die Veranstaltungen finden statt im Kath. Bildungsforum Leverkusen
Manforter Straße 186 | 51373 Leverkusen
sofern nichts anderes angegeben ist.

Hinsehen und schützen!

Präventionsschulung Basis plus (ehemals Typ B)
Sa 05.04.2025 | 09.30 – 16.30 Uhr
N.N.
Teilnahme-Gebühr 40,00 €
Veranstaltungs-Nr.: 2513250012

Hinsehen und schützen!

Präventionsschulung Typ Basis (ehemals Typ A)
Fr 23.05.2025 | 15.00 – 18.15 Uhr
N.N.
Teilnahme-Gebühr 20,00 €
Veranstaltungs-Nr.: 2513250013

Hinsehen und schützen!

Präventionsschulung Vertiefung
Die Vertiefungsschulung behandelt einen Schwerpunkt und ist angezeigt, fünf Jahre nach der Basis-Schulung (plus).

Die Vertiefung behandelt das Thema Krisenintervention und Konfliktmanagement
Fr 28.03.2025 | 15.00 – 19.00 Uhr
Martha Schall
Teilnahme-Gebühr 20,00 €
Veranstaltungs-Nr.: 2513250015

Die Vertiefung behandelt das Thema Resilienz.
Fr 27.06.2025 | 15.00 – 19.00 Uhr
N.N.
Teilnahme-Gebühr 20,00 €
Veranstaltungs-Nr.: 2513250014



QUALIFIZIERUNG

Die Kernaufgabe der allgemeinen Weiterbildung besteht darin, Menschen dabei zu unterstützen, sich beruflich, fachlich und persönlich zu entwickeln. Unsere Qualifizierungsangebote richten sich an Neu- und Quereinsteiger/-innen, die sich (um-)orientieren möchten, an Profis, die ihre Fähigkeiten professionell weiterentwickeln wollen, sowie an Interessierte mit dem Wunsch, den fachlichen Horizont zu erweitern. Die

Qualifizierungen sind so angelegt, dass sie auch neben Beruf oder Familie durchgeführt werden können, und geben den Teilnehmenden Zeit, sich mit den Themen vertraut zu machen. Am Ende des Kurses gibt es ein Zertifikat.

> QUALIFIZIERUNGEN IM BEREICH KLEINKINDER

Alle Qualifizierungsangebote finden statt im Kath. Bildungsforum Leverkusen | Manforter Straße 186 | 51373 Leverkusen. Eine Anmeldung ist erforderlich

Babysitter-Kurs für Jugendliche ab 14 Jahren

Babysitten macht Spaß und bessert das Taschengeld auf. Doch es ist auch ein Job mit Verantwortung. In diesem Kurs erfahrt Ihr alles, was Ihr für eine qualifizierte Betreuung von kleinen Kindern benötigt. Themen des Seminars: Kindliche Entwicklung, Säuglingspflege, Ernährung und Gesundheit des Kindes, Spiel und Beschäftigungsmöglichkeiten mit Kindern, Rechte und Pflichten des Babysitters, Organisatorisches, Kindernotfälle - Erste Hilfe. Die pädagogischen Inhalte werden auf der Grundlage der Pädagogik von Emmi Pikler und Maria Montessori vermittelt.

Mo 28.04. – Mo 26.05.2024 | 17.00 – 20.00 Uhr

Monika Käsbach-Zilles, Kinderkrankenschwester
Iris Anand, Erzieherin
Teilnahme-Gebühr 40,00 €
Seminarumfang 5 x = 20 UStd.

Veranstaltungs-Nr.: 25636900XX



Qualifizierung in der Kindertagespflege

Berufliche Fortbildung zur Kindertagespflegeperson entsprechend der Qualifizierungs- und Prüfungsordnung des Bundesverbandes Kindertagespflege e.V.

**Kinder brauchen gute Betreuung!
Kinder brauchen gute Tagesmütter und -väter!**

Kinder aus anderen Familien im eigenen Haushalt zu versorgen und zu erziehen, ist eine anspruchsvolle Aufgabe. Das Kinder- und Jugendhilfegesetz (KJHG-SGB VIII) stellt die Kindertagespflege gleichberechtigt neben die Erziehungsarbeit in Kindertagesstätten.

Wir bieten die Grundqualifizierung QHB 300, die Aufbauqualifizierung 160+, die Qualifizierung für pädagogische Fachkräfte QHB 80 und Fortbildungen an.

Details und Termine entnehmen Sie bitte der Homepage www.bildungsforum-Leverkusen.de oder scannen Sie den QR-Code.



Informationsveranstaltung Qualifizierung zur Kindertagespflegeperson

Sie interessieren sich für die Tätigkeit als Kindertagespflegeperson? Hier erhalten Sie Informationen zur Qualifizierung und sonstigen Voraussetzungen für diese schöne und wichtige Tätigkeit.

**Di 14.01.2025
10.00 – 11.30 Uhr**

Sabine Höring
gebührenfrei
Seminarumfang 1 x = 2 UStd.
Ort: Familienzentrum Christus König,
kath. Kindertagesstätte
Fröbelstraße 3 | 51373 Leverkusen
Veranstaltungs-Nr.: 2563690005



> QUALIFIZIERUNG FÜR DEN OFFENEN GANZTAG

Alle Qualifizierungsangebote finden statt im Kath. Bildungsforum Leverkusen | Manforter Straße 186 | 51373 Leverkusen. Eine Anmeldung ist erforderlich

SchulTag - Wir qualifizieren für den Offenen Ganzttag

Die Arbeit in den Offenen Ganzttagsschulen (OGS) ist bereichernd, erfüllend - und ganz schön anspruchsvoll. Um Grundschulkindern sinnvoll und kindgerecht zu betreuen, ist nicht nur persönliches Engagement und die Freude an der Arbeit mit Kindern entscheidend. Qualifizierte Bildung und Betreuung erfordern auch fundierte pädagogische Kenntnisse sowie soziale und kommunikative Fertigkeiten. Das Kursangebot von SchulTag richtet sich an alle, die Interesse haben, im Offenen Ganzttag zu arbeiten. Und es richtet sich an bereits im Offenen Ganzttag Beschäftigte, die sich weiter qualifizieren wollen.

SchulTag Plus bietet Fortbildungen zu aktuellen Einzelthemen, wie beispielsweise der Umgang mit Überlastung, herausfordernde Gesprächssituationen mit Kolleg/innen und Eltern oder der Austausch mit anderen OGS zu ihrer Arbeit. Termine und Details finden Sie auf unserer Homepage www.bildungsforum-leverkusen.de oder mit QR-Code



SchulTag Grundkurs

Im Grundkurs werden die nötigen pädagogischen Grundlagen vermittelt, um Grundschulkindern in der OGS betreuen zu können.

**Do 23.01. – Mi 09.07.2025
Veranstaltungs-Nr.: 2513250003**



Fotograf: © shutterstock, Monkey Business Images

> QUALIFIZIERUNGEN FÜR DEN BERUFSEINSTIEG

Mit Schwung in den Beruf in Deutschland

Grundkurs für Frauen mit Migrationshintergrund

Der Kurs bereitet Sie auf einen erfolgreichen Start in die Arbeitswelt in Deutschland vor und bietet Ihnen eine sichere Lernumgebung nur für Frauen. Hier können Sie sich mit anderen Frauen austauschen, die ähnliche Herausforderungen wie Sie gemeistert haben.

Kursinhalt:

1. Eigene Stärken entdecken:

Finden Sie heraus, was Sie schon gut können. Überlegen Sie, was Sie in Ihrem Berufsleben erreichen möchten. Setzen Sie sich klare Ziele.

2. Selbstorganisation & Zeitmanagement:

Lernen Sie, Ihre Zeit effektiv zu nutzen und Ihre Aufgaben in Beruf und Familie gut zu organisieren.

3. Ihre Rechte als Arbeitnehmerin & Berufsberatung:

Lernen Sie Ihre Rechte und Pflichten als Arbeitnehmerin kennen. Sie erhalten eine individuelle Beratung für Ihre berufliche Zukunft.

4. Kommunikation:

Kommen Sie mit Kollegen/innen, Kunden und Vorgesetzten ins Gespräch. Lernen Sie, überzeugend zu sein.

5. Selbstbewusstes Auftreten:

Gewinnen Sie Selbstvertrauen. Seien Sie souverän in beruflichen Situationen.

6. Bewerbungstraining:

Wir helfen Ihnen mit einem persönlichen Bewerbungstraining. So können Sie sich optimal auf den Berufseinstieg vorbereiten.

Zertifikat:

Nach dem Kurs bekommen Sie ein aussagekräftiges Zertifikat bei mindestens 90% Anwesenheit.



Zu diesem Kurs bieten wir nach einer Anmeldung parallel Kinderbetreuung an.

Voraussetzung:

Deutsch mindestens auf dem Niveau B1 Ellen

Referentinnen:

Anders (Kommunikationstrainerin und Beraterin)
Monika Thöne (Dipl. Pädagogin)
Sabine Stachowiak (systemische Anti-Gewalt-, Konflikt- und Deeskalationstrainerin)

Termine:

Mittwochs, 30.04. – 09.07.2025
(10 Termine)

14:00 – 17:00 Uhr (außer 25.6.2025)

Teilnahmegebühr in diesem Jahr:

400,00 Euro

Gebührenfrei (durch Landesförderung)

Material- und Kaffeepauschale: 60,00 Euro

Ort: Kath. Bildungsforum Leverkusen

Manforter Straße 186 | 51373 Leverkusen

Veranstaltungs-
Nr.: 2563250002



Illustration: nadia_snopek, stock.adobe.com

> QUALIFIZIERUNGEN FÜR DEN BERUFSEINSTIEG

Der (Wieder-)Einstieg in den Beruf für Frauen

Informationsveranstaltung zum Bewerbungstraining

Sie möchten (wieder) in den Beruf einsteigen? Sie suchen nach neuen Herausforderungen oder einem Zusatzverdienst? In dieser ersten Veranstaltung beleuchtet die Dozentin, Frau Ellen Anders, was für eine erfolgreiche Bewerbung notwendig ist. Das weitere Vorgehen wird da abgesprochen.

Mo 27.01.2025

10.00 – 11.30 Uhr

Ellen Anders, Kommunikationswirtin und Trainerin

gebührenfrei

Ort: Familienzentrum Christus König;kath. Kindertagesstätte Fröbelstraße 3 | 51373 Leverkusen

Veranstaltungs-Nr.:
2563690004



> BEGLEITUNG MENSCHEN MIT PFLEGEBEDARF

Menschen mit Pflegebedarf und eingeschränkter Alltagskompetenz qualifiziert begleiten

Basisqualifizierung mit dem inhaltlichen Schwerpunkt der Begleitung und Betreuung von Menschen mit Pflegebedarf und Menschen mit eingeschränkter Alltagskompetenz (nach § 45a SGB XI; entsprechend §8 AnFöVO)

Verschiedene Erkrankungen im Alter schränken die Alltagskompetenz von Menschen ein. Mit dem Kurs wollen wir einerseits Angehörige ansprechen, andererseits aber auch Menschen, die sich für das Themenfeld Pflege von Menschen mit eingeschränkter Alltagskompetenz beruflich interessieren. Am Ende des Kurses erhalten die Teilnehmenden ein Zertifikat nach § 45 SGB XI für zusätzliche Betreuungs- und Entlastungsleistungen.

Kurs im Frühjahr 2025

Do 06.03.2025 – Do 17.04.2024

Anmeldung: Ev. Familien- und Erwachsenenbildungswerk des Kirchenkreises Leverkusen

Kurs im Herbst 2025

28.10. - 09.12.2025 (10 Termine)

Teilnahme-Gebühr 310 € (Kostenerstattung über die Krankenkasse möglich)

Ort: Kath. Bildungsforum Leverkusen
Manforter Straße 186 | 51373

Leverkusen

Veranstaltungs-Nr.:
2513250004



Informationsveranstaltung Herbst-Kurs

Mi, 03.09.2025 | 17.00 – 18.30 Uhr

Ort: Kath. Bildungsforum Leverkusen

Veranstaltungs-Nr.: **2513250011**

in Kooperation mit

eeb Evangelisches Erwachsenenbildungswerk
Nordrhein e.V.





INTEGRATIONS- UND SPRACHKURSE

Unser Angebot an Sprachkursen richtet sich an alle Menschen, die die deutsche Sprache lernen möchten, unabhängig von Herkunft, Religion oder Bleibeperspektive. Wir bieten zwei Arten von Kursen an: zum einen niederschwellige Kurse, die sich ohne besondere Teilnahmebedingungen an alle geflüchteten und zugewanderten Menschen richten. Zum anderen Integrationskurse nach den Vorgaben des Bundesamtes für Migration und Flüchtlinge (BAMF), die sich an bestimmte, vom Bund definierte Zielgruppen richten. BAMF-Kurse umfassen mindestens

600 Unterrichtsstunden. Sie vermitteln die sprachlichen Fertigkeiten, um sich im deutschen Alltag zurechtzufinden, etwa im Umgang mit Behörden, bei der Wohnungs- und Arbeitssuche. Der anschließende Orientierungskurs behandelt Themen wie Demokratie, Geschichte und Gesellschaft. Beide Kursteile enden mit einer Prüfung.

> INTEGRATIONS- UND SPRACHKURSE



Foto: © shutterstock, Mila Supinskeja Glaschenko

Integrationskurse nach den Richtlinien des Bundesamtes für Migration und Flüchtlinge (BAMF)

Der nächste Start eines Allgemeinen Integrationskurses ist für März 2025 geplant. Dazu bieten wir Kinderbetreuung an.

Über unser Kursangebot in Leverkusen informiert:

Stefan Andres
andres@bildungswerk-leverkusen.de
Telefon: 02202 93639-52 (Mo-Do)

Sprachberatung und Sprechstunde Deutsch

freitags von 10.00 bis 11.30 Uhr
Manforter Str. 186 (Ecke Stegerwaldstraße) | 51373 Leverkusen
Bitte bringen Sie, sofern vorhanden, Teilnahmeberechtigung und Ausweis mit. Für neue Anträge unterstützen wir Sie gerne.

Nächster Kurs
startet im
März 2025

> INTEGRATIONS- UND SPRACHKURSE

Weitere Angebote:

Sprachkurse Deutsch als Fremdsprache

in Kooperation mit dem Caritasverband
Leverkusen e.V.

Eine Anmeldung ist erforderlich.

**Anmeldung: 13.1. und 14.1.2025 | 9.00-
12.00 Uhr**

**Im Fachdienst für Integration und Migration
Carl-Leverkus-Straße 13
51373 Leverkusen**

**Integration durch Kreativität, Bewe-
gung oder gemeinsame Kochkurse.**

Informieren Sie sich über verschiedene
Angebote auf der Homepage
www.bildungsforum-leverkusen.de



Foto: © shutterstock, Rawpixel.com



Fotograf: © shutterstock, HAKIN/MIHAN

PERSÖNLICHE ENTWICKLUNG

Wer bin ich? Wer könnte ich sein? Wann bin ich wirklich ich? Diese Fragen stellen sich in jeder Lebensphase neu. Eine Identität auszubilden, ist ein lebenslanger Prozess und stellt uns immer wieder vor neuen Herausforderungen und Möglichkeiten. In unseren Bildungsangeboten stellen wir Sinnfragen und regen an, aus dem Alltag auszuscheren. Wir schulen Achtsamkeit für sich und für die Menschen, mit denen wir leben. Wir

vermitteln Kommunikationsfertigkeiten, um das Leben für sich und die Beziehungen zu anderen gestalten und Entscheidungen treffen zu können, dass das Leben gelingt.

> KOMMUNIKATION UND ACHTSAMKEIT

Alle Angebote finden statt im Kath. Bildungsforum Leverkusen | Manforter Straße 186 51373 Leverkusen.
Eine Anmeldung ist erforderlich.

Weitere Informationen finden Sie hier unter www.bildungsforum-leverkusen.de oder scannen Sie den QR-Code



FrauenRunde

Miteinander reden, einander zuhören, voneinander lernen

Wir tauschen uns über unsere eigene Lebenswirklichkeit aus und greifen Fragen gesellschaftlicher Entwicklung aus Kultur, Zeitgeschehen, Politik und Kirche auf.
Die ausgewählten Themen orientieren sich an den Wünschen und Erfahrungen der Teilnehmenden.

Di 28.01. – Di 01.07.2025
9.30 – 11.45 Uhr



Brigitte Eimermacher, Gestalttherapeutin
Teilnahme-Gebühr 82,50 €
Seminarumfang 11 x = 33 UStd.
Veranstaltungs-Nr.: 2563640032

Mit Klarheit und Fokus ins neue Jahr starten

Reflexion und Neuausrichtung für den persönlichen Jahreskompass 2025

Der Jahresanfang ist ein hervorragender Zeitpunkt, innezuhalten und bewusst und gut ausgerichtet ins neue Jahr zu starten. In diesem Seminar reflektieren wir über das vergangene Jahr: Welche Erfolge und Herausforderungen haben uns geprägt? Wo stehen wir heute und was ist uns für die Zukunft wirklich wichtig? Mit bewährten Methoden zur Selbstreflexion und Zielsetzung, gestalten wir den Weg ins neue Jahr und schaffen Klarheit darüber, was wir uns für das Jahr 2025 vorstellen.

Do 30.01.2025 | 18.30 – 20.45 Uhr
Martina Heider, Zertifizierter Coach
Teilnahme-Gebühr 12,00 €
Veranstaltungs-Nr.: 2513740005

> KOMMUNIKATION UND ACHTSAMKEIT

Mitten im Leben

Um den Herausforderungen im Leben zu begegnen, ist eine innere Balance notwendig, braucht es Gelassenheit und Entschlossenheit, um unser Leben zu gestalten. Was ist wirklich wichtig in meinem Leben? Welche persönlichen Werte und wertvolle Ziele will ich verwirklichen? Und was kann ich aus Umwegen lernen? Diesen Lebensanfragen wollen wir mit Texten und Impulsen in der eigenen Biografie auf die Spur kommen, erweiterte Perspektiven darauf gewinnen und eigene Ressourcen in den Blick nehmen.
Das Seminar richtet sich an Menschen, die an einer Standortbestimmung in ihrem Leben interessiert sind. Im Rahmen der Themenabende stehen das Gespräch und der Austausch im Mittelpunkt.

Mo 24.02. – Mo 23.06. 2025
18.30 – 20.00 Uhr

Dr. Elisabeth Kohrt, Systemische Therapeutin SG und Logotherapeutin - Existenzanalytische Beraterin
Teilnahme-Gebühr 25,00 €
Seminarumfang 5 x = 10 UStd.
Veranstaltungs-Nr.: 2513740002

Das Kind in mir will Heimat finden

Ähnlich einem Baum, der die früheren Stadien seines Wachstums fest im Inneren seines Stamms eingeschlossen hat, existiert auch bei uns Erwachsenen das Kind, das wir einmal waren, in unserem Inneren weiter. Wir werden dieses innere Kind entdecken und ihm Liebe und Wertschätzung geben, so dass es Heimat in uns finden kann.
Spirituelle Impulse, Meditationen, kreative Elemente und Musik helfen uns dabei, mit unserem inneren Kind in Berührung zu kommen. So ist es möglich, sich mit der Vergangenheit zu versöhnen und wieder neu Ja sagen zu können zu sich selbst für mehr Lebendigkeit, Freiheit und Lebensfreude.
Bitte bringen Sie einige Fotos aus Ihrer frühen

Kindheit (im Alter von drei bis sechs Jahren) mit!

Sa 15.03.2025 | 10.00 – 17.00 Uhr
Brigitte Krings, Kunsttherapeutin IEK, Entspannungstherapeutin IEK, Lehrerin für christliche Spiritualität
Teilnahme-Gebühr 32,00 €
Veranstaltungs-Nr.: 2513740001

Innehalten und neu ausrichten

Klarheit und Balance im hektischen Alltag

In unserem zunehmend schnellen und anspruchsvollen Alltag fällt es oft schwer, innezuhalten, die eigenen Bedürfnisse zu erkennen und klare Prioritäten zu setzen. Dieses Seminar bietet Ihnen die Gelegenheit, sich gezielt mit den folgenden Fragen zu beschäftigen: Wo stehe ich gerade in meinem Leben? Was ist mir wirklich wichtig und wie schaffe ich es, meinen Fokus darauf zu richten?
Unter achtsamer Anleitung bekomme Sie die Gelegenheit, auf individuelle Weise herauszufinden, wie Sie zu mehr Balance, Glück und Zufriedenheit in Ihrem Leben kommen können. Sie lernen, wie Sie Klarheit über Ihre Werte gewinnen, daraus Ziele ableiten und erste Umsetzungsstrategien entwickeln. Das Seminar vermittelt praxisnahe Methoden zur Selbstreflexion, Achtsamkeit und Zielorientierung, die Sie direkt in Ihrem Alltag anwenden können.

Sa 29.03.2025 | 10.00 – 13.15 Uhr
Martina Heider, Zertifizierter Coach
Teilnahme-Gebühr 16,00 €
Veranstaltungs-Nr.: 2513740006

> KOMMUNIKATION UND ACHTSAMKEIT

Ein Tag für dich: Kraft tanken, Ruhe finden, Selbstliebe spüren

Tauche ein in einen Tag voller Inspiration, Meditation und kreativer Entfaltung!

In diesem Seminar erkunden wir gemeinsam die Quellen innere Kraft und Resilienz. Durch verschiedene Meditationstechniken, Achtsamkeitsübungen und kreative Elemente entdecken wir: Kraftquellen und Ressourcen: Was gibt dir Energie und Stärke in unserem Leben? Achtsamkeit: Lerne, im gegenwärtigen Moment zu verweilen und bewusst zu leben. Achtsamkeit ist der Schlüssel zu innerer Ruhe und Ausgeglichenheit. Die Kraft der inneren Bilder: Entdecke die verändernde Kraft von Metaphern und Symbolen. Durch kreative Übungen und Visualisierungen erkunden wir, wie du deine inneren Bilder nutzen kannst, um dein volles Potenzial zu entfalten. Werte und Lebensführung: Entdecke, was dir wirklich wichtig ist im Leben und wie du deine Entscheidungen danach ausrichten kannst.

Sa 17.05.2025 | 10.00 – 17.00 Uhr

Brigitte Krings, Kunsttherapeutin IEK, Entspannungstherapeutin IEK, Lehrerin für christliche Spiritualität

Teilnahme-Gebühr 32,00 €

Veranstaltungs-Nr.: 2563640014

Kunst verbindet – Gemeinsam kreativ sein und Gemeinschaft erleben

Möchten Sie sich kreativ ausdrücken und gleichzeitig neue soziale Kontakte knüpfen? In unserem Projekt „Kunst verbindet – Gemeinsam kreativ sein und Gemeinschaft erleben“ bieten wir Menschen aller Altersgruppen und Hintergründe die Möglichkeit, durch Malen und kreative Ausdrucksformen, Gemeinschaft zu erleben. Unter der Anleitung einer erfahrenen Künstlerin lernen Sie, Ihre Kreativität zu entfalten und in einem unterstützenden Umfeld zu arbeiten.

Das Angebot richtet sich an Menschen, die den Austausch mit anderen schätzen, darunter ältere Menschen, die allein leben, sowie diejenigen, die insgesamt wenig Kontakte haben. In regelmäßigen Mal-Workshops haben Sie die Möglichkeit, Ihre Werke zu schaffen und in Gemeinschaftsausstellungen zu präsentieren. Kommen Sie vorbei, lassen Sie sich von der Kraft der Kunst verbinden und erleben Sie, wie kreative Aktivitäten Einsamkeit überwinden können. Vorkenntnisse sind nicht erforderlich – jeder ist willkommen!

Reduzierte Gebühren durch Landesförderung.

Di 07.01. - 24.06.2025, 17.30 - 20.45 Uhr

Elena Büchel, kunstschaaffende Künstlerin
Teilnahme-Gebühr 60,00 €

Veranstaltungs-Nr.: 2563740007



Foto: © shutterstock, G-Stock Studio

> LEBENSWENDEN

Kooperationen mit dem Hospiz Leverkusen e.V.



Treff bei Zettel

Ausgehend von der Erfahrung: „Wie das Leben so spielt“ wendet sich dieser Treff an Menschen, die in ihrem Alltag zwischen Kümmern und Kummer leben. Das Angebot richtet sich an alle Menschen, die in ihrem Alltag und Umfeld Veränderungen in Richtung Pflege, Betreuung, Tod und Trauer herannahen sehen.

Jeden zweiten Dienstag im Monat zwischen 17.00 und 19.00 Uhr.

Gisela Theis, Trauerbegleiterin

gebührenfrei

Ort: Zettel´s Traum

Altstadtstraße 20 | 51379 Leverkusen

Offener Trauertreff

Einander zuhören und über all das sprechen, was andere vielleicht nicht (mehr) hören wollen. Bei unserem offenen Trauertreff können Sie mit anderen Trauernden

- Gedanken austauschen
- einander zuhören
- über alles reden
- der Trauer Raum geben
- andere Trauernde kennenlernen

Der offene Trauertreff wird von zwei Trauerbegleiterinnen von Hospiz Leverkusen e.V. geleitet.

Die Treffen finden immer am 1. Mittwoch im Monat von 15.00 bis 16.30 Uhr

im Kath. Bildungsforum, Manforter Straße 186, 51373 Leverkusen statt und sind kostenfrei.

Gesprächskreis für trauernde Männer

Besonders für Männer ist es oft schwierig, einen geeigneten Raum und ein Gegenüber für ihre Trauer zu finden. Der Alltag nach dem Verlust eines geliebten Menschen stellt neue Herausforderungen.

Da kann es sehr hilfreich sein, sich in einer Gruppe mit anderen Trauernden auszutauschen und zu merken, dass man nicht allein damit ist. Das Angebot richtet sich an Männer aller Altersstufen. Der Gesprächskreis wird von zwei männlichen Trauerbegleitern von Hospiz Leverkusen e.V. geleitet.

Der Gesprächskreis findet jeden 3. Mittwoch im Monat von 18.00 – 20.00 Uhr im Kath. Bildungsforum, Manforter Straße 186, 51373 Leverkusen statt und ist kosten-frei.

Wir bitten um telefonische Anmeldung während der Bürozeiten Mo.–Fr. von 9.30–11.30 Uhr unter 02171–2123 oder per E-Mail an: info@hospiz-leverkusen.de.

Sonntagsfrühstück für Trauernde

Kaum etwas befreit so sehr, wie der offene Austausch mit Menschen, die wissen, was die eigene Seele durch einen Verlust gerade durchlebt. Das Trauerfrühstück bietet Ihnen einen geschützten Raum, indem es erlaubt ist, den eigenen Gefühlen nachzugeben. Hier können Sie sich bei einem leckeren Frühstück trauern und trauern zu lachen. Die Teilnahme ist unabhängig vom Alter. Wir möchten Sie eine gewisse Wegstrecke begleiten und Ihnen Bausteine auf diesem Weg mitgeben, um mit der neuen Lebenssituation wieder allein umgehen zu können. Unterstützung bieten Ihnen unsere ausgebildeten und einfühlsamen Trauerbegleiter.

Kostenbeitrag zum Frühstück: 5,00 Euro.

Termine:

Jeden **ersten Sonntag** im Monat von **9.30–12.00 Uhr** im Katholischen Bildungsforums, Manforter Straße 186, 51373 Leverkusen (barrierefrei).

Wir bitten um telefonische Anmeldung während der Bürozeiten Mo.–Fr. von 9.30–11.30 Uhr unter 02171–2123 oder per E-Mail an: info@hospiz-leverkusen.de.



KULTUR

Sich mit Kultur zu beschäftigen und der Phantasie freien Lauf zu lassen, tut gut und inspiriert. In unseren Literaturkursen, Ausstellungen und Lesungen finden Menschen jeden Alters und jeder Herkunft oftmals überraschende Zugänge, um sich mit Lebens- und Existenzfragen zu beschäftigen. Sei es, indem sie ein gutes Buch lesen und mit Gleichgesinnten darüber sprechen. Sei es, indem sie ein Kunstwerk bestaunen, sin-

gen, malen, einander Geschichten erzählen oder mit bekannten Künstlern diskutieren. Kultur ist nicht nur für alle da – sie geht auch jeden an.

> KUNST



Foto: © Stadtbücherei Leverkusen

Wilhelm Fähler - Spuren des Architekten der Moderne in Leverkusen

Wilhelm Fähler (1889 – 1953) trat als junger Architekt 1917 in die Dienste der Stadt Leverkusen. Er hat die städtebauliche Entwicklung der Stadt Leverkusen maßgeblich geprägt. mit heute noch gegenwärtigen Bauten in Wiesdorf, Manfort und Bürrig. Er vertrat das neuzeitliche Bauen zunächst als Gemeindebaumeister. Ab 1922 wirkte er als privater Architekt und erschuf ganze Siedlungen, wie z.B. Neuenhof und Wuppermann sowie prägnante Einzelbauten wie das Carl-Duisberg Gymnasium oder die Feuerwache in Bürrig.

Dr. Roland Schaper erläutert Leben und Werke des Wilhelm Fähler mit anschaulichen Berichten und visuellem Material.

Mi 05.03.2025 | 18.30 – 20.00 Uhr

Dr. Roland Schaper
Teilnahme-Gebühr 5,00 €

Veranstaltungs-Nr.: 2513510001

Museum ohne Barrieren – Ein Versuch!

Hybrides Workshopformat im oder mit dem Museum Morsbroich Leverkusen

Während der Corona-Pandemie waren Videokonferenzen eine willkommene Notlösung: Theateraufführungen, Konzerte oder auch Museumsführungen wurden digital angeboten, um überhaupt stattfinden zu können. Längst sind reale Museumsbesuche wieder möglich, doch was ist mit den Menschen, für die es immer

noch schwierig ist, ein Museum physisch zu besuchen? Sei es aufgrund zu großer Entfernung, Krankheit oder körperlicher Beeinträchtigung. Das Museum Morsbroich und der umgebende Schlosspark sind aufgrund ihrer historischen Entstehungszeit nur bedingt barrierefrei zugänglich. Dieses hybriden Workshopformat, das sowohl vor Ort als auch digital stattfindet, ist ein Versuch, allen Menschen einen Zugang zur kreativen Arbeit mit der Kunst des Museums zu ermöglichen.

So 23.03. – So 06.04.2025

11.00 – 14.00 Uhr

Prof. Diemut Schilling, Künstlerin
gebührenfrei | Seminarumfang 3 x = 12 UStd.
Ort: Kunstverein Museum Schloss Morsbroich e.V.

Gustav-Heinemann-Straße 80
51377 Leverkusen

Veranstaltungs-Nr.: 2513770001

Nachhaltigkeit in der Kunst

Die Ziele der Nachhaltigkeit werden heutzutage in fast allen Lebensbereichen kontrovers diskutiert: Sollen sie über technologischen Fortschritt oder über die Rückkehr zur Natur erreicht werden? Lässt sich ressourcenschonendes Arbeiten nach dem Slogan ‚Reduce, Re-use, Recycle‘ in der Bildkunst anwenden? Was zeichnet ‚nachhaltige‘ Kunst aus? Seit der Moderne agieren Künstler/innen in der Nachhaltigkeitsdebatte mit vielfältigen Werken und Konzepten. Ob Positionen zur Kritik an Missständen oder Anregungen zur Veränderung, sie setzen Impulse für eine nachhaltige Gesellschaft.

Mi 25.06.2025 | 18.30 – 20.45 Uhr

Dr. Marina Linares, Kunsthistorikerin
Teilnahme-Gebühr 12,00 €

Veranstaltungs-Nr.: 2513770003

> KUNST

Eric Lanz: zusehends

Sonderführung und Gespräch im Museum Schloss Morsbroich

Die Werke von Lanz sind multimedial, wobei Ding, Mensch und Maschine zusammenkommen. Im Fokus stehen die Stofflichkeit, der direkte Kontakt zur Welt, materielle Prozesse und Räume, die durch den Einsatz von Technologie zunehmend in den Hintergrund rücken. Banale Dinge und Substanzen entfalten bei Eric Lanz ein poetisches, teils surreales Leben. Sie sind überraschend körperlich, wecken Erstaunen und Entdeckungslust.

Mit dem Künstler wollen wir eingreifen in den Fluss der Bilder und der Dinge. Wir werden spielerisch einbezogen, erleben Metamorphosen und merken doch, dass es sich zugleich auch um Kunstgriffe handelt: Über die verführerische Parallelwelt der flüchtigen Bilder werden wir auf unseren Alltag zurückverwiesen, den wir nun vielleicht anders (be)greifen.

Sa 29.03.2025 | 14.00 – 16.15 Uhr

Dr. Marina Linares, Kunsthistorikerin
Teilnahme-Gebühr 7,00 €
Seminarumfang 1 x = 3 UStd.
Ort: Kunstverein Museum Schloss Morsbroich e.V.

Gustav-Heinemann-Straße 80
51377 Leverkusen

Veranstaltungs-Nr.: 2513770002



Foto: © shutterstock, Patrick Krabeepetcharat

> LITERATUR UND WORTKUNST



„Ava liebt noch“

Lesung mit Vera Zischke



Foto: © Bildnachweis Anna Schartz

Frau sein, frei sein, Mutter sein: Wie passt das eigentlich zusammen? Mit dieser Frage lädt Autorin Vera Zischke zu einer Lesung und Talk im Rahmen der „Levliest Woche“ ein. Die ehemalige Leverkusenerin erzählt in ihrem Roman „Ava liebt noch“ (List/Hardcover) die Geschichte einer dreifachen Mutter, die sich in der permanenten Zuständigkeit für ihre Familie verloren hat. Als sie sich in einen deutlich jüngeren Mann verliebt, steht sie vor der Frage aller Fragen: Wie viel von meinem Leben gehört überhaupt noch mir? „Dieses Buch ist meine Antwort auf alle, die zu erschöpften Müttern sagen: Hast du dir doch ausgesucht“, sagt Vera Zischke. Die 44-jährige ist überzeugt, dass sich Mütter am besten unterstützen, wenn sie offen über die schwierigen Seiten der Mutterrolle sprechen.

Eine Kooperation des Kath. Bildungsforums mit dem Deutschen Frauenring und dem Gleichstellungsbüro Leverkusen. Eine Veranstaltung im Rahmen der Levliest Woche.



Di 08.04.2025 | 19.00 – 20.30 Uhr

Vera Zischke
Teilnahme-Gebühr 5,00 €
Ort: Altes Bürgermeisteramt
Bergische Landstraße 28 | 51375 Leverkusen
Veranstaltungs-Nr.: 2513770004

> LITERATUR UND WORTKUNST

Jenseits der Ngong Berge

TANIA BLIXEN - die Romanbiografie über ihr außergewöhnliches Leben

Lesung mit der Autorin Maren Gottschalk



Es ist ein strahlend klarer Morgen, als die 28jährige Tania Blixen im Januar 1914 in Mombasa zum ersten Mal afrikanischen Boden betritt. Sie ist überwältigt von dem märchenhaften Anblick der Stadt, vor allem aber ist sie aufgeregt, denn am Kai erwartet sie ihr künftiger Ehemann Baron Bror Blixen. Hier in Kenia soll ihr neues Leben beginnen, das voller Verheißung vor ihnen liegt. Sie kaufen eine Kaffeefarm, malerisch gelegen unterhalb der Ngong Berge, und Tania taucht ein in diese für sie so fremde, exotische Welt, die ihr zur geliebten Heimat wird. Als sie 17 schicksalsträchtige Jahre später in ihr Geburtshaus in Dänemark zurückkehrt, hat sie alles verloren: Ihre Ehe ist gescheitert, die Farm bankrott und die himmelstürmende Liebe ihres Lebens tödlich verunglückt. Aber ein Teil von Tanias Seele bleibt für immer zurück in den Weiten Afrikas – und findet Trost in der Erinnerung an ein Leben aus dem Stoff, aus dem Romane sind. Diese Romanbiografie zeichnet das Leben einer Frau nach, die um ihre Liebe und ihr Glück kämpfte, die schon früh den Kolonialismus kritisierte und dafür belächelt wurde. Sie kannte die Armut ebenso gut wie den Luxus, war egozentrisch und zugleich selbstkritisch. Mit Humor und Mut begabt, trotzte sie dem Leben bis ins hohe Alter alles ab, was es ihr zu bieten hatte.

Maren Gottschalk wurde 1962 in Leverkusen geboren. Sie studierte in München Geschichte und Politik und promovierte über Geschichtsschreibung. Sie schreibt Biografien und Romane und verfasst daneben Beiträge für die WDR

Radiosendung ZeitZeichen. Sie lebt und arbeitet in Leverkusen und Köln.

Eine Kooperationsveranstaltung mit dem Industriemuseum Freudenthaler Sensenhammer

Mi 07.05.2025 | 19.00 – 20.30 Uhr

Dr. Maren Gottschalk
Teilnahme-Gebühr 12,00 €
Ort: Industriemuseum Freudenthaler Sensenhammer, Alte Schlosserei
Freudenthal 68 | 51375 Leverkusen
Karten über
www.sensenhammer.de



Foto: © shutterstock, New Africa

Literaturgesprächskreis

Sie haben Freude am Lesen? Sie lassen sich gern zu neuen Lektüren anregen? Sie möchten sich mit Gleichgesinnten über Literatur austauschen? Dann sind Sie in diesem Kreis genau richtig. Wir besprechen ausgewählte aktuelle und klassische Romane, die zuvor von allen Teilnehmenden gelesen wurden.
26.02.25 Thomas Bernhard: Holzfäller
26.03.25 Iris Wolff: Die Unschärfe der Welt
30.04.2025 Ralf Rothmann: Milch und Kohle
Zusatzinformation: 26.02.25 Thomas Bernhard: Holzfäller
26.03.25 Iris Wolff: Die Unschärfe der Welt
30.04.2025 Ralf Rothmann: Milch und Kohle

> LITERATUR UND WORTKUNST

Mi 26.02. – Mi 30.04.2025

09.30 – 11.45 Uhr

Dr. Isa Schikorsky, Autorin
Teilnahme-Gebühr 27,00 €
Seminarumfang 3 x = 9 UStd.
Veranstaltungs-Nr.: 2513760002

Helden, Helfer und Halunken. Wie Sie perfekte Figuren für Ihren Roman erfinden

Schreibwerkstatt

Wer einen Roman oder eine Erzählung schreiben will, kommt ohne sie nicht aus. Mindestens eine Hauptfigur benötigt jede Geschichte. Literarische Figuren sollten unverwechselbar sein, die Lesenden begeistern, tief beeindruckend und emotional berühren. Sie erfahren in der Theorie und anhand von Beispielen etwas über die Grundlagen der Figurengestaltung und erhalten zahlreiche Schreibeipps.

Mi 12.03.2025 | 18.30 – 20.45 Uhr

Dr. Isa Schikorsky, Autorin
Teilnahme-Gebühr 12,00 €
Veranstaltungs-Nr.: 2513760008

Literaturkreis KÖB St. Maria Rosenkranzkönigin

Vaterländer von Sabin Tambrea

Information: Frau Sabine Wölf, Tel. 02171 56846,
Vor Ort wird eine Gebühr von 30,00 € erhoben.

Di 14.01. – Di 10.06.2025

10.00 – 12.15 Uhr

Gabriele Strahl
Teilnahme-Gebühr Vor Ort ist eine Gebühr von 30,00 € zu zahlen.
Seminarumfang 6 x = 18 UStd.
Ort: Kolpingraum St. Maria Rosenkranzkönigin
Quettinger Straße 111 | 51381 Leverkusen
Veranstaltungs-Nr.: 2513760010

Wir jungen Alten - von der Dynamik des Lebens

Mi 22.01.2025 | 19.00 – 21.30 Uhr

Hannelore Dierks
Vor Ort wird eine Gebühr von 8,00 € eingesammelt.
Ort: KÖB St. Stephanus Hitdorf
Hitdorfer Straße 155 | 51371 Leverkusen
Veranstaltungs-Nr.: 2513760001

Ein Buch im Gespräch

Literaturkreis

Do 23.01. – Do 03.04.2025

14.00 – 15.30 Uhr

Ingeborg Schwenke-Runkel, Journalistin
Teilnahme-Gebühr Vor Ort ist eine Gebühr von 24,00 € zu zahlen.
Seminarumfang 6 x = 12 UStd.
Ort: Altes Bürgermeisteramt
Bergische Landstraße 28 | 51375 Leverkusen
Veranstaltungs-Nr.: 2513760012

Literaturkreis KÖB St. Andreas

Bernhard Schlink: Die Enkelin

Information und Anmeldung: Frau Renate Wroblewski, Tel. 0214 502603

Mo 03.02. – Mo 05.05.2025

15.00 – 17.15 Uhr

Christel Thomas
Vor Ort ist eine Gebühr von 18,00 € zu zahlen.
Seminarumfang 4 x = 12 UStd.
Ort: KÖB St. Andreas
An St. Andreas 4 | 51375 Leverkusen
Veranstaltungs-Nr.: 2513760011

> LITERATUR UND WORTKUNST

Literaturtag

„Opus 77“ von Alexis Ragouneau

Vor Ort ist eine Gebühr von 10,00 € zu zahlen.
Eine Anmeldung ist erforderlich bei Frau Wulf,
Tel. 02173 42677

Sa 15.03.2025 | 10.00 – 15.45 Uhr

Gabriele Friedel

Vor Ort ist eine Gebühr von 10,00 € zu zahlen.
Ort: KÖB St. Stephanus Hitdorf
Hitdorfer Straße 155 | 51371 Leverkusen
Veranstaltungs-Nr.: 2513760005

Schmökerabend

Neues auf dem Büchertisch

Vor Ort ist eine Gebühr von 5,00 € zu zahlen.
Eine Anmeldung ist nicht erforderlich bei Frau
Wulf,
Tel. 02173 42677

Mi 09.04.2025 | 19.30 – 21.45 Uhr

Gabriele Friedel

Vor Ort ist eine Gebühr von 5,00 € zu zahlen.
Ort: KÖB St. Stephanus Hitdorf
Hitdorfer Straße 155 | 51371 Leverkusen
Veranstaltungs-Nr.: 2513760006

Literaturkurs Englisch

Reading and Discussing English

In this course we will read and discuss several
British short stories.
Lektüre: The Golden Teapot
PONS, ISBN: 978-3-12-562867-0)

Mi 29.01. – Mi 12.03.2025**17.00 – 18.30 Uhr**

Beate Mayer-Post

Teilnahme-Gebühr 40,00 €, zzgl. Raumgebühren

Seminarumfang 5 x = 10 UStd.

Ort: Pfarrheim St. Remigius

An St. Remigius 7 | 51379 Leverkusen

Veranstaltungs-Nr.: 2513760003

> KUNSTWORKSHOPS



Foto: © shutterstock, Charmille White

Nähere Informationen über unsere Kunstworkshops sowie benötigte Materialien finden Sie auf unserer Homepage:
www.bildungsforum-leverkusen.de

**Kreative Kommunikation mit Aquarell**

„Bilder die Geschichten erzählen“

In der Aquarellmalerei verbinden sich Farben und Wasser in harmonischer Verbindung auf dem Papier und beginnen zu leben. In diesem Workshop bietet sich nicht nur die Möglichkeit, kreative Fähigkeiten zu entwickeln, sondern sich mit anderen Kunstinteressierten darüber auszutauschen. Das Motto des Kurses lautet für dieses Halbjahr: „Bilder, die Geschichten erzählen“ und wird von einer erfahrenen Künstlerin begleitet.

Mi 08.01. – Mi 02.07.2025**17.45 – 20.00 Uhr**

Edith Bartha, Bildende Künstlerin

Teilnahme-Gebühr 180,00 €

Seminarumfang 20 x = 60 UStd.

Veranstaltungs-Nr.: 2563770019

> KUNSTWORKSHOPS

Urban Sketching – Malerische Weltreise im Skizzenbuch

Bei der kreativen Technik des Urban Sketching geht es um das schnelle und spontane Zeichnen von Eindrücken und Szenen urbaner Räume mit Stift und Papier. Das Virtual Sketching legt den Fokus auf das digitale oder fotografische Vorlagematerial, das Sie mit Tusche und Aquarell lebendig werden lassen. Die Techniken werden von der Dozentin vorgestellt und in der Praxis begleitet. Im Austausch mit anderen Teilnehmenden entwickeln sie neue Ideen für ihre eigene kleine Weltreise.

Bitte ein aquarellfähiges Skizzenbuch mit mindestens 190/qm Papierstärke, Aquarellfarben, Bleistifte, Pinsel oder Wassertankpinsel, Radiergummis, Mallappen oder Papiertücher und wasserfesten Tusche-Fineliner mitbringen. Für Anfänger und Fortgeschrittene.

Di 28.01. – Di 25.02.2025**18.00 – 20.15 Uhr**

Sabine Rudersdorf, Grafikerin

Teilnahme-Gebühr 52,50 €

Seminarumfang 5 x = 15 UStd.

Veranstaltungs-Nr.: 2563770001**Aquarellmalerei im Stil von Otto Dix
Ausdrucksstarke Kompositionen mit
Farbe und Detail erschaffen**

Otto Dix (1891-1969) gilt als einer der wichtigsten Vertreter der Neuen Sachlichkeit in seinem Spätwerk. Nach 1945 kehrte er zurück zum Expressionismus. In diesem Workshop erlernen Sie grundlegende Aquarelltechniken im Stil von Otto Dix. Unter Anleitung der Referentin gestalten Sie eigene Werke mit intensiven Farbverläufen und feinen Details.

Do 13.03. – Do 10.04.2025**09.00 – 12.00 Uhr**

Jutta Anthofer, Bildende Künstlerin

Teilnahme-Gebühr 50,00 €

Seminarumfang 5 x = 20 UStd.

Veranstaltungs-Nr.: 2563770018**Aquarellmalerei nach
Renata Tumarova**

Farben lebendig werden lassen - Kreativität in fließenden Formen

Renata Tumarova, die 1979 in St. Petersburg geborene Künstlerin, dient in diesem Kurs als Vorbild für eigene, ausdrucksstarke Bilder. Dynamische Licht- und Schattenspiele, fließende Farbverläufe und gezielte Pinselstriche ergeben ausdrucksstarke und lebendige Aquarelle.

Mo 24.03. – Mo 05.05.2025

9:0 – 12.00 Uhr

Jutta Anthofer, Bildende Künstlerin

Teilnahme-Gebühr 50,00 €

Seminarumfang 5 x = 20 UStd.

Veranstaltungs-Nr.: 2563770017**Urban Sketching – Stadtansichten
locker aufs Papier gebracht**

In diesem Schnupper-Workshop lernen Sie, Ihre Eindrücke direkt mit Tusche und Aquarell auf Papier zu bannen. Durch schnelles, lockeres Zeichnen wird das Wesentliche des Motivs eingefangen. Mit den einzigartigen Perspektiven und Szenarien rund um das Museum Schloss Morsbroich haben Sie viele Gelegenheiten zum Üben. Die Grafikerin Sabine Rudersdorf führt Sie durch den kreativen Prozess und gibt Ihnen hilfreiche Tipps und Anleitungen, um Ihre Skizzen lebendig zu gestalten.

Bitte ein aquarellfähiges Skizzenbuch mit mindestens 190/qm Papierstärke, Aquarellfarben, Bleistifte, Pinsel oder Wassertankpinsel, Radiergummis, Mallappen oder Papiertücher und wasserfesten Tusche-Fineliner mitbringen. Für Anfänger und Fortgeschrittene.

Sa 10.05.2025 | 10.30 – 15.30 Uhr

Sabine Rudersdorf, Grafikerin

Teilnahme-Gebühr 24,00 €

> KUNSTWORKSHOPS

Ort: Kunstverein Museum
Schloss Morsbroich e.V.
Gustav-Heinemann-Straße 80
51377 Leverkusen
Veranstaltungs-Nr.: 2563770013

Keramisches Gestalten - Freie Objektgestaltung

für Anfänger und Fortgeschrittene

In diesem Kurs lernen Sie Ihre kreativen Ideen mit Ton in individuelle Kunstwerke zu verwandeln. Von der Formgebung über die Strukturierung bis zur abschließenden Veredelung mit Glasuren, werden Sie durch den gesamten künstlerischen Prozess begleitet. Der Kurs bietet Raum für kreative Freiheit und vermittelt sowohl grundlegende als auch vertiefende Techniken für Anfänger und Fortgeschrittene.

**Mi 08.01. – Mi 09.07.2025
09.15 – 11.30 Uhr**

Claudia Kreuzberg, Bauzeichnerin
Teilnahme-Gebühr 157,50 €
Seminarumfang 25 x = 75 UStd.
Veranstaltungs-Nr.: 2563770016

Silberschmieden Workshop für Erwachsene mit Kind (ab 10 Jahren)

Entdecke die Welt der Silberschmiedekunst in unserem Kurs für Kinder ab 10 Jahren mit einer erwachsenen Begleitperson!

Lerne, wie man Silber formt und gestaltet und erschaffe deinen eigenen Silberanhänger aus zwei runden Silberplättchen (ca. 1 cm) oder ein Armband nach vorliegenden Mustern oder der eigenen Idee (die nicht zu anspruchsvoll sein sollte). Das Motto ist: Gemeinsam kreativ sein, miteinander Zeit verbringen und ein ganz persönliches Schmuckstück kreieren, vielleicht zum Verschenken?

In den Kursgebühren von 50,00 € sind bereits 20,00 € Materialkosten enthalten für 1 Erw. + 1 Kind.

Sa 15.02.2025 | 10.00 – 15.00 Uhr
Sandra Schulte-Spörk, Goldschmiedegesellin
Teilnahme-Gebühr 50,00 €
Veranstaltungs-Nr.: 2563620015

Sa 10.05.2025 | 10.00 – 15.00 Uhr
Sandra Schulte-Spörk, Goldschmiedegesellin
Teilnahme-Gebühr 50,00 €
Veranstaltungs-Nr.: 2563620014

Silberschmieden Workshop

Einblick ins Gold- und Silberschmiedehandwerk und Erstellen eines Ketten- oder Armbandanhängers

Entdecke die Welt der Silberschmiedekunst in unserem Kurs für Anfänger und Fortgeschrittene.

Lerne, wie man Silber formt und gestaltet und erschaffe deinen eigenen Silberanhänger aus zwei runden Silberplättchen (ca. 1 cm) nach vorliegenden Mustern oder der eigenen Idee (die nicht zu anspruchsvoll sein sollte). Erlebe die Freude, kreativ zu sein unter Gleichgesinnten in unserer Werkstatt!

In den Kursgebühren von 50,00 € sind bereits 20,00 € Materialkosten enthalten.

Sa 15.03.2025 | 10.00 – 15.00 Uhr
Sandra Schulte-Spörk, Goldschmiedegesellin
Teilnahme-Gebühr 50,00 €
Veranstaltungs-Nr.: 2563770015

Sa 17.05.2025 | 10.00 – 15.00 Uhr
Sandra Schulte-Spörk, Goldschmiedegesellin
Teilnahme-Gebühr 50,00 €
Veranstaltungs-Nr.: 2563770014

> FILMCAFÉ UND CITYKIRCHE

Das besondere Filmelerlebnis

Filme schauen mit anschließendem Filmgespräch - das ist die Gelegenheit, nicht nur passiv zu konsumieren, sondern das Gesehene aktiv zu reflektieren und zu diskutieren. Mit anderen Gedanken, Perspektiven und Emotionen auszutauschen, macht Spaß und fördert den sozialen Zusammenhalt. Die Filmkunst und -technik zu analysieren, Handlung und visuelle Gestaltung zu besprechen, erweitert unser Verständnis für dieses besondere Genre und kann uns Aufschluss für viele eigene Lebensinhalte geben.

Das aktuelle Programm des Filmcafés Schlebusch im Alten Bürgermeisteramt finden Sie auf unserer Homepage und unter www.altesbuergermeisteramt.de



Save the Date!
28. Juni 2025

Die CityKirche Leverkusen feiert in diesem Jahr ihr 25-jähriges Bestehen. Fünfundzwanzig Jahre mit Feierabendkonzerten, Lesungen, spirituellen Impulsen, Ausstellungen, Kunstnächten, Marktandachten und unzähligen Begegnungen. Ein Jubiläum, das wir mit Ihnen feiern wollen!

Merken Sie sich gerne vor:

Samstag, den 28. Juni 2025, 10.00 Uhr
Beginn mit Hl. Messe und anschließender Feier. Anlässlich des Jubiläums wird die Ausstellung „LOOK AT ME“ des Fotografen Wolfgang Bellwinkel zu sehen sein.

Im Innenhof der Kirche wartet ein Programm mit Musik und Zauberei, mit Leckereien, Gesprächen und Erinnerungen auf Sie. Ein besonderes Highlight am Nachmittag: ein Orgel- und Cembalokonzert mit Maria Bräutigam und Christian Röske.

Nähere Informationen folgen im Flyer der CityKirche.



City-Pastoral in Leverkusen-Mitte
Der Prospekt mit dem ausführlichen Programm der CityKirche liegt an öffentli-

chen Stellen sowie im Kirchencafé, Breidenbachstraße 9, Leverkusen-Wiesdorf oder im Kath. Bildungsforum Leverkusen, Manforter Straße 186 aus.

Weitere Informationen erhalten Sie auch auf der Internetseite:

www.citykirche-leverkusen.de

Alle Veranstaltungen von CityKirche sind kostenfrei, eine Anmeldung ist nicht erforderlich.



MEDIEN

Vieles, was wir über die Welt wissen, entnehmen wir den (digitalen) Massenmedien. Die Medienwelt zu verstehen, Chancen und Gefahren beurteilen zu können und den Umgang mit Medien zu beherrschen ist eine Schlüsselqualifikation. Alle sind hier herausgefordert, Jung und Alt, in der Arbeit, in der Familie, Schule und Freizeit. Mit unseren vielfältigen pädagogischen Angeboten vermitteln wir eine umfassende Medienkompetenz. Denn nur wer die Vielfalt und Funktionsweise der heutigen Medienwelt begreift, ist imstande, selbstverantwortlich am

öffentlichen Diskurs, ob zu politischen oder kulturellen Themen, teilzuhaben.

In unserem Bildungswerk befindet sich eine Medienwerkstatt. Entstanden ist sie aus einer klassischen Radiowerkstatt und ist heute ein Ort, an dem Kurse zu vielfältigen Themen aus der Medienwelt stattfinden und zugleich zahlreiche journalistische Beiträge produziert werden.

> SMARTPHONE UND TABLET

Smartphone-Kurs

In diesem Kurs lernen Sie gemeinsam mit Gleichgesinnten die Grundlagen der Smartphone-Nutzung. Egal, ob Sie noch nie ein Smartphone benutzt haben oder bereits erste Erfahrungen gesammelt haben, unser Kurs richtet sich an alle Interessierten, die mehr über die Smartphone-Nutzung im Alltag erfahren möchten. Schritt für Schritt lernen Sie die wichtigsten Funktionen des Smartphones kennen. Sie lernen, wie Sie Anrufe tätigen und empfangen, Textnachrichten versenden, Fotos machen und verwalten, Apps herunterladen und vieles mehr. Darüber hinaus erhalten Sie praktische Tipps zur Sicherheit der Geräte, damit Sie Ihr Smartphone bedenkenlos nutzen können.

Sa 14.06. & Sa 21.06.2025

10.00 – 14.00 Uhr

Gereon Schmelter

Teilnahme-Gebühr 30,00 €

Ort: Kath. Bildungsforum Leverkusen

Veranstaltungs-Nr.: 2513220001

Kreatives App-Café

Medientag für (Groß-)Eltern und Vorschulkinder

Entdecken Sie gemeinsam mit Ihrem Vorschulkind die faszinierende Welt der kreativen Medien! Unser App-Café lädt (Groß-)Eltern und Kinder ein, spielerisch und kreativ mit digitalen Tools wie ChatterPix und Stop Motion Filme und Bewegtbilder zu erstellen.

Nach einer kurzen Einführung in die Anwendungen erfahren die Familien, wie einfache Alltagsgegenstände oder Spielzeug durch digitale Technik lebendig werden können. Ihr Kind kann beispielsweise einen sprechenden Teddybären animieren oder fantasievolle Kurzfilme mit Bauklötzen, Figuren und Knete gestalten. Dabei entstehen einzigartige Geschichten, die Sie mit nach Hause nehmen können und die Sie im Familienalltag noch fortschreiben können. Neben der Förderung der Medienkompetenz bietet der Workshop viele Gelegenheiten für gemeinsames Lachen, kreatives Ausprobieren

und kleine Erfolgserlebnisse – ein Tag, der in Erinnerung bleibt!

Fr 16.05.2025 | 15.00 – 17.30 Uhr

Elvis Katticaren, Sabine Höring,

Maximilian Anton

Teilnahme-Gebühr 5,00 pro Familie

Ort: Kath. Bildungsforum Leverkusen

Veranstaltungs-Nr.: 2513220002



Digital abgehängt? Nicht mit uns.

Einführung in die digitale Welt für 65+ -Kurs I-

Information und Anmeldung: GBO-Begegnungsstätte, Tel. 02171 404030

Mi 15.01. – Mi 25.06.2025 (24 Termine)

10.00 – 11.30 Uhr

Joachim Weber

gebührenfrei | 24 Termine

Ort: Begegnungsstätte des GBO;

Bruno-Wiefel-Haus

Kölner Straße 100 | 51379 Leverkusen

Veranstaltungs-Nr.: 2513310001

Mi 15.01. – Mi 25.06.2025 (24 Termine)

14.00 – 15.30 Uhr

Joachim Weber

gebührenfrei | 24 Termine

Ort: Begegnungsstätte des GBO; Bruno-Wiefel-Haus

Kölner Straße 100 | 51379 Leverkusen

Veranstaltungs-Nr.: 2513310002

Fr 17.01. – Fr 27.06.2025 (23 Termine)

09.30 – 11.00 Uhr

Joachim Weber

gebührenfrei | 23 Termine

Ort: Begegnungsstätte des GBO;

Bruno-Wiefel-Haus

Kölner Straße 100 | 51379 Leverkusen

Veranstaltungs-Nr.: 2513310003

> RADIO UND VIDEO

Einstieg in die Videoproduktion

Blended-Learning-Kurs

Mit dem Smartphone und den richtigen Tipps und Tricks kann jede und jeder gute Videos machen. Dieser Kurs ist der perfekte Startpunkt für alle, die ihre ersten Schritte im Bereich Videoproduktion machen möchten. Im Wechsel zwischen begleiteten Kursen im Bildungsforum und interaktiven Selbstlernmodulen der Medienbox NRW lernen die Teilnehmenden alles, was sie für ihre erste Videoproduktion benötigen. Bei erfolgreichem Abschluss der Module in der Medienbox NRW erhalten sie ein Zertifikat. Bitte bringen Sie Ihr Smartphone mit.

Mo 28.04. – Mo 02.06.2025 (6 Termine)

17.30 – 20.30 Uhr

Tim Neumann, Journalist und Medientrainer

Gebührenfrei (LFM-Förderung)

Ort: Kath. Bildungsforum Leverkusen

Veranstaltungs-Nr.: 2513780001

Mein Einstieg ins Radio

Bürgerfunk zum Kennenlernen

Radio von Bürgern für Bürger: Das ist die Idee des Bürgerfunks. Er soll sicherstellen, dass jeder Bürger die Chance wahrnehmen kann, über das Medium Radio die Meinungsfreiheit auszuüben. Seit über 30 Jahren senden so bereits Frauen und Männer aus der Medienwerkstatt des Kath. Bildungsforums, aktuell in drei aktiven Bürgerfunkgruppen. An der Radioarbeit Interessierten bietet sich an diesem Abend die Gelegenheit zum Kennenlernen und Ausprobieren der Studio- und Aufnahmetechnik an. Außerdem können alle Fragen rund um den Bürgerfunk eine mögliche Mitarbeit gestellt werden.

Mi 19.02.2025 | 18.00 – 19.30 Uhr

Maximilian Anton, Medienkontakter

gebührenfrei

Ort: Kath. Bildungsforum Leverkusen

Veranstaltungs-Nr.: 2513220004

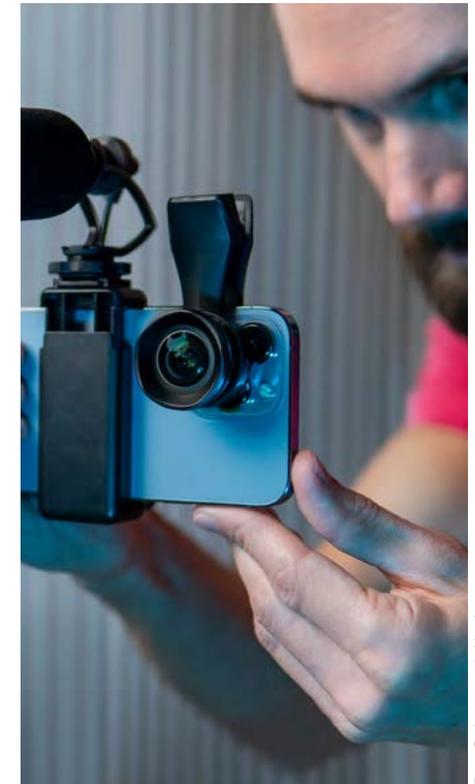


Foto: © shutterstock, Yesni

Aircheck und mehr

Radiobeiträge: Vorbereitung und Themenauswahl

In lockerer Runde, aber auch ernsthaft gibt Michael Thuge, Chefredakteur von Radio Leverkusen, Tipps und Trick zur Vorbereitung und Themenauswahl bei Radiobeiträgen.

Di 11.03.2025 | 18.00 – 20.15 Uhr

Michael Thuge,

Chefredakteur Radio Leverkusen

Teilnahme-Gebühr: 10,00 Euro,

Kostenfrei für Aktive der Medienwerkstatt

Ort: Kath. Bildungsforum Leverkusen

Veranstaltungs-Nr.: 2513220003



Fotograf: © shutterstock, wavebreakmedia

GESUNDHEIT

Körper, Geist und Seele in ein Gleichgewicht zu bringen – das ist das Ziel von gesundheitsorientierter Bildung. Unsere Veranstaltungen nehmen alle Menschen in den Blick, insbesondere die Familie. 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 ein Vorbild sein kann, wenn es um den verantwortungsvollen Umgang mit dem eigenen Körper sowie den eigenen Stärken und Schwächen geht.

> GESUNDHEIT DURCH SELBSTHILFE

Hausmittel aus der Lehre von Pfarrer Sebastian Kneipp

Gesund und fit durch das Jahr

Die Lehre von Sebastian Kneipp ist schon alt und doch zeitgemäß. Sie gibt uns Hilfestellungen an die Hand, wie wir unser Leben gesund gestalten können und uns bei Krankheit selbst helfen können. Die Teilnehmenden lernen Elemente aus dem Gesundheitskonzept von Pfarrer Sebastian Kneipp kennen und erfahren, wie sie mit einfachen und kostengünstigen Methoden den Körper bei Befindlichkeitsstörungen unterstützen können. Das Angebot besteht aus drei Modulen, die jeweils drei Termine beinhalten:

Modul 1: Abhärtungsmethoden in Theorie und Praxis

Modul 2: Befindlichkeitsstörungen wie Kopfschmerzen, Schlafprobleme, Erkältung & Co. mit Hausmitteln lindern

Modul 3: Stressreduktion

Sa 01.02. – Sa 05.04.2025 (9 Termine)

10.00 – 11.30 Uhr

Christoph Dannenbäumer,
Kneippgesundheitstrainer
Teilnahme-Gebühr 81,00 €

Veranstaltungs-Nr.: 2563660055



Denk mit - bleibt fit

Gedächtnistraining für ältere Menschen

Anhand vieler Übungen, die Spaß machen, wird in diesem ganzheitlichen Gedächtnistraining Ihr Denken und Ihre Fantasie angeregt und Ihre Gedächtnisleistung gefördert. Für Neueinsteiger als auch für Fortgeschrittene geeignet.

Mo 17.02. – Mo 31.03.2025 (6 Termine)

14.30 – 16.00 Uhr

Astrid Oelmann

Teilnahme-Gebühr 30,00 €

Veranstaltungs-Nr.: 2563750001

Slow-Down

Zur Ruhe kommen mit Hilfe der Fotografie

In der schnellen und hektischen Welt, in der wir leben, wird es immer wichtiger, Zeit für Entspannung und Ruhe zu finden. Besonders die Natur lädt dazu ein. Wenn wir innehalten und uns Zeit geben, können wir hier Antworten auf unsere Fragen bekommen, die der Verstand nicht geben kann. Die Antworten zeigen sich in Bildern. Dabei laden uns Impulse zum Nachdenken und Reflektieren ein. Eingeladen sind alle, die an Fragen ihres Lebens über Fotografie arbeiten und sich neue Perspektiven und Blickwinkel erschließen möchten. Dies ist kein Fotografie Kurs! Wir nutzen die Fotografie lediglich als Tor zum bewussten und vorurteilsfreien Wahrnehmen. Keine Kenntnisse erforderlich. Bitte Digitalkamera oder Smartphone mitbringen.

Sa 22.03.2025 | 9:0 – 17.00 Uhr

Sabine Stachowiak

Teilnahme-Gebühr 30,00 €

Veranstaltungs-Nr.: 2563660002

Boreout versus Burnout

Nicht nur andauernde Überlastung führt zu chronischem Stress: Finden wir in unserem Job nichts, was uns langfristig wirklich interessiert, motiviert oder fordert, können Frustration und Langeweile die Seele krankmachen. Gemeinsam lernen die Teilnehmenden in diesem Workshop die Gemeinsamkeiten und Unterschiede, Ursachen und Symptome kennen. Lösungsansätze werden erarbeitet. Entspannungsübungen helfen uns dabei Abstand vom Stress zu nehmen.

Sa 24.05.2025 | 10.00 – 14.00 Uhr

Sabine Stachowiak

Teilnahme-Gebühr 18,00 €

Veranstaltungs-Nr.: 2563660003

> GESUNDHEIT DURCH BEWEGUNG

Hinweise zu den Gesundheitskursen

Wenn nicht anders angegeben, finden die Gesundheitskurse im Kath. Bildungsforum Leverkusen | Manforter Straße 186 | 51373 Leverkusen statt.

Eine Übersicht aller Kurse entnehmen Sie bitte der Homepage www.bildungsforum-leverkusen.de oder folgen Sie dem QR-Code.



Hinweis zu den Bewegungskursen:

Bitte beachten Sie Hinweise zu benötigten Utensilien der jeweiligen Kurse. Diese finden Sie auf unserer Homepage oder in der Anmeldebestätigung. In der Regel ist eine rutschfeste (Yoga-)Matte, eine Decke, evtl. Yogablöcke oder Yogakissen sowie bequeme Kleidung sinnvoll.

Stuhlyoga-Kurse



Foto: © shutterstock, Robert Kneschke

Mo 06.01. – Mo 31.03.2025

09.30 – 10.15 Uhr

Hans-Peter Brosinski

Teilnahme-Gebühr 38,40 €

Ort: Pfarre Herz-Jesu, Don-Bosco-Raum
Breidenbachstraße 11 | 51373 Leverkusen

Veranstaltungs-Nr.: 2563660049

Mo 07.04. – Mo 07.07.2025

09.30 – 10.15 Uhr

Hans-Peter Brosinski,

Teilnahme-Gebühr 28,80 €

Ort: Pfarre Herz-Jesu, Don-Bosco-Raum
Breidenbachstraße 11 | 51373 Leverkusen

Veranstaltungs-Nr.: 2563660051

Mo 06.01. – Mo 31.03.2025

10.30 – 11.15 Uhr

Hans-Peter Brosinski

Teilnahme-Gebühr 38,40 €

Ort: Pfarre Herz-Jesu, Don-Bosco-Raum
Breidenbachstraße 11 | 51373 Leverkusen

Veranstaltungs-Nr.: 2563660050

Mo 07.04. – Mo 07.07.2025

10.30 – 11.15 Uhr

Hans-Peter Brosinski

Teilnahme-Gebühr 28,80 €

Ort: Pfarre Herz-Jesu, Don-Bosco-Raum

Veranstaltungs-Nr.: 2563660052

Mi 15.01. – Mi 02.07.2025

10.30 – 11.15 Uhr

Michaela Brinsa

Teilnahme-Gebühr auf Anfrage.

Ort: Wohnpark Alt Schlebusch
Dechant-Fein-Str. 38 | 51375 Leverkusen

Veranstaltungs-Nr.: 2563750002

Mi 29.01. – Mi 02.07.2025

9:30 – 11.00 Uhr

Carsten Wockel

Teilnahme-Gebühr auf Anfrage.

Ort: St. Matthias Familienzentrum
Spandauer Straße 20 | 51377 Leverkusen

Veranstaltungs-Nr.: 2513750002

> GESUNDHEIT DURCH BEWEGUNG



Foto: © shutterstock, pikselstock

Hatha Yoga-Kurse

Mo 13.01. – Mo 30.06.2025
19.00 – 20.30 Uhr

Verena Westhäuser
 Teilnahme-Gebühr 220,00 €
Veranstaltungs-Nr.: 2563660015

Di 28.01. – Di 01.07.2025
17.30 – 19.00 Uhr

Carsten Wockel
 Gebühr wird vor Ort berechnet.
 Ort: Café Aktiv | Oulustraße 3
 51375 Leverkusen
Veranstaltungs-Nr.: 2513660002

Di 28.01. – Di 01.07.2025
19.00 – 20.30 Uhr

Carsten Wockel,
 Gebühr wird vor Ort berechnet.
 Ort: Café Aktiv | Oulustraße 3
 51375 Leverkusen
Veranstaltungs-Nr.: 2513660001

Mi 08.01. – Mi 26.03.2025

18.30 – 20.00 Uhr
 Hans-Peter Brosinski
 Teilnahme-Gebühr 70,40 €
 Ort: Pfarre Herz-Jesu, Don-Bosco-Raum
 Breidenbachstraße 11 | 51373 Leverkusen
Veranstaltungs-Nr.: 2563660053

Mi 02.04. – Mi 09.07.2025

18.30 – 20.00 Uhr
 Hans-Peter Brosinski
 Teilnahme-Gebühr 76,80 €
 Ort: Pfarre Herz-Jesu, Don-Bosco-Raum
Veranstaltungs-Nr.: 2563660054

Fr 31.01. – Fr 04.07.2025

8:30 – 10.00 Uhr
 Carsten Wockel
 Teilnahme-Gebühr 115,60 €
Veranstaltungs-Nr.: 2563660008

Fr 31.01. – Fr 04.07.2025

10.00 – 11.30 Uhr
 Carsten Wockel
 Teilnahme-Gebühr 115,60 €
Veranstaltungs-Nr.: 2563660009

> GESUNDHEIT DURCH BEWEGUNG

Weitere Yoga-Kurse

Yogaauszeit in der Wochenmitte

Mi 15.01. – Mi 02.07.2025
18.45 – 20.15 Uhr
 Silvia Nohl
 Teilnahme-Gebühr 147,20 €
Veranstaltungs-Nr.: 2563660007

Yoga, Meditation und Körperbildung

Do 16.01. – Do 12.06.2025
18.10 – 19.40 Uhr
 Marion Avar
 Teilnahme-Gebühr 108,80 €
Veranstaltungs-Nr.: 2563660045

Power Yoga

Nach Vinyasa für Sportbegeisterte

Tauchen Sie ein in einen kraftvollen Power-Yoga-Kurs im dynamischen Vinyasa-Stil! Dieser Kurs bietet fließende Bewegungsabfolgen, die Körper und Geist stärken, Flexibilität fördern und neue Energie freisetzen. Der Kurs ist perfekt für alle, die ihre gute körperliche Fitness mit Yoga vertiefen möchten.

Mi 22.01. – Mi 09.04.2025

11.30 – 13.00 Uhr
 Beate Wood
 Teilnahme-Gebühr 77,00 €
Veranstaltungs-Nr.: 2563660014

Pilates

Sie möchten Ihre Kraft, Beweglichkeit und Haltung verbessern, und gleichzeitig den Körper aufmerksam und entspannt wahrnehmen? Lernen Sie Pilates als effektives und ganzheitliches Training kennen! Durch das gezielte Training der tieferliegenden, und Rumpf-stabilisierenden, Muskulatur tritt z.B. eine spürbare Verbesserung bei muskulär bedingten Rückenbeschwerden auf.

Für alle, die Freude an Pilates haben – ob Einsteiger oder Erfahrene, jung oder alt. Bitte mitbringen: bequeme Kleidung, Socken, Turn-Matte, ein normales und ein großes Handtuch, Trinkwasser.

Workshop am Freitag

Fr 28.03. & Fr 04.04.2025
18.00 – 19.30 Uhr
 Anja Hochberger
 Teilnahme-Gebühr 16,80 €
Veranstaltungs-Nr.: 2563660100

Workshop am Samstag

Sa 17.05.2025 | 10.00 – 11.30 Uhr
 Anja Hochberger
 Teilnahme-Gebühr 8,40 €
Veranstaltungs-Nr.: 2563660058

Pilates-Kurs am Donnerstag

Sa 16.01.2025 – 10.04.2025 | 19.45 – 21.45 Uhr
 Anja Hochberger
 Teilnahme-Gebühr 92,40 €
 Ort: Pfarrsaal St. Elisabeth | Kölner Str. 139 | 51379 Leverkusen
Veranstaltungs-Nr.: 2563660065

> GESUNDHEIT DURCH BEWEGUNG

Sa 08.05.2025 – 03.07.2025 | 19.45 – 21.45 Uhr

Anja Hochberger
Teilnahme-Gebühr 50,40 €
Ort: Pfarrsaal St. Elisabeth | Kölner Str. 139 | 51379 Leverkusen
Veranstaltungs-Nr.: 2563660065

Kreistänze - Atem holen für die Seele



Foto: © Harald Rothenberg

Wir lernen Tänze aus vielen verschiedenen Kulturen kennen und erfahren, welche erholsame Wirkung sie für Körper, Geist und Seele haben. Wir tanzen zu ruhiger meditativer und klassischer Musik sowie internationaler Musik der Völker.

Fr 30.08., 20.09., 11.10., 08.11., 15.11., 29.11., 06.12., 13.12.2024 | 17.30 – 19.00 Uhr

Anna Marx
Teilnahme-Gebühr 91,00 €
Veranstaltungs-Nr.: 2563660044

Fit in der Familie

Mo 13.01. – Mo 30.06.2025
Ursula Nakanishi
Teilnahme-Gebühr pro Kurs: 57,60 €
Kurs 1: 18.15 – 19.00 Uhr (2563660042)
Kurs 2: 19.10 – 19.55 Uhr (2563660043)

Mo 13.01. – Mo 30.06.2025
18.30 – 19.15 Uhr

Barbara Kuczmann
Teilnahme-Gebühr 88,20 €
Ort: Hugo-Kückelhaus-Schule
Elisabeth-von-Thadden-Straße 16a | 51377 Leverkusen
Veranstaltungs-Nr.: 2563660022

Bewegung in Balance

Ganzheitliches Training für Kraft, Flexibilität und Wohlbefinden

Dieser Kurs ist ein medizinisches Ganzkörpertraining für jedes Alter, zur Stabilisierung, Erhalt und Aufbau aller Muskelgruppen. Wir erlernen Übungen, die das Herz-Kreislauf-System, den Stoffwechsel, das Bindegewebe und das Lymphsystem aktivieren. Kraft, Ausdauer und das Gleichgewicht werden aktiv mobilisiert und verbessert.

Die Teilnehmenden erleben zusätzlich eine innovative Trainingsmethode, die nicht nur die Beweglichkeit steigert, sondern auch Schmerzen am ganzen Körper lindern kann. Sie erlernen effektive Übungen mit denen Verklebungen des Bindegewebes behutsam gelöst und das Gewebe gleichzeitig gedehnt und geschmeidig wird. So können sie im Alltag gezielt Schmerzen reduzieren oder ihnen sogar vorbeugen.

Di 14.01. – Di 01.07.2025
18.00 – 19.30 Uhr
Karin Stotz
Teilnahme-Gebühr 155,40 €
Veranstaltungs-Nr.: 2563660013

> GESUNDHEIT DURCH BEWEGUNG

Fit für den Rücken

Beweglich bleiben oder es wieder werden

Teilnahme-Gebühr pro Kurs: 71,50 €
Kursleiterin: Marion Thomas

Mi 15.01. – Mi 09.04.2025

Teilnahme-Gebühr pro Kurs: 71,50 €
Marion Thomas
Kurs 1: 09.15 – 10.00 Uhr (2563660067)
Kurs 2: 10.15 – 11.00 Uhr (2563660068)

Qi Gong zur Steigerung der Lebenskraft

Entdecke die Kraft des Qi Gong!

Die langsamen und fließenden Bewegungen im „bewegten Qi Gong“ fördern das Körperbewusstsein und sind eine gute Grundlage das körperliche Wohlbefinden zu verbessern, innere Ruhe zu finden und erfrischende Vitalität für den Alltag zu erlangen. Die achtsam ausgeführten Bewegungen verbessern die Beweglichkeit von Muskeln, Sehnen und Gelenke. Der gesamte Körper wird elastischer, man gewinnt mehr Agilität. Ruhige, innerliche, ja meditative



Foto: © Yakobchuk Olena stock.adobe.com

Übungen im Sitzen und Stehen zeichnen das „Stille Qi Gong“ aus. Die einfachen und leicht zu erlernenden Übungen eignen sich für jedes Alter und jede Fitness.

Mi 15.01. – Mi 09.04.2025
16.45 – 18.15 Uhr
Hartmund Königsmann
Teilnahme-Gebühr 83,20 €
Veranstaltungs-Nr.: 2563660025

Mi 14.05. – Mi 02.07.2025
16.45 – 18.15 Uhr
Hartmund Königsmann
Teilnahme-Gebühr 51,20 €
Veranstaltungs-Nr.: 2563660016

Swing, Move and Smile

Sport mit den Smoveys

SMOVEY -Vibroswing-Ringe ist ein Gesundheits-/Fitnessgerät, mit dem man sich in jeder Umgebung mobilisieren, kräftigen und entspannen kann. Der Kurs aktiviert die Oberflächen- und die Tiefenmuskulatur, fördert den Stoffwechsel und die Fettverbrennung, unterstützt das Lymphsystem und die Entschlackung mobilisiert und stärkt Faszien und Bindegewebe, kräftigt das Herz- und Kreislaufsystem, stimuliert Reflexzonen und Zellaktivität stärkt das Immunsystem und den Energiefluss, löst Verspannungen und Blockaden.

Fr 17.01. – Fr 11.04.2025
16.00 – 17.00 Uhr
Birgit Hennecke
Teilnahme-Gebühr 42,00 €
Veranstaltungs-Nr.: 2563660039

> GESUNDHEIT DURCH BEWEGUNG

Lach-Yoga-Kurs

Lachen ist die beste Medizin



Foto: © shutterstock, DisobeyArt

Lachyoga ist eine einzigartige Methode, die das Lachen als Übung integriert, um die physischen, emotionalen und sozialen Vorteile des Lachens zu fördern. Durch eine Kombination aus Atemübungen, Bewegung, Klatschen und spielerischem Lachen wird die positive Wirkung des Lachens auf den Körper und die Seele erreicht, unabhängig davon, ob etwas wirklich lustig erscheint.

Mo 27.01. – Mo 24.02.2025

17.00 – 17.45 Uhr

Susanne Heups

Teilnahme-Gebühr 20,00 €

Veranstaltungs-Nr.: 2563660004

Fitmix-Workout
(Workshop)



Foto: © shutterstock, Kzenon

Power dich aus und komm ins Schwitzen beim Bauch-Beine-Po-Workout! In anderthalb Stunden stärken wir gezielt deine Muskeln mit einem energiegeladenen Bewegungsmix zu tollen Aerobic-Hits. Freu dich auf ein intensives Workout, das den ganzen Körper fordert und für gute Laune sorgt! Zum Abschluss erwartet dich ein entspannendes Cooldown mit wohltuenden Dehnungen.

Sa 08.03.2025 | 11.00 – 12.30 Uhr

Agnes Skorupa

Teilnahme-Gebühr 11,00 €

Veranstaltungs-Nr.: 2563660029

Den Beckenboden stärken

Workshop

Dieser Kurs richtet sich an Frauen, die ihren Beckenboden stärken möchten - sei es nach einer Schwangerschaft, Operation oder einfach aus gesundheitlichem Interesse. Doch auch Männer mit Beckenbodenschwäche sind herzlich willkommen!

Inhalte des Workshops:

- Bewusstes Wahrnehmen und Spüren der
- Beckenbodenmuskeln
- Gezielte Atem- und Entspannungsübungen
- Gezieltes An- und Entspannen der Beckenbodenmuskulatur

> GESUNDHEIT DURCH BEWEGUNG

- Tipps zum beckenbodenaktivem Gehen
- Funktionelle Übungen für den Beckenboden
- Stärkung von Beckenboden, Bauch- und Rückenmuskulatur
- Präventive Maßnahmen gegen Inkontinenz
- Gestaltung des Alltags im Einklang mit einem gesunden Beckenboden

Sa 05.04.2025 | 14.00 – 16.15 Uhr

Agnes Skorupa

Teilnahme-Gebühr 16,50 €

Veranstaltungs-Nr.: 2563660030

Yogilates (Workshop)

Dein Training für mehr Kraft und Flexibilität

In diesem Yogilates Workshop vereinen wir die sanfte Kraft des Yoga mit der dynamischen Energie von Pilates. Diese einzigartige Kombination verbessert nicht nur deine Beweglichkeit, sondern stärkt gleichzeitig deine Tiefenmuskulatur und fördert eine bewusste Körperhaltung. Gemeinsam praktizieren wir achtsame Atemtechniken, fließende Yoga-Sequenzen und gezielte Pilates-Übungen, die deinen Körper und Geist in Einklang bringen. Für Anfänger und Fortgeschrittene geeignet.

Sa 03.05.2025 | 14.00 – 16.15 Uhr

Agnes Skorupa

Teilnahme-Gebühr 16,50 €

Veranstaltungs-Nr.: 2563660031

Stressbewältigung durch Yin Yoga
Workshop

Komm zur Ruhe und tanke neue Energie in diesem Yin-Yoga-Workshop zur Stressbewältigung! Wir starten mit einem achtsamen Body-Scan, um ganz im Hier und Jetzt anzukommen. Durch sanfte, lange gehaltene Yin-Yoga-Übungen lösen wir tiefsitzende Spannungen und dehnen die Muskulatur intensiv. Mit wohltuenden Atemübungen und einer beruhigenden Fantasiereise zum Schluss wirst du deinen Alltag für einen Moment vergessen.

Sa 28.06.2025 | 14.00 – 16.15 Uhr

Agnes Skorupa

Teilnahme-Gebühr 16,50 €

Veranstaltungs-Nr.: 2563660032



Illu.: © Nestya, stock.adobe.com



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 Haushaltsführungs-

stil, 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.

> KOCHEN UND BACKEN

Hinweise zu den Kochkursen

Für die Kochkurse wird vorab eine Lebensmittelumlage pro Kurs erhoben, die zusammen mit dem Teilnehmerbeitrag fällig wird. Die Rezeptauswahl und den Lebensmitteleinkauf übernimmt die Referentin/der Referent für Sie. Zu Beginn des Kurses werden die Rezepte vorgestellt, besprochen und Ihre Fragen geklärt. Danach finden Sie sich in Kochteams zusammen und erhalten eine kurze Einweisung in die Küchentechnik. Während der Zubereitung steht Ihnen die Referentin/der Referent mit Rat und Tat zur Seite. Abschließend essen Sie gemeinsam die zubereiteten Speisen, tauschen Erfahrungen aus und analysieren die Arbeitsergebnisse.

Veranstaltungsort der Kochkurse

Die Kochkurse finden statt im Kath. Bildungsforum Leverkusen | Manforter Straße 186 | 51373 Leverkusen. Eine Übersicht aller Kurse entnehmen Sie bitte der Homepage www.bildungsforum-leverkusen.de oder folgen Sie dem QR-Code.

**Bitte bringen Sie zu den Kochkursen mit:**

eine Schürze, Gefäße für eventuelle Reste und ein Getränk (Getränke sind in der Lebensmittelumlage in der Regel nicht enthalten).

Zuckerfreie Ernährung leicht gemacht

Zucker ade mithilfe der TCM-Ernährungslehre

Lerne Sie, wie man ohne Zucker den vollen Geschmack und natürliche Süße in eine Mahlzeit bringt, entdecken Sie die besten Alternativen zu Zucker und erfahren Sie, wie man den eigenen Körper mit gesunden Zutaten versorgt. In diesem zuckerfreien Kochkurs basierend auf der Ernährungslehre der TCM (traditionelle chinesische Medizin) zeigt Frau Szecowka, wie Sie köstliche, gesunde Gerichte zaubern können, die Ihren Appetit auf Süßes stillen und Ihnen helfen, Heißhungerattacken dauerhaft zu überwinden!

Di 21.01.2025 | 18.00 – 21.45 Uhr

Monika Szecowka

Teilnahme-Gebühr 35,00 €, inkl. 15,00 €

Umlage für Lebensmittel

Veranstaltungs-Nr.: 2563660092

Brot und Brötchen backen mit dem Thermomix

Der Duft von selbst gebackenem Brot ist einfach herrlich. Wir backen an diesem Abend verschiedene leckere Brote wie Rheinisches Vollkornbrot, Sonnenblumenbrot, Mischbrot aus Roggen und Weizen mit Sauerteig und eine Malzbierkruste. Außerdem backen wir frische Brötchen wie Kartoffelbrötchen, Mehrkornbrötchen und Hamburger-Buns. Alle Rezepte sind gelingsicher und die Ergebnisse werden natürlich mit selbst gemachter Butter probiert.

Wenn vorhanden, bitte den eigenen Thermomix (TM5, TM 6 und TM31) mitbringen. Der Kurs führt in den sinnvollen Einsatz der Küchenmaschine ein (keine Verkaufsveranstaltung). Auch für Teilnehmende ohne Thermomix buchbar.

Do 23.01.2025 | 18.15 – 22.00 Uhr

Ulrike Mezger

Teilnahme-Gebühr 32,00 €, inkl. 12,00 €

Umlage für Lebensmittel

Veranstaltungs-Nr.: 2563660001

> KOCHEN UND BACKEN

Der Geschmack der nordindischen Küche

Nordindisches Essen ist reichhaltig, die Currys haben normalerweise dicke und cremige Soßen, die nicht nur aus frischen Milchprodukten und reichhaltigen Trockenfrüchten bestehen, sondern zusätzlich mit viel Liebe hergestellt werden. An diesem Abend kochen Sie gemeinsam ein herzhaftes nordindisches Menü: Als schmackhafte Vorspeise bereiten wir ein cremiges Dal zu. Es folgt ein exotisches Hähnchencurry und ein aromatisches vegetarisches Gericht aus lokal verfügbaren Zutaten wie Karotten, Bohnen, Erbsen, Blumenkohl und Kartoffeln. Zum Abschluss wird das Menü mit einem besonderen, winterlichen Dessert abgerundet.

Fr 24.01.2025 | 18.15 – 22.00 Uhr

Anindya Sengupta & Enakshi Das

Teilnahme-Gebühr 35,00 €, inkl. 15,00 €

Umlage für Lebensmittel

Veranstaltungs-Nr.: 2563660102

Mexikanische Küche

An diesem Abend lernen Sie Schritt für Schritt, wie Sie ein mexikanisches 3-Gänge-Menü zubereiten. Sie erfahren mehr über die Geschmacksvielfalt der Zutaten und wie einfach es zuzubereiten ist. Entdecken Sie die Geheimnisse der mexikanischen Küche und lernen Sie, traditionelle mexikanische Gerichte voller Geschmack und Farbe auf den Tisch zu bringen.

Mo 03.02.2025 | 18.00 – 21.45 Uhr

Mercedes Ines Adjelleh

Teilnahme-Gebühr 33,00 €, inkl. 13,00 €

Umlage für Lebensmittel

Veranstaltungs-Nr.: 2563660059

Fusionsküche

Tauchen Sie ein in die faszinierende Welt der Fusionsküche! In diesem Kurs zaubern wir delikate Makrelen mit Currysoße, begleitet von einer cremigen Pastinaken-Musseline mit Sesamöl. Den süßen Abschluss bildet ein feiner Crêpe mit Ingwer-Zitronencreme und karamellierter Birne, verfeinert mit aromatischem Szechuanpfeffer. Dieser Kochkurs ist ideal für alle, die ihre Kochtechniken verfeinern und mit Gewürzen raffinierte und innovative Gerichte kreieren möchten.

Mi 12.02.2025 | 18.00 – 21.45 Uhr

Stéphane Suarez

Teilnahme-Gebühr 33,00 €, inkl. 13,00 €

Umlage für Lebensmittel

Veranstaltungs-Nr.: 2563660081

Paarkochkurs am Valentinstag

Indische Küche

Sie lieben es zu kochen und würden gerne gemeinsam mit Ihrem Partner indisches Essen zubereiten? Am Valentinstag 2025 gibt es dazu Gelegenheit bei einem indischen Kochkurs für Paare, in dem einige klassische indische Essenskombinationen zusammen gekocht werden. In diesem Kochkurs lernen Sie neue Kochideen kennen, erleben ein reichhaltiges und köstliches Essen und genießen gemeinsam die Vielfalt der indischen Kulinarik mit Ihrem Partner und anderen Paaren.

Fr, 14.02.2025 | 18.15 – 22.00 Uhr

Anindya Sengupta & Enakshi Das

Teilnahme-Gebühr pro Person: 37,00 €, inkl.

17,00 € Umlage für Lebensmittel (pro Person)

Veranstaltungs-Nr.: 2563660091

> KOCHEN UND BACKEN

Türkische Küche für Einsteiger

Entdecken Sie die faszinierende Welt der türkischen Küche mit unserem Kochkurs für Einsteiger! Tauchen Sie ein in die Aromen und Traditionen dieser reichen kulinarischen Kultur, unabhängig davon, ob Sie Ihre ersten Schritte in der Küche machen oder bereits Erfahrung gesammelt haben. Gemeinsam werden wir verlockende Gerichte aus dem Ofen zaubern, die die Vielfalt und Raffinesse der türkischen Küche widerspiegeln. Von herzhaften Gemüsegereichten bis hin zu köstlichen Fleischbällchen, begleitet von traditionellen Beilagen und Saucen. Erfahren Sie auch die Süße Seite der türkischen Küche in dem wir gemeinsam traditionelle Süßspeise zubereiten.

Di 18.02.2025 | 18.00 – 21.45 Uhr
Nazmiye Akgöz
Teilnahme-Gebühr 32,00 €, inkl. 12,00 €
Umlage für Lebensmittel
Veranstaltungs-Nr.: 2563660074

Leichte Küche für jeden Tag

Kochkurs für mehr Balance und Wohlbefinden!

Die TCM-Küche (traditionelle chinesische Medizin) lehrt, wie wir uns im Einklang mit den Jahreszeiten und unserem individuellen Bedarf ernähren können. In diesem Kochkurs erklärt Frau Szecowka, wie man mit einfachen, saisonalen und gesunden Zutaten jeden Tag den eigenen Körper und Geist ins Gleichgewicht bringen kann. Ihr Körper wird es Ihnen danken – für mehr Energie, Vitalität und ein gutes Bauchgefühl.

Mi 19.02.2025 | 18.00 – 21.45 Uhr
Monika Szecowka
Teilnahme-Gebühr 35,00 €, inkl. 15,00 €
Umlage für Lebensmittel
Veranstaltungs-Nr.: 2563660093

Eintöpfe, Suppen, Bowls & Currys



Foto: © Shutterstock, sta

Eintöpfe, Suppen, Bowls und Currys – sie alle lassen sich auf vielfältige Weise genießen, ob vegetarisch, vegan, mit Fisch oder Fleisch. Auf dem Teller vereinen sich Gerichte wie Linseneintopf, Spinat-Curry, Kürbiscrèmesuppe und Reismudel-Bowl mit Gemüsebällchen. Lassen Sie sich inspirieren und überraschen!

Fr 21.02.2025 | 18.00 – 21.45 Uhr
Margarete Schmidt
Teilnahme-Gebühr 35,00 €, inkl. 15,00 €
Umlage für Lebensmittel
Veranstaltungs-Nr.: 2563660069

Heimische Superfoods - wiederentdeckt

Was die Großmutter schon kannte - ideenreich und gesund kochen mit heimischen Superfoods

Überall liest und hört man von exotischen Superfoods, wie Goji, Chia, Acai & Co. Superfood liegt seit einigen Jahren im Trend! Es muss aber nicht (immer) exotisch sein. Warum also in die Ferne schweifen, wenn wir tolle heimische Superfoods, wie z. B. Leinsamen; Nüsse oder unsere heimischen Beeren, direkt vor der Haustüre haben? Welche Alternativen gibt es und was haben sie uns ernährungstechnisch zu bieten?

> KOCHEN UND BACKEN

Wir picken uns ein paar heimische Superfoods heraus und zaubern uns mit „Herbstspracht vom Kürbis“, „Fenchel-Orangen-Salat“ und anderen Köstlichkeiten leckere Gerichte auf unsere Teller.

Mo 24.02.2025 | 18.00 – 21.45 Uhr
Michaela Brinsa
Teilnahme-Gebühr 33,00 €, inkl. 13,00 €
Umlage für Lebensmittel
Veranstaltungs-Nr.: 2563660076

Kulinarische Reise durch die Türkei

Pide, Mezze und Co.

Begeben Sie sich auf eine kulinarische Reise voller Geschmack und Aromen und entdecken Sie die Geheimnisse der türkischen Küche! Von köstlichem Pide in verschiedenen Variationen bis hin zu weiteren traditionellen Rezepten werden wir gemeinsam die Vielfalt der türkischen Küche kennenlernen. Erforschen Sie mit uns die Kunst der Mezze-Zubereitung und lernen Sie, wie man eine beeindruckende Auswahl an leckeren Vorspeisen kreiert.

Di 11.03.2025 | 18.00 – 21.45 Uhr
Nazmiye Akgöz
Teilnahme-Gebühr 32,00 €, inkl. 12,00 €
Umlage für Lebensmittel
Veranstaltungs-Nr.: 2563660075

Frühjahrsdetox

Nach TCM-Ernährungslehre

Der Frühling ist die perfekte Zeit, um Körper und Geist zu erneuern, um mit neuer Energie in die warme Saison durchzustarten! In diesem Kochkurs lernen Sie, wie eine sanfte, dabei sehr wirkungsvolle Frühjahrskur individuell, nach den eigenen Bedürfnissen gestaltet und durchgeführt werden kann. Nach einer kurzen Einführung werden gemeinsam die Grundrezepte der Reinigungskur gekocht, sowie Gerichte für die Einstiegs- und die Aufbau-tage.

Mi 12.03.2025 | 18.00 – 21.45 Uhr
Monika Szecowka
Teilnahme-Gebühr 35,00 €, inkl. 15,00 €
Umlage für Lebensmittel
Veranstaltungs-Nr.: 2563660094

Ein feiner Gruß aus der Provence

Lassen Sie sich in die Provence entführen und erleben Sie französische Lebensart auf dem Teller! In diesem Kochkurs bereiten wir eine zarte Lammhüfte nach provenzalischer Art mit frischem Saison Gemüse zu, begleitet von einer exquisiten Crème Brûlée, verfeinert mit einem Hauch Lavendel. Genießen Sie die französische Lebensart!

Di 18.03.2025 | 18.00 – 21.45 Uhr
Stéphane Suarez
Teilnahme-Gebühr 39,00 €, inkl. 19,00 €
Umlage für Lebensmittel
Veranstaltungs-Nr.: 2563660082

Ottolenghi vegetarische Köstlichkeiten

Der Kochkurs Yotam Ottolenghi besticht durch seine außergewöhnlichen Kombinationen und kreativen Gerichte. Wir lassen uns inspirieren von seinen vielfältigen Aromen und kochen einige seiner großartigen Rezepte nach. Ob Auberginen in würziger Tomatensoße mit Dill, Erbsenpüree mit Zatar, Krautsalat mit Mohn oder einen Brownie mit salzigen Erdnüssen.

Mi 19.03.2025 | 18.00 – 21.45 Uhr
Ruth Deckers
Teilnahme-Gebühr 35,00 €, inkl. 15,00 €
Umlage für Lebensmittel
Veranstaltungs-Nr.: 2563660071

> KOCHEN UND BACKEN

Iss dich glücklich

Mit Genuss und Freude beim Essen

Wie kann Essen dazu beitragen, dass ich mich ausgeglichener, motivierter und fitter fühle und dazu noch meine Stimmung steigt? Aus einem bunten Mix aus Obst und Gemüse zaubern wir uns u.a. mit Linsensalat mit Roter Bete, Äpfeln und Rucola sowie Gratiniertem Obstsalat leckere und gesunde Gerichte, die schnell und gut zubereiten sind. Bevor es in die praktische Umsetzung geht, erfahren Sie noch welchen Einfluss unsere Nährstoffe, auch auf unsere Stimmung haben und welche weiteren Faktoren hierbei eine wichtige Rolle spielen.

**Kochen und Klönen**

Ein geselliger Nachmittag mit kulinarischen Genüssen

Sie möchten neue Menschen kennenlernen und gemeinsam ein paar vergnügliche Stunden verbringen? Sie lieben gutes Essen in geselliger Runde? Dann ist „Kochen und Klönen“ genau das Richtige für Sie!

In gemütlicher Atmosphäre kochen, klönen und essen wir gemeinsam – ganz entspannt, mit viel Spaß und guter Laune. Das Kochen steht dabei nicht allein im Mittelpunkt; es geht vielmehr darum, sich zu treffen, zu klönen und in netter Gesellschaft einen schönen Nachmittag zu verbringen und sich auszutauschen.

Do 20.03.2025 | 18.00 – 21.45 Uhr

Michaela Brinsa
Teilnahme-Gebühr 33,00 €, inkl. 13,00 €
Umlage für Lebensmittel

Veranstaltungs-Nr.: 2563660077

Wir bereiten gemeinsam schmackhafte und gesunde Gerichte zu und nutzen die Zeit, um miteinander ins Gespräch zu kommen. Egal, ob Sie Ihre Lebenserfahrungen teilen möchten, Neues erfahren oder einfach nette Menschen treffen wollen – hier finden Sie Raum für anregende Unterhaltungen und gesellige Stunden. Wir freuen uns auf viele schöne Begegnungen und einen Nachmittag voller Herzlichkeit und Heiterkeit.

Referentin: Martina Heider
Teilnahme-Gebühr pro Termin: 33,00 €, inkl. 13,00 € Umlage für Lebensmittel

Do 27.03.2025 | 11.00 – 14.45 Uhr

Thema: Bella Italia
Veranstaltungs-Nr.: 2563660056

Di 20.05.2025 | 11.00 – 14.45 Uhr

Thema: Frühlingsküche
Veranstaltungs-Nr.: 2563660057

> KOCHEN UND BACKEN

Wechseljahre genießen

Genussvolle TCM-Küche für den „zweiten Frühling“ im Leben einer Frau!

Die Wechseljahre sind eine Zeit der Veränderung, die viele Frauen vor neue Herausforderungen stellt – körperlich und seelisch. In diesem Kochkurs zeigt Frau Szecowka, wie Sie mit der Ernährungslehre der traditionellen chinesischen Medizin (TCM) diese Lebensphase voller Energie, Gelassenheit und Wohlbefinden meistern können. Neben köstlichen, alltagstauglichen Rezepten erhalten Sie wertvolle Empfehlungen, wie Sie sich in den Wechseljahren durch Ernährung, Kräuter und achtsames Kochen selbst unterstützen können.

Di 25.03.2025 | 18.00 – 21.45 Uhr

Monika Szecowka
Teilnahme-Gebühr 35,00 €, inkl. 15,00 €
Umlage für Lebensmittel

Veranstaltungs-Nr.: 2563660095**Brot selbst backen**

In den letzten Jahren haben viele Menschen begonnen, ihr Brot selbst zu backen. Die Motive sind unterschiedlich. Die einen möchten sich gesund und nachhaltig ernähren, die anderen meiden die Industriebrote und wiederum andere haben Spaß am Selberbacken. Zum Brotbacken gehört nicht nur ein gutes Rezept, sondern auch das Erlernen von handwerklichen Techniken, die Kenntnisse über Mehlsorten, Hefe und Sauerteige und das Erleben was einen guten Teig ausmacht. Deswegen sind Sie in diesem Kurs genau richtig.

Am Kurstag bitte mitbringen:
1 Küchenmaschine (für den Teig), 1 Schürze,
2 Geschirrtücher, 1 Kunststoffschüssel für den Teig, falls vorhanden: 1 Kastenform oder andere gebräuchliche Backform, Gläser und Tüten für Kostproben und Mehlmischungen für zuhause.

Sa 29.03.2025 | 10.00 – 14.00 Uhr

Maria Zimmermann

Teilnahme-Gebühr 32,00 €, inkl. 12,00 €
Umlage für Lebensmittel

Veranstaltungs-Nr.: 2563660085**Italienische Küche**

Die italienische Küche ist mehr als nur Pasta oder Pizza. Sie besteht aus einer Vielzahl an kulinarischen Besonderheiten und hat zahlreiche regionalen Zutaten und Spezialitäten zu bieten, die von der geografischen Lage und langen Kochtradition Italiens bedingt sind. Dieser Kochkursabend führt Sie in die Feinheiten der italienischen Kochkunst ein.

Mo 31.03.2025 | 18.00 – 21.45 Uhr

Mercedes Ines Adjelleh
Teilnahme-Gebühr 33,00 €, inkl. 13,00 €
Umlage für Lebensmittel

Veranstaltungs-Nr.: 2563660060**Suppenküche**

Kraftsuppen und mehr nach der Ernährungslehre der TCM

Die TCM (traditionelle chinesische Medizin) empfiehlt Suppen als idealen Weg, um den Körper von innen zu nähren. Sie sind leicht verdaulich, voller Nährstoffe und bringen das Yin (die kühlende, nährenden Energie) sowie das Yang (die wärmende, stärkende Energie) ins Gleichgewicht. Entdecken Sie, wie Suppen nach den Prinzipien der TCM mit ausgewählten Kräutern, Gewürzen und Nahrungsmitteln zubereitet werden, die Ihren Körper Energie liefern, Blut und Körpersäfte aufbauen und die Verdauung unterstützen.

Mi 02.04.2025 | 18.00 – 21.45 Uhr

Monika Szecowka
Teilnahme-Gebühr 35,00 €, inkl. 15,00 €
Umlage für Lebensmittel

Veranstaltungs-Nr.: 2563660096

> KOCHEN UND BACKEN

Ölwechsel in der Küche

Kochen mit gesunden Ölen

Erfahren Sie, welche Öle es gibt, welche Bedeutung sie für den menschlichen Körper haben und wie sie in der Küche optimal genutzt werden können. Nach dem Ausflug in die Theorie, bereiten wir leckere und schmackhafte Gerichte mit den entsprechenden Ölen zu und verkosten diese in geselliger Runde.

Do 03.04.2025 | 18.00 – 21.45 Uhr

Michaela Brinsa

Teilnahme-Gebühr 34,00 €, inkl. 14,00 €

Umlage für Lebensmittel

Veranstaltungs-Nr.: 2563660078

Peruanische Küche

Die peruanische Gastronomie ist das Ergebnis einer Fusion der alten peruanische Küche mit europäischem und asiatischem Einfluss. Dabei bestimmen die regionalen Gegebenheiten die Vielfalt der kulinarischen Angebote. Die farbenfrohe Küche erhält ihre Würze durch verschiedene Chilisorten mit unterschiedlichen Farben, Geschmack und Aromen. Tauchen Sie mit uns in präkolumbianischer Kultur ein und lernen Sie in diesem Kurs wie man z. B. mit Mais nicht nur Gerichte, sondern auch leckere Getränke zubereiten kann.

Mo 07.04.2025 | 18.00 – 21.45 Uhr

Mercedes Ines Adjelleh

Teilnahme-Gebühr 33,00 €, inkl. 13,00 €

Umlage für Lebensmittel

Veranstaltungs-Nr.: 2563660061

Aromenspiel

Kreative Küche für Genießer

Tauchen Sie ein in die Welt der Aromen und erlernen Sie praktische Techniken, um verschiedene Aromen herauszuarbeiten und zu konzentrieren. Ideal für alle, die ihre Kochkünste

um innovative Techniken erweitern möchten. In diesem Kurs bereiten wir Geflügelrouladen mit Pistazien sowie eine samtige Lauch-Kartoffelcremesuppe zu. Ein Highlight ist der geschmorte Chicorée, verfeinert mit Kardamom, Orange und Trockenfrüchten, der dem Gericht eine besondere Note verleiht.

Di 08.04.2025 | 18.00 – 21.45 Uhr

Stéphane Suarez

Teilnahme-Gebühr 35,00 €, inkl. 15,00 €

Umlage für Lebensmittel

Veranstaltungs-Nr.: 2563660083

Orientalische Taps

Wir kochen Taps so verführerisch wie aus Tausend und einer Nacht. Lassen sie sich entführen die Welt der Aromen und Düften des Orients, tauchen sie ein in eine Welt aus Rosenwasser, Kurkuma und Koriander. Wir kochen und backen vegan, ohne dass wir was vermissen würden.



Foto: © shutterstock, Fevziele

Mi 09.04.2025 | 18.00 – 21.45 Uhr

Ruth Deckers

Teilnahme-Gebühr 35,00 €, inkl. 15,00 €

Umlage für Lebensmittel

Veranstaltungs-Nr.: 2563660072

> KOCHEN UND BACKEN

Das eigene Wohlfühlgewicht finden

Gesund und genussvoll abnehmen mithilfe der TCM-Ernährungslehre

Das persönliche Wohlfühlgewicht ist mehr als nur eine Zahl auf der Waage – es ist das Ergebnis einer ausgewogenen Ernährung, die Körper und Geist in Einklang bringt. In diesem Kochkurs lernen Sie, wie Sie mithilfe der Ernährungslehre der traditionellen chinesischen Medizin (TCM) Ihr ideales Gewicht auf gesunde und leckere Weise erreichen und somit Ihre Vitalität und Gesundheit stärken.

Di 29.04.2025 | 18.00 – 21.45 Uhr

Monika Szcwowka

Teilnahme-Gebühr 35,00 €, inkl. 15,00 €

Umlage für Lebensmittel

Veranstaltungs-Nr.: 2563660097

Schätze der japanischen Küche

Miso, Algen, Sojasaucen und co. in meiner täglichen Küche

Haben Sie schon einmal von Superfoods aus der japanischen Küche wie Misopasten, Algen, Sojasauce und Co. gehört? In diesem Kochkurs zeigt Ihnen Frau Szcwowka, wie Sie mit diesen gesundheitsfördernden, aber vor allem sehr leckeren Zutaten täglich neue Geschmackserlebnisse schaffen können, mit Rezepten für schnelle Mittagessen, gemütliche Abendessen oder ein besonderes Wochenendgericht, vom Miso-Suppe über Sushi-Bowl bis Algen-Nudel- oder Kartoffelsalat mit Miso-Mayonnaise.

Di 06.05.2025 | 18.00 – 21.45 Uhr

Monika Szcwowka

Teilnahme-Gebühr 35,00 €, inkl. 15,00 €

Umlage für Lebensmittel

Veranstaltungs-Nr.: 2563660098

Griechische Küche

Urlaub auf dem Teller

Griechenland, das ist azurblaues Meer, idyllische Strände und die Klänge von Sirtaki-Musik. Bei uns ist Griechenland vor allem für seine mediterrane Küche bekannt und beliebt. Mit viel buntem Gemüse, Obst und frischen Kräutern gilt sie als eine der gesündesten Küchen der Welt gilt. Kommen Sie mit uns auf eine kulinarische Entdeckungsreise in das Land von Zeus und Co. und erleben Sie die Vielfältigkeit der griechischen Küche. Kali orexi! Guten Appetit!

Do 08.05.2025 | 18.00 – 21.45 Uhr

Michaela Brinsa

Teilnahme-Gebühr 32,00 €, inkl. 12,00 €

Umlage für Lebensmittel

Veranstaltungs-Nr.: 2563660079

Punjabi Brunch Party

Hülsenfrüchte gehören zu den Hauptbestandteilen der indischen Küche. Sie sind eiweiß- und ballaststoffreich. Kombiniert mit exotischen Gewürzen, wie zum Beispiel Curryblätter, grüne und schwarze Kardamoms, Bockshornkleebblätter, Kurkuma, Mangopulver oder Senfkörner sind diese Gerichte sehr bekömmlich. In diesem Kochkurs werden Kichererbsen und Kartoffeln zu verschiedenen Currys zubereitet. Sie lernen die Herstellung von Bhaturas, ein exotisches Brot aus Mehl, Salz, Hefe und Joghurt. Als Beilagen gibt es Reis, Salat und Chutney.

Sa 10.05.2025 | 10.30 – 14.15 Uhr

Kamlesh Chandna

Teilnahme-Gebühr 32,00 €, inkl. 12,00 €

Umlage für Lebensmittel

Veranstaltungs-Nr.: 2563660086

> KOCHEN UND BACKEN

Persische Küche

Die persische Küche hat eine lange kulinarische Tradition und ist dank ihrer verschiedenen Regionen und Einflüsse, sehr vielfältig aufgestellt. Sie verwendet würzige Kräuter und Milchprodukte, um vollmundige Aromen zu kreieren. Entdecken Sie in diesem Kochkurs die vielfältigen und besonderen Köstlichkeiten der persischen Gerichte.

Mo 12.05.2025 | 18.00 – 21.45 Uhr

Mercedes Ines Adjelleh

Teilnahme-Gebühr 35,00 €, inkl. 15,00 € Umlage für Lebensmittel

Veranstaltungs-Nr.: 2563660062

Summer-Rolls & Bowls (vegan)

Im Mittelpunkt stehen kunterbuntes Gemüse mit passenden Beilagen aus denen wir in unterschiedlichen Kombinationen, mit passenden Dressings und verschiedenen Toppings köstliche Bowls kreieren. Außerdem werden die beliebten Summer-Rolls mit unterschiedlichen Füllungen und Dips zubereitet. Alle Rezepte eignen sich wunderbar für warme Sommertage, und lassen auch prima für 1-2 Tage im Voraus zubereiten. Alle Speisen werden rein pflanzlich zubereitet.

Di 13.05.2025 | 18.15 – 22.00 Uhr

Yvonne Richelshagen

Teilnahme-Gebühr 32,00 €, inkl. 12,00 € Umlage für Lebensmittel

Veranstaltungs-Nr.: 2563660088

Indische vegane Küche

Traditionelle Gerichte und Fusionsrezepte

In diesem Kurs kommen einfache, aber köstliche indische vegane Rezepte auf den Tisch. Zum einen werden traditionelle Gerichte und auch neue Fusionsrezepte ausprobiert. Von cremigen Saucen bis hin zu würzigem Chutney ist vieles dabei. In diesem Kochkurs lernen Sie neue Kochideen kennen und erleben reichhaltiges und

köstliches Essen.

Fr 16.05.2025 | 18.15 – 22.00 Uhr

Anindya Sengupta & Enakshi Das

Teilnahme-Gebühr 35,00 €, inkl. 15,00 € Umlage für Lebensmittel

Veranstaltungs-Nr.: 2563660089

Asien Street Food

Der Geschmack Asiens in Ihrer Schüssel.

Wir starten eine Kulinarische Reise durch die Töpfe Asiens und bereiten ein leckeres Kimchi mit Heimischen Gemüse, köstliche Bao Buns bunt gefüllt, eine Po Chai und leckere Dips und Saucen, die ihre Küche bereichern werden.

Mi 21.05.2025 | 18.00 – 21.45 Uhr

Ruth Deckers

Teilnahme-Gebühr 35,00 €, inkl. 15,00 € Umlage für Lebensmittel

Veranstaltungs-Nr.: 2563660073

Ein indisches Drei-Gänge-Menü

Als Vorspeise bereiten wir sogenannten Pakoras zu. Das sind in Fett gebackene Gemüsehäppchen umhüllt mit Linsenmehlteig, die wir mit Minze oder Pflaumen-Tamarinde-Chutney servieren. Der Hauptgang besteht aus Tarka Dal, Matter Paneer, Linsen Curry und Käsewürfeln mit Erbsen-Curry. Zum Nachtsch gibt es ein Vollweizenmehl Halwa mit Nüssen. Als Beileigen stehen zu Essen schließlich Mango Lassi, Reis und Fladenbrot (Roti Parathas) bereit.

Fr 23.05.2025 | 18.15 – 22.00 Uhr

Kamlesh Chandna

Teilnahme-Gebühr 32,00 €, inkl. 12,00 € Umlage für Lebensmittel

Veranstaltungs-Nr.: 2563660087

> KOCHEN UND BACKEN

Kolumbianische Küche

Gefüllter Teig (Empanadas) wird in fast ganz Lateinamerika zubereitet. Doch jedes Land kennt eigene Feinheiten und alle Versionen sind unglaublich lecker. In Kolumbien wird ein Teig aus Maismehl zubereitet und eine köstliche Füllung aus Rind- oder Hähnchenfleisch, mit verschiedenen Gewürzen Kartoffeln beigemischt. Freue Sie sich auf köstliche und knusprige Empanadas, die Ideal zur typisch kolumbianischen Sancocho-Suppe passen.

Mo 26.05.2025 | 18.00 – 21.45 Uhr

Mercedes Ines Adjelleh

Teilnahme-Gebühr 33,00 €, inkl. 13,00 € Umlage für Lebensmittel

Veranstaltungs-Nr.: 2563660063

Lukullische Kleinigkeiten zum Sattwerden

Lukullische Kleinigkeiten zum Sattwerden – ob mediterrane Meze, spanische Tapas, asiatisches Fingerfood, südamerikanische Häppchen oder ein französisches Amuse-Bouche. Lassen Sie sich überraschen – hier findet jede und jeder etwas Passendes und wird garantiert satt!

Di 27.05.2025 | 18.00 – 21.45 Uhr

Margarete Schmidt

Teilnahme-Gebühr 35,00 €, inkl. 15,00 € Umlage für Lebensmittel

Veranstaltungs-Nr.: 2563660070

Spargelgenuss

Die Vielfalt der Spargelküche entdecken



Foto: © shutterstock, C. Giesenmann

Erleben Sie die Spargelsaison in ihrer vollen Pracht und lassen Sie sich von der Vielfalt dieses edlen Gemüses begeistern! In diesem Kurs lernen Sie, wie Sie Spargel auf verschiedene Arten zubereiten und mit köstlichen Saucen perfekt kombinieren können. Lernen Sie wertvolle Tricks kennen, um Ihre Spargelgerichte noch weiter aufzuwerten.

Di 03.06.2025 | 18.00 – 21.45 Uhr

Stéphane Suarez

Teilnahme-Gebühr 31,00 €, inkl. 11,00 € Umlage für Lebensmittel

Veranstaltungs-Nr.: 2563660084

Kulinarische Einführung in die TCM-Ernährungslehre

Erleben Sie die Heilkraft der traditionellen chinesischen Medizin (TCM) direkt in Ihrer Küche! In diesem Kochkurs Kulinarischen Einführung in die TCM-Ernährung lernen Sie die Grundlagen der jahrtausendealten TCM-Ernährungsweise kennen und erfahren, wie Sie Ihre Gesundheit und Ihr Wohlbefinden durch ausgewogene Mahlzeiten jeden Tag stärken können.

Do 05.06.2025 | 18.00 – 21.45 Uhr

Monika Szczecowka

Teilnahme-Gebühr 35,00 €, inkl. 15,00 € Umlage für Lebensmittel

Veranstaltungs-Nr.: 2563660099

> KOCHEN UND BACKEN

Französische Küche - frisch, saisonal und gesund

Unkomplizierte Rezepte aus der französischen (Bistro)küche

Bei französischer Küche denkt jeder direkt an Bocuse und die Sterneküche. Frankreich hat aber auch eine andere sehr schmackhafte Seite zu bieten. Kommen Sie mit auf eine kulinarische Reise durch das ländliche Frankreich und bereiten Sie mit uns leckere und unkomplizierte Rezepte aus der französischen (Bistro)küche zu, die wir anschließend gemeinsam verkosten. Freuen Sie sich zum Beispiel auf Quiche, Tian des legumes, den farbenfrohen Gemüseauflauf aus der Provence, Clafoutis aux cerises, eine köstliche sommerliche Nascherei mit Kirschen sowie weitere feine Köstlichkeiten. Ein französisches Getränk rundet das mehrgängige Menü ab.

Do 12.06.2025 | 18.00 – 21.45 Uhr

Michaela Brinsa
Teilnahme-Gebühr 33,00 €, inkl. 13,00 € Umlage für Lebensmittel

Veranstaltungs-Nr.: 2563660080

Indisches Streetfood

Indisches Streetfood ist köstlich und vielfältig zugleich. In der lebendigen Streetfood-Szene Indiens ist für jeden etwas dabei. In diesem Kurs kochen wir einige leckere warme, frittierte Snacks sowie gesunde vegetarische Gerichte, die Ihr Herz (und Ihren Gaumen) erobern werden.

Do 26.06.2025 | 18.15 – 22.00 Uhr

Anindya Sengupta & Enakshi Das
Teilnahme-Gebühr 35,00 €, inkl. 15,00 € Umlage für Lebensmittel

Veranstaltungs-Nr.: 2563660090



Foto: © shutterstock, Rawpixel.com

Ecuadorianische Küche

In der ecuadorianischen Landwirtschaft sticht der Bananenbau hervor, deshalb sind Bananen gerade in der Küstenregion ein wichtiger Bestandteil der Gastronomie. Von den vielen Bananensorten sind für die ecuadorianische Küche v.a. die grünen Kochbananen wichtig. An diesen Abend kochen wir ein 3 Gänge Menü, bei dem der interessante Geschmack dieser verschiedenen Bananen erlebbar wird.

Mo 30.06.2025 | 18.00 – 21.45 Uhr

Mercedes Ines Adjelleh
Teilnahme-Gebühr 33,00 €, inkl. 13,00 € Umlage für Lebensmittel

Veranstaltungs-Nr.: 2563660064

> TEXTILES GESTALTEN / NÄHEN

Hinweise für die Nähkurs

Unsere Nähkurse finden überwiegend statt im Kath. Bildungsforum Leverkusen | Manforter Straße 186 | 51373 Leverkusen. Nachfolgend sind nur abweichende Veranstaltungsorte vermerkt. Eine Übersicht aller Kurse entnehmen Sie bitte der Homepage www.bildungsforum-leverkusen.de oder folgen Sie dem QR-Code.



Foto: © shutterstock, FabrikaSimf.

Basismaterial für den Nähkurs:

- (bitte immer zum Kurs mitbringen)
- Nähadeln
 - passendes Nähgarn
 - Handmaß
 - Maßband
 - Stecknadeln
 - Bleistift, Filzstift, Schneiderkreide
 - kleine Arbeitsschere und Papierschere
 - Packpapier
 - Stoffe nach Bedarf
 - wenn Vorhanden Vorlagen und Schnittmuster

Nähmaschinenspulen und Nähmaschinennadeln (Flachkolben, 130iger System) können für die Maschinen im Kurs ausgeliehen werden.

Nähen für alle I

14-tägig

Mo 13.01. – Mo 16.06.2025 (9 Termine)

09.30 – 11.45 Uhr

Claudia Mandl-Ehmann
Teilnahme-Gebühr 60,75 €

Veranstaltungs-Nr.: 2563660040

Nähen für alle II

14-tägig

Mo 20.01. – Mo 23.06.2025 (9 Termine)

09.30 – 11.45 Uhr

Claudia Mandl-Ehmann
Teilnahme-Gebühr 60,75 €

Veranstaltungs-Nr.: 2563660041

Die Montagsnäher

Mo 13.01. – Di 01.04.2025 (10 Termine)

19.00 – 21.15 Uhr

Claudia Mandl-Ehmann, Schneiderin
Teilnahme-Gebühr 67,50 €

Veranstaltungs-Nr.: 2563660037

Die Montagsnäher

Mo 28.04. – Mo 23.06.2025 (8 Termine)

19.00 – 21.15 Uhr

Claudia Mandl-Ehmann
Teilnahme-Gebühr 54,00 €

Veranstaltungs-Nr.: 2563660038

Kindermodewerkstatt

Di 14.01. – Di 01.04.2025 (10 Termine)

09.30 – 11.45 Uhr

Claudia Mandl-Ehmann
Teilnahme-Gebühr 67,50 €

Veranstaltungs-Nr.: 2563660036

> TEXTILES GESTALTEN / NÄHEN

Kindermodewerkstatt

Di 29.04. – Di 24.06.2025 (8 Termine)
09.30 – 11.45 Uhr
 Claudia Mandl-Ehmann
 Teilnahme-Gebühr 54,00 €
Veranstaltungs-Nr.: 2563660035

Nähen I

14-tätig

Mi 22.01. – Mi 25.06.2025 (11 Termine)
9:00 – 12.45 Uhr
 Irmgard Engstenberg
 Teilnahme-Gebühr 123,75 €
Veranstaltungs-Nr.: 2563660017

Nähen I

14-tätig

Mi 10.09. – Mi 03.12.2025 (6 Termine)
9:00 – 12.45 Uhr
 Irmgard Engstenberg
 Teilnahme-Gebühr 67,50 €
Veranstaltungs-Nr.: 2563660019

Nähen II

14-tägig

Mi 29.01. – Mi 09.07.2025 (11 Termine)
9:00 – 12.00 Uhr
 Irmgard Engstenberg
 Teilnahme-Gebühr 99,00 €
Veranstaltungs-Nr.: 2563660018

Nähen II

14-tägig

Mi 17.09. – Mi 10.12.2025 (6 Termine)
9:00 – 12.00 Uhr
 Irmgard Engstenberg
 Teilnahme-Gebühr 54,00 €
 Seminarumfang 6 x = 24 UStd.
Veranstaltungs-Nr.: 2563660020

Nähkurs am Freitag

Fr 31.01. – Fr 04.07.2025 (17 Termine)
9:00 – 12.00 Uhr
 Ulrike Walter
 Teilnahme-Gebühr 153,00 €
Veranstaltungs-Nr.: 2563660023

Fit für die Nähmaschine

Workshop für Nähneulinge



Foto: © shutterstock, Africa Studio

Dieser Workshop richtet sich an alle, die den Umgang mit der Nähmaschine praxisnah von Grund auf lernen möchten. In entspannter Atmosphäre erlernen die Teilnehmenden die wichtigsten Grundlagen: vom Einfädeln bis zur ersten eigenen Naht. Anhand von Nähprojekten wie einfache Oberteile, Röcke, Hosen oder auch Kinderbekleidung machen sie sich Schritt für Schritt mit den Funktionen und Einstellungen der Maschine vertraut und lernen gleichzeitig die Anwendung von Schnittmustern für Nähanfänger. Am Ende des Workshops sind die Teilnehmenden fit für erste kleine Nähprojekte.

Fr 11.04.2025 | 17:00 – 21:00 Uhr
Sa 12.04.2025 | 10:00 – 16:00 Uhr
 Ulrike Walter, Schneiderin
 Teilnahme-Gebühr 27,00 €
Veranstaltungs-Nr.: 2563660033

> NÄHEN AM WOCHENENDE

Nähworkshop am Wochenende

Nähen Alaaf

Fr 17.01.2024 | 17:00 – 20:00 Uhr
Sa 18.01.2025 | 10:00 – 17:00 Uhr
 Bahareh Rupp
 Teilnahme-Gebühr 27,00 €
Veranstaltungs-Nr.: 2563660027

Nähworkshop am Wochenende

Nähen mit Leidenschaft

Fr 31.01.2025 | 17:00 – 20:00 Uhr
Sa 01.02.2025 | 10:00 – 17:00 Uhr
 Bahareh Rupp
 Teilnahme-Gebühr 27,00 €
Veranstaltungs-Nr.: 2563660026

Nähworkshop am Wochenende

Karnevalskostüme und mehr

Fr 07.02.2025 | 19:00 – 22:00 Uhr
Sa 08.02.2025 | 10:00 – 17:00 Uhr
 Claudia Mandl-Ehmann
 Teilnahme-Gebühr 27,00 €
Veranstaltungs-Nr.: 2563660048

Nähworkshop am Wochenende

Modischer Start in den Frühling

Fr 04.04.2025 | 19:00 – 22:00 Uhr
Sa 05.04.2025 | 10:00 – 17:00 Uhr
 Claudia Mandl-Ehmann
 Teilnahme-Gebühr 27,00 €
 Seminarumfang 2 x = 12 UStd.
Veranstaltungs-Nr.: 2563660047

Nähworkshop am Wochenende

Upcycling

Fr 09.05.2025 | 17:00 – 20:00 Uhr
Sa 10.05.2025 | 10:00 – 17:00 Uhr
 Bahareh Rupp
 Teilnahme-Gebühr 27,00 €
Veranstaltungs-Nr.: 2563660028

Nähworkshop am Wochenende

Kreativ und passgenau – Kleidung selbst nähen

Fr 23.05.2025 | 17:00 – 21:00 Uhr
Sa 24.05.2025 | 10:00 – 17:00 Uhr
 Ulrike Walter
 Teilnahme-Gebühr 27,00 €
Veranstaltungs-Nr.: 2563660034

Nähworkshop am Wochenende

Ferienmode

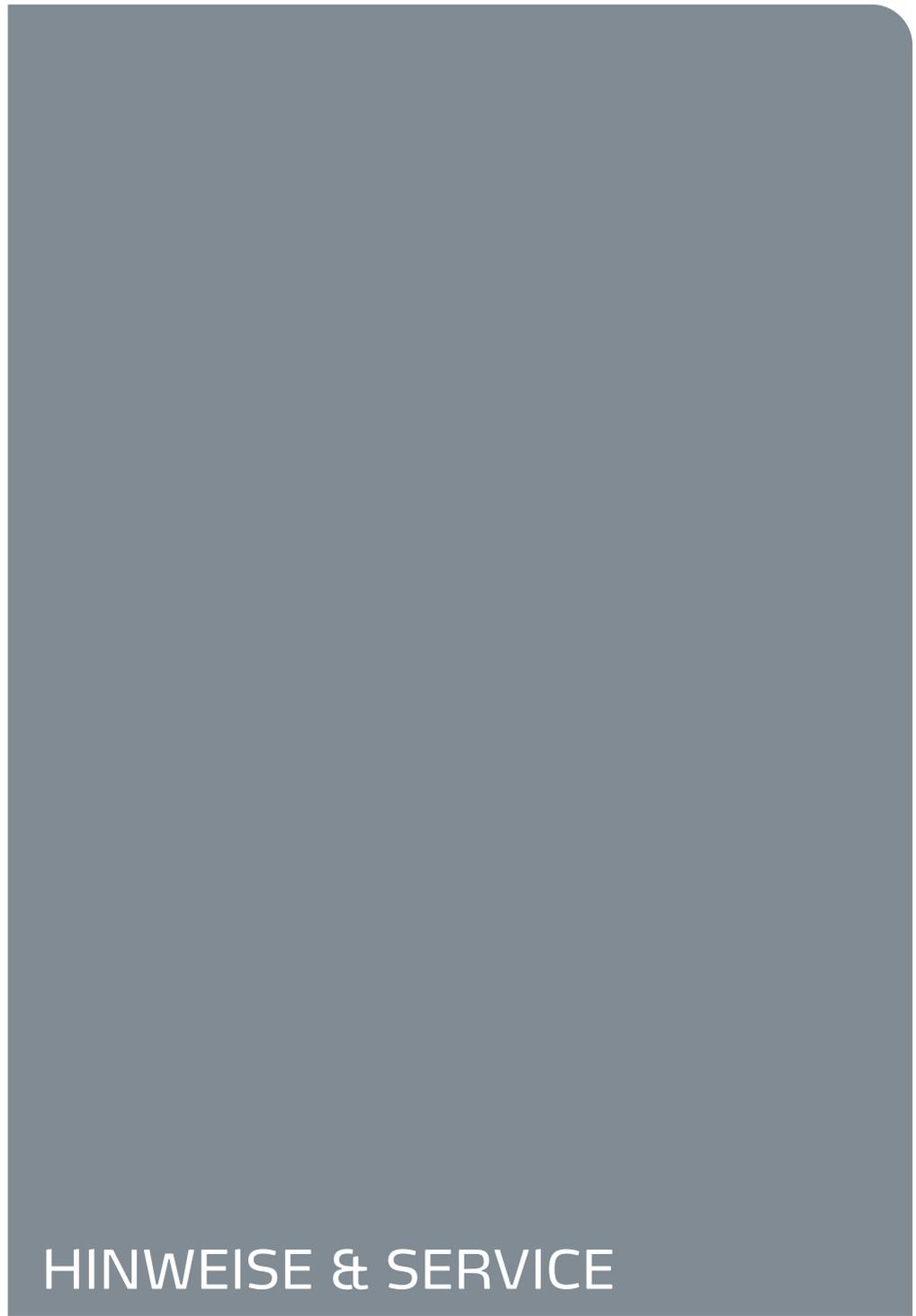
Fr 27.06.2025 | 19:00 – 22:00 Uhr
Sa 28.06.2025 | 10:00 – 17:00 Uhr
 Claudia Mandl-Ehmann
 Teilnahme-Gebühr 27,00 €
Veranstaltungs-Nr.: 2563660046



VERANSTALTUNGEN
IN PFARRGEMEINDEN,
VERBÄNDEN
UND EINRICHTUNGEN



Foto: © shutterstock, Chromatika Multimedia snc



HINWEISE & SERVICE

> WIR ÜBER UNS



KOOPERATIONEN

- Stadt Leverkusen
- SkF Leverkusen
- Katholisches Familienzentrum St. Remigius
- Katholisches Familienzentrum Christus König
- Katholisches Familienzentrum St. Aldegundis
- Katholisches Familienzentrum St. Andreas
- Katholisches Familienzentrum MOSAIK
- Caritas Tageseinrichtung für Kinder St. Matthias
- Caritas Tageseinrichtung für Kinder Am Steinberg
- Caritas Tageseinrichtung für Kinder Maximilian Kolbe
- Caritasverband Leverkusen e.V.
- Ev. Familien- und Erwachsenenbildungswerk des Kirchenkreises Leverkusen

Weitere Kooperationen bestehen mit den Pfarrgemeinden, Seelsorgebereichen und Gruppierungen.

Fördermöglichkeiten / Ermäßigungen

Die Teilnehmergebühren unserer Katholischen Familienbildungsstätte sind für die Teilnehmerinnen und Teilnehmer sehr kostengünstig kalkuliert. Um die Angebote für jedermann zugänglich zu machen, gibt es für einzelne Gruppen die Möglichkeit einer darüberhinausgehenden Gebührenermäßigung. Die Ermäßigungen müssen bis zum ersten Kurstag beantragt werden. Später eingehende Anträge können nicht mehr berücksichtigt werden.

Leistungen für Bildung und Teilhabe

Seit dem 1. Januar 2011 haben Kinder, Jugendliche und junge Erwachsene aus einkommensschwachen Familien einen verbesserten Anspruch auf Bildung und gesellschaftliche Teilhabe und können zu diesem Zweck bei den zuständigen Stellen zusätzliche Leistungen beantragen.

Informationen erhalten Sie unter

www.ag-leverkusen.de

Neben den genannten Ermäßigungen, stehen Ihnen eine Vielzahl an anderen Ermäßigungen zur Verfügung. Bitte informieren Sie sich über weitere mögliche Ermäßigungsgründe und einzureichende Nachweise bei der Katholischen Familienbildungsstätte Leverkusen.

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

Weitere Informationen zu Ermäßigungen

Im Rahmen der neuen ESF-Förderphase ist das Förderangebot des Bildungsschecks umgestaltet worden und richtet sich ab 2015 besonders an Zugewanderte, Un- und Angelernte, Beschäftigte ohne Berufsabschluss und Berufsrückkehrende. Zuwanderer und Zuwanderinnen können vorhandene Qualifizierungslücken schließen und ihre im Ausland erworbenen beruflichen Qualifikationen anerkennen lassen. Un- und Angelernte können mit Unterstützung durch den Bildungsscheck einen Berufsabschluss nachholen.

Wer wird gefördert?

Der Bildungsscheck richtet sich an Beschäftigte, Berufsrückkehrende und Betriebe:

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

Was wird gefördert?

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

Wie wird gefördert?

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

> WIR ÜBER UNS

Bildungsschecks geklärt. Im Anschluss an die Beratung wird der Bildungsscheck ausgehändigt und kann dann beim Weiterbildungsträger zur Verrechnung eingereicht werden.

Wie kommen Sie an einen Bildungsscheck für eine Fortbildung?

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

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



Qualitätsversprechen

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

Liebe Teilnehmerinnen, liebe Teilnehmer, liebe Kooperationspartner, seit Dezember 2009 sind wir erfolgreich zertifiziert nach der Qualitätsnorm DIN EN ISO 9001. Dieses Zertifikat verpflichtet uns, sorgfältig auf die Erfüllung unserer Qualitätsstandards zu achten. Ihre Zufriedenheit mit unseren Weiterbildungsveranstaltungen steht dabei an erster Stelle. Wir arbeiten gezielt daran, diese Zufriedenheit aufrechtzuerhalten bzw. zu steigern, indem wir aus Ihren und unseren positiven Erfahrungen, aber auch aus Ihren kritischen Rückmeldungen lernen. Wir bitten Sie daher, den am Ende eines Kurses oder einer Veranstaltung von uns ausgehenden Fragebogen auszufüllen und sich so- mit an unserer Qualitätserhebung zu beteiligen. Natürlich können Sie uns auch unabhängig von der schriftlichen Befragung eine Rückmeldung geben, was Sie für gut gelungen halten oder was aus Ihrer Sicht verbessert werden sollte. Wir greifen Ihre Anregungen gerne auf und nutzen Ihre Ideen als Optimierungsimpuls!

Falls Sie weitere Fragen zu unserem Qualitätsmanagement haben, können Sie sich gerne an die Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter der Katholischen Familienbildungsstätte Leverkusen wenden.

Herzlichen Dank!

Leiterin

> DIGITALE ANGEBOTE

Aufnahme von Wort-, Bild- und Tonbeiträgen

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

Digitale Kursangebote

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

Fundsachen

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

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 Datenschutzerklärung <https://bildung.erzbistum-koeln.de/bw-erzdioezese-koeln-ev/datenschutz/>. Dieses Online-Seminar kann vom Moderator für interne Zwecke aufgezeichnet. 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/hc/de/articles/201362023-Systemanforderungen-f%C3%BCr-PC-Mac-und-Linux>

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.

> ALLGEMEINE GESCHÄFTSBEDINGUNGEN

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

Geltungsbereich

Die folgenden Allgemeinen Geschäftsbedingungen regeln das Verhältnis zwischen TeilnehmerInnen und Teilnehmern an Veranstaltungen und der Bildungseinrichtung.

Abweichende Allgemeine Geschäfts- oder Veranstaltungsbedingungen haben keine Gültigkeit.

Anmeldung

Bitte nutzen Sie für die Anmeldung die Anmeldekarten im Programmheft, die separaten Flyer bzw. Anmeldekarten oder die Online-Anmeldung auf unserer Internetseite. Die Anmeldung zu den Veranstaltungen muss schriftlich unter Angabe des vollen Namens, der Anschrift und Telefonnummer erfolgen.

Die Anmeldung für eine Veranstaltung ist verbindlich und verpflichtet zur Zahlung des festgesetzten Teilnahmeentgeltes, auch für durch Sie angemeldete andere Personen. Sie erhalten von uns eine Anmeldebestätigung und werden benachrichtigt, falls eine Veranstaltung belegt ist oder ausfällt.

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

Anmeldung für Veranstaltungen mit Kooperationspartnern

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

Online-Anmeldung

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

Zahlungsweise

Die Zahlung erfolgt durch SEPA-Lastschriftinzug.

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

SEPA-Lastschriftinzug

Das Lastschriftinzugsverfahren wird mit der Gläu-

biger-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.

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

Banküberweisung

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

Ratenzahlung

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

Rücktritt

Bei Erklärung des schriftlichen Rücktritts, die uns spätestens am 7. Tag vor dem Veranstaltungstermin zugeht, entfällt die Pflicht zur Leistung der Vergütung. Bei einer späteren Abmeldung bzw. bei Nichterscheinen oder vorzeitigem Beenden der Teilnahme ist die volle Teilnehmergebühr zu zahlen. Für Veranstaltungen im Bereich der beruflichen Qualifikationen (z.B. Schultag u. Kindertagespflege) oder mit ausgewiesenen personenbezogenen öffentlichen Fördermitteln (z.B. Bildungsschecks) oder mit Übernachtung und Verpflegung gelten abweichende Rücktrittsfristen. Kursangebote im Bereich der beruflichen Qualifikationen 6 Wochen vor Kursbeginn
Kursangebote mit personenbezogenen öffentlichen Fördermitteln 8 Wochen vor Kursbeginn
Kursangebote mit Übernachtung und Verpflegung entsprechend der AGB Reiserecht
Maßgebend ist in allen Fällen das Eingangsdatum der Abmeldung bei der Bildungseinrichtung. Zur Fristwahrung muss die Rücktrittserklärung schriftlich beim Bildungswerk eingehen. Der Rücktritt ist zu richten an:
Bildungswerk der Erzdiözese Köln e.V.
Marzellenstr. 32
50668 Köln

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.

> ALLGEMEINE GESCHÄFTSBEDINGUNGEN

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 Teilnahmegebühren 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 beantragt werden. Später eingehende Anträge können nicht mehr berücksichtigt werden.

In Bezug auf die Erstattungsmöglichkeiten der Krankenkassen bitten wir die TeilnehmerInnen 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.

Datenschutzerklärung / Datenschutz-Informationspflichten gemäß § 15 KDG

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

Betrieblicher Datenschutz:

Bildungswerk der Erzdiözese Köln e.V., Marzellenstr. 32, 50668 Köln, Email: datenschutzbeauftragter@bildungswerk-ev.de

Datenkategorien:

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

Zwecke und Rechtsgrundlage der Datenverarbeitung:
Wir verarbeiten personenbezogene Daten im Einklang mit den Bestimmungen des KDG (Kirchliches Datenschutzgesetz)

- zur Durchführung eines Vertrags bzw. Vorvertrags gem. § 6 Abs. 1 c) KDG,
- zur Wahrung der berechtigten Interessen des Verantwortlichen oder eines Dritten gem. § 6 Abs. 1 g) KDG, um die jeweilige Veranstaltung organisieren und durchführen zu können und
- zur Erfüllung einer rechtlichen Verpflichtung gem. § 6 Abs. 1 d) KDG, um unsere rechtlichen Pflichten insbesondere im Bereich des Handels-, Steuer- und Zuwendungsrechts erfüllen zu können.
- Soweit Sie uns eine Einwilligung zur Verarbeitung von personenbezogenen Daten für bestimmte Zwecke (z. B. Newsletter) oder Hinweise zu Publikationen sowie Einladungen zu unseren Veranstaltungen, zur Aufnahme, Veröffentlichung von Foto-, Ton- und Videoaufnahmen von Ihnen oder weiterer Zwecke erteilt haben, ist die Rechtmäßigkeit dieser Verarbeitung auf Basis Ihrer Einwilligung gegeben.
- Eine Verarbeitung Ihrer Daten erfolgt auch zur Geltendmachung, Ausübung oder Verteidigung von Rechtsansprüchen oder um die Sicherheit unserer Gebäude zu gewährleisten (z.B. durch Zugangskontrollen), aber auch zur internen Kommunikation und zu sonstigen Verwaltungszwecken. Darüber hinaus schreiben wir Sie ggf. nach Teilnahme an unserer Veranstaltung per E-Mail an und bitten um Ihr Feedback. Dieses werten wir anonym aus, um unsere Veranstaltungen qualitativ und organisatorisch zu verbessern.

> ALLGEMEINE GESCHÄFTSBEDINGUNGEN

Die im Anmeldeverfahren abgefragten Daten werden zur Durchführung vorvertraglicher Maßnahmen und zur Vertragserfüllung verwendet.

Ihr Geburtsjahr erheben wir, um sicherzustellen, dass Sie volljährig sind, bzw. wir bei Minderjährigkeit etwaige Vorkehrungen treffen. Die Abfrage Ihrer Telefonnummer erfolgt in unserem berechtigten Interesse, Sie bei Kursänderungen unmittelbar kontaktieren zu können. Wenn Sie uns diese Daten nicht zur Verfügung stellen, können wir Sie ggf. nicht rechtzeitig erreichen. Durch Angabe von Bankverbindung, Name und Vorname des Kontoinhabers können Sie uns ein Lastschriftmandat erteilen. Sämtliche von Ihnen bereitgestellten Daten werden elektronisch gespeichert. Die hierdurch entstehenden Datenbanken und Anwendungen werden durch einen von uns beauftragten IT-Dienstleister und der internen EDV-Abteilung betreut.

Weitergabe an Dritte:
Eine Weitergabe Ihrer Angaben an Dritte erfolgt nur auf gesetzlicher Grundlage oder auf Basis Ihrer ausdrücklichen Einwilligung und erfolgt nicht zu Werbezwecken. Sollte die Verarbeitung auf Basis einer gemeinsamen Verantwortung gemäß § 28 KDG erfolgen, werden die Verantwortlichkeiten mit den Kooperations-/Vertragspartnern vertraglich geregelt und die Betroffenen rechtzeitig und transparent darüber informiert. Bei Verarbeitung personenbezogener Daten aufgrund des §30 Bundesmeldegesetz (BMG) sind Beherrbergungsstätten wie insbesondere Hotels verpflichtet, vom Gast am Tag der Ankunft folgende Daten zu erheben und den Meldeschein vom Gast handschriftlich unterschreiben zu lassen: Datum der Ankunft und der voraussichtlichen Abreise, Familiennamen, Vornamen, Geburtsdatum, Staatsangehörigkeiten, Anschrift, Zahl der Mitreisenden und ihre Staatsangehörigkeit in den Fällen des § 29 Absatz 2 Satz 2 und 3, Seriennummer des anerkannten und gültigen Passes oder Passersatzpapiers bei ausländischen Personen und ggf. weitere Daten zur Erhebung von Fremdenverkehrs- und Kurbeiträgen.

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

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

Aufbewahrungsfristen / Regelfristen für die Löschung der Daten:
Der Gesetzgeber hat vielfältige Aufbewahrungsfristen und -pflichten erlassen. Nach Ablauf dieser Fristen werden die entsprechenden Daten routinemäßig gelöscht. Sofern Daten hiervon nicht berührt sind, werden sie gelöscht oder anonymisiert, wenn die im Rahmen dieser Datenschutzerklärung genannten Zwecke wegfallen. Sofern diese Datenschutzerklärung keine anderen, abweichenden Bestimmungen

hinsichtlich der Speicherung von Daten enthält, werden die von uns erhobenen Daten so lange von uns gespeichert, wie sie für die vorstehenden Zwecke erforderlich sind. Automatisierte Entscheidungsfindung oder Profiling: Wir führen keine automatisierte Entscheidungsfindung oder Profiling durch.

Ihre Rechte als betroffene Person nach §§ 17 bis 25 KDG: Sie haben das Recht, jederzeit Auskunft über Ihre bei uns gespeicherten personenbezogenen Daten zu erhalten. Ebenso haben Sie das Recht auf Berichtigung oder Löschung Ihrer personenbezogenen Daten. Auch können Sie unter bestimmten Umständen eine Einschränkung der Verarbeitung verlangen, Widerspruch gegen die Verarbeitung einlegen oder ihr Recht auf Datenübertragbarkeit geltend machen.

Widerrufsrecht bei Einwilligung, § 8 Abs. 6 KDG:
Wenn Sie in die Verarbeitung eingewilligt haben, können Sie die Einwilligung jederzeit für die Zukunft widerrufen. Die Rechtmäßigkeit der aufgrund der Einwilligung bis zum Widerruf erfolgten Datenverarbeitung wird dadurch nicht berührt. In diesem Fall endet für uns die weitere Nutzung Ihrer Daten.

Recht zur Beschwerde bei einer Aufsichtsbehörde:
Wenn Sie der Auffassung sind, dass die Verarbeitung Sie betreffender personenbezogener Daten durch uns unzulässig ist, haben Sie das Recht, sich bei der für uns zuständigen Aufsichtsbehörde zu beschweren, die Sie wie folgt kontaktieren können:
Katholisches Datenschutzzentrum (KDSZ) - Körperschaft des öffentlichen Rechts, Brackeler Hellweg 144, 44291 Dortmund, Telefon: 0231/138985-0, E-Mail: info@kdsz.de, www.katholisches-datenschutzzentrum.de
Weitergehende Informationen zum Datenschutz finden Sie im Internet unter www.bildungswerk-ev.de im Bereich Datenschutzerklärung.

> ANMELDUNG

Verbindliche Anmeldung (Bitte füllen Sie alle Felder vollständig aus)

Mit dieser verbindlichen Anmeldung verpflichte ich mich zur Zahlung der Kursgebühr. Eine schriftliche Abmeldung ist bis zu 7 Tage vor Kursbeginn möglich. Die Teilnahmebedingungen habe ich gelesen und erkenne sie an.

Katholische Familienbildungsstätte Leverkusen | Manforter Straße 186 | 51373 Leverkusen
IBAN: DE33 3705 0299 0311 5511 12 | BIC: COKSDE33XXX
Katholisches Bildungswerk Leverkusen | Manforter Straße 186 | 51373 Leverkusen
IBAN DE93 3705 0299 0311 5510 99 | BIC: COKSDE33XXX

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

Ich melde mich verbindlich zu folgenden Veranstaltungen an:

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

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

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



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

> ANMELDUNG

Wiederkehrendes SEPA-Lastschriftmandat mit späterer Mitteilung der Mandatsreferenz:

Katholische Familienbildungsstätte Leverkusen | Manforter Straße 186 | 51373 Leverkusen
 Gläubiger-Identifikationsnummer DE50SLV00000304425 Mandatsreferenz wird separat mitgeteilt.
 Katholisches Bildungswerk Leverkusen | Manforter Straße 186 | 51373 Leverkusen
 Gläubiger-Identifikationsnummer DE50BLV00000304425 Mandatsreferenz wird separat mitgeteilt.

Veranstaltungen der Familienbildung können in bestimmten Fällen ermäßigt werden. Sie erkennen die Veranstaltungen an dem Zusatz SLV vor der Veranstaltungsnummer.

Zur Veranstaltungsanmeldung beantrage ich Gebührenermäßigung und füge eine Kopie des entsprechenden Ausweises bei. Sollte keine Ermäßigung gewährt werden können, bin ich mit der Erhebung der vollen Gebühren einverstanden.

- | | |
|--|---|
| <input type="checkbox"/> Bezug von Sozialhilfe
(Bescheinigung des Sozialamts) | <input type="checkbox"/> Behinderung (Ausweis des Versorgungsamts) |
| <input type="checkbox"/> Bezug von Arbeitslosengeld
(Bescheinig. des Arbeitsamts) | <input type="checkbox"/> Familien mit einem behinderten Kind
(Ausweis des Versorgungsamts) |
| <input type="checkbox"/> Kinderreich (persönliche Erklärung) | <input type="checkbox"/> Schüler/Student (Schüler-/Studentenausweis) |
| | <input type="checkbox"/> Alleinerziehend (persönliche Erklärung) |

SEPA-Lastschriftmandat

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

Hinweis

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

.....
Kontoinhaber Name

.....
Vorname

.....
Straße, Hausnummer

.....
Postleitzahl, Ort

.....
Kreditinstitut

.....
BIC

.....
IBAN

.....
Datum/Ort

.....
Unterschrift

> IMPRESSUM



Foto: © Perfect Lazybones

Impressum

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

Einrichtung:
 Katholisches Bildungsforum Leverkusen
 Manforter Straße 186 | 51373 Leverkusen

Redaktion:
 Martina Böhm, Maximilian Anton,
 verantwortliche Redakteurin: Sabine Höring

Satz
 Randerath Design | Leverkusen
 www.randerath-design.de

Druck
 medienzentrum süd, Köln
 www.mzsued.de



Unser Programm wurde nach ökologischen Richtlinien auf einem PEFC zertifiziertem Papier, das aus nationalem nachhaltigem Anbau stammt und unter Verwendung von Biodruckfarben, die auf Basis nachwachsender Rohstoffen hergestellt werden, produziert.



Katholisches Bildungsforum Leverkusen

Manforter Straße 186 | 51373 Leverkusen

Telefon 0214 83072-0 | Telefax 0214 83072-50

info@bildungsforum-leverkusen.de | www.bildungsforum-leverkusen.de