

PROGRAMM 01/2026

Januar bis Juli

Kurse | Seminare | Begegnungen



KATHOLISCHE
FAMILIENBILDUNGSSTÄTTE
Wipperfürth – Haus der Familie

Besuchen Sie uns auch auf unseren Social Media Kanälen

Facebook



Instagram



VORWORT

Die Katholische Familienbildungsstätte Wipperfürth –
Haus der Familie

Liebe Eltern, liebe Teilnehmerinnen und Teilnehmer,

„Alles hat seine Zeit“ – dieser Gedanke begleitet uns durch viele Lebensphasen. Zeiten des Anfangs, des Wachsns, des gemeinsamen Lernens und des Abschieds gehören dazu. Familien verändern sich, Kinder werden größer, neue Wege entstehen – und wir dürfen diese Entwicklungen begleiten.

Wir freuen uns, Ihnen auch im Neuen Jahr wieder vielfältige Bildungsangebote für Familien, Eltern und Kinder zu präsentieren. Begegnung, Austausch und Bildung sind unser Herzstück und wir laden Sie herzlich ein, unsere Seminare zu entdecken und gemeinsam wertvolle Zeit zu gestalten.

Familienbildung lebt von Veränderung. Sie entwickelt sich weiter, findet an vertrauten und neuen Orten statt, sie ist Teil unserer Stadt, getragen von starken Kooperationen und Menschen, die sich engagieren. Lassen Sie sich inspirieren, nutzen Sie die Angebote zur Entwicklung und machen Sie ihre persönliche Lernzeit zu etwas Besonderem.

Herzlich willkommen – wir freuen uns auf Sie!

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 161.

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

E-Mail info@hdf-wipperfuerth.de

Internet www.hdf-wipperfuerth.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 2026)
Weihnachten	22.12.2025–06.01.2026
Ostern	30.03.2026–11.04.2026
Pfingsten	26.05.2026
Sommer	20.07.2026–01.09.2026

Das Haus ist geschlossen

Karneval	12.02.–17.02.2026
Osterferien	29.03.–12.04.2026
Tag der Arbeit	01.05.–03.05.2026
Chr. Himmelfahrt	14.05.–17.05.2026
Pfingsten	24.05.–26.05.2026
Fronleichnam	04.06.–07.06.2026
Sommerferien	20.07.–06.09.2026

Ermäßigungen

Siehe Seite 7.

Allgemeine Geschäftsbedingungen

Siehe Seite 162.

Bankverbindung

Bildungswerk der Erzdiözese Köln e.V.
IBAN DE34 3705 0299 0321 0068 48
BIC COKSDE33
Kreissparkasse Köln, Köln

> WIR ÜBER UNS

Ihr Team in der Katholischen Familienbildungsstätte Wipperfürth**Leitung****Thomas Dörmbach**

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

Das Team ist vollständig mit**Elena Nußbaum****Elisa Pino****Bärbel Wigger****Norbert Wilke**

> WIR ÜBER UNS

Fördermöglichkeiten / Ermäßigung

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



© Henning Röhm

INHALT

Die Katholische Familienbildungsstätte Wipperfürth – Haus der Familie

Seite 12
**Besondere
Veranstal-
tungen**

Seite 16
**Ehe und
Partnerschaft**

Seite 24
Leben mit Kindern

Seite 92
Gesundheit

Seite 72
Haushalt

Seite 108
**Spiritualität – Gesell-
schaft – Persönliche Ent-
wicklung**

Seite 126
**QuiF – Qualifizierung in der
Familienbildungsstätte**

Seite 156
Sonstiges

> INHALTSVERZEICHNIS

Besondere Veranstaltungen

Eröffnung der Bilderbuchausstellung: „Viel zu viel Zeug“ von Emily Gravett	12
Nestbau im Wald	13
Aus alt mach neu!	14
Weniger Zeug, mehr Spiel	15

Ehe und Partnerschaft

Angebote für Paare	18
--------------------	----

Leben mit Kindern

Häufige Fragen zu Geburtsvorbereitungskursen	30
Hebammen	31
Beratungsangebote für Eltern	34
Vor der Geburt	36
Leben mit dem Neugeborenen	39
Elternsein und Erziehung	44
Café BIB Wipperfürth	53
Spielen und Entdecken	59
Musizieren	60
Eltern – Kind – Natur – Umwelt	61
Religion mit Kindern und Familien	65
Entspannen und Bewegen	66
Kochen und Backen mit Kindern	67
Eltern – Kind – Kreativität	70

Haushalt

Kochen und Backen	74
Nähen	89

> INHALTSVERZEICHNIS

Gesundheit

Gesundheit durch Entspannung	94
Gesundheit durch Bewegung	101

Spiritualität – Schöpfungsverantwortung – Gesellschaft

Spiritualität	110
Gesellschaft	111
Persönliche Entwicklung	120

QuiF – Qualifizierung in der Familienbildungsstätte

Kindertagespflege	128
SchulTag	145
Mitarbeitende	147
Ehrenamt	150
Ehrenamt und Hospiz	151

Sonstiges

Kooperationspartner	158
Qualitätsmanagement	161
Allgemeine Geschäftsbedingungen	162
Datenschutzerklärung	166
Online-Angebote	168
Impressum	170
Anmeldung	171
So finden Sie uns	173

Eröffnung der Bilderbuchausstellung: „Viel zu viel Zeug“ von Emily Gravett

Herzlich willkommen zur Bilderbuchausstellung!

Ein Vogelpaar baut ein Nest – und möchte seinen Küken das perfekte Zuhause schaffen. Doch in ihrem Eifer verlieren die beiden das Maß und sammeln alles, was sie finden können ... bis das Ganze buchstäblich kippt!

Mit viel Humor und zugleich tiefgründig erzählt und illustriert Emily Gravett in ihrem Bilderbuch eine Geschichte, die zum Nachdenken anregt: über Schöpfungsverantwortung, Nachhaltigkeit, den bewussten Umgang mit Ressourcen und darüber, was wirklich zählt.

In unserer Ausstellung können Kinder und Familien diese Themen spielerisch entdecken und sich inspirieren lassen. Kommen Sie vorbei, lassen Sie sich von den farbenfrohen Illustrationen verzaubern und erleben Sie, wie eine kleine Geschichte große Fragen stellt – und dabei jede Menge Spaß macht!

Die Ausstellung ist in der Zeit vom 06.05.–28.05.2026 zu folgenden Öffnungszeiten zu sehen:

Mo, Di, Mi, Do 9–12 Uhr und 18–20 Uhr
Mi auch 15–17 Uhr, Fr 9–12 Uhr

Mi 06.05.2026 | 16.30–18.00 Uhr

Irina Wistoff, Museumspädagogin
gebührenfrei
Seminarumfang 1 x = 2 UE

Ort: Kath. Familienbildungsstätte Wipperfürth
Klosterplatz 2 | 51688 Wipperfürth
Veranstaltungs-Nr.: 2672670001



© 2021 Fischer Sauerländer GmbH, Frankfurt am Main

Führungen durch die Bilderbuchausstellung

Kitas und Grundschulen haben die Möglichkeit, Führungen durch unsere Bilderbuchausstellung zu buchen.

Verfügbare Termine

mittwochs am 06., 13., 20. und 27. Mai 2026

Mögliche Zeitfenster

09:30–11 Uhr, 11–12:30 Uhr, 13:30–15 Uhr

Dauer der Führungen

Für Kitas: ca. 60 Minuten, für Schulklassen:
ca. 90 Minuten (inkl. kreativer Aktion)

Kosten

Für die Durchführung sind Fördermittel beantragt. Bei Bewilligung ist die Teilnahme kostenlos, sonst entsteht ein Kostenbeitrag von 20 bzw. 30 €.

Anmeldung

Bei Interesse erkundigen Sie sich bitte im Büro der Familienbildungsstätte nach freien Terminen.

Nestbau im Wald

Für Eltern mit ihren Kindern ab 4 Jahren

Die Elster-Eltern bauen ein Nest für ihren Nachwuchs. Doch plötzlich sind sie davon überzeugt, dass das noch nicht genug ist und bringen alles mit, was zu finden ist: „Viel zu viel Zeug“, finden die anderen Tiere im Wald. Gemeinsam schauen wir, was die Elstern alles in ihr Nest getragen haben und bauen uns unser eigenes Nest: Was gehört dort WIRKLICH hinein? Was ist uns wichtig? Und darüber hinaus: Sehen alle Nester von Vögeln gleich aus? Was fressen die Vögel? Gemeinsam basteln wir eine Vogeltränke aus Ton und lernen viel Neues über unsere heimischen Vögel.

Sa 09.05.2026 | 10.00–12.15 Uhr

Petra Hölters, Naturerlebnispädagogin

Teilnahme-Gebühr 15,00 € (1 Erw. + 1 Kind)

Weitere Personen + 50 %

Seminarumfang 1 x = 3 UE

Treffpunkt: Wanderparkplatz Mul

Grünestr 1 | 42499 Hückeswagen

Veranstaltungs-Nr.: 2672620025



© Tatjana Katsal / shutterstock.com

Aus alt mach neu!

Kreativer Upcycling-Workshop für Eltern mit ihren Kindern von 6–10 Jahren

In dieser Veranstaltung entdecken Kinder gemeinsam mit ihren erwachsenen Begleitpersonen die kreative Wiederverwendung von Materialien. Aus alten Kalenderblättern, Buchseiten und anderen Papierresten entstehen fantasievolle Kunstwerke wie Schalen, Schmuckkästchen oder selbstgemachte Perlen für ein Mobile.

Das Angebot fördert spielerisch den nachhaltigen Umgang mit Ressourcen und stärkt die gestalterischen Fähigkeiten der Teilnehmenden. Dabei steht das gemeinsame kreative Tun im Vordergrund – generationenübergreifend und alltagsnah.

Di 12.05.2026 | 16.00–17.30 Uhr

Ulrike Quillmann, Dipl. Sozialpädagogin

Teilnahme-Gebühr 12,00 € inkl. 2,00 € Umlage

1 Erwachsener + 1 Kind.

Weitere Personen + 50 %

Seminarumfang 1 x = 2 UE

Ort: Kath. Familienbildungsstätte Wipperfürth
Klosterplatz 2 | 51688 Wipperfürth

Veranstaltungs-Nr.: 2672620060



©New Africa / shutterstock.com

Weniger Zeug, mehr Spiel

Ein Online-Abend für Eltern und Interessierte

Die meisten Eltern kennen dieses Phänomen vermutlich: Im Kinderzimmer sammelt sich schnell mehr an, als unsere Kinder wirklich brauchen: Geschenke, Mitbringsel, spontane Einkäufe. Doch oft führt mehr Spielzeug nicht zu mehr Freude, sondern zu Unruhe und Langeweile.

Wir schauen uns an, wie eine Spielzeugrotation für mehr Ruhe, Ordnung und echtes freies Spiel sorgen kann. Dabei erfährst du, welche Bedürfnisse hinter dem Spielen stecken und wie du eine Umgebung schaffst, in der dein Kind zufrieden und selbstständig spielt.

Di 19.05.2026 | 19.30–21.00 Uhr

Sophie Klein, Studentin der Sozialpädagogik,
Praktikantin FBS Bergisch Gladbach

Teilnahme-Gebühr 5,00 €

Seminarumfang 1 x = 2 UE

Ort: Digital

Veranstaltungs-Nr.: 2672610009



© Oksana Kuzmina / shutterstock.com



© Peter Bernik / shutterstock.com

EHE UND PARTNERSCHAFT

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

Welche Werte sind bindend? 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

7 Wochen WERTvoll

Online-Paare-Treffs zur Briefaktion

Die Paarbriefaktion „7 Wochen WERTvoll“ während der Fastenzeit läuft. Ihr wollt euch mit anderen Paaren austauschen und einen erweiterten Blick auf die Themen werfen? Dann meldet euch an!

Unter: www.7wochenaktion.de könnt ihr die Briefe zur Fastenaktion bestellen.
(Der Anmeldeschluss für den Versand per Post ist der 08.02.2026).

Anmeldung

Katholischen Familienbildungsstätte Wipperfürth

Telefon 02267 871420

www.hdf-wipperfuerth.de.

In Zusammenarbeit mit der Arbeitsgemeinschaft für Katholische Familienbildung e. V. (AKF) und dem Fachbereich Lebensbegleitende Pastoral im Erzbistum Köln.

Referenten

Astrid Linke, Diplom Sozialpädagogin, M.A.,
Alexander Linke, Pastoralreferent, Supervisor
gebührenfrei | Seminarumfang 1 x = 3 UStd.



© Valery Baranets / shutterstock.com



> ANGEBOTE FÜR PAARE

7 Wochen WERTvoll

In Verbindung bleiben

Wie gelingt es uns im Alltagstrubel die Beziehung zueinander aufrechtzuerhalten und Räume für Verbundenheit und Nähe zu schaffen?

Do 26.02.2026 | 19.30 – 21.45 Uhr

Veranstaltungs-Nr.: 2672640014



7 Wochen WERTvoll

Werte verbinden – Unterschiede bereichern

Welche harmonischen Gemeinsamkeiten und bereichernden Unterschiede kann es in einer Partnerschaft geben?

Mo 09.03.2026 | 19.30 – 21.45 Uhr

Veranstaltungs-Nr.: 2672640015



7 Wochen WERTvoll

Gleichberechtigt und gleich wertvoll

Wir widmen uns den Themen Gerechtigkeit und Würde in der Partnerschaft.

Di 24.03.2026 | 19.30 – 21.45 Uhr

Veranstaltungs-Nr.: 2672640016



© Song about summer / shutterstock.com

> ANGEBOTE FÜR PAARE

PaarBalance+

Ein Online-Programm für mich / uns?

Information und Einführung

PaarBalance+ ist ein interaktives Online-Coaching-Programm zur Verbesserung der Beziehungsqualität. Es greift in 18 wählbaren Selbstlernmodulen 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 eigenen Reflexion, optional mit dem Partner gemeinsam. Die Teilnahme am Programm von einem der Partner, kann ebenso förderlich für die Beziehungsqualität sein, wie eine gemeinsame Teilnahme.

Lernen Sie PaarBalance+ und seine Möglichkeiten an einem Abend exemplarisch kennen. Sollten Sie sich als Einzelperson oder Paar für das Programm entscheiden, beinhaltet die Begleitung des Programms ein Austausch- und ein Reflexionstreffen.

Bitte beachten Sie: Die Kosten für einen Zugangscode betragen 49,00 € pro Person. Nach dem unverbindlichen Informationsabend entscheiden Sie, ob Sie einen Zugangscode über das Erzbistum Köln erwerben möchten oder nicht.

Für den Informationsabend sowie für die Begleitveranstaltungen fallen keine zusätzlichen Kosten an.

In Zusammenarbeit mit dem Fachbereich Lebensbegleitende Pastoral im Erzbistum Köln.

Do 23.04.–06.07.2026

20.00 – 21.30 Uhr

Alexander Linke, Pastoralreferent,

Erlebnispädagoge

Astrid Linke, Diplomsozialpädagogin, M.A.

gebührenfrei

Seminarumfang 3 x = 6 UE

Ort: Digital

Veranstaltungs-Nr.: 2672640017



> ANGEBOTE FÜR PAARE

Trauwerkstatt

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 Trauwerkstatt ist Teil der Ehevorbereitung in St. Nikolaus Wipperfürth.

Der nächste Termin

Sa 21.02.2026 | 9.30 – 12.30 Uhr

Sa 14.03.2026 | 9.30 – 12.30 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



© Sandra Roters

> 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

Angebote für Paare im Erzbistum Köln

www.paarzeit.info

Anregungen, kreative Ideen und Tipps für die Beziehungsqualität

www.ehepost.de

Infos, Anregungen und Tipps zur Trauung

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



©Coyinvd / shutterstock.com



Katholische Ehe-, Familien- und Lebensberatung

Beratung für Paare, Familien und Einzelpersonen

Wir sind ein psychologischer Fachdienst der Katholischen Kirche und begleiten Menschen in herausfordernden Lebenssituationen – etwa bei Beziehungskrisen, Kommunikationsproblemen, Trennung, Krankheit oder anderen Belastungen.

Oft hilft es, mit einer neutralen und außenstehenden Person zu sprechen. Wir bieten vertrauliche und kostenfreie Beratungsgespräche in Gummersbach und Wipperfürth – unabhängig von Familienstand, Herkunft, Religion oder sexueller Orientierung. Selbstverständlich unterliegen wir der Schweigepflicht.

Unsere Beratung kann Sie dabei unterstützen:

- sich auszusprechen und Klarheit zu gewinnen,
- Ihre Partnerschaft und sich selbst besser zu verstehen,
- neue Perspektiven für Beziehung und Leben zu entwickeln,
- Krisen als Chance für Wachstum zu nutzen.

Manchmal reichen wenige Gespräche, manchmal begleiten wir Menschen über einen längeren Zeitraum. Unser Team besteht aus qualifizierten Berater:innen mit Abschlüssen in Psychologie, Pädagogik oder Sozialpädagogik sowie Zusatzqualifikationen in therapeutischen Verfahren.

Darüber hinaus bieten wir Kurse und Gruppen zu verschiedenen Themen an – zum Beispiel zu Selbstfürsorge oder Leben nach Trennung und Scheidung.

www.efl-gummersbach.de

Sie sind uns herzlich willkommen!

Vita Oliva (Leiterin der Beratungsstelle)

Katholische Ehe-, Familien- und Lebensberatung

Hömerichstraße 7
51643 Gummersbach
Tel.: 02261/27724
www.efl-gummersbach.de

EFL Köln bei Instagram:
https://www.instagram.com/efl_zeit.zum.reden



© Sunny Studios / shutterstock.com

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.

ELTERN SCHULE JOSEFINE WIPPERFÜRTH 01/2026

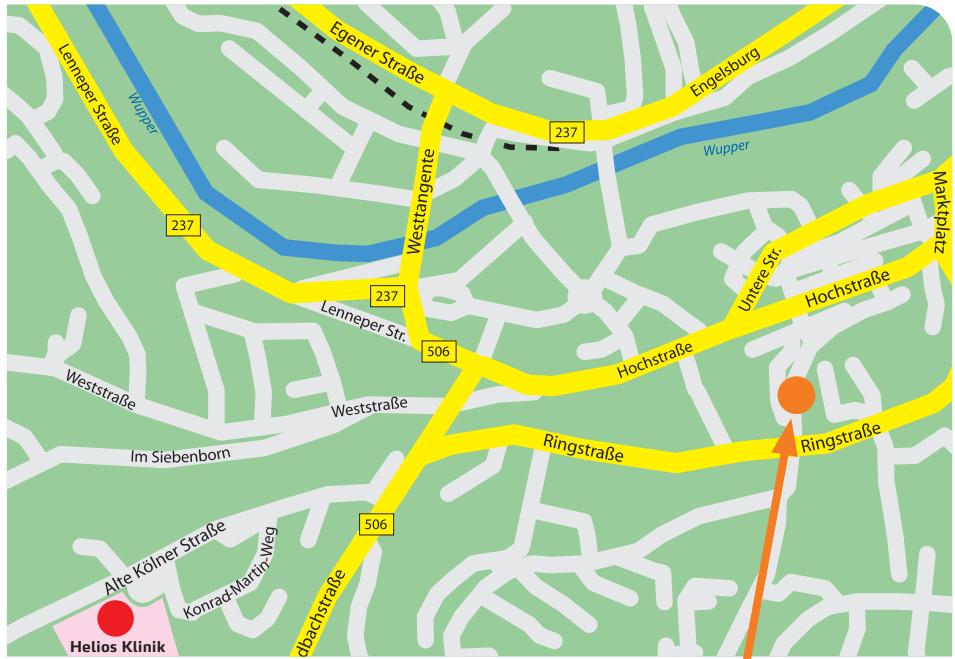
Kurse vor und nach der Geburt
Januar bis Juli



© StoryTime Studio / shutterstock.com



> SO FINDEN SIE UNS



WIR ÜBER UNS

Die Helios Klinik Wipperfürth – Elternschule Josefine



Kursanmeldungen und Beratung

Helios Klinik Wipperfürth

Alte Kölner Str. 9
51688 Wipperfürth

Telefon 02267 889-667

E-Mail gm-Elternschule@helios-gesundheit.de

Internet www.helios-kliniken.de/wipperfuerth

Bürozeiten

Dienstag und Mittwoch
08.30–12.00 Uhr



Caroline Hoormann
Hebamme, Leiterin der
Elternschule, Trageberaterin

VORWORT

Liebe Eltern, liebe werdende Eltern,

Eltern werden ist ein besonderer Schritt, bei dem wir Sie gerne begleiten. In der Helios Klinik Wipperfürth ist die Geburtshilfe seit Jahren ein wichtiger Teil unserer Aufgaben. Wir spüren, dass das Netzwerk Familie, in welches das Lebensereignis Geburt eingebettet ist, sich gelockert hat. Beratungsbedarf und die Suche nach Hilfestellungen wachsen bei Eltern:

- Was erwartet mich? Wie kann ich mich vorbereiten?
- Welche Unterstützungsmöglichkeiten und Hilfen gibt es?
- Wie gestaltet sich das Leben mit dem Kind? Was ändert sich in meinem Lebensalltag?

Viele Fragen – Eine Antwort: Elternschule Josefine in Wipperfürth!

Wir knüpfen ein Netzwerk, das vor der Geburt beginnt und weit in die neue Lebensphase Elternschaft hineinreicht. In enger Zusammenarbeit mit der Familienbildungsstätte Haus der Familie Wipperfürth bieten wir Ihnen eine Fülle von qualifizierten Bildungsangeboten zur Begleitung im Familienalltag an. Wir unterstützen Sie ganz praktisch, beraten Sie und Ihre Familie. Das Erlernte und die vielen Tipps geben Ihnen Sicherheit im Umgang mit dem Neugeborenen.

Zahlreiche qualifizierte Kursangebote gehören zu unserem Standard. Wir entwickeln ständig neue Kurse, die sich an Ihren Ideen und Anregungen orientieren. Persönlicher Kontakt, Gespräche und die individuelle Beratung sind ein besonderes Merkmal unserer Elternschule: Sie stehen bei uns im Mittelpunkt!

Wir freuen uns auf die persönliche Begegnung mit Ihnen!

Ihre Elternschule Josefine in Wipperfürth

> HÄUFIGE FRAGEN ZU GEBURTsvORBEREITUNGSKURSEN

Mit wem?

Ein Geburtvorbereitungskurs 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 Geburtvorbereitungskurs 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 Geburtvorbereitungskursen (etwa Yoga) bietet sich auch ein früherer Start an. Melden Sie sich rechtzeitig an, am besten zwischen der 10. und der 20. Woche. Viele Geburtvorbereitungskurse sind frühzeitig ausgebucht.

Wer zahlt?

Von der gesetzlichen Krankenkasse werden derzeit bis zu 14 Stunden für Geburtvorbereitung 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 Geburtvorbereitung 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.



©Monkey Business Images / shutterstock.com

> 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
Geburtvorbereitung, Wochenbettbetreuung
Hebammsprechstunde Dr. Baase, Wipperfürth

Caroline Hoormann

Telefon 0162 9392025
www.hebamme-caro.de, Schwangerschaftsvorsorge, Wochenbettbetreuung

Nina Lobbe

(Wipperfürth & Umgebung)
Telefon 0152 31924816
Wochenbettbetreuung, Schwangerschaftsbegleitung

Sandra Petschulat

Telefon 02353 6699933
Schwangerschafts- und Wochenbettbetreuung

Nicole Reichmann

Telefon 02266 465090
Wochenbettbetreuung, Schwangerschaft, Schwangerschaftsbeschwerden

Mariett Reindl

Telefon 02269 7655
Wochenbettbetreuung

Annika Renfordt

Telefon 0175 5212535
Geburtvorbereitung, Wochenbettbetreuung

> HEBAMMEN

Anna Rupricht Telefon 01573 2467753
Schwangerschaftsbegleitung, 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, Schwangerschaftsvorsorge, Geburtsvorbereitung, Wochenbettbetreuung, Rückbildungsgymnastik

Judith Kerspe Telefon 0160 94637682
Beratung und Hilfe bei Schwangerenbeschwerden, Schwangerenvorsorge, Wochenbettbetreuung

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

Kathrin Backmann | Franziska Ajez
Hebammenpraxis WesenTLich
info@wesentlich-hueckeswagen.de
Hebammenbetreuung, Stillberatung, Kurse, Lasertherapie

Nicole Speer „Die kleine Wiege“
Telefon 02267 87616, www.diekleinewiege.de
Hilfe bei Schwangerschaftsbeschwerden, Risikobetreuung, Vorsorge, Geburtsvorbereitung, Wochenbettbetreuung, Rückbildungsgymnastik, Hilfe bei unerfülltem Kinderwunsch, Gesundheitskurse / Workshops

Saskia Weickert Telefon 0176 23114238
Vorsorge, Geburtsvorbereitung, Wochenbett, Fußreflexzonentherapie, Bachblütentherapie, Rückbildungsgymnastik

> HEBAMMEN

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.
Mail: gm-kreisssaal-sprechstunde@helios-gesundheit.de

Die Sprechstunde findet donnerstags von 13:00 bis 16:00 Uhr statt.

> BERATUNGSANGEBOTE FÜR ELTERN

Wochenbettprechstunde

Sie haben keine Hebammie 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 Wochenbettprechstunde 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 Versichertenkarte bereit.

Weitere Informationen/Terminvereinbarung bei

Caroline Hoermann

Hebamme, Trageberaterin

Telefon 0162 9392025

Trageberatung

„Getragen zu werden ist mit das größte Bedürfnis eines Babys nach der Geburt. Es ist von Natur aus ein Tragling.“

Autor unbekannt

Durch das Tragen geben wir dem Kind Nähe und Sicherheit, fördern die Bindung zwischen uns und dem Kind und bietet ihm die Möglichkeit zur Ruhe zu kommen. Bei einer Trageberatung wird gezeigt, wie Sie ein Tuch richtig binden, festziehen und worauf Sie bezüglich Haltung und Stützung des Kindes achten müssen.

Es werden ausgewählte Bindeweisen erklärt und gemeinsam mit Ihnen geübt, bis Sie sich sicher im Umgang mit dem Tragetuch fühlen. Dafür steht eine breite Palette an empfehlenswerten Tragetüchern und sonstigen Tragehilfen unterschiedlicher Hersteller zur Verfügung, die Sie in Ruhe anschauen und ausprobieren können.

Weitere Informationen/Terminvereinbarung bei

Caroline Hoermann

Hebamme, Trageberaterin

Telefon 0162 9392025

> 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, Familienkinderkrankenschwester, Telefon 0157 55134929

Psychologische Beratungsstelle Herbstmühle



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

Herbstmühle 3

51688 Wipperfürth

Telefon 02267 3034

Telefax 02267 5885

herbstmuehle@beratung-in-wipperfuerth.de

www.beratung-in-wipperfuerth.de

> VOR DER GEBURT

Führung durch die geburtshilfliche Abteilung der Helios Klinik Wipperfürth

Ein Kind kommt.



Chefarztin

Dr. med. Cornelia Leißner

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 Chefarztin Dr. Cornelia Leißner 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.

Referenten Dr. med. Cornelia Leißner, Chefarztin der Geburtshilfe und ihr Team;

Caroline Hoermann, Hebamme, Leiterin der Elternschule Josefine

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

gebührenfrei | Seminarumfang 1 x = 2 UStd.

So 18.01.2026 | 14.00–15.30 Uhr

Veranstaltungs-Nr.: 2672650001

So 17.05.2026 | 14.00–15.30 Uhr

Veranstaltungs-Nr.: 2672650015

So 08.02.2026 | 14.00–15.30 Uhr

Veranstaltungs-Nr.: 2672650012

So 21.06.2026 | 14.00–15.30 Uhr

Veranstaltungs-Nr.: 2672650016

So 15.03.2026 | 14.00–15.30 Uhr

Veranstaltungs-Nr.: 2672650013

So 12.07.2026 | 14.00–15.30 Uhr

Veranstaltungs-Nr.: 2672650017

So 19.04.2026 | 14.00–15.30 Uhr

Veranstaltungs-Nr.: 2672650014

So 23.08.2026 | 14.00–15.30 Uhr

Veranstaltungs-Nr.: 2672650018

> VOR DER GEBURT

Geburtsvorbereitung für Paare am Wochenende

Dieser Kurs bietet Paaren die Möglichkeit, sich gemeinsam auf die Geburt und das Elternsein einzustimmen. Inhalte sind der Geburtsverlauf, Gebährhaltungen, Atem- und Entspannungsübungen sowie Gymnastik zur Stärkung des Körpervertrauens. Weitere Themen: Säuglingspflege, Ernährung, Wochenbett und die Vorbereitung auf das Leben mit dem Neugeborenen. Für den Partner entsteht eine Kursgebühr, die ggf. bei Ihrer Krankenkasse eingereicht werden kann und bei der Hebamme zusätzlich zu entrichten ist. Bitte bringen sie ihre Versicherungskarte mit.

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

Seminarumfang 2 x = 14 UStd. (Kurse von Saskia Weickert), 1 x = 8 UE (Kurse von Stefanie Steinhaus)

Sa 17.01.2026 | 09.00–15.00 Uhr

Stefanie Steinhaus, Hebamme

Veranstaltungs-Nr.: 2672650002

Sa 21.02.–22.02.2026 | 10.00–15.00 Uhr

Saskia Weickert, Hebamme

Veranstaltungs-Nr. 2672650049

Sa 14.03.2026 | 09.00–15.00 Uhr

Stefanie Steinhaus, Hebamme

Veranstaltungs-Nr.: 2672650003

Sa 18.04.–19.04.2026 | 10.00–15.00 Uhr

Saskia Weickert, Hebamme

Veranstaltungs-Nr. 2672650050

Sa 09.05.2026 | 09.00–15.00 Uhr

Stefanie Steinhaus, Hebamme

Veranstaltungs-Nr.: 2672650004

Sa 13.06.–14.06.2026 | 10.00–15.00 Uhr

Saskia Weickert, Hebamme

Veranstaltungs-Nr. 2672650051

Sa 11.07.2026 | 09.00–15.00 Uhr

Stefanie Steinhaus, Hebamme

Veranstaltungs-Nr.: 2672650005

> VOR DER GEBURT

Yoga in der Schwangerschaft

Schwangerschaft und Geburt sind tiefgreifende Erfahrungen – körperlich wie seelisch. Dieses Seminar bietet werdenden Müttern eine bewusste Auszeit, um Kraft zu tanken, sich zu entspannen und die Verbindung zum Baby zu stärken.

Gezielte Atem- und Körperübungen lindern typische Beschwerden wie Rückenschmerzen und Verstreckungen, stärken die Muskulatur und bereiten optimal auf die Geburt vor. Tiefenentspannung hilft, Ängste abzubauen und innere Ruhe zu finden.

Der Einstieg ist jederzeit während der Schwangerschaft möglich. Bitte klären Sie vorab mit Ihrer Ärztin, Ihrem Arzt oder Ihrer Hebamme, ob Yoga für Sie geeignet ist. Vorkenntnisse sind nicht erforderlich.

Persönliche Beratung bei Petra Jabs Telefon 02266 2724 oder per E-Mail an jabs.lindlar@t-online.de

Referentin Petra Jabs, Yogalehrerin BDY/EU, Ayurveda Ernährungs- und Gesundheitsberaterin

Ort jeweils Kath. Familienbildungsstätte Wipperfürth | Klosterplatz 2 | 51688 Wipperfürth

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

Fr 16.01.–06.02.2026 | 17.00–18.30 Uhr

Teilnahme-Gebühr 40,00€

Seminarumfang 4 x = 8 UE

Veranstaltungs-Nr.: 2672650008

Fr 17.04.–08.05.2026 | 17.00–18.30 Uhr

Teilnahme-Gebühr 30,00€

Seminarumfang 3 x = 6 UE

Veranstaltungs-Nr.: 2672650010

Fr 20.02.–27.03. | 17.00–18.30 Uhr

Teilnahme-Gebühr 60,00€

Seminarumfang 6 x = 12 UE

Veranstaltungs-Nr.: 2672650009

Fr 12.06.–10.07.2026 | 17.00–18.30 Uhr

Teilnahme-Gebühr 50,00€

Seminarumfang 5 x = 10 UE

Veranstaltungs-Nr.: 2672650011

> LEBEN MIT DEM NEUGEBORENEN

Rückbildungsyoga mit Baby

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.

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).

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

Di 13.01.–17.03.2026 | 09.30–11.00 Uhr

Andrea Höffgen, Yogalehrerin, Weiterbildung

Prä- und Postpartal-Yoga

Teilnahme-Gebühr 120,00€

Seminarumfang 10 x = 20 UE

Ort: Helios Klinik, Elternschule Josefine

Alte Kölner Straße 9 | 51688 Wipperfürth

Veranstaltungs-Nr.: 2672650047

Di 14.04.–23.06.2026 | 09.30–11.00 Uhr

Andrea Höffgen, Yogalehrerin, Weiterbildung

Prä- und Postpartal-Yoga

Teilnahme-Gebühr 120,00€

Seminarumfang 10 x = 20 UE

Ort: Helios Klinik, Elternschule Josefine

Alte Kölner Straße 9 | 51688 Wipperfürth

Veranstaltungs-Nr.: 2672650048

> LEBEN MIT DEM NEUGEBORENEN

Elternzeit und Elterngeld

Online-Infoveranstaltung für (werdende) Eltern und Interessierte

Der Informationsabend bietet werdenden Eltern einen verständlichen Überblick über finanzielle Hilfen und rechtliche Regelungen rund um Schwangerschaft und Familie. Die Referentin erklärt praxisnah:

- Mutterschutzfristen und Leistungen
- Elterngeld (Basiselterngeld & ElterngeldPlus)
- Partnerschaftsbonusmonate
- Elternzeit und Teilzeitregelungen

Dabei werden häufige Fragen zu Anträgen, Fristen und Voraussetzungen beantwortet.

Auch aktuelle Änderungen wie die neue Einkommensgrenze (175.000 € ab April 2025) und die vereinfachte Elternzeitanmeldung per E-Mail werden erläutert.

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

Mo 16.03.2026 | 18.00–20.15 Uhr

Verena Dias, Diplom-Kauffrau

Teilnahme-Gebühr 15,00 €

Seminarumfang 1 x = 3 UE

Ort: Digital

Veranstaltungs-Nr.: 2672610002



©fizkes / shutterstock.com

> 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 19.03.2026 | 18.00–20.30 Uhr

Mitarbeiter vom Deutschen Roten Kreuz

Teilnahme-Gebühr 30,00 €

Seminarumfang 1 x = 3 UE

Ort: Kath. Familienbildungsstätte Wipperfürth
Klosterplatz 2 | 51688 Wipperfürth

Veranstaltungs-Nr.: 2672660013

Do 25.06.2026 | 18.00–20.30 Uhr

Mitarbeiter vom Deutschen Roten Kreuz

Teilnahme-Gebühr 30,00 €

Seminarumfang 1 x = 3 UE

Ort: Kath. Familienbildungsstätte Wipperfürth
Klosterplatz 2 | 51688 Wipperfürth

Veranstaltungs-Nr.: 2672660014

Gutschein für Neugeborene

Ein Kind wird geboren!

In der Helios Klinik Wipperfürth erhalten Neugeborene einen Gutschein über 5,00 €. Der Gutschein kann bei Buchung der Kurse „Erste Hilfe bei Notfällen im Säuglings- und Kleinkindalter“ im Haus der Familie eingelöst werden.

> LEBEN MIT DEM NEUGEBORENEN

Stillcafe: Treffpunkt in der Elternschule

Für Eltern mit Babys von 8–18 Monate

Die ersten Wochen mit einem Baby bringen viele Fragen mit sich – besonders rund um das Thema Ernährung. In unserem Stillcafé finden Sie Raum für Austausch, Unterstützung und fachkundige Begleitung. Gemeinsam mit anderen Eltern und unserem erfahrenen Dozententeam besprechen wir Themen wie:

- Reicht ausschließliches Stillen aus?
- Was tun bei Stillproblemen?
- Welche Alternativen gibt es, wenn ich nicht stillen möchte?
- Wann und wie beginne ich mit Beikost?
- Wo finde ich weiterführende Hilfe?

Dozentinnen

Caroline Hoormann, Hebammme, Leiterin der Elternschule Josefine
 Martina Cronenberg, Kinderkrankenschwester
 Andrea Krabsch, Physiotherapeutin
 Veronika Kremer-Kuhlmann, Hebammme, Gesundheits- u. Krankenpflegerin
 Fiona Harwood, Dozentin
 Esther Bökenkamp, Dozentin

Teilnahme-Gebühr

18,00 € (bei 3 x = 9 UStd.), 24,00 € (bei 4 x = 12 UStd.), 30,00 € (bei 5 x = 15 UStd.)

Ort

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

> LEBEN MIT DEM NEUGEBORENEN

Stillcafé: Treffpunkt in der Elternschule

Für Eltern mit Babys von 0 bis 7 Monaten

Mi 07.–28.01.2026 | 09.30–11.45 Uhr(4x)
Veranstaltungs-Nr.: 2672650035

Mi 04.–25.02.2026 | 09.30–11.45 Uhr(4x)
Veranstaltungs-Nr.: 2672650036

Mi 04.–25.03.2026 | 09.30–11.45 Uhr(4x)
Veranstaltungs-Nr.: 2672650037

Mi 01.–29.04.2026 | 09.30–11.45 Uhr(5x)
Veranstaltungs-Nr.: 2672650038

Mi 06.–27.05.2026 | 09.30–11.45 Uhr(4x)
Veranstaltungs-Nr.: 2672650039

Mi 03.–24.06.2026 | 09.30–11.45 Uhr(4x)
Veranstaltungs-Nr.: 2672650040

Mi 01.–29.07.2026 | 09.30–11.45 Uhr(5x)
Veranstaltungs-Nr.: 2672650041

Mi 05.–26.08.2026 | 09.30–11.45 Uhr(4x)
Veranstaltungs-Nr.: 2672650042

Mo 05.–26.01.2026 | 09.30–11.45 Uhr(4x)
Veranstaltungs-Nr.: 2672650023

Mo 02.–23.02.2026 | 09.30–11.45 Uhr(3x)
Veranstaltungs-Nr.: 2672650024

Mo 02.–30.03.2026 | 09.30–11.45 Uhr(5x)
Veranstaltungs-Nr.: 2672650025

Mo 13.–27.04.2026 | 09.30–11.45 Uhr(3x)
Veranstaltungs-Nr.: 2672650026

Mo 04.–18.05.2026 | 09.30–11.45 Uhr(3x)
Veranstaltungs-Nr.: 2672650027

Mo 01.–29.06.2026 | 09.30–11.45 Uhr(5x)
Veranstaltungs-Nr.: 2672650028

Mo 06.–27.07.2026 | 09.30–11.45 Uhr(4x)
Veranstaltungs-Nr.: 2672650029

Mo 03.–31.08.2026 | 09.30–11.45 Uhr(5x)
Veranstaltungs-Nr.: 2672650030

> ELTERNSEIN UND ERZIEHUNG

Baby- und Kleinkindschwimmen

Schon im Mutterleib ist Wasser ein vertrautes Element. Beim Babyschwimmen erleben Kinder gemeinsam mit ihren Eltern die Freude an Bewegung im Wasser – und profitieren dabei auf vielfältige Weise:

- Förderung der motorischen, geistigen und emotionalen Entwicklung
- Verbesserung von Beweglichkeit, Gleichgewicht und Koordination
- Stärkung des Selbstvertrauens und der Eltern-Kind-Bindung

In kleinen, altersgerechten Gruppen lernen Babys und Kleinkinder mit Unterstützung ihrer Eltern, sich sicher im Wasser zu bewegen. Spielerische Übungen und verschiedene Materialien machen das Wasser zum Erlebnis- und Lernraum.

*Aus hygienischen Gründen sollten die Kinder beim Schwimmen spezielle Windelbadehosen tragen.
Der Eintritt ins Schwimmbad ist im Kurspreis nicht enthalten.*

Referentinnenteam

Yvonne Raffelsieper, Kinderkrankenschwester
 Anja Herforth-Müller, Familienkinderkrankenschwester
 Bettina Bremer, Hebammme
 Michaela Promberger, Gesundheits- und Krankenpflegerin
 Heike Dreiner, Übungsleiterin

Ort

Walter-Leo-Schmitz-Bad
 Ostlandstr.32 | 51688 Wipperfürth

Teilnahme-Gebühr

jeweils 60,00 € + Eintritt ins Schwimmbad

Seminarumfang

jeweils 10 x = 10 UStd

> ELTERNSEIN UND ERZIEHUNG

Für Familien mit Babys von 6–12 Monaten

Do 15.01.–26.03.2026 | 08.30–09.15 Uhr
 Veranstaltungs-Nr.: 2672620004

Für Familien mit Babys von 12–18 Monaten

Do 15.01.–26.03.2026 | 09.15–10.00 Uhr
 Veranstaltungs-Nr.: 2672620005

Für Familien mit Babys von 6–12 Monaten

Do 15.01.–26.03.2026 | 10.00–10.45 Uhr
 Veranstaltungs-Nr.: 2672620006

Für Familien mit Babys von 10–18 Monaten

Do 15.01.–26.03.2026 | 10.45–11.30 Uhr
 Veranstaltungs-Nr.: 2672620007

Für Familien mit Babys von 4–6 Monaten

Do 15.01.–26.03.2026 | 11.30–12.15 Uhr
 Veranstaltungs-Nr.: 2672620008

Für Familien mit Babys von 6–12 Monaten

Do 16.04.–02.07.2026 | 08.30–09.15 Uhr
 Veranstaltungs-Nr.: 2672620009

Für Familien mit Babys von 12–18 Monaten

Do 16.04.–02.07.2026 | 09.15–10.00 Uhr
 Veranstaltungs-Nr.: 2672620010

Für Familien mit Babys von 6–12 Monaten

Do 16.04.–02.07.2026 | 10.00–10.45 Uhr
 Veranstaltungs-Nr.: 2672620011

Für Familien mit Babys von 12–18 Monaten

Do 16.04.–02.07.2026 | 10.45–11.30 Uhr
 Veranstaltungs-Nr.: 2672620012

Für Familien mit Babys von 4–6 Monaten

Do 16.04.–02.07.2026 | 11.30–12.15 Uhr
 Veranstaltungs-Nr.: 2672620013



> ELTERNSEIN UND ERZIEHUNG

Vom Müssen zum Wollen

Wenn du als Elternteil das Gefühl hast, nur noch zu funktionieren

Das Gefühl von Fremdbestimmtheit und zu wenig Platz für Selbstfürsorge kann dich und auch die Beziehung zu deinem Kind stark belasten. Inke Hummel zeigt dir in ihrem Vortrag, was du für mehr Selbstbestimmung und Selbstfürsorge sowie gegen Frustration, Kraftlosigkeit und negative Erwartungen tun kannst – dein Weg in einen leichteren Familienalltag, der Spaß macht und nicht nur aus bloßem Funktionieren und ständigen Machtkämpfen besteht!

Inke Hummel ist Pädagogin, Familienberaterin und SPIEGEL-Bestseller-Autorin.

Mehr Infos zur Referentin finden Sie hier: www.inkehummel.de

Di 03.03.2026 | 19.30 – 21.00 Uhr



Inke Hummel, Pädagogin, Autorin
Teilnahme-Gebühr 10,00 €
Seminarumfang 1 x = 2 UE
Ort: Digital

Veranstaltungs-Nr.: 2672610001



©Eviart / shutterstock.com

> ELTERNSEIN UND ERZIEHUNG

Starke Eltern – Starke Kinder®

Ein Elternkurs, der stärkt und inspiriert – teils online, teils in Präsenz.

Elternsein ist wunderbar – und manchmal herausfordernd. Unser Kurs „Starke Eltern – Starke Kinder®“ des Deutschen Kinderschutzbundes stärkt Sie in Ihrer Rolle und gibt praktische Impulse für den Alltag. In einer offenen Atmosphäre tauschen Sie sich mit anderen Eltern aus, entdecken Ihre Stärken und erhalten konkrete Anregungen für eine gelingende Erziehung.

Ihre Kursziele

- Mehr Klarheit und Gelassenheit
- Stärkung des Selbstvertrauens
- Bessere Kommunikation
- Neue Wege zur Konfliktlösung

Kursinhalte

- Was ist mir wichtig in der Erziehung?
- Selbstwertgefühl des Kindes stärken
- Umgang mit Stress und Konflikten
- Liebevolle, klare Begleitung

Für alle Eltern, die sich mehr Sicherheit, Austausch und Freude im Familienleben wünschen – unabhängig von Alter, Herkunft oder Familienform.

Wir möchten, dass alle teilnehmen können!
Informieren Sie sich über unsere Ermäßigungsmöglichkeiten – sprechen Sie uns einfach an.

Do 05.03., 12.03., 07.05.2026

(im Haus der Familie)

Do 19.03., 26.03., 16.04., 23.04., 30.04.2026

(Digital in Zoom)

Jeweils | 19.00 – 21.15 Uhr

Gerit Schrader, Kinder-, Jugend- und Familienberaterin

Teilnahme-Gebühr 96,00 €

Seminarumfang 8 x = 24 UE

Veranstaltungs-Nr.: 2672610003

> ELTERNSEIN UND ERZIEHUNG

Einführung in die gewaltfreie Kommunikation (GfK)

Fühlst du dich manchmal missverstanden oder kosten dich Konflikte viel Energie? In diesem Kurs lernst du, Konflikte klar und einfühlsam zu klären – mit der Gewaltfreien Kommunikation (GfK) nach Marshall Rosenberg. Du entdeckst, wie deine Gefühle und Bedürfnisse deine Gespräche beeinflussen und wie Empathie Verbindung schaffen kann – zu dir selbst und zu anderen. Durch Austausch und kleine Übungen gewinnst du Sicherheit in wertschätzender Kommunikation. Im Anschluss hast du die Möglichkeit, das Gelernte in einer Übungsgruppe weiter zu vertiefen und im Alltag lebendig werden zu lassen. Die Übungsgruppe stellt daher eine wertvolle Ergänzung zum Einführungskurs dar.

Di 27.01.2026 | 19.00 – 21:15 Uhr

Sa 31.01.2026 | 09.30 – 17.00 Uhr

Di 10.02.2026 | 19.00 – 21.15 Uhr

Andrea Sosna, GfK Trainerin, Gymnasiallehrerin

Teilnahme-Gebühr 49,00 €

Seminarumfang 3 x = 14 UE

Ort: Kath. Familienbildungsstätte Wipperfürth

Klosterplatz 2 | 51688 Wipperfürth

Veranstaltungs-Nr.: 2672610006

Gewaltfreie Kommunikation konkret: Übungsreihe

Die GfK-Übungsgruppe richtet sich an Interessierte, die bereits über erste Erfahrungen mit der Gewaltfreien Kommunikation verfügen und diese in einer Gruppe weiter üben und vertiefen möchten. Neben einzelnen Übungen, die je nach Bedarf der Gruppe ausgewählt werden, bietet die Gruppe Raum, eigene Situationen und Konflikte einzubringen und mithilfe der GfK zu bearbeiten und zu klären. Voraussetzung ist, dass Sie erste Kenntnisse in der GfK haben.

Referentin Andrea Sosna, GfK Trainerin, Gymnasiallehrerin

Ort Kath. Familienbildungsstätte Wipperfürth
Klosterplatz 2 | 51688 Wipperfürth

Di 13.01. – 24.03.2026 | 19.00 – 21.15 Uhr

Teilnahme-Gebühr 72,00 €

Seminarumfang 4 x = 12 UE

Veranstaltungs-Nr.: 2672610004

Di 28.04. – 30.06.2026 | 19.00 – 21.15 Uhr

Teilnahme-Gebühr 90,00 €

Seminarumfang 5 x = 15 UE

Veranstaltungs-Nr.: 2672610005

> ELTERNSEIN UND ERZIEHUNG

Vertiefung der gewaltfreien Kommunikation (GfK)

Der GfK-Vertiefungstag richtet sich an alle mit Grundkenntnissen in der Gewaltfreien Kommunikation (GfK), die diese durch Übungen und Rollenspiele erweitern möchten. Wir werden vertiefen, wie GfK im Alltag angewendet wird, um mehr Klarheit und Gelassenheit zu erreichen.

Schwerpunkte

- Stärkung der Beobachtungsfähigkeit und Bewusstsein für Bewertungen.
- Souveränität in Konflikten durch das Hören ohne persönliche Interpretation.
- Wertschätzendes „Nein“ sagen und Ausdruck von Lob oder Bedauern.
- Empathisches und entschlossenes Reagieren auf andere

**Di 13.01., Di 24.02., Di 10.03., Di 24.03.
jeweils 19.00 – 21.15 Uhr**

Andrea Sosna, GfK Trainerin, Gymnasiallehrerin
Teilnahme-Gebühr 28,00 €

Seminarumfang 1 x = 8 UE

Ort: Kath. Familienbildungsstätte Wipperfürth
Klosterplatz 2 | 51688 Wipperfürth

Veranstaltungs-Nr.: 2672610007



© Sosna

> ELTERNSEIN UND ERZIEHUNG

Getrennt leben, gemeinsam erziehen

Ein Online-Abend für getrennt lebende Eltern

Eine Trennung verändert vieles – aber nicht die gemeinsame Verantwortung für die Kinder. Wie kann es gelingen, trotz unterschiedlicher Lebenswege eine respektvolle und kooperative Elternschaft zu gestalten?

In dieser Online-Veranstaltung erhalten Sie wertvolle Impulse und praxisnahe Strategien, um die Erziehungsaufgabe gemeinsam zu meistern. Wir zeigen Wege, wie Kommunikation ohne Konfliktspirale gelingt, wie die Bedürfnisse der Kinder im Mittelpunkt bleiben und wie tragfähige Absprachen entstehen können.

Themen des Abends

- Kommunikation ohne Streit
- Bedürfnisse der Kinder verstehen und berücksichtigen
- Verlässliche Absprachen treffen
- Neben fachlichen Inputs bietet der Abend Raum für Austausch und konkrete Tipps, die Ihre Handlungskompetenz stärken. Für ein Miteinander, das den Kindern gut tut – und Ihnen selbst auch.

Di 24.02.2026 | 20.00–21.30 Uhr

Gerit Schrader, Kinder-, Jugend- und Familienberaterin
Teilnahme-Gebühr 8,00 €

Seminarumfang 1 x = 2 UE
Ort: Digital

Veranstaltungs-Nr.: 2672610010



©CroyMary/shutterstock.com

> ELTERNSEIN UND ERZIEHUNG

Chill mal Papa!

Väterabend zur Pubertät (nicht nur für Väter)

Am Ende der Geduld ist noch viel Pubertät übrig.

Wer hat Teenager in der Pubertät? Wer war selbst mal Teenager in der Pubertät? Und wer ist der Meinung, dass sich der Mann immer noch in der Pubertät befindet?

Der ist bei Matthias Jung, Deutschlands lustigstem Jugendexperten und SPIEGEL Bestseller Autor richtig. Wer Kinder in der Pubertät hat, der kennt die hitzigen Diskussionen über Schule, unaufgeräumte Zimmer und Helfen im Haushalt. Der weiß auch: WhatsApp ist überlebenswichtig – und Hygiene oft überschätzt. Jedenfalls aus der Sicht der Teenager. Als Eltern muss man lernen loszulassen. Am liebsten die Kreditkarte.

Also keine Sorge: Diplom Pädagoge, Autor und Pubertätsexperte Matthias Jung liefert Antworten auf Fragen, die Eltern bewegen. Eine einzigartige Mischung aus Sachverstand und Humor, faktenreich und äußerst unterhaltsam. Der lustigste Gedulds-Leidfaden: Nah am Alltag! Nah an den Eltern! Nah am Abenteuer Pubertät!!

Fr 06.03.2026 | 19.30–21.45 Uhr

Matthias Jung, Diplom-Pädagoge, Buchautor und Pubertätsexperte
Teilnahme-Gebühr 15,00 €
Seminarumfang 1 x = 3 UE
Ort: Kath. Familienbildungsstätte Wipperfürth
Klosterplatz 2 | 51688 Wipperfürth

Veranstaltungs-Nr.: 2672610008



©Christoph Hirse

> ELTERNSEIN UND ERZIEHUNG

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. Ihr erfahrt 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.

Nach Absolvierung aller Kurstermine und der Hospitation wird ein Zertifikat ausgestellt. Minderjährige Kursteilnehmende brauchen eine Einverständniserklärung Ihrer Eltern. Der Besuch eines Erste-Hilfe-Kurs vor Aufnahme der Babysittertätigkeit wird empfohlen.

**Mo 12.01., 19.01., 26.01., 02.02.,
09.02.2026 17.00 – 20.15 Uhr**

Iris Anand, Erzieherin
Merle Wieschhoff, Kommunikationstrainerin

Teilnahme-Gebühr 60,00 €

Seminarumfang 5 x = 20 UE

Ort: Kath. Familienbildungsstätte Wipperfürth
Klosterplatz 2 | 51688 Wipperfürth

Veranstaltungs-Nr.: 2672250014



© Vasily Koval / shutterstock.com

> 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 07.01. – 16.12.2026 | 15.00 – 18.00 Uhr

Sabine Bülow-Quabach, Erzieherin
gebührenfrei

Ort: Kath. Familienbildungsstätte Wipperfürth
Klosterplatz 2 | 51688 Wipperfürth

Veranstaltungs-Nr.: 2672000015



© Durker



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 ist ein Kurs „Das erste Lebensjahr“ geplant.

Bitte erkundigen Sie sich im Büro der Familienbildungsstätte nach den aktuellen Kursterminen.



> ELTERNSEIN UND ERZIEHUNG

Das erste, zweite und dritte Lebensjahr
Eltern-Kind-Kurse nach Emmi Pikler



Diese Kurse orientieren sich am pädagogischen Ansatz von **Emmi Pikler (1902–1984)** und verbinden frühkindliche Bildung mit Elternbildung.

Pikler bedeutet:

- Das Kind als eigenständige Person achten.
- Es liebevoll und aufmerksam versorgen.
- Verständigung von Anfang an.
- Eine anregende Umgebung für Bewegung und Spiel schaffen.
- Ungestörtes, selbstständiges Handeln ermöglichen.
- Zeit für Entwicklung im eigenen Rhythmus geben.

Im Kurs:

- Spielumgebung mit Pikler-Elementen, abgestimmt auf die Entwicklungsphase der Kinder
- Eltern beobachten, erhalten Informationen und Austausch.
- Gemeinsames Singen von Wiegen- und Kinderliedern.
- Elternabende nach Absprache.

Das Kind möchte:

- Spielen, entdecken, ausprobieren.
- Mit anderen Kindern zusammen sein.

Die Eltern möchten:

- Zeit zum Atemholen und Zuschauen.
- Austausch mit anderen Eltern und Infos zur Entwicklung.

Gemeinsam:

- Zusammen sein, sich wohlfühlen, singen und spielen.

Die Kursleitungen haben eine Fortbildung absolviert, die das Bildungswerk der Erzdiözese Köln e.V. in Kooperation mit der Pikler® Gesellschaft Berlin e.V. durchführt.

> ELTERNSEIN UND ERZIEHUNG

Das erste, zweite und dritte Lebensjahr
Eltern-Kind-Kurse nach Emmi Pikler



Für Eltern mit Ihren 1–4 / 2025 geborenen Kindern

Fr 16.01.–03.07.2026 | 10.30–12.00 Uhr

Annegret Schuster, Erzieherin

Teilnahme-Gebühr 114,00 €

Seminarumfang 20 x = 41 UE

Ort: Kath. Familienbildungsstätte Wipperfürth
Klosterplatz 2 | 51688 Wipperfürth

Veranstaltungs-Nr.: 2672620022

Für Eltern mit Ihren 1–3 / 2024 geborenen Kindern

Fr 16.01.–03.07.2026 | 08.45–10.15 Uhr

Annegret Schuster, Erzieherin

Teilnahme-Gebühr 123,00 €

Seminarumfang 20 x = 41 UE

Ort: Kath. Familienbildungsstätte Wipperfürth
Klosterplatz 2 | 51688 Wipperfürth

Veranstaltungs-Nr.: 2672620021



© Bechtloff

> ELTERNSEIN UND ERZIEHUNG

Eltern-Kind-Kurse

Kinderzeit Spielen, entdecken und erforschen, Freunde finden **Elternzeit** Sich informieren und austauschen, beobachten **Gemeinsame Zeit** Singen, spielen, miteinander kreativ sein

Ort Kath. Familienbildungsstätte Wipperfürth | Klosterplatz 2 | 51688 Wipperfürth

Teilnahme-Gebühren 141,-€ bei 47UE | 135,-€ bei 45UE | 123,-€ bei 41UE | 105,-€ bei 35UE

Für Eltern mit Ihren 6 – 8/2025 geborenen Kindern

Di 13.01.–30.06.2026 | 08.45–10.15 Uhr

Stefanie Krieger, Lizensierte Musikgärtnerin

Seminarumfang 22 x = 45 UE

Veranstaltungs-Nr.: 2672620014

Für Eltern mit Ihren 1 – 12/2024 geborenen Kindern

Di 13.01.–30.06.2026 | 10.30–12.00 Uhr

Stefanie Krieger, Lizensierte Musikgärtnerin

Seminarumfang 22 x = 45 UE

Veranstaltungs-Nr.: 2672620015

Für Eltern mit Ihren 3 – 5/2024 geborenen Kindern

Mi 14.01.–24.06.2026 | 08.45–10.15 Uhr

Fiona Harwood, Eltern-Kind-Kursleiterin

Seminarumfang 23 x = 47 UE

Veranstaltungs-Nr.: 2672620054

Für Eltern mit Ihren 11/2024 – 1/2025 geborenen Kindern

Do 15.01.–25.06.2026 | 08.45–10.15 Uhr

Fiona Harwood, Eltern-Kind-Kursleiterin

Seminarumfang 20 x = 41 UE

Veranstaltungs-Nr.: 2672620039

Für Eltern mit Ihren 1 – 4/2025 geborenen Kindern

Fr 23.01.–26.06.2026 | 10.30–12.00 Uhr

Yvonne Raffelsieper, Kinderkrankenschwester

Seminarumfang 17 x = 35 UE

Veranstaltungs-Nr.: 2672620041

> 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.

Ort Kath. Familienbildungsstätte Wipperfürth | Klosterplatz 2 | 51688 Wipperfürth

Für Eltern mit ihren 3 – 4jährigen Kindern

Di 24.02.–12.05.2026 | 14.30–16.00 Uhr

Heike Dreiner, Übungsleiterin

Teilnahme-Gebühr 60,00€

1 Erwachsener + 1 Kind. Weitere Personen + 50%

Seminarumfang 10 x = 20 UE

Veranstaltungs-Nr.: 2672620016

Für Eltern mit ihren 2 – 3jährigen Kindern

Di 24.02.–12.05.2026 | 16.00–17.30 Uhr

Heike Dreiner, Übungsleiterin

Teilnahme-Gebühr 60,00€

1 Erwachsener + 1 Kind. Weitere Personen + 50%

Seminarumfang 10 x = 20 UE

Veranstaltungs-Nr.: 2672620017

Für Eltern mit ihren 1 – 3jährigen Kindern

Fr 23.01.–26.06.2026 | 08.45–10.15 Uhr

Yvonne Raffelsieper, Kinderkrankenschwester

Teilnahme-Gebühr 96,00€

1 Erwachsener + 1 Kind. Weitere Personen + 50%

Seminarumfang 16 x = 32 UE

Veranstaltungs-Nr.: 2672620040

Für Eltern mit ihren 1 – 3jährigen Kindern

Mi 21.01.–24.06.2026 | 14.45–16.15 Uhr

Janina Fuchs, Erzieherin

Teilnahme-Gebühr 114,00€

1 Erwachsener + 1 Kind. Weitere Personen + 50%

Seminarumfang 19 x = 38 UE

Veranstaltungs-Nr.: 2672620063

> MUSIZIEREN

Spielerisch musizieren

Erstes Musizieren für Eltern mit Kindern von 1 – 2 Jahren

Musik spielt eine zentrale Rolle im Leben jedes Kindes. Singen fördert die Ausdrucksfähigkeit, und Rhythmus unterstützt die Körperwahrnehmung. Die Freude an der Musik wirkt sich positiv auf alle Lebensbereiche aus. Musische Förderung im Kleinkindalter ist entscheidend für die Gesamtentwicklung eines Kindes.

Unser Kurs bietet entwicklungsgerechte Elemente und fördert das aktive Musizieren zwischen Kind und Eltern. Wir entdecken und erleben die angeborene Fähigkeit aller Kinder zum Singen und zur rhythmischen Bewegung durch alte und neue Kinderlieder, Fingerspiele und Instrumente wie Klanghölzer, Trommeln und Glöckchen. Tanzen und Körperpercussion runden das Programm ab.

Mo 12.01.–20.04.2026 | 15.30–16.15 Uhr

Katharina Taylor, Musikpädagogin M.A.

Teilnahme-Gebühr 42,00 €

Seminarumfang 12 x = 12 UE

Ort: Kath. Familienbildungsstätte Wipperfürth

Klosterplatz 2 | 51688 Wipperfürth

Veranstaltungs-Nr.: 2672620061

Mo 12.01.–20.04.2026 | 16.20–17.05 Uhr

Katharina Taylor, Musikpädagogin M.A.

Teilnahme-Gebühr 42,00 €

Seminarumfang 12 x = 12 UE

Ort: Kath. Familienbildungsstätte Wipperfürth

Klosterplatz 2 | 51688 Wipperfürth

Veranstaltungs-Nr.: 2672620062

> ELTERN – KIND – NATUR – UMWELT

Familien Mutmachtag: Starke Familien verbringen Zeit miteinander!

Für Familien mit Kindern von 3–12 Jahren

Viele Menschen wünschen sich Familie als ideale Lebensform. Und viele merken im Alltag, dass das Gelingen von Familie nicht immer so einfach funktioniert. Was kann angesichts dieser Erfahrungen Beziehungen stark machen?

Mit dem Familien Mutmachtag wollen wir Familien mit Spaß und Aktionen anleiten, ein starkes Team zu sein. In einer Art Stationenlauf lösen die einzelnen Familien gemeinsam Aufgaben. Ziel ist, die Familienmitglieder miteinander in Kontakt zu bringen und die Familienstärken praktisch erfahrbar werden zu lassen.

Bitte bringt etwas zu essen für ein gemeinsames Familien-Picknick mit.

In Zusammenarbeit mit dem Jugendamt der Hansestadt Wipperfürth

So 05.07.2026 | 11.00–15.00 Uhr

Familien Mutmachtag Team

gebührenfrei

Seminarumfang 1 x = 5 UE

Ort: Kath. Familienbildungsstätte Wipperfürth

Klosterplatz 2 | 51688 Wipperfürth

Veranstaltungs-Nr.: 2672620055



> ELTERN – KIND – NATUR – UMWELT

Vier Elemente mit allen Sinnen

Für Eltern mit ihren Kindern ab 3 Jahren

Feuer, Wasser, Erde und Luft – die vier Elemente begegnen uns jeden Tag.

In dieser Veranstaltung erforschen Kinder, Eltern und Großeltern die Elemente auf kreative und spielerische Weise mit allen Sinnen:

- Wir erleben das Feuer mit seiner Wärme und seinem Licht.
- Wir spüren und hören das Wasser – mal still, mal kraftvoll.
- Wir entdecken die Erde mit Händen, Augen und Nase.
- Wir lassen die Luft rauschen, atmen sie ein und spielen mit ihrer Leichtigkeit.

Sa 28.02.2026 | 10.00–12.15 Uhr

Petra Hölters, Naturerlebnispädagogin,

zertifizierte Phytotherapeutin

Teilnahme-Gebühr 15,00 €

1 Erwachsener + 1 Kind.

Weitere Personen + 50 %

Seminarumfang 1 x = 3 UE

Ort: Kath. Familienbildungsstätte Wipperfürth

Klosterplatz 2 | 51688 Wipperfürth

Veranstaltungs-Nr.: 2672620023

Abenteuer Malwerkstatt – Kunst mit Materialien aus der Natur

Für Eltern mit ihren Kindern ab 5 Jahren

Kommt mit auf eine kreative Reise in die bunte Welt der Natur! In unserer Malwerkstatt Natur basteln wir zunächst Pinsel aus Bogenhanf und kleinen Stöcken – echte Kunstwerke zum Malen. Danach stellen wir Tinte aus Eicheln und Walnusschalen her und fertigen Stempel aus roter Beete und Kartoffeln, mit denen wir spannende Muster gestalten. Wir lernen, wie natürliche Bindemittel funktionieren, machen fröhliche Beerenklecksbilder und gießen Wachsmalstifte aus Steinpigmenten – so entstehen kleine, einzigartige Kunstwerke, die ihr mit nach Hause nehmen könnt.

Sa 28.02.2026 | 14.30–16.45 Uhr

Petra Hölters, Naturerlebnispädagogin,

zertifizierte Phytotherapeutin

Teilnahme-Gebühr 19,00 € inkl. 4,00 € Umlage

1 Erwachsener + 1 Kind.

Weitere Personen + 50 %

Seminarumfang 1 x = 3 UE

Ort: Kath. Familienbildungsstätte Wipperfürth

Klosterplatz 2 | 51688 Wipperfürth

Veranstaltungs-Nr.: 2672620024

> ELTERN – KIND – NATUR – UMWELT

Sandküche

Ferienangebot für Eltern mit ihren Kindern zwischen 1,5 und 10 Jahren

Für die Kinder ist ein ansprechender Raum vorbereitet: Sand in Schüsseln und Gefäßen sowie viele Materialien wie Siebe, Löffel, Kellen, Milchkännchen und Trichter laden zum Ausprobieren ein.

Die Kinder entdecken die vielfältigen Möglichkeiten des fein rieselnden Sandes, experimentieren und vertiefen sich ins Spiel – ganz ohne Anleitung.

Die Eltern können in entspannter Atmosphäre zusehen und staunen, wie lange und konzentriert ihre Kinder spielen. Neben der Sandküche steht die Turnhalle mit vielen Bewegungselementen bereit, sodass Spiel und Bewegungsfreude ideal verbunden werden.

Die Eltern bleiben als „sicherer Hafen“ im jeweiligen Raum und nehmen Ideen für das Spiel zu Hause mit. Das Konzept beruht auf den Ansätzen der Pädagogik von Emmi Pikler.

Für eine kleine Pause zwischendurch gibt es einen separaten Bereich. Genießen Sie entspannte Stunden in der Ferien-Sandküche mit Ihrem Kind!

Ort Kath. Familienbildungsstätte Wipperfürth | Klosterplatz 2 | 51688 Wipperfürth

Teilnahme-Gebühr jeweils 12,00 € | **Seminarumfang** 1 x = 3 UE

1 Erwachsener + 1 Kind. Weitere Personen + 50 %

Mo 30.03.2026 | 15.00–17.15 Uhr

Stefanie Krieger, Lizensierte Musikgärtnerin

Astrid Linke, Diplomsozialpädagogin, M.A.

Veranstaltungs-Nr.: 2672620057

Di 31.03.2026 | 15.00–17.15 Uhr

Stefanie Krieger, Lizensierte Musikgärtnerin

Manuela Warwel, Tagespflegeperson

Veranstaltungs-Nr.: 2672620058

Mi 01.04.2026 | 15.00–17.15 Uhr

Stefanie Krieger, Lizensierte Musikgärtnerin

Astrid Linke, Diplomsozialpädagogin, M.A.

Veranstaltungs-Nr.: 2672620059

> ELTERN – KIND – NATUR – UMWELT

Thekla, die kleine Waldspinne

Für Eltern mit ihren Kindern ab 3 Jahren

Kommt mit auf Entdeckungsreise in den Wald! Gemeinsam begleiten wir Thekla, die kleine Waldspinne, auf ihrem spannenden Abenteuer zwischen Blättern, Zweigen und Baumstämmen. Spielerisch lernen wir, wie Spinnen leben, warum ihre Netze so besonders sind und welche wichtigen Aufgaben sie in der Natur übernehmen. Mit Geschichten, Bewegungsspielen und kleinen Kreativaktionen tauchen Groß und Klein in Theklas Welt ein. Am Ende basteln wir unsere eigene kleine „Waldspinne“ zum Mitnehmen.

Sa 20.06.2026 | 10.00–12.15 Uhr

Petra Hölters, Naturerlebnispädagogin, zertifizierte Phytotherapeutin
Teilnahme-Gebühr 15,00 €
1 Erwachsener + 1 Kind. Weitere Personen + 50%
Seminarumfang 1 x = 3 UE
Ort: Wanderparkplatz Mul
Grünestr 1 | 42499 Hückeswagen
Veranstaltungs-Nr.: 2672620026

Gemeinsam in die Wildnis: Bushcraft for family

Für Eltern mit ihren Kindern ab 5 Jahren

Bushcraft ist die Kunst, in und mit der Wildnis zu leben. Ein Bushcrafter kennt sich gut in der Natur aus und schützt sie. Die handwerklichen Tätigkeiten sind seit Jahrtausenden bei den Urvölkern von großer Bedeutung. Ihr lernt Knotentechniken, wir bauen gemeinsam einen Unterschlupf und filtern Wasser. Wir drehen Naturschnüre, lernen Notsignale und wie man im Team arbeitet. Seid ihr bereit für die Wildnis?

Sa 20.06.2026 | 14.30–16.45 Uhr

Petra Hölters, Naturerlebnispädagogin, zertifizierte Phytotherapeutin
Teilnahme-Gebühr 15,00 €
1 Erwachsener + 1 Kind. Weitere Personen + 50%
Seminarumfang 1 x = 3 UE
Ort: Wanderparkplatz Mul
Grünestr 1 | 42499 Hückeswagen
Veranstaltungs-Nr.: 2672620027

> RELIGION MIT KINDERN UND FAMILIEN

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 sowie ein Osternest 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!

Bitte mitbringen: Ein eigener Stock für den Palmzweig, Buxbaum oder ähnliches Grün kann gerne mitgebracht werden.

Sa 21.03.2026 | 15.00–18.00 Uhr

Alexander Linke, Pastoralreferent,
Astrid Linke, Diplomsozialpädagogin, M.A.
Julia Siegert, Kindheitspädagogik und
Familienbildung B.A.
Erika Meier, Ernährungsberaterin für Kleinkinder
Petra Hölters, Naturerlebnispädagogin
Teilnahme-Gebühr 20,00 € pro Familie
Seminarumfang 1 x = 4 UE
Ort: Kath. Familienbildungsstätte Wipperfürth
Klosterplatz 2 | 51688 Wipperfürth
Veranstaltungs-Nr.: 2672620003



© Astrid Linke

> ENTSPANNEN UND BEWEGEN

Yoga für Kinder im Grundschulalter

Für Kinder von 5–10 Jahren

Yoga ist für Körper und Geist in jedem Alter vorteilhaft! Kinder profitieren besonders von den Übungen, da sie ihren Körper besser wahrnehmen und verstehen. In den Yogaeinheiten erleben sie Bewegung ohne Leistungsdruck und Konkurrenz und können sich ganz auf sich selbst konzentrieren. Yoga hilft ihnen, neue Energie für die vielfältigen Herausforderungen des Alltags zu tanken. Die Übungen fördern innere Ruhe, verbessern oft die Konzentration und stärken den gesamten Körper. Der Kurs bietet in fünf Terminen und in einer festen Gruppe die Möglichkeit, dies selbst auszuprobieren.

Bitte mitbringen: Matte oder Handtuch als Auflagenschutz, Decke, Kissen, bequeme Kleidung und Wollsocken.

Ort Kath. Familienbildungsstätte Wipperfürth | Klosterplatz 2 | 51688 Wipperfürth

Referentin Monika Offermann, Yogalehrerin | **Teilnahme-Gebühr** 25,00 €, 1 Erwachsener + 1 Kind. Weitere Kinder + 50 % | **Seminarumfang** 5 x = 5 UE

Di 13.01.–10.02.2026 | 16.30–17.30 Uhr

Veranstaltungs-Nr.: 2672620018

Di 24.02.–24.03.2026 | 16.30–17.30 Uhr

Veranstaltungs-Nr.: 2672620019

Di 14.04.–12.05.2026 | 16.30–17.30 Uhr

Veranstaltungs-Nr.: 2672620020



© eanstudio / shutterstock.com

> KOCHEN UND BACKEN MIT KINDERN

Peppa Wutz Familienrezepte

Für Eltern mit ihren Kindern ab 3 Jahren

Willkommen in der fröhlichen Familienküche von Peppa Wutz! In diesem Kochkurs entdeckt Ihr gemeinsam die Freude am Kochen. Wir bereiten einfache, leckere Gerichte zu – ganz im Stil von Peppa und ihrer Familie.

Bitte mitbringen: Behälter für Reste.

Do 22.01.2026 | 15.30–18.30 Uhr

Erika Meier, Ernährungsberaterin für Kleinkinder
Teilnahme-Gebühr 17,00 € inkl. 5,00 € Umlage
1 Erwachsener + 1 Kind. Weitere Personen + 50%
Seminarumfang 1 x = 4 UE

Ort: Kath. Familienbildungsstätte Wipperfürth
Klosterplatz 2 | 51688 Wipperfürth

Veranstaltungs-Nr.: 2672620001

Backen und Kochen zur Osterzeit

Für Eltern mit ihren Kindern ab 3 Jahren

Freut euch auf leckere neue und bewährte Rezepte aus der Osterküche: Hast du schon mal Osterhasen aus Quark-Öl-Teig gebacken oder eine leckere Rübli-Torte probiert? Was können wir alles aus den leckeren Ostereiern zaubern? Du erwirbst neue Kompetenzen in unserem Koch- und Backkurs rund um's Osterfest.

Bitte mitbringen: Behälter für Reste.

Fr 13.03.2026 | 15.30–18.30 Uhr

Erika Meier, Ernährungsberaterin für Kleinkinder
Teilnahme-Gebühr 17,00 € inkl. 5,00 € Umlage
1 Erwachsener + 1 Kind. Weitere Personen + 50%
Seminarumfang 1 x = 4 UE

Ort: Kath. Familienbildungsstätte Wipperfürth
Klosterplatz 2 | 51688 Wipperfürth

Veranstaltungs-Nr.: 2672620002

> KOCHEN UND BACKEN MIT KINDERN

Kochen lernen mit Anna und Elsa

Für Eltern mit ihren Kindern ab 3 Jahren

Ihr möchtet wissen, was die Eiskönigin Elsa, ihre Schwester Anna und ihre Freunde besonders gerne essen und selbst lernen, wie man es zubereitet?

Dann seid ihr in diesem Koch- und Backkurs genau richtig. Hier lernt ihr erste Fähigkeiten und Kompetenzen in der Zubereitung einfacher Kinder- und Familiengerichte, die allen gut schmecken.

Bitte mitbringen: Behälter für Reste.

Do 23.04.2026 | 15.30–18.30 Uhr

Erika Meier, Ernährungsberaterin für Kleinkinder
Teilnahme-Gebühr 17,00 € inkl. 5,00 € Umlage
1 Erwachsener + 1 Kind. Weitere Personen + 50%
Seminarumfang 1 x = 4 UE
Ort: Kath. Familienbildungsstätte Wipperfürth
Klosterplatz 2 | 51688 Wipperfürth
Veranstaltungs-Nr.: 2672620032

Kochen mit Feuerwehrmann Sam

Für Eltern mit ihren Kindern ab 3 Jahren

Was kochen wir, wenn wir in Eile sind und es schnell gehen muss? Wir lernen in diesem Kurs alltagstaugliche Gerichte kennen und üben gemeinsam, wie man sie zubereitet.

Bitte mitbringen: Behälter für Reste.

Do 25.06.2026 | 15.30–18.30 Uhr

Erika Meier, Ernährungsberaterin für Kleinkinder
Teilnahme-Gebühr 17,00 € inkl. 5,00 € Umlage
1 Erwachsener + 1 Kind. Weitere Personen + 50%
Seminarumfang 1 x = 4 UE
Ort: Kath. Familienbildungsstätte Wipperfürth
Klosterplatz 2 | 51688 Wipperfürth
Veranstaltungs-Nr.: 2672620034

> KOCHEN UND BACKEN MIT KINDERN

Sommerliche Rezepte für Grillabend und Gartenparty

Kochkurs für Eltern und Kinder von 8–12 Jahre

In diesem Kochkurs dreht sich alles um den Sommer: Du lernst, eigene Dips und Beilagen für ein einladendes Grillbuffet zuzubereiten sowie saisonale Zutaten zu verwenden. Daher nutzen wir frische Erdbeeren und grünen Spargel und erfahren, was sich daraus Leckeres kochen lässt.

Bitte mitbringen: Behälter für Reste.

Fr 29.05.2026 | 17.00–20.00 Uhr

Erika Meier, Ernährungsberaterin für Kleinkinder
Teilnahme-Gebühr 17,00 € inkl. 5,00 € Umlage
1 Erwachsener + 1 Kind. Weitere Personen + 50%
Seminarumfang 1 x = 4 UE
Ort: Kath. Familienbildungsstätte Wipperfürth
Klosterplatz 2 | 51688 Wipperfürth
Veranstaltungs-Nr.: 2672620033



© Rawpixel.com / shutterstock.com

> 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** 1x = 4 UE

Ort Kath. Familienbildungsstätte Wipperfürth | Klosterplatz 2 | 51688 Wipperfürth

Fr 09.01.2026 | 19.00 – 22.00 Uhr

Veranstaltungs-Nr.: 2672620042

Fr 06.02.2026 | 19.00 – 22.00 Uhr

Veranstaltungs-Nr.: 2672620043

Fr 06.03.2026 | 19.00 – 22.00 Uhr

Veranstaltungs-Nr.: 2672620044

Fr 17.04.2026 | 19.00 – 22.00 Uhr

Veranstaltungs-Nr.: 2672620045

Fr 08.05.2026 | 19.00 – 22.00 Uhr

Veranstaltungs-Nr.: 2672620046

Fr 05.06.2026 | 19.00 – 22.00 Uhr

Veranstaltungs-Nr.: 2672620047

Fr 03.07.2026 | 19.00 – 22.00 Uhr

Veranstaltungs-Nr.: 2672620048



© Winter Roman / shutterstock.com



© Maria Sbytova / shutterstock.com



© Rawpixel.com / shutterstock.com

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 Haushalts-Führungsstil, 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 Lebensmittelinkauf 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.

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 € bis 15,00 € pro Kurstag erhoben, die zusammen mit dem Teilnehmerbeitrag fällig wird. Die Umlage ist immer pro Person in voller Höhe zu entrichten.



©iily / stock.adobe.com

> KOCHEN UND BACKEN

Für alle Kochkurse gilt:

Bitte Behälter für eventuelle Reste mitbringen. Alle Kochkurse finden immer in unserer Lehrküche statt:
Kath. Familienbildungsstätte Wipperfürth | Klosterplatz 2 | 51688 Wipperfürth

Entdecke die Vielfalt der Wintersalate

Bist du bereit, die kalte Jahreszeit mit frischen, bunten und gesunden Wintersalaten zu bereichern?

In diesem Kochkurs tauchen wir ein in die Welt der winterlichen Zutaten und bereiten köstliche Salate zu, die nicht nur nährstoffreich, sondern auch ein Fest für die Sinne sind!

Was Dich erwartet: Saisonale Zutaten wie Grünkohl, Rote Bete, Äpfel und Nüsse. Dazu Dressings und Toppings aus pflanzlichen Zutaten, die den Salaten das gewisse Etwas verleihen. Alle Speisen werden rein pflanzlich zubereitet.

Do 15.01.2026 | 18.15 – 22.00 Uhr

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

Veranstaltungs-Nr.: 2672660001



©saschan17 / shutterstock.com

> KOCHEN UND BACKEN

Lass dir dein Leben schmecken!

Neue Motivation durch's Kochen

Dieser Kurs ist für Menschen konzipiert, die wieder ein bisschen mehr Würze, Geschmack und Farbe in ihr Leben bringen wollen.

Die Lust am Leben und an mehr Lebensfreude soll dieser Kochkurs durch das Ausprobieren neuer Rezepte und kreativer Ideen bringen. Sprichwörtlich könnte Mann oder Frau auch sagen „Lass Dir Dein Leben schmecken!“, denn hier bekommst Du neue Anregungen für die Alltagsküche und darüber hinaus für (D)ein erfülltes Leben.

Mi 21.01.2026 | 17.30 – 22.00 Uhr

Anna Wagner, Gestalttherapeutin,
Hauswirtschafterin

Teilnahme-Gebühr 33,00 € inkl. 15,00 € Umlage
Seminarumfang 1 x = 6 UE

Veranstaltungs-Nr.: 2672660148

Gemischte Pasta & Co. selbstgemacht

Unsere Kochreferentin aus Italien führt Sie in die Lehre der selbstgemachten Pasta ein. Sie dürfen sich auf verschiedenste, gemischte Nudelvarianten freuen mit dabei z.B. auch die beliebten Gnocchi sowie dazu passende, leckere Saucen. Für alle, die bereits dabei waren, sind natürlich auch neue Rezeptvarianten dabei.

Den Abschluss bildet ein leckeres Dessert, denn auch das Süße wird an diesem Abend nicht zu kurz kommen. Buon appetito!

Di 27.01.2026 | 18.15 – 21.15 Uhr

Rosetta Alcamo, Fleischfachverkäuferin

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

Veranstaltungs-Nr.: 2672660028

> KOCHEN UND BACKEN

Zuckerfrei durch die Fastenzeit

Mit natürlichen Süßungsmitteln und kreativen Zutaten leckere, gesunde Speisen zaubern – darum geht es in diesem Kurs. Für den einen oder anderen vielleicht ein passendes Vorhaben für die bevorstehende Fastenzeit. Entdecke eine Auswahl an herzhaften und süßen Gerichten, die ganz ohne raffinierten Zucker auskommen. Von Frühstücksideen über Snacks bis hin zu Hauptgerichten. Die ausgewählten natürlichen Süßungsmittel lassen Industriezucker nicht vermissen.

Egal, ob du deine Ernährung umstellen möchtest oder einfach nur neue, gesunde Rezepte ausprobieren willst – dieser Kurs bietet Dir dazu die Gelegenheit. Alle Speisen werden rein pflanzlich zubereitet.

Di 03.02.2026 | 18.15 – 22.00 Uhr

Yvonne Richelshagen, Ernährungsberaterin,

Teilnahme-Gebühr 27,50 € inkl. 15,00 € Umlage
Seminarumfang 1 x = 5 UE

Veranstaltungs-Nr.: 2672660002

Vegane Hausmannskost – herhaft und lecker!

Entdecke die köstliche Welt der pflanzenbasierten Hausmannskost! Traditionelle Gerichte werden ganz ohne tierische Produkte zubereitet, ohne dabei auf den herzhaften Geschmack zu verzichten. Von klassischen Eintöpfen über deftige Aufläufe bis hin zu beliebten Beilagen – wir zeigen, wie du deine Lieblingsgerichte in einer veganen Variante zubereiten kannst.

Alle Speisen werden rein pflanzlich zubereitet.

Di 24.02.2026 | 18.15 – 22.00 Uhr

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

Seminarumfang 1 x = 5 UE
Veranstaltungs-Nr.: 2672660005

> KOCHEN UND BACKEN

Frühjahrsputz für Körper, Geist und Seele

Es sprießt und grünt an allen Ecken. Wie sieht es bei dir persönlich aus? Fühlst du dich ebenso frisch und energiegeladen? Oder wirst du von Frühjahrsmüdigkeit und Antriebslosigkeit geplagt? Du lernst an diesem Abend, wie dir Wildkräuter beim „Aufblühen“ helfen können, damit du voller Energie und mit einer ganz neuen Frische durchstarten kannst. U.a. stellen wir ein eigenes Brennesselöl her. Sag der Frühjahrsmüdigkeit schon mal adé.

Do 26.02.2026 | 19.00 – 21.15 Uhr

Sandra Hager, Dozentin für Kochkurse
Teilnahme-Gebühr 12,00 € inkl. 3,00 € Umlage
Seminarumfang 1 x = 3 UE

Veranstaltungs-Nr.: 2672660012

Vegane Dips und Aufstriche

Für alle, die vegan genießen möchten – unkompliziert, schnell und lecker: Wir bereiten vielseitige Dips und Aufstriche zu, ideal für Grillabende, Buffets oder einfach als gesunde Begleitung zu Gemüseplatten. Aus frischen, pflanzlichen Zutaten zaubern wir kreative und geschmackvolle Kreationen für die nächste Party mit Familie und Freunden. Dazu backen wir gemeinsam frisches Brot und knusprige Brötchen.

Di 03.03.2026 | 18.15 – 22.00 Uhr

Yvonne Richelshagen, Ernährungsberaterin,
Teilnahme-Gebühr 27,50 € inkl. 15,00 € Umlage
Seminarumfang 1 x = 5 UE

Veranstaltungs-Nr.: 2672660061

> KOCHEN UND BACKEN

Veganer Osterbrunch für die Familie

Ein Kochkurs für Eltern mit Kindern ab 5 Jahren

Wir werden zusammen eine bunte Auswahl an Gerichten zubereiten, die nicht nur lecker sind, sondern auch gesund und nachhaltig. Von herzhaften Aufstrichen über frische Salate und eine leichte Suppe bis hin zu süßen Leckereien – es wird einiges geben, was zu einem gelungenen Brunch dazugehört. Der Kurs bietet eine wunderbare Gelegenheit, gemeinsam Zeit zu verbringen, neue Rezepte zu entdecken und die Vorfreude auf das Osterfest zu genießen.

Alle Speisen werden rein pflanzlich zubereitet.

Sa 07.03.2026 | 10.00 – 13.45 Uhr

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

Veranstaltungs-Nr.: 2672660006

Variationen von italienischen Spaghettisoßen

Freuen Sie sich auf verschiedenste, echt italienische Soßenvarianten für Ihre Spaghetti daheim!
Buon appetito!

Mo 09.03.2026 | 18.15 – 21.15 Uhr

Rosetta Alcamo, Fleischfachverkäuferin
Teilnahme-Gebühr 20,00 € inkl. 10,00 € Umlage
Seminarumfang 1 x = 4 UE

Veranstaltungs-Nr.: 2672660029



© Eugenia Lucasesco / shutterstock.com

> KOCHEN UND BACKEN

Vegane süße und herzhafte Kuchen: Genuss für alle Sinne

Kuchenbacken mit all seinen Facetten neu entdecken!

Wir kreieren sowohl köstliche süße Kuchen als auch herzhafte Variationen, mit denen wir Familie und Freunde begeistern werden. Süße Köstlichkeiten aus fluffigem Rührteig, saftige Obstkuchen und verführerische Schokoladenkuchen. Herzhafte Leckerbissen wie Quiches mit viel Gemüse lassen sich gut für Feste vorbereiten. Alle Speisen werden rein pflanzlich zubereitet.

Di 17.03.2026 | 18.15–22.00 Uhr

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

Veranstaltungs-Nr.: 2672660007

Bärenkräfte dank Bärlauch

Was haben Bären mit dem Bärlauch zu tun? Und warum kann er auch uns Menschen zu Bärenkräften verhelfen? Der Bärlauch ist eine der ersten Pflanzen im Frühjahr. Gemeinsam lernen wir die kostbaren Inhaltsstoffe kennen und erfahren, warum es so genial ist, den Bärlauch in der Saison täglich auf den Speiseplan zu setzen.

Alle Teilnehmenden nehmen ein „bärenstarkes Andenken“ mit nach Hause.

Do 19.03.2026 | 19.00–21.15 Uhr

Sandra Hager, Dozentin für Kochkurse
Teilnahme-Gebühr 13,00 € inkl. 4,00 € Umlage
Seminarumfang 1 x = 3 UE
Veranstaltungs-Nr.: 2672660011

> KOCHEN UND BACKEN

Flavour – pflanzliche Köstlichkeiten à la Ottolenghi

Inspiriert von den kreativen Rezepten des renommierten Kochs und Kochbuchautors Yotam Ottolenghi, werden wir gemeinsam eine Auswahl an köstlichen Gerichten zubereiten, die den Gaumen erfreuen werden. Ausgefallene Gewürze und spezielle Kombinationen der Zutaten bestimmen den Geschmack der ideenreichen Gerichte von Ottolenghi. Alle Speisen werden rein pflanzlich zubereitet.

Do 26.03.2026 | 18.15–22.00 Uhr

Yvonne Richelshagen, Ernährungsberaterin
Teilnahme-Gebühr 27,50 € inkl. 15,00 € Umlage
Seminarumfang 1 x = 5 UE
Veranstaltungs-Nr.: 2672660008

Veganes Frühlingsduo: Spargel und Rhabarber

Wir begrüßen den Frühling mit diesem Kochkurs, der Spargel und Rhabarber in köstliche Gerichte verwandelt. Erleben Sie die zarte Frische des Spargels und die fruchtig-säuerliche Note des Rhabarbers in harmonischen Kombinationen.

Wir zeigen, wie diese beiden Frühlingshelden vielseitig eingesetzt werden können, um abwechslungsreiche Mahlzeiten zu zaubern.

Di 21.04.2026 | 18.15–22.00 Uhr

Yvonne Richelshagen, Ernährungsberaterin
Teilnahme-Gebühr 27,50 € inkl. 15,00 € Umlage
Seminarumfang 1 x = 5 UE
Veranstaltungs-Nr.: 2672660044

> KOCHEN UND BACKEN

Italienische Antipasti

Von A wie Aubergine bis Z wie Zucchini wird eine schmackhafte Vielfalt an Rezepten mit Gemüse gekocht, gebraten, überbacken und eingekocht. Freuen Sie sich auf einen Abend wie in Italien!

Do 16.04.2026 | 18.15 – 21.15 Uhr

Rosetta Alcamo, Fleischfachverkäuferin
Teilnahme-Gebühr 20,00 € inkl. 10,00 € Umlage
Seminarumfang 1 x = 4 UE

Veranstaltungs-Nr.: 2672660030

Selbstgemacht: Pasta & leckere Soßenvariationen

Unsere Kochreferentin aus Italien führt Sie in die Lehre der selbstgemachten Pasta ein. Sie dürfen sich auf verschiedenste, gemischte Nudelvarianten freuen mit dabei z.B. auch die beliebten Gnocchi sowie dazu passende, leckere Saucen.

Di 05.05.2026 | 18.15 – 21.15 Uhr

Rosetta Alcamo, Fleischfachverkäuferin
Teilnahme-Gebühr 20,00 € inkl. 10,00 € Umlage
Seminarumfang 1 x = 4 UE

Veranstaltungs-Nr.: 2672660031

Mediterrane Tapas: Abwechslungsreich und vegan

Bereiten Sie ein Stück Urlaub vor: Mediterrane Tapas, frische Aromen und sonnige Farben direkt auf unserem Teller. Wir entdecken kleine Gerichte aus der Tapas-Tradition und variieren sie pflanzenbasiert. Freuen Sie sich auf vielfältige, leckere Häppchen, die perfekt als Appetizer, Hauptgang oder Buffet für die nächste Feier funktionieren.

Do 07.05.2026 | 18.15 – 22.00 Uhr

Yvonne Richelshagen, Ernährungsberaterin
Teilnahme-Gebühr 27,50 € inkl. 15,00 € Umlage
Seminarumfang 1 x = 5 UE

Veranstaltungs-Nr.: 2672660045



©lunamarina / shutterstock.com

> KOCHEN UND BACKEN

Feiertagsbrunch

Kochen & Backen mit dem Thermomix (o.ä.)

Die Feiertage im Mai stehen vor der Tür. Eine Gelegenheit, um miteinander in Gemeinschaft zu essen.

Alle Gerichte für unseren Feiertagsbrunch sind gelingsicher, gesund und gut umsetzbar in der Zubereitung mithilfe der Küchenmaschine (z.B. Thermomix o.ä.). Darüber hinaus erwerben Sie weitere Kompetenzen zum gekonnten Einsatz Ihrer Küchenmaschine im Alltag.

Eine Teilnahme ist selbstverständlich auch ohne Küchenmaschine möglich. Wenn Sie ein eigenes Gerät haben, bringen Sie es gerne mit.

Di 12.05.2026 | 18.15 – 22.00 Uhr

Christine Scherer, Kochkursleiterin
Teilnahme-Gebühr 27,50 € inkl. 15,00 € Umlage
Seminarumfang 1 x = 5 UE

Veranstaltungs-Nr.: 2672660150

Bunt und vegan: Mexikanisch Kochen

Mexikanisch, rein pflanzlich und voller Geschmack: Wir tauchen ein in die bunte Welt der mexikanischen Küche. In unserem Kochkurs entdecken wir die Vielfalt von Geschmack, Farbe und Aromen der traditionellen Zutaten wie Bohnen, Mais, Paprika, Tomaten, Kräutern und Gewürze. Ein reichhaltig gedeckter Tisch mit cremiger Guacamole, scharf-warmen Chili, feinen sämigen Salsas, Tacos mit würzigen Füllungen, Fajitas mit gegrilltem Gemüse und feine Beilagen wartet auf uns.

Di 19.05.2026 | 18.15 – 22.00 Uhr

Yvonne Richelshagen, Ernährungsberaterin
Teilnahme-Gebühr 27,50 € inkl. 15,00 € Umlage
Seminarumfang 1 x = 5 UE

Veranstaltungs-Nr.: 2672660046

> KOCHEN UND BACKEN

Brasilien genießen – vegan und lebensfroh

In diesem Kurs lassen sich portugiesische Aromen ohne tierische Produkte neu entdecken. Wir arbeiten mit Bohnen, Reis, Maniok, Obst und Kräutern, lernen charakteristische Gewürze kennen und zeigen, wie man Gerichte wie das vegane Feijoada mit Farofa schnell und lecker zubereitet.

Di 02.06.2026 | 18.15 – 22.00 Uhr

Yvonne Richelshagen, Ernährungsberaterin
Teilnahme-Gebühr 27,50 € inkl. 15,00 € Umlage
Seminarumfang 1 x = 5 UE

Veranstaltungs-Nr.: 2672660047

Lecker indisches kochen – probieren Sie es aus!

Sie mögen es gerne ein wenig exotisch und gut gewürzt? Die indische Küche erfreut sich immer größerer Beliebtheit. Wir kochen gemeinsam ein 3-Gänge-Menü, das Sie problemlos zu Hause nach kochen können. Wiederholer des Kurses dürfen sich über neue Rezepte freuen.

Beim Essen erfahren Sie etwas über die Lebensverhältnisse in Indien und die Arbeit der indischen Schwestergemeinschaft Helpers of Mary (SHM). Schwerpunkte ihrer Arbeit sind die Bildungsförderung und die Stärkung der Mädchen- und Frauenrechte (Empowerment).

Do 28.05.2026 | 18.15 – 22.00 Uhr

Rani Kramm, Heilpädagogin
Teilnahme-Gebühr 22,50 €
Seminarumfang 1 x = 5 UE

Veranstaltungs-Nr.: 2672660155

> KOCHEN UND BACKEN

Gefühle zum Kochen bringen

Ein Kochkurs zur Stärkung der Selbstkompetenz und zur Reflexion eigener Emotionen

In diesem Kurs geht es nicht nur ums Kochen, sondern auch um den bewussten Umgang mit eigenen Gefühlen. Viele Emotionen werden oft verdrängt, obwohl sie Aufmerksamkeit verdienen. Durch kreative Kochprozesse lernen die Teilnehmenden, Gefühle wahrzunehmen, zu benennen und zu reflektieren. Kochen dient dabei als Medium, um Selbstkompetenz zu stärken und persönliche Entwicklung anzustoßen.

Der Kurs verbindet praktische Küchenarbeit mit Elementen der Persönlichkeitsbildung und bietet Raum für Austausch und Selbsterfahrung. Ziel ist es, die emotionale Wahrnehmung zu fördern und die Selbstreflexion zu vertiefen – mit Genuss und Tiefgang.

Di 09.06.2026 | 17.30 – 22.00 Uhr

Anna Wagner, Gestalttherapeutin,
Hauswirtschafterin
Teilnahme-Gebühr 33,00 € inkl. 15,00 € Umlage
Seminarumfang 1 x = 6 UE

Veranstaltungs-Nr.: 2672660149

Kochen für Menschen mit Behinderung und Einschränkungen

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

Sa 07.02., 18.04., 27.06.2026

10.30 – 15.15 Uhr

Brunhilde Scheider, Erzieherin, Hobbyköchin
Teilnahme-Gebühr 60,00 € inkl. 15,00 € Umlage
Seminarumfang 3 x = 18 UE

Ort: Kath. Familienbildungsstätte Wipperfürth
Klosterplatz 2 | 51688 Wipperfürth

Veranstaltungs-Nr.: 2672660156



> KOCHEN UND BACKEN

Afrikanische Küche vegan genießen

In diesem Kurs entdecken Sie eine breite Palette an Gewürzen, Kräutern und Geschmacksrichtungen. Freuen Sie sich auf eine farbenfrohe Küche mit intensiven Aromen und kreativen Zubereitungstechniken, die Vielfalt und Geschmack in den Vordergrund stellt.

Di 30.06.2026 | 18.15–22.00 Uhr

Yvonne Richelshagen, Ernährungsberaterin
Teilnahme-Gebühr 27,50 € inkl. 15,00 € Umlage
Seminarumfang 1 x = 5 UE

Veranstaltungs-Nr.: 2672660048



© Olga Klochanko / shutterstock.com

Startklar für die Grillsaison: Veganes Barbecue

Mit aromatischen Marinaden, köstlichen Saucen und fleischlosem Grillgut veranstalten wir an diesem Abend unser veganes Barbecue. Kreative Gerichte vom Grill mit bunten Salaten, die Freunde und Familie begeistern, laden zu diesem Kurs ein.

Do 09.07.2026 | 18.15–22.00 Uhr

Yvonne Richelshagen, Ernährungsberaterin
Teilnahme-Gebühr 27,50 € inkl. 15,00 € Umlage
Seminarumfang 1 x = 5 UE

Veranstaltungs-Nr.: 2672660049

> KOCHEN UND BACKEN

Neuer Kochkurs für Männer & Freunde

Möchten Sie in einer Gruppe Gleichgesinnter oder mit eigenen Freunden die Grundlagen des Kochens kennenlernen und ausprobieren? Vom Fleisch braten über Gemüsezubereitung bis hin zur Herstellung einer Salatsauce – alles wird gezeigt und erprobt. Unsere Dozentin teilt wertvolle Tipps. Ein Grundwissen für die Alltagsküche wird erworben, und Aufbaukurse sind bei Interesse möglich.

Mi 28.01.2026 | 18.15–22.00 Uhr

Christine Wannek, Diplom Oecotrophologin
Teilnahme-Gebühr 22,50 € inkl. 10,00 € Umlage
Seminarumfang 1 x = 5 UE

Veranstaltungs-Nr.: 2672660062

Mi 25.03.2026 | 18.15–22.00 Uhr

Christine Wannek, Diplom Oecotrophologin
Teilnahme-Gebühr 22,50 € inkl. 10,00 € Umlage
Seminarumfang 1 x = 5 UE

Veranstaltungs-Nr.: 2672660063

Mi 27.05.2026 | 18.15–22.00 Uhr

Christine Wannek, Diplom Oecotrophologin
Teilnahme-Gebühr 22,50 € inkl. 10,00 € Umlage
Seminarumfang 1 x = 5 UE

Veranstaltungs-Nr.: 2672660064



© Chociola / shutterstock.com

> KOCHEN UND BACKEN

Wildkräuter entdecken, erkennen und verarbeiten

Bei einem Streifzug durch die Natur sammeln wir heimische Pflanzen und entdecken dabei eine bunte Vielfalt an Farben, Formen, Düften und Aromen. Mit allen Sinnen erleben wir die Schönheit und Artenvielfalt der Natur und lernen, wie wertvoll diese Pflanzen für uns sein können.

Die gesammelten Kräuter werden gemeinsam zu natürlichen Produkten wie Hustenhonig, Mückenspray, Kräuteressig oder Wildkräutersalz verarbeitet – und natürlich kann jede/r seine eigenen Kreationen mit nach Hause nehmen.

Wir sind die ganze Zeit draußen, bitte ziehen Sie festes Schuhwerk und entsprechende Kleidung an und bringen Sie eine Sitzunterlage mit und einen kleinen Rucksack mit eigener Verpflegung.

Bitte mitbringen: Einen Rucksack mit Getränk und Snack, festes Schuhwerk (wir verlassen die Wege und gehen querwaldein), dem Wetter angemessene Kleidung und eine Sitzunterlage.

Bitte keine Hunde mitbringen.

Sa 09.05.2026 | 14.00–16.15 Uhr

Petra Hölters, Naturerlebnispädagogin

Teilnahme-Gebühr 18,00 € inkl. 3,00 € Umlage

1 Erwachsener + 1 Kind

Seminarumfang 1 x = 3 UE

Ort: Wanderparkplatz Mul,

Grünestr 1, | 42499 Hückeswagen

Veranstaltungs-Nr.: 2672660066



©joannawnuk / shutterstock.com

> NÄHEN

Nähen für Jung und Alt!

Nähkurs für Anfänger und Fortgeschrittene

Individuelle Mode für die ganze Familie; Schicke Sachen selbst machen: Mit Gleichgesinnten macht das Nähen viel mehr Spaß! Seien Sie kreativ und lassen Sie sich von großartigen 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.

Die Kurstermine am 13.05., 20.05., 27.05. und 03.06.2026 fallen aus!

Mi 28.01.–01.07.2026 | 09.30–11.45 Uhr

Sabine Schmitz, Schneidermeisterin

Teilnahme-Gebühr 160,00 €

Seminarumfang 16 x = 64 UE

Ort: Pfarrheim Frielingsdorf

Jan-Wellem-Straße | 51789 Lindlar

Veranstaltungs-Nr.: 2672660043

Freie Nähwerkstatt

für Anfängerinnen 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.

Kurstermine am 21.05. und 28.05.26 fallen aus!

Do 29.01.–02.07.2026 | 15.00–18.00 Uhr

Sabine Schmitz, Schneidermeisterin

Teilnahme-Gebühr 160,00 €

Seminarumfang 16 x = 64 UE

Ort: Kath. Familienbildungsstätte Wipperfürth

Klosterplatz 2 | 51688 Wipperfürth

Veranstaltungs-Nr.: 2672660042



©FabrikaSmi / shutterstock.com

> NÄHEN

Nähen lernen für Anfänger/ Anfängerinnen und Fortgeschrittene

Wer kennt das nicht? Man hat eine besondere Idee für ein Kleidungsstück im Kopf, weiß aber nicht, wie man diese umsetzen kann ...

In diesem Nähkurs können Anfängerinnen und Anfänger Grundlagen erlernen, z.B. durch Projekte wie Utensilos und leichte T-Shirts. Fortgeschrittene können sich an anspruchsvollere Projekte wie Softshelljacken wagen. Bei komplexeren Problemen bieten wir individuelle Lösungen und Unterstützung. Alle Teilnehmenden können aber auch gerne ihre eigenen Nähprojekte verwirklichen.

Der Kurstermin am 11.03.2026 fällt aus!

Mi 21.01.–18.03.2026 | 14.30–17.30 Uhr

Gabriele Räderscheidt, Schneidermeisterin,
Modedesignerin
Teilnahme-Gebühr 80,00 €
Seminarumfang 8 x = 32 UE
Ort: Kath. Familienbildungsstätte Wipperfürth
Klosterplatz 2 | 51688 Wipperfürth

Veranstaltungs-Nr.: 2672660022

Mi 21.01.–18.03.2026 | 18.00–21.00 Uhr

Gabriele Räderscheidt, Schneidermeisterin,
Modedesignerin
Teilnahme-Gebühr 90,00 €
Seminarumfang 9 x = 36 UE
Ort: Kath. Familienbildungsstätte Wipperfürth
Klosterplatz 2 | 51688 Wipperfürth

Veranstaltungs-Nr.: 2672660023

Mi 15.04.–01.07.2026 | 14.30–17.30 Uhr

Gabriele Räderscheidt, Schneidermeisterin,
Modedesignerin
Teilnahme-Gebühr 120,00 €
Seminarumfang 12 x = 48 UE
Ort: Kath. Familienbildungsstätte Wipperfürth
Klosterplatz 2 | 51688 Wipperfürth
Veranstaltungs-Nr.: 2672660024

Mi 15.04.–01.07.2026 | 18.00–21.00 Uhr

Gabriele Räderscheidt, Schneidermeisterin,
Modedesignerin
Teilnahme-Gebühr 120,00 €
Seminarumfang 12 x = 48 UE
Ort: Kath. Familienbildungsstätte Wipperfürth
Klosterplatz 2 | 51688 Wipperfürth
Veranstaltungs-Nr.: 2672660025

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 = „Kaufend“:

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!



© Pakhnyushchy / shutterstock.com

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 ENTPANNUNG

Faszien: Das lebendige Bindegewebe

Faszien sind ein nervenreiches Bindegewebe, das jeden Muskel im Körper umgibt. Bei Stress oder einseitiger Haltung reagieren Faszien und verursachen Muskelschmerzen oder -spannungen. In diesem Seminar lernen Sie spezielles Faszientraining kennen, das verklebte und verspannte Faszien löst, sodass die Muskulatur wieder frei beweglich ist. Theoretisches Hintergrundwissen rundet die Einheiten ab.

Bitte mitbringen: Lockere bequeme Kleidung und warme Socken.

Sa 09.05.2026 | 10.45–12.15 Uhr

Gaby Zacher, Gesundheitstherapeutin
Teilnahme-Gebühr 10,00 €
Seminarumfang 1 x = 2 UE
Ort: Kath. Familienbildungsstätte Wipperfürth
Klosterplatz 2 | 51688 Wipperfürth

Veranstaltungs-Nr.: 2672660065

Bewusst bewegen und Schmerzen reduzieren mit der Feldenkrais®-Methode

Die Feldenkrais®-Methode zeigt, wie jede Bewegung mit Nervenprozessen im Gehirn zusammenhängt. Sie ist eine neurologisch orientierte Lernmethode und bewirkt eine optimale Organisation des Skeletts und der Muskulatur und führt zu einem verbesserten Körpergefühl.

Bitte mitbringen: Eine Matte (falls vorhanden), oder ein Handtuch, eine Decke, ein Kissen, warme und bequeme Kleidung und Wollsocken.

Sa 28.02.2026 | 10.30–16.30 Uhr

Sigrid Balk, Feldenkrais®-Lehrerin,
Psychotherapeutin, Familientherapeutin
Teilnahme-Gebühr 28,00 €
Seminarumfang 1 x = 7 UE
Ort: Kath. Familienbildungsstätte Wipperfürth
Klosterplatz 2 | 51688 Wipperfürth

Veranstaltungs-Nr.: 2672660016

> GESUNDHEIT DURCH ENTPANNUNG

Schlaf gut

Stressbedingte Spannungen lassen sich durch sanfte, langsame Bewegungsübungen aus der Feldenkrais®-Methode beseitigen. Feldenkrais ist eine neurologisch orientierte Lernmethode und bewirkt eine optimale Organisation des Skeletts und der Muskulatur. Dies führt zu einem verbesserten Körpergefühl und hilft das Gedankenkarussell anzuhalten.

Bitte mitbringen: Eine Matte (falls vorhanden), oder ein Handtuch, eine Decke, ein Kissen, warme und bequeme Kleidung und Wollsocken.

Sa 07.03.2026 | 10.30–16.30 Uhr

Sigrid Balk, Feldenkrais®-Lehrerin,
Psychotherapeutin, Familientherapeutin
Teilnahme-Gebühr 28,00 €
Seminarumfang 1 x = 7 UE
Ort: Kath. Familienbildungsstätte Wipperfürth
Klosterplatz 2 | 51688 Wipperfürth

Veranstaltungs-Nr.: 2672660015

Stress verstehen und bewältigen

Strategien für mehr Gelassenheit im Alltag

Stress gehört für viele Menschen zum Alltag – doch dauerhafter Stress kann Körper und Psyche belasten. In diesem Workshop lernen Sie, wie Stress entsteht, welche Auswirkungen er haben kann und wie Sie mit einfachen Techniken im Alltag besser damit umgehen können. Neben theoretischen Grundlagen stehen vor allem praktische Übungen zur Selbstreflexion, Entspannung und Stressbewältigung im Mittelpunkt. Ziel ist es, individuelle Wege zu mehr Gelassenheit und innerer Balance zu finden.

Bitte mitbringen: Eine Matte (falls vorhanden) oder ein Handtuch, etwas zu Trinken.

Sa 18.04.2026 | 13.30–16.45 Uhr

Janina Fuchs, Erzieherin, Entspannungspädagogin
Teilnahme-Gebühr 16,00 €
Seminarumfang 1 x = 4 UE
Ort: Kath. Familienbildungsstätte Wipperfürth
Klosterplatz 2 | 51688 Wipperfürth
Veranstaltungs-Nr.: 2672660060

> GESUNDHEIT DURCH ENTPANNUNG

Yoga und Ayurveda

Ayurveda, die älteste Wissenschaft vom langen Leben, basiert auf dem traditionellen Medizinsystem Indiens und hilft, unser körperliches und emotionales Gleichgewicht zu finden. Im Seminar praktizieren wir Yoga und bereiten gemeinsam eine Mittagsmahlzeit mit gesundheitsfördernden Gewürzen und Heilkräutern des Ayurveda zu, die bei Arthrose, Immunabwehr und Verdauungsbeschwerden wohltuend wirken. Zum Abschluss gibt es eine Yoga-Tiefenentspannung mit Klangschalen.

Bitte mitbringen: Eine Matte (falls vorhanden), oder ein, eine Decke, ein Kissen, warme und bequeme Kleidung. Vorkenntnisse sind nicht erforderlich.

Thema: Frühling

Sa 14.03.2026 | 09.00 – 14.45 Uhr

Petra Jabs, Yogalehrerin BDY/EU, Ayurveda
Ernährungs- und Gesundheitsberaterin
Teilnahme-Gebühr 33,00 € inkl. 5,00 € Umlage
Seminarumfang 1 x = 7 UE
Ort: Kath. Familienbildungsstätte Wipperfürth
Klosterplatz 2 | 51688 Wipperfürth
Veranstaltungs-Nr.: 2672660003

Thema: Sommer

Sa 20.06.2026 | 09.00 – 14.45 Uhr

Petra Jabs, Yogalehrerin BDY/EU, Ayurveda
Ernährungs- und Gesundheitsberaterin
Teilnahme-Gebühr 33,00 € inkl. 5,00 € Umlage
Seminarumfang 1 x = 7 UE
Ort: Kath. Familienbildungsstätte Wipperfürth
Klosterplatz 2 | 51688 Wipperfürth
Veranstaltungs-Nr.: 2672660004

> GESUNDHEIT DURCH ENTPANNUNG

Ashtanga Yoga – Gemeinsam wachsen, gemeinsam entspannen

Ashtanga Yoga ist ein ganzheitliches System für Körper, Geist und Seele. Es zeichnet sich durch eine fließende, festgelegte Übungsfolge aus, bei der die einzelnen Übungen aufeinander aufbauen. In dieser dynamischen und traditionell orientierten Praxis lernst du einen Teil der ersten Serie des Ashtanga Yoga, um Kraft, Ausdauer und innere Ruhe zu fördern.

Dabei werden Atemtechnik und Meditation integriert, um die Praxis zu vertiefen. Der Vorteil von Ashtanga Yoga liegt darin, dass es Kraft und Ausdauer aufbaut, Flexibilität fördert und dabei hilft, Stress abzubauen. Es ist geeignet für alle, die Ashtanga Yoga kennenlernen oder ihre bestehende Praxis vertiefen möchten.

Bitte mitbringen: Eine Matte oder ein Handtuch, eine Decke, ein Kissen, warme und bequeme Kleidung.

Di 13.01.–23.06.2026 | 19.45 – 21.15 Uhr

Lydia Kleyboldt, Arzthelferin, Yogalehrerin i.A.
Teilnahme-Gebühr 160,00 €
Seminarumfang 20 x = 40 UE
Ort: Kath. Familienbildungsstätte Wipperfürth
Klosterplatz 2 | 51688 Wipperfürth
Veranstaltungs-Nr.: 2672660057



© BearFotos / shutterstock.com

> GESUNDHEIT DURCH ENTPANNUNG

Hatha Yoga und Meditation

Familien- und Berufsalltag bringen oft Anspannung und Stress mit sich. Durch das Praktizieren der Asanas (Haltungen) werden Körper, Geist und Seele einheitlich belebt. Statt Trägheit, Steifheit und Schwäche erleben wir Energie, Flexibilität und Kraft. Diese körperlichen Veränderungen fördern geistige und seelische Wachheit, verbessern die Konzentrationsfähigkeit und sorgen für ein ausgeglichenes Lebensgefühl.

Bitte mitbringen: Eine Matte oder ein Handtuch, eine Decke, ein Kissen, warme und bequeme Kleidung.

Der Kurstermin am 23.03.2026 fällt aus!

Mo 19.01.–29.06.2026 | 19.00–20.30 Uhr

Regina Bittner, Yogalehrerin BDY/EYU

Teilnahme-Gebühr 152,00 €

Seminarumfang 19 x = 38 UE

Ort: Kath. Familienbildungsstätte Wipperfürth

Klosterplatz 2 | 51688 Wipperfürth

Veranstaltungs-Nr.: 2672660146

Der Kurstermin am 24.03.2026 fällt aus!

Di 20.01.–30.06.2026 | 17.45–19.15 Uhr

Regina Bittner, Yogalehrerin BDY/EYU

Teilnahme-Gebühr 152,00 €

Seminarumfang 19 x = 38 UE

Ort: Kath. Familienbildungsstätte Wipperfürth

Klosterplatz 2 | 51688 Wipperfürth

Veranstaltungs-Nr.: 2672660020

Termine am 18.02., 25.03. + 27.05.2026 fallen aus.

Mi 21.01.–01.07.2026 | 16.30–18.00 Uhr

Regina Bittner, Yogalehrerin BDY/EYU

Teilnahme-Gebühr 152,00 €

Seminarumfang 19 x = 38 UE

Ort: Kath. Familienbildungsstätte Wipperfürth

Klosterplatz 2 | 51688 Wipperfürth

Veranstaltungs-Nr.: 2672660021

Mi 15.04.–17.06.2026 | 09.30–11.00 Uhr

Hanne Fidorra, Yogalehrerin/Krankenschwester

Teilnahme-Gebühr 80,00 €

Seminarumfang 10 x = 20 UE

Ort: Sporthalle Thier

Heidchen | 51688 Wipperfürth

Veranstaltungs-Nr.: 2672660035

> GESUNDHEIT DURCH ENTPANNUNG

Hatha Yoga

- Sie suchen Ruhe und Entspannung?
- Sie möchten mehr Vitalität?

Yoga bietet eine Oase der Ruhe, um neue Kraft zu tanken. Die Übungen machen Sie beweglicher und stärken Ihren Rücken. Achtsamkeitsübungen fördern Klarheit und Konzentrationsfähigkeit. Sie finden Ihre innere Mitte, was die Lebensfreude und Zufriedenheit steigert. In Harmonie mit sich und anderen können Sie Ihren Alltag gelassen gestalten.

Bitte mitbringen: Eine Matte oder ein Handtuch, eine Decke, ein Kissen, warme und bequeme Kleidung.

Mi 14.01.–24.06.2026 | 08.45–10.15 Uhr

Monika Offermann, Yogalehrerin

Teilnahme-Gebühr 176,00 €

Seminarumfang 22 x = 44 UE

Ort: Kath. Familienbildungsstätte Wipperfürth

Klosterplatz 2 | 51688 Wipperfürth

Veranstaltungs-Nr.: 2672660041

Yoga

Für Menschen mit körperlichen Einschränkungen oder mehr Körbergewicht

In diesem Kurs können Personen mit etwas mehr Gewicht oder körperlichen Einschränkungen Yoga in einer ruhigen und wertungsfreien Atmosphäre ausüben. Der Kurs bietet insbesondere Frauen mit Übergewicht die Möglichkeit, in Bewegung zu kommen. Mit leichten Yoga-Übungen verbessern Sie Ihr Wohlbefinden, kräftigen Ihren Körper und entlasten Ihre Gelenke. Sie lernen, sich zu motivieren, zu aktivieren und Verantwortung für Ihre Gesundheit zu übernehmen. Entspannungsübungen unterstützen zudem die Stressbewältigung.

Bitte mitbringen: Warme und bequeme Kleidung, eine Kuscheljacke und warme Socken.

Kurstermine am 28.02., 14.03., 28.03., 25.04. + 20.06.2026 fallen aus!

Sa 17.01.–27.06.2026 | 09.00–10.15 Uhr

Gaby Zacher, Gesundheitstherapeutin

Teilnahme-Gebühr 78,00 €

Seminarumfang 12 x = 12 UE

Ort: Kath. Familienbildungsstätte Wipperfürth

Klosterplatz 2 | 51688 Wipperfürth

Veranstaltungs-Nr.: 2672660040

> GESUNDHEIT DURCH ENTSPANNUNG

Yoga und Faszien

Ein harmonisches Duo für Körper und Geist

Ein großer Vorteil von Yoga ist, dass man in ruhiger, entspannter Weise den Körper stärkt und zugleich gelassener im Alltag wird. Das Faszientraining verhindert das schmerzhafte Verkleben des Bindegewebes, sorgt für ein geschmeidiges Körpergefühl, löst Verspannungen und unterstützt eine gute Körperhaltung. Beide Trainingsarten ergänzen sich ideal: Sie stärken den Organismus, straffen das Bindegewebe, kräftigen Bauch- und Rückenmuskulatur und führen zu Ruhe und Entspannung.

Bitte mitbringen: Eine Matte oder ein Handtuch, eine Decke, ein Kissen, warme und bequeme Kleidung.

Do 15.01.–18.06.2026 | 15.30–16.45 Uhr

Gaby Zacher, Gesundheitstherapeutin

Teilnahme-Gebühr 117,00 €

Seminarumfang 18 x = 18 UE

Ort: Kath. Familienbildungsstätte Wipperfürth

Klosterplatz 2 | 51688 Wipperfürth

Veranstaltungs-Nr.: 2672660036

Do 15.01.–18.06.2026 | 17.00–18.15 Uhr

Gaby Zacher, Gesundheitstherapeutin

Teilnahme-Gebühr 117,00 €

Seminarumfang 18 x = 18 UE

Ort: Kath. Familienbildungsstätte Wipperfürth

Klosterplatz 2 | 51688 Wipperfürth

Veranstaltungs-Nr.: 2672660037



© Chutima Chaochaiya / shutterstock.com

> GESUNDHEIT DURCH BEWEGUNG

Fit in Form ab 55

Körperliche, geistige und soziale Aktivitäten sind entscheidend für ein gesundes Älterwerden. Dieser Kurs kombiniert viel Bewegung, Entspannung und Informationen zu aktuellen Themen wie Ernährung. Im Mittelpunkt steht die Bewegung, und der Gruppenaustausch fördert das soziale Miteinander, sodass die Umsetzung im Alltag gelingt.

Bitte mitbringen: Matte oder Handtuch, Decke, Kissen, bequeme Kleidung.

Der Kurstermin am 23.03.2026 fällt aus!

Mo 12.01.–22.06.2026 | 10.05–11.05 Uhr

Tatjana Brombach, Physiotherapeutin

Teilnahme-Gebühr 95,00 €

Seminarumfang 19 x = 19 UE

Ort: Kath. Familienbildungsstätte Wipperfürth

Klosterplatz 2 | 51688 Wipperfürth

Veranstaltungs-Nr.: 2672660026

Der Kurstermin am 23.03.2026 fällt aus!

Mo 12.01.–22.06.2026 | 11.10–12.10 Uhr

Tatjana Brombach, Physiotherapeutin

Teilnahme-Gebühr 95,00 €

Seminarumfang 19 x = 19 UE

Ort: Kath. Familienbildungsstätte Wipperfürth

Klosterplatz 2 | 51688 Wipperfürth

Veranstaltungs-Nr.: 2672660027



© Robert Kneschke / shutterstock.com

> GESUNDHEIT DURCH BEWEGUNG

Referentin für beide Kurse auf dieser Seite Simone Böngen, Übungsleiterin, Pilates-Trainerin

Ort jeweils Kath. Familienbildungsstätte Wipperfürth | Klosterplatz 2 | 51688 Wipperfürth

Fitnessgymnastik

Stärkung im Familien- und Berufsalltag

Dieser Kurs ist perfekt für Frauen und Männer, die einen Ausgleich zum Alltag suchen. Gezielt werden beanspruchte Muskeln gekräfftigt, gedehnt und Verspannungen gelöst. Angeboten werden Kräftigungstraining, Koordination, Gymnastik, Aerobic, Stretching, Pilates und Entspannung, begleitet von flotter Musik. Wer Freude an Bewegung hat, ist hier genau richtig.

Bitte mitbringen: Matte oder Handtuch, Decke, Kissen und Wollsocken

Der Kurstermin am 28.05.2026 fällt aus.

Do 15.01.–02.07.2026 | 19.00–20.00 Uhr

Teilnahme-Gebühr 95,00 €

Seminarumfang 19 x = 19 UE

Veranstaltungs-Nr.: 2672660033

Mo 19.01.–16.03.2026 | 17.45–18.45 Uhr

Teilnahme-Gebühr 40,00 €

Seminarumfang 8 x = 8 UE

Veranstaltungs-Nr.: 2672660157

Hula Hoop Workshop

Hula-Hoop ist längst mehr als ein Kinderspielzeug: Mit der richtigen Technik wird der Reifen zum effektiven Trainingsgerät für Bauch, Taille, Rücken, Gesäß und sogar den Beckenboden. Gleichzeitig sorgt die rhythmische Bewegung für gute Laune und ein positives Körpergefühl. In unserem Workshop lernst du, wie man den Reifen gekonnt um die Hüften kreisen lässt und daraus ein persönliches Fitnessprogramm für zu Hause entwickeln kann. Auch Anfänger sind herzlich willkommen, Reifen sind vorhanden.

Teilnahme-Gebühr 8,00 €

Seminarumfang 1 x = 2 UE

Sa 21.02.2026 | 10.30–12.00 Uhr

Veranstaltungs-Nr.: 2672660018

Sa 18.04.2026 | 10.30–12.00 Uhr

Veranstaltungs-Nr.: 2672660019

> GESUNDHEIT DURCH BEWEGUNG

Body Soul Workout

Achtsamkeit, Fitness, Yoga, Pilates und Entspannung

Eine Mischung aus Gymnastik, Yoga und Pilates wird zu einem ganzheitlichen Fitnesskonzept vereint. Gezielte Übungen dehnen, stärken und balancieren den Körper aus. Dynamische und entspannende Bewegungen fördern Mobilität und physische Vitalität, während die Konzentration gestärkt wird. Pilates fokussiert auf die Körpermitte und Rumpfstabilität (Powerhouse). Yoga bringt Stretching- und Dehnübungen ein. Fitnesskleingeräte ermöglichen ein buntes Training, und Achtsamkeit verbessert die Körperwahrnehmung. Die Einheit endet mit einer Entspannungsphase.

Bitte mitbringen: Matte oder Handtuch, Decke, Kissen, bequeme Kleidung und Wollsocken.

Kein Kurs am 11.02., 25.03., 13.05. + 03.06.2026

Mi 14.01.–01.07.2026 | 18.15–19.15 Uhr

Susanne Bosbach, Staatl. geprüfte Wirtschaftsleiterin, Übungsleiterin

Teilnahme-Gebühr 95,00 €

Seminarumfang 19 x = 19 UE

Ort: Kath. Familienbildungsstätte Wipperfürth

Klosterplatz 2 | 51688 Wipperfürth

Veranstaltungs-Nr.: 2672660058

Mi 14.01.–01.07.2026 | 19.30–20.30 Uhr

Susanne Bosbach, Staatl. geprüfte Wirtschaftsleiterin, Übungsleiterin

Teilnahme-Gebühr 95,00 €

Seminarumfang 19 x = 19 UE

Ort: Kath. Familienbildungsstätte Wipperfürth

Klosterplatz 2 | 51688 Wipperfürth

Veranstaltungs-Nr.: 2672660059

> 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 Handtuch, Decke, Kissen, bequeme Kleidung und Wollsocken.

Fr 16.01.–19.06.2026 | 10.30–11.30 Uhr

Gaby Zacher, Gesundheitstherapeutin

Teilnahme-Gebühr 85,00 €

Seminarumfang 17 x = 17 UE

Ort: Kath. Familienbildungsstätte Wipperfürth

Klosterplatz 2 | 51688 Wipperfürth

Veranstaltungs-Nr.: 2672660038

Fr 16.01.–19.06.2026 | 11.35–12.35 Uhr

Gaby Zacher, Gesundheitstherapeutin

Teilnahme-Gebühr 85,00 €

Seminarumfang 17 x = 17 UE

Ort: Kath. Familienbildungsstätte Wipperfürth

Klosterplatz 2 | 51688 Wipperfürth

Veranstaltungs-Nr.: 2672660039



©Kzenon/shutterstock.com

> GESUNDHEIT DURCH BEWEGUNG

Zumba und Fitness

Zumba verbindet tänzerische Fitness mit lateinamerikanischen Rhythmen. Verschiedene Rhythmen und Bewegungsabläufe werden zu einem Fitness-Workout kombiniert, das den Körper in Form bringt, das Herz kräftigt, die Muskeln strafft und die Koordination sowie den Endorphin Ausstoß fördert. Ein abschließendes Stretching beugt Verspannungen vor. Vorkenntnisse sind nicht erforderlich – der Spaß an tänzerischen Bewegungen zu heißen Rhythmen steht im Vordergrund. Männer und Frauen sind herzlich willkommen!

Do 15.01.–02.07.2026 | 20.15–21.15 Uhr

Karin Hagen, Zumba Instructor

Teilnahme-Gebühr 100,00 €

Seminarumfang 20 x = 20 UE

Ort: Kath. Familienbildungsstätte Wipperfürth

Klosterplatz 2 | 51688 Wipperfürth

Veranstaltungs-Nr.: 2672660034



©Rawpixel.com/shutterstock.com

> GESUNDHEIT DURCH BEWEGUNG

Du bist nicht allein!

Selbsthilfegruppe Depression

Fühlst du dich oft traurig, antriebslos oder unverstanden? In unserer Selbsthilfegruppe für Depressionen findest du Menschen, die ähnliche Erfahrungen machen. Gemeinsam sprechen wir offen, unterstützen uns gegenseitig und gehen kleine Schritte aus der Dunkelheit.

Eine Anmeldung erfolgt über das Büro der Familienbildungsstätte. Wir führen eine Interessentenliste und füllen freie Plätze im Kurs nach Möglichkeit auf.

Mo 19.01.–21.12.2026 | 18.45–20.30 Uhr

Burkhard Schurmann, Dozent
gebührenfrei

Seminarumfang 19 x = 38 UE

Ort: Kath. Familienbildungsstätte Wipperfürth
Klosterplatz 2 | 51688 Wipperfürth

Veranstaltungs-Nr.: 2672660154

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 herzlich willkommen.

Weitere Informationen: www.shg-oberberg.de

Mo 19.01.–14.12.2026 | 19.00–21.15 Uhr

Sigrid Brüggen, Selbsthilfegruppe Morbus Crohn
gebührenfrei

Seminarumfang 11 x = 33 UE

Ort: Kath. Familienbildungsstätte Wipperfürth
Klosterplatz 2 | 51688 Wipperfürth

Veranstaltungs-Nr.: 2672660017

> GESUNDHEIT DURCH BEWEGUNG

Gymnastik und Gespräche für Parkinson-Kranke

Mit Freude an der Bewegung Blockaden lösen

Die Parkinson'sche Krankheit betrifft hauptsächlich die Bewegungsfähigkeit, gekennzeichnet durch Zittern, Muskelsteifigkeit und Schwierigkeiten bei der Ausführung normaler Bewegungen. Sie beginnt meist zwischen 50 und 65 Jahren. Medikamente und Gymnastik können helfen, die Krankheit zu beherrschen. Gezielte Gruppengymnastik fördert Beweglichkeit und Koordination. Gemeinsame Gespräche unterstützen die Krankheitsbewältigung. Angehörige können sich im Austausch stärken, Hilfestellungen holen und das familiäre Leben mit der Krankheit meistern.

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

Mo 12.01.–13.07.2026 | 14.30–16.45 Uhr

Britta Dannaks, Physiotherapeutin
gebührenfrei

Seminarumfang 23 x = 69 UE

Ort: Kath. Familienbildungsstätte Wipperfürth
Klosterplatz 2 | 51688 Wipperfürth

Veranstaltungs-Nr.: 2672660147



©wavebreakmedia / shutterstock.com



© r.classen / shutterstock.com

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

Misereor-Fastenaktion 2026: Hier fängt Zukunft an!

Philippe Leumbou Ngako berichtet aus erster Hand.

In Kamerun ist es nicht selbstverständlich, eine Berufsausbildung zu machen. Denn sie muss selbst bezahlt werden. Viele können sich das nicht leisten, vor allem ärmerre Menschen. Die Ausbildungschancen sind in Kamerun also gering. Zudem ist die Arbeitslosigkeit hoch. Die Caritas in Douala, der größten Stadt Kameruns, sieht diese Not und handelt. Sie bietet verschiedene Maßnahmen an, um jungen Menschen berufliche Perspektiven zu eröffnen. Philippe Leumbou Ngako ist seit 2022 Leiter des Projekts zur beruflichen Bildung bei CODAS Caritas Douala, einem Projektpartner von Misereor. Er gibt einen Einblick in sein Heimatland. Er berichtet aus der Arbeit im Projekt zur beruflichen Bildung und zeigt auf, wie das Projekt jungen Menschen eine selbstbestimmte Zukunft eröffnet. Herzliche Einladung, ihm zuzuhören und mit ihm zu diskutieren!

In Zusammenarbeit mit dem St. Angela Gymnasium Wipperfürth.

Di 10.03.2026 | 10.00–12.30 Uhr

Philippe Leumbou Ngako, Misereorpartner
gebührenfrei

Seminarumfang 1 x = 3 UE

Ort: St. Angela Gymnasium

Auf dem Silberberg 4 | 51688 Wipperfürth

Veranstaltungs-Nr.: 2672560001



Harms_Misereor

> GESELLSCHAFT

Das müssen Sie wissen.

Patientenverfügung, Vorsorgevollmacht, Betreuungsverfügung für Einsteiger

Immer mehr Menschen fragen nach Patientenverfügungen und Vorsorgevollmachten. Mit einer Patientenverfügung legen Sie fest, welchen medizinischen Maßnahmen Sie im Fall einer Einwilligungsunfähigkeit zustimmen oder widersprechen.

In diesem Kurs erhalten Sie einen verständlichen Überblick (keine Rechtsberatung) zu:

- Grundlagen von Vorsorgevollmacht, Patienten- und Betreuungsverfügung
- Unterschiede und Inhalte der einzelnen Dokumente
- Aufbau einer Vorsorgevollmacht und Patientenverfügung
- Kontovollmacht: Bedeutung und Ausstellung

Mo 13.04.2026 | 19.00–20.30 Uhr

Regina Löhr, Koordinatorin bei der Ökumenischen Hospizinitiative Wipperfürth-Kürten e.V.
gebührenfrei

Seminarumfang 1 x = 2 UE

Ort: Kath. Familienbildungsstätte Wipperfürth
Klosterplatz 2 | 51688 Wipperfürth

Veranstaltungs-Nr.: 2672740004



© Jenny Sturm / shutterstock.com

> GESELLSCHAFT

Dein.Nähkurs

Für zugewanderte Frauen

In diesem Workshop lernen Frauen aus anderen Ländern das Nähen. Sie können alte Kleidung in neue Sachen verändern. Eine Schneiderin zeigt, wie es geht. Die Frauen können kreativ sein und neue Freundinnen finden.

Mo 02.03.–23.03.2026 | 10.00–13.00 Uhr

Yvonne Richelshagen, Nähkursleiterin

gebührenfrei

Seminarumfang 4 x = 16 UE

Ort: Kath. Familienbildungsstätte Wipperfürth
Klosterplatz 2 | 51688 Wipperfürth**Veranstaltungs-Nr.: 2672840001****Mo 04.05.–01.06.2026 | 10.00–13.00 Uhr**

Yvonne Richelshagen, Nähkursleiterin

gebührenfrei

Seminarumfang 4 x = 16 UE

Ort: Kath. Familienbildungsstätte Wipperfürth
Klosterplatz 2 | 51688 Wipperfürth**Veranstaltungs-Nr.: 2672840002****Dein.Yoga**

Für zugewanderte Frauen

In diesem Kurs können Frauen Yoga machen. Der Kurs ist in einer sicheren und freundlichen Umgebung. Die Frauen können durch Yoga gesünder werden und neue Freundinnen finden.

*Bitte mitbringen: Handtuch, Decke, Kissen,
bequeme Kleidung und Wollsocken.*

Mo 12.01.–22.06.2026 | 08.30–10.00 Uhr

Tatjana Brombach, Physiotherapeutin

gebührenfrei

Seminarumfang 19 x = 38 UE

Ort: Kath. Familienbildungsstätte Wipperfürth

Klosterplatz 2 | 51688 Wipperfürth

Veranstaltungs-Nr.: 2672840003

> GESELLSCHAFT

Dein.Theater

Bewerbungstraining für zugewanderte Frauen

In diesem Seminar üben wir gemeinsam, wie Sie sich selbst gut zeigen können. Sie entdecken Ihre eigenen Stärken und lernen, wie Sie Ihre Haltung und Ausstrahlung verändern können. Sie erfahren, wie Sie sicher sprechen und sich kraftvoll bewegen. Das Training hilft Ihnen, sich stark und selbstbewusst zu fühlen.

Sie lernen, sich überzeugend zu präsentieren – bei Bewerbungen, in Gesprächen oder in anderen Situationen im Alltag. Mit einfachen Methoden aus der Theaterpädagogik, Übungen für Stimme und Körper sowie praktischen Tipps bereiten wir Sie darauf vor, selbstsicher aufzutreten.

Sa 02.05.2026 | 10.00–17.00 Uhr

Britta Lennardt, Theaterpädagogin,

Seminarleiterin

Janine Schüttenhelm, Projektkoordinatorin
für das AMIF-Projekt „Deine.ART 2.0“
gebührenfrei

Seminarumfang 1 x = 8 UE

Ort: Kath. Familienbildungsstätte Wipperfürth
Klosterplatz 2 | 51688 Wipperfürth**Veranstaltungs-Nr.: 2672840005****Dein.Sprachtreff**

Für zugewanderte Frauen mit ihren Kindern

Wir lernen in entspannter Atmosphäre, uns auf Deutsch über unseren Alltag zu verstündigen. Du hast die Möglichkeit, deine kleinen Kinder mitzubringen und mit ihnen die Sprache zu üben. Das Erlernen der deutschen Sprache und die Erfahrungen in der Gemeinschaft erleichtern dir die Integration und den Alltag in deiner neuen Heimat.

Do 15.01.–09.07.2026 | 09.00–10.30 UhrJanine Schüttenhelm, Projektkoordinatorin für
das AMIF-Projekt „Deine.ART 2.0“

gebührenfrei

Seminarumfang 21 x = 42 UE

Ort: Kath. Familienbildungsstätte Wipperfürth
Klosterplatz 2 | 51688 Wipperfürth**Veranstaltungs-Nr.: 2672620056**

> GESELLSCHAFT

Einfach Deutschsprechen für Jedermann

Die Hansestadt Wipperfürth bietet mit dem Haus der Familie einen Deutsch-Sprachtreff an. Hier können die bereits erlernten Deutschkenntnisse angewendet, trainiert und vertieft werden. Die Teilnehmer / innen können ihre eigenen Themen vorschlagen, über die sie sich gerne unterhalten oder mehr erfahren möchten.

Kleinere Exkursionen in und um Wipperfürth sind geplant, um Land und Leute besser kennen zu lernen.

Jeder ist herzlich willkommen, auch weitere ehrenamtliche Unterstützerinnen und Unterstützer.

Do 15.01.–02.07.2026 | 15.00–16.30 Uhr

Frederik Saalmann, Sachbearbeiter für
Integration und Flüchtlingsarbeit, Hansestadt
Wipperfürth
gebührenfrei
Seminarumfang 20 x = 40 UE
Ort: Kath. Familienbildungsstätte Wipperfürth
Klosterplatz 2 | 51688 Wipperfürth
Veranstaltungs-Nr.: 2672820001



© Brian A Jackson / 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.

Referentin Lorena Potthof, Bereichsleitung Familienunterstützender Dienst, Noh Bieneen e.V.
gebührenfrei | Seminarumfang 1 x = 4 UE

Ort Kath. Familienbildungsstätte Wipperfürth | Klosterplatz 2 | 51688 Wipperfürth

So 18.01.2026 | 10.00–13.00 Uhr

Veranstaltungs-Nr.: 2672780001

So 12.04.2026 | 10.00–13.00 Uhr

Veranstaltungs-Nr.: 2672780004

So 08.02.2026 | 10.00–13.00 Uhr

Veranstaltungs-Nr.: 2672780002

So 17.05.2026 | 10.00–13.00 Uhr

Veranstaltungs-Nr.: 2672780005

So 22.03.2026 | 10.00–13.00 Uhr

Veranstaltungs-Nr.: 2672780003

So 14.06.2026 | 10.00–13.00 Uhr

Veranstaltungs-Nr.: 2672780006



© Fer Gregory / shutterstock.com

> GESELLSCHAFT

Gemeinsam essen, kochen, reden!

Erlebniskochen zwischen Arbeit und Ruhestand (ZWAR)

Gemeinsames Essen war schon immer ein wichtiges soziales Ereignis. Es verbindet und fördert den Austausch, die gemeinsame Zeit kann besonders glücklich machen. Die Gruppe ZWAR entwickelt kreative Rezeptideen, deren Zubereitung und Kochen in ein gemeinsames Essen münden, mit viel Zeit für Gespräch und Begegnung. Die Kursinhalte werden zusammen 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 mitbringen: Behälter für Reste.

Mi 11.02.2026 | 18.15–22.00 Uhr

Gaetano Ingrassia
gebührenfrei
Seminarumfang 1 x = 5 UE
Ort: Kath. Familienbildungsstätte Wipperfürth
Klosterplatz 2 | 51688 Wipperfürth

Veranstaltungs-Nr.: 2672750001

Mi 22.04.2026 | 18.15–22.00 Uhr

Gaetano Ingrassia
gebührenfrei
Seminarumfang 1 x = 5 UE
Ort: Kath. Familienbildungsstätte Wipperfürth
Klosterplatz 2 | 51688 Wipperfürth

Veranstaltungs-Nr.: 2672750002

Mi 10.06.2026 | 18.15–22.00 Uhr

Gaetano Ingrassia
gebührenfrei
Seminarumfang 1 x = 5 UE
Ort: Kath. Familienbildungsstätte Wipperfürth
Klosterplatz 2 | 51688 Wipperfürth

Veranstaltungs-Nr.: 2672750003

> GESELLSCHAFT

ZWAR – Kreativ zwischen Arbeit und Ruhestand

Gemeinsam gestalten, Kontakte pflegen, Einsamkeit vorbeugen

Die Zeit zwischen Beruf und Ruhestand ist eine besondere Lebensphase – voller Chancen für neue Begegnungen und kreative Ideen. Die ZWAR-Gruppe ist gemeinsam aktiv: Wir basteln, gestalten und tauschen uns aus.

Warum mitmachen?

- Kreativität fördert Wohlbefinden und psychische Gesundheit
- Gemeinsam statt einsam: neue Kontakte knüpfen und Freundschaften pflegen
- Ideen teilen, Hilfe geben und annehmen
- Freude am Gestalten und am Miteinander

Ob Anfänger oder erfahren – alle sind willkommen!

Bringen Sie Ihre Ideen mit oder lassen Sie sich inspirieren.

Bei Interesse an ZWAR-Kreativ melden Sie sich bitte bei Frau Brunhilde Scheider, Telefon 02192 4119 .

Mo 12.01.–06.07.2026 | 15.00–17.15 Uhr

Brunhilde Scheider, Erzieherin
Jutta Scherkenbach, ZWAR-Gruppe
gebührenfrei
Seminarumfang 7 x = 21 UE
Ort: Kath. Familienbildungsstätte Wipperfürth
Klosterplatz 2 | 51688 Wipperfürth

Veranstaltungs-Nr.: 2672750004



© Krakenimages.com/shutterstock.com

> GESELLSCHAFT

Künstler:innen-Treff Wipperfürth Gemeinsam Kunst und Kultur gestalten

Wir möchten Kunst und Kultur in Wipperfürth sichtbarer machen und den Menschen den Zugang dazu erleichtern. Dafür laden wir Künstler:innen aus Wipperfürth und Umgebung herzlich zu offenen Treffen ein. Ziel ist es, sich kennenzulernen, Ideen auszutauschen und gemeinsam zu überlegen, was wir in unserer Stadt künstlerisch bewegen können: Ausstellungen, Aktionen im öffentlichen Raum, Workshops oder ganz neue Formate. Ob Malerei, Musik, Theater, Fotografie, Literatur oder andere kreative Formen – jede Perspektive ist willkommen.

Fr 06.02.2026 | 18.00 – 20.15 Uhr

Anna-Laurin Blumberg, Ergotherapeutin, Portraitzeichnerin, Künstlerin
gebührenfrei
Seminarumfang 1 x = 3 UE
Ort: Kath. Familienbildungsstätte Wipperfürth
Klosterplatz 2 | 51688 Wipperfürth
Veranstaltungs-Nr.: 2672740009

Kochkurs: Kulinarische Reise durch die Bibel

Tauchen Sie ein in die Welt der biblischen Küche und entdecken Sie die kulinarischen Schätze der Heiligen Schrift! In diesem einzigartigen Kochkurs erkunden wir traditionelle Gerichte und Zutaten, die in der Bibel erwähnt werden. Von der Zubereitung von Fladenbrot und Linsensuppe bis hin zu köstlichen Gerichten mit Feigen, Granatäpfeln und Honig – lassen Sie sich von den Aromen und Geschichten der Bibel inspirieren.

In Zusammenarbeit mit der Katholischen Kirchengemeinde St. Nikolaus im Rahmen der Bibelwoche vom 14.06. – 21.06.2026.

Mi 17.06.2026 | 19.00 – 22.00 Uhr

Yvonne Richelshagen, Ernährungsberaterin
Georg Kalkum, Gemeindereferent
Teilnahme-Gebühr 15,00 €
Seminarumfang 1 x = 4 UE
Ort: Kath. Familienbildungsstätte Wipperfürth
Klosterplatz 2 | 51688 Wipperfürth
Veranstaltungs-Nr.: 2672640018

> GESELLSCHAFT

Ergänzende unabhängige Teilhabeberatung (EUTB®) Oberbergischer Kreis

Die Ergänzende unabhängige Teilhabeberatung berät zu allen Fragen der Rehabilitation und Teilhabe, insbesondere im Vorfeld der Beantragung konkreter Leistungen, wie zum Beispiel bei folgenden Themen: Fragen rund um das Thema Teilhabe von Menschen mit Beeinträchtigungen.

Beispieleweise in den Lebensbereichen

- Soziales / Freizeit
- Arbeit
- Bildung und Wohnen
- Assistenz
- Hilfsmittel
- Mobilität
- Persönliche Budget

Im Haus der Familie Wipperfürth findet jeden ersten Donnerstag im Monat eine Außensprechstunde statt.

Ergänzende unabhängige Teilhabeberatung (EUTB®) Oberbergischer Kreis

La Roche-sur-Yon-Str. 5
51643 Gummersbach
Tel.: 02261 63 93 776
E-Mail: teilhabeberatung-obk@paritaet-nrw.org
Webseite: www.teilhabeberatung-obk.de

> 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 27.03.–29.03.2026 | 17.00–14.00 Uhr

Francesca Simone, Musikpädagogin, Sängerin

Teilnahme-Gebühr 185,00 €

Seminarumfang 3 x = 16 UE

Ort: Katholisch-Soziales Institut

Bergstraße 26 | 53721 Siegburg

Veranstaltungs-Nr.: 2672740001



© Barth

> PERSÖNLICHE ENTWICKLUNG

Die Kunst, zwischen Kontrolle und Akzeptanz zu unterscheiden

„Den äußersten Umständen keine Macht geben... und sich um nichts sorgen.“

Dieses Seminar bietet die Möglichkeit, sich mit der Unterscheidung zwischen dem, was wir kontrollieren können, und dem, was außerhalb unserer Kontrolle liegt, auseinanderzusetzen. Diese Einsicht kann uns helfen, gelassener und zufriedener zu leben und uns weniger von äußeren Einflüssen leiten zu lassen. Im ersten Teil des Seminars werden wir uns mit ausgewählten stoischen Zitaten beschäftigen und unsere Gedanken und Erfahrungen dazu sammeln. Im zweiten Teil werden wir diese Inspirationen kreativ umsetzen und ein stoisches Zitat in ein einzigartiges Kunstwerk verwandeln.

Unterschiedliche Collage-Methoden werden vorgestellt und dienen als Ideengeber. Es geht vor allem darum, sich kreativ auszuprobieren, nicht um das Erlernen bestimmter Techniken.

Sa 17.01.2026 | 10.00–15.00 Uhr

Ulrike Quillmann, Diplom Sozialpädagogin

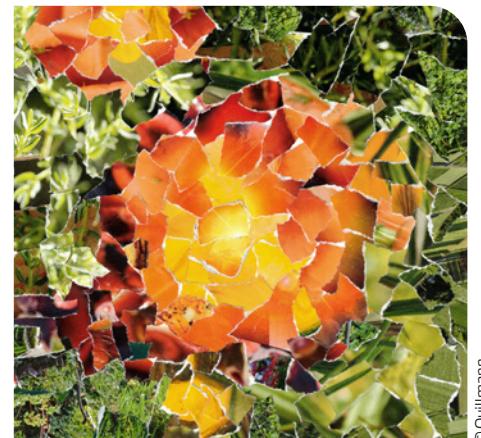
Teilnahme-Gebühr 30,00 €

Seminarumfang 1 x = 6 UE

Ort: Kath. Familienbildungsstätte Wipperfürth

Klosterplatz 2 | 51688 Wipperfürth

Veranstaltungs-Nr.: 2672740005



© Quillmann

> PERSÖNLICHE ENTWICKLUNG

Die Kunst, im Einklang mit der Natur zu leben

Schütze das Gute in dir bei allem, was du tust

Die Kunst, im Einklang mit der Natur zu leben ermutigt dazu, sich mit den stoischen Tugenden von Weisheit, Mut, Gerechtigkeit und Mäßigung zu beschäftigen und die eigene Handlungsweise zu reflektieren. Durch die Analyse unserer Handlungen gewinnen wir ein besseres Verständnis dafür, was uns motiviert und welche Werte uns am Herzen liegen. Im Gespräch und in einem kreativen Prozess möchten wir gemeinsam erkunden, wie wir das Gute in uns bewahren und stärken können, während wir den Herausforderungen des Lebens begegnen. Ein stoisches Zitat wird dabei in ein einzigartiges Kunstwerk verwandelt. Unterschiedliche Collage-Methoden werden vorgestellt und dienen als Ideengeber. Es geht vor allem darum, sich kreativ auszuprobieren.

Sa 04.07.2026 | 10.00–15.00 Uhr

Ulrike Quillmann, Diplom Sozialpädagogin

Teilnahme-Gebühr 30,00 €

Seminarumfang 1 x = 6 UE

Ort: Kath. Familienbildungsstätte Wipperfürth

Klosterplatz 2 | 51688 Wipperfürth

Veranstaltungs-Nr.: 2672740006

Die Kunst, gute Entscheidungen zu treffen

Schütze das Gute in dir bei allem, was du tust

Die Kunst, gute Entscheidungen zu treffen ermutigt dazu, sich mit den stoischen Tugenden von Weisheit, Mut, Gerechtigkeit und Mäßigung zu beschäftigen und die eigene Handlungsweise zu reflektieren. Durch die Analyse unserer Handlungen gewinnen wir ein besseres Verständnis dafür, was uns motiviert und welche Werte uns am Herzen liegen. Im Gespräch und in einem kreativen Prozess möchten wir gemeinsam erkunden, wie wir das Gute in uns bewahren und stärken können, während wir den Herausforderungen des Lebens begegnen. Ein stoisches Zitat wird dabei in ein einzigartiges Kunstwerk verwandelt. Unterschiedliche Collage-Methoden werden vorgestellt und dienen als Ideengeber. Es geht vor allem darum, sich kreativ auszuprobieren.

Sa 20.06.2026 | 10.00–13.15 Uhr

Ulrike Quillmann, Dipl. Sozialpädagogin

Teilnahme-Gebühr 20,00 €

Seminarumfang 1 x = 4 UE

Ort: Kath. Familienbildungsstätte Wipperfürth

Klosterplatz 2 | 51688 Wipperfürth

Veranstaltungs-Nr.: 2672740007

> PERSÖNLICHE ENTWICKLUNG

Wanderschuhe in Aquarell – Spuren auf Papier

Jede Reise beginnt mit einem Schritt – warum nicht mit einem Pinselstrich?

In diesem Aquarell-Workshop widmen wir uns einem besonderen Motiv: Wanderschuhe. Symbol für Aufbruch, Erdung und Bewegung. Mit Aquarellfarben und weichem Pinsel gestalten wir ein Bild, das Geschichten erzählt – über Wege, die gegangen wurden, oder noch vor uns liegen.

Du lernst, wie sich Technik und Emotion verbinden lassen und wie selbst scheinbar „unspektakuläre“ Motive Ausdruck und Tiefe bekommen – ganz ohne Vorkenntnisse.

Bitte mitbringen: Aquarellpapier, Pinsel für Aquarellfarben, Aquarellfarben. (Bei Fragen zum Material kontaktieren Sie gerne die Dozentin artist@annalaurin.art)

Sa 14.03.2026 | 10.00–13.00 Uhr

Anna-Laurin Blumberg, Ergotherapeutin,

Portraitzeichnerin, Künstlerin

Teilnahme-Gebühr 20,00 €

Seminarumfang 1 x = 4 UE

Ort: Kath. Familienbildungsstätte Wipperfürth

Klosterplatz 2 | 51688 Wipperfürth

Veranstaltungs-Nr.: 2672740003



> PERSÖNLICHE ENTWICKLUNG

Loose Watercolor – Entdecke deine Kreativität!

Wünschst du dir mehr Leichtigkeit – nicht nur im Alltag, sondern auch auf dem Papier?

In diesem Workshop lassen wir Perfektion los. Wir malen einen Hirsch im Loose Watercolor Style – fließend, frei und intuitiv. Der Fokus liegt nicht auf realistischen Details, sondern auf Ausdruck, Bewegung und dem Spiel mit Wasser und Farbe.

Entdecke, wie befreiend es sein kann, der Kontrolle bewusst Raum zu nehmen und deiner Kreativität zu vertrauen. Du wirst überrascht sein, was entstehen kann, wenn du einfach beginnst.

*Bitte mitbringen: Aquarellpapier (empfohlen 300g/m³), Pinsel für Aquarellfarben, Aquarellfarben.
(Bei Fragen zum Material kontaktieren Sie gerne die Dozentin artist@annalaurin.art)*

Sa 24.01.2026 | 10.00 – 13.00 Uhr

Anna-Laurin Blumberg, Ergotherapeutin,
Portraitzeichnerin, Künstlerin
Teilnahme-Gebühr 20,00 €
Seminarumfang 1 x = 4 UE
Ort: Kath. Familienbildungsstätte Wipperfürth
Klosterplatz 2 | 51688 Wipperfürth
Veranstaltungs-Nr.: 2672740002



© Alexander_Evgenyevich / shutterstock.com

> PERSÖNLICHE ENTWICKLUNG

„Mädels-Abend“ – Zeit für Freundschaft und Wohlbefinden

Freundschaft ist ein Schatz: Sie stärkt unsere Resilienz, schützt vor Vereinsamung und trägt zu körperlichem und seelischem Wohlbefinden bei. Wer Freundschaft pflegt, zeigt Wertschätzung, erlebt Nähe und kann Hilfe geben und annehmen. Gemeinsame Kreativität fördert psychische Hygiene und macht einfach Spaß! Schenken Sie sich und Ihrer besten Freundin einen besonderen Abend!

Unser „Mädels-Abend“ lädt junge Frauen ein, gemeinsam kreativ zu sein, sich auszutauschen und die gemeinsame Freundschaft bewusst wahrzunehmen.

Inhalte

- Impulse zu Resilienz, Selbstfürsorge und Wertschätzung
- Ideen für mehr Wohlbefinden
- Kreative Elemente für psychische Hygiene
- Zeit für gute Gespräche und gemeinsames Lachen

Wir senden Ihnen vorab ein Überraschungspaket für zwei Personen – alles, was Sie für diesen Abend brauchen, ist enthalten.

Anmeldeschluss

15.01.2026

Do 29.01.2026 | 19.00 – 21.15 Uhr

Irene Eggert, Diplom Sozialpädagogin, Erzieherin
Teilnahme-Gebühr 45,00 € inkl. 15,00 € Umlage
(Gebühr für 2 Frauen)
Seminarumfang 1 x = 3 UE
Ort: Digital

Veranstaltungs-Nr.: 2672740008



© Eleonora_os / shutterstock.com



© Photographie eu / shutterstock.com

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 Ganztag. 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 (300UE) des Deutschen Jugendinstitutes München

Kompetent begleiten, bilden und betreuen

Eine stabile und verlässliche Kindertagespflege basiert auf qualifizierten Tagespflegepersonen, die ihren Bildungsauftrag ernst nehmen und Kinder dabei unterstützen, sich zu selbstbestimmten, starken Persönlichkeiten zu entwickeln. Durch ihre Flexibilität bei den Betreuungszeiten leistet die Kindertagespflege zudem einen wichtigen gesellschaftlichen Beitrag zur Vereinbarkeit von Familie und Beruf.

Grundlage der Qualifizierung

Die Qualifizierung erfolgt auf Basis des kompetenzorientierten Qualifizierungshandbuchs (QHB) des Deutschen Jugendinstituts in München. Sie ist praxisnah, erwachsenengerecht und orientiert sich an den individuellen Kompetenzen und Ressourcen der Teilnehmenden. Fordern Sie weitere Informationen und die Unterlagen zum Kurs im Haus der Familie an.

Methodisch und didaktisch knüpft die Qualifizierung 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 des Bundesverbandes Kindertagespflege e.V. Stufe 1 erteilt, nach 300 Unterrichtsstunden die Stufe 2.

Fr 20.02. – 04.06.2027 | 16.30 – 16.30 Uhr
 Gisela Rattay, Diplom Sozialpädagogin
 Julia Junge, Mediatorin BM®, Coach, Dozentin
 QHB KTP, Trainerin (Kommunikation & Konflikte)
 Merle Wieschhoff, Kommunikationstrainerin
 Tassia Katsouros, Fachanwältin für Familienrecht
 Tagesmütternetz im Oberbergischen Kreis
 Teilnahme-Gebühr 4.000,00 €
 Seminarumfang 43 x = 300 UE
 Ort: Kath. Familienbildungsstätte Wipperfürth
 Klosterplatz 2 | 51688 Wipperfürth
Veranstaltungs-Nr.: 2672690014

> KINDERTAGESPFLEGE

Mentor*innenqualifizierung für die Praktikumsbegleitung nach dem QHB Praxisanleitung stärken – Qualität sichern

Diese kompakte Fortbildung richtet sich an erfahrene Kindertagespflegepersonen und pädagogische Fachkräfte, die Praktikant*innen im Rahmen der QHB-Qualifizierung begleiten möchten. In nur einem Tag vermitteln wir die wichtigsten Grundlagen für eine professionelle und unterstützende Praxisanleitung.

Inhalte

- Rolle und Aufgaben von Mentor*innen im QHB
- Kommunikation und Feedback im Praxisalltag
- Gestaltung von Lernelegenheiten im Tagespflegekontext
- Reflexion und Gesprächsführung mit Praktikant*innen
- Umgang mit Herausforderungen in der Anleitung

Ziele

- Sicherheit in der Rolle als Mentor*in gewinnen
- Praktikant*innen gezielt begleiten und fördern
- Qualität am Lernort Praxis stärken

Teilnahmevoraussetzungen

Erfahrung in der Kindertagespflege und Interesse an der Anleitung von Praktikant*innen in Absprache mit der zuständigen Fachberatung beim Jugendamt oder dem Tagesmütternetz Oberberg e.V.

Sa 28.02.2026 | 10.00 – 17.00 Uhr

Gisela Rattay, Diplom Sozialpädagogin
 Teilnahme-Gebühr 48,00 €
 Seminarumfang 1 x = 8 UE
 Ort: Kath. Familienbildungsstätte Wipperfürth
 Klosterplatz 2 | 51688 Wipperfürth
Veranstaltungs-Nr.: 2672250034

> KINDERTAGESPFLEGE

Portfolioarbeit in Kita & KTP

Individuelle Lernentwicklung dokumentieren vom ersten bis zum letzten Tag

Ein Portfolio begleitet die Lernentwicklung eines Kindes vom ersten bis zum letzten Tag in der Einrichtung. Es stärkt Selbstbewusstsein, Lernmotivation und Schlüsselkompetenzen. Tauschen Sie sich mit pädagogischen Fachkräften aus und erhalten praxisnahe Beispiele. Im Seminar klären wir:

- Was ist ein Portfolio?
- Wie ist es aufgebaut?
- Was gehört hinein – und was nicht?
- Wie gelingt gute Portfolioarbeit in der KTP?

Inhalte

- Aufbau und roter Faden eines Portfolios
- Umsetzung im Betreuungsalltag
- Partizipation in der Portfolioarbeit
- Beobachtungsmodelle und Dokumentation als Gesprächsgrundlage

Mo 12.01.2026 | 18.00 – 21.15 Uhr

Denise Nobis, Erzieherin, Erziehungs- und Entwicklungsberaterin, Zirkuspädagogin
Teilnahme-Gebühr 24,00 €
Seminarumfang 1 x = 4 UE

Ort: Digital

Veranstaltungs-Nr.: 2672250028



> KINDERTAGESPFLEGE

Morgenkreis in der Kindertagespflege professionell gestalten

Kreative Ideen, Spielvorschläge, neue Rituale und Möglichkeiten

Ein wichtiges Ritual für die Kinder in der Kindertagespflege kann der Morgenkreis sein. Täglich wiederkehrende Abläufe sind hilfreich, verleiten aber manchmal dazu, einer festgefahrenen Routine zu folgen, ohne mal etwas Neues auszuprobieren. In diesem Online-Seminar geht es um den Aufbau und die abwechslungsreiche Gestaltung eines Morgenkreises. Warum ist der Morgenkreis für Kinder so wichtig? Was ist, wenn Kinder einmal keine Lust haben? Großartige Einsatzmöglichkeiten, kreative Ideen, Spielvorschläge, neue Rituale und Austausch mit anderen Pädagogischen Fachkräften, inklusive Material zum selbst ausdrucken warten auf Dich!

Mi 14.01.2026 | 18.00 – 21.15 Uhr

Denise Nobis, Erzieherin, Erziehungs- und Entwicklungsberaterin, Zirkuspädagogin
Teilnahme-Gebühr 24,00 €
Seminarumfang 1 x = 4 UE
Ort: Digital

Veranstaltungs-Nr.: 2672250029



> KINDERTAGESPFLEGE

Professionelle Elterngespräche in der Kindertagespflege

Alltagssituationen souverän gestalten

Elterngespräche sind zentral für Vertrauen und Zusammenarbeit. Sie reichen von kurzen Tür- und Angelgesprächen bis zu geplanten Entwicklungsgesprächen. In dieser Weiterbildung lernen Sie, Gespräche professionell, empathisch und strukturiert zu führen – auch in herausfordernden Situationen.

Themen

- Unterschiede: spontane vs. geplante Gespräche
- Klar und wertschätzend kommunizieren
- Erwartungen erkennen und Grenzen setzen
- Bring- und Abholsituationen gestalten
- Vorbereitung, Dokumentation und Nachbereitung
- Konflikte und sensible Themen souverän ansprechen
- Praktische Übungen: Rollenspiele und Fallbeispiele

Ziel

Sicherheit in allen Gesprächssituationen und eine professionelle Haltung im Alltag.

Sa 07.02.2026 | 10.00–17.00 Uhr

Denise Nobis, Erzieherin, Erziehungs- und Entwicklungsberaterin, Zirkuspädagogin

Teilnahme-Gebühr 48,00€

Seminarumfang 1 x = 8 UE

Ort: Kath. Familienbildungsstätte Wipperfürth
Klosterplatz 2 | 51688 Wipperfürth

Veranstaltungs-Nr.: 2672250033

> KINDERTAGESPFLEGE

Ein guter Start

Die Eingewöhnung in der Kindertagespflege erfolgreich gestalten

Der erste Besuch einer Betreuungseinrichtung ist ein großer Schritt für Kinder und Eltern. Die Eingewöhnung ist eine sensible Phase, die Einfühlungsvermögen und Fachwissen erfordert. In diesem praxisnahen Online-Seminar erfahren Sie, wie eine gelingende Eingewöhnung gestaltet wird – mit Blick auf die Bedürfnisse des Kindes, der Eltern und der Gruppe.

Inhalte

- Grundlagen und Modelle der Eingewöhnung (Berliner & Münchener Modell)
- Individuelle Begleitung von Kindern und Eltern
- Trennungsphasen professionell gestalten
- Umgang mit Ängsten und Unsicherheiten
- Rituale für Sicherheit und Orientierung
- Bedeutung für die bestehende Gruppe
- Mit Praxisbeispielen, Austausch und Materialien für die direkte Umsetzung.

Di 24.02.2026 | 18.00–21.15 Uhr

Denise Nobis, Erzieherin, Erziehungs- und Entwicklungsberaterin, Zirkuspädagogin

Teilnahme-Gebühr 24,00€

Seminarumfang 1 x = 4 UE

Ort: Digital

Veranstaltungs-Nr.: 2672250030



> KINDERTAGESPFLEGE

Mit den Händen sprechen – Einführung in die Babyzeichensprache

Schon bevor Babys sprechen können, möchten sie sich mitteilen – mit Babygebärden gelingt das auf spielerische Weise. In diesem Online-Seminar lernst du, wie du Babyzeichensprache gezielt im Alltag mit Babys und Kleinkindern einsetzen kannst.

Das Seminar vermittelt fundiertes Wissen und viele Anregungen zur direkten Umsetzung in der Betreuungspraxis.

Di 24.03.2026 | 18.00–21.15 Uhr

Denise Nobis, Erzieherin, Erziehungs- und Entwicklungsberaterin, Zirkuspädagogin
Teilnahme-Gebühr 24,00 €
Seminarumfang 1 x = 4 UE
Ort: Digital

Veranstaltungs-Nr.: 2672250031



Übergänge in der Kindertagespflege gemeinsam gestalten

Eltern als sichere Basis im Transitionsprozess

Übergänge sind sensible Phasen – für Kinder, Eltern und pädagogische Fachkräfte gleichermaßen. In diesem Seminar lernen die Teilnehmenden, wie sie Eltern aktiv in Transitionen (z.B. Kita-Start, Gruppenwechsel, Schuleintritt) einbeziehen können, um Sicherheit, Vertrauen und Kontinuität zu fördern.

Im Zentrum steht die bindungsorientierte Haltung: Kinder bewältigen Übergänge dann gut, wenn ihre Bezugspersonen miteinander in Resonanz sind. Das Seminar vermittelt praxisnahe Strategien, wie Eltern als Partner:innen im Prozess gestärkt und Übergänge zu Chancen für Beziehung und Entwicklung werden.

Mi 29.04.2026 | 18.00–21.15 Uhr

Natalie Titze, Erzieherin
Teilnahme-Gebühr 24,00 €
Seminarumfang 1 x = 4 UE
Ort: Digital

Veranstaltungs-Nr.: 2672250039



> KINDERTAGESPFLEGE

Frühe Regulationsstörungen erkennen und begleiten

Handlungssicherheit in der Kindertagespflege

Manche Kinder schreien viel, schlafen kaum oder verweigern das Essen – eine Herausforderung für die Kindertagespflege. In dieser Fortbildung erfahren Sie, was frühe Regulationsstörungen sind, wie sie entstehen und wie Sie betroffene Kinder und Eltern feinfühlig und professionell begleiten.

Inhalte

- Entwicklung der Regulationsfähigkeit
- Formen von Regulationsstörungen: Schreien, Schlafprobleme, Fütterstörungen
- Auswirkungen auf Bindung und Tagespflege
- Fachwissen aus Entwicklungspsychologie und Bindungsforschung
- Praktische Strategien und Grenzen professioneller Unterstützung

Ziel

Mehr Handlungssicherheit im Umgang mit schwierigen Alltagssituationen.

Mi 15.04.2026 | 18.00–21.15 Uhr

Denise Nobis, Erzieherin, Erziehungs- und Entwicklungsberaterin, Zirkuspädagogin
Teilnahme-Gebühr 24,00 €
Seminarumfang 1 x = 4 UE
Ort: Digital

Veranstaltungs-Nr.: 2672250032



© Sandy Morelli/ shutterstock.com

> KINDERTAGESPFLEGE

Konflikte mit herausfordernden Eltern professionell gestalten

Wenn die Zusammenarbeit mit Eltern schwierig wird, braucht es Klarheit, Haltung und gute Kommunikation. In diesem Seminar reflektieren wir konkrete Konfliktsituationen, stärken unsere Konfliktfähigkeit und erarbeiten eine professionelle Haltung.

Ziel ist es, auch in schwierigen Gesprächen handlungsfähig und souverän zu bleiben – mit Praxisbezug, Austausch und Übungen.

Di 03.02.2026 | 09.30–16.30 Uhr

Julia Junge, Mediatorin BM®, Coach, Dozentin
QHB KTP, Trainerin (Kommunikation & Konflikte)
Teilnahme-Gebühr 48,00 €

Seminarumfang 1 x = 8 UE

Ort: Kath. Familienbildungsstätte Wipperfürth
Klosterplatz 2 | 51688 Wipperfürth

Veranstaltungs-Nr.: 2672250022

Streiten erlaubt! Warum Streit unter Kindern wichtig ist ...

... und wie wir ihn begleiten können.

Streit gehört zum Aufwachsen einfach dazu – und doch empfinden wir ihn oft als unangenehm oder anstrengend. Viele Erwachsene haben nie gelernt, konstruktiv zu streiten oder eigene Gefühle und Bedürfnisse klar auszudrücken. Gleichzeitig erleben wir in der Kindertagespflege täglich, wie Kinder lautstark um Spielzeug, Aufmerksamkeit oder Raum ringen. In diesem Seminar lernen wir kindliche Konflikte gelassen zu begleiten, Kinder in ihrer emotionalen Entwicklung zu stärken und selbst ruhig und klar zu bleiben. Mit praxisnahen Impulsen, Übungen und Austausch entwickeln wir Strategien, wie aus Streit echte Lernchancen werden – für Kinder und Erwachsene.

Mi 06.05.2026 | 09.30–16.30 Uhr

Julia Junge, Mediatorin BM®, Coach, Dozentin
QHB KTP, Trainerin (Kommunikation & Konflikte)
Teilnahme-Gebühr 48,00 €

Seminarumfang 1 x = 8 UE

Ort: Kath. Familienbildungsstätte Wipperfürth
Klosterplatz 2 | 51688 Wipperfürth

Veranstaltungs-Nr.: 2672250026

> KINDERTAGESPFLEGE

Kollegiale Beratung für Kindertagespflegepersonen

In der kollegialen Beratung kommen wir gemeinsam ins Gespräch, über Ihre Fragen, Herausforderungen und Erfahrungen im KTP-Alltag. Bringen Sie gern ein eigenes Thema mit oder nehmen Sie als Mitdenkende teil. Mögliche Themen sind z. B.:

- Schwieriges Verhalten eines Kindes
- Umgang mit herausfordernden Eltern
- Die Eingewöhnung läuft nicht rund
- Belastung durch Alltag & Familie
- Fragen zur eigenen beruflichen Perspektive

Nach einer kurzen Kennenlernrunde sammeln wir Ihre Anliegen und tauschen uns dazu aus – offen, wertschätzend und lösungsorientiert.

Do 19.02.2026 | 18.00–19.30 Uhr

Julia Junge, Mediatorin BM®, Coach, Dozentin
QHB KTP, Trainerin (Kommunikation & Konflikte)
Teilnahme-Gebühr 20,00 €

Seminarumfang 1 x = 2 UE

Ort: Digital

Veranstaltungs-Nr.: 2672250018



Do 21.05.2026 | 18.00–19.30 Uhr

Julia Junge, Mediatorin BM®, Coach, Dozentin
QHB KTP, Trainerin (Kommunikation & Konflikte)
Teilnahme-Gebühr 20,00 €

Seminarumfang 1 x = 2 UE

Ort: Digital

Veranstaltungs-Nr.: 2672250020



Di 24.03.2026 | 18.00–19.30 Uhr

Julia Junge, Mediatorin BM®, Coach, Dozentin
QHB KTP, Trainerin (Kommunikation & Konflikte)
Teilnahme-Gebühr 20,00 €

Seminarumfang 1 x = 2 UE

Ort: Digital

Veranstaltungs-Nr.: 2672250019



Mo 22.06.2026 | 18.00–19.30 Uhr

Julia Junge, Mediatorin BM®, Coach, Dozentin
QHB KTP, Trainerin (Kommunikation & Konflikte)
Teilnahme-Gebühr 20,00 €

Seminarumfang 1 x = 2 UE

Ort: Digital

Veranstaltungs-Nr.: 2672250021



> KINDERTAGESPFLEGE

Stark im Alltag – Stressfrei durch den Betreuungstag

Ein Tag für mehr Gelassenheit, Energie und Freude in der Kindertagespflege

Die Arbeit in der Kindertagespflege erfordert täglich vollen Einsatz. Wer viel gibt, muss auch lernen, gut für sich selbst zu sorgen. Dieser praxisnahe Workshop richtet sich an alle, die sich nach einem langen Betreuungstag mehr Gelassenheit, Energie und Freude wünschen.

Inhalte

- Typische Stressfaktoren erkennen und verstehen
- Auswirkungen von Stress auf Körper und Psyche
- Praktische Tipps zur Stressbewältigung und Selbstfürsorge
- Werkzeuge für Abgrenzung und Priorisierung
- Strategien für einen gesunden Umgang mit Ressourcen

Für den Alltag

- Einfache Atem- und Achtsamkeitsübungen
- Kurze Bewegungseinheiten für zwischendurch
- Impulse für kleine Pausen mit großer Wirkung

Kollegialer Austausch

- Offener Dialog über Herausforderungen
- Gemeinsame Lösungsansätze und gegenseitige Unterstützung
- Neue Inspirationen für den Alltag

Wer in der Kindertagespflege arbeitet, leistet Großes – und verdient es, stark und ausgelassen durch den Tag zu gehen. Der Workshop bietet dafür wertvolle Impulse und praktische Methoden und einen geschützten Rahmen für Austausch und gegenseitige Unterstützung.

Sa 28.03.2026 | 09.30–16.30 Uhr

Ronja Fischer, Mediatorin, Trainerin für Stress & Resilienz

Teilnahme-Gebühr 48,00 €

Seminarumfang 1 x = 8 UE

Ort: Kath. Familienbildungsstätte Wipperfürth
Klosterplatz 2 | 51688 Wipperfürth

Veranstaltungs-Nr.: 2672250037

> KINDERTAGESPFLEGE

Entdecke die Kraft des Giraffentraums in der Kinderbetreuung!

Ein Tag für Kindertagespflegepersonen

Möchten sie den Alltag in deiner Einrichtung bereichern und eine Atmosphäre schaffen, in der Empathie und wertschätzender Umgang im Vordergrund stehen? Der Giraffentraum, basierend auf den Prinzipien von Marshall Rosenberg, hilft dabei, Konflikte gewaltfrei zu lösen, die Resilienz sowohl bei Kindern als auch bei Fachkräften zu stärken und eine Atmosphäre der Achtsamkeit zu kreieren.

Durch die gewaltfreie Kommunikation lernen sie, die Bedürfnisse und Gefühle aller Beteiligten wahrzunehmen und wertschätzend zu kommunizieren. So entsteht ein harmonisches Miteinander, das nicht nur die Kinder stärkt, sondern auch Sie selbst in Ihrer pädagogischen Arbeit unterstützt. Entdecken Sie im Seminar, wie der Giraffentraum nach Frank Gaschler Ihren pädagogischen Alltag bereichern kann!

Sa 30.05.2026 | 10.00–17.00 Uhr

Irene Eggert, Diplom Sozialpädagogin, Erzieherin
Teilnahme-Gebühr 72,00 €

Seminarumfang 1 x = 8 UE

Ort: Kath. Familienbildungsstätte Wipperfürth
Klosterplatz 2 | 51688 Wipperfürth

Veranstaltungs-Nr.: 2672250043



© New Africa / shutterstock.com

> KINDERTAGESPFLEGE

Entdecke die Kraft des echten Zuhörens

Fortbildungsnachmittag für Kindertagespflegepersonen

In diesem Workshop erleben Sie zwei intensive Trainingseinheiten, die Ihnen helfen, echtes Zuhören zu praktizieren und Ihre Selbstwahrnehmung zu stärken. Wir führen praktische Übungen zur Verbesserung Ihrer Zuhörfähigkeit durch.

Sie tauschen Sie sich über Ihre Erfahrungen aus. Sie lernen, aktiv und empathisch zuzuhören, und wie dadurch tiefere Verbindungen zu Kindern und Eltern aufgebaut werden können. Ihre Selbstwahrnehmung und Achtsamkeit werden gefördert. Einzige Voraussetzung: Offenheit für neue Erfahrungen und die Bereitschaft zur aktiven Teilnahme.

So 29.03.2026 | 13.00–16.30 Uhr

Stefan Höne, Pilgerbegleiter
Teilnahme-Gebühr 40,00 €
Seminarumfang 1 x = 4 UE
Ort: Kath. Familienbildungsstätte Wipperfürth
Klosterplatz 2 | 51688 Wipperfürth
Veranstaltungs-Nr.: 2672250015

Aktuelle Rechtsfragen in der 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.

Di 03.02.2026 | 18.00–19.30 Uhr

Tassia Katsouros, Fachanwältin für Familienrecht
Teilnahme-Gebühr 10,00 €
Seminarumfang 1 x = 2 UE
Ort: Digital

Veranstaltungs-Nr.: 2672250036



©Parhamir / shutterstock.com

> KINDERTAGESPFLEGE

Pause für die Seele – Energie tanken, Resilienz leben

Ein Tag für Kindertagespflegepersonen

Gönnen Sie sich einen Moment der Ruhe: Ein heißer Tee oder Kaffee, ein saftiger Muffin und ein lockeres Gespräch – ganz ohne Hektik?

Im Alltag vergessen wir oft unsere eigenen Bedürfnisse. Dieser Tag ist Ihr Raum zum Wohlfühlen und Auftanken.

Warum? Weil resiliente Menschen sich selbst wertschätzen, auch wenn es gerade nicht rundläuft. Sie vertrauen sich, erkennen ihre eigenen Stärken und gehen fürsorglich mit sich um. Genau das wollen wir gemeinsam für den herausfordernden Alltag in der Kindertagespflege stärken.

Was erwartet Sie?

Selbstfürsorge bewusst wahrnehmen: Sie lernen, wie wichtig es ist, eigene Bedürfnisse zu erkennen und ernst zu nehmen.

Resilienz verstehen und anwenden: Wir klären, was Resilienz bedeutet und wie Sie diese Fähigkeit im Alltag nutzen können.

Eigene Ressourcen entdecken: Mit kreativen Methoden, wie einer persönlichen Collage, richten Sie den Blick auf Ihre inneren Schätze.

Entspannung erleben: Eine Fantasiereise lädt Sie ein, zur Ruhe zu kommen und neue Energie zu schöpfen.

Transfer in den Alltag: Sie nehmen konkrete Impulse mit, um Gelassenheit und Stärke in Ihre tägliche Arbeit zu integrieren.

Das Seminar bietet Raum für Austausch, Reflexion und praktische Impulse – mit dem Ziel, gestärkt und inspiriert in den Alltag zurückzukehren.

Bitte mitbringen: Isomatte für eine Fantasiereise.

Sa 14.03.2026 | 10.00–17.00 Uhr

Irene Eggert, Diplom Sozialpädagogin, Erzieherin, Kulturpädagogin
Teilnahme-Gebühr 72,00 €
Seminarumfang 1 x = 8 UE
Ort: Kath. Familienbildungsstätte Wipperfürth
Klosterplatz 2 | 51688 Wipperfürth
Veranstaltungs-Nr.: 2672250041

> 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 erfahrbbar 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

Sa 31.01.2026 | 10.00–17.00 Uhr

Irene Eggert, Diplom Sozialpädagogin, Erzieherin

Teilnahme-Gebühr 65,00€

Seminarumfang 1 x = 8 UE

Ort: Kath. Familienbildungsstätte Wipperfürth

Klosterplatz 2 | 51688 Wipperfürth

Veranstaltungs-Nr.: 2672250042

> KINDERTAGESPFLEGE

Vertiefung der Prävention sexualisierter Gewalt

Fortbildung für Fachkräfte in der Kindertagespflege

Kinder sind von Anfang an geschlechtliche und sexuelle Wesen – im Sinne ihrer Neugier auf den eigenen Körper, ihrer Sinnlichkeit und Beziehungsfähigkeit. Diese Fortbildung berücksichtigt die Besonderheiten der Entwicklung bei Kindern unter drei Jahren und richtet sich an Fachkräfte, die eine achtsame, respektvolle und professionelle Haltung im Umgang mit der kindlichen Sexualität vertiefen möchten. Eine Haltung, die Kinder auch in ihrer Sexualität ernst nimmt, sie begleitet und schützt, ohne zu beschämen oder zu tabuisieren. Die Fortbildung bietet Fachkräften Raum zur fachlichen Reflexion und vermittelt praxisorientierte Impulse, um sexueller Gewalt präventiv zu begegnen. Ziel ist die Stärkung der Handlungssicherheit im pädagogischen Alltag sowie die Förderung einer Schutz- und Achtsamkeitskultur in der Kindertagespflege.

Inhalte

- Differenzierung: kindliche versus erwachsene Sexualität
- Entwicklungsgemäße Stärkung der Selbstwahrnehmung, Selbstbestimmung und Schutzkompetenzen von Kindern
- Umgang mit kindlichen „Erkundungen“: Was ist erlaubt, wo sind Grenzen?
- Rechte, Grenzen und professionelles Handeln
- Kompetenter und sensibler Umgang mit Kinderfragen zu Körper und Sexualität
- Reflexion und professioneller Umgang mit Fragen und Bedenken von Eltern

Fr 17.04.2026 | 09.30–16.30 Uhr

Ute Schneider, Diplom Sozialpädagogin, systemische Beraterin

Teilnahme-Gebühr 48,00€

Seminarumfang 1 x = 8 UE

Ort: Kath. Familienbildungsstätte Wipperfürth

Klosterplatz 2 | 51688 Wipperfürth

Veranstaltungs-Nr.: 2672250044

> KINDERTAGESPFLEGE

Erste-Hilfe-Kurs 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 24.01.2026 | 09.00–17.00 Uhr

Mitarbeiter vom Deutschen Roten Kreuz
Teilnahme-Gebühr 60,00 €
Seminarumfang 1 x = 9 UE
Ort: Kath. Familienbildungsstätte Wipperfürth
Klosterplatz 2 | 51688 Wipperfürth
Veranstaltungs-Nr.: 2672250038

Sa 28.03.2026 | 09.00–17.00 Uhr

Mitarbeiter vom Deutschen Roten Kreuz
Teilnahme-Gebühr 60,00 €
Seminarumfang 1 x = 9 UE
Ort: Kath. Familienbildungsstätte Wipperfürth
Klosterplatz 2 | 51688 Wipperfürth
Veranstaltungs-Nr.: 2672250016

Fr 03.07.2026 | 09.00–17.00 Uhr

Mitarbeiter vom Deutschen Roten Kreuz
Teilnahme-Gebühr 60,00 €
Seminarumfang 1 x = 9 UE
Ort: Kath. Familienbildungsstätte Wipperfürth
Klosterplatz 2 | 51688 Wipperfürth
Veranstaltungs-Nr.: 2672250017



© stockcreations / shutterstock.com

> SCHULTAG

SchulTag Grundkurs: Qualifizierte Betreuung für Schulkinder Berufliche Fortbildung für Betreuungskräfte im Primarbereich

Der Kurs richtet sich an Personen, die bereits in der OGS arbeiten oder dort tätig werden möchten – insbesondere ohne pädagogische Vorbildung. In 92 Unterrichtseinheiten erwerben die Teilnehmenden grundlegende Kenntnisse zur Organisation des Offenen Ganztags und zu den Arbeitsbedingungen.

Weitere Informationen erhalten Sie im Kursflyer, den wir Ihnen gerne auf Anfrage zusenden.

Mi 04.02.–15.07.2026 | 09.00–21.15 Uhr

Carolin Dörmbach, Kulturanthropologin,
Improspielerin, Coach
Rolf Brendecke, Mitarbeiter der Fachstelle
für Jugendpastoral
Victoria von Eynatten, Bildungsreferentin DJK
Mark T. Speitel, Rechtsanwalt
Merle Wieschhoff, Kommunikationstrainerin
Jessica von Palubitzki, Diplom Pädagogin,
MPT Kraft, ehem. OGS-Leitung
Yvonne Richelshagen, Ernährungsberaterin
Teilnahme-Gebühr 750,00 €
Seminarumfang 20 x = 92 UE
Ort: Kath. Familienbildungsstätte Wipperfürth
Klosterplatz 2 | 51688 Wipperfürth
Veranstaltungs-Nr.: 2672250040



© contrastwerkstatt / adobe stock.com

> SCHULTAG

SchulTag Aufbaukurs: Qualifizierte Betreuung für Schulkinder

Berufliche Fortbildung für Betreuungskräfte im Primarbereich

Der Aufbaukurs vertieft praxisnah die Inhalte des Grundkurses und bietet Raum zur Reflexion beruflicher Erfahrungen. Im Mittelpunkt steht ein eigenes Projekt, das geplant, in der OGS umgesetzt und im Kurs ausgewertet wird. Voraussetzung ist die Teilnahme am SchulTag Grundkurs. Der Kurs umfasst 120 Unterrichtsstunden (88 Präsenz-/Online- und 32 Selbstlernstunden).

Di 10.03.–21.09.2026 | 09.00–21.15 Uhr

Carolin Dörmbach, Kulturanthropologin,

Improspielerin, Coach

Ulrike Krell, Dipl. Sozialarbeiterin

Tobias Schmölders, Diplom-Pädagoge,

Medienpädagoge

Jürgen Weinz, Diplom Religionspädagoge

Yvonne Zöll, Erlebnispädagogin

Teilnahme-Gebühr 750,00 €

Seminarumfang 20 x = 88 UE

Ort: Kath. Familienbildungsstätte Wipperfürth

Klosterplatz 2 | 51688 Wipperfürth

Veranstaltungs-Nr.: 2672250027



© Elke Moorkamp

> MITARBEITENDE

Online Vertiefungsschulung Prävention

Für Mitarbeitende in katholischen Verbänden und Einrichtungen

Die Vertiefungsschulung Prävention sind 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. Außerdem werden die Verfahrenswege und der Umgang mit den anvertrauten Menschen Thema sein.

Teilnehmende erhalten eine Teilnahmebescheinigung. Die Fortbildung ist gemäß Ausführungsbestimmung zu §9 PräVÖ als Vertiefungsschulung anerkannt.

Mi 22.04.2026 | 17.30–20.45 Uhr

Merle Wieschhoff, Kommunikationstrainerin,

M.A.

Teilnahme-Gebühr 26,00 €

Seminarumfang 1 x = 4 UE

Ort: Digital

Veranstaltungs-Nr.: 2672790005



© Brian A Jackson / shutterstock.com

> MITARBEITENDE

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.

Mi 15.04.–16.04.2026 | 17.30–20.45 Uhr

Merle Wieschhoff, Kommunikationstrainerin,
M.A.

Teilnahme-Gebühr 52,00 €

Seminarumfang 2 x = 8 UE

Ort: Digital

Veranstaltungs-Nr.: 2672790004



© Katina Brown/shutterstock.com

> MITARBEITENDE

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

Für Teilnehmende von Noh bieneen! Wohn- und Betreuungsangebote für Menschen mit Behinderung e.V. und Lebenspfade Oberberg e.V. ist der Kurs kostenfrei.

Sa 18.04.–31.05.2026 | 09.00–16.30 Uhr

Melanie Frackenpohl, B.A. Business Administration

Lorena Potthof, B.A. Business Administration,
Bereichsleitung Familienunterstützender Dienst „Noh Bieneen“

Manfred Wagner, Altenpfleger, Gestalttherapeut
Anna Wagner, Gestalttherapeutin, Hauswirtschafterin

Teilnahme-Gebühr 200,00 €

Seminarumfang 5 x = 40 UE

Ort: Kath. Familienbildungsstätte Wipperfürth
Klosterplatz 2 | 51688 Wipperfürth

Veranstaltungs-Nr.: 2672790007

> EHRENAMT

Taizé-Gesänge – Gottes Atem in mir...

An diesem Tag werden die bekannten und auch neuen Gesänge mit ihrer wohltuenden und heilenden Wirkung auf Körper und Seele ganz im Vordergrund stehen. Wir werden unser Singen durch Atemarbeit und leichte Körperübungen bestmöglich entfalten. Ein Bibeltext wird uns durch den Tag begleiten. Im gemeinsamen Gesang und in der Stille werden Geist und Seele Erholung und Tiefe erfahren.

Insbesondere werden wir

- Gesänge und meditatives Singen einüben
- Bibel- oder Glaubensimpulse bekommen
- Zeiten der Stille haben
- und um 18.00 Uhr ein Taizé-Gebet zu gestalten.

So 22.03.2026 | 10.00–17.30 Uhr

Susanne Hebbecker, Organistin

Teilnahme-Gebühr 15,00 €

Seminarumfang 1 x = 8 UE

Ort: Kath. Pfarrheim St. Nikolaus Wipperfürth

Kirchplatz 4 | 51688 Wipperfürth

Veranstaltungs-Nr.: 2672730003



© Smileusj / shutterstock.com

> 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 06.03.–09.05.2026 | 18.00–16.00 Uhr

Elke Pracejus, Trauerbegleiterin,

Gestalttherapeutin

Teilnahme-Gebühr 50,00 €

Seminarumfang 11 x = 56 UE

Ort: Kath. Familienbildungsstätte Wipperfürth

Klosterplatz 2 | 51688 Wipperfürth

Veranstaltungs-Nr.: 2672790001



© PopTika / shutterstock.com

> EHRENAMT UND HOSPIZ

Lebensbegleitung in der Zeit des Sterbens – Aufbaukurs

Befähigungskurs 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.

Di 12.05.–13.06.2026 | 18.00–16.00 Uhr

Elke Pracejus, Trauerbegleiterin,
Gestalttherapeutin

Teilnahme-Gebühr 25,00 €

Seminarumfang 6 x = 28 UE

Ort: Kath. Familienbildungsstätte Wipperfürth
Klosterplatz 2 | 51688 Wipperfürth

Veranstaltungs-Nr.: 2672790002



© Michael Bednarek / shutterstock.com

> EHRENAMT UND HOSPIZ

Demenz und Hospizdienst

Di 16.06.–23.06.2026 | 18.00–21.15 Uhr

Regina Löhr, Koordinatorin bei der Ökumenischen Hospizinitiative Wipperfürth-Kürten e.V.
gebührenfrei
Seminarumfang 2 x = 8 UE

Ort: Kath. Familienbildungsstätte Wipperfürth
Klosterplatz 2 | 51688 Wipperfürth
Veranstaltungs-Nr.: 2672790003



© A3pfamily / shutterstock.com

Wochenende für Hospizgruppe

Fordern Sie den Flyer mit Inhalten im Haus der Familie an.

In Zusammenarbeit mit dem Ökumenischen Hospizdienst Wipperfürth/Kürten.

Anmeldeschluss: Montag, 08.06.2026.

Bei Abmeldung nach dem 08.06.2026 stellen wir Ihnen die Ausfallgebühr des Tagungshauses in Rechnung, es sei denn, der Platz kann über eine Warteliste zum Kurs besetzt werden.

Fr 21.08.–23.08.2026 | 09.00–13.00 Uhr

Regina Löhr, Koordinatorin bei der Ökumenischen Hospizinitiative Wipperfürth-Kürten e.V.
gebührenfrei
Seminarumfang 3 x = 18 UE

Ort: Katholisch-Soziales Institut
Bergstraße 26 | 53721 Siegburg
Veranstaltungs-Nr.: 2672790013

> EHRENAMT UND HOSPIZ

Menschen in Ausnahmesituationen begleiten Fortbildung für Ehrenamtliche in Vereinen und Gruppen

Ehrenamtliches Engagement bedeutet auch, Menschen in besonderen Lebenslagen zu begegnen: Verlust, Trauer, Abschiede, Tod oder Trennung. Solche Situationen können sprachlos machen – und doch brauchen Betroffene gerade dann Orientierung und Halt.

In diesem praxisnahen Seminar erfahren Sie

- Wie spreche ich schwierige Themen wie Trauer und Ohnmacht an?
- Was hilft, wenn mir selbst die Worte fehlen?
- Welche Methoden geben Halt und Hoffnung?
- Wie sorge ich dabei gut für mich selbst?

Sie erhalten fundiertes Wissen über Trauerprozesse, lernen, warum Floskeln oft mehr belasten als helfen, und bekommen konkrete Impulse für eine empathische Begleitung. Mit vielen Beispielen aus der Praxis und hilfreichen Ideen für die Arbeit mit Gruppen und als Funktionär in Vereinen. Lisa Harmann ist zertifizierte Familientrauerbegleiterin und Notfallseelsorgerin.

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

Sa 28.02.2026 | 10.00–15.00 Uhr

Lisa Harmann, Journalistin, Autorin, Bloggerin gebührenfrei

Seminarumfang 1 x = 6 UE

Ort: Kath. Familienbildungsstätte Wipperfürth
Klosterplatz 2 | 51688 Wipperfürth

Veranstaltungs-Nr.: 2672790009



kompetent & engagiert

EHRENAMTS- AKADEMIE

OBERBERGISCHER KREIS

- 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



vhs
Volkshochschule
Oberberg



KATHOLISCHES
BILDUNGWERK
Oberbergischer Kreis



KATHOLISCHE
FAMILIENBILDUNGSSTÄTTE
Wipperfürth – Haus der Familie



EVANGELISCHER
KIRCHENKREIS
AN DER AGGER

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



156



157

> 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

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



> 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

Tagesmütternetz im OBK e.V.

Oberbergischer Kreis, Projekt Weitblick

Ehrenamtsakademie Oberbergischer Kreis

Weltladen e.V.

Heimat- und Geschichtsverein Wipperfürth



© Chromatika Multimedia snc / shutterstock.com

> 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 Qualitäts-erhebung 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 Ihnen als Teilnehmer/ in einer Veranstaltung und der Bildungseinrichtung. Abweichende Allgemeine Geschäfts- oder Veranstaltungsbedingungen haben keine Gültigkeit.

Anmeldung

Bitte nutzen Sie für die Anmeldung die Anmelde-karten 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 Teilnahmebeitrags, 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 Kostenerstat- tung entsteht dadurch nicht.

Anmeldung für Veranstaltungen mit Kooperationspartnern

Anmeldungen für Veranstaltungen bei unseren Kooperationspartnern in den katholischen Kirchen-gemeinden 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

Den Teilnahmebeitrag können Sie durch SEPA-Lastschrifteinzug, PayPal oder Kreditkarte entrichten. Anmeldungen über das Internet oder per E-Mail sind nur mit Erteilung einer SEPA-Lastschrift möglich. Wenn Sie in anderen Anmeldeverfahren dem SEPA-Lastschrifteinzug nicht zustimmen wollen, müssen Sie die Kursgebühr umgehend bezahlen.

SEPA-Lastschrifteinzug

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

> ALLGEMEINE GESCHÄFTSBEDINGUNGEN

- Der Teilnahmebeitrag 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 Lastschrifteinzüge, die wegen falscher oder fehlerhafter Bankverbindung, mangelnder Deckung des Kontos oder unrechtmäßigen Widerspruchs nicht eingelöst werden können, berechnen wir die entstandenen Bankgebühren.

Paypal / Kreditkarte

Die Zahlung per PayPal erfolgt unmittelbar mit der Anmeldung.
Sofern Sie per Kreditkarte zahlen, wird Ihr Konto ebenfalls mit der Anmeldung belastet.

Banküberweisung

Banküberweisungen sind in Ausnahmefällen mög-lich. Bei Banküberweisung wird das Teilnahmean-gebot direkt mit der Anmeldung fällig.

Ratenzahlung

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

Rücktritt / Stornierungsgebühren

Die Pflicht zur Entrichtung des Teilnahmebeitrags entfällt, wenn uns die schriftliche Rücktrittserklä- rung spätestens am 7. Tag vor dem Veranstaltungs-termin zugeht. In diesen Fällen wird lediglich eine Stornierungsgebühr in Höhe von 2 Euro erhoben.

Bei einer späteren Abmeldung bzw. bei Nichter-scheinen oder vorzeitigem Beenden der Teilnahme ist die volle Teilnehmerbetrag zu zahlen. Für Veran-staltungen im Bereich der beruflichen Qualifi-kationen (z. B. Schultag u. Kindertagespflege) oder mit ausgewiesenen personenbezogenen öffentlichen Fördermitteln (z. B. Bildungsschecks) oder mit Übernachtung und Verpflegung gelten abweichende Rücktrittsfristen. Diese Abweichungen gelten auch für Veranstaltungen der Mitarbeiterfortbildung.

- Kursangebote im Bereich der beruflichen Qualifikationen 42 Tage vor Kursbeginn
- Kursangebote mit personenbezogenen öffentlichen Fördermitteln 56 Tage vor Kursbeginn
- Kursangebote mit Übernachtung und Verpfle-gung entsprechend der allg. Reisebedingungen 42 Tage vor Kursbeginn

entsprechend der allgemeinen Reisebedingungen.

Maßgebend ist in allen Fällen das Eingangsda-tum Ihrer Abmeldung. Zur Fristwahrung muss die Rücktrittserklärung in Textform in der Einrichtung eingehen, 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. Das gilt nur für den vollständigen Ausfall eines Kurses. Fallen einzelne Termine eines Kurses aus, werden diese in Ersatzterminen nachgeholt. Ist eine Nachholung des Termins nicht möglich, erfolgt eine anteilige Gutschrift des Kursbetrags, die im Rahmen einer neuen Buchung bei der Teilnahmegebühr berücksichtigt wird.

Ermäßigungen / Erstattungen

Die Teilnehmerbeträge sind für die Teilnehmer/innen sehr kostengünstig kalkuliert. Aus diesem Grund gibt es auch nur in einzelnen Programmbe reichen bzw. für einzelne Zielgruppen die Möglichkeit einer Gebührenermäßigung. Bitte informieren Sie sich über mögliche Ermäßigungsgründe und einzureichende Nachweise bei der Bildungseinrichtung. Sie müssen bei der Buchung des Kurses angegeben werden, um für den Teilnahmebetrag berücksichtigt werden zu können. Erfolgt die Beantragung erst später, aber noch im

Rahmen der Frist, kann Sie Ihnen nur in Form eines Guthabens für den nächsten Kurs in einer unserer Einrichtungen angerechnet werden. Eine Auszahlung ist nicht möglich. Das Guthaben verfällt nach 3 Jahren.

In Bezug auf etwaige Erstattungsmöglichkeiten der Krankenkassen bitten wir Sie, sich an ihre jeweilige Krankenkasse zu wenden. Auf Wunsch stellen wir Ihnen nach Beendigung Ihres Kurses eine Bescheinigung über die Teilnahme und die Zahlung des Teilnahmebetrags aus.

Teilnahmebetrag und Sachkosten

Jede Veranstaltung ist mit dem fälligen Teilnahme betrag gekennzeichnet. Eine Unterrichtseinheit (UE) umfasst 45 Minuten. In Einzelfällen sind zusätzlich Mehrkosten und Umlagen in der Kursbeschreibung ausgewiesen. Solche Sachkosten sind von der Ermäßigungsmöglichkeit ausgeschlossen. Sie werden mit dem Teilnahmebetrag 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 Terminände rungen vor.

Mindestteilnehmerzahl

Veranstaltungen werden in der Regel ab 10 Personen durchgeführt.

> ALLGEMEINE GESCHÄFTSBEDINGUNGEN

Mindestalter der Teilnehmer/innen

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

Haftung und Datenschutz

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

Stand: 01.10.2025

> 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 Veranstaltungsumfang 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 Vertragsförderung 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 rechtszeitig und transparent darüber informiert.

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

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

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

Geplante Datenübermittlung an Drittstaaten

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

Aufbewahrungsfristen / Regelfristen für die Löschung der Daten

Der Gesetzgeber hat vielfältige Aufbewahrungsfristen und -pflichten erlassen. Nach Ablauf dieser Fristen werden die entsprechenden Daten routinemäßig gelöscht. Sofern Daten hiervom 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.

> 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 158 bis 159.

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>

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.

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

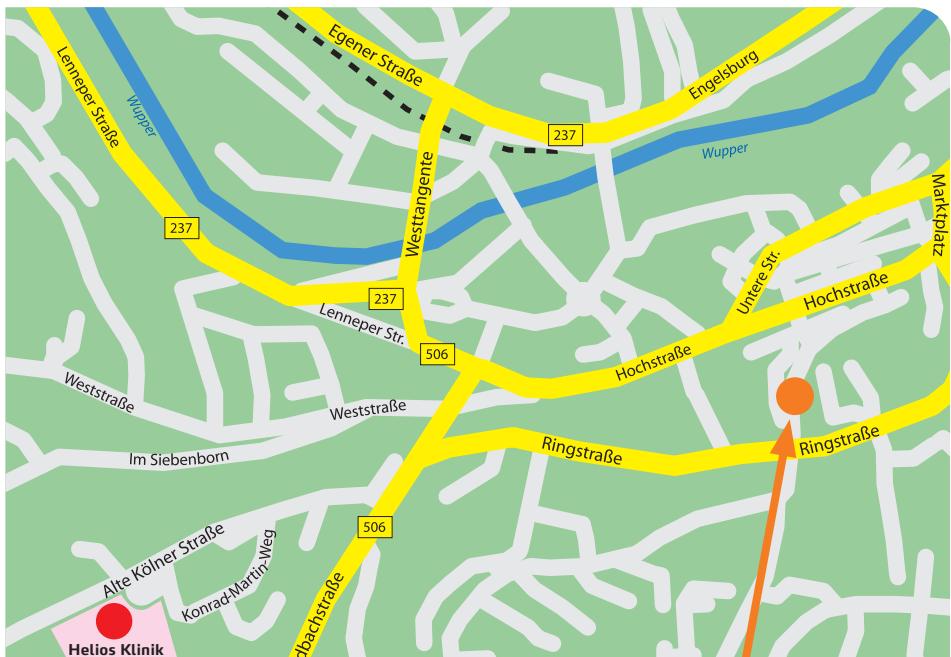
..... BIC

..... IBAN

..... Datum/Ort

..... Unterschrift

> SO FINDEN SIE UNS





Katholische Familienbildungsstätte Wipperfürth – Haus der Familie

Klosterplatz 2 | 51688 Wipperfürth

Telefon 02267 871420

info@hdf-wipperfuerth.de | www.hdf-wipperfuerth.de