

VORWORT

Die Katholische Familienbildungsstätte Wipperfürth –
Haus der Familie

Liebe Eltern, liebe Teilnehmerinnen und Teilnehmer,

„Nichts ist so beständig wie der Wandel“

bringt es das Zitat von Heraklit auf den Punkt. Wir sehnen uns nach Sicherheit, doch die Dinge sind in einem stetigen Fluss. Fortdauernde Beständigkeit gibt es nicht. Wir müssen uns selbst anpassen und flexibel auf neue Situationen reagieren und gleichzeitig unseren inneren Werten treu bleiben. Wir spüren dies gerade sehr deutlich: Die Rede von der Zeitenwende, der Krisenmodus im Dauerzustand, der Fortschritt der Digitalisierung, die Bedrohung der demokratischen Idee...

Im Haus der Familie ist der Wandel auch stetig da. Wir haben Gebühren und Honorare an die aktuelle Situation angepasst. Vor allem wollen wir aber mit unseren Kursangeboten Ihre Wandlungsfähigkeit mitgestalten helfen. Wir lernen voneinander und im Miteinander liegt die Zuversicht für ein Morgen.

Besuchen Sie unsere Kurse, wir freuen uns darauf!

Thomas Dörmbach
für das Team der Familienbildungsstätte Wipperfürth

WIR ÜBER UNS

Die Katholische Familienbildungsstätte Wipperfürth – Haus der Familie

Die Katholische Familienbildungsstätte ist eine staatlich anerkannte Einrichtung der Erwachsenenbildung nach dem 1. Weiterbildungsgesetz des Landes Nordrhein-Westfalen, in Trägerschaft des Bildungswerkes der Erzdiözese Köln e. V.. Sie ist auch als Träger der freien Jugendhilfe gem. § 75 SGB VIII anerkannt.

Die Einrichtung ist Mitglied im Verbund Qualitätsmanagement und nach DIN EN ISO 9001 zertifiziert. Siehe hierzu Seite 177.

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

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

> WIR ÜBER UNS

Wichtige Informationen für Sie

Kursanmeldungen

Alle Kursanmeldungen schriftlich an:

Katholische Familienbildungsstätte
Klosterplatz 2
51688 Wipperfürth

Telefon 02267 871420
Telefax 02267 8714223

E-Mail info@hdf-wipperfuert.de
Internet www.hdf-wipperfuert.de

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

Bürozeiten

Montag bis Donnerstag
08.30 – 12.00 Uhr und 18.00 – 20.00 Uhr
Mittwoch
14.30 – 17.00 Uhr

In kursfreien Zeiten

Montag bis Donnerstag
08.30 – 12.00 Uhr

Schulferien NRW

(1. Halbjahr 2024)

Weihnachten	21.12.2024 – 07.01.2024
Ostern	25.03.2024 – 07.04.2024
Sommer	08.07.2024 – 20.08.2024

Das Haus ist geschlossen

Karneval	08.02.2024 – 13.02.2024
Osterferien	23.03.2024 – 07.04.2024
Tag der Arbeit	01.05.2024
Chr. Himmelfahrt	09.05.2024 – 12.05.2024
Pfingsten	20.05.2024 – 21.05.2024
Fronleichnam	30.05.2024 – 02.06.2024
Sommerferien	20.07.2024 – 20.08.2024

Ermäßigungen

Siehe Seite 7.

Allgemeine Geschäftsbedingungen

Siehe Seite 178.

Bankverbindung

IBAN DE34 3705 0299 0321 0068 48
BIC COKSDE33

> WIR ÜBER UNS

Ihr Team in der Katholischen Familienbildungsstätte Wipperfürth



Leitung

Thomas Dörbach

Telefon 02267 871420

E-Mail doermbach@hdf-wipperfuerth.de



Pädagogische Mitarbeiterin

Astrid Linke

Telefon 02267 871420

E-Mail linke@hdf-wipperfuerth.de



Anmeldung, Verwaltung

Martina König

Telefon 02267 871420

E-Mail koenig@hdf-wipperfuerth.de



Anmeldung, Verwaltung

Birgit Jansen

Telefon 02267 871420

E-Mail jansen@hdf-wipperfuerth.de



In der Verwaltung

unterstützt das Team

Anita Krämer

Telefon 02267 871420

E-Mail kraemer@hdf-wipperfuerth.de

Das Team ist vollständig mit

Elena Nußbaum

Bärbel Wigger

Norbert Wilke

> WIR ÜBER UNS

Fördermöglichkeiten/ Ermäßigungen

Die Teilnehmergebühren in unserem Haus sind generell sehr kostengünstig kalkuliert. Um die Angebote für jeden zugänglich zu machen, gibt es für einzelne Gruppen die Möglichkeit einer Ermäßigung.

Bitte informieren Sie sich über mögliche Ermäßigungsgründe und einzureichende Nachweise im Sekretariat der Familienbildungsstätte. Die Ermäßigung muss bis zum ersten Kurstag bei der Bildungseinrichtung 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.

Wipperfürther Familienpass

Den Familienpass erhalten:

- Familien mit drei und mehr kindergeldberechtigten Kindern, die eine Jahreseinkommensgrenze von Brutto 45.000,00€ nicht überschreiten.
- Alleinerziehende, die mit ihren Kindern allein in einer Haushaltsgemeinschaft leben
- Familien mit mindestens einem Kind, wenn der Haushaltsvorstand arbeitslos ist und Leistungen nach dem Arbeitsförderungsgesetz bezieht,
- Familien mit mindestens einem Kind, die Leistungen nach dem SGB II, nach dem SGB XII Kapitel 3 und Kapitel 4 und nach dem Asylbewerberleistungsgesetz beziehen,

Den Familienpass erhält man auf Antrag beim Jugendamt der Hansestadt Wipperfürth.

Weitere Informationen unter

https://www.wipperfuerth.de/buergerinfo-service/wo-finde-ich-was.html?tx_bnwipperfuerthbis_request%5Bkeyword%5D=101&tx_bnwipperfuerthbis_request%5Baction%5D=show&tx_bnwipperfuerthbis_request%5Bcontroller%5D=Keywords&cHash=ce3f2535a3cc287969ab4a4ef0a2ce31



INHALT

Die Katholische Familienbildungsstätte Wipperfürth – Haus der Familie

Seite 12
Besondere
Veranstal-
tungen



Seite 18
Ehe und
Partnerschaft



Seite 26
Leben mit Kindern



Seite 104
Gesundheit



Seite 78
Haushalt



Seite 126
Spiritualität –
Schöpfungsverantwortung –
Gesellschaft



Seite 142
QuiF – Qualifizierung in der
Familienbildungsstätte

Seite 170
Sonstiges

> INHALTSVERZEICHNIS

Besondere Veranstaltungen

„Ein Koffer für das Leben“ – Mitmachaktion	12
„Ein Koffer für das Leben“ – Ausstellungseröffnung	13
„Ein Koffer für das Leben“ – Ein Abend für Eltern, Großeltern, Paten und Interessierte	14
Papiertheater in Stadt und Land	15
Die Brüder Löwenherz	16
Kindersachen-Schwangerschaftsmodentrödel	17

Ehe und Partnerschaft

Angebote für Paare	20
--------------------	----

Leben mit Kindern

Häufige Fragen zu Geburtsvorbereitungskursen	28
Hebammen	29
Beratungsangebote für Eltern	32
Vor der Geburt	34
Leben mit dem Neugeborenen	41
Elternsein und Erziehung	50
Café BIB Wipperfürth	58
Musizieren	65
Kochen und Backen mit Kindern	66
Spielen und Entdecken	68
Eltern – Kind – Natur – Umwelt	74
Entspannen und Bewegen	69
Eltern – Kind – Kreativität	72

Haushalt

Kochen und Backen	80
Nähen	98
Hauswirtschaft und Finanzen	101

> INHALTSVERZEICHNIS

Gesundheit

Gesundheit durch Entspannung	106
Gesundheit durch Bewegung	117

Spiritualität – Schöpfungsverantwortung – Gesellschaft

Spiritualität	128
Schöpfungsverantwortung	134
Gesellschaft	137
Persönliche Entwicklung	140

QuiF – Qualifizierung in der Familienbildungsstätte

Kindertagespflege	144
SchulTag	159
Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter	160
Basiskurse Ehrenamt	163
Ehrenamt und Hospiz	166

Sonstiges

Kooperationspartner	172
Qualitätsmanagement	177
Allgemeine Geschäftsbedingungen	178
Datenschutzerklärung	182
Bildungsscheck und Prämiegutschein	184
Online-Angebote	186
Impressum	188
Anmeldung	189
So finden Sie uns	191

Ein Koffer für das Leben

Mitmachaktion für Familien im Katholischen Familienzentrum in Marienheide und Wipperfürth

Eltern packen für ihre Kinder fast täglich ganz selbstverständlich etwas in Turnbeutel, Rucksack, Schultasche oder Reisetasche. Doch einen Koffer zu packen, der das Kind auf seinem Lebensweg begleitet, um für alle Herausforderungen, Erlebnisse und Ziele gerüstet zu sein, will wohl überlegt sein.

- Was will ich meinem Kind mit auf den Weg durch sein Leben geben?
- Welche Werte, Wünsche, Hoffnungen sollen es begleiten?
- Was ist für ein Kind wirklich wichtig im Leben?

Das Katholische Familienzentrum in Marienheide und in Wipperfürth möchte Eltern dazu anregen, über Fragen wie diese nachzudenken. Bei der Mitmach-Aktion „Ein Koffer für das Leben“ werden die Eltern angeleitet, für ihren Schützling einen Koffer voll mit Symbolen zu packen, die für die Werte, Gedanken und Wünsche stehen, die sie ihm mitgeben möchten. Ganz selbstverständlich kommen die Eltern dabei ins Gespräch über den eigenen Glauben, ihre zentralen Werte und die Ausdrucksformen in ihrem Lebensalltag.

Die gepackten Koffer werden fotografiert und in einer Ausstellung zusammen mit Texten und Gedanken präsentiert.

In Marienheide

Mo 26.02. – 01.03.2024 | 15.00 – 17.15 Uhr

Irina Wistoff, Museumspädagogin
gebührenfrei

Seminarumfang 4 x = 12 UStd.

Ort: Kath. Kindertagesstätte und

Familienzentrum NRW Arche

Klosterstraße 5 | 51709 Marienheide

Veranstaltungs-Nr.: 2472670004

In Wipperfürth

Mi 13.03. – 17.03.2024 | 15.00 – 17.15 Uhr

Irina Wistoff, Museumspädagogin
gebührenfrei

Seminarumfang 4 x = 12 UStd.

Ort: Kath. Familienbildungsstätte –

Haus der Familie Wipperfürth

Klosterplatz 2 | 51688 Wipperfürth

Veranstaltungs-Nr.: 2472670001

in Koffer für das Leben

Ausstellungseröffnung zur Mitmachaktion

Einen Koffer zu packen, der das Kind auf seinem Lebensweg begleitet, um für alle Herausforderungen, Erlebnisse und Ziele gerüstet zu sein, will wohl überlegt sein. Das Katholische Familienzentrum Marienheide und Wipperfürth hat Eltern angeregt darüber nachzudenken und einen Koffer voll mit Symbolen zu packen, die für die Werte, Gedanken und Wünsche stehen, die sie ihrem Kind mitgeben möchten. Die gepackten Koffer wurden fotografiert und werden jetzt in einer Ausstellung zusammen mit Texten und Gedanken.

In Marienheide

Die Ausstellung kann zu den Öffnungszeiten der Klosterkirche besichtigt werden.

Ausstellungseröffnung

So 10.03.2024 | 11.00–12.30 Uhr

Irina Wistoff, Museumspädagogin
gebührenfrei

Seminarumfang 1 x = 2 UStd.

Ort: Kath. Kindertagesstätte und

Familienzentrum NRW Arche

Klosterstraße 5 | 51709 Marienheide

Veranstaltungs-Nr.: 2472670005

.....

In Wipperfürth

Die Ausstellung ist in der Zeit vom

26.04.–07.06.2024 zu sehen:

Mo, Di, Mi, Do 9–12 Uhr und 18–20 Uhr

Mi auch 15–17 Uhr, Fr 9–12 Uhr

Ausstellungseröffnung

Fr 26.04.2024 | 19.00–21.15 Uhr

Irina Wistoff, Museumspädagogin
gebührenfrei

Seminarumfang 1 x = 3 UStd.

Ort: Kath. Familienbildungsstätte –

Haus der Familie Wipperfürth

Klosterplatz 2 | 51688 Wipperfürth

Veranstaltungs-Nr.: 2472670002

.....

Ein Koffer fürs Leben – Was möchte ich meinem (Enkel-)Kind mitgeben?

Ein Abend für Eltern, Großeltern, Paten und Interessierte

In Marienheide

Di 20.02.2024 | 19.30 – 21.45 Uhr

Irina Wistoff, Museumspädagogin
gebührenfrei

Seminarumfang 1 x = 3 UStd.

Ort: Kath. Kindertagesstätte und
Familienzentrum NRW Arche

Klosterstraße 5 | 51709 Marienheide

Veranstaltungs-Nr.: 2472670006

In Wipperfürth

Do 21.03.2024 | 19.30 – 21.45 Uhr

Irina Wistoff, Museumspädagogin
gebührenfrei

Seminarumfang 1 x = 3 UStd.

Ort: Kath. Familienbildungsstätte – Haus der
Familie Wipperfürth

Klosterplatz 2 | 51688 Wipperfürth

Veranstaltungs-Nr.: 2472670003



Papiertheater in Stadt und Land

Vorlese- & Spieletag zum Ausstellungsprojekt vom Papiertheater Fachwerkhaus

Heute wird vorgelesen, experimentiert und gespielt. Das Papiertheater öffnet seine Türen und lässt die (Papier-) Puppen tanzen. Eltern mit Kindern ab Jahren können kreativ und aktiv eintauchen und mitmachen. Der Schauspieler Peter Schauerte-Lüke präsentiert bis 31. Januar 2024 an verschiedenen Plätzen im Stadtgebiet Wipperfürth Papiertheaterbühnen. Die Theater sind zum Teil bespielbar. Sie können betrachtet oder eben angefasst und mit liebevoller, sanfter Hand, wie es einer solchen Kostbarkeit zukommt, bespielt werden.

WER...

auf die Bühne will, ohne im Rampenlicht zu stehen...

den Weg in seine Kindheit sucht...

einen Gang zurückschalten will...

IST HIER RICHTIG.

Neben dem Haus der Familie Wipperfürth werden im Dorfladen in Thier und in der Stadtbibliothek Wipperfürth bespielbare Theater stehen. In der Autowerkstatt WIPP CAR, im Backes in Wipperfeld, im Fenster der Buchhandlung Colobri und im Papiertheaterfachwerkhaus sind weitere Theaterbühnen ausgestellt. Die Fäden der Aktion laufen im Papiertheaterfachwerkhaus zusammen. Mit der Aktion ist die Einladung an Familien und Gruppen verbunden, an einem Workshop teilzunehmen, in dem die Teilnehmer ihr Haustheater selber bauen können.

Ausstellung

10.12.2023 – 31.01.2024

Öffnungszeiten

Mo, Di, Mi, Do 9–12 Uhr und 18–20 Uhr,

Mi auch 15–17 Uhr, Fr 9–12 Uhr

Vorlese- und Spieletag

Sa 20.01.2024 | 14.00–17.00 Uhr

Peter Schauerte-Lüke, Schauspieler

Teilnahme-Gebühr 10,00€

Seminarumfang 1 x = 4 UStd.

Ort: Haus der Familie Wipperfürth

Klosterplatz 2 | 51688 Wipperfürth

Veranstaltungs-Nr.: 2472760005

Die Brüder Löwenherz

Ein interaktives Live Hörspiel

Theaterstücke, Lesungen und Hörspiele kennen alle. Aber was passiert, wenn man alles drei miteinander vermischt? Dann entsteht ein außergewöhnliches und einzigartiges Bühnenerlebnis - ein interaktives Live-Hörspiel! Mit ihren vielseitigen Stimmen erwecken die drei Schauspielerinnen die Figuren einer Geschichte zum Leben. Dabei lassen sie die Geräusche in der Geschichte im Moment selbst entstehen, und zwar aus allen möglichen Dingen, die sich zwischen Keller und Küche finden lassen. Dann wird eine Corona-Schutzmaske schon einmal zu flatternden Taubenflügeln, eine Popcornrüte zu einem prasselnden Lagerfeuer. Und besonders stimmungsvoll und lustig wird es, wenn auch noch das Publikum mit in die akustische Kulisse einsteigt, zum Beispiel in Frühlingsgefühlen schwelgt, in einer Gastwirtschaft Platz nimmt oder sich in wilde Kampfszenen stürzt. Das Buch „Die Brüder Löwenherz“ von Astrid Lindgrén erzählt eine fesselnde Geschichte über Liebe und Tod, über Angst und Mut, die Menschen jeden Alters bewegt. Mit dem etwa 2-stündigen interaktiven Live-Hörspiel können die Zuhörenden ganz in die Welt von „Brüder Löwenherz“ eintauchen, der spannenden Geschichte und den kreativen Geräuschen lauschen oder in ihren Hörspiel-Erinnerungen aus der Kindheit schwelgen. Es ist aber auch eine Anregung, die eigene Kreativität neu zu entdecken und Inspiration mit nach Hause zu nehmen.

Für Referentinnen und Referenten der Familienbildungsstätte Wipperfürth kostenfrei!

Fr 12.01.2024 | 19.30 – 21.45 Uhr

Schauspielerinnen: Claudia Behr,
Carolin Dörmbach, Melanie Wierum

Teilnahme-Gebühr 10,00 €

Seminarumfang 1 x = 3 UStd.

Ort: Kath. Familienbildungsstätte –
Haus der Familie Wipperfürth

Klosterplatz 2 | 51688 Wipperfürth

Veranstaltungs-Nr.: 2472760004

.....



© Carolin Dörmbach

KINDERSACHEN- SCHWANGERSCHAFTSMODEN- TRÖDEL

01. SEPTEMBER 2024 | 13:30 – 17 Uhr

Kinderkleidung | Kinderspielzeug | Mode zur Schwangerschaft



 [hausderfamiliewipperfuertth](https://www.instagram.com/hausderfamiliewipperfuertth)

 [hausderfamiliewipperfuertth](https://www.facebook.com/hausderfamiliewipperfuertth)

 www.hdf-wipperfuertth.de

Anmeldung zum Verkauf
bis 23.08.2024
(3,00 €/Tischmeter)

Telefon 02267 871420
www.hdf-wipperfuertth.de

Findet bei jedem Wetter statt!

Außerdem für Eltern & Kinder:

- Frische Waffeln,
Kaffee & Kuchen
- Pikler Spielplatz
- Kinderschminken
- Kreatives Basteln



KATHOLISCHE
FAMILIENBILDUNGSSTÄTTE
Wipperfürth – Haus der Familie



EHE UND PARTNERSCHAFT

Paare sind heutzutage mehr denn je gefordert, ihre Wünsche an das Beziehungsleben gleichberechtigt zu formulieren und in Übereinstimmung zu bringen.

Welche Werte sind bindend? Soll ein traditionelles oder ein moderneres, flexibles Rollenmodell gelten? Wie viel Freiheit ist erlaubt? Und wie lassen sich die oft unterschiedlichen Vorstellungen in ein nachhaltiges Gleichgewicht bringen?

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

> ANGEBOTE FÜR PAARE

Bis dass der Tod uns scheidet ...

Ein Online-Abend für Paare rund ums Thema Endlichkeit

Unsere Partnerschaft im Angesicht der Endlichkeit. Mitten im Leben stehend, spielt das Thema Vergänglichkeit und der eigene Tod sowie der des geliebten Partners in der Regel nur eine untergeordnete Rolle. Möglicherweise werden Gedanken daran regelrecht verdrängt und bleiben oftmals unausgesprochen in der Paarbeziehung. Fragen wie: „Wie stellst du dir das Leben nach dem Tod vor?“, „Welche Rolle spielt mein, dein, unser Glaube im Angesicht des Todes?“ und auch ganz konkrete Fragen, wie z. B.: „Wo wird unsere letzte Ruhestätte sein?“, „Wie würde ich alleine weiterleben können?“, „Was wäre dir wichtig bei deiner Beisetzung?“ haben im Alltag keinen Platz, werden sie nicht durch einen Schicksalsschlag auferlegt.

Dieser Online-Abend für Paare bietet Anregungen und Impulse, darüber in den Austausch zu kommen, miteinander und mit anderen Paaren. Selbstverständlich gestaltet jede Teilnehmerin/ jeder Teilnehmer bei diesem ggf. emotional besetzten Thema eigenständig den Grad der Beteiligung und ggf. eines Rückzugs (z.B. zeitweise Ausschaltung der Kamera).

Di 30.01.2024 | 20.00 – 22.15 Uhr

Alexander Linke, Pastoralreferent, Supervisor

Astrid Linke, Diplom Sozialpädagogin, M. A.

gebührenfrei

Seminarumfang 1 x = 3 UStd.

Ort: Digital

Veranstaltungs-Nr.: 2472640006



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



> ANGEBOTE FÜR PAARE

7 Wochen Lebens(t)räume: Hier spielt das Leben!

Der Online-Paare-Treff zur Briefaktion

Die Briefaktion läuft. Ihr wollt euch mit anderen Paaren austauschen und noch einen anderen Blick auf die Themen werfen?

Dann meldet euch an! www.7wochenaktion.de

In Zusammenarbeit mit der Arbeitsgemeinschaft für Katholische Familienbildung e. V. (AKF)

Mi 21.02.2024 | 20.00 – 22.15 Uhr

Alexander Linke, Pastoralreferent, Supervisor

Astrid Linke, Diplom Sozialpädagogin, M. A.

gebührenfrei

Seminarumfang 1 x = 3 UStd.

Ort: Digital

Veranstaltungs-Nr.: 2472640002



Fr 01.03.2024 | 20.00 – 22.15 Uhr

Alexander Linke, Pastoralreferent, Supervisor

Astrid Linke, Diplom Sozialpädagogin, M. A.

gebührenfrei

Seminarumfang 1 x = 3 UStd.

Ort: Digital

Veranstaltungs-Nr.: 2472640003



7 Wochen Lebens(t)räume: Krafräume

Der Online-Paare-Treff zur Briefaktion

Die Briefaktion läuft. Ihr wollt euch mit anderen Paaren austauschen und noch einen anderen Blick auf die Themen werfen?

Dann meldet euch an! www.7wochenaktion.de

In Zusammenarbeit mit der Arbeitsgemeinschaft für Katholische Familienbildung e. V. (AKF)

Mi 06.03.2024 | 20.00 – 22.15 Uhr

Alexander Linke, Pastoralreferent, Supervisor

Astrid Linke, Diplom Sozialpädagogin, M. A.

gebührenfrei

Seminarumfang 1 x = 3 UStd.

Ort: Digital

Veranstaltungs-Nr.: 2472640004



Fr 15.03.2024 | 20.00 – 22.15 Uhr

Alexander Linke, Pastoralreferent, Supervisor

Astrid Linke, Diplom Sozialpädagogin, M. A.

gebührenfrei

Seminarumfang 1 x = 3 UStd.

Ort: Digital

Veranstaltungs-Nr.: 2472640005



> ANGEBOTE FÜR PAARE

PaarBalance: Ein passendes Online-Programm für uns?

Info und Einführung in den Paarkurs

PaarBalance ist ein interaktives Online-Coaching-Programm zur Verbesserung der Beziehungsqualität. Es greift in 18 wählbaren „Selbstlern Modulen“ alle wichtigen Aspekte zum Thema Beziehung auf (z.B. Atmosphäre verbessern, Umgang mit Konfliktthemen, Kommunikation in der Beziehung, Sexualität u. v. m.). Jedes Modul besteht aus einem Video mit Impulsen zur Reflexion mit dem Partner.

Lernen Sie „PaarBalance“ an diesem Abend exemplarisch kennen.

Di 14.05.2024 | 20.15 – 21.45 Uhr

Alexander Linke, Pastoralreferent, Supervisor

Astrid Linke, Diplom Sozialpädagogin, M. A.

gebührenfrei

Seminarumfang 1 x = 2 UStd.

Ort: Digital

Veranstaltungs-Nr.: 2472640007



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



©Roman Samborskyi/shutterstock.com

> ANGEBOTE FÜR PAARE

Gemeinsam genießen für Paare!

Das Kochevent zum Valentinstag

Liebe geht bekanntlich durch den Magen und das wollen wir nutzen, denn an diesem Abend bleiben die zahlreichen Anforderungen aus Alltag, Familie und Beruf zu Hause und Sie genießen ein gemeinsam zubereitetes Mahl zu zweit. In unserer Pärchenküche bietet sich die Gelegenheit, bewusst Zeit miteinander zu verbringen, ein gemeinsames Hobby und neue Ideen für das Kochen zuhause zu entdecken, mit anderen Paaren zu kochen und den gemeinsamen Kochabend zu genießen. Freuen Sie sich auf eine Cremesuppe mit Topping und eine Quiche mit Zuckerschoten und Krabben. Beim Hauptgericht entscheiden Sie sich für eine vegetarische Variante oder ein Fischgericht. Als Abschluss servieren wir einen Zartbitter-Schokoladenschaum, denn Schokolade macht glücklich.

Dieser Abend bietet sich auch als persönliches Weihnachtsgeschenk für Ihre(n) Liebste(n) an!

Bitte bringen Sie Behälter für Reste mit.

Mi 14.02.2024 | 18.15 – 22.00 Uhr

Doris Seidl, Kochkursleiterin

Teilnahme-Gebühr 43,00 €

inkl. 20,00 € Umlage pro Paar.

Seminarumfang 1 x = 5 UStd.

Ort: Kath. Familienbildungsstätte Wipperfürth

Klosterplatz 2 | 51688 Wipperfürth

Veranstaltungs-Nr.: 2472640001



© goodluz / shutterstock.com

> ANGEBOTE FÜR PAARE

Trauerkstatt

Tipps und Hinweise zur Gestaltung des Traugottesdienstes

- Wir erkunden gemeinsam den Kirchenraum im Hinblick auf die Gestaltungsmöglichkeiten für die Trauung.
- Wir klären Fragen hinsichtlich des Trauritus.
- Wir betrachten die einzelnen Aussagen des Trauversprechens.
- Wir erkunden die vielfältigen musikalischen Möglichkeiten innerhalb des Traugottesdienstes.

Die Trauerkstatt ist Teil der Ehevorbereitung in St. Nikolaus Wipperfürth.

Der nächste Termin

Sa 27.01.2024 | 9.00–13.00 Uhr

Sa 24.02.2024 | 9.00–13.00 Uhr

Kirche und Pfarrheim St. Nikolaus

Kirchplatz 4 | 51688 Wipperfürth

Der Treffpunkt ist am Eingang der Kirche.

Bitte melden Sie sich im Pastoralbüro
(Telefon 02267 881870) bis zwei Wochen
vor dem Termin an.

Ihre Seelsorger von St. Nikolaus Wipperfürth



> ANGEBOTE FÜR PAARE

Angebote für Paare

Ehevorbereitungskurse

www.ehe-vorbereitung.de

EHE.WIR.HEIRATEN. Die neue Hochzeits-App der Kath. Kirche

www.ehe-wir-heiraten.de

Newsletter für Paare Anregungen, kreative Ideen und Tipps für die Beziehungsqualität

www.erzbistum-koeln.de/seelsorge_und_glaube/ehe_und_familie/ehe_und_partnerschaft/newsletter

Weitere Infos, Beratung und Seminare für Paare

www.paarzeit.info

Anregungen, kreative Ideen und Tipps für die Beziehungsqualität

www.ehepost.de

Infos, Anregungen und Tipps zur Trauung

www.meinetraukirche.de
und www.kirchlich-heiraten.info





LEBEN MIT KINDERN

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

Die Vorträge, Kurse und Gespräche in der Familienbildungsstätte weiten den Blick für das Wunder der Entwicklung. Sie ermuntern dazu, sich auszutauschen und zu lernen, offen zu sein für Neues und die Kinder auf ihren eigenen Wegen zu bestärken – ob in der Kita, in der Schule oder im familiären Alltag.

> HÄUFIGE FRAGEN ZU GEBURTSVORBEREITUNGSKURSEN

Mit wem?

Ein Geburtsvorbereitungskurs macht Spaß, gibt Sicherheit und macht es Ihnen leicht, andere Schwangere kennen zu lernen. Ob Sie allein hingehen wollen, mit Ihrem Partner oder einer Freundin, bleibt Ihnen überlassen.

Ab wann?

Idealer Starttermin für den Geburtsvorbereitungskurs ist die 24. Schwangerschaftswoche, wenn Sie einen klassischen Abendkurs über sieben bis zehn Abende besuchen wollen. Einen Wochenendkurs können Sie auch später machen. Bei manchen Geburtsvorbereitungskursen (etwa Yoga) bietet sich auch ein früherer Start an. Melden Sie sich rechtzeitig an, am besten zwischen der 10. und der 20. Woche. Viele Geburtsvorbereitungskurse sind frühzeitig ausgebucht.

Wer zahlt?

Von der gesetzlichen Krankenkasse werden derzeit bis zu 14 Stunden für Geburtsvorbereitung der werdenden Mutter übernommen. Bei einer Hebamme ist keine Verordnung des Arztes erforderlich.

Die Hebamme rechnet direkt mit der Krankenkasse ab. Daher bringen Sie bitte Ihre Versicherungskarte mit in den Kurs. Private Krankenkassen übernehmen die Kosten nur dann, wenn Geburtsvorbereitung und Hebammenhilfe im Vertrag festgeschrieben sind (zur Sicherheit nachfragen!).

Fehlzeiten im Kurs können unabhängig von der Ursache nicht über die Krankenkasse abgerechnet werden und müssen aus eigener Tasche direkt an die Hebamme bezahlt werden.

Die Partner müssen in Paarkursen selber zahlen. Die Höhe des Teilnehmerbeitrages für Männer erfragen Sie bitte bei der Hebamme. Für werdende Väter gibt es bei einigen Krankenkassen einen Zuschuss, bitte erfragen.



> HEBAMMEN

Hebammen: Ihre Begleiterinnen durch die Schwangerschaft

Jede werdende Mutter hat Anspruch auf eine Hebamme!

Hebammen sind die Fachfrauen rund um Schwangerschaft, Geburt und die Zeit danach.

Hebammenhilfe umfasst Beratung, Betreuung, Vorsorge und Hilfeleistungen in Schwangerschaft, Geburt, Wochenbett, Neugeborenen- und Stillzeit, sowie die Beratung in Fragen der Familienplanung, täglich bis zum 10. Tag nach der Entbindung und bis zu 16 weiteren Besuchen bis zum Ende der 8. Lebenswoche.

Hebammenhilfe kann von jeder schwangeren, gebärenden, entbundenen oder stillenden Frau in Anspruch genommen werden. Die Krankenkassen übernehmen die meisten Kosten für diese Leistungen.

Kreißsaalhebammen

Zentrale Telefonnummer 02267 889-460

Irina Braikrats Telefon 02267 1534

Geburtsvorbereitung, Wochenbettbetreuung
Hebammensprechstunde Dr. Baase, Wipperfürth

Caroline Hoormann Telefon 0162 9392024

www.hebamme-caro.de, Schwangerschaftsvorsorge, Wochenbettbetreuung

Odine Jockel Telefon 0157 56303979

Wochenbettbetreuung

Nina Lobbe (Wipperfürth & Umgebung)

Telefon 0152 31924816

Wochenbettbetreuung, Schwangerschaftsbegleitung

Carina Meise-Stefer Telefon 02192 9355873

hebammecarina@t-online.de, Geburtsvorbereitung, Wochenbettbetreuung, Rückbildungsgymnastik

Sandra Petschulat Telefon 02353 6699933

Schwangerschafts- und Wochenbettbetreuung

> HEBAMMEN

Nicole Reichmann Telefon 02266 465090
Wochenbettbetreuung, Schwangerschaft,
Schwangerschaftsbeschwerden

Mariett Reinl Telefon 02269 7655
Wochenbettbetreuung

Annika Renfordt Telefon 0175 5212535
Geburtsvorbereitung, Wochenbettbetreuung

Menekse Sengül Telefon 0173 8153935
Geburtsvorbereitung, Wochenbettbetreuung

Freie Hebammen

Claudia Basten Telefon 02261 9207646
Hebammenpraxis in Lindlar
www.hebammen-lindlar.de
Betreuung in der Schwangerschaft, Vorsorge
Geburtsvorbereitung, Wochenbettbetreuung,
Rückbildungsgymnastik

Bettina Bremer Telefon 0157 34813367
Familienhebamme, Babyschwimmen,
Bauchcollagen

Petra Conrad-Meding Telefon 0178 9418556
www.hebamme-petra-meding.de, Schwangeren-
schaftsvorsorge, Geburtsvorbereitung, Wochen-
bettbetreuung, Rückbildungsgymnastik

Judith Kerspe Telefon 0160 94637682
Beratung und Hilfe bei Schwangeren-
beschwerden, Schwangerenvorsorge, Wochen-
bettbetreuung

Annika Renfordt Telefon 01573 7952404
Schwangerenvorsorge & Wochenbettbetreuung,
Geburtsvorbereitung für Paare, Rückbildung
ohne Kind, Low-Level-Lasertherapie

Carina Meise-Stefer Telefon 02192 9355873
hebammecarina@t-online.de, Geburtsvorbereitung,
Wochenbettbetreuung, Rückbildungsgymnastik

Nicole Speer „Die kleine Wiege“
Telefon 02267 87616, www.diekleinewiege.de
Hilfe bei Schwangerschaftsbeschwerden, Risiko-
betreuung, Vorsorge, Geburtsvorbereitung,
Wochenbettbetreuung, Rückbildungsgymnastik,
Hilfe bei unerfülltem Kinderwunsch, Gesund-
heitskurse/Workshops

> HEBAMMEN

Andrea Wehner Telefon 02353 902342
 Hebammenpraxis „Menschenskind“ in Halver
 Hilfe bei Schwangerschaftsbeschwerden,
 Vorsorge, Betreuung von Risikoschwangerschaften,
 Geburtsbegleitung, Wochenbettbetreuung,
 Stillberatung, Homöopathie, Akupunktur

Saskia Weickert Telefon 0176 23114238
 Vorsorge, Geburtsvorbereitung, Wochenbett,
 Fußreflexzonen-therapie, Bachblütentherapie,
 Rückbildungsgymnastik

Beleghebammen

Alhasa Egger Telefon 0173 8778485
 Hilfe bei Schwangerschaftsbeschwerden,
 Vorsorge, Geburtsvorbereitung, Geburtshilfe,
 Wochenbettbetreuung, Rückbildungsgymnastik,
 Risikobetreuung, Behandlung von Fruchtbarkeitsstörungen bei Frauen und Männern

Stefanie Steinhaus Telefon 0178 5578247
 Hilfe bei Schwangerschaftsbeschwerden,
 -vorsorge, Wochenbettbetreuung, Hebammensprechstunde, Stillberatung, Rückbildungsgymnastik

Hebammensprechstunde in der Elternschule Josefine

In unserer Hebammensprechstunde haben Schwangere die Gelegenheit, ihre Fragen, Wünsche und Sorgen rund um Schwangerschaft und Geburt mit einer unserer erfahrenen Hebammen zu besprechen. Gleichzeitig können sie sich zur Geburt in unserer Klinik anmelden. Durch dieses Angebot möchten wir eine individuelle Geburtsbegleitung ermöglichen.

Die Hebammensprechstunde ist ein kostenfreies Angebot und findet in den Räumlichkeiten unserer Elternschule statt.

Termine und Voranmeldung

Rückfragen oder Terminvergabe sind telefonisch jeden Donnerstag von 11:00 bis 13:00 Uhr unter 02267 889-667 möglich. Die Sprechstunde findet donnerstags von 13:00 bis 17:30 Uhr statt.

> BERATUNGSANGEBOTE FÜR ELTERN

Wochenbettsprechstunde

Sie haben keine Hebamme gefunden, die Sie im Wochenbett betreuen und Sie auf dem Weg ins Familienleben begleiten kann, brauchen aber einen Ansprechpartner?

Dann haben Sie die Möglichkeit, einen Termin in unserer Wochenbettsprechstunde zu vereinbaren. Im Rahmen dieser Sprechstunde können wir telefonisch oder nach Absprache persönlich vor Ort auf Ihre Bedürfnisse eingehen.

Die Abrechnung erfolgt gemäß der Hebammenverordnung. Bitte halten Sie zum Gespräch Ihre persönlichen Unterlagen, Mutterpass, Kinderheft und Versicherungskarte bereit.

Weitere Informationen/Terminvereinbarung bei
Caroline Hoormann
Telefon 0162 9392024.

Osteopathiesprechstunde für Babys

Die Osteopathie ist eine ganzheitliche Richtung der Medizin. Alle Teile des Körpers – Knochen, Gelenke, Gewebe oder Organe – sind in ständiger Bewegung und im Idealfall harmonisch miteinander verbunden. Ist das Zusammenspiel z. B. durch den Geburtsprozess beeinträchtigt worden, hat das Auswirkungen auf den gesamten Organismus. Der Bewegungsfluss gerät aus dem Gleichgewicht, Krankheitssymptome können entstehen. Diese können durch sanften Druck mit den Händen korrigiert werden. Eine Osteopathie-Stunde kann sinnvoll sein zum vorbeugenden Check up, aber auch schon nach schweren Geburten oder bei bestehenden Problemen nach der Geburt beim Baby. Je früher Funktionsstörungen oder Blockaden erkannt werden, desto leichter kann man sie korrigieren und so unter Umständen späteren Entwicklungsstörungen vorbeugen.

Termine nach Vereinbarung
Nicole Sterchele-Wieland
Telefon 02359 2975900
Richelkamp 15 | 58566 Kierspe
Maike Klose Telefon 02261 290007
Zur Gummershard 1a | 51647 Gummersbach

> BERATUNGSANGEBOTE FÜR ELTERN

Familienhebamme / Familienkinderkrankenschwester

Die Familienhebamme / Familienkinderkrankenschwester kann Sie bereits in der Schwangerschaft und bis zum 3. Geburtstag Ihres Kindes unterstützen und nach Bedarf zu Hause besuchen. Bei Fragen und Problemen, die mit der Schwangerschaft oder mit der Geburt Ihres Kindes, beziehungsweise im Laufe der ersten Lebensjahre auf Sie zukommen, kann die Familienhebamme / Familienkinderkrankenschwester Sie beraten, Ihnen helfen und praktische Tipps geben.

Zusätzliches Angebot

**Jeden 1. und 3. Dienstag im Monat
von 11–12 Uhr findet eine offene
Sprechstunde in der Gaulstraße 28
in 51688 Wipperfürth statt.**

Insbesondere bieten wir dort werdenden Müttern und Vätern erste Informationen zu Themen wie finanzielle Hilfen in der Schwangerschaft, Mutterschutz, Kindergeld, Elterngeld, Vaterschaftsanerkennung und einiges mehr. Wir können bei Beantragungen helfen oder sie weiter vernetzen.

Die Betreuung ist vertraulich und kostenlos.

Informationen und Kontakt

Claire Peter, Familienhebamme,
Telefon 0157 55134929

Anja Herforth-Müller, Familienkinder-
krankenschwester, Telefon 0157 55134929

**Psychologische
Beratungsstelle
Herbstmühle**



**Psychologische
Beratungsstelle
Herbstmühle für Eltern,
Kinder und Jugendliche**

Herbstmühle 3
51688 Wipperfürth
Telefon 02267 3034
Telefax 02267 5885

herbstmuehle@beratung-in-wipperfuertth.de
www.beratung-in-wipperfuertth.de

> VOR DER GEBURT

Führung durch die geburtshilfliche Abteilung der Helios Klinik Wipperfürth

Ein Kind kommt.



Chefarzt

Dr. Thomas Rau-Horn

Mutter und Vater zu werden, die Verantwortung für das kleine WUNDER KIND zu übernehmen, ist vielleicht die schönste und aufregendste Aufgabe, die das Leben Ihnen stellt. Bei dieser Aufgabe möchten wir Ihnen als Team der Helios Klinik Wipperfürth gerne unter der Leitung von Chefarzt Dr. Thomas Rau-Horn mit Informationen rund um das Thema Geburt und Wochenbett zur Seite stehen.

Wir freuen uns, dass Sie die Geburt Ihres Kindes bei uns erleben möchten und laden Sie herzlich zu unserem Informationsnachmittag mit Führung durch den Kreißsaal und über die Wochenstation ein.

Referent

Dr. Thomas Rau-Horn, Chefarzt der Geburtshilfe und sein Team
Caroline Hoormann, Hebamme, Leiterin der Elternschule Josefine

Ort

Helios Klinik, Kleine Cafeteria | Alte Kölner-Str. 9 | 51688 Wipperfürth

gebührenfrei

Seminarumfang 1 x = 2 UStd.

> VOR DER GEBURT

So 14.01.2024 | 14.00–15.30 Uhr
Veranstaltungs-Nr. 2472650001

So 18.02.2024 | 14.00–15.30 Uhr
Veranstaltungs-Nr. 2472650002

So 17.03.2024 | 14.00–15.30 Uhr
Veranstaltungs-Nr. 2472650003

So 14.04.2024 | 14.00–15.30 Uhr
Veranstaltungs-Nr. 2472650004

So 12.05.2024 | 14.00–15.30 Uhr
Veranstaltungs-Nr. 2472650005

So 09.06.2024 | 14.00–15.30 Uhr
Veranstaltungs-Nr. 2472650006

So 07.07.2024 | 14.00–15.30 Uhr
Veranstaltungs-Nr. 2472650007



> VOR DER GEBURT

Geburtsvorbereitung für Paare

Dieser Kurs gibt Paaren die Möglichkeit, sich gemeinsam und bewusst eine Auszeit für das heranwachsende Kind zu nehmen. Sie stimmen sich auf das Geburtsgeschehen und das Baby ein. Der Geburtsverlauf wird erläutert, die möglichen Gebärhaltungen ausprobiert, Atem- und Entspannungsübungen zum besseren Umgang mit Schmerzen eingeübt. Durch Gymnastik und Wahrnehmungsübungen wird das Vertrauen in den eigenen Körper und den natürlichen Ablauf einer Geburt gestärkt. Weitere Themen sind die Säuglingspflege, die Ernährung des Säuglings, die Einstimmung auf die Elternschaft, der Wochenbettverlauf und die Frage: Was brauche ich alles für das neugeborene Kind?

Für den Partner entsteht eine Kursgebühr, die nicht über die Krankenkasse abgerechnet werden kann und bei der Hebamme zusätzlich zu entrichten ist.

Bitte die Versicherungskarte mitbringen.

gebührenfrei

Ort jeweils: Helios Klinik, Elternschule Josefine | Alte Kölner Straße 9 | 51688 Wipperfürth

Sa 13.01. – So 14.01.2024

10.00 – 16.00 Uhr

Ute Waschwill, Hebamme

Seminarumfang 2 x = 16 UStd.

Veranstaltungs-Nr. 2472650008

Sa 16.03. – So 17.03.2024

10.00 – 16.00 Uhr

Ute Waschwill, Hebamme

Seminarumfang 2 x = 16 UStd.

Veranstaltungs-Nr. 2472650009

> VOR DER GEBURT

Sa 18.05. – So 19.05.2024
10.00 – 16.00 Uhr

Ute Waschwill, Hebamme
Seminarumfang 2 x = 16 UStd.

Veranstaltungs-Nr. 2472650010

Sa 24.02.2024 | 09.00 – 15.00 Uhr

Stefanie Steinhaus, Hebamme
Seminarumfang 1 x = 8 UStd.

Veranstaltungs-Nr. 2472650011

Sa 20.04.2024 | 09.00 – 15.00 Uhr

Stefanie Steinhaus, Hebamme
Seminarumfang 1 x = 8 UStd.

Veranstaltungs-Nr. 2472650012

Sa 15.06.2024 | 09.00 – 15.00 Uhr

Stefanie Steinhaus, Hebamme
Seminarumfang 1 x = 8 UStd.

Veranstaltungs-Nr. 2472650013

Sa 03.08.2024 | 09.00 – 15.00 Uhr

Stefanie Steinhaus, Hebamme
Seminarumfang 1 x = 8 UStd.

Veranstaltungs-Nr. 2472650014

Sa 05.10.2024 | 09.00 – 15.00 Uhr

Stefanie Steinhaus, Hebamme
Seminarumfang 1 x = 8 UStd.

Veranstaltungs-Nr. 2472650015

Sa 07.12.2024 | 09.00 – 15.00 Uhr

Stefanie Steinhaus, Hebamme
Seminarumfang 1 x = 8 UStd.

Veranstaltungs-Nr. 2472650016



> VOR DER GEBURT

Aquafit für schwangere Frauen

Das Schwimmen bietet schwangeren Frauen die Möglichkeit den Körper zu entlasten, zu aktivieren und zu entspannen.

Die Teilnehmergebühr bitte bei der Hebamme erfragen.

Anmeldung und weitere Informationen bei

Carina Meise-Stefer Telefon 02192 9355873 oder per E-Mail an hebamme-carina@t-online.de

Do 18.01. – 21.03.2024

17.30 – 18.15 Uhr

Carina Meise-Stefer, Hebamme

gebührenfrei

Seminarumfang 10 x = 10 UStd.

Ort: Walter-Leo-Schmitz-Bad

Ostlandstr. 32 | 51688 Wipperfürth

Veranstaltungs-Nr. 2472650024

Do 11.04. – 27.06.2024

17.30 – 18.15 Uhr

Carina Meise-Stefer, Hebamme

gebührenfrei

Seminarumfang 10 x = 10 UStd.

Ort: Walter-Leo-Schmitz-Bad

Ostlandstr. 32 | 51688 Wipperfürth

Veranstaltungs-Nr. 2472650025



© Fomin Serhii / shutterstock.com

> VOR DER GEBURT

Yoga in der Schwangerschaft

Werdende Mütter spüren, dass eine Schwangerschaft sowohl für ihren Körper als auch ihre Seele eine ganz neue Herausforderung darstellt. Schwangerschaft und Geburt sind für jede Frau bedeutsame Ereignisse. Das Seminar bietet einen besonderen Rahmen und eine bewusste Zeit für die werdende Mutter und ihr Kind, um entspannt und gelassen durch die Schwangerschaft und die Geburt gehen zu können. Typische Beschwerden der Schwangerschaft können gelindert werden, wie z.B. Rückenschmerzen und Verspannungen der Muskulatur. Durch Atem- und Körperübungen werden die Muskeln gestärkt und können bei der Geburt effektiver eingesetzt werden. Angst und Anspannung werden gelöst durch Tiefenentspannung. Man bekommt ein besseres Gespür für sich selbst und die Veränderungen, die das Mutterwerden begleiten. Schwangere erhalten mehr Energie und Vitalität und vertiefen den Kontakt zu ihrem Baby. Der Einstieg ist zu jeder Zeit in der Schwangerschaft möglich. Bitte fragen Sie ihren Arzt oder Ihre Hebamme, ob Yoga während der Schwangerschaft für Sie geeignet ist. Vorkenntnisse sind nicht erforderlich. Pers. Beratung bei Petra Jabs Telefon 02266 2724, oder per E-Mail an jabs.lindlar@t-online.de

Bitte mitbringen: Eigene Yogamatte oder Badehandtuch, eine Decke und dicke Socken.

Referentin Petra Jabs, Yogalehrerin BDY/EU | **Teilnahme-Gebühr** 40,00€ (bei 4 x = 8 UStd.) bzw. 20,00€ (bei 2 x = 4 UStd.)

Ort Kath. Familienbildungsstätte – Haus der Familie | Klosterplatz 2 | 51688 Wipperfürth

Fr 16.02. – 23.02.2024 | 17.00–18.30 Uhr

Seminarumfang 2 x = 4 UStd.

Veranstaltungs-Nr. 2472660044

Fr 01.03. – 22.03.2024 | 17.00–18.30 Uhr

Seminarumfang 4 x = 8 UStd.

Veranstaltungs-Nr. 2472660045

Fr 12.04. – 03.05.2024 | 17.00–18.30 Uhr

Seminarumfang 4 x = 8 UStd.

Veranstaltungs-Nr. 2472660046

Fr 07.06. – 28.06.2024 | 17.00–18.30 Uhr

Seminarumfang 4 x = 8 UStd.

Veranstaltungs-Nr. 2472660047

> VOR DER GEBURT

MAWIBA® Pre

Kurs für schwangere Frauen

Im MAWIBA® Kurs tanzen werdende Mamas zu abwechslungsreichen Choreografien. In dieser besonderen Zeit hält das Tanzen fit, macht Spaß und stärkt die Mutter-Kind-Bindung. Es ist eine gute Ergänzung zum Geburtsvorbereitungskurs. Man lernt seinen Beckenboden besser kennen und bleibt in Bewegung.

Fr 19.01.–15.03.2024 | 08.45–10.15 Uhr

Anja Kühnel, MAWIBA®-Trainerin

Teilnahme-Gebühr 64,00 €

Seminarumfang 8 x = 16 UStd.

Ort: Kath. Familienbildungsstätte Wipperfürth

Klosterplatz 2 | 51688 Wipperfürth

Veranstaltungs-Nr.: 2472650038

Fr 12.04.–21.06.2024 | 08.45–10.15 Uhr

Anja Kühnel, MAWIBA®-Trainerin

Teilnahme-Gebühr 72,00 €

Seminarumfang 9 x = 18 UStd.

Ort: Kath. Familienbildungsstätte Wipperfürth

Klosterplatz 2 | 51688 Wipperfürth

Veranstaltungs-Nr.: 2472650039



> LEBEN MIT DEM NEUGEBORENEN

MAWIBA® Baby

Kurs für Frauen mit ihren Babys

MAWIBA® ist ein Tanzkonzept für Frauen und ihre Babys, ein sanfter Einstieg, um nach der Geburt wieder aktiv zu werden. Während die Mamas zu beckenbodenstärkenden Choreografien tanzen und dabei ihre Haltung und Fitness verbessern, kuscheln sich die Babys in einer Tragehilfe/einem Tragetuch an sie. MAWIBA® wurde gemeinsam mit einem erfahrenen Expertenteam entwickelt und bietet spezielle Choreografien zur Beckenbodenstärkung und Verbesserung der Körperhaltung.

Referentin Anja Kühnel, MAWIBA®-Trainerin
Teilnahme-Gebühr 64,00 €

Ort Kath. Familienbildungsstätte Wipperfürth
 Klosterplatz 2 | 51688 Wipperfürth

Di 16.01. – 12.03.2024 | 08.45 – 10.15 Uhr
 Seminarumfang 8 x = 16 UStd.

Veranstaltungs-Nr.: 2472650036

Di 09.04. – 18.06.2024 | 08.45 – 10.15 Uhr
 Seminarumfang 10 x = 20 UStd.

Veranstaltungs-Nr.: 2472650037

Beckenbodentraining

Ein gezieltes Training des Beckenbodens sorgt für eine aufrechte Körperhaltung und stärkt den Rücken. Das Beckenbodentraining stabilisiert die Körpermitte (Beckenboden, Bauch, Rücken). Es umfasst eine Reihe von Spannungs- und Entspannungsübungen. Die erlernten Übungen lassen sich optimal in den Alltag integrieren. Positive Nebenwirkungen sind z. B. die Sicherung der Kontinenz oder eine positive Wirkung auf die Körpermitte nach einer Geburt.

Bitte mitbringen: Eine eigene Matte (falls vorhanden), ein großes Handtuch als Auflagenschutz für die Matte, eine Decke und ein kleines Kissen für die Entspannung am Ende.

Mo 19.02. – 10.06.2024 | 08.45 – 09.45 Uhr

Tatjana Brombach, Physiotherapeutin
 Teilnahme-Gebühr 70,00 €

Seminarumfang 14 x = 14 UStd.

Ort: Kath. Familienbildungsstätte Wipperfürth
 Klosterplatz 2 | 51688 Wipperfürth

Veranstaltungs-Nr.: 2472660066

> LEBEN MIT DEM NEUGEBORENEN

Rückbildungsyoga mit Baby

Dieser Kurs startet nach dem Wochenbett mit Abschluss der Rückbildung (ca. ab der 10. Woche nach der Geburt, in Rücksprache mit deiner Hebamme / Arzt / Ärztin).

Durch eine gezielte und ganzheitliche Übungspraxis wird die Körpermitte stabilisiert. Bauch, Beckenboden und Rücken werden sanft gekräftigt und in der Rückbildung unterstützt. In lockerer Atmosphäre werden Körper und Seele für das Leben mit deinem Baby gestärkt.

Geeignet auch für Frauen ohne Yogaerfahrung!

Bitte mitbringen: Dünne (Fleece-)Decke, Handtuch und alle benötigten Materialien für ihr Kind

Fr 12.01. – 24.03.2024 | 10.00 – 11.30 Uhr

Andrea Höffgen, Yogalehrerin,
Weiterbildung Prä- und Postpartal-Yoga
Teilnahme-Gebühr 120,00 €
Seminarumfang 10 x = 20 UStd.
Ort: Helios Klinik, Elternschule Josefine
Alte Kölner Straße 9 | 51688 Wipperfürth
Veranstaltungs-Nr.: 2472650042

Fr 12.04. – 28.06.2024 | 10.00 – 11.30 Uhr

Andrea Höffgen, Yogalehrerin,
Weiterbildung Prä- und Postpartal-Yoga
Teilnahme-Gebühr 120,00 €
Seminarumfang 10 x = 20 UStd.
Ort: Helios Klinik, Elternschule Josefine
Alte Kölner Straße 9 | 51688 Wipperfürth
Veranstaltungs-Nr.: 2472650043

> LEBEN MIT DEM NEUGEBORENEN

Rundum gut vorbereitet!

Online-Infoveranstaltung zum Thema Elternzeit und Elterngeld

Es gibt eine Fülle von finanziellen Hilfen und rechtlichen Regelungen für Schwangere, werdende Eltern und junge Familien. Sich darüber einen Überblick zu verschaffen, ist mit viel Zeit verbunden und am Ende bleiben meist dennoch wichtige Fragen offen.

An diesem Abend führt die Referentin Sie verständlich und übersichtlich durch die geltenden Regelwerke zu Mutterschutz, Elterngeld und Elternzeit. Häufige Fragen zu Anträgen, Fristen und Voraussetzungen werden ebenso beantwortet, wie die Unterschiede zwischen den Elterngeldvarianten Basis-Elterngeld und Elterngeld Plus. Fragen rund um die Partnerschaftsmonate werden erläutert. Zudem zeigt die Referentin Ihnen Gestaltungsmöglichkeiten auf, was bei der Planung und Beantragung zu berücksichtigen ist und was es im Vorfeld noch alles zu bedenken gibt.

Weitere Informationen zur Referentin: www.bambini-und-business.de

Mo 22.01.2024 | 18.00–20.15 Uhr

Verena Dias, Diplom Kauffrau

Teilnahme-Gebühr 10,00€

Seminarumfang 1 x = 3 UStd.

Ort: Digital

Veranstaltungs-Nr. 2472610001



Mo 22.04.2024 | 18.00–20.15 Uhr

Verena Dias, Diplom Kauffrau

Teilnahme-Gebühr 10,00€

Seminarumfang 1 x = 3 UStd.

Ort: Digital

Veranstaltungs-Nr. 2472610002



> LEBEN MIT DEM NEUGEBORENEN

Über Geld spricht Frau doch!

Online-Austausch für Mütter

Die Gedanken vieler junger Mütter kreisen meist als erstes um ihre Familie. Dadurch stehen eigene Bedürfnisse oft hintenan und gerade »unbequeme« Themen werden nicht selten fortwährend aufgeschoben. Beim Thema Finanzen kann das für Frauen im späteren Leben fatale Folgen haben.

Denn bei vielen Müttern verändert sich nach der Geburt eines Kindes ihre finanzielle Situation. Auch wenn sich die Familienmodelle wandeln, ist es häufig weiterhin der Vater, der in Vollzeit arbeitet. Wenn die Mutter wieder arbeitet, dann häufig in Teilzeit und zusätzlich zur bisherigen Familien- und Hausarbeit. Nüchtern betrachtet sind Frauen dadurch finanziell von ihrem Partner abhängig und machen sich zu Recht Sorgen um ihre Rente. Dass das nicht so sein muss, zeigt dieser Workshop. Ganz vertrauensvoll und ehrlich geht es um Geld und um das Bewusstsein für die eigene (langfristige) finanzielle Situation. Auch wenn man als Mutter wenig bis gar nichts verdient, lohnt es sich, sich so früh wie möglich aktiv um die eigenen Finanzen zu kümmern.

Weitere Informationen zur Referentin: www.bambini-und-business.de

Mo 11.03.2024 | 19.30 – 21.45 Uhr

Verena Dias, Diplom Kauffrau

Teilnahme-Gebühr 10,00 €

Seminarumfang 1 x = 3 UStd.

Ort: Digital

Veranstaltungs-Nr.: 2472610004



Fr 07.06.2024 | 09.30 – 11.45 Uhr

Verena Dias, Diplom Kauffrau

Teilnahme-Gebühr 10,00 €

Seminarumfang 1 x = 3 UStd.

Ort: Digital

Veranstaltungs-Nr.: 2472610009



> LEBEN MIT DEM NEUGEBORENEN

Babymassage für Väter und Babys

von der 8. Lebenswoche bis zum Beginn des Krabbelalters

Über Berührung und Körperkontakt erlebt das Baby sich und seine Welt, denn Berührung ist unsere „erste Sprache“.

In diesem Kurs lernen frischgebackene Väter mit Hilfe der Babymassage ein Ritual mit dem Baby aufzubauen, um die Bindung im Alltag zu festigen. Babymassage trägt zur Entspannung bei, hilft den Säuglingen beim Einschlafen und beugt Blähungen vor. Sie hilft, die verschiedenen Ausdrucksformen des Babys zu erkennen. Darüber hinaus können im Kurs anfängliche Höhen, aber auch eventuelle Tiefen im Erfahrungsaustausch mit anderen Vätern geteilt werden. Das Baby sollte nicht älter als 6 Monate sein.

Bitte mitbringen: 1 großes Handtuch, 2–3 wasserdichte Unterlagen, Mandelöl

Sa 17.02. – 09.03.2024 | 10.30–12.00 Uhr

Mareike Albers, Babymassageleiterin

Teilnahme-Gebühr 40,00 €

Seminarumfang 4 x = 8 UStd.

Ort: Kath. Familienbildungsstätte Wipperfürth

Klosterplatz 2 | 51688 Wipperfürth

Veranstaltungs-Nr. 2472650040

Sa 13.04. – 18.05.2024 | 10.00–11.30 Uhr

Mareike Albers, Babymassageleiterin

Teilnahme-Gebühr 40,00 €

Seminarumfang 4 x = 8 UStd.

Ort: Kath. Familienbildungsstätte Wipperfürth

Klosterplatz 2 | 51688 Wipperfürth

Veranstaltungs-Nr. 2472650041



> LEBEN MIT DEM NEUGEBORENEN

Babyoase – Treffpunkt in der Elternschule auch für Flasche gebende Eltern

Für Eltern mit Babys bis 18 Monate

Die ersten Wochen mit einem Neugeborenen werfen viele Fragen rund um die Ernährung auf. In unserer Baby-Oase sind Sie mit ihren Ängsten, Sorgen, Unsicherheiten und ihren Freuden nicht alleine, sondern können sich miteinander austauschen.

- Ist ausschließliches Stillen ausreichend?
- Was kann ich bei Stillproblemen tun?
- Ich möchte nicht stillen. Welche Nahrung ist die richtige für mein Kind?
- Wie beginne ich mit Beikost?
- Wo finde ich Hilfe?

Auf diese und andere Fragen erhalten Sie in netter Atmosphäre und unter Anleitung unseres Referententeams Antworten.

Referentinnen

Martina Cronenberg, Kinderkrankenschwester

Andrea Krabsch, Physiotherapeutin

Caroline Hoormann, Hebamme, Leiterin der Elternschule

Mo 08.01. – 29.01.2024 | 09.30–11.45 Uhr

Teilnahme-Gebühr 12,00€

Seminarumfang 4 x = 12 UStd.

Ort: Helios Klinik, Elternschule Josefine

Alte Kölner Str. 9 | 51688 Wipperfürth

Veranstaltungs-Nr. 2472650017

Mo 05.02. – 26.02.2024 | 09.30–11.45 Uhr

Teilnahme-Gebühr 9,00€

Seminarumfang 3 x = 9 UStd.

Ort: Helios Klinik, Elternschule Josefine

Alte Kölner Str. 9 | 51688 Wipperfürth

Veranstaltungs-Nr. 2472650018

> LEBEN MIT DEM NEUGEBORENEN

Mo 04.03. – 25.03.2024 | 09.30 – 11.45 Uhr

Teilnahme-Gebühr 12,00 €

Seminarumfang 4 x = 12 UStd.

Ort: Helios Klinik, Elternschule Josefine
Alte Kölner Str. 9 | 51688 Wipperfürth

Veranstaltungs-Nr. 2472650019

Mo 08.04. – 29.04.2024 | 09.30 – 11.45 Uhr

Teilnahme-Gebühr 12,00 €

Seminarumfang 4 x = 12 UStd.

Ort: Helios Klinik, Elternschule Josefine
Alte Kölner Str. 9 | 51688 Wipperfürth

Veranstaltungs-Nr. 2472650020

Mo 06.05. – 27.05.2024 | 09.30 – 11.45 Uhr

Teilnahme-Gebühr 9,00 €

Seminarumfang 3 x = 9 UStd.

Ort: Helios Klinik, Elternschule Josefine
Alte Kölner Str. 9 | 51688 Wipperfürth

Veranstaltungs-Nr. 2472650021

Mo 03.06. – 24.06.2024 | 09.30 – 11.45 Uhr

Teilnahme-Gebühr 12,00 €

Seminarumfang 4 x = 9 UStd.

Ort: Helios Klinik, Elternschule Josefine
Alte Kölner Str. 9 | 51688 Wipperfürth

Veranstaltungs-Nr. 2472650022

Mo 03.07. – 31.07.2024 | 09.30 – 11.45 Uhr

Teilnahme-Gebühr 15,00 €

Seminarumfang 5 x = 15 UStd.

Ort: Helios Klinik, Elternschule Josefine
Alte Kölner Str. 9 | 51688 Wipperfürth

Veranstaltungs-Nr. 2472650023



> LEBEN MIT DEM NEUGEBORENEN

Die Beikost

Gesunde Säuglingsernährung im 1. Lebensjahr

Die Umstellung von Muttermilch auf Breimahlzeiten ist die erste große Veränderung in der Essbiografie eines Kindes. Die vertraute intensive Stillbeziehung endet und eine neue Welt tut sich auf. Die Aufnahme fester Nahrung stillt nicht nur den Hunger des Kindes, sondern erfüllt auch soziale und psychologische Bedürfnisse. Eltern wollen ihr Kind bei diesem neuen Lebensschritt bestmöglich unterstützen und seine Entwicklung fördern und sind mit Fragen konfrontiert:

- Wann darf ich mit der Beikost beginnen?
- Was darf ich meinem Baby geben?
- Wie bereite ich einen Brei zu?
- Dürfen es auch Fertiggläschen sein, und wenn ja, welche?
- Wie gelingt die Einführung der Beikost am besten?
- Und wie verhalte ich mich im Falle von Allergien oder Unverträglichkeiten?

Dieser Kurs bietet Eltern einen Überblick über eine gesunde Ernährung ihres Babys im ersten Lebensjahr. Selbstverständlich können Sie Ihr Baby mitbringen.

Mo 18.03.2024 | 10.00 – 11.45 Uhr

Olivia Schwarz, Oecothropologin M. A.

Teilnahme-Gebühr 7,00 €

Seminarumfang 1 x = 2 UStd.

Ort: Kath. Familienbildungsstätte –

Haus der Familie Wipperfürth

Klosterplatz 2 | 51688 Wipperfürth

Veranstaltungs-Nr. 2472610003



> LEBEN MIT DEM NEUGEBORENEN

Erste Hilfe bei Notfällen im Säuglings- und Kleinkindalter

Elternkurs

In dieser Veranstaltung sollen Einblicke in die häufigsten Notfallsituationen mit Kindern gegeben werden. Die Grundkenntnisse in Erster Hilfe werden aufgefrischt. Konkrete Verhaltensweisen werden trainiert und besprochen: Wie soll ich reagieren bei Verletzungen, Verbrennungen, Gehirnerschütterung, Verschlucken von Gegenständen, Vergiftungen, Sturz, etc....?

Do 14.03.2024 | 18.00 – 21.15 Uhr

Mitarbeiter Deutsches Rotes Kreuz

Teilnahme-Gebühr 30,00€

Seminarumfang 1 x = 4 UStd.

Ort: Kath. Familienbildungsstätte –

Haus der Familie Wipperfürth

Klosterplatz 2 | 51688 Wipperfürth

Veranstaltungs-Nr. 2472660051

Do 27.06.2024 | 18.00 – 21.15 Uhr

Mitarbeiter Deutsches Rotes Kreuz

Teilnahme-Gebühr 30,00€

Seminarumfang 1 x = 4 UStd.

Ort: Kath. Familienbildungsstätte –

Haus der Familie Wipperfürth

Klosterplatz 2 | 51688 Wipperfürth

Veranstaltungs-Nr. 2472660052

Gutschein für Neugeborene

Ein Kind wird geboren!

In der Helios Klinik Wipperfürth erhalten Neugeborene einen Gutschein. Der Gutschein kann bei Buchung der Kurse „Erste Hilfe bei Notfällen im Säuglings- und Kleinkindalter“ und „Notfallsituationen bei Säuglingen und Kleinkindern“ im Haus der Familie eingelöst werden.

> ELTERNSEIN UND ERZIEHUNG

Aufbrechen zu neuen Wegen in der Familie

Ein Workshop- und Infoabend für Eltern zu Methoden der Gewaltfreien Kommunikation

- Fühlst Du dich im Familienalltag oft erschöpft, genervt und ratlos?
- Suchst Du Leichtigkeit, Klarheit und ein harmonisches Miteinander?

An diesem Abend werden Wege vorgestellt, die dich aktiv dabei unterstützen, gelassener durch den Familienalltag zu navigieren. Die Methoden basieren auf der Gewaltfreien Kommunikation nach Marshall Rosenberg und geben einen kleinen Einblick in die eigenen Gefühle und Bedürfnisse. Wie kann ich meine Kinder empathisch begleiten und gleichzeitig mit Klarheit und Verbundenheit eigene Grenzen aufzeigen? Dieser Abend gibt einen ersten Eindruck der Möglichkeiten, die in den Methoden der Gewaltfreien Kommunikation im Familienkontext liegen.

Eine Reihe mit vier Abendterminen zur Vertiefung startet Ende Mai 2024 (siehe nächste Seite)

Die Referentin ist GfK-Trainerin, Gymnasiallehrerin und Mutter von drei Kindern im Alter von 3-10 Jahren.

Di 19.03.2024 | 19.00 – 21.15 Uhr

Andrea Sosna: GfK Trainerin, Gymnasiallehrerin

Teilnahme-Gebühr 9,00 €

Seminarumfang 1 x = 3 UStd.

Ort: Kath. Familienbildungsstätte –

Haus der Familie Wipperfürth

Klosterplatz 2 | 51688 Wipperfürth

Veranstaltungs-Nr.: 2472610005



© Anatoliy Kariyuk / Shutterstock.com

> ELTERNSEIN UND ERZIEHUNG

Aufbrechen zu neuen Wegen in der Familie

Seminarreihe für Eltern mit Methoden der Gewaltfreien Kommunikation

- Fühlst Du dich im Familienalltag oft erschöpft, genervt und ratlos?
- Suchst Du Leichtigkeit, Klarheit und ein harmonisches Miteinander?

In dieser Veranstaltungsreihe werden Wege vorgestellt, die dich aktiv dabei unterstützen, gelassener durch den Familienalltag zu navigieren. Die Methoden basieren auf der Gewaltfreien Kommunikation (GfK) nach Marshall Rosenberg und geben einen kleinen Einblick in die eigenen Gefühle und Bedürfnisse. Wie kann ich meine Kinder empathisch begleiten und gleichzeitig mit Klarheit und Verbundenheit eigene Grenzen aufzeigen?

Die Seminarreihe umfasst vier Abendtermine, bei denen neben Theorievermittlung als Grundlage, vor allem viele praktische Übungen mit den Methoden der GfK eingeübt werden. Praxisbeispiele aus dem Lebensalltag mit Kindern ermöglichen es, die gelernten Übungen im eigenen Familienalltag umzusetzen.

Di 28.05. – 18.06.2024 | 19.15 – 21.30 Uhr

Andrea Sosna: GfK Trainerin, Gymnasiallehrerin

Teilnahme-Gebühr 36,00 €

Seminarumfang 4 x = 12 UStd.

Ort: Kath. Familienbildungsstätte –

Haus der Familie Wipperfürth

Klosterplatz 2 | 51688 Wipperfürth

Veranstaltungs-Nr.: 2472610006



> ELTERNSEIN UND ERZIEHUNG

Ohne Windel – wann und wie?

Ein Elternabend zum Thema Sauberkeitsentwicklung im Einklang mit dem Kleinkind

Das Thema, wann und wie ein Kind auf die Zeit ohne Windel vorbereitet werden kann, beschäftigt viele Eltern. Oft ist die Sorge vorhanden, die Signale, die das Kind sendet, zu übersehen. Während dieses Elternabends wird über die Zeichen und das entsprechende Wann und Wie gesprochen. Damit sowohl die Eltern, als auch die Kinder dieser Zeit entspannt entgegen sehen können. Der Elternabend gibt Anregungen, sich bewusst am Kind zu orientieren und dadurch den Prozess des Sauberwerdens mit all seinen Facetten entspannter gestalten zu können.

Mi 05.06.2024 | 19.00 – 21.15 Uhr

Mi-Ä Krücker, Kinderkrankenschwester

Teilnahme-Gebühr 9,00€

Seminarumfang 1 x = 3 UStd.

Ort: Kath. Familienbildungsstätte Wipperfürth

Klosterplatz 2 | 51688 Wipperfürth

Veranstaltungs-Nr.: 2472610013

Paarbalance: Ein passendes Online-Format für uns?

Info und Einführung in den Paar-Kurs

PaarBalance ist ein interaktives Online-Coaching-Programm zur Verbesserung der Beziehungsqualität. Es greift in 18 wählbaren „Selbstlern Modulen“ alle wichtigen Aspekte zum Thema Beziehung auf (z.B. Atmosphäre verbessern, Umgang mit Konfliktthemen, Kommunikation in der Beziehung, Sexualität u.v.m.). Jedes Modul besteht aus einem Video mit Impulsen zur Reflexion mit dem Partner. Lernen Sie „PaarBalance“ an diesem Abend exemplarisch kennen.

Di 14.05.2024 | 20.15 – 21.45 Uhr

Alexander Linke, Pastoralreferent,

Erlebnispädagoge

Astrid Linke, Diplom-Sozialpädagogin /

Sozialarbeiterin, M. A.

gebührenfrei

Seminarumfang 1 x = 2 UStd.

Ort: Digital

Veranstaltungs-Nr.: 2472640007



> ELTERNSEIN UND ERZIEHUNG

Wenn Jugendliche kiffen ...

„Völlig unschädlich!“

„Total okay!“

„Machen doch alle!“

„Nicht so schlimm wie Alkohol!?!“

Viele Jugendliche halten den Konsum von Cannabis für ein ganz normales Freizeitvergnügen. Eltern sind verunsichert und machen sich Sorgen. Wie ist die Situation aus fachlicher Sicht einzuschätzen?

Ein interaktiver Vortrag für Eltern zum Thema Cannabiskonsum bei Jugendlichen mit den Themen:

- Faktencheck zum Thema Cannabis.
- Motive, warum Jugendliche kiffen.
- Wann braucht mein Kind Hilfe?
- Was kann ich als Elternteil tun?

Neben fachlichen Impulsen zu unterschiedlichen Aspekten werden wir uns gemeinsam austauschen.

Do 07.03.2024 | 19.00 – 21.15 Uhr

Jutta Wein, Diplom Pädagogin, Suchttherapeutin

Teilnahme-Gebühr 9,00 €

Seminarumfang 1 x = 3 UStd.

Ort: Kath. Familienbildungsstätte Wipperfürth

Klosterplatz 2 | 51688 Wipperfürth

Veranstaltungs-Nr.: 2472610014

> ELTERNSEIN UND ERZIEHUNG

Baby- und Kleinkindschwimmen

Jedes neugeborene Kind kennt das Element Wasser bereits aus dem Mutterleib. Babyschwimmen hat viele positive Aspekte: Die Bewegung im Wasser mit einer vertrauten Bezugsperson fördert die körperliche und motorische, geistige und seelische Entwicklung. Die Bewegungsfähigkeit wird geschult, Freude an der Bewegung gefördert, das Gleichgewicht verbessert. Die Babys entwickeln mehr Selbstvertrauen und erfahren intensive Nähe und Geborgenheit bei den Eltern.

Eltern und Kinder können so die Möglichkeiten des gemeinsamen Bewegens und Spielens im Wasser nutzen. Unter Mithilfe der Eltern sollen die Babys/Kleinkinder lernen, sich im Wasser zu bewegen und das Wasser als Spiel- und Übungsraum kennen und lieben zu lernen.

Die Kinder werden je nach Alter in Kurse eingeteilt. Dort kommen unterschiedliche Materialien und Hilfsmittel zum Einsatz, um die Kinder altersentsprechend zu fördern.

Die Kurse finden im Walter-Leo-Schmitz Bad Wipperfürth statt.

Aus hygienischen Gründen sollten die Kinder beim Schwimmen spezielle Windelbadehosen tragen.

Der Eintritt ins Schwimmbad ist im Kurspreis nicht enthalten.

Referentinnenteam

Michaela Promberger, Gesundheits- und Krankenpflegerin

Yvonne Raffelsieper, Kinderkrankenschwester

Heike Dreiner, Übungsleiterin

Anja Herforth-Müller, Familienkinderkrankenschwester

Bettina Bremer, Hebamme

Ort

Walter-Leo-Schmitz-Bad

Ostlandstr.32 | 51688 Wipperfürth

Teilnahme-Gebühr

jeweils 90,00 €

Seminarumfang

jeweils 10 x = 10 UStd.

> ELTERNSEIN UND ERZIEHUNG

Für Familien mit Babys von 6–12 Monaten
Do 11.01. – 21.03.2024 | 08.30–09.15 Uhr
Veranstaltungs-Nr. 2472620031

Für Familien mit Babys von 12–18 Monaten
Do 11.01. – 21.03.2024 | 09.15–10.00 Uhr
Veranstaltungs-Nr. 247262003

Für Familien mit Babys von 6–12 Monaten
Do 11.01. – 21.03.2024 | 10.00–10.45 Uhr
Veranstaltungs-Nr. 2472620033

Für Familien mit Babys von 12–18 Monaten
Do 11.01. – 21.03.2024 | 10.45–11.30 Uhr
Veranstaltungs-Nr. 2472620034

Für Familien mit Babys von 3–6 Monaten
Do 11.01. – 21.03.2024 | 11.30–12.15 Uhr
Veranstaltungs-Nr. 2472620035

Für Familien mit Babys von 6–12 Monaten
Do 11.04. – 27.06.2024 | 08.30–09.15 Uhr
Veranstaltungs-Nr. 2472620036

Für Familien mit Babys von 12–18 Monaten
Do 11.04. – 27.06.2024 | 09.15–10.00 Uhr
Veranstaltungs-Nr. 2472620037

Für Familien mit Babys von 6–12 Monaten
Do 11.04. – 27.06.2024 | 10.00–10.45 Uhr
Veranstaltungs-Nr. 2472620038

Für Familien mit Babys von 12–18 Monaten
Do 11.04. – 27.06.2024 | 10.45–11.30 Uhr
Veranstaltungs-Nr. 2472620039

Für Familien mit Babys von 3–6 Monaten
Do 11.04. – 27.06.2024 | 11.30–12.15 Uhr
Veranstaltungs-Nr. 2472620040



> ELTERNSEIN UND ERZIEHUNG

Mobbing Prävention: Fit für den Schulhof

Starke Kinder für eine starke Zukunft

Dieser online Impuls-Vortrag richtet sich an alle Eltern, die ihren Kindern ein Rüstzeug an die Hand geben wollen, dass sie auf die Herausforderungen des (Schul-) Alltags vorbereitet.

Sonja Durand bietet Kindern von 6 bis 12 Jahren Hilfestellungen an, wie sie den Fokus auf das Gute im Leben richten und warum dies überhaupt wichtig ist; wie Kinder selbstbewusst mit Beleidigungen umgehen und wie sie in Konfliktsituationen (z.B. auf dem Schulhof) einen ruhigen Kopf bewahren.

Raum für Fragen und Diskussion ist ebenfalls gegeben.

Mi 24.04.2024 | 20.00 – 21.30 Uhr

Sonja Durand, Personalreferentin,
Resilienz-Trainerin
gebührenfrei

Seminarumfang 1 x = 2 UStd.

Ort: Digital

Veranstaltungs-Nr.: 2472610011



Ich will aber!

Kindliche Autonomieentwicklung

Fast über Nacht verwandelt sich ihr bisher so gut gelauntes Kleinkind in ein manchmal sehr wütendes Menschenkind? Eben schien alles in Ordnung und jetzt geht die Welt unter?

Glückwunsch, dann sind sie in der Autonomieentwicklung ihres Kindes mittendrin! Was es mit dieser wichtigen Entwicklungsphase auf sich hat und welche Möglichkeiten Sie haben, mit Ihrem Verhalten einen positiven Einfluss auf Ihr Kind auszuüben, wird Thema dieses Workshops sein.

Mi 20.03.2024 | 19.00 – 21.15 Uhr

Mi-Ä Krücker, Kinderkrankenschwester

Teilnahme-Gebühr 9,00 €

Seminarumfang 1 x = 3 UStd.

Ort: Kath. Familienbildungsstätte Wipperfürth

Klosterplatz 2 | 51688 Wipperfürth

Veranstaltungs-Nr.: 2472610012

> ELTERNSEIN UND ERZIEHUNG

App geht's!? Tablet, Smartphone, & Co.

Mediennutzung von Kindern im Vorschulalter kennen und begleiten

Smartphones, Tablets oder Laptops sind in den allermeisten Familien fester Bestandteil des Alltags. So erleben auch Kinder im Vorschulalter die digitalen Medien bereits als etwas ganz Normales, dass gleichzeitig eine starke Faszination auf sie ausüben kann. Spätestens in der Grundschule sind sie dann aufgefordert, mit digitalen Medien und Internet zu arbeiten. Für viele Eltern stellen sich dabei viele Fragen:

- Wie können Kinder in der Familie begleitet werden, um sie bei einem Hineinwachsen in unsere Medienwelt altersgerecht bei der Aneignung von Medienkompetenz zu unterstützen?
- Ab wann ist es überhaupt sinnvoll, Apps und digitale Medien mit Kindern zu nutzen?
- Verpasst mein Kind den Anschluss, wenn es zu Hause keine digitalen Medien nutzt?
- Wie kann ich einen kompetenten und kreativen Umgang mit digitalen Medien fördern?

Was heute alles mit (digitalen) Medien möglich ist, auf was man unbedingt bei der kindlichen Mediennutzung achten sollte, wo sich gute Anwendungen für Kinder finden lassen und welche kreativen Möglichkeiten es gibt, um mit digitalen Medien zu gestalten, das wird an diesem ONLINE-Abend vorgestellt und besprochen

Infos zum Referenten: www.johannes-wentzel.de

Di 20.2.2024 | 19.30 – 21.00 Uhr

Online per Zoom

Johannes Wentzel, Medienreferent



Anmeldung bitte über

Kath. Bildungsforum im Kreis Mettmann
(Partnereinrichtung):

info@bildungsforum-kreis-mettmann.de

Telefon: 02102/15386-51

gebührenfrei

> CAFÉ BIB WIPPERFÜRTH

Ein Café für Eltern mit Kleinkindern von 0 bis 3 Jahren

Der Körper braucht Nahrung, die Seele braucht Menschen! Wir möchten Eltern die Möglichkeit geben, in einer angenehmen Atmosphäre andere Mütter und Väter zu treffen und Gemeinschaft zu erleben. Für die Kinder gibt es genug Wohlfühlraum zum Spielen, Neues zu entdecken und andere Kinder kennenzulernen. Einmal im Monat bieten eine Familienberaterin und eine Familienhebamme eine Sprechstunde an.

Mi 10.01.–11.12.2024 | 15.00–18.00 Uhr

Sabine Bülow-Quabach, Erzieherin
gebührenfrei

Seminarumfang 41 x = 164 UStd.

Ort: Katholische Familienbildungsstätte
Klosterplatz 2 | 51688 Wipperfürth

Veranstaltungs-Nr.: 2472000013



© Dunker



*In Zusammenarbeit mit der
Psychologischen Beratungsstelle Wipperfürth*

> ELTERNSEIN UND ERZIEHUNG

Elternstart NRW



„Elternstart NRW“ ist ein neues kostenfreies Angebot der Familienbildung für Eltern mit ihren Kindern im ersten Lebensjahr. Dieses Angebot wird von der Landesregierung NRW finanziert. Elternstart umfasst fünf Termine mit zwei Unterrichtsstunden.

Mit „Elternstart NRW“ können Mütter und Väter

- die „Sprache“ des Säuglings besser verstehen,
- die Entwicklung ihres Kind im ersten Jahr bewusster erleben,
- sich mit anderen Eltern austauschen.

Durch „Elternstart NRW“ bekommen Mütter und Väter

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

Wer kann an Elternstart NRW teilnehmen?

Teilnehmen können Mütter und Väter aus NRW mit einem Kind im ersten Lebensjahr. Beide Eltern können gemeinsam an Elternstart NRW teilnehmen. (Auch für Adoptiv- und Pflegeeltern geeignet). Die Teilnahme ist bei jedem weiteren neugeborenen Kind möglich.

Im Anschluss an den Elternstart-Kurs bieten wir die Möglichkeit einen Folgekurs zu besuchen.

Für Eltern mit Ihren 7–10/2023 geborenen Babys

Di 16.01. – 20.02.2024 | 10.30–12.00 Uhr
Veranstaltungs-Nr. 2472620048

Für Eltern mit Ihren 8–11/2023 geborenen Babys

Fr 19.01. – 23.02.2024 | 8.45–10.15 Uhr
Veranstaltungs-Nr. 2472620058

Stefanie Krieger, Lizenzierte Musikgärtnerin

gebührenfrei

Seminarumfang 5 x = 10 UStd.

Ort: Kath. Familienbildungsstätte–

Haus der Familie Wipperfürth

Klosterplatz 2 | 51688 Wipperfürth

> ELTERNSEIN UND ERZIEHUNG

Kidix Eltern-Kind-Kurs

Kinderzeit Spielen, entdecken und erforschen, Freunde finden

Elternzeit Sich informieren und austauschen, beobachten

Gemeinsame Zeit Singen, spielen, miteinander kreativ sein

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

Kidix

Für Eltern mit Ihren 7–10/2022
geborenen Babys

Di 16.01.–18.06.2024 | 08.45–10.15 Uhr

Stefanie Krieger, Lizenzierte Musikgärtnerin

Teilnahme-Gebühr 123,00€

Seminarumfang 20 x = 41 UStd.

Ort: Kath. Familienbildungsstätte–

Haus der Familie Wipperfürth

Klosterplatz 2 | 51688 Wipperfürth

Veranstaltungs-Nr. 2472620023

Kidix

Für Eltern mit Ihren 7/2021–3/2022
geborenen Babys

Mi 17.01.–12.06.2024 | 10.30–12.00 Uhr

Sabine Bülow-Quabach, Erzieherin

Teilnahme-Gebühr 123,00€

Seminarumfang 20 x = 41 UStd.

Ort: Kath. Familienbildungsstätte–

Haus der Familie Wipperfürth

Klosterplatz 2 | 51688 Wipperfürth

Veranstaltungs-Nr. 2472620041

> ELTERNSEIN UND ERZIEHUNG

Kidix
Für Eltern mit Ihren
1–2-jährigen Kindern

Do 18.01.–13.06.2024 | 09.30–11.00 Uhr

Sabine Bülow-Quabach, Erzieherin

Teilnahme-Gebühr 110,00 €

Seminarumfang 18 x = 37 UStd.

Ort: Pfarrheim Frielingsdorf

Jan-Wellem-Straße | 51789 Lindlar

Veranstaltungs-Nr. 2472620045

Kidix
Für Eltern mit Ihren 7–10/2023
geborenen Babys

Di 27.02.–18.06.2024 | 10.30–12.00Uhr

Stefanie Krieger, Lizenzierte Musikgärtnerin

Teilnahme-Gebühr 93,00 €

Seminarumfang 15 x = 31 UStd.

Ort: Kath. Familienbildungsstätte–

Haus der Familie Wipperfürth

Klosterplatz 2 | 51688 Wipperfürth

Veranstaltungs-Nr. 2472620024

Kidix
Für Eltern mit Ihren 8–11/2023
geborenen Babys

Fr 01.03.–21.06.2024 | 08.45–10.15 Uhr

Stefanie Krieger, Lizenzierte Musikgärtnerin

Teilnahme-Gebühr 87,00 €

Seminarumfang 14 x = 29 UStd.

Ort: Kath. Familienbildungsstätte–

Haus der Familie Wipperfürth

Klosterplatz 2 | 51688 Wipperfürth

Veranstaltungs-Nr. 2472620059



> ELTERNSEIN UND ERZIEHUNG



Die Eltern-Kind-Kurse „Das erste Lebensjahr“ und „Das zweite und dritte Lebensjahr“ orientieren sich an dem pädagogischen Ansatz der ungarischen Kinderärztin Emmi Pikler (1902–1984). Sie verbinden frühkindliche Bildung und Elternbildung in einem Kurskonzept.

Pikler® heißt

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

Jeder Schritt, den das Kind selbstständig macht, erleichtert den Nächsten.

Emmi Pikler

Im Kursraum gibt es eine Spielumgebung mit Pikler®-Bewegungselementen, ganz auf die Entwicklungsphase der Kinder abgestimmt. Während die Kinder spielen, haben die Eltern Zeit zum Zuschauen und Zeit für Information und Gespräch. Mit zum Kurs gehören Wiegenlieder und Kinderlieder, an denen Eltern und Kinder Freude haben. Ein oder zwei Elternabende sind fester Bestandteil dieses Angebotes und werden nach Terminabsprache durchgeführt.



> ELTERNSEIN UND ERZIEHUNG

Das Kind: Ich möchte hier

- spielen, forschen, auf Entdeckungsreise gehen. Auf eigene Faust, aber trotzdem beschützt.
- laufen, hopsen, balancieren, krabbeln, kriechen, klettern. Ausprobieren, was ich alles kann.
- mit anderen Kindern sein. Von ihnen lernen.

Mutter/Vater: Ich möchte hier

- Atem holen, Zeit haben. Für den Alltag Kraft schöpfen.
- meinem Kind in Ruhe zuschauen. Seine Fähigkeiten und Interessen erkennen.
- mit anderen Eltern reden. Mich weiterbilden zu Fragen der Entwicklung und Erziehung.

Kind und Eltern: Wir möchten hier

- zusammen sein. Uns wohl fühlen.
- andere Eltern und Kinder treffen.
- singen und spielen. Freude haben

Die Eltern-Kind-Kursleiterinnen haben eine Zertifikatsfortbildung absolviert, die das Bildungswerk der Erzdiözese Köln e.V. in Kooperation mit der Pikler® Gesellschaft Berlin e.V. (www.pikler.de) durchführt.

Ort ist jeweils

Kath. Familienbildungsstätte – Haus der Familie
Wipperfürth | Klosterplatz 2 | 51688 Wipperfürth

Für Eltern mit in den folgenden Monaten geborenen Kindern:

März 2022 bis Juni 2022

Fr 19.01.–14.06.2024 | 08.45–10.15 Uhr

Annegret Schuster, Erzieherin

Teilnahme-Gebühr 111,00€

Seminarumfang 18 x = 37 UStd.

Veranstaltungs-Nr. 2472620046

Februar 2023 bis Mai 2023

Fr 19.01.–14.06.2024 | 10.30–12.00 Uhr

Annegret Schuster, Erzieherin

Teilnahme-Gebühr 111,00€

Seminarumfang 18 x = 37 UStd.

Veranstaltungs-Nr. 2472620047

> ELTERNSEIN UND ERZIEHUNG

April 2023 bis August 2023

Fr 19.01. – 21.06.2024 | 10.30 – 12.00 Uhr

Scarlet Schieren, Pikler Kursleiterin

Teilnahme-Gebühr 117,00 €

Seminarumfang 19 x = 39 UStd.

Veranstaltungs-Nr. 2472620057

November 2022 bis Januar 2023

Mo 22.01. – 10.06.2024 | 08.45 – 10.15 Uhr

Christina Kalenbach, Heilerziehungspflegerin

Teilnahme-Gebühr 111,00 €

Seminarumfang 18 x = 37 UStd.

Veranstaltungs-Nr. 2472620050

Januar 2023 bis April 2023

Mo 22.01. – 10.06.2024 | 10.30 – 12.00 Uhr

Christina Kalenbach, Heilerziehungspflegerin

Teilnahme-Gebühr 111,00 €

Seminarumfang 18 x = 37 UStd.

Veranstaltungs-Nr. 2472620051

Juli 2023 bis September 2023

Di 23.01. – 11.06.2024 | 09.00 – 10.30 Uhr

Christina Kalenbach, Heilerziehungspflegerin

Teilnahme-Gebühr 111,00 €

Seminarumfang 18 x = 37 UStd.

Veranstaltungs-Nr. 2472620052

Mai 2023 bis August 2023

Do 15.02. – 06.06.2024 | 09.00 – 10.30 Uhr

Heike Oehler, Kleinkindpädagogin

Teilnahme-Gebühr 87,00 €

Seminarumfang 14 x = 29 UStd.

Veranstaltungs-Nr. 2472620049

ELTERNSTART NRW

Oktober 2023 bis Dezember 2023

Mi 17.01. – 14.02.2024 | 08.45 – 10.15 Uhr

Scarlet Schieren, Pikler Kursleiterin

gebührenfrei

Seminarumfang 5 x = 10 UStd.

Veranstaltungs-Nr. 2472620060

Oktober 2023 bis Dezember 2023

Mi 21.02. – 19.06.2024 | 08.45 – 10.15 Uhr

Scarlet Schieren, Pikler Kursleiterin

Teilnahme-Gebühr 99,00 €

Seminarumfang 16 x = 33 UStd.

Veranstaltungs-Nr. 2472620061

> MUSIZIEREN

Spielerisch musizieren

Erstes Musizieren für Eltern mit Kindern von 1–2 Jahren

Musik ist ein Bestandteil im Leben jedes Kindes. Singen bedeutet sich äußern, Rhythmus bedeutet Körperwahrnehmung und die Freude an der Musik überträgt sich auf alle Lebensbereiche. Die Bedeutung der musischen Förderung im Kleinkindalter nimmt in der Gesamtentwicklung des Kindes einen gravierenden Schwerpunkt ein.

Der Kurs greift entwicklungsgerechte Elemente auf und fördert das aktive Musizieren zwischen Kind und Eltern.

Die angeborene Fähigkeit aller Kinder zum Singen und zur rhythmischen Bewegung entdecken und erleben wir durch alte und neue Kinderlieder, Fingerspiele und Instrumente wie Klanghölzer, Trommeln und Glöckchen, Tanzen und Körperpercussion.

Mo 29.01. – 06.05.2024 | 16.00–16.45 Uhr

Katharina Taylor, Musikpädagogin M.A.

Teilnahme-Gebühr 36,00€

Seminarumfang 12 x = 12 UStd.

Ort: Kath. Familienbildungsstätte –

Haus der Familie Wipperfürth

Klosterplatz 2 | 51688 Wipperfürth

Veranstaltungs-Nr. 2472620054

Mo 29.01. – 06.05.2024 | 16.50–17.35 Uhr

Katharina Taylor, Musikpädagogin M.A.

Teilnahme-Gebühr 36,00€

Seminarumfang 12 x = 12 UStd.

Ort: Kath. Familienbildungsstätte –

Haus der Familie Wipperfürth

Klosterplatz 2 | 51688 Wipperfürth

Veranstaltungs-Nr. 2472620055

> KOCHEN UND BACKEN MIT KINDERN

Kochen mit dem Räuber Hotzenplotz II

Für Eltern mit ihren Kindern ab 3 Jahren

Da die erste Räuber-Kochrunde so gut ankam, dient Otfried Preußlers bekannte Figur noch einmal als Anregung für unseren zweiten Kochkurs mit dem Räuber Hotzenplotz.

Dieses Mal backen wir Ganoven hinter Gittern und kochen eine scharfe Räuberkanone.

Wie das geht erfährst du in diesem Eltern-Kind-Kochkurs.

Bitte Behälter für eventuelle Reste mitbringen.

Do 22.02.2024 | 15.30 – 18.30 Uhr

Erika Meier, Ernährungsberaterin für Kleinkinder
Teilnahme-Gebühr 15,00 € inkl. 5,00 € Umlage
(1 Erw./1 Kind), weitere Kinder 10,00 € inkl.
Umlage

Seminarumfang 1 x = 4 UStd.

Ort: Kath. Familienbildungsstätte –
Haus der Familie Wipperfürth

Klosterplatz 2 | 51688 Wipperfürth

Veranstaltungs-Nr. 2472620002

Kuh Lieselotte kocht & backt zu Ostern

Für Eltern mit ihren Kindern ab 3 Jahren

Was soll es dieses Mal zum Osterfest geben, überlegt Lieselotte. Etwas Besonderes darf es schon sein, aber auch nicht zu schwer zum Nachmachen, damit es auch zu Hause gut gelingt. Lieselotte hat bei unserem Eltern-Kind-Koch- und Backkurs Überraschungseier und grün gefärbte Pfannkuchen für Euch dabei.

Außerdem möchte sie unbedingt ein leckeres Osterlamm für den Ostertisch mit Euch backen.

Bitte Behälter für eventuelle Reste mitbringen.

Do 21.03.2024 | 15.30 – 18.30 Uhr

Erika Meier, Ernährungsberaterin für Kleinkinder
Teilnahme-Gebühr 15,00 € inkl. 5,00 € Umlage
(1 Erw./1 Kind), weitere Kinder 10,00 € inkl.
Umlage

Seminarumfang 1 x = 4 UStd.

Ort: Kath. Familienbildungsstätte –
Haus der Familie Wipperfürth

Klosterplatz 2 | 51688 Wipperfürth

Veranstaltungs-Nr. 2472620003

> KOCHEN UND BACKEN MIT KINDERN

Kochen mit Petterson & Findus

Für Eltern mit ihren Kindern ab 3 Jahren

Wer kennt sie nicht, die leckere Pfannkuchentorte aus dem beliebten Kinderbuch von Petterson & Findus?

Heute backen und verspeisen wir sie selbst. Aber auch etwas Herzhaftes darf natürlich nicht fehlen: Hier kochen wir gemeinsam leckere Fleischklößchen.

Bitte Behälter für eventuelle Reste mitbringen.

Do 06.06.2024 | 15.30–18.30 Uhr

Erika Meier, Ernährungsberaterin für Kleinkinder
Teilnahme-Gebühr 15,00€ inkl. 5,00€ Umlage
(1 Erw./1 Kind), weitere Kinder 10,00€ inkl.
Umlage

Seminarumfang 1 x = 4 UStd.

Ort: Kath. Familienbildungsstätte –

Haus der Familie Wipperfürth

Klosterplatz 2 | 51688 Wipperfürth

Veranstaltungs-Nr. 2472620005

Die ultimative Burger-Challenge

Für Väter und Kinder von 8–12 Jahren

Ihr sucht eine neue gemeinsame Aktion für Freitagabend? Dann probiert Euch doch mal bei unserer Burger-Challenge aus! Hier dreht sich alles um das leckere, runde Brötchen und seine Zubereitung. Wir bieten die Burger wahlweise als vegetarische Variante an. Zusätzlich bereiten wir auch Chicken Nuggets zu und als Beilagen gibt es Rosmarinkartoffeln und Salat.

Bitte Behälter für eventuelle Reste mitbringen.

Fr 26.04.2024 | 17.00–20.00 Uhr

Erika Meier, Ernährungsberaterin für Kleinkinder
Teilnahme-Gebühr 15,00€ inkl. 5,00€ Umlage
(1 Erw./1 Kind), weitere Kinder 10,00€ inkl.
Umlage

Seminarumfang 1 x = 4 UStd.

Ort: Kath. Familienbildungsstätte –

Haus der Familie Wipperfürth

Klosterplatz 2 | 51688 Wipperfürth

Veranstaltungs-Nr. 2472620004

> SPIELEN UND ENTDECKEN

Klettern, Spiel und Spaß

Bewegungsangebot für Eltern mit ihren Kindern

Spaß an der Bewegung durch das gemeinsame Ausprobieren unterschiedlicher Bewegungslandschaften steht im Vordergrund dieses Kurses. Durch vielfältige Angebote, wie z.B. Klettern, Schaukeln, Balancieren werden die Kinder in ihrer Wahrnehmung angeregt und erhalten die Möglichkeit, ihre Motorik und ihr Selbstvertrauen zu stärken. In einer gesicherten Umgebung schulen sie wie nebenbei ihre Sinne, ihre Koordination und Beweglichkeit. Die Eltern haben Zeit, ihre Kinder beim Ausprobieren zu beobachten und sie bei ihrem Entdeckungsdrang zu unterstützen.

Für Eltern mit ihren 1–3jährigen Kindern

Di 16.01. – 18.06.2024 | 10.30–12.00 Uhr

Heike Dreiner, Übungsleiterin

Teilnahme-Gebühr 108,00 €

Seminarumfang 18 x = 36 UStd.

Ort: Kath. Familienbildungsstätte –

Haus der Familie Wipperfürth

Klosterplatz 2 | 51688 Wipperfürth

Veranstaltungs-Nr.: 2472620020

Für Eltern mit ihren 3–4jährigen Kindern

Di 16.01. – 18.06.2024 | 15.00–16.30 Uhr

Heike Dreiner, Übungsleiterin

Teilnahme-Gebühr 108,00 €

Seminarumfang 18 x = 36 UStd.

Ort: Kath. Familienbildungsstätte Wipperfürth

Klosterplatz 2 | 51688 Wipperfürth

Veranstaltungs-Nr.: 2472620021

Für Eltern mit ihren 1–3jährigen Kindern

Mi 17.01. – 19.06.2024 | 10.30–12.00 Uhr

Scarlet Schieren, Pikler Kursleiterin

Teilnahme-Gebühr 120,00 €

Seminarumfang 20 x = 40 UStd.

Ort: Kath. Familienbildungsstätte Wipperfürth

Klosterplatz 2 | 51688 Wipperfürth

Veranstaltungs-Nr.: 2472620056

Für Eltern mit ihren 1–3jährigen Kindern

Mi 17.01. – 19.06.2024 | 14.45–16.15 Uhr

Heike Dreiner, Übungsleiterin

Teilnahme-Gebühr 114,00 €

Seminarumfang 19 x = 38 UStd.

Ort: Kath. Familienbildungsstätte Wipperfürth

Klosterplatz 2 | 51688 Wipperfürth

Veranstaltungs-Nr.: 2472620022

> ENTSPANNEN UND BEWEGEN

Yoga für Kinder im Grundschulalter

Für Kinder von 5–10 Jahren

Yoga tut Körper und Geist gut – und zwar in jedem Alter! Kinder profitieren von den Yogaübungen, weil sie ihren Körper besser wahrnehmen und verstehen lernen. Sie erleben eine Bewegungseinheit ganz ohne Leistungsdruck und Konkurrenz und können sich somit ganz auf sich selbst konzentrieren. Sie tanken neue Energie für die vielfältigen Herausforderungen im Alltag. Die Yogaeinheiten unterstützen dabei, innerlich ruhiger zu werden, verbessern oftmals die Konzentration und stärken den ganzen Körper!

Bitte mitbringen: Matte oder ein großes Handtuch als Auflagenschutz, Decke, Kissen und warme, bequeme Kleidung.

Di 20.02. –19.03.2024 | 16.30–17.30 Uhr

Monika Offermann, Yogalehrerin

Teilnahme-Gebühr 25,00 €

Seminarumfang 5 x = 5 UStd.

Ort: Kath. Familienbildungsstätte –

Haus der Familie Wipperfürth

Klosterplatz 2 | 51688 Wipperfürth

Veranstaltungs-Nr.: 2472620025

Di 09.04. –14.05.2024 | 16.30–17.30 Uhr

Monika Offermann, Yogalehrerin

Teilnahme-Gebühr 30,00 €

Seminarumfang 6 x = 6 UStd.

Ort: Kath. Familienbildungsstätte –

Haus der Familie Wipperfürth

Klosterplatz 2 | 51688 Wipperfürth

Veranstaltungs-Nr.: 2472620026

> ENTSPANNEN UND BEWEGEN

Familienyoga zum Frühlingsbeginn

Für Kinder von 4–10 Jahren

Als Familie gemeinsam Yoga praktizieren ist eine wunderbare Gelegenheit sich aufeinander einzulassen, sich zu bewegen und jahreszeitlichen Geschichten zu lauschen. Gemeinsam gehen wir auf eine Fantasiereise, bewegen uns durch verschiedene Yogahaltungen und genießen am Schluss das gemeinsame Entspannen.

Ob Mama, Papa, Tante, Onkel, Oma oder Opa: Wer Spaß an gemeinsamer Zeit auf der Yogamatte hat, ist willkommen.

Bitte mitbringen: Eine Matte (falls vorhanden) oder ein großes Handtuch als Auflagenschutz für die Matte, eine Decke und ein kleines Kissen für die Entspannung sowie warme und bequeme Kleidung.

Sa 09.03.2024 | 15.30–17.00 Uhr

Monika Offermann, Yogalehrerin

Teilnahme-Gebühr 8,00 € (1 Erw./1 Kind)

Weitere Kinder 4,00 €

Seminarumfang 1 x = 2 UStd.

Ort: Kath. Familienbildungsstätte –

Haus der Familie Wipperfürth

Klosterplatz 2 | 51688 Wipperfürth

Veranstaltungs-Nr.: 2472620019



© eanstudio/shutterstock.com

> ENTSPANNEN UND BEWEGEN

Relax! Entspannung spielerisch erleben

Eltern mit ihren Kindern von 5–10 Jahren

In diesem Kurs lernen (Groß-)Eltern ihre (Enkel-) Kinder dabei zu unterstützen, wie sie zu innerer Ruhe und Ausgeglichenheit in stressigen Situationen kommen. Zusammen erleben Sie Spiele und Übungen zur Entspannung, Fantasiereisen oder Autogenes Training. Musik und Instrumente (z.B. Klangschalen) ermöglichen Kindern die Erfahrung einer tiefen Entspannung. Stilleübungen und Übungen aus dem Kinderyoga runden die Seminareinheit ab.

Die erlernten Übungen lassen sich im Alltag als Familie oder von den Kindern selbstständig einsetzen. Das gemeinsame Erleben fördert nicht nur Konzentrationsfähigkeit und Kreativität, sondern auch die familiären Beziehungen.

Bitte mitbringen: Matte oder ein großes Handtuch als Auflagenschutz, Decke, Kissen und warme, bequeme Kleidung.

Fr 01.03.2024 | 16.30–18.30 Uhr

Sandra Goldner, Waldorfpädagogin
 Teilnahme-Gebühr 12,00 € (1 Erw./1 Kind)
 Weitere Kinder 6,00 €
 Seminarumfang 1 x = 2 UStd.
 Ort: Kath. Familienbildungsstätte –
 Haus der Familie Wipperfürth
 Klosterplatz 2 | 51688 Wipperfürth
Veranstaltungs-Nr.: 2472620042

Sa 08.06.2024 | 10.00–12.00 Uhr

Sandra Goldner, Waldorfpädagogin
 Teilnahme-Gebühr 12,00 € (1 Erw./1 Kind)
 Weitere Kinder 6,00 €
 Seminarumfang 1 x = 2 UStd.
 Ort: Kath. Familienbildungsstätte –
 Haus der Familie Wipperfürth
 Klosterplatz 2 | 51688 Wipperfürth
Veranstaltungs-Nr.: 2472620043

> ELTERN – KIND – KREATIVITÄT

Do it yourself: Kleine Geschenke selbstgenäht!

Ein Nähkurs für Eltern mit Kindern ab 8 Jahren

- Sie und Ihr (heranwachsendes) Kind verschenken gerne etwas Selbstgemachtes z.B. zu Geburtstagen oder zu anderen Anlässen?
- Wie wäre es, wenn es dieses Mal sogar etwas Selbstgenähtes wäre?!

Aus den folgenden Projekten dürft Ihr selbst auswählen, was Ihr kreativ umsetzen möchtet: Ein Utensilo (Aufbewahrungskörbchen) in verschiedenen Größen (z.B. auch als Brotkörbchen verwendbar, süße Hasenkörbchen (für Ostern), eine Stiftrolle/ Rollmäppchen (super praktisch für unterwegs), ein Wärmflaschenbezug oder ein Wärmekissen (Körnerkissen) für die kühle Jahreszeit, zum Kuscheln einen Elefanten als Kuscheltier oder ein Kuscheltuch mit Hasenohren (für unserer Kleinsten). Als zusätzliches Projekt, da es sehr schnell gelingt, könnt Ihr ein Musselin-Tuch (als Halstuch) für Kinder oder Erwachsene nähen. Gerne könnt Ihr Euch auch für mehrere Projekte entscheiden. Beim Zuschnitt der Stoffe und allen Nähschritten werdet Ihr so unterstützt, dass Ihr am Ende Ever ganz individuelles Geschenk mit nach Hause nehmen könnt. *Der Kurs ist somit auch für Anfänger geeignet.*

Fr 23.02.2024 | 17.30 – 19.45 Uhr und

Sa 24.02.2024 | 10.00 – 15.00 Uhr

Yvonne Richelshagen, Hobbyschneiderin

für Kinderkleidung und Accessoires

Teilnahme-Gebühr 22,50 € (1 Erw./1 Kind)

Weitere Kinder 11,25 €

Seminarumfang 2 x = 9 UStd.

Ort: Kath. Familienbildungsstätte –

Haus der Familie Wipperfürth

Klosterplatz 2 | 51688 Wipperfürth

Veranstaltungs-Nr.: 2472620147



© Yvonne Richelshagen

> ELTERN – KIND – KREATIVITÄT

Wipperfürth spielt!

Spieletreff im Haus der Familie

Spielen ist für die menschliche Entwicklung von großer Bedeutung. Kinder entdecken spielerisch die Welt und auch bei Erwachsenen können durch das Spiel vielfältige Lernprozesse initiiert werden. Das Spielen verdient daher eine größere gesellschaftliche und pädagogische Anerkennung. Im Spieletreff ist Zeit, alte und neue Spiele kennen zu lernen und auszuprobieren. Lieblingsspiele können gerne mitgebracht werden.

Referent Wolfgang Krause, Spieleerklärer

gebührenfrei | Seminarumfang 1 x = 4 UStd.

Ort Kath. Familienbildungsstätte – Haus der Familie Wipperfürth | Klosterplatz 2 | 51688 Wipperfürth

Fr 19.01.2024 | 19.00 – 22.00 Uhr

Veranstaltungs-Nr.: 2472620006

Fr 09.02.2024 | 19.00 – 22.00 Uhr

Veranstaltungs-Nr.: 2472620007

Fr 08.03.2024 | 19.00 – 22.00 Uhr

Veranstaltungs-Nr.: 2472620008

Fr 12.04.2024 | 19.00 – 22.00 Uhr

Veranstaltungs-Nr.: 2472620009

Fr 10.05.2024 | 19.00 – 22.00 Uhr

Veranstaltungs-Nr.: 2472620010

Fr 07.06.2024 | 19.00 – 22.00 Uhr

Veranstaltungs-Nr.: 2472620011

Fr 05.07.2024 | 19.00 – 22.00 Uhr

Veranstaltungs-Nr.: 2472620012

Fr 23.08.2024 | 19.00 – 22.00 Uhr

Veranstaltungs-Nr.: 2472620013

> ELTERN – KIND – NATUR – UMWELT

Spaß beim Experimentieren

Für Kinder von 5–10 Jahren mit ihren Eltern

Bei uns werdet ihr zu Forscherinnen und Forschern, denn in unserem interaktiven Kurs führt ihr selbstständig spannende Experimente durch. Mit einfachen, aber aufregenden Experimenten gehen wir heute naturwissenschaftliche Fragen auf den Grund. Alle Experimente sind ungefährlich und können mit alltäglichen Dingen, die im Haushalt zu finden sind, durchgeführt und zuhause nachgemacht werden.

- Welche Zutaten braucht man für Fluffy-Slime?
- Warum steigen Blasen in der Lavalampe hoch?
- Kann man Kräuterseife selber machen?
- Möchtet ihr das gerne wissen?

Dann meldet euch schnell an.

So 03.03.2024 | 13.30–15.45 Uhr

Petra Hölters, Naturerlebnispädagogin
Teilnahme-Gebühr 16,00 € inkl. 4,00 € Umlage
(1 Erw./1 Kind), weitere Kinder 8,00 € inkl. Umlage
Seminarumfang 1 x = 3 UStd.

Ort: Kath. Familienbildungsstätte –
Haus der Familie Wipperfürth

Klosterplatz 2 | 51688 Wipperfürth

Veranstaltungs-Nr.: 2472620028



© agsandrew/shutterstock.com

> ELTERN – KIND – NATUR – UMWELT

Familien Mutmachttag

Für Familien mit Kindern im Alter von 3 bis 12 Jahren

Viele Menschen wünschen sich Familie als ideale Lebensform. Und viele merken im Alltag, dass das Gelingen von Familie nicht immer so einfach funktioniert. Die Vielfalt und Beliebigkeit in unserer Gesellschaft verunsichert viele Menschen. Was kann angesichts dieser Erfahrungen Beziehungen stark machen? Mit dem Familien Mutmachttag wollen wir Familien mit Spaß und Aktionen anleiten, ein starkes Team zu sein. Dabei geht es um sechs grundlegende Eigenschaften, die für starke Familienbeziehungen wichtig sind. Beim Improtheatereinstieg verbringen alle Familien eine Zeit im Plenum. Hier wird Ihnen eine der sechs Familienstärken nahe gebracht. In einer Art Stationenlauf lösen die einzelnen Familien danach gemeinsam die gestellten Aufgaben. Ziel ist, die Familienmitglieder miteinander in Kontakt zu bringen und die Familienstärke, die das Thema des Tages ist, praktisch werden zu lassen. Das Programm eignet sich für Eltern mit Kindern im Alter zwischen 3 und 12 Jahren. Ein gemeinsames Essen ist ein Baustein im Ablauf des Tages, daher bitte etwas für ein Picknick in der Familie mitbringen.

In Zusammenarbeit mit den Kindertagesstätten im Katholischen Familienzentrum Wipperfürth.

So 09.06.2024 | 11.00 – 15.00 Uhr

Carolin Dörmbach, Improspielerin

Astrid Lutz, Improspielerin

Erika Meier, Ernährungsberaterin für Kleinkinder

Erzieherinnen aus den Kath. Kitas Wipperfürth

gebührenfrei

Seminarumfang 1 x = 5 UStd.

Ort: Kath. Familienbildungsstätte –

Haus der Familie Wipperfürth

Klosterplatz 2 | 51688 Wipperfürth

Veranstaltungs-Nr.: 2472620053



> ELTERN – KIND – NATUR – UMWELT

Unterwegs im Frühlingswald mit den Kleinsten

Ein Vormittag im Wald für Eltern mit ihren Kleinkindern von 1,5–3 Jahren

Vogelgezwitscher, zarte Knospen, feiner Blü- tenduft und der Geruch nach frischer Erde: Das ist Frühling! Heute erleben wir den Wald mit allen Sinnen. Wir formen Matschknödel mit den Händen, singen Frühlingslieder, sammeln und sortieren alles was wir auf dem Waldboden finden. Wir beobachten was schon wächst und keimt und haben viel Spaß zusammen mitten im Frühlingswald.

So 03.03.2024 | 09.30–11.00 Uhr

Petra Hölters, Naturerlebnispädagogin
Teilnahme-Gebühr 8,00€ (1 Erw./1 Kind)

Weitere Personen/Kinder 4,00€

Seminarumfang 1 x = 2 UStd.

Treffpunkt: Wanderparkplatz Mul

Grünestr 1 | 42499 Hückeswagen

Veranstaltungs-Nr.: 2472620027

Wildkräuterwerkstatt

Für Kinder von 6–10 Jahren mit ihren Eltern

Löwenzahn, Spitzwegerich und Co. – Beim Sammeln und Verarbeiten von Wildpflanzen erleben wir die Natur hautnah. Mit allen Sinnen schwelgen wir dabei in einer wunderbar vielfältigen Palette aus Farben, Formen, Geruchs- und Geschmackserlebnissen. Im Umgang mit Kräutern lernen wir die botanische Artenvielfalt, der uns umgebenden Natur kennen und üben uns ganz praktisch in einem verantwortungsvollen Umgang mit unserer Umwelt. Neben Spielen, Wahrnehmungsübungen und Kreativaktionen, verarbeiten wir heute Wildkräuter zu Salbe, Hustenhonig und Wildkräutersatz. Natürlich kann jeder seine Produkte mit nach Hause nehmen. Lasst euch überraschen!

So 16.06.2024 | 11.00–13.15 Uhr

Petra Hölters, Naturerlebnispädagogin

Teilnahme-Gebühr 14,00€ inkl. 4,00€ Umlage

(1 Erw./1 Kind), weitere Kinder 7,00€ inkl. Umlage

Seminarumfang 1 x = 3 UStd.

Ort: Kath. Familienbildungsstätte –

Haus der Familie Wipperfürth

Klosterplatz 2 | 51688 Wipperfürth

Veranstaltungs-Nr.: 2472620029

> ELTERN – KIND – NATUR – UMWELT

Schnitzen, dass die Späne fliegen

Für Eltern mit ihren Kindern im Vor- und Grundschulalter

Wir werden die Grundtechniken des Schnitzens kennenlernen und uns darin üben. Anschließend kann jede und jeder eigene Kunstwerke gestalten, wie z.B. Anhänger, Küchenquirle, Waldkoblode oder Zauberstäbe. Der Phantasie sind keine Grenzen gesetzt und wir unterstützen uns gegenseitig beim Verwirklichen der Ideen. Wer mag, darf sein Kunstwerk im Anschluss kreativ bemalen. Nebenbei erfahren wir etwas über das Leben der Bäume, den Wald und Holz als Werkstoff und erhalten am Ende ein eigenes Frühjahrsschnitz-Diplom.

Bitte bringt gerne Eure eigenen Schnitzmesser mit, wenn vorhanden.

Sa 16.03.2024 | 15.30 – 17.45 Uhr

Petra Hölters, Naturerlebnispädagogin
 Teilnahme-Gebühr 16,00€ inkl. 4,00€ Umlage
 (1 Erw./1 Kind), weitere Kinder 8,00€ inkl. Umlage
 Seminarumfang 1 x = 3 UStd.
 Ort: Kath. Familienbildungsstätte –
 Haus der Familie Wipperfürth
 Klosterplatz 2 | 51688 Wipperfürth
Veranstaltungs-Nr.: 2472620144

Einmaleins für Waldhexen und Zauberer

Ein zauberhafter Nachmittag im Wald
 für Eltern mit Kindern ab 3 Jahren

Kommt mit in den magischen Hexenwald und werdet selbst eine kleine Waldhexe oder -hexer! Um im nächsten Jahr bei der großen Walpurgisnachtfeier mitmachen zu dürfen, müssen sich alle Hexen und Hexer gut vorbereiten. Trainings in verschiedenen Zauberdisciplinen, wie Kräuterkunde, Besenbau und Zauberstabanfertigung müssen absolviert werden und natürlich werden dabei verschiedene Zaubersprüche ausprobiert. Vielleicht können wir uns ja sogar am Ende einen Waldschatz herbei zaubern?

So 16.06.2024 | 15.00 – 17.15 Uhr

Petra Hölters, Naturerlebnispädagogin
 Teilnahme-Gebühr 12,00€ (1 Erw./1 Kind)
 Weitere Personen/Kinder 6,00€
 Seminarumfang 1 x = 3 UStd.
 Treffpunkt: Wanderparkplatz Mul
 Grünestr 1 | 42499 Hückeswagen
Veranstaltungs-Nr.: 2472620030



HAUSHALT

Ein Haushalt gleicht einem kleinen Unternehmen. Es gilt mit begrenzten zeitlichen und finanziellen Ressourcen klar zu kommen. Darüber hinaus sind die alltäglichen Aufgaben, wie z. B. Kochen, Waschen, Einkaufen, Nähen, sowie den Wohnraum in Ordnung halten, zu erledigen.

Einen Haushalt zu managen bedeutet aber auch:

- Wie finde ich meinen eigenen Haushaltsführungsstil, der zu mir passt?
- Wie lässt sich unser Wohn- und Lebensraum harmonisch gestalten, in dem unser familiäres Miteinander gelingen kann?

Unsere Angebote liefern Hintergrundwissen und viele praktische Tipps für den Alltag.

> KOCHEN UND BACKEN

Allgemeine Informationen zu den Kochkursen

Die Kochkurse finden in unserer modern ausgestatteten Lehrküche statt. Die maximale Teilnehmerzahl ist in der Regel auf 12 Personen begrenzt. Die Rezeptauswahl und den Lebensmitteleinkauf übernimmt Ihre Referentin 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 bei Bedarf mit Rat und Tat zur Seite. Abschließend essen Sie gemeinsam die zubereiteten Speisen, tauschen Erfahrungen aus und besprechen die Arbeitsergebnisse. Nach dem gemeinsamen Aufräumen und Spülen rechnet die Kursleitung die Lebensmittel und Verbrauchsmaterialien mit Ihnen ab, ggf. wird ein Restbetrag fällig. 10,00 € oder 15,00 €. Getränke sind in der Lebensmittelumlage nicht enthalten. Sie können sich gerne etwas mitbringen. Wasser und Apfelschorle sind vor Ort käuflich zu erwerben. Für die Kochkurse wird vorab eine Lebensmittelanzahlung von 5,00 € oder 10,00 € pro Kurstag erhoben, die zusammen mit dem Teilnehmerbeitrag fällig wird.



> KOCHEN UND BACKEN

Gemeinsam genießen für Paare!

Das Kochevent zum Valentinstag

Liebe geht bekanntlich durch den Magen und das wollen wir nutzen, denn an diesem Abend bleiben die zahlreichen Anforderungen aus Alltag, Familie und Beruf zu Hause und Sie genießen ein gemeinsam zubereitetes Mahl zu zweit. In unserer Pärchenküche bietet sich die Gelegenheit, bewusst Zeit miteinander zu verbringen, ein gemeinsames Hobby und neue Ideen für das Kochen zuhause zu entdecken, mit anderen Paaren zu kochen und den gemeinsamen Kochabend zu genießen.

Freuen Sie sich auf eine Cremesuppe mit Topping und eine Quiche mit Zuckerschoten und Krabben. Beim Hauptgericht entscheiden Sie sich für eine vegetarische Variante oder ein Fischgericht. Als Abschluss servieren wir einen Zartbitter-Schokoladenschaum, denn Schokolade macht glücklich.

Dieser Abend bietet sich auch als persönliches Weihnachtsgeschenk für Ihre(n) Liebste(n) an!

Bitte Behälter für eventuelle Reste mitbringen.

Mi 14.02.2024 | 18.15 – 22.00 Uhr

Doris Seidl, Kochkursleiterin

Teilnahme-Gebühr 43,00€

inkl. 20,00€ Umlage pro Paar.

Seminarumfang 1 x = 5 UStd.

Ort: Kath. Familienbildungsstätte Wipperfürth

Klosterplatz 2 | 51688 Wipperfürth

Veranstaltungs-Nr.: 2472640001



> KOCHEN UND BACKEN

Süß, süßer – zuckerfrei!

Die natürliche Neigung des Menschen, süße Lebensmittel zu bevorzugen wird von der Lebensmittelindustrie schamlos ausgenutzt. In fast allen industriell gefertigten Produkten steckt Zucker – in irgendeiner Form und hinter anderen Namen versteckt.

Dieser Kurs soll dabei helfen, Zuckerfallen in Zutatenlisten von Fertigprodukten zu erkennen und die Verwendung von Zucker bei der Zubereitung von Speisen in der eigenen Küche zu reduzieren, bzw. durch gesündere Alternativen zu ersetzen.

Somit kommen selbst Süßspeisen und Gebäck ganz ohne Industriezucker aus.

Alle Speisen werden rein pflanzlich zubereitet.

Bitte Behälter für eventuelle Reste mitbringen.

Di 27.02.2024 | 18.15 – 22.00 Uhr

Yvonne Richelshagen, Ernährungsberaterin
Teilnahme-Gebühr 22,50 € inkl. 10,00 € Umlage
Seminarumfang 1 x = 5 UStd.

Ort: Kath. Familienbildungstätte Wipperfürth
Klosterplatz 2 | 51688 Wipperfürth

Veranstaltungs-Nr.: 2472660014



> KOCHEN UND BACKEN

Aus dem Ofen auf den Tisch

In diesem Kochkurs dreht sich alles um Aufläufe, die perfekte Kombination aus köstlichen Zutaten, die in einer einzigen Schale verschmelzen. Von klassischen Rezepten bis hin zu kreativen Variationen werden die Teilnehmer lernen, wie sie verschiedene Aufläufe meistern können, die sicherlich sowohl Gaumen als auch Sinne erfreuen werden. Sie sind vollwertige Gerichte mit und ohne Fleisch.

Das Schöne an den Gerichten ist zudem, dass sie einfach zubereitet werden und sich gut vorbereiten lassen - der Ofen macht die restliche Arbeit. Somit sind sie sehr familien- und gästefreundlich. Außerdem schmecken sie auch aufgewärmt z. B. auf der Arbeit (mindestens) genauso gut.

Unter fachkundiger Anleitung bereiten Sie Crêpes mit Käse-Haube und Tomatensauce, Spitzkohl-Auflauf mit Sonnenblumenkernen, Risotto-Pilz-Auflauf, Lachslasagne mit Spinat, Curry-Auflauf Bombay mit Cashewkernen und mehr zu.

Bitte Behälter für eventuelle Reste mitbringen.

Di 20.02.2024 | 18.15 – 22.00 Uhr

Doris Seidl, Kochkursleiterin

Teilnahme-Gebühr 27,50 € inkl. 15,00 € Umlage

Seminarumfang 1 x = 5 UStd.

Ort: Kath. Familienbildungsstätte - Haus der

Familie Wipperfürth

Klosterplatz 2 | 51688 Wipperfürth

Veranstaltungs-Nr.: 2472660007



> KOCHEN UND BACKEN

Kochen mit der Küchenmaschine: Leckere Brunch-Ideen mit dem Küchenhelfer

Dieser Kurs eignet sich für alle, die eine Küchenmaschine (z.B. Thermomix o.ä.) besitzen und diese möglichst häufig und bei vielen verschiedenen Gelegenheiten sinnvoll nutzen möchten, als auch für diejenigen, die dieses multifunktionale Küchengerät in der praktischen Anwendung kennen lernen möchten und kein eigenes Gerät besitzen.

Wir bereiten ein buntes Brunch-Buffet mit einer schmackhaften Käsesuppe, gefüllten Crepes und einem Gemüsekonfetti-Dip zu. Darüber hinaus werden wir eine herzhafte Kartoffelpizza, Eiersalat und selbstgebackene süße Berliner zubereiten.

Hierbei zeige ich Ihnen, dass ihre Küchenmaschine ein guter „Küchenhelfer“ ist. Er ersetzt eine Pfanne und einen Backofen nicht, ist aber u.a. für warmes und kaltes Rühren, Kneten und Aufschäumen immer zur Stelle.

Wer eine eigene Küchenmaschine besitzt, darf diese gerne mitbringen. Dies ist jedoch keine Voraussetzung zur Teilnahme am Kurs. Eine Küchenmaschine wird im Kurs vorhanden sein. Die Teilnahme ohne Nutzung einer Küchenmaschine ist selbstverständlich möglich.

Bitte Behälter für eventuelle Reste mitbringen.

Do 14.03.2024 | 18.15 – 22.00 Uhr

Doris Seidl, Kochkursleiterin

Teilnahme-Gebühr 22,50€ inkl. 10,00€ Umlage

Seminarumfang 1 x = 5 UStd.

Ort: Kath. Familienbildungsstätte – Haus der

Familie Wipperfürth

Klosterplatz 2 | 51688 Wipperfürth

Veranstaltungs-Nr.: 2472660008



> KOCHEN UND BACKEN

Hülsenfrüchte: Bunt und vielseitig

In vielen Gerichten oft nur als kleine Beilage oder Suppeneinlage verwendet, können Hülsenfrüchte viel mehr!

Aufgrund ihrer wertvollen Inhaltsstoffe wie Proteine, Ballaststoffen, B-Vitaminen und Mineralstoffen sind sie die heimlichen Stars vieler Gerichte in der pflanzlichen Küche.

Egal ob gelb, rot, grün, braun oder schwarz ... sie sorgen farblich und geschmacklich für eine bunte Abwechslung in der heimischen Küche und finden auch Verwendung beim Backen.

Freuen Sie sich auf abwechslungsreiche und bunte Gerichte der pflanzlichen Küche!

Bitte Behälter für eventuelle Reste mitbringen.

Mo 18.03.2024 | 18.15 – 22.00 Uhr

Yvonne Richelshagen, Ernährungsberaterin
Teilnahme-Gebühr 22,50 € inkl. 10,00 € Umlage
Seminarumfang 1 x = 5 UStd.

Ort: Kath. Familienbildungsstätte Wipperfürth
Klosterplatz 2 | 51688 Wipperfürth

Veranstaltungs-Nr.: 2472660015

Veganes Suhsi – Makis und Onigirazu in vegan

Sushi – ein traditionelles Essen aus Japan. Aus Algenblättern, Reis, Gemüse und zum Teil auch Tofu bereiten wir an diesem Abend den japanischen Klassiker ganz ohne Fleisch und Fisch zu. Wir rollen köstliche kleine Kreationen auf (Makis) und bereiten auch Sushi-Sandwiches (Onigirazu) zu. Dazu gibt es unterschiedliche Soßen & Dips zum Genießen der kleinen Köstlichkeiten.

Auch wer noch nie Sushi selber zubereitet hat, sollte sich nicht scheuen – mit ein wenig Übung gelingen Makis und Onigirazu ganz schnell.

Alle Speisen werden rein pflanzlich zubereitet.

Bitte Behälter für eventuelle Reste mitbringen, sowie eine Sushi-Rollmatte, die es im Supermarkt gibt, und gerne auch Essstäbchen.

Di 09.04.2024 | 18.15 – 22.00 Uhr

Yvonne Richelshagen, Ernährungsberaterin
Teilnahme-Gebühr 22,50 € inkl. 10,00 € Umlage
Seminarumfang 1 x = 5 UStd.

Ort: Kath. Familienbildungsstätte Wipperfürth
Klosterplatz 2 | 51688 Wipperfürth

Veranstaltungs-Nr.: 2472660016

> KOCHEN UND BACKEN

Türkisch kochen mit neuen Rezepten

Hos geldiniz / seien Sie herzlich willkommen ...

„Wie schmeckt eigentlich die Türkei?“, haben sich bestimmt viele schon einmal humorvoll gefragt. Die heutige türkische Küche bietet weit mehr als nur den Dönerkebab und Lahmacun (türkische Pizza), weil sie von ihrer Geschichte her gesehen schon sehr unterschiedlich beeinflusst wurde. Durch verschiedene regionale Ursprünge haben sich viele Küchenkulturen und Gewürze von Asien über Anatolien bis nach Europa vermischt. So viele unterschiedliche kulturelle Eindrücke beeinflussen und leben sich natürlich auch in der türkischen Küche aus. Somit hat die heutige türkische Küche Einflüsse aus der byzantinischen, persischen, mongolischen, griechischen und arabischen Küche.

Heute nehme ich Sie gerne mit auf eine weitere kleine kulinarische Entdeckungsreise durch den Osten der türkischen Küche! Wir bereiten gemeinsam eine Joghurtsuppe (Ayranlı çorba) vor, so wie es in Dersim und Erzincan gekocht wird und von vielen Kindern ein Leibgericht ist. Als Hauptgericht gibt es „Kömbe“, (eine Art Börek), aus Malatya/Adiyaman. Den krönenden Abschluss bildet ein Nachtisch „kaymaklı Söbiyet“ aus Antep in Begleitung von türkischem Mokka.

Bitte Behälter für eventuelle Reste mitbringen.

Di 19.03.2024 | 18.15 – 22.00 Uhr

Dilek Polat, Dipl. Pädagogin, Hobbyköchin

Teilnahme-Gebühr 22,50 € inkl. 10,00 € Umlage

Seminarumfang 1 x = 5 UStd.

Ort: Kath. Familienbildungsstätte Wipperfürth

Klosterplatz 2 | 51688 Wipperfürth

Veranstaltungs-Nr.: 2472660042



> KOCHEN UND BACKEN

Griechisch Kochen: Urlaub in der Küche

Haben sie Lust, sich mit mir auf eine lukullische Entdeckungsreise nach Griechenland zu begeben? Wir verarbeiten in diesem Kochkurs qualitativ hochwertige und gesunde Lebensmittel, wie z.B. frisches Gemüse, Olivenöl, Kräuter, Fisch und mageres Fleisch zu einem 5-Gänge Menü.

Freuen Sie sich auf eine warme Vorspeise mit Champignons und Tomaten zu frischem Sesam-Brot.

Unser Fischgericht wird von der Knoblauchsoße „Scordalia“ und allerlei Gemüse begleitet und unsere Lammsteaks von einer delikaten Hirten- und Schafskäsecreme.

Auch die kleinen Häppchen, wie z.B. Spinattaschen aus Kreta und der dazu passende Wein dürfen bei diesem griechischen Essen nicht fehlen. Für unser Dessert bereiten wir gleich die doppelte Menge einer selbst gekochten Vanillecreme her, damit diese auch noch für die Füllung der leichten Milchtörtchen reicht, die man in Griechenland "Galaktobouriko" nennt. Die sind einfach nur lecker!

Bitte Behälter für eventuelle Reste mitbringen.

Mo 15.04.2024 | 18.15 – 22.00 Uhr

Doris Seidl, Kochkursleiterin

Teilnahme-Gebühr 27,50 € inkl. 15,00 € Umlage

Seminarumfang 1 x = 5 UStd.

Ort: Kath. Familienbildungsstätte – Haus der

Familie Wipperfürth

Klosterplatz 2 | 51688 Wipperfürth

Veranstaltungs-Nr.: 2472660009



> KOCHEN UND BACKEN

Pasta, Pasta!

Ein italienischer Kochabend rund um die beliebten Nudelspezialitäten!

Unsere Kochreferentin aus Italien führt Sie in die Lehre der selbstgemachten Pasta ein.

Sie dürfen sich auf verschiedenste Nudelvarianten freuen mit dabei z.B. auch die beliebten Gnocchi sowie dazu passende, leckere Saucen. Den Abschluss bildet ein leckeres Dessert, denn auch das Süße wird an diesem Abend nicht zu kurz kommen. Buon appetito!

Bitte Behälter für eventuelle Reste mitbringen.

Di 16.04.2024 | 18.15 – 21.15 Uhr

Rosetta Alcamo, Fleischfachverkäuferin,
Kochkursleiterin

Teilnahme-Gebühr 20,00€ inkl. 10,00€ Umlage
Seminarumfang 1 x = 4 UStd.

Ort: Kath. Familienbildungsstätte – Haus der
Familie Wipperfürth

Klosterplatz 2 | 51688 Wipperfürth

Veranstaltungs-Nr.: 2472660053

Veganes Fingerfood & Dessert

Ein rundum gelungenes Buffet zu Partys und Familienfeiern zeichnet sich durch eine schöne Auswahl an herzhaften und süßen Speisen aus, von denen man am liebsten alles probieren würde.

Nach dem Motto „Das Auge isst mit“ werden alle Snacks und Desserts liebevoll zubereitet und hübsch angerichtet, so dass zum Ende ein buntes und vielseitiges Buffet darauf wartet, eröffnet zu werden.

Alle Speisen werden rein pflanzlich zubereitet.

Bitte Behälter für eventuelle Reste mitbringen.

Di 23.04.2024 | 18.15 – 22.00 Uhr

Yvonne Richelshagen, Ernährungsberaterin
Teilnahme-Gebühr 22,50€ inkl. 10,00€ Umlage
Seminarumfang 1 x = 5 UStd.

Ort: Kath. Familienbildungsstätte Wipperfürth
Klosterplatz 2 | 51688 Wipperfürth

Veranstaltungs-Nr.: 2472660017

> KOCHEN UND BACKEN

Kulinarische Heimatkunde: Saisonaler Genuss im Wonnemonat Mai

Der Gang durch die Obst- und Gemüseabteilungen von Supermärkten und Gemüsehändlern erweckt oft den Eindruck, dass alles angebotene Obst und Gemüse immer Saison hat, weil es zu fast jeder Jahreszeit zu kaufen ist.

Zu haben? JA! Problemlos? Leider nicht immer, wenn über Transportwege, Co2-Bilanzen, Wasserverbrauch, Arbeitsbedingungen und den Einsatz von Pestiziden nachgedacht wird. Wir bereiten an diesem Abend Gerichte zu, die mit dem auskommen, was der Monat Mai aus regionalem Ackerbau zu bieten hat ... und das ist nicht wenig.

Alle Speisen werden rein pflanzlich zubereitet.

Bitte Behälter für eventuelle Reste mitbringen.

Di 07.05.2024 | 18.15 – 22.00 Uhr

Yvonne Richelshagen, Ernährungsberaterin
Teilnahme-Gebühr 22,50€ inkl. 10,00€ Umlage
Seminarumfang 1 x = 5 UStd.

Ort: Kath. Familienbildungsstätte Wipperfürth
Klosterplatz 2 | 51688 Wipperfürth

Veranstaltungs-Nr.: 2472660018

Lecker indisch kochen – probieren Sie es aus!

Sie mögen es gerne ein wenig exotisch und gut gewürzt? Die indische Küche erfreut sich immer größerer Beliebtheit. Sr. Benita aus Kerala erklärt Ihnen die Grundtechniken der indischen Küche und die (Geschmacks-) Vielfalt der Gewürze. Anschließend kochen wir gemeinsam ein 3-Gänge-Menü, das Sie problemlos zu Hause nachkochen können. Beim gemeinsamen Essen erfahren Sie etwas über die Lebensverhältnisse in Indien und die wertvolle Vor-Ort-Arbeit der indischen Schwestergemeinschaft? Helpers of Mary (SHM). Schwerpunkte Ihrer Arbeit sind die Bildungsförderung und die Stärkung der Mädchen- und Frauenrechte (Empowerment). Freuen Sie sich auf einen kulinarischen Abend mit informativem Wissen über Indien.

Di 14.05.2024 | 18.15 – 22.00 Uhr

Rani Kramm, Heilpädagogin, Hobbyköchin
Teilnahme-Gebühr 22,50€, inkl. 10,00€ Umlage
Seminarumfang 1 x = 5 UStd.

Ort: Kath. Familienbildungsstätte – Haus der Familie Wipperfürth
Klosterplatz 2 | 51688 Wipperfürth

Veranstaltungs-Nr.: 2472660041

> KOCHEN UND BACKEN

Simple Cooking nach Yotam Ottolenghi

Yotam Ottolenghi ist ein israelisch-britischer Koch, Kochbuchautor und Gastronom, der die vegetarische und Levante-Küche* mit populär gemacht hat.

Heute zaubern wir einige seiner Kreationen rein pflanzlich zu und lassen uns dabei von dem Feuerwerk der verschiedenen Aromen, für die Ottolenghis Küche bekannt ist, begeistern.

Alle Speisen werden rein pflanzlich zubereitet.

**Die Levante-Küche beinhaltet Gerichte aus den Ländern des östlichen Mittelmeeres wie Libanon, Israel, Syrien, Jordanien und südöstliche Gebiete der Türkei.*

Bitte Behälter für eventuelle Reste mitbringen.

Mi 15.05.2024 | 18.15 – 22.00 Uhr

Yvonne Richelshagen, Ernährungsberaterin
Teilnahme-Gebühr 22,50 € inkl. 10,00 € Umlage
Seminarumfang 1 x = 5 UStd.

Ort: Kath. Familienbildungsstätte Wipperfürth
Klosterplatz 2 | 51688 Wipperfürth

Veranstaltungs-Nr.: 2472660050



©IriGri/Shutterstock.com

> KOCHEN UND BACKEN

Low Carb für Genießer: Schmackhafte Gerichte und leckere Drinks

Zu viele Kohlenhydrate, einseitige Ernährung mit Zucker und Weißmehl - wer kennt das nicht. Low Carb scheint da eine gute Alternative. Aber: Darf ich jetzt keine Kohlenhydrate mehr essen, welche Alternativen gibt es dann und muss ich ab jetzt viel Fleisch essen? Diese und viele andere Fragen stellen sich Interessierte. In diesem Kurs zaubern wir einfache und schnelle Gerichte rund um Low Carb, die sich gut in den Alltag integrieren lassen und der ganzen Familie schmecken.

Freuen Sie sich auf: Smoothie mit Spinat und Obst, eine leckere Spargelsuppe mit Kräutern, marinierte Hähnchen mit Gemüsenudeln, schmackhaftes Gemüsecurry mit roten Linsen sowie süße Crepes mit Rhabarber und Erdbeeren zum Nachtisch. Sie erhalten somit tolle Rezepte für Frühstück, Mittag und Abendessen – speziell von der Dozentin für diesen Kurs entwickelt.

Bitte Behälter für eventuelle Reste mitbringen.

Do 23.05.2024 | 18.15 – 22.00 Uhr

Doris Seidl, Kochkursleiterin

Teilnahme-Gebühr 27,50€ inkl. 15,00€ Umlage

Seminarumfang 1 x = 5 UStd.

Ort: Kath. Familienbildungsstätte – Haus der Familie Wipperfürth

Klosterplatz 2 | 51688 Wipperfürth

Veranstaltungs-Nr.: 2472660010



> KOCHEN UND BACKEN

Summer-Rolls und bunte Bowls II

Da der Kurs im vergangenen Sommer so schnell ausgebucht war, gibt es ihn in diesem Halbjahr als Wiederauflage – mit ganz neuen Rezepten!

Im Mittelpunkt stehen wieder kunterbuntes Gemüse mit passenden Beilagen, aus denen wir in unterschiedlichen Kombinationen, mit passenden Dressings und verschiedenen Toppings, köstliche Bowls kreieren.

Natürlich werden auch wieder 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.

Bitte Behälter für eventuelle Reste mitbringen.

Di 04.06.2024 | 18.15 – 22.00 Uhr

Yvonne Richelshagen, Ernährungsberaterin
Teilnahme-Gebühr 22,50 € inkl. 10,00 € Umlage
Seminarumfang 1 x = 5 UStd.

Ort: Kath. Familienbildungsstätte Wipperfürth
Klosterplatz 2 | 51688 Wipperfürth

Veranstaltungs-Nr.: 2472660049

Mi 05.06.2024 | 18.15 – 22.00 Uhr

Yvonne Richelshagen, Ernährungsberaterin
Teilnahme-Gebühr 22,50 € inkl. 10,00 € Umlage
Seminarumfang 1 x = 5 UStd.

Ort: Kath. Familienbildungsstätte Wipperfürth
Klosterplatz 2 | 51688 Wipperfürth

Veranstaltungs-Nr.: 2472660048

> KOCHEN UND BACKEN

Pizza & Co: Original italienische Teigspezialitäten

In diesem Kurs dreht sich alles um die Teiglehre und was wir aus einem leckeren Teig so alles zaubern können: Herzhaften Genuss bietet eine leckere, selbstgebackene Pizza aber auch das original italienische, gefüllte Osterbrot Casatiello Napoletano werden Sie hier kennenlernen. Lassen Sie sich von knusprigen Freselle überraschen, die zum Nachbacken anregen. Selbstverständlich wird dieser Kurs mit einem leckeren italienischen Dessert abgerundet. Buon appetito! *Die Lebensmittelumlage wird vor Ort bei der Referentin bezahlt.*

Bitte Behälter für eventuelle Reste mitbringen.

Di 11.06.2024 | 18.15 – 21.15 Uhr

Rosetta Alcamo, Fleischfachverkäuferin, Kochkursleiterin

Teilnahme-Gebühr 20,00€ inkl. 10,00€ Umlage
Seminarumfang 1 x = 4 UStd.

Ort: Kath. Familienbildungsstätte – Haus der Familie Wipperfürth

Klosterplatz 2 | 51688 Wipperfürth

Veranstaltungs-Nr.: 2472660054

Italienische Gemüsevielfalt: Antipasti & Co.

An diesem Abend steht die Zubereitung verschiedenster Gemüsesorten auf dem Programm: Von A wie Aubergine bis Z wie Zucchini wird eine schmackhafte Vielfalt an Gemüse gekocht, gebraten, überbacken und eingelegt. Sie dürfen gespannt sein, welche leckeren Gemüserezepte unsere italienische Kochreferentin für Sie bereithält. Abgerundet wird der Abend durch ein italienisches Dessert zum Genießen! Buon appetito!

Die Lebensmittelumlage wird vor Ort bei der Referentin bezahlt.

Bitte Behälter für eventuelle Reste mitbringen.

Di 18.06.2024 | 18.15 – 21.15 Uhr

Rosetta Alcamo, Fleischfachverkäuferin, Kochkursleiterin

Teilnahme-Gebühr 20,00€ inkl. 10,00€ Umlage
Seminarumfang 1 x = 4 UStd.

Ort: Kath. Familienbildungsstätte – Haus der Familie Wipperfürth

Klosterplatz 2 | 51688 Wipperfürth

Veranstaltungs-Nr.: 2472660055

> KOCHEN UND BACKEN

Sushi I für Einsteiger & Geübte

Wollten Sie immer schon einmal Sushi selbst herstellen? In diesem Kurs werden die mundgerechten Häppchen gemeinsam gerollt und geformt, die auf jedem Buffet ein Augen- und Gaumenschmaus darstellen.

Sushi ist sogar mit seiner Mischung aus Fisch, Gemüse, Ei und Reis auch eine besonders gesunde und leichte Kost, sogar vegetarisch kann man Sushi zubereiten.

Unter Anleitung werden Sie verschiedene Maki-Rollen wie Hosomaki, Futomaki und Uramaki anfertigen und es wird Ihnen gezeigt, wie man Nigiri formt.

Bitte Behälter für eventuelle Reste mitbringen.

Mi 19.06.2024 | 18.15 – 22.00 Uhr

Doris Seidl, Kochkursleiterin

Teilnahme-Gebühr 27,50 € inkl. 15,00 € Umlage

Seminarumfang 1 x = 5 UStd.

Ort: Kath. Familienbildungsstätte – Haus der Familie Wipperfürth

Klosterplatz 2 | 51688 Wipperfürth

Veranstaltungs-Nr.: 2472660011



> KOCHEN UND BACKEN

Küche frei für Männer!

Dieser Kurs ist für Männer gedacht, die Freude am Kochen haben und ihre Fähig- und Fertigkeiten mit Gleichgesinnten ausbauen möchten.

Die Lebensmittelumlage wird vor Ort bei der Referentin bezahlt.

Mi 10.01.2024 | 17.30 – 21.15 Uhr

Christine Wannek, Diplom Oecotrophologin

Teilnahme-Gebühr 12,00 €

Seminarumfang 1 x = 5 UStd.

Ort: Kath. Familienbildungsstätte –

Haus der Familie Wipperfürth

Klosterplatz 2 | 51688 Wipperfürth

Veranstaltungs-Nr. 2472660006

Mi 13.03.2024 | 17.30 – 21.15 Uhr

Christine Wannek, Diplom Oecotrophologin

Teilnahme-Gebühr 12,00 €

Seminarumfang 1 x = 5 UStd.

Ort: Kath. Familienbildungsstätte –

Haus der Familie Wipperfürth

Klosterplatz 2 | 51688 Wipperfürth

Veranstaltungs-Nr. 2472660012

Mi 08.05.2024 | 17.30 – 21.15 Uhr

Christine Wannek, Diplom Oecotrophologin

Teilnahme-Gebühr 12,00 €

Seminarumfang 1 x = 5 UStd.

Ort: Kath. Familienbildungsstätte –

Haus der Familie Wipperfürth

Klosterplatz 2 | 51688 Wipperfürth

Veranstaltungs-Nr. 2472660013



> KOCHEN UND BACKEN

Kochen für Menschen mit Behinderung und Einschränkungen

Menschen mit Behinderung lernen eine gesunde Küche kennen und kochen gemeinsam einfache Gerichte.

Sa 13.01. – 25.05.2024 | 10.30 – 15.15 Uhr

Brunhilde Scheider, Erzieherin, Hobbyköchin

Teilnahme-Gebühr 100,00 €

Seminarumfang 5 x = 30 UStd.

Ort: Kath. Familienbildungsstätte Wipperfürth
Klosterplatz 2 | 51688 Wipperfürth

Veranstaltungs-Nr. 2472660058



© DronG/shutterstock.com

Männer an den Herd!

Männer mit und ohne Behinderungen kochen, braten und probieren leckere Gerichte. Es werden Grundtechniken des Kochens vermittelt und Rezepte für jeden Tag ausprobiert.

Die Lebensmittelumlage wird direkt an die Referentin bezahlt.

So 21.04.2024 | 10.00 – 15.15 Uhr

Brunhilde Scheider, Erzieherin, Hobbyköchin

Teilnahme-Gebühr 17,50 €

Seminarumfang 1 x = 7 UStd.

Ort: Kath. Familienbildungsstätte –
Haus der Familie Wipperfürth
Klosterplatz 2 | 51688 Wipperfürth

Veranstaltungs-Nr. 2472660057

> KOCHEN UND BACKEN

Gemeinsam essen, kochen, reden!

Erlebniskochen zwischen Arbeit und Ruhestand (ZWAR)

Gemeinsam essen war schon immer ein wichtiges soziales Ereignis für Menschen. Zusammen zu essen kann verbinden und den Austausch fördern. Die Zeit, die man mit Menschen verbringt, kann in besonderer Weise verbinden und glücklich machen. Die Gruppe ZWAR entwickelt kreativ eigene Rezeptideen. Das Zubereiten und kochen der Speisen mündet in ein gemeinsames Essen mit viel Zeit für Gespräch und Begegnung. Die Inhalte des Kurses werden gemeinsam entwickelt, besprochen und abgestimmt.

Die Kosten für die Lebensmittel werden am Kursabend anteilig abgerechnet.

*Bei Interesse an ZWAR melden Sie sich bitte bei Herrn Gaetano Ingrassia, Telefon 0157 51294709.
Bitte Behälter für eventuelle Reste mitbringen.*

Referent Gaetano Ingrassia

gebührenfrei | **Seminarumfang** 1 x = 5 UStd.

Ort Kath. Familienbildungsstätte – Haus der Familie Wipperfürth | Klosterplatz 2 | 51688 Wipperfürth

Mi 07.02.2024 | 18.15 – 22.00 Uhr
Veranstaltungs-Nr. 2472750001

Mi 06.03.2024 | 18.15 – 22.00 Uhr
Veranstaltungs-Nr. 2472750002

Mi 10.04.2024 | 18.15 – 22.00 Uhr
Veranstaltungs-Nr. 2472750003

Mi 12.06.2024 | 18.15 – 22.00 Uhr
Veranstaltungs-Nr. 2472750004

> NÄHEN

Nähen für Jung und Alt!

Nähkurs für Anfänger und Fortgeschrittene

Individuelle Mode für die ganze Familie; Schicke Sachen selber machen:

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

Für Neueinsteiger/innen: Fordern Sie bitte eine Liste der Materialien an, die Sie für die Kurse benötigen.

Mi 14.02. – 19.06.2024 | 09.30 – 11.45 Uhr

Sabine Schmitz, Schneidermeisterin

Teilnahme-Gebühr 120,00 €

Seminarumfang 16 x = 48 UStd.

Ort: Kath. Familienbildungsstätte –

Haus der Familie Wipperfürth

Klosterplatz 2 | 51688 Wipperfürth

Veranstaltungs-Nr. 2472660063

Freie Nähwerkstatt

für Anfänger*innen und Fortgeschrittene

Kleidungsstücke für die Familie werden unter fachkundiger Anleitung geschnitten und genäht. Sie erhalten Unterstützung bei der Entwicklung von Ideen, beim Verändern der Kleidung, bei der Erstellung von Kinderkleidung und Beratung für den Einkauf der Stoffe und Zubehör.

Do 15.02. – 20.06.2024 | 15.00 – 18.00 Uhr

Sabine Schmitz, Schneidermeisterin

Teilnahme-Gebühr 150,00 €

Seminarumfang 15 x = 60 UStd.

Ort: Pfarrheim Frielingsdorf

Jan-Wellem-Straße | 51789 Lindlar

Veranstaltungs-Nr. 2472660064



> NÄHEN

Nähkurs für Anfänger/innen und Fortgeschrittene

Individuelle Mode für die ganze Familie; Schicke Sachen selber machen:

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

Ort Kath. Familienbildungsstätte – Haus der Familie Wipperfürth | Klosterplatz 2 | 51688 Wipperfürth

Mi 17.01. – 20.03.2024 | 14.30 – 17.30 Uhr

Die Kurstermine am 14. + 28.02. fallen aus!

Sabine Schmitz, Schneidermeisterin

Teilnahme-Gebühr 80,00€

Seminarumfang 8 x = 32 UStd.

Veranstaltungs-Nr. 2472660030

Mi 17.01. – 20.03.2024 | 18.00 – 21.00 Uhr

Der Kurstermin am 14.02. fällt aus!

Gabriele Räderscheidt, Schneidermeisterin,

Modedesignerin

Teilnahme-Gebühr 90,00€

Seminarumfang 9 x = 36 UStd.

Veranstaltungs-Nr. 2472660031

Mi 10.04. – 19.06.2024 | 14.30 – 17.30 Uhr

Gabriele Räderscheidt, Schneidermeisterin,

Modedesignerin

Teilnahme-Gebühr 100,00€

Seminarumfang 10 x = 40 UStd.

Veranstaltungs-Nr. 2472660032

Mi 10.04. – 19.06.2024 | 18.00 – 21.00 Uhr

Gabriele Räderscheidt, Schneidermeisterin,

Modedesignerin

Teilnahme-Gebühr 100,00€

Seminarumfang 10 x = 40 UStd.

Veranstaltungs-Nr. 2472660033

> NÄHEN

Do it yourself: Kleine Geschenke selbstgenäht!

Ein Nähkurs für Eltern mit ihren Kindern ab 8 Jahren

- Sie und Ihr (heranwachsendes) Kind verschenken gerne etwas Selbstgemachtes z. B. zu Geburtstagen oder zu anderen Anlässen?
- Wie wäre es, wenn es dieses Mal sogar etwas Selbstgenähtes wäre?!

Wir nähen schöne Kleinigkeiten, die sich zum Verschenken oder auch zum selber Nutzen eignen. Aus den folgenden Projekten dürft Ihr auswählen, was Ihr kreativ umsetzen möchtet: Ein Utensilo (Aufbewahrungskörbchen) in verschiedenen Größen (z. B. auch als Brotkörbchen verwendbar, süße Hasenkörbchen (für Ostern), eine Stifterolle/Rollmäppchen (super praktisch für unterwegs), ein Wärmflaschenbezug oder ein Wärmekissen (Körnerkissen) für die kühle Jahreszeit, zum Kuscheln: einen Elefanten als Kuschtier oder ein Kuschtuch mit Hasenohren (für unserer Kleinsten). Als zusätzliches Projekt, da es sehr schnell gelingt, könnt Ihr ein Musselin-Tuch (als Halstuch) für Kinder oder Erwachsene nähen.

Gerne können Ihr Euch auch für mehrere Projekte entscheiden. *Beim Zuschnitt der Stoffe und allen Nähschritten werdet Ihr so unterstützt, dass Ihr am Ende Euer ganz individuelle Geschenk mit nach Hause nehmen könnt. Der Kurs ist somit*

auch für Anfänger geeignet. Bitte nennt bei der Anmeldung, welches Projekt Ihr nähen möchtet. Die Materialliste erhaltet Ihr nach der Anmeldung. Für Kleinmaterial wie z.B. Druckknöpfe berechnet die Dozentin eine kleine Umlage vor Ort.

Bitte für den 2. Kurstag Verpflegung mitbringen. Eine eigene Nähmaschine darf gerne mitgebracht werden.

Fr 23.02.2024 | 17.30 – 19.45 Uhr

Sa 24.02.2024 | 10.00 – 15.00 Uhr

Yvonne Richelshagen, Hobbyschneiderin für Kinderkleidung und Accessoires

Teilnahme-Gebühr 22,50 € (1 Erw./1 Kind)

Weitere Kinder 11,25 €

Seminarumfang 2 x = 9 UStd.

Ort: Kath. Familienbildungsstätte –

Haus der Familie Wipperfürth

Klosterplatz 2 | 51688 Wipperfürth

Veranstaltungs-Nr. 2472620147

> HAUSWIRTSCHAFT UND FINANZEN

Über Geld spricht Frau doch!

Online-Austausch für Mütter

Die Gedanken vieler junger Mütter kreisen meist als erstes um ihre Familie. Dadurch stehen eigene Bedürfnisse oft hinten an und gerade »unbequeme« Themen werden nicht selten fortwährend aufgeschoben. Beim Thema Finanzen kann das für Frauen im späteren Leben fatale Folgen haben.

Denn bei vielen Müttern verändert sich nach der Geburt eines Kindes ihre finanzielle Situation. Auch wenn sich die Familienmodelle wandeln, ist es häufig weiterhin der Vater, der in Vollzeit arbeitet. Wenn die Mutter wieder arbeitet, dann häufig in Teilzeit und zusätzlich zur bisherigen Familien- und Hausarbeit. Nüchtern betrachtet sind Frauen dadurch finanziell von ihrem Partner abhängig und machen sich zu Recht Sorgen um ihre Rente. Dass das nicht so sein muss, zeigt dieser Workshop. Ganz vertrauensvoll und ehrlich geht es um Geld und um das Bewusstsein für die eigene (langfristige) finanzielle Situation. Auch wenn man als Mutter wenig bis gar nichts verdient, lohnt es sich, sich so früh wie möglich aktiv um die eigenen Finanzen zu kümmern.

Weitere Informationen zur Referentin: www.bambini-und-business.de

Mo 11.03.2024 | 19.30 – 21.15 Uhr

Verena Dias, Diplom Kauffrau

Teilnahme-Gebühr 5,00 €

Seminarumfang 1 x = 2 UStd.

Ort: Digital

Veranstaltungs-Nr.: 2472610004



Fr 07.06.2024 | 09.30 – 11.45 Uhr

Verena Dias, Diplom Kauffrau

Teilnahme-Gebühr 5,00 €

Seminarumfang 1 x = 2 UStd.

Ort: Digital

Veranstaltungs-Nr.: 2472610009



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

> HAUSWIRTSCHAFT UND FINANZEN

Erbrecht und Familienfrieden: Wir Sorge ich erbrechtlich gut vor?

Ein Online-Abend für alle Interessierten

Im Erbrecht gibt es einige Regelungen zu beachten, um im Ernstfall gut aufgestellt zu sein. Welche das sind und welche hilfreichen Hinweise es gibt, über die es sich lohnt, sich im Vorfeld Gedanken zu machen, beleuchtet unsere Dozentin an diesem Abend mit Ihnen.

Mo 26.02.2024 | 19.30 – 21.00 Uhr

Tassia Katsouros, Fachanwältin für Familienrecht

Teilnahme-Gebühr 8,00€

Seminarumfang 1 x = 2 UStd.

Ort: Digital

Veranstaltungs-Nr.: 2472610010



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



©fizkes/shutterstock.com

Nachhaltig handeln – Für die Welt von Morgen!

Nachhaltiges Handeln bedeutet, beim Verbrauch der Ressourcen unserer Erde Rücksicht auf zukünftige Generationen zu nehmen. Wer sein Leben nachhaltiger gestalten möchte, kann sich an der Pyramide für nachhaltigen Konsum orientieren (Basis = „Nutze was du hast“ – Spitze = „Kaufen“):

Nutze was du hast ▶ Leihen ▶ Tauschen ▶ Gebraucht kaufen ▶ Selber machen ▶ Kaufen

Wie kannst du Nachhaltigkeit im Alltag auch wirklich umsetzen?

Wenn du nachhaltiger leben willst, ist die Grundeinstellung wichtig. Die Flut an Informationen kann einen überwältigen und entmutigen. Wo soll ich ansetzen? Oder du änderst gar nicht deine Gewohnheiten, weil du denkst, es spielt sowieso keine Rolle. Deshalb:

1. Gehe mit gutem Beispiel voran

Wenn du dein Handeln änderst und anfängst nachhaltiger zu leben, dann ist das eine tolle Sache. Vielleicht wirkst du als Vorbild und inspirierst dadurch auch dein Umfeld!

2. Vom ICH zum WIR

Viele Menschen denken, dass sie als einzelne Person nichts ändern können. Das stimmt aber nur zum Teil: Je mehr von uns ihr Verhalten ändern, desto mehr werden Wirtschaft und Politik reagieren. Die Anstrengungen Einzelner sind also keinesfalls bedeutungslos.

3. Denke an die nächsten Generationen und an die Zukunft

Der Gedanke an zukünftige Generationen und eigene Kinder kann motivieren: Ist es fair, dass wir ihnen eine zerstörte Welt hinterlassen?

4. Feiere kleine Erfolge

Das Thema Nachhaltigkeit kann im Alltag schnell überwältigend sein. Feiere deshalb die kleinen Erfolge, um dich zu motivieren. Du hast diese Woche eine Mahlzeit mit regionalen Lebensmitteln gekocht? Oder du hast dir ein Kleid von einer Freundin geliehen anstatt dir ein Neues zu kaufen? Das ist super! Genau diese kleinen Änderungen bewirken am Ende Großes.

FAZIT Das Leben umzustellen um nachhaltiger zu handeln ist ein Prozess. Es funktioniert nicht von heute auf morgen. Kleine Veränderungen in allen Bereichen des Alltags machen es möglich. Um motiviert bei der Sache zu bleiben, halte dir stets vor Augen, dass der Weg das Ziel ist. Niemand ist perfekt!



GESUNDHEIT

Körper, Geist und Seele in ein Gleichgewicht zu bringen – das ist das Ziel gesundheitsorientierter Bildung. Dabei nehmen wir in unseren Veranstaltungen stets die gesamte Familie in den Blick. Unsere Kurse setzen praktische Lernprozesse in Gang, indem sie vermitteln, was es heißt, füreinander Sorge zu tragen und da zu sein, wenn Betreuung, Fürsorge und Pflege nötig sind.

Die Seminare zeigen auf, wie man sich um sich selber und um seine Gesundheit kümmern kann. Diese Lebensweise kann unseren Kindern zum Vorbild werden, wenn es um den verantwortungsvollen Umgang mit dem eigenen Körper, sowie den eigenen Stärken und Schwächen geht. Unsere Kurse unterstützen Sie durch praktisches Tun und Reflexion, auch unter starken Belastungen in Familie, Haushalt, Beruf und Ehrenamt Ihre Kräfte zu erhalten, Stress abzubauen und sich zu entspannen.

> GESUNDHEIT DURCH ENTSPANNUNG

Küsse für die Seele

Die eigene Gesundheit im Blick

Gesundheit, was für ein Gut. Oft als selbstverständlich hingenommen.

- Was bedeutet sie für uns?
- Die Leistungsfähigkeit unseres Körpers bis über Grenzen hinweg austesten?
- Oder auch sich Zeit nehmen, unseren Körper mit allen Sinnen wahrzunehmen, auf ihn zu hören und ihn zu pflegen?

Schon in Zeiten, in denen wir gesund und kraftvoll sind, geht das oft im Alltagsstress unter. Um wie viel mehr, wenn zum Beispiel der Körper erkrankt, man in einer Lebenskrise steckt, oder den Verlust eines geliebten Menschen erlitten hat, die Gedanken mit Ängsten, gefühlter Machtlosigkeit, Traurigkeit und Schmerzen behaftet sind? Die Spirale der Ängste und des mentalen Stresses zu durchbrechen mit dem sogenannten Parasympathikus-Training ist Thema dieses Seminars.

Theoretische und praktische Einheiten, Übungen zur Eigenwahrnehmung, Eigenliebe und Achtsamkeit helfen, Stresshormone in Ihrem Körper abzubauen und die Balance des vegetativen Nervensystems wiederherzustellen. Dadurch wird der erhöhte Stresslevel reduziert, dem Körper und Geist Ruhe gegeben und die Seele gestärkt.

Sa 16.03.2024 | 10.00 – 13.00 Uhr

Dörte Höne-Rathsfeld, Psychoonkologische

Beraterin

Teilnahme-Gebühr 20,00€

Seminarumfang 1 x = 4 UStd.

Ort: Kath. Familienbildungsstätte

Klosterplatz 2 | 51688 Wipperfürth

Veranstaltungs-Nr. 2472660019



> GESUNDHEIT DURCH ENTSPANNUNG

Faszien: Das lebendige Bindegewebe

Faszien ist ein nervenreiches Bindegewebe, das jeden Muskel im Körper umgibt. Bei Stress oder einseitiger Haltung und Bewegung reagieren die Faszien, was wir als Muskelschmerz oder Muskelspannung interpretieren. In diesem Seminar lernen Sie ein spezielles Training für ihre Faszien kennen. Das Training vermittelt direkte Erfahrungen, wie sich die verklebten und verspannten Faszien lösen lassen, so dass die äußere Muskulatur wieder frei beweglich ist. Theoretisches Hintergrundwissen rundet die Seminareinheit ab.

Sa 09.03.2024 | 10.30 – 12.00 Uhr

Gaby Zacher, Gesundheitstherapeutin

Teilnahme-Gebühr 10,00 €

Seminarumfang 1 x = 2 UStd.

Ort: Kath. Familienbildungsstätte –

Haus der Familie Wipperfürth

Klosterplatz 2 | 51688 Wipperfürth

Veranstaltungs-Nr. 2472660039



©Elke Moorkamp

> GESUNDHEIT DURCH ENTSPANNUNG

Gymnastik und Gespräche für Parkinson-Kranke

Mit Freude an der Bewegung Blockaden lösen

Bei der Parkinson'schen Krankheit handelt es sich hauptsächlich um eine Störung der Bewegungsfähigkeit. Sie ist vor allem durch Zittern, Muskelsteifigkeit und die Schwierigkeit, Bewegungen normal durchzuführen, gekennzeichnet. Die Krankheit beginnt gewöhnlich im Alter von 50–65 Jahren. Durch Medikamente und Gymnastik kann sie in den meisten Fällen beherrscht werden.

Gezielte Gymnastik in der Gruppe fördert die Beweglichkeit und Koordination, gemeinsame Gespräche unterstützen die Bewältigung der Krankheit. Angehörige haben die Möglichkeit, im Austausch die Partner oder Familienangehörigen zu stärken, sich Hilfestellungen zu holen und im Miteinander das familiäre Leben mit der Krankheit zu meistern.

Informationen bei Frau Hombrecher, Leiterin der Parkinsongruppe, unter Tel. 02192 3526.

Mo 15.01. – 24.06.2024 | 14.30 – 16.45 Uhr

Britta Dannaks, Physiotherapeutin
gebührenfrei

Seminarumfang 20 x = 60 UStd.

Ort: Kath. Familienbildungsstätte –
Haus der Familie Wipperfürth

Veranstaltungs-Nr. 2472660020



© wavebreakmedia / shutterstock.com

> GESUNDHEIT DURCH ENTSPANNUNG

Selbsthilfegruppe Morbus Crohn / Colitis ulcerosa

Austausch, Information und Gespräche für Betroffene

Bei Morbus Crohn und Colitis ulcerosa handelt es sich um eine chronisch entzündliche Darmerkrankung. Die beiden Darmerkrankungen haben unterschiedliche Verläufe. Zum Teil von Bauchkrämpfen, Durchfällen, körperlicher Schwäche etc. begleitet. Es ist trotzdem möglich einen lebenswerten Alltag zu gestalten. Unsere Selbsthilfegruppe möchte Ihnen an den Gruppenabenden durch Vorträge und Gespräche dabei helfen die Krankheit zu verstehen und das Leben zu meistern. Lebenspartner und Familienangehörige sind auch herzlich willkommen.

Weitere Informationen: www.shg-oberberg.de

Mo 15.01. – 16.12.2024 | 19.00 – 21.15 Uhr

Sigrid Brügggen, Selbsthilfegruppe Morbus Crohn
gebührenfrei

Seminarumfang 11 x = 33 UStd.

Ort: Kath. Familienbildungsstätte –
Haus der Familie Wipperfürth
Klosterplatz 2 | 51688 Wipperfürth

Veranstaltungs-Nr. 2472660061



© Robert Kneschke / shutterstock.com

> GESUNDHEIT DURCH ENTSPANNUNG

Nacken, Schulter, Rücken mit der Feldenkrais®-Methode

Feldenkrais ist eine Methode, die selbst bei kleinsten Bewegungen Veränderungen in der Bewegung bewirkt. Sie werden nach jeder Lektion erstaunliche Unterschiede feststellen. Sie lernen neue, körpergerechte Bewegungsmöglichkeiten und damit die Entlastung von Nacken, Schulter und Rücken.

Bitte mitbringen: Matte oder ein großes Handtuch als Auflagenschutz, Decke, Kissen und warme, bequeme Kleidung.

Sa 20.01.2024 | 14.00–17.15 Uhr

So 21.01.2024 | 10.00–14.00 Uhr

Sigrid Balk, Feldenkrais® Lehrerin,
Psychotherapeutin, Familientherapeutin

Teilnahme-Gebühr 31,50€

Seminarumfang 2 x = 9 UStd.

Ort: Kath. Familienbildungsstätte Wipperfürth
Klosterplatz 2 | 51688 Wipperfürth

Veranstaltungs-Nr.: 2472660001

Schlaf gut

Beim Ausführen sanfter Bewegungen aus der Feldenkrais-Methode und dem Sounder-SleepSystem wird die Aufmerksamkeit aktiv in Verbindung mit der Atmung auf den Körper gelenkt. Entspannung entsteht im Gehirn (Hippocampus) und der Parasympathikus reagiert, dies ist der beruhigende Teil des vegetativen Nervensystems. Er sorgt dafür, dass sich die Muskeln entspannen und der Herzschlag sich reduziert. Regelmäßig und vor allem schon tagsüber praktiziert, bereiten die Bewegungen Sie vor, abends leichter einzuschlafen und in der Nacht wieder leichter in den Schlaf zu finden. *Bitte mitbringen: Matte oder ein großes Handtuch als Auflagenschutz, Decke, Kissen und warme, bequeme Kleidung.*

Sa 17.02.2024 | 14.00–17.15 Uhr

So 18.02.2024 | 10.00–14.00 Uhr

Sigrid Balk, Feldenkrais® Lehrerin,
Psychotherapeutin, Familientherapeutin

Teilnahme-Gebühr 31,50€

Seminarumfang 2 x = 9 UStd.

Ort: Kath. Familienbildungsstätte Wipperfürth
Klosterplatz 2 | 51688 Wipperfürth

Veranstaltungs-Nr.: 2472660002

> GESUNDHEIT DURCH ENTSPANNUNG

Neu gemixt: Yoga und Ayurveda

Neue Kraft tanken zum Jahresbeginn

Im Winter wird es draußen kälter, trockener, rauer. Wie kann uns da das ayurvedische Wissen begleiten und unterstützen, damit wir gesund und gut geschützt durch diese Jahreszeit kommen? Und was kann Yoga dazu beitragen? Diese Frage und viele mehr werden im Workshop beantwortet. Wärmende Körperübungen und dein Immunsystem stärkende Atemtechniken werden erprobt. Außerdem werden ganz viele Tipps und Tricks aus dem ayurvedischen Wissensschatz geteilt.

Es wird Raum geben für Fragen zur individuellen ayurvedischen Typbestimmung und wie das Gelernte in den eigenen Alltag integriert werden kann.

Bitte mitbringen: Matte oder ein großes Handtuch als Auflagenschutz, Decke, Kissen und warme, bequeme Kleidung, eine Kleinigkeit für das Mittagessen und Getränke. Vorkenntnisse sind nicht erforderlich.

Sa 27.01.2024 | 11.00 – 15.00 Uhr

Christiane Dichant, Yogalehrerin

Teilnahme-Gebühr 20,00€

Seminarumfang 1 x = 5 UStd.

Ort: Kath. Familienbildungsstätte –

Haus der Familie Wipperfürth

Klosterplatz 2 | 51688 Wipperfürth

Veranstaltungs-Nr.: 2472660003



> GESUNDHEIT DURCH ENTSPANNUNG

Yoga und Ayurveda

Ayurveda ist die älteste Wissenschaft vom langen Leben und beruht auf dem traditionellen Medizinsystem Indiens. Jeder Mensch wird mit einer gewissen Konstitution geboren. Im Laufe unseres Lebens sind wir unterschiedlichen Einflüssen ausgesetzt: Krankheit, Stress oder Schicksalsschläge können unser körperliches und emotionales Gleichgewicht stören. Um unsere innere Balance zu finden, können wir mit Empfehlungen aus dem Ayurveda unseren Alltag positiv beeinflussen.

Im Seminar praktizieren wir Yoga, anschließend bereiten wir gemeinsam eine Mittagsmahlzeit mit den typischen gesundheitsfördernden Gewürzen und Heilkräutern des Ayurveda zu, die eine wohltuende Wirkung auf Arthrose, Immunabwehr, Verdauungsbeschwerden haben. Zum Abschluss gibt es eine Yoga-Tiefenentspannung mit Klangschalen.

Bitte mitbringen: Matte oder ein großes Handtuch als Auflagenschutz, Decke, Kissen und warme, bequeme Kleidung. Vorkenntnisse sind nicht erforderlich. Die Lebensmittelumlage wird vor Ort bei der Referentin bezahlt.

Sa 20.04.2024 | 09.00 – 14.45 Uhr

Petra Jabs, Yogalehrerin BDY/EU, Ayurveda

Ernährungs- und Gesundheitsberaterin

Teilnahme-Gebühr 28,00€

Seminarumfang 1 x = 7 UStd.

Ort: Kath. Familienbildungsstätte –

Haus der Familie Wipperfürth

Klosterplatz 2 | 51688 Wipperfürth

Veranstaltungs-Nr.: 2472660004



© Robert Kneschke / shutterstock.com

> GESUNDHEIT DURCH ENTSPANNUNG

Hatha Yoga und Meditation

Familien- und Berufsalltag sind geprägt von Anspannung, Verspannungen und Stress. Durch das Ausüben der Asanas (Haltungen) werden Körper, Geist und Seele auf eine einheitliche Weise belebt. An die Stelle von Trägheit, Steifheit und Schwäche treten Energie, Flexibilität und Kraft. Das körperliche Erleben bringt eine Veränderung im Geistig-Seelischen mit sich: Wir werden aufgeweckt und aufmerksam, das Konzentrationsvermögen erhöht sich, wir fühlen uns ausgeglichener und ruhen mehr in der eigenen Wesensmitte.

Bitte mitbringen: Eine Matte oder ein großes Handtuch als Auftagenschutz für die Matte, eine Decke und ein kleines Kissen sowie warme und bequeme Kleidung.

Referentin (außer 2472660065) Regina Bittner, Yogalehrerin BDY/EYU

Ort (außer 2472660065) Kath. Familienbildungsstätte | Klosterplatz 2 | 51688 Wipperfürth

Mo 15.01. – 17.06.2024 | 19.00 – 20.30 Uhr

Teilnahme-Gebühr 152,00 €

Seminarumfang 19 x = 38 UStd.

Veranstaltungs-Nr. 2472660021

Di 16.01. – 18.06.2024 | 18.00 – 19.30 Uhr

Teilnahme-Gebühr 152,00 €

Seminarumfang 19 x = 38 UStd.

Veranstaltungs-Nr. 2472660022

Mi 17.01. – 19.06.2024 | 16.30 – 18.00 Uhr

Teilnahme-Gebühr 160,00 €

Seminarumfang 20 x = 40 UStd.

Veranstaltungs-Nr. 2472660023

Mi 07.02. – 15.05.2024 | 09.30 – 11.00 Uhr

Hanne Fidorra, Yogalehrerin / Krankenschwester

Teilnahme-Gebühr 96,00 €

Seminarumfang 12 x = 24 UStd.

Ort: Sporthalle Thier

Heidchen | 51688 Wipperfürth

Veranstaltungs-Nr. 2472660065

> GESUNDHEIT DURCH ENTSPANNUNG

Hatha Yoga

Yoga bietet eine Insel der Ruhe, um wieder neue Kraft zu tanken. Die Körperübungen lassen Sie beweglicher werden - Ihr Rücken wird gestärkt. Durch Achtsamkeitsübungen entsteht Klarheit und die Konzentrationsfähigkeit steigt. Sie finden Ihre innere Mitte: die Freude am Leben wächst ebenso wie die eigene Zufriedenheit. In Einklang mit sich und anderen können Sie Ihren Alltag mit Gelassenheit gestalten.

Bitte mitbringen: Matte oder ein großes Handtuch als Auflagenschutz, Decke, Kissen und warme, bequeme Kleidung.

Mi 17.01. – 26.06.2024 | 08.45 – 10.15 Uhr

Monika Offermann, Yogalehrerin

Teilnahme-Gebühr 168,00 €

Seminarumfang 21 x = 42 UStd.

Ort: Kath. Familienbildungsstätte –

Haus der Familie Wipperfürth

Klosterplatz 2 | 51688 Wipperfürth

Veranstaltungs-Nr.: 2472660056

Yoga und Faszien

Ein harmonisches Duo für Körper und Geist

Der große Vorteil von Yoga ist, dass man in ruhiger, entspannter Weise den Körper stärken kann und zugleich gelassener im Alltag wird. Das Training der Faszien verhindert das schmerzhaft Verkleben des Bindegewebes, sorgt für ein geschmeidiges Körpergefühl, löst Verspannungen und unterstützt eine gute Körperhaltung. Im Doppelpack ergänzen sich beide Trainingsarten: Stärken den Organismus, straffen das Bindegewebe, kräftigen Bauch und Rückenmuskulatur und führen zu Ruhe und Entspannung.

Bitte mitbringen: Matte oder ein großes Handtuch als Auflagenschutz, Decke, Kissen und warme, bequeme Kleidung.

Do 18.01. – 13.06.2024 | 17.00 – 18.15 Uhr

Gaby Zacher, Gesundheitstherapeutin

Teilnahme-Gebühr 110,50 €

Seminarumfang 17 x = 17 UStd.

Ort: Kath. Familienbildungsstätte –

Haus der Familie Wipperfürth

Klosterplatz 2 | 51688 Wipperfürth

Veranstaltungs-Nr.: 2472660034

> GESUNDHEIT DURCH ENTSPANNUNG

Yoga

Für Menschen mit körperlichen Einschränkungen oder mehr Körpergewicht

Jede Person, die etwas mehr Gewicht hat oder körperlichen Einschränkungen ausgesetzt ist, hat in diesem Kurs die Möglichkeit, in ruhiger und wertungsfreier Atmosphäre Yoga auszuüben. Der Kurs bietet Frauen mit Übergewicht die Möglichkeit in Bewegung zu kommen. Mit leichten Übungen aus dem Yoga lernen Sie Ihr Wohlbefinden zu verbessern. Ihr Körper wird kräftiger, die Gelenke werden entlastet. Sie lernen, sich zu motivieren, zu aktivieren und damit Verantwortung für Ihre Gesundheit zu übernehmen. Einfache Entspannungsübungen fördern die Stressbewältigung.

Bitte mitbringen: Warme, lockere und bequeme Kleidung, eine kuschelige Jacke und warme Socken.

Kurstermine am: 17.02. + 23.03. + 20.04.2024 fallen aus!

Sa 20.01. – 15.06.2024 | 08.45 – 10.15 Uhr

Gaby Zacher, Gesundheitstherapeutin

Teilnahme-Gebühr 84,00 €

Seminarumfang 13 x = 13 UStd.

Ort: Kath. Familienbildungsstätte –

Haus der Familie Wipperfürth

Klosterplatz 2 | 51688 Wipperfürth

Veranstaltungs-Nr. 2472660037



© Barth

> GESUNDHEIT DURCH ENTSPANNUNG

Yoga hilft!

Gehen Sie gestärkt in den Frühling

Ob Rückenschmerzen, Blutdruck oder Schlafprobleme, viele Erkrankungen sitzen tiefer oder an anderer Stelle, als wir auf den ersten Blick vermuten. Schmerzen und Krankheiten können auch eine Chance sein, genauer hinzusehen. Yoga kann uns dabei helfen.

Ein kleines Mittagessen sorgt für Balance und Wohlgefühl. (Jede*r Teilnehmer*in bringt dafür bitte eine Kleinigkeit für den eigenen Mittagssnack mit).

Im zweiten Teil des Workshops kommen wir zum Yin Yoga, um die Faszien zu lösen und zu entspannen. Abgerundet mit Tiefenentspannung und Meditation.

Vorkenntnisse sind nicht erforderlich!

Bitte mitbringen: Matte oder ein großes Handtuch als Auflagenschutz, Decke, Kissen und warme, bequeme Kleidung, eine Kleinigkeit für das Mittagessen und Getränke.

Sa 16.03.2024 | 11.00 – 15.00 Uhr

Janine Dahl-Burghof, Yogalehrerin

Teilnahme-Gebühr 20,00 €

Seminarumfang 1 x = 5 UStd.

Ort: Kath. Familienbildungsstätte Wipperfürth

Klosterplatz 2 | 51688 Wipperfürth

Veranstaltungs-Nr. 2472660024

> GESUNDHEIT DURCH BEWEGUNG

Fit in Form ab 55

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

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

Bitte mitbringen: Matte oder ein großes Handtuch als Aufлагenschutz, Decke, Kissen und warme, bequeme Kleidung.

Mo 15.01. – 17.06.2024 | 10.00 – 11.00 Uhr

Tatjana Brombach, Physiotherapeutin

Teilnahme-Gebühr 95,00 €

Seminarumfang 19 x = 19 UStd.

Ort: Kath. Familienbildungsstätte Wipperfürth

Klosterplatz 2 | 51688 Wipperfürth

Veranstaltungs-Nr. 2472660025

Mo 15.01. – 17.06.2024 | 11.05 – 12.05 Uhr

Tatjana Brombach, Physiotherapeutin

Teilnahme-Gebühr 95,00 €

Seminarumfang 19 x = 19 UStd.

Ort: Kath. Familienbildungsstätte Wipperfürth

Klosterplatz 2 | 51688 Wipperfürth

Veranstaltungs-Nr. 2472660026



© Barth

> GESUNDHEIT DURCH BEWEGUNG

Nordic Walking: Fit mit Stöcken

Workshop für Anfänger/innen und Wiedereinsteiger/innen aller Altersklassen

Nordic Walking verbessert die Kondition, stärkt die Muskulatur, verbessert die Beweglichkeit, fördert die Fettverbrennung des Körpers und schont die Gelenke. In diesem Workshop werden unter fachkundiger Anleitung die Grundlagen dieser Sportart vermittelt. Nach einer ausführlichen Einführung in die Technik werden die erlernten Methoden mit einem gemeinsamen Lauf durch die Natur eingeübt und vertieft. Bei schlechtem Wetter werden Übungen im Haus der Familie gemacht.

Bitte mitbringen: Nordic-Walking Stöcke

Der Kurstermin am 29.05.2024 fällt aus!

Mi 14.02. – 12.06.2024 | 10.30 – 11.30 Uhr

Gaby Zacher, Gesundheitstherapeutin

Teilnahme-Gebühr 70,00€

Seminarumfang 14 x = 14 UStd.

Ort: Kath. Familienbildungsstätte – Haus der

Familie Wipperfürth

Klosterplatz 2 | 51688 Wipperfürth

Veranstaltungs-Nr. 2472660038

Beckenbodentraining

Ein gezieltes Training des Beckenbodens sorgt für eine aufrechte Körperhaltung und stärkt den Rücken. Das Beckenbodentraining stabilisiert die Körpermitte (Beckenboden, Bauch, Rücken). Es umfasst eine Reihe von Spannungs- und Entspannungsübungen. Die erlernten Übungen lassen sich optimal in den Alltag integrieren. Positive Nebenwirkungen sind z.B. die Sicherung der Kontinenz oder eine positive Wirkung auf die Körpermitte nach einer Geburt.

Bitte mitbringen: Matte oder ein großes Handtuch als Auflagenschutz, Decke, Kissen und warme, bequeme Kleidung.

Mo 19.02. – 10.06.2024 | 08.45 – 09.45 Uhr

Tatjana Brombach, Physiotherapeutin

Teilnahme-Gebühr 70,00€

Seminarumfang 14 x = 14 UStd.

Ort: Kath. Familienbildungsstätte Wipperfürth

Klosterplatz 2 | 51688 Wipperfürth

Veranstaltungs-Nr.: 2472660066

> GESUNDHEIT DURCH BEWEGUNG

Fitnessgymnastik

Stärkung im Familien- und Berufsalltag

Dieser Kurs richtet sich an Frauen und Männer, die einen Ausgleich zum Familien- und Berufsalltag suchen. Durch gezielte Übungen wird die beanspruchte Muskulatur gekräftigt, gedehnt und Verspannungen gelöst, um so gestärkt in den Alltag gehen zu können. Angeboten wird: Effektives Kräftigungstraining, Koordination, Gymnastik, Aerobic, Stretching, Pilates und Entspannung. Unterstützt wird dies mit flotter Musik. Wer Spaß an Bewegung hat, ist hier richtig.

Bitte mitbringen: Matte oder ein großes Handtuch als AufLAGenschutz, Decke, Kissen und warme, bequeme Kleidung.

Mo 15.01. – 17.06.2024 | 17.45 – 18.45 Uhr

Simone Bongen, Übungsleiterin,

Pilates-Trainerin

Teilnahme-Gebühr 95,00 €

Seminarumfang 19 x = 19 UStd.

Ort: Kath. Familienbildungsstätte –

Haus der Familie Wipperfürth

Klosterplatz 2 | 51688 Wipperfürth

Veranstaltungs-Nr.: 2472660028

Do 18.01. – 20.06.2024 | 19.00 – 20.00 Uhr

Simone Bongen, Übungsleiterin,

Pilates-Trainerin

Teilnahme-Gebühr 90,00 €

Seminarumfang 18 x = 18 UStd.

Ort: Kath. Familienbildungsstätte –

Haus der Familie Wipperfürth

Klosterplatz 2 | 51688 Wipperfürth

Veranstaltungs-Nr.: 2472660029

> GESUNDHEIT DURCH BEWEGUNG

Hula Hoop Workshop

Hula Hoop ist nicht einfach nur ein Reifen oder ein Spielzeug aus Kinderzeiten. Hula Hoop ist ein Fitness-Training für Jedermann. Mit der richtigen Technik trainiert es die Bauchmuskeln, die Taille, den Rücken, das Gesäß und den Beckenboden. Ganz nebenbei macht es gute Laune und mental fit durch Spaß an der Bewegung. Unser Workshop zeigt, wie man den Reifen vielfältig gekonnt auf den Hüften kreisen lassen kann und mit Musik das Ganze zu seinem persönlichen Fitness-Programm zu Hause weiter entwickeln kann. Auch Anfänger sind herzlich willkommen, Reifen sind vorhanden

Sa 17.02. – 02.03.2024 | 10.30–12.00 Uhr

Simone Bongen, Übungsleiterin,
Pilates-Trainerin

Teilnahme-Gebühr 24,00€

Seminarumfang 3 x = 6 UStd.

Ort: Kath. Familienbildungsstätte –

Haus der Familie Wipperfürth

Klosterplatz 2 | 51688 Wipperfürth

Veranstaltungs-Nr.: 2472660040



©Elke Moorkamp

> GESUNDHEIT DURCH BEWEGUNG

Sanfte Gymnastik, Yoga und Entspannung

Eine gute Mischung von Gymnastik, Yoga und Entspannung werden zu einem ganzheitlichen Fitnesskonzept zusammengeführt. Durch gezielte Übungen wird der Körper gedehnt, gestärkt und ausbalanciert. Neue Bewegungsmuster werden erlernt, somit die Mobilität und die physische Vitalität gefördert. Fitnesskleingeräte ermöglichen ein abwechslungsreiches Training. Die gemeinsame Zeit klingt mit einer Entspannungsphase aus.

Bitte mitbringen: Matte oder ein großes Handtuch als Auflagenschutz, Decke, Kissen und warme, bequeme Kleidung.

Fr 19.01. – 14.06.2024 | 10.30 – 11.30 Uhr

Gaby Zacher, Gesundheitstherapeutin

Teilnahme-Gebühr 85,00€

Seminarumfang 17 x = 17 UStd.

Ort: Kath. Familienbildungsstätte –

Haus der Familie Wipperfürth

Klosterplatz 2 | 51688 Wipperfürth

Veranstaltungs-Nr.: 2472660035

Fr 19.01. – 14.06.2024 | 11.35 – 12.35 Uhr

Gaby Zacher, Gesundheitstherapeutin

Teilnahme-Gebühr 85,00€

Seminarumfang 17 x = 17 UStd.

Ort: Kath. Familienbildungsstätte –

Haus der Familie Wipperfürth

Klosterplatz 2 | 51688 Wipperfürth

Veranstaltungs-Nr.: 2472660036

> GESUNDHEIT DURCH BEWEGUNG

Body Soul Workout

Achtsamkeit, Fitness, Yoga, Pilates und Entspannung

Eine gute Mischung von Gymnastik, Yoga und Pilates werden zu einem ganzheitlichen Fitnesskonzept zusammengeführt. Durch gezielte Übungen wird der Körper gedehnt, gestärkt und ausbalanciert. Mal dynamisch aktiv, mal mehr entspannend. Neue Bewegungsmuster werden erlernt, somit die Mobilität und die physische Vitalität gefördert. Körperliche Stärke und Geschmeidigkeit wachsen und die Konzentration wird gefördert. Bei Pilates liegt der Focus auf der Körpermitte, die Rumpfstabilität – das Powerhouse – wird gestärkt. Aus dem Yoga beziehen wir viele Stretchingübungen und das Dehnen. Fitnesskleingeräte ermöglichen ein buntes, fröhliches Training. Durch Achtsamkeit können Sie Ihren Körper besser wahrnehmen. Die gemeinsame Zeit klingt mit einer Entspannungsphase aus.

Bitte mitbringen: Matte oder ein großes Handtuch als Auflagenschutz, Decke, Kissen und warme, bequeme Kleidung.

Kurstermine am 08.05. und 29.05.24 fallen aus!

Mi 24.01. – 19.06.2024 | 18.15 – 19.15 Uhr

Susanne Bosbach, Staatlich geprüfte Wirt-
schafterin, Übungsleiterin

Teilnahme-Gebühr 85,00 €

Seminarumfang 17 x = 17 UStd.

Ort: Kath. Familienbildungsstätte –

Haus der Familie Wipperfürth

Klosterplatz 2 | 51688 Wipperfürth

Veranstaltungs-Nr.: 2472660059

Mi 24.01. – 19.06.2024 | 19.30 – 20.30 Uhr

Susanne Bosbach, Staatlich geprüfte Wirt-
schafterin, Übungsleiterin

Teilnahme-Gebühr 85,00 €

Seminarumfang 17 x = 17 UStd.

Ort: Kath. Familienbildungsstätte –

Haus der Familie Wipperfürth

Klosterplatz 2 | 51688 Wipperfürth

Veranstaltungs-Nr.: 2472660060

> GESUNDHEIT DURCH BEWEGUNG

Zumba und Fitness

Zumba ist eine tänzerische Fitness zu lateinamerikanischen Rhythmen. Verschiedene Rhythmen und Bewegungsabläufe werden zu einem Fitness Workout verbunden. Mit Leichtigkeit und Spaß bringt Zumba den Körper in Form, kräftigt das Herz, strafft die Muskeln, fördert die Koordination und den Endorphinausstoß. Ein abschließendes Stretching beugt Verspannungen vor. Sie brauchen keine Vorkenntnisse, nur Spaß an tänzerischen Bewegungen zu heißen Rhythmen. Männer wie Frauen sind herzlich willkommen.

Kurstermin am 02.05.2024 fällt aus!

Do 18.01. – 20.06.2024 | 20.15 – 21.15 Uhr

Karin Hagen, Zumba Instructor

Teilnahme-Gebühr 85,00€

Seminarumfang 17 x = 17 UStd.

Ort: Kath. Familienbildungsstätte –

Haus der Familie Wipperfürth

Klosterplatz 2 | 51688 Wipperfürth

Veranstaltungs-Nr.: 2472660027



©wavedbreakmedia / shutterstock.com

> GESUNDHEIT DURCH BEWEGUNG

Den Wald (neu) entdecken

Eine achtsame Wanderung durch den Frühlingwald

Komm mit auf eine sinnliche Reise durch den aufblühenden Wald! In einer Gruppe gehen wir gemeinsam durch den Wald und entlang angrenzender Gewässer. Es gibt kleine Geschichten zum Wald und seinen Bewohnern, Momente zum Staunen und leichte Übungen aus dem Yoga. Wir erfahren den Wald mit allen Sinnen und entdecken die kleinen Dinge, die bei einer normalen Wanderung oft unentdeckt bleiben.

Die Wanderung startet um 14 Uhr, der Treffpunkt wird kurz vor dem Veranstaltungstag bekanntgegeben. Die Strecke ist für Anfänger geeignet und wird etwa 4,5km lang sein. Wir werden 2,5 Stunden in einem ruhigen Tempo gemeinsam unterwegs sein.

Bitte der Jahreszeit angepasste Kleidung, eine Sitzunterlage, gutes Schuhwerk und ein warmes Getränk mitnehmen.

So 21.04.2024 | 14.00 – 17.00 Uhr

Monika Offermann, Yogalehrerin

Teilnahme-Gebühr 16,00 €

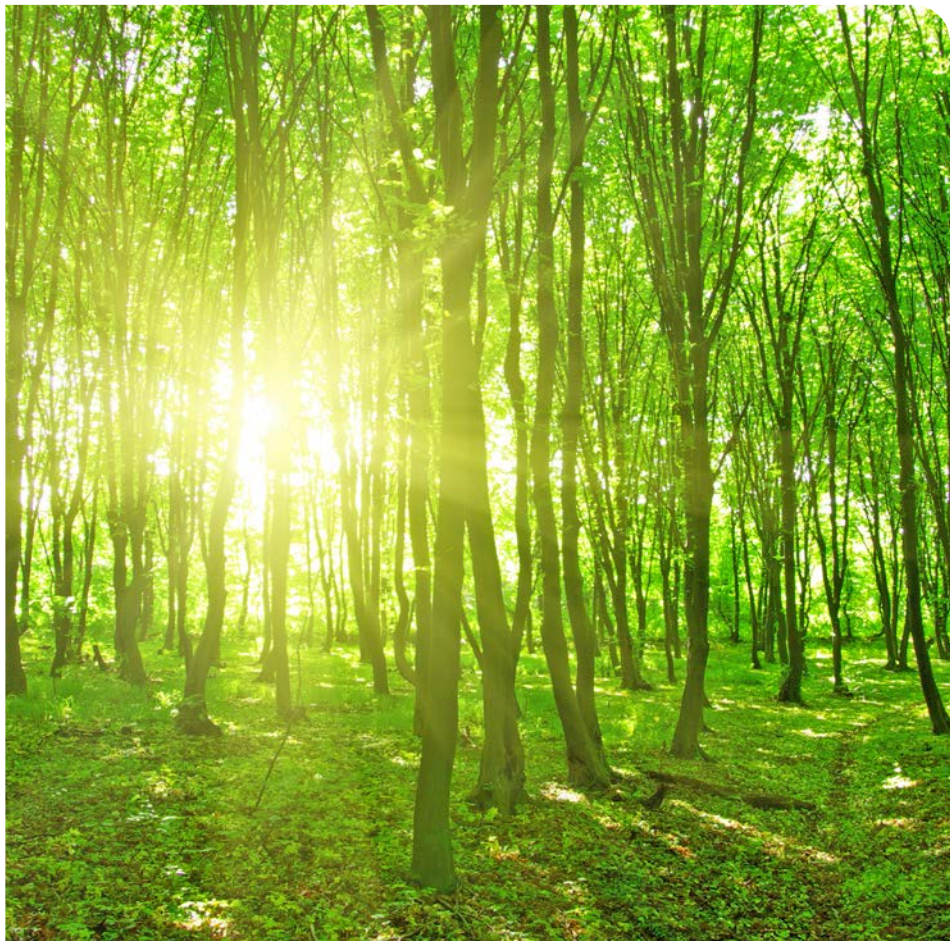
Seminarumfang 1 x = 4 UStd.

Ort: Kath. Familienbildungsstätte –

Haus der Familie Wipperfürth

Klosterplatz 2 | 51688 Wipperfürth

Veranstaltungs-Nr.: 2472660067





SPIRITUALITÄT – SCHÖPFUNGS- VERANTWORTUNG – GESELLSCHAFT

Wenn es einen Ort gibt, der geradezu dafür prädestiniert ist, um sich mit Wertvorstellungen, mit Fragen des Glaubens und dem Sinn des Lebens auseinanderzusetzen, dann ist es das Leben mit Kindern.

Kinder verstehen es oft meisterhaft, wie aus heiterem Himmel die großen Lebensthemen anzusprechen. Das ist herausfordernd – und eine Chance. Unsere Angebote behandeln verschiedene Aspekte menschlicher Sinnsuche. Zudem unterstützen sie Eltern dabei, Orientierung zu geben, wobei die jeweils individuelle Situation der Familien berücksichtigt wird. Darüber hinaus finden hier alle Menschen an Wendepunkten ihres Lebens Anregungen und Impulse, die dem Leben eine neue Perspektive erschließen können.

> SPIRITUALITÄT

Befähigungskurs zur Trauerbegleitung

Vermittlung von Grundlagen für ehrenamtliche Hospizhelferinnen und Hospizhelfer

Es weiß ja keiner, der's nicht erlebt, wie es ist, wenn einer die Flügel hebt und leise auf die letzte Reise geht. Es weiß ja keiner, dem es nicht geschah, wie es ist, wenn einer nicht mehr da, wenn leer die Stätte des, den man hätte gerne noch nah.
(Quelle unbekannt)

Die Erinnerung hat starke Arme – Diese Worte sind schnell ausgesprochen, doch für trauernde Menschen heißt es, diese Worte im Alltag zu buchstabieren und das ist oft ein schmerzhafter Prozess. Der Befähigungskurs zur Trauerbegleitung qualifiziert zur Begleitung von erwachsenen Trauernden im Einzelgespräch oder Trauertreffs.

Die Qualifikation schult die Fach-, Methoden-, Selbst-, Sozial- und Handlungskompetenz. Erforderliches Wissen wird vermittelt und das Einfühlungsvermögen der Begleiterinnen und Begleiter sensibilisiert, mit dem Ziel, trauernde Menschen wohltuend und unterstützend auf ihrem persönlichen Weg der Trauer zu begleiten.

In Zusammenarbeit mit dem Hospizdienst Kürten/Wipperfürth.



> SPIRITUALITÄT

Voraussetzungen für die Teilnahme

- Teilnahme an einem Befähigungsseminar zur Lebens -begleitung in der Zeit des Sterbens oder Auseinandersetzung mit dem Thema Sterben und Tod
- Bereitschaft zu Reflexion und Selbsterfahrung
- Psychische Belastbarkeit
- Bereitschaft zur Auseinandersetzung mit der eigenen Lern- und Trauerbiografie
- Respekt vor Menschen verschiedener Weltanschauungen und Lebensentwürfen
- Verbindliche Zusage zur Teilnahme an allen Einheiten

Ein Zertifikat wird nur ausgestellt, wenn die Fehlzeiten nicht mehr als 10% (= 9 UST) betragen.

Die Qualifikation entspricht den Standards des Bundesverbandes Trauerbegleitung e.V. für die Trauerbegleitung im Ehrenamt.

Bei Interesse zur Teilnahme am Kurs wenden Sie sich bitte an ihre Hospizgruppe.

Fr 13.09. – 05.04.2025 | 15.00 – 16.00 Uhr

Elke Pracejus, Trauerbegleiterin,
Gestalttherapeutin

Teilnahme-Gebühr 550,00€

Seminarumfang 13 x = 84 UStd.

Ort: Kath. Familienbildungsstätte – Haus der
Familie Wipperfürth

Klosterplatz 2 | 51688 Wipperfürth

Veranstaltungs-Nr. 2472790009

> SPIRITUALITÄT

Taschenlampenführung in der Klosterkirche & im ehemaligen Franziskanerkloster

Spannende Aktion für Väter mit Kindern ab 5 Jahren (Geschwisterkinder können gerne mitkommen)

Die Klosterkirche ist ein geheimnisvoller Ort. Diesen wollen wir auf eine besondere Weise erleben: Wir gehen mit der Taschenlampe auf Entdeckungsreise durch die Kirche, die man sonst nur beleuchtet kennt. Licht aus – Taschenlampe an! Gemeinsam finden wir heraus, welche Schätze in der Kirche verborgen sind! Wie sieht der Fußboden aus? Warum steht da eine Wasserschale am Eingang? Was funkelt da ganz weit vorn in der Kirche? Wie Detektive werden wir diesen Fragen gemeinsam auf den Grund gehen. Kostet nichts, macht aber Spaß. Deshalb schnell anmelden.

In Zusammenarbeit mit der katholischen Kirchengemeinde St. Nikolaus Wipperfürth.

Bitte eigene Taschenlampen mitbringen und warm anziehen.

Di 16.01.2024 | 18.00–19.30 Uhr

Markus Urbatzka, Pastoralreferent

gebührenfrei

Seminarumfang 1 x = 2 UStd.

Ort: Kath. Familienbildungsstätte –

Haus der Familie Wipperfürth

Klosterplatz 2 | 51688 Wipperfürth

Veranstaltungs-Nr.: 2472620001



© Africa Studio/shutterstock.com

> SPIRITUALITÄT

Kreativwerkstatt rund um's Osterfest

Für alle Familien mit Kindern im Kindergarten- und Grundschulalter

- Ihr habt Lust, euch kreativ und inhaltlich mit dem Osterfest zu beschäftigen?
- Ihr seid neugierig darauf, die Ostergeschichte als Erzähltheater zu erleben?
- Ihr möchtet fertig geschmückte Palmzweige mit nach Hause nehmen und /oder eine schöne Osterkerze für euch zu Hause gestalten?

Dann seid ihr bei unserem kreativen Nachmittag im Haus der Familie genau richtig!
Hier dreht sich nämlich alles um's Osterfest! Herzlich willkommen!

Bitte mitbringen: Ein eigener Stock für den Palmzweig, sowie Buxbaum oder ähnliches Grün.

So 17.03.2024 | 15.00 – 18.00 Uhr

Alexander Linke, Pastoralreferent,
Erlebnispädagoge

Astrid Linke, Diplom-Sozialpädagogin /
Sozialarbeiterin, M.A.

Julia Siegert, B.A.

Erika Meier, Ernährungsberaterin für Kleinkinder
Teilnahme-Gebühr 20,00 €

Seminarumfang 1 x = 4 UStd.

Ort: Kath. Familienbildungsstätte –
Haus der Familie Wipperfürth

Klosterplatz 2 | 51688 Wipperfürth

Veranstaltungs-Nr.: 2472620044



> SPIRITUALITÄT

Mathe und Theologie

Was kommt heraus, wenn ein Mathematiker Bibelstellen untersucht und Antworten auf theologische Fragen gibt? Ein amüsanter Abend!

Gerhard Kürten ist Mathematiker und seit seinem Studium an theologischen Fragen interessiert. Nun tritt er in den Ruhestand und will an diesem Übergang andere Menschen zwei Stunden lang humorvoll und mit Tiefgang unterhalten. Er hat Freude daran, Wege und Lösungen zu entdecken, die sehr einfach sind. Er wird Bibeltexte aus der Perspektive des Mathematikers beleuchten und interpretieren.

Die Themen des Abends sind so gestaltet, dass auch Menschen, die meinen, keine Ahnung von Mathematik oder kein Talent für Mathematik zu haben, merken werden, dass Mathematik Spaß machen kann.

Die Veranstaltung wird in Kooperation mit der Ökumenischen Initiative angeboten.

Fr 28.06.2024 | 18.00 – 22.00 Uhr

Gerhard Kürten, Mathematiker
gebührenfrei

Seminarumfang 1 x = 3 UStd.

Ort: Kath. Familienbildungsstätte –

Haus der Familie Wipperfürth

Klosterplatz 2 | 51688 Wipperfürth

Veranstaltungs-Nr.: 2472740007



> SPIRITUALITÄT

MISEREOR Fastenaktion 2024: Interessiert mich die Bohne.

Engagiert für die Rechte der Kleinbauern, eine gesunde Ernährung und klimafreundlichen Anbau

Jimena Guerrero betreibt mit ihrem Vater im Südwesten Kolumbiens eine Kaffeefarm. Und sie engagiert sich in der Landpastoral der Diözese Pasto. Die Landpastoral setzt sich dafür ein, dass die Bäuerinnen und Bauern ein Bewusstsein für ihre Rechte, für gesunde Ernährung und klimafreundlichen Anbau erlernen. Jimena Guerrero liegen hierbei besonders die jungen Menschen am Herzen. Wieso dies alles nötig ist und wie sie zu ihrem Engagement bei der Landpastoral gekommen ist, darüber berichtet Jimena Guerrero an diesem Abend. Und sie erörtert gemeinsam mit den anwesenden Schülerinnen und Schülern, was wir in Deutschland aus den Erfahrungen in Kolumbien lernen können.

In Zusammenarbeit mit dem St. Angela Gymnasium Wipperfürth.



Mi 06.03.2024 | 10.00–12.30 Uhr

Jimena Guerrero, Misereorpartnerin
gebührenfrei

Seminarumfang 1 x = 3 UStd.

Ort: St. Angela Gymnasium

Auf dem Silberberg 4 | 51688 Wipperfürth

Veranstaltungs-Nr.: 2472560001

> SCHÖPFUNGSVERANTWORTUNG

Ein Baum für dich – ein Wald für alle

Familienaktivtag

Nachdem wir in den letzten zwei Jahren bereits erfolgreich die ersten jungen Bäumchen gesetzt haben, geht unsere Baumpflanzaktion weiter: Junge Bäume werden unter fachkundiger Anleitung gemeinsam mit daran interessierten Familien gepflanzt.

Begleitet wird die Aktion durch einen Diplom-Forstingenieur, der uns alles rund ums Baumpflanzen erklärt sowie durch eine zertifizierte Naturpädagogin, die für die Kinder zusätzlich ein spannendes Programm rund ums Thema Wald anbietet. Neugierige Entdecker sind herzlich willkommen! So setzen wir ein Zeichen gegen den Klimawandel und für die Bewahrung der Schöpfung in unserem Lebensraum in Wipperfürth, für die Zukunft unserer Erde.

Bitte festes Schuhwerk und Arbeitshandschuhe mitbringen sowie Verpflegung und Getränke.

Der genaue Treffpunkt wird nach der Anmeldung bekannt gegeben.

Sa 09.03.2024 | 10.00 – 13.00 Uhr

Dipl.-Ing. Torsten Dörmbach, Forstingenieur
Alexandra Méndez-Martínez, Naturerzieherin
gebührenfrei

Seminarumfang 1 x = 4 UStd.

Ort: Wird vor der Veranstaltung bekannt gegeben

Veranstaltungs-Nr.: 2472620149



© Mikadun / shutterstock.com

> SCHÖPFUNGSVERANTWORTUNG

Familienwanderung: Entdecken, Spielen & Picknick im Wald

Für Familien mit Kindern ab 4 Jahren

Im Sommer gibt es im Wald tierischen Nachwuchs – vielleicht entdecken wir ja einen Schlafplatz oder einen Höhleneingang?!

Wo spielen die jungen Tierkinder eigentlich? Was essen und wo trinken sie?

Wir machen eine Rundwanderung und werden dabei selbst zu Spurensuchern, zu Waldbewohnern und zu Forschern: Wir erkunden den Waldboden und beobachten die kleinsten Waldbewohner. Es gibt kleine und große Dinge zu erforschen, zu beobachten und neu zu erfahren. Und ein kleines Picknick ist Teil unseres Waldtages.

Die Wanderung startet um 14 Uhr, der Treffpunkt wird kurz vor dem Veranstaltungstag bekanntgegeben. Die Strecke ist für Familien geeignet, jedoch nicht für Kinder- oder Bollerwagen. Wir gehen insgesamt etwa 4 km und machen einige Pausen für Spiele. Bitte dem Wetter angepasste Kleidung, geeignetes Schuhwerk, eine Sitzunterlage und Getränke mitnehmen. Wenn vorhanden gerne auch eine kleine Schaufel und eine Beobachtungslupe mitbringen.

Sa 22.06.2024 | 14.00 – 17.00 Uhr

Monika Offermann, Waldführerin

Teilnahme-Gebühr 12,00 € (1 Erw./1 Kind)

Weitere Personen / Kinder 3,00 €

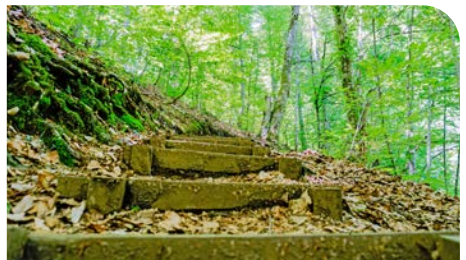
Seminarumfang 1 x = 4 UStd.

Ort: Kath. Familienbildungsstätte –

Haus der Familie Wipperfürth

Klosterplatz 2 | 51688 Wipperfürth

Veranstaltungs-Nr.: 2472620146



> SCHÖPFUNGSVERANTWORTUNG

Den Wald (neu) entdecken

Eine achtsame Wanderung durch den Frühlingwald

Komm mit auf eine sinnliche Reise durch den aufblühenden Wald! In einer Gruppe gehen wir gemeinsam durch den Wald und entlang angrenzender Gewässer. Es gibt kleine Geschichten zum Wald und seinen Bewohnern, Momente zum Staunen und leichte Übungen aus dem Yoga. Wir erfahren den Wald mit allen Sinnen und entdecken die kleinen Dinge, die bei einer normalen Wanderung oft unentdeckt bleiben.

Die Wanderung startet um 14 Uhr, der Treffpunkt wird kurz vor dem Veranstaltungstag bekanntgegeben. Die Strecke ist für Anfänger geeignet und wird etwa 4,5 km lang sein. Wir werden 2,5 Stunden in einem ruhigen Tempo gemeinsam unterwegs sein. Bitte der Jahreszeit angepasste Kleidung, eine Sitzunterlage, gutes Schuhwerk und ein warmes Getränk mitnehmen.

So 21.04.2024 | 14.00–17.00 Uhr

Monika Offermann, Yogalehrerin

Teilnahme-Gebühr 16,00 €

Seminarumfang 1 x = 4 UStd.

Ort: Kath. Familienbildungsstätte –

Haus der Familie Wipperfürth

Klosterplatz 2 | 51688 Wipperfürth

Veranstaltungs-Nr.: 2472660067



© Cinemanikar/shutterstock.com

> GESELLSCHAFT

Filmfrühstück

Für Menschen mit und ohne Behinderung

Wir frühstücken gemeinsam und schauen danach einen Film mit großem Bild. Wie im Kino.
Es entsteht ein Unkostenbeitrag von 10.00 € für das Frühstück

Referent Mitarbeitende im Familienunterstützenden Dienst

gebührenfrei | Seminarumfang 1 x = 4 UStd.

Ort Kath. Familienbildungsstätte – Haus der Familie Wipperfürth | Klosterplatz 2 | 51688 Wipperfürth

So 21.01.2024 | 10.00–13.00 Uhr

Veranstaltungs-Nr.: 2472780001

So 18.02.2024 | 10.00–13.00 Uhr

Veranstaltungs-Nr.: 2472780002

So 10.03.2024 | 10.00–13.00 Uhr

Veranstaltungs-Nr.: 2472780003

So 14.04.2024 | 10.00–13.00 Uhr

Veranstaltungs-Nr.: 2472780004

So 12.05.2024 | 10.00–13.00 Uhr

Veranstaltungs-Nr.: 2472780005

So 16.06.2024 | 10.00–13.00 Uhr

Veranstaltungs-Nr.: 2472780006



> GESELLSCHAFT

Gemeinsam essen, kochen, reden!

Erlebniskochen zwischen Arbeit und Ruhestand (ZWAR)

Gemeinsam essen war schon immer ein wichtiges soziales Ereignis für Menschen. Zusammen zu essen kann verbinden und den Austausch fördern. Die Zeit, die man mit Menschen verbringt, kann in besonderer Weise verbinden und glücklich machen. Die Gruppe ZWAR entwickelt kreativ eigene Rezeptideen. Das Zubereiten und kochen der Speisen mündet in ein gemeinsames Essen mit viel Zeit für Gespräch und Begegnung. Die Inhalte des Kurses werden gemeinsam entwickelt, besprochen und abgestimmt. Die Kosten für die Lebensmittel werden am Kursabend anteilig abgerechnet.

*Bei Interesse an ZWAR melden Sie sich bitte bei Herrn Gaetano Ingrassia, Telefon 0157 51294709.
Bitte bringen Sie Behälter für eventuelle Reste mit.*

Referent Gaetano Ingrassia

gebührenfrei | Seminarumfang 1 x = 5 UStd.

Ort Kath. Familienbildungsstätte – Haus der Familie Wipperfürth | Klosterplatz 2 | 51688 Wipperfürth

Mi 07.02.2024 | 18.15 – 22.00 Uhr

Veranstaltungs-Nr.: 2472750001

Mi 06.03.2024 | 18.15 – 22.00 Uhr

Veranstaltungs-Nr.: 2472750002

Mi 10.04.2024 | 18.15 – 22.00 Uhr

Veranstaltungs-Nr.: 2472750003

Mi 12.06.2024 | 18.15 – 22.00 Uhr

Veranstaltungs-Nr.: 2472750004



© Flawpixel.com / shutterstock.com

> GESELLSCHAFT

Kochen für Menschen mit Behinderung und Einschränkungen

Menschen mit Behinderung lernen eine gesunde Küche kennen und kochen gemeinsam einfache Gerichte.

Sa 13.01. – 25.05.2024 | 10.30 – 15.15 Uhr

Brunhilde Scheider, Erzieherin, Hobbyköchin

Teilnahme-Gebühr 100,00 €

Seminarumfang 5 x = 30 UStd.

Ort: Kath. Familienbildungsstätte Wipperfürth

Klosterplatz 2 | 51688 Wipperfürth

Veranstaltungs-Nr.: 2472660058



> PERSÖNLICHE ENTWICKLUNG

Klangräume und Stimmgrenzen

Erfahrungen mit der eigenen Persönlichkeit durch die Stimme

Die Stimme ist ein Spiegel der Seele. Viele Faktoren beeinflussen die Stimme. Unsere Persönlichkeit findet im Klang der Stimme vielfältig Ausdruck. In diesem Workshop werden wir mit unserer Stimme experimentieren und so in verschiedener Weise neue Erfahrungen mit unserer Persönlichkeit sammeln.

Fr 01.03. – 03.03.2024 | 17.00 – 14.00 Uhr

Francesca Simone, Musikpädagogin, Sängerin

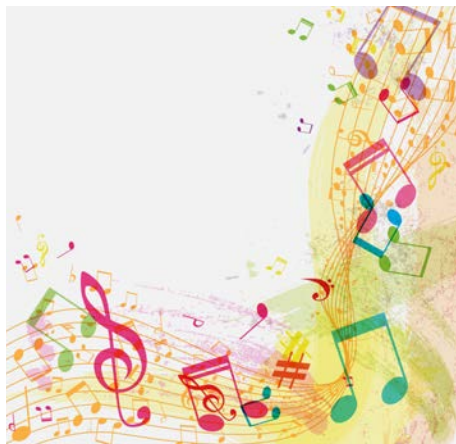
Teilnahme-Gebühr 170,00€

Seminarumfang 3 x = 16 UStd.

Ort: Katholisch-Soziales Institut

Bergstraße 26 | 53721 Siegburg

Veranstaltungs-Nr.: 2472740008



© wawritto/shutterstock.com

> PERSÖNLICHE ENTWICKLUNG

Kitzel das Künstlerische in dir wach!

Jahres-Workshop: Der Weg des Künstlers

Egal, ob Sie gerne kreativ sind, aber einfach nicht dazu kommen, beruflich Kunst erschaffen oder nur davon träumen: Es ist großartig und klug an Ihrer Kreativität (weiter) zu arbeiten!

Wir werden Collagen erstellen, mit Gouachefarben malen, basteln, tanzen, Phantasiereisen erleben und uns vor allem auf die Reise zu uns selbst machen. In einer wertschätzenden Atmosphäre lachen, uns austauschen, philosophieren und uns wie kostbare Schätze behandeln. Wer weiß, vielleicht kommt Ihr göttlicher Kern zum Vorschein...

Kreativität lässt uns über den berühmten Tellerrand blicken, macht uns offener für den Kontakt zu anderen. Die kreativen Treffen sollen dazu beitragen, sich untereinander in der Gruppe besser kennenzulernen und sich gegenseitig zu unterstützen. Ein wundervolles Angebot in Anbetracht der vielen „Vereinsamungen“ und der immer digitaler werdenden Welt, um zu zeigen, dass es auch anders geht! Es geht darum, die eigene spirituelle Mitte zu finden, sich selbst zu erkunden, in einer kleinen Gruppe, die behutsam miteinander umgeht, sich kreativ auszudrücken, sich auf den Weg zu sich selbst zu machen.

Bitte mitbringen: Kommen Sie in bequemer Kleidung, bringen Sie sich etwas zu trinken mit, sowie ein Mäppchen mit Schreibzeug, eine Schere und Kleber.

Do 18.01. – 26.11.2024 | 14.30 – 17.30 Uhr

Irene Eggert, Diplom Sozialpädagogin, Erzieherin

Teilnahme-Gebühr 240,00€

Seminarumfang 12 x = 48 UStd.

Ort: Kath. Familienbildungsstätte –

Haus der Familie Wipperfürth

Klosterplatz 2 | 51688 Wipperfürth

Veranstaltungs-Nr.: 2472740006





QUIF – QUALIFIZIERUNG IN DER FAMILIEN- BILDUNGSSTÄTTE

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

> KINDERTAGESPFLEGE

Tätigkeitsvorbereitende und -begleitende Grundqualifizierung Kindertagespflege nach dem QHB (300 UE) des Deutschen Jugendinstitutes München

Eine stabile und verlässliche Kindertagespflege basiert auf Tagespflegepersonen, die ihren Bildungsauftrag ernst nehmen und Kinder darin unterstützen, sich zu einer selbstbestimmten Persönlichkeit zu entwickeln. Aufgrund der Möglichkeit zu flexiblen Betreuungszeiten leistet sie einen wertvollen gesellschaftlichen Beitrag zur Vereinbarkeit von Familie und Beruf.

Grundlage der Qualifizierung zur Kindertagespflegeperson ist das neue kompetenzorientierte Qualifizierungshandbuch (QHB) des Deutschen Jugendinstituts in München. Die Qualifizierung umfasst 300 Unterrichtseinheiten, jeweils 40 Stunden Praktikum in einer Kindertagesstätte und in einer Kindertagespflegestelle, sowie ca. 140 Unterrichtsstunden als Selbsterseinheiten und erstreckt sich über ein Jahr.

Inhaltlich geht es um folgende Themen: Früh- und Kleinkindpädagogik, Aufbau Kindertagespflegestelle inklusive Rechtsgrundlagen, Haltung zum Kind und zur Arbeit als KTP, Einüben einer kontinuierlichen Reflexion des eigenen beruflichen Handelns.

Methodisch und didaktisch ist die Qualifizierung kompetenzorientiert. Sie knüpft damit an aktuelle Entwicklungen in der Erwachsenenbildung an, die vor allem an den individuellen Kompetenzen und Ressourcen der einzelnen Teilnehmenden ansetzen. Bei erfolgreicher Absolvierung wird nach 160 Unterrichtsstunden das Zertifikat der gesamten Qualifizierung und das Zertifikat des Bundesverbandes Kindertagespflege e.V. erteilt.



> KINDERTAGESPFLEGE

Tätigkeitsvorbereitende und -begleitende Grundqualifizierung Kindertagespflege nach dem QHB (300 UE) des Deutschen Jugendinstitutes München

Für Teilnehmende mit einer pädagogischen Berufsausbildung sind 80 Unterrichtsstunden des tätigkeitsvorbereitenden Moduls ausreichend. Diese Zielgruppe berechtigt bereits das mit Zertifikat bestandene Grundmodul zur Teilnahme an der Abschlussprüfung des „Bundesverbandes für Kindertagespflege e.V.“

Di 16.01.2024 – 06.02.2025

Irene Eggert, Diplom Sozialpädagogin, Erzieherin

Andrea Groos, Diplom Sozialpädagogin

Merle Wieschhoff, Kommunikationstrainerin

Tassia Katsouros, Fachanwältin für Familienrecht

Olivia Schwarz, Oecothrophologin M.A.

Tagesmütternetz im Obergerischen Kreis

Teilnahme-Gebühr 4.000,00 €

Seminarumfang 54 x = 300 UStd.

Ort: Kath. Familienbildungsstätte –

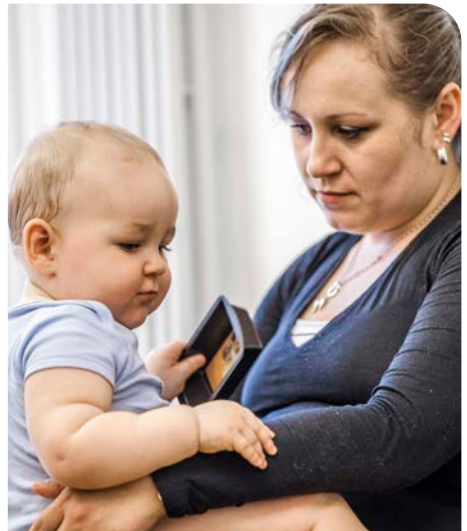
Haus der Familie Wipperfürth

Klosterplatz 2 | 51688 Wipperfürth

Veranstaltungs-Nr.: 2472690013



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



©Elke Moorkamp

> KINDERTAGESPFLEGE

Begleitetes Malen selbst erleben und weitergeben

Fortbildung Kindertagespflege

Das Begleitete Malen ist eine Methode, die es Kindern ermöglicht, auszudrücken, was sie berührt und bewegt. Durch freies schöpferisches Tun vertiefen Kinder ihre Wahrnehmung, sie setzen sich auf kreative Weise mit der Innen- und Außenwelt auseinander und bringen in Bildern zum Ausdruck, wofür ihnen (noch) die Worte fehlen. Im Vordergrund steht hierbei nicht das Ergebnis, das fertige Bild, sondern das Erleben, der Prozess beim Malen.

Zwanglos und auf spielerische Art angeregt, können Kinder ihre Mallust und Malfertigkeiten entdecken. Ihre Malentwicklung kann sich dabei ihren individuellen Eigenarten und Rhythmen gemäß vollziehen und einen Entwicklungsprozess in Gang setzen, der die Persönlichkeit stärkt und sie zur Entfaltung bringt.

In diesem Seminar steht das Malen im Vordergrund - ohne Urteile, Vergleiche oder Interpretationen. Alle Inhalte werden praktisch erfahrbar gemacht. Durch die Vermittlung des Konzeptes können die Teilnehmenden einen neuen Zugang zur Sprache der Bilder kennen lernen und

durch Ihre neu erworbenen Kompetenzen den geeigneten Rahmen gestalten, wie Sie dies ohne großen Aufwand, in Ihrer Arbeit mit den Kindern umsetzen können.

Die Fortbildung soll nachhaltig die wertschätzende Haltung gegenüber kreativen Prozessen beeinflussen. Freuen Sie sich auf einen kreativen, informativen und entspannten Tag!

Bitte mitbringen: Malkleidung, Getränk und eine Kleinigkeit für das gemeinsame Mittagessen

Di 27.02.2024 | 10.00 – 16.30 Uhr

Irene Eggert, Diplom Sozialpädagogin, Erzieherin

Teilnahme-Gebühr 61,00€

Seminarumfang 1 x = 8 UStd.

Ort: Kath. Familienbildungsstätte –

Haus der Familie Wipperfürth

Klosterplatz 2 | 51688 Wipperfürth

Veranstaltungs-Nr.: 2472250005

> KINDERTAGESPFLEGE

Kochen in der Kindertagespflege

Sie als Kindertagespflegeperson versorgen Kinder meist in Ihrem eigenen Haushalt. In dieser familienähnlichen Betreuung sind Sie für die Kinder nicht nur enge Bezugsperson, sondern auch ihr Vorbild. Zum „Essenlernen“ ist das ideal: Gemeinsame Mahlzeiten unterstützen den Beziehungsaufbau zum Kind, so dass es mit Genuss und Wohlbefinden alltagsnahe Erfahrungen machen kann. So erwirbt es lebenspraktische Kompetenzen von klein auf und ganz nebenbei.

Schwerpunkte im Seminar

- Wie sieht eine gesunde und bedürfnisorientierte Ernährung in der Kindertagespflege aus?
- Wie schaffe ich Abwechslung und Vielfalt im Speiseplan?
- Welche alltagstauglichen Rezepte in Bezug auf die praktische Umsetzung im Tagespflegealltag gibt es?
- Essen als Lernchance: Wie können die Kinder bei der Zubereitung integriert und gefördert werden?

Die Schwerpunkte werden interaktiv erarbeitet und praktisch erprobt. Es wird gemeinsam gekocht und anschließend verkostet. Eine Lebensmittelumlage ist am Abend direkt bei der Referentin zu entrichten.

Bitte Vorratsbehälter mitbringen, für übrig gebliebene Speisen.

Mi 21.02.2024 | 18.30 – 21.30 Uhr

Olivia Schwarz, Oecothrophologin M.A.

Teilnahme-Gebühr 20,00€

Seminarumfang 1 x = 4 UStd.

Ort: Kath. Familienbildungsstätte –

Haus der Familie Wipperfürth

Klosterplatz 2 | 51688 Wipperfürth

Veranstaltungs-Nr.: 2472250010

Do 18.04.2024 | 18.30 – 21.30 Uhr

Olivia Schwarz, Oecothrophologin M.A.

Teilnahme-Gebühr 20,00€

Seminarumfang 1 x = 4 UStd.

Ort: Kath. Familienbildungsstätte –

Haus der Familie Wipperfürth

Klosterplatz 2 | 51688 Wipperfürth

Veranstaltungs-Nr.: 2472250011

> KINDERTAGESPFLEGE

Information über neue rechtliche Bestimmungen in der Kindertagespflege

Fortbildung Kindertagespflege

Grundsätzliche und neue Informationen zu gesetzlichen Veränderungen im Kontext Kindertagespflege, Orientierung über die relevanten Rechtsbestimmungen für selbständige und angestellte Kindertagespflegepersonen, sowie die Möglichkeit eigene, individuelle Fragen zu klären.

Mo 19.02.2024 | 18.00 – 19.30 Uhr

Tassia Katsouros, Fachanwältin für Familienrecht

Teilnahme-Gebühr 10,00€

Seminarumfang 1 x = 2 UStd.

Ort: Digital

Veranstaltungs-Nr.: 2472250007



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

Elterngespräche führen in der Kindertagespflege

Redenden Menschen kann geholfen werden.

Zu den Kindern gehören die Eltern- als Gesprächspartner*in, Erziehungspartner*in, als fragende Person, als Ansprüche stellende Person. Kommunikation ist für eine Zusammenarbeit wichtig. Dieses Seminar soll Ihnen den Rücken stärken, um souveräner Elterngespräche zu führen. Wir beleuchten verschiedene Gesprächssituationen und probieren andere Gesprächstechniken aus.

Fr 23.02.2024 | 10.00 – 17.00 Uhr

Ute Schneider, Diplom Sozialpädagogin

Teilnahme-Gebühr 40,00€

Seminarumfang 1 x = 8 UStd.

Ort: Kath. Familienbildungsstätte –

Haus der Familie Wipperfürth

Klosterplatz 2 | 51688 Wipperfürth

Veranstaltungs-Nr.: 2472250006

> KINDERTAGESPFLEGE

Bunt. Bunter. Kindertagespflege

Interkulturelle Arbeit in der Kindertagespflege

Die Kindertagespflege bietet einen Raum für das Zusammentreffen von Kindern und Familien mit unterschiedlichen Nationalitäten und kulturellen Hintergründen. Diese Interkulturalität macht Freude und ist eine große Chance, es sind aber auch Herausforderungen damit verbunden. Daher ist es wichtig, Unterschiede und Gemeinsamkeiten zu (er)kennen und zu nutzen.

In diesem Kurs werden Sie sich u. a. mit dem Begriff der Interkulturalität auseinandersetzen. Sie werden verstehen, was Kultur ist, interkulturelle Kompetenzen entwickeln und Methoden kennenlernen, die Sie für Ihre Praxis nutzen und weiterentwickeln können. Wir sprechen über den Umgang mit „Anderssein“, Mehrsprachigkeit und das Miteinander mit den Eltern.

Ziel des Kurses ist, eventuelle Berührungsängste zu überwinden, theoretisches Hintergrundwissen zu erweitern und Anregungen zu passendem Material zu bekommen, um Ihre Arbeit vielfältig gestalten zu können.

Do 22.02.2024 | 18.00 – 21.15 Uhr

Constanze Groth

Teilnahme-Gebühr 20,00€

Seminarumfang 1 x = 4 UStd.

Ort: Digital

Veranstaltungs-Nr.: 2472250001



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



> KINDERTAGESPFLEGE

Aufbrechen zu neuen Wegen in der Familie

Ein Workshop- und Infoabend für Eltern zu Methoden der Gewaltfreien Kommunikation

- Fühlst Du dich im Familienalltag oft erschöpft, genervt und ratlos?
- Suchst Du Leichtigkeit, Klarheit und ein harmonisches Miteinander?

An diesem Abend kannst du Möglichkeiten kennenlernen, die dich aktiv dabei unterstützen, gelassener durch deinen Familienalltag zu navigieren. An diesem Abend werden Wege vorgestellt, die dich aktiv dabei unterstützen, gelassener durch den Familienalltag zu navigieren. Die Methoden basieren auf der Gewaltfreien Kommunikation nach Marshall Rosenberg und geben einen kleinen Einblick in die eigenen Gefühle und Bedürfnisse. Wie kann ich meine Kinder empathisch begleiten und gleichzeitig mit Klarheit und Verbundenheit eigene Grenzen aufzeigen? Dieser Abend gibt einen ersten Eindruck der Möglichkeiten, die in den Methoden der Gewaltfreien Kommunikation im Familienkontext liegen.

Eine Reihe mit vier Abendterminen zur Vertiefung startet Ende Mai 2024 (siehe 152)

Die Referentin ist GfK-Trainerin, Gymnasiallehrerin und Mutter von drei Kindern im Alter von 3-10 Jahren.

Di 19.03.2024 | 18.30–21.45 Uhr

Andrea Sosna: GfK Trainerin, Gymnasiallehrerin

Teilnahme-Gebühr 9,00€

Seminarumfang 4 x = 16 UStd.

Ort: Kath. Familienbildungsstätte –

Haus der Familie Wipperfürth

Klosterplatz 2 | 51688 Wipperfürth

Veranstaltungs-Nr.: 2472610005



> KINDERTAGESPFLEGE

Aufbrechen zu neuen Wegen in der Familie

Seminarreihe für Eltern mit Methoden
der Gewaltfreien Kommunikation

Die Seminarreihe umfasst vier Abendtermine, bei denen neben Theorievermittlung als Grundlage, vor allem viele praktische Übungen mit den Methoden der GfK eingeübt werden. Praxisbeispiele aus dem Lebensalltag mit Kindern ermöglichen es, die gelernten Übungen im eigenen Familienalltag umzusetzen.

Di 28.05. – 18.06.2024 | 18.30 – 21.45 Uhr

Andrea Sosna, GfK Trainerin, Gymnasiallehrerin
Teilnahme-Gebühr 36,00€

Seminarumfang 4 x = 12 UStd.

Ort: Kath. Familienbildungsstätte –

Haus der Familie Wipperfürth

Klosterplatz 2 | 51688 Wipperfürth

Veranstaltungs-Nr.: 2472610006

Aufbrechen zu neuen Wegen

Workshop- und Infoabend zu ersten Schritten
mit gewaltfreier Kommunikation

- Fühlst Du dich öfters missverstanden?
- Verbrauchen Konflikte viel von deiner Energie und Lebensfreude?

An diesem Abend wird ein Weg vorgestellt, der dabei hilft, Konflikte aktiv und empathisch zu klären. Die Methoden basieren auf der Gewaltfreien Kommunikation (GfK) nach Marshall Rosenberg und geben einen Einblick in die vier Kommunikationsschritte der GfK. Welche Rolle spielen die eigenen Gefühle und Bedürfnisse in Bezug auf die eigene Kommunikation und welche Rolle spielt die Empathie?

Zur Einübung bieten wir vom 17.09. – 08.10.2024 eine Reihe mit vier Abendterminen an (s. S. 152).

Di 23.04.2024 | 19.00 – 21.45 Uhr

Andrea Sosna, GfK Trainerin, Gymnasiallehrerin
Teilnahme-Gebühr 16,00€

Seminarumfang 1 x = 4 UStd.

Ort: Kath. Familienbildungsstätte –

Haus der Familie Wipperfürth

Klosterplatz 2 | 51688 Wipperfürth

Veranstaltungs-Nr.: 2472610007

> KINDERTAGESPFLEGE

Aufbrechen zu neuen Wegen

Seminarreihe zu ersten Schritten mit gewaltfreier / wertschätzender Kommunikation

In dieser Reihe wird ein Weg vorgestellt, der dabei hilft, Konflikte aktiv und empathisch zu klären. Im Austausch und in kleinen Rollenspielen üben wir an vier Abenden die Anwendung der wertschätzenden Kommunikation und erfahren aktiv, welche Rolle Empathie und Verbundenheit spielen.

Di 17.09. – 08.10.2024 | 18.45 – 22.00 Uhr

Andrea Sosna, GfK Trainerin, Gymnasiallehrerin
Teilnahme-Gebühr 48,00€

Seminarumfang 4 x = 16 UStd.

Ort: Kath. Familienbildungsstätte –
Haus der Familie Wipperfürth
Klosterplatz 2 | 51688 Wipperfürth

Veranstaltungs-Nr.: 2472610008

Nachhaltiger Alltag mit Baby und Kleinkind in der Kindertagespflege

Müllvermeidung und konsumbewusstes Leben sind Themen von höchster Brisanz. Auch Mitarbeitende in der Tagespflege stehen vor der Frage, wie man den Alltag nachhaltig und ressourcenschonend gestalten kann. Man muss nicht alles auf einen Schlag ändern und "zero waste" leben. Eher geht es darum, Konsumbewusstsein zu entwickeln, Müll zu reduzieren und neue Möglichkeiten oder Alternativen zu entdecken. Oft bedarf es nur kleiner Änderungen, um den Müllberg zu verkleinern. Das Seminar gibt Anregungen zur Müllvermeidung. Windeln, Ernährung, Kleidung und Spielzeug werden beleuchtet, denn es gibt nachhaltige Möglichkeiten, die die Umwelt nicht belasten und den Geldbeutel schonen.

Do 21.03.2024 | 18.00 – 21.15 Uhr

Constanze Groth

Teilnahme-Gebühr 20,00€

Seminarumfang 1 x = 4 UStd.

Ort: Digital

Veranstaltungs-Nr.: 2472250002



> KINDERTAGESPFLEGE

Inklusion in der Kindertagespflege

Jedes Kind ist anders, hat individuelle Bedürfnisse und individuelle Fähigkeiten. Schon im Alltag werden diese deutlich. Viele Einrichtungen der Kindertagespflege haben sich als Ziel gesetzt, diese bunte Vielfalt im Alltag zu leben und als Chance zu betrachten. Aber wie sieht eine inklusive, chancengerechte und bedarfsorientierte Betreuung von (Klein-)Kindern aus? In diesem Seminar werden Möglichkeiten, aber auch Hindernisse inklusiver Arbeit vorgestellt. So können Sie herausfinden, ob Sie Ihre Kindertagespflege zukünftig inklusiv gestalten möchten und welche Schritte dafür nötig sind. Außerdem beschäftigen wir uns mit den verschiedenen Unterstützungsbedarfen und können uns darüber austauschen, wie alle Kinder einer heterogenen Gruppe im Alltag unterstützt und gestärkt werden können.

Do 18.04.2024 | 18.00 – 21.15 Uhr

Constanze Groth

Teilnahme-Gebühr 20,00€

Seminarumfang 1 x = 4 UStd.

Ort: Digital

Veranstaltungs-Nr.: 2472250003



Naturpädagogik in der Kindertagespflege

Die Natur als Spiel- und Bewegungsraum für Kinder bis 6 Jahren

Wald- und Erlebnispädagogik gilt heute als wichtiger Bestandteil ganzheitlicher Erziehungs- und Bildungskonzepte. Bewegung erweitert ständig den Erfahrungsschatz der Kinder, sie erlernen Selbstständigkeit und Selbstbewusstsein. Der Wald bietet vielfältige Möglichkeiten, um Bewegung intensiv zu erleben: Unebene Böden, unterschiedliche Höhen, ganzheitliches Wahrnehmen und mit allen Sinnen, Abenteuer erleben... Das ist Psychomotorik in der Natur.

Die Veranstaltung findet im Freien statt. Bitte dem Wetter entsprechende Kleidung tragen und etwas zu essen und zu trinken mitbringen.

Do 25.04.2024 | 09.00 – 15.30 Uhr

Sandra Wolf-Lenort, Erzieherin/ Waldpädagogin

Teilnahme-Gebühr 40,00€

Seminarumfang 1 x = 8 UStd.

Treffpunkt: Parkplatz am Parkbad/Freizeitpark

Brionner Straße 1 | 51789 Lindlar

Veranstaltungs-Nr.: 2472250004

> KINDERTAGESPFLEGE

Ich bin der Stärkste im ganzen Land!

Workshop für pädagogische Fachkräfte zum Einsatz von Papiertheater im pädagogischen Alltag

Wer ist der Stärkste im ganzen Land? Diese Frage stellt Mario Ramos in seinem gleichnamigen Bilderbuch, das als Grundlage den Kurs und für einen vom Referenten selbst hergestellten Papiertheater-Bastelbogen dient. Erzieher*innen und Lehrer*innen, die später mit Kindern Theater spielen wollen können die Methode leicht übertragen. Mit wenigen Mitteln kann das Theater gebaut werden. Der Bastelbogen bietet ein Theaterportal, Figuren, und eine Waldlandschaft. Als Textvorlage dient das Bilderbuch. In der ersten Hälfte des Workshops baut jede(r) Kursteilnehmer*in daraus ein eigenes Theater mit Figuren. In der 2. Hälfte wird geprobt und aufgeführt.

Die Geschichte selber ist einfach: Ein Wolf wandert durch den Wald und fragt den Hasen, Rotkäppchen, die drei Schweinchen und die sieben Zwerge, wer der Stärkste im ganzen Land sei. Die einen haben Angst, andere sind genervt und wollen schnell weiter. Also erklären sie, der Wolf sei natürlich der Stärkste. Nur ein kleines Wesen, das aussieht wie eine Kröte, widerspricht. Der Wolf wird wütend und schreit den Kleinen an.

Darauf erscheint die Mama, ein ausgewachsener Drache. Die Frage ist nun beantwortet.

Eingeleitet wird der Workshop mit einer kurzen Aufführung und einer Einführung in Papiertheater. Andere Spielformen werden erklärt und vielerlei Anregungen gegeben.

Peter Schauerte-Lüke spielt seit über 45 Jahren Papiertheater und unterrichtet und vermittelt seit über 20 Jahren diese Theater Technik. Er hat Workshops an Schulen und Einrichtungen gegeben und war Dozent am Figurentheater-Kolleg in Bochum. Mit dem „STÄRKSTEN“ hat er ein Stück geschaffen, das sich mit geringem Aufwand und trotzdem mit vielen Mitspielern realisieren lässt.

Do 25.04.2024 | 09.00 – 16.00 Uhr

Peter Schauerte-Lüke, Schauspieler
Teilnahme-Gebühr 50,00€

Ort: Kath. Familienbildungsstätte –
Haus der Familie Wipperfürth
Klosterplatz 2 | 51688 Wipperfürth

Veranstaltungs-Nr.: 2472250021

> KINDERTAGESPFLEGE

Erste Hilfe bei Notfällen im Säuglings- und Kleinkindalter

für Erzieherinnen und Tagespflegepersonen

Die Erste Hilfe ist ein notwendiges Thema der professionellen Arbeit in der Tagespflege. Ein Erste Hilfe Kurs gilt als Voraussetzung zur Beantragung einer vorläufigen Pflegeerlaubnis als auch zu deren Verlängerung. Der Kurs muss alle zwei Jahre aufgefrischt werden.

In der Veranstaltung werden Einblicke in die häufigsten Notfallsituationen mit Kindern gegeben. Die Grundkenntnisse in Erster Hilfe werden aufgefrischt. Konkrete Verhaltensweisen werden trainiert und besprochen: Wie soll ich reagieren bei Verletzungen, Verbrennungen, Sturz, Gehirnerschütterung, Vergiftungen, Verschlucken von Gegenständen, etc...?

Sa 23.03.2024 | 09.00 – 17.00 Uhr

Deutsches Rotes Kreuz

Teilnahme-Gebühr 60,00 €

Seminarumfang 1 x = 9 UStd.

Ort: Kath. Familienbildungsstätte Wipperfürth

Klosterplatz 2 | 51688 Wipperfürth

Veranstaltungs-Nr.: 2472250012

Sa 22.06.2024 | 09.00 – 17.00 Uhr

Deutsches Rotes Kreuz

Teilnahme-Gebühr 60,00 €

Seminarumfang 1 x = 9 UStd.

Ort: Kath. Familienbildungsstätte Wipperfürth

Klosterplatz 2 | 51688 Wipperfürth

Veranstaltungs-Nr.: 2472250013



> KINDERTAGESPFLEGE

Bunter Wochenplan

Essen planen in der Kindertagespflege

Der Workshop „Bunter Wochenplan“ richtet sich speziell an Kindertagespflegepersonen, die sich kreativen Input und Austausch für die Gestaltung eines Essensangebots für die Kinder in ihrer Tagespflege wünschen. Die Bedürfnisse und Vorlieben der Kinder sind so bunt und individuell, wie sie es selber sind. Gemeinsam entwickeln wir Ideen, wie den Kindern eine gesunde und ausgewogene Ernährung schmackhaft gemacht und der Spaß am Essen gefördert werden kann. Das Resultat: Farbenfrohe und abwechslungsreiche, gesunde Mahlzeiten, die köstlich schmecken.

Bitte mitbringen: Behälter für Essensreste

Do 25.04.2024 | 18.00 – 21.15 Uhr

Olivia Schwarz, Oecothrophologin M.A.

Teilnahme-Gebühr 20,00 €

Seminarumfang 1 x = 4 UStd.

Ort: Kath. Familienbildungsstätte – Haus der
Familie Wipperfürth

Klosterplatz 2 | 51688 Wipperfürth

Veranstaltungs-Nr.: 2472250017



> KINDERTAGESPFLEGE

Umgang mit Emotionen im pädagogischen Kontext

Emotionen prägen unseren Alltag – sie beeinflussen unser eigenes Sein und das unserer Mitmenschen. Gerade in der pädagogischen Arbeit ist ein fundiertes Wissen über Emotionen entscheidend, um eine positive und förderliche Lernatmosphäre zu schaffen.

Die Fortbildung bietet die Möglichkeit, sowohl die eigenen Emotionen besser zu verstehen als auch wertvolle Strategien für den Umgang mit den Gefühlen der zu betreuenden Kinder zu erlernen. Die eigene emotionale Intelligenz wird gestärkt und dadurch die Beziehung zu den Kindern vertieft. Techniken zur bewussten Wahrnehmung fördern den konstruktiven Umgang mit den eigenen Emotionen. Sie lernen, wie Emotionen als Ressource genutzt werden können, um das pädagogische Setting zu bereichern und die Kinder in ihrem emotionalen Wachstum zu begleiten.

Neben der Vorstellung theoretischer Grundlagen ist ausreichend Raum für Austausch und Reflexion eigener Erfahrungen.

Mi 13.03.2024 | 18.00 – 21.15 Uhr

Olivia Schwarz, Oecothropologin M.A.

Teilnahme-Gebühr 20,00€

Seminarumfang 1 x = 4 UStd.

Ort: Kath. Familienbildungsstätte –

Haus der Familie Wipperfürth

Klosterplatz 2 | 51688 Wipperfürth

Veranstaltungs-Nr.: 2472250016



> KINDERTAGESPFLEGE

Babysitter-Kurs für Jugendliche ab 14 Jahren

Babysitten ist eine verantwortungsvolle Aufgabe für alle, die Spaß am Umgang mit Kindern haben, Familien unterstützen wollen und eine Verdienstmöglichkeit suchen. Im Kurs wird alles Wichtige vermittelt, um die Tätigkeit mit Freude und Verständnis zu gestalten. In diesem Kurs erfahrt Ihr alles, was Ihr für eine qualifizierte Betreuung von kleinen Kindern benötigt.

Themen im Seminar: Kindliche Entwicklung, Säuglingspflege, Ernährung und Gesundheit des Kindes, Spiel und Beschäftigungsmöglichkeiten mit Kindern, Rechte und Pflichten des Babysitters, Organisatorisches, Umgang mit Notfällen. Eine Hospitation in einer Kindertagesstätte (4 UST) ist vorgesehen.

Bei erfolgreicher Teilnahme bekommt jede/r Teilnehmer/in ein Zertifikat. Nach Absolvierung aller Kurstermine und der Hospitation wird ein Zertifikat ausgestellt. Die Kursteilnehmenden können in eine Babysitter-Kartei aufgenommen werden. Minderjährige Kursteilnehmende brauchen eine Einverständniserklärung Ihrer Eltern. Der Besuch eines Erste Hilfe Kurses vor Aufnahme der Babysittertätigkeit wird empfohlen.

Termine auf Anfrage | 17.00 – 20.00 Uhr

N.N.

Teilnahme-Gebühr 40,00€

Seminarumfang 5 x = 20 UStd.

Ort: Kath. Familienbildungsstätte –

Haus der Familie Wipperfürth

Klosterplatz 2 | 51688 Wipperfürth

Veranstaltungs-Nr.: 2472690015



> SCHULTAG



SchulTag Grundkurs: Qualifizierte Betreuung für Schulkinder

Berufliche Fortbildung für Betreuungskräfte im Primarbereich

Qualifizierte Bildung und Betreuung von Grundschulkindern im Offenen Ganzttag (OGS) erfordern fundierte pädagogische Kenntnisse sowie soziale und kommunikative Fertigkeiten: Wie lassen sich – ausgehend vom Kind und seinen Bedürfnissen – Betreuungsangebote organisieren und pädagogisch gestalten? Worauf muss man bei der Zusammenarbeit mit Kolleginnen und Kollegen, Lehrerinnen und Lehrern sowie Vorgesetzten und Eltern achten? Und was möchte ich selber in diesem Beruf erreichen?

Der Grundkurs richtet sich an Interessenten, die in Grundschulen in der OGS entweder bereits arbeiten oder künftig arbeiten möchten und die keine pädagogische Ausbildung haben oder sich speziell für das Arbeitsfeld OGS qualifizieren möchten.

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

Di 09.01. – 25.05.2024

Carolyn Dörmbach, Kulturanthropologin,
Improspielerin, Coach

Rolf Brendecke, Mitarbeiter der Katholischen
Jugendagentur Bergisch Gladbach

Constanze Groth, M.A., Referentin für Bildung
für nachhaltige Entwicklung und Inklusion

Mark T. Speitel, Rechtsanwalt

Merle Wieschhoff, Kommunikationstrainerin

Jessica von Palubitzki, Diplom Pädagogin

Olivia Schwarz, Oecothrophologin M.A.

Teilnahme-Gebühr 650,00€

Seminarumfang 19 x = 92 UStd.

Ort: Kath. Familienbildungsstätte –
Haus der Familie Wipperfürth

Klosterplatz 2 | 51688 Wipperfürth

Veranstaltungs-Nr.: 2472250008



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

> MITARBEITERINNEN UND MITARBEITER

Vertiefungsschulung Prävention

für Mitarbeitende in katholischen Einrichtungen

Die Vertiefungsschulung Prävention ist für alle, nach der Präventionsordnung in Frage kommenden ehren-, neben- und hauptamtlichen Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter in Kirchengemeinden, Verbänden oder Einrichtungen im Erzbistum Köln, nach Ablauf von 5 Jahren nach der Basis-Präventionsschulung verpflichtend.

Die Schulung beschäftigt sich mit der Kultur der Achtsamkeit, wie sie in vielen institutionellen Schutzkonzepten formuliert ist.

Die Verfahrenswege werden erläutert und der Umgang mit den anvertrauten Menschen wird Thema sein. Teilnehmende erhalten eine Teilnahmebescheinigung. Diese Fortbildung ist gemäß Ausführungsbestimmung zu §9 PräV als Vertiefungsschulung anerkannt.

Di 19.03.2024 | 18.00 – 21.15 Uhr

Merle Wieschhoff, Kommunikationstrainerin

Teilnahme-Gebühr 25,00 €

Seminarumfang 1 x = 4 UStd.

Ort: Digital

Veranstaltungs-Nr.: 2472790004



© Smart Creative / shutterstock.com

> MITARBEITERINNEN UND MITARBEITER

Basis Plus Online – Prävention von Gewalt an Kindern und Jugendlichen für Mitarbeitende in katholischen Einrichtungen im Erzbistum Köln

Die Präventionsschulung Basis Plus ist für alle haupt-, neben-, und ehrenamtlich tätigen Personen in katholischen Einrichtungen im Erzbistum Köln, die über einen längeren Zeitraum regelmäßig Kontakt zu Kindern, Jugendlichen, bzw. schutz- und hilfebedürftigen Erwachsenen haben, oder die Veranstaltungen mit Übernachtung durchführen.

Ziele dieser Qualifikationsmaßnahmen sind:

- umfangreiche Information über die verschiedenen Formen von Kindeswohlgefährdung und speziell über sexualisierte Gewalt
- Sensibilisierung zur Reflexion des eigenen professionellen Handelns
- Weiterentwicklung einer Kultur der Achtsamkeit im jeweiligen Einsatzfeld
- Kennenlernen von konkreten Interventionsempfehlungen für konkrete Verdachtsfälle
- Kennenlernen präventiver Maßnahmen

Die Teilnahme wird durch ein Zertifikat bestätigt.

Di 06.02. – 07.02.2024 | 18.00 – 21.15 Uhr

Merle Wieschhoff, Kommunikationstrainerin

Teilnahme-Gebühr 48,00 €

Seminarumfang 2 x = 8 UStd.

Ort: Digital

Veranstaltungs-Nr.: 2472790005



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



> MITARBEITERINNEN UND MITARBEITER

Gesundheitsnachmittag

Für Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter in den Folgediensten der katholischen Kirchengemeinden Oberberg Nord

Nur wer gesund ist, kann sein Leben gestalten und gleichzeitig berufliche Anforderungen erfüllen. Diese Balance soll der Gesundheitsnachmittag für die Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter der Kirchengemeinden fördern. Ziel ist es, das Bewusstsein für die eigene Gesundheit, die Motivation und das soziale Miteinander zu stärken.

Die Workshops

- Entspannen mit Yoga (Angelika Kötter, Yogalehrerin)
- Mach mal Pause ... (Judith Göd, Referentin für Spiritualität und Exerzitien)
- Richtig sitzen, heben, tragen (Britta Dannaks, Physiotherapeutin)
- Gesunde Ernährung am Arbeitsplatz (Olivia Schwarz, Diplom Oecothrologin)
- Draußzeit – Auszeit in der Natur (Bernward Siemes, Referent für betriebliche Gesundheitsförderung)

Do 01.02.2024 | 13.00 – 16.00 Uhr

gebührenfrei

Seminarumfang 1 x = 4 UStd.

Ort: Kath. Familienbildungsstätte –

Haus der Familie Wipperfürth

Klosterplatz 2 | 51688 Wipperfürth

Veranstaltungs-Nr.: 2472250022



> BASISKURSE EHRENAMT

Basisqualifizierung zur Tätigkeit im Familien unterstützenden Dienst

zur Vorbereitung auf die Erbringung von Angeboten zur Unterstützung im Alltag gemäß §45 SGB XI und AnFöVO NRW

Auf Grundlage gesetzlicher Bestimmungen muss gewährleistet sein, dass Übungsleiter*Innen vor ihrem Einsatz eine Schulung durchlaufen haben.

Ziele der Qualifizierung sind:

- Erwartungen und Motivation klären
- Basiswissen über gesetzliche Bestimmungen und Rechte von
- Menschen mit Behinderung vermitteln
- Hintergrundwissen zum FuD und Kenntnisse über Angebote zur Unterstützung im Alltag geben
- die Rolle als ehrenamtlich Tätige im FuD bestimmen
- Basiswissen über Krankheits- und Behinderungsbilder
- Umgang mit und Pflege von Menschen mit Behinderungen
- Kommunikation im Alltag

Sa 16.03. – 05.05.2024 | 09.00 – 16.30 Uhr

Nina Pick, Diplom Heilpädagogin
Melanie Frackenpohl, Heilerziehungspflegerin
Manfred Wagner, Altenpfleger, Gestalttherapeut
gebührenfrei

Seminarumfang 5 x = 40 UStd.

Ort: Kath. Familienbildungsstätte –
Haus der Familie Wipperfürth
Klosterplatz 2 | 51688 Wipperfürth

Veranstaltungs-Nr.: 2472790007



> BASISKURSE EHRENAMT

Methodentraining für den Umgang mit Stammtischparolen und Polemik im Ehrenamt

Für Ehrenamtliche, die mit Gruppen zu tun haben

Im Ehrenamt kann es vorkommen, dass Sie sich auch mit Stammtischparolen und polarisierender, manchmal auch platter Polemik konfrontiert sehen. Dies kann sich sehr unangenehm auf Ihre Tätigkeit mit Einzelnen oder Gruppen auswirken und die Atmosphäre belasten. Dieses Seminar soll Ihnen dazu verhelfen, einerseits eine sachlich-konstruktive „Streit- und Diskussionskultur“ zu ermöglichen. Andererseits ist es auch wichtig, zu erkennen, wo man die Grenze ziehen muss, damit die eigentliche ehrenamtliche Tätigkeit umgesetzt und die damit verbundenen Ziele erreicht werden können. Wir wollen gemeinsam Techniken und Ideen erarbeiten, gerade in diesen Situationen als ehrenamtlich Tätige diskursfähig zu sein, Grenzen setzen zu können und persönliche „Trigger“ professionell bewältigen zu können.

Die Veranstaltung wird im Rahmen der Ehrenamts-Akademie Oberbergischer Kreis kostenfrei angeboten. Sie steht allen ehrenamtlich und bürgerschaftlich Engagierten im Oberbergischen Kreis offen. Die Ehrenamts-Akademie möchte Ihr ehrenamtliches Engagement durch kostenfreie, qualifizierte Weiterbildung unterstützen.

Weitere Veranstaltungen finden Sie unter www.obk.de/ehrenamtsakademie

Fr 02.02.2024 | 17.30 – 20.45 Uhr

Ellen Anders, Kommunikationswirtin & Trainerin
gebührenfrei

Seminarumfang 1 x = 4 UStd.

Ort: Kath. Familienbildungsstätte –

Haus der Familie Wipperfürth

Klosterplatz 2 | 51688 Wipperfürth

Veranstaltungs-Nr.: 2472790003





EHRENAMTS- AKADEMIE

OBERBERGISCHER KREIS



kompetent & engagiert

- Unterstützung ehrenamtlich engagierter Bürgerinnen und Bürger durch kostenfreie qualifizierte Weiterbildung.
- Anerkennung und Wertschätzung für Menschen, die sich für das Gemeinwohl im Oberbergischen Kreis bürgerschaftlich einsetzen.



OBERBERGISCHER KREIS
DER LANDRAT

UNTERSTÜTZUNG DES EHRENAMTES



Volkshochschule
Oberberg



KATHOLISCHES
BILDUNGSWERK
Oberbergischer Kreis



KATHOLISCHE
FAMILIENBILDUNGSSTÄTTE
Wilpferföth – Haus der Familie

EVANGELISCHER
KIRCHENKREIS



www.obk.de/ehrenamtsakademie Telefon: 02261 88-1271

> EHRENAMT UND HOSPIZ

Befähigungskurs zur Trauerbegleitung

Vermittlung von Grundlagen für ehrenamtliche Hospizhelferinnen und Hospizhelfer

Es weiß ja keiner, der's nicht erlebt, wie es ist, wenn einer die Flügel hebt und leise auf die letzte Reise geht. Es weiß ja keiner, dem es nicht geschah, wie es ist, wenn einer nicht mehr da, wenn leer die Städte des, den man hätte gerne noch nah.
(Quelle unbekannt)

Die Erinnerung hat starke Arme – Diese Worte sind schnell ausgesprochen, doch für trauernde Menschen heißt es, diese Worte im Alltag zu buchstabieren und das ist oft ein schmerzhafter Prozess. Der Befähigungskurs zur Trauerbegleitung qualifiziert zur Begleitung von erwachsenen Trauernden im Einzelgespräch oder Trauertreffs.

Die Qualifikation schult die Fach-, Methoden-, Selbst-, Sozial- und Handlungskompetenz. Erforderliches Wissen wird vermittelt und das Einfühlungsvermögen der Begleiterinnen und Begleiter sensibilisiert, mit dem Ziel, trauernde Menschen wohltuend und unterstützend auf ihrem persönlichen Weg der Trauer zu begleiten.

In Zusammenarbeit mit dem Hospizdienst Kürten/Wipperfürth.



> EHRENAMT UND HOSPIZ

Voraussetzungen für die Teilnahme

- Teilnahme an einem Befähigungsseminar zur Lebens -begleitung in der Zeit des Sterbens oder Auseinandersetzung mit dem Thema Sterben und Tod
- Bereitschaft zu Reflexion und Selbsterfahrung
- Psychische Belastbarkeit
- Bereitschaft zur Auseinandersetzung mit der eigenen Lern- und Trauerbiografie
- Respekt vor Menschen verschiedener Weltanschauungen und Lebensentwürfen
- Verbindliche Zusage zur Teilnahme an allen Einheiten

Ein Zertifikat wird nur ausgestellt, wenn die Fehlzeiten nicht mehr als 10% (= 9 UST) betragen.

Die Qualifikation entspricht den Standards des Bundesverbandes Trauerbegleitung e.V. für die Trauerbegleitung im Ehrenamt.

Bei Interesse zur Teilnahme am Kurs wenden Sie sich bitte an ihre Hospizgruppe.

**Fr 13.09.2024 – 05.04.2025
15.00 – 16.00 Uhr**

Elke Pracejus, Trauerbegleiterin,
Gestalttherapeutin

Teilnahme-Gebühr 550,00€

Seminarumfang 13 x = 84 UStd.

Ort: Kath. Familienbildungsstätte – Haus der
Familie Wipperfürth

Klosterplatz 2 | 51688 Wipperfürth

Veranstaltung-Nr. 2472790009

> EHRENAMT UND HOSPIZ

Gesprächskreis für ehrenamtliche Patinnen und Paten bei Lebensfarben e.V.

In diesem Gesprächskreis können ehrenamtliche Patinnen und Paten Ihre Fragen einbringen. Die Gespräche erweitern die Handlungs- und Sozialkompetenzen und unterstützen so den Patenschaftsalltag. Zudem wird in Fallbesprechungen die Praxis reflektiert.

In Kooperation mit dem Verein LEBENSFARBEN – Hilfen für Kinder und Jugendliche e.V.

Der Verein berät, unterstützt und begleitet Kinder und Jugendliche, deren Eltern sich in existentiellen Belastungssituationen befinden, zum Beispiel aufgrund von psychischen Erkrankungen und Suchterkrankungen.

Di 16.01. – 06.11.2024 | 18–21 Uhr

Sandra Karsten, Koordinatorin bei Lebensfarben e.V.
gebührenfrei

Seminarumfang 5 x = 20 UStd.

Ort: Kath. Familienbildungsstätte Wipperfürth
Klosterplatz 2 | 51688 Wipperfürth

Veranstaltungs-Nr.: 2472790010

Demenz und Hospizdienst

Di 01.10. – 08.10.2024 | 18.00 – 21.15 Uhr

Regina Löhr, Koordinatorin der Hospizgruppe
Wipperfürth
gebührenfrei

Seminarumfang 2 x = 8 UStd.

Ort: Kath. Familienbildungsstätte –
Haus der Familie Wipperfürth
Klosterplatz 2 | 51688 Wipperfürth

Veranstaltungs-Nr.: 2472790006

> EHRENAMT UND HOSPIZ

Lebensbegleitung in der Zeit des Sterbens – Basiskurs

Befähigungskurs für ehrenamtliche Hospizhelferinnen und Hospizhelfer

Sterben ist Teil unseres Lebens, es berührt unseren privaten wie unseren beruflichen Bereich. Begleitung von sterbenskranken Menschen ist Begleitung in der letzten Lebensphase. Begleitung in dieser Zeit des Lebens bedeutet immer auch Berührung und Begegnung mit der eigenen Sterblichkeit, heißt stützend und suchend an der Seite des betroffenen Menschen sein, damit er in Würde leben kann bis zu seinem Tod. Gestaltetes Abschiednehmen von Verstorbenen tröstet in der Trauer und unterstützt neue Lebenswege. In zwei aufeinander aufbauenden Seminaren spüren die Teilnehmer/innen den eigenen Gefühlen und Erfahrungen im Umgang mit Sterben, Tod und Trauer nach und erarbeiten Möglichkeiten einer guten Begleitpraxis.

Ein Beratungsgespräch mit der Koordinatorin für Hospizhelfer des Ökumenischen Hospizdienstes Kürten/Wipperfürth e.V. ist Voraussetzung zur Teilnahme am Kurs. Bei Mitarbeit im Hospizdienst als ehrenamtliche Mitarbeiterin werden die Kurskosten erstattet.

Fr 05.04. – 25.05.2024 | 18.00 – 16.00 Uhr

Elke Pracejus, Trauerbegleiterin,

Gestalttherapeutin

Regina Löhr, Koordinatorin der Hospizgruppe

Wipperfürth

Teilnahme-Gebühr 50,00 €

Seminarumfang 11 x = 56 UStd.

Ort: Kath. Familienbildungsstätte –

Haus der Familie Wipperfürth

Klosterplatz 2 | 51688 Wipperfürth

Veranstaltungs-Nr.: 2472790001



©Julia Khabullina/shutterstock.com



KATHOLISCHE
FAMILIENBILDUNGSSTÄTTE
Wipperfürth – Haus der Familie



WIR SUCHEN KURSLEITER/INNEN

auf Honorarbasis für die Bereiche

Eltern-Kind-Kurse | Bewegung und Spiel Sport und Bewegung | Kochen

Wenn Sie interessiert sind im pädagogischen Bereich mit Erwachsenen und Kindern zu arbeiten, über eine abgeschlossene Berufsausbildung und fachliche Qualifikation verfügen, dann nehmen Sie bitte Kontakt auf.

Thomas Dörmbach
doermbach@hdf-wipperfuerth.de
Telefon 02267 871420
info@hdf-wipperfuerth.de

SONSTIGES

> KOOPERATIONSPARTNER



Katholisches Familienzentrum Wipperfürth

Das Katholische Familienzentrum Wipperfürth begleitet Familien eine Wegstrecke lang und fördert Ihre Kinder durch die pädagogisch qualifizierte Betreuung in unseren katholischen Kindertagesstätten in Wipperfürth. Besonders am Herzen liegt uns dabei die religiöse Entwicklung der Familien. Suchen Sie für Ihr Kind eine geeignete Kindertageseinrichtung? Unsere Kindertagesstätten sind für Sie wohnortnah in den Dörfern und in der Stadt Wipperfürth. Sie bieten unterschiedliche Betreuungszeiten für individuelle Bedarfe und arbeiten jeweils mit einer innovativen, pädagogischen Konzeption.

- Wir bilden, erziehen und fördern Kinder in unseren Kindertageseinrichtungen
- Wir begleiten Eltern wie Kinder seelsorglich bei ihrer Suche nach Gott

- Wir unterstützen Familien durch Weiterbildung, wie sie die Katholische Familienbildungsstätte Wipperfürth anbietet.
- Wir sind Teil eines lebendigen Netzwerkes von Facheinrichtungen, die in zahlreichen Lebenssituationen Hilfe, Rat und Begleitung anbieten. Bei Bedarf vermitteln alle unsere Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter interessierte Eltern weiter.

Zwei Träger machen sich im Katholischen Familienzentrum für Familien in Wipperfürth stark:

- Die Katholische Kirchengemeinde St. Nikolaus als Träger von sechs Katholischen Kindertageseinrichtungen
- und das
- Bildungswerk der Erzdiözese Köln e.V. als Träger der Katholischen Familienbildungsstätte Haus der Familie Wipperfürth.

Gemeinsam mit weiteren Kooperationspartnern bieten Sie ein breit gefächertes Angebot für Familien in den Bereichen Betreuung, Familienbildung, Familienpastoral und Beratung.

> KOOPERATIONSPARTNER

Damit wir uns an ihrem Bedarf und an Ihren Bedürfnissen orientieren können, sind wir auf Ihre Mithilfe angewiesen. Wir möchten Ihre Meinung kennen lernen und Ihre Erfahrungen in unsere Planungen einbeziehen. Außerdem interessiert uns, wie wir Sie selbst und Ihre Familien im Rahmen unserer Möglichkeiten noch besser unterstützen können. Wenn Sie Hinweise haben oder eine Idee, was in Wipperfürth für Familien außerdem noch angeboten oder verbessert werden soll, sprechen Sie uns an!



**Staatlich anerkanntes Familienzentrum
Katholische Kindertagesstätte Don Bosco**

Michael Kilian
Don Bosco Weg 5 | 51688 Wipperfürth
Telefon 02267 5237
Telefax 02267 888021
kitadonbosco-wipp@erzbistum-koeln.de



**KATHOLISCHE
FAMILIENBILDUNGSSTÄTTE**
Wipperfürth – Haus der Familie

**Katholische Familienbildungsstätte
Wipperfürth – Haus der Familie**

Thomas Dörmbach
Klosterplatz 2 | 51688 Wipperfürth
Telefon 02267 87142 0
Telefax 02267 87142 23
info@hdf-wipperfuerth.de
www.hdf-wipperfuerth.de



> KOOPERATIONSPARTNER

Katholische Kindertagesstätten im Seelsorgebereich Wipperfürth

St. Anna Hämmern,
St. Anna Thier,
St. Clemens Wipperfeld,
St. Nikolaus Wipperfürth,
St. Raphael Kreuzberg

Das **Katholische Familienzentrum Wipperfürth** bietet zahlreiche Beratungsangebote für Familien kostenfrei an. Es bietet Orientierung und „Erste Hilfe“ in verschiedenen Bereichen. Selbstverständlich werden alle Gespräche vertraulich behandelt. Bitte schauen Sie auch in das aktuelle Programmheft der Familienbildungsstätte, wo Sie eine Vielzahl interessanter Kursangebote finden können.

Erziehungsberatung im Haus der Familie

Fragen und Probleme aus dem Zusammenleben in der Familie oder zur Erziehung belasten manchmal Eltern und werden lange mit herumgetragen, ohne dass man damit weiterkommt. Oft ist es hilfreich, einmal mit einer außen stehenden Fachkraft darüber zu reden, um eine erste Orientierung und Information zu erhalten.

Termine auf Anfrage im Büro der Familienbildungsstätte.
Ludger Sändker, Diplom-Sozialpädagoge,
Familientherapeut und Supervisor
Anmeldung: Haus der Familie
Telefon 02267 871420

Schwangerschaftsberatungsstelle

Die kath. Schwangerschaftsberatungsstelle für den Oberbergischen Kreis e. V. berät in Wipperfürth Frauen und Paare in allen Fragen und Problemen und um Schwangerschaft und Geburt.

Sprechzeiten sind jeden 3. Donnerstag im Monat im Haus der Familie. Anmeldung/Information: Telefon 02261 306 141 oder 142.

Tagesmütternetz Oberberg e. V.

Das Tagesmütternetz Oberberg e. V. übernimmt als Fachberatungsstelle für Kindertagespflege die Beratung suchender Eltern sowie die Begleitung und Vermittlung von Tagespflegepersonen. Beratungstermine im Haus der Familie nach Absprache unter Telefon 02261 886886.

> KOOPERATIONSPARTNER

Babysitterkartei im Haus der Familie

Wir helfen Ihnen einen Babysitter zu finden! Die von uns qualifizierten Babysitter haben die Möglichkeit, sich in die Babysitterkartei der Familienbildungsstätte Haus der Familie aufnehmen zu lassen. Suchende Eltern können bei uns auf Nachfrage Babysitter benannt bekommen.
Haus der Familie, Telefon 02267 871420.

Elterntreff im Kath. Familienzentrum

Ein offenes Angebot für Frauen mit Begegnung, Austausch, Informationen und aktuellen Themen bei einer Tasse Kaffee. Das Cafe wird in regelmäßigen Abständen in der Kindertagesstätte Don Bosco, Don Bosco Weg 5 | 51688 Wipperfurth angeboten. Termine bitte dort erfragen.

Schulpsychologischer Dienst des OBK

Der Schulpsychologische Dienst des Oberbergischen Kreises ist eine unabhängige Beratungsstelle. Der Zugang zur Beratung ist freiwillig und für Ratsuchende kostenlos. Beraten werden Schülerinnen und Schüler der **Grundschule**, deren Familien und Lehrkräfte, um die Entwicklung der Fähigkeiten und Fertigkeiten sowie der Persönlichkeit zu unterstützen.

Anmeldung und Terminabsprache im Sekretariat des Schulpsychologischen Dienstes
Telefon 02261 88-4060 (Mo – Fr 8:30 – 11:30 Uhr).

Systemische Beratung – Unterstützung für Einzelpersonen, Paare und Familien

Die systemische Beratung ermöglicht durch vielfältige Methoden einen umfangreichen Blick auf Situationen und Ereignisse. Jeder Mensch ist Experte seiner eigenen Lebenswelt. Die Systemische Beratung geht davon aus, dass Menschen grundsätzlich über all die Möglichkeiten und Fähigkeiten verfügen, die sie zur Lösung ihrer Fragen und zur Bewältigung ihrer Probleme benötigen. Das Angebot richtet sich an Erwachsene und Jugendliche ab 16 Jahren, sowie Menschen mit Behinderung und Eltern und Angehörige von Kindern und erwachsenen Menschen mit Behinderung. Es handelt sich nicht um ein therapeutisches Angebot. Das Angebot ist kostenfrei.

Termine nach Vereinbarung
(Telefon 0178 1671648)
Nina Pick, Diplom Heilpädagogin,
systemische Beraterin in Ausbildung

> KOOPERATIONSPARTNER

Kooperationspartner

Mit wem arbeiten wir zusammen?

(Beispiele)

Seelsorgebereich Wipperfürth

Kindertagesstätten und Schulen in Wipperfürth

Psychologische Beratungsstelle für Eltern, Kinder und Jugendliche

Ehe-, Familien- und Lebensberatung Gummersbach

Helios Klinik Wipperfürth

Caritasverband für den OBK e. V. und seine Fachdienste

Domino-Netzwerk Wipperfürth für Menschen mit Behinderung

Ökumenische Hospizinitiative Wipperfürth/Kürten

Jugendamt der Hansestadt Wipperfürth

Katholisches Familienzentrum Wipperfürth

AWO Familienzentrum Wipperfürth

DRK Familienzentrum „Rasselbande“ Wipperfürth

Evangelisches Familienzentrum Sonnenkäfer

Familienzentrum Paffenberg Lindlar

DRK Familienzentrum Henry Dunant Lindlar

Tagesmütternetz im OBK e. V.

Oberbergischer Kreis, Projekt Weitblick

Ehrenamtsakademie Oberbergischer Kreis

Weltladen e. V.

Heimat- und Geschichtsverein Wipperfürth



> QUALITÄTSMANAGEMENT

Wir geben Bildung besondere Qualität – fachlich und menschlich

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



Liebe Teilnehmerinnen und Teilnehmer, liebe Kooperationspartner,

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

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

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

In einem rotierenden System werten wir nach und nach die Zufriedenheit unserer Teilnehmer/innen in allen Kursen aus. Wir bitten Sie daher, den ggf. am Ende eines Kurses oder einer Veranstaltung von uns ausgegebenen Fragebogen auszufüllen und sich somit an unserer Qualitätserhebung zu beteiligen.

Gerne können Sie uns auch unabhängig von dieser schriftlichen Befragung ein Feedback geben. Was hat Ihnen gut gefallen, was ist uns gut gelungen oder was kann aus Ihrer Sicht verbessert werden?

Haben Sie weitere Fragen zu unserem Qualitätsmanagement?

Wenden Sie sich gerne an die Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter unserer Familienbildungsstätte!

> ALLGEMEINE GESCHÄFTSBEDINGUNGEN

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

Geltungsbereich

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

Anmeldung

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

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

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

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

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

Anmeldung für Veranstaltungen mit Kooperationspartnern

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

Online-Anmeldung

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

Zahlungsweise

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

> ALLGEMEINE GESCHÄFTSBEDINGUNGEN

SEPA-Lastschriftinzug

Das Lastschriftinzugsverfahren wird mit der Gläubiger-Identifikationsnummer DE50ZZZ00000304425 durchgeführt und ist für Sie sicher und bequem. Die Vorteile für Sie sind:

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

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 Einrichtungslleitung 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 die Einrichtung in der die Anmeldung erfolgte.

> ALLGEMEINE GESCHÄFTSBEDINGUNGEN

Besondere Hinweise

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

Mahnverfahren

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

Erstattung

Kommen Veranstaltungen nicht zustande, werden bereits geleistete Zahlungen erstattet.

Ermäßigungen/Erstattungen

Die Teilnehmergebühren sind für die Teilnehmerinnen und Teilnehmer sehr kostengünstig kalkuliert. Aus diesem Grund gibt es auch nur in einzelnen Programmbereichen bzw. für einzelne Zielgruppen die Möglichkeit einer Gebührenermäßigung. Bitte informieren Sie sich über mögliche Ermäßigungsgründe und einzureichende Nachweise bei der Bildungseinrichtung. Sie müssen bis zum ersten Kurstag bei der Bildungseinrichtung beantragt werden. Später eingehende Anträge können nicht mehr berücksichtigt werden. In Bezug auf die Erstattungsmöglichkeiten der Krankenkassen bitten wir die Teilnehmerinnen und Teilnehmer, sich an ihre jeweilige Krankenkasse zu wenden. Auf Wunsch

stellen wir Ihnen nach Beendigung Ihres Kurses eine Bescheinigung über die Teilnahme und die Zahlung der Teilnahmegebühr aus.

Teilnahmeentgelte

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

Wechsel der Kursleitung

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

Terminänderung

Die Bildungseinrichtung behält sich Terminänderungen vor.

Mindestteilnehmerzahl

Veranstaltungen werden in der Regel ab 10 Personen durchgeführt.

Mindestalter der Teilnehmerinnen und Teilnehmer

Die Bildungseinrichtung ist eine Bildungseinrichtung für Erwachsenen- und Familienbildung.

> ALLGEMEINE GESCHÄFTSBEDINGUNGEN

Erwachsene im Sinne des Weiterbildungsgesetzes sind Teilnehmerinnen und Teilnehmer ab 16 Jahren. Das Mindestalter zur Teilnahme an den Veranstaltungen beträgt daher 16 Jahre.

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

Haftung und Datenschutz

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

Aufnahme von Wort-, Bild- und Tonbeiträgen

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

Digitale Kursangebote

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

Fundsachen

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

> DATENSCHUTZERKLÄRUNG

Verantwortlicher

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

Betrieblicher Datenschutz

Bildungswerk der Erzdiözese Köln e.V.
Marzellenstr. 32, 50668 Köln
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 Aufnahmen,

Veröffentlichung von Foto-, Ton- und Videoaufnahmen von Ihnen oder weiterer Zwecke erteilt haben, ist die Rechtmäßigkeit dieser Verarbeitung auf Basis Ihrer Einwilligung gegeben.

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

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

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

> DATENSCHUTZERKLÄRUNG

vertraglich geregelt und die Betroffenen rechtzeitig und transparent darüber informiert.

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

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

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

Geplante Datenübermittlung an Drittstaaten

Grundsätzlich wird keine Datenübermittlung an Drittländer vorgenommen. Sollte jedoch eine Datenübermittlung (z. B. im Zusammenhang mit bestimmten Online-Video-Konferenzen) 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
info@kdsz.de
www.katholisches-datenschutzzentrum.de

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

> BILDUNGSSCHECK UND PRÄMIENGUTSCHEIN

Bildungsscheck NRW



Der Bildungsscheck ist ein Instrument zur Optimierung Ihrer Weiterbildungskosten. Um berufliche Weiterbildung für mehr Menschen in NRW attraktiv zu machen, bietet das Land NRW mit dem Bildungsscheck konkrete finanzielle Unterstützung für Beschäftigte und Betriebe aus dem Bereich kleiner und mittlerer Unternehmen (KMU) an.

So funktioniert die Vergabe des Schecks

Empfänger/Innen können einzelne Personen aus KMU oder kleine und mittlere Unternehmen mit bis zu 250 Beschäftigten sein.

Ausgenommen sind Beschäftigte des Öffentlichen Dienstes. Vor Erhalt des Schecks ist eine ausführliche und kostenlose Beratung vorgesehen.

Die Beratungsstellen in Ihrer Region finden Sie unter www.bildungsscheck.nrw.de

Prämiengutschein

Einen Prämiengutschein können Sie erhalten, wenn Sie mind. 15 Stunden pro Woche erwerbstätig sind und Ihr zu versteuerndes Jahreseinkommen 20.000 € (oder 40.000 € bei Zusammenveranlagung) nicht übersteigt.

Auch erwerbstätige Rentner /innen und Pensionär /innen sowie Mütter und Väter in Elternzeit können einen Prämiengutschein erhalten.

Mit dem Prämiengutschein werden 50% der Weiterbildungskosten übernommen, maximal 500 €. Sie können den Prämiengutschein nach einem Beratungsgespräch erhalten; anschlie-

ßend geben Sie ihn beim Bildungsträger ab und erhalten eine reduzierte Rechnung.

Beratungsstellen finden Sie unter www.bildungspraemie.info

Einen Prämiengutschein können Sie nur erhalten, wenn

- der Weiterbildungskurs noch nicht begonnen hat
- der Teilnehmerbeitrag noch nicht bezahlt und
- die Rechnung noch nicht ausgestellt wurde.



> ONLINE-ANGEBOTE

Online-Veranstaltungen und Blended Learning

Hinweis für Teilnehmende



Online-Veranstaltung

Diese Veranstaltung wird ausschließlich online durchgeführt.



Hybrid-Veranstaltung

Diese Veranstaltung wird gleichzeitig als Präsenz- und als Onlineveranstaltung durchgeführt.



Blended Learning Veranstaltung

Diese Veranstaltung wird teilweise als Präsenzveranstaltung und teilweise online durchgeführt.

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

Zugang zum Online-Seminar über Zoom

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

mit der Weitergabe Ihrer E-Mail-Adresse einverstanden. Weiteres zur Verarbeitung entnehmen Sie der hier im Anschluss folgenden Datenschutzerklärung.

Dieses Online-Seminar kann vom Moderator für interne Zwecke aufgezeichnet werden. Wunschgemäß können Sie Ihre Videofunktion deaktivieren und als Pseudonym / Nickname beitreten.

Technische Voraussetzungen zur Nutzung von digitalen Angeboten über Zoom:

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

Detailliertere Systemvoraussetzungen erhalten Sie unter:

<https://support.zoom.us>

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

> ONLINE-ANGEBOTE

Hinweise zu Online-Angeboten

So geht's

Sie erhalten als Teilnehmer/-In eines Zoom-Meetings per Mail folgende Zugangsdaten:

- Link (Meeting-URL)
- Meeting-ID
- Rufnummer für Festnetz- und Mobiltelefone

Stellen Sie sicher, dass Sie ein onlinefähiges Endgerät mit Kamera und Mikrofon zur Verfügung haben (PC, Tablet, Notebook, Smartphone) sowie eine stabile Internetverbindung vorhanden ist.

Datenschutz

Hinweise zu den technischen Voraussetzungen und dem Datenschutz finden Sie auf den Seiten 182 bis 183.

Weitere Online-Angebote

Gerne weisen wir Sie auf überregional bedeutende Online-Bildungsveranstaltungen der anderen Einrichtungen des Bildungswerks der Erzdiözese Köln e.V. hin. Sie finden sie auf folgender Internetseite:

**[https://bildung.erzbistum-koeln.de/
bw-erzdiocese-koeln-ev/
kursliste/online-bildungsangebote](https://bildung.erzbistum-koeln.de/bw-erzdiocese-koeln-ev/kursliste/online-bildungsangebote)**

Alternativ können Sie auch die Website **www.bildungswerk-ev.de** aufrufen und die Seite über die Navigationspunkte „Kurslisten“ und dann „Online-Bildungsangebote“ ansteuern.



> IMPRESSUM



Dieses Programmheft ist klimaneutral produziert.

Papier: Profisilk Bilderdruck matt (Umschlag: 250 gr./m² | Inhalt: 100 gr./m²)

Herausgeber

Katholische Familienbildungsstätte
Wipperfürth – Haus der Familie
Klosterplatz 2 | 51688 Wipperfürth

Einrichtung des

Bildungswerks der Erzdiözese Köln e. V.
Marzellenstr. 32 | 50668 Köln

Redaktion

Thomas Dörmbach,
Katholische Familienbildungsstätte,
Wipperfürth

Gesamterstellung

DRUCK DYNASTIE 1956 GmbH,
Lindlar

> 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 Wipperfürth – Haus der Familie | Klosterplatz 2 | 51688 Wipperfürth

IBAN: DE34 3705 0299 0321 0068 48 | BIC: COKSDE33XXX

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

Ich melde mich verbindlich zu folgenden Veranstaltungen an:

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

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

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

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



> ANMELDUNG

Wiederkehrendes SEPA-Lastschriftmandat mit späterer Mitteilung der Mandatsreferenz:

Katholische Familienbildungsstätte Wipperfürth – Haus der Familie | Klosterplatz 2 | 51688 Wipperfürth

Gläubiger-Identifikationsnummer DE50SWI00000304425

Mandatsreferenz wird separat mitgeteilt.

SEPA-Lastschriftmandat

Ich ermächtige die Katholische Familienbildungsstätte Wipperfürth, Zahlungen von meinem Konto mittels Lastschrift einzuziehen. Zugleich weise ich mein Kreditinstitut an, die von der Katholischen Familienbildungsstätte Wipperfürth 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

