# ELTERNSCHULE JOSEFINE WIPPERFÜRTH 01/2025

Kurse vor und nach der Geburt Januar bis August









# **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

# 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

# > WIR ÜBER UNS



Katholische Familienbildungsstätte Haus der Familie Wipperfürth Klosterplatz 2 | 51688 Wipperfürth Telefon 02267 871420 Telefax 02267 8714223 E-Mail info@hdf-wipperfuerth.de Internet www.hdf-wipperfuerth.de

#### 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

# **Bankverbindung**

Haus der Familie IBAN: DE34 3705 0299 0321 0068 48 BIC: COKSDE33 Ihr Team in der Katholischen Familienbildungsstätte Wipperfürth



Einrichtungsleiter Thomas Dörmbach



Pädagogische Mitarbeiterin Astrid Linke



Anmeldung, Verwaltung
Martina König



Anmeldung, Verwaltung Birgit Jansen



Anmeldung, Verwaltung Anita Krämer

Fotos auf dieser Seite © Bettina Fürst-Fastr

# > INHALTSVERZEICHNIS

Häufig gestellte Fragen zur Geburtsvorbereitung	8
Hebammen	
Hebammen: Ihre Begleiterinnen durch die Schwangerschaft Hebammensprechstunde in der Elternschule Josefine	09 11
Beratungsangebote für Eltern	
Wochenbettsprechstunde Trageberatung Familienhebamme/Familienkinderkrankenschwester	12 12 13
Vor der Geburt	
Führung durch die geburtshilfliche Abteilung der Helios Klinik Wipperfürth Geburtsvorbereitung für Paare am Wochenende Stillvorbereitung Aquafit für schwangere Frauen Yoga in der Schwangerschaft	14 16 18 19 20
Leben mit dem Neugeborenen	
Rückbildungsyoga mit Baby Beckenbodentraining Babymassage	21 22 23
Babymassage für Väter und Babys	24
Stillcafé: Treffpunkt in der Elternschule	25
Altersvorsorge für Frauen	28
Elternzeit und Elterngeld	29
Die Beikost	30
Erste Hilfe bei Notfällen im Säuglings- und Kleinkindalter	31

# > INHALTSVERZEICHNIS

Elternsein und Erziehung	
Ätherische Öle für die ganze Familie	32
Ohne Windel – wann und wie?	33
Ich will aber!	33
Baby- & Kleinkinder-Schlaf	34
Die Familie wächst	35
Baby- und Kleinkindschwimmen	36
Elternstart NRW	38
Das erste Lebensjahr – Eltern-Kind-Kurs in Orientierung an Emmi Pikler	39
Allgemeine Geschäftsbedingungen	41
Datenschutzerklärung	45
Online-Angebote	47
Allgemeine Hinweise   Veranstaltungsorte	48
Anmeldung	49
So finden Sie uns	51

# > HÄUFIGE FRAGEN ZU GEBURTSVORBEREITUNGSKURSEN

#### Mit wem?

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

#### Ab wann?

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

#### Wer zahlt?

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

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

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

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



#### > HEBAMMEN

# Hebammen: Ihre Begleiterinnen durch die Schwangerschaft

Jede werdende Mutter hat Anspruch auf eine Hebamme!

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

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

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

# Kreißsaalhebammen

Zentrale Telefonnummer 02267 889-460

Irina Braikrats Telefon 02267 1534 Geburtsvorbereitung, Wochenbettbetreuung Hebammensprechstunde Dr. Baase, Wipperfürth

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

**Nina Lobbe** (Wipperfürth & Umgebung) Telefon 0152 31924816 Wochenbettbetreuung, Schwangerschaftsbegleitung

**Carina Meise-Stefer** Telefon 0171 4774554 www.meisestefer.hebamio.de, Geburtsvorbereitung, Wochenbettbetreuung, Rückbildungsgymnastik

**Sandra Petschulat** Telefon 02353 6699933 Schwangerschafts- und Wochenbettbetreuung

**Nicole Reichmann** Telefon 02266 465090 Wochenbettbetreuung, Schwangerschaft, Schwangerschaftsbeschwerden

> HEBAMMEN

**Mariett Reinl** Telefon 02269 7655 Wochenbettbetreuung

**Annika Renfordt** Telefon 0175 5212535 Geburtsvorbereitung, Wochenbettbetreuung

**Anna Ruppricht** 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, Schwanger-

schaftsvorsorge, 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

Carina Meise-Stefer | 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

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

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

# Beleghebammen

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

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

# Hebammensprechstunde in der Elternschule Josefine

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

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

#### Termine und Voranmeldung

Rückfragen oder Terminvergabe sind telefonisch jeden Donnerstag von 11:00 bis 13:00 Uhr unter 02267 889-667 möglich. Mail: gm-kreisssaal-sprechstunde@heliosgesundheit.de

Die Sprechstunde findet donnerstags von 13:00 bis 17:30 Uhr statt.

# > BERATUNGSANGEBOTE FÜR ELTERN

# Wochenbettsprechstunde

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

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

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

Weitere Informationen/Terminvereinbarung bei Caroline Hoormann

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 Hoormann

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 Gaulstraβe 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



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

# Führung durch die geburtshilfliche Abteilung der Helios Klinik Wipperfürth Ein Kind kommt.



# Chefärztin Dr. med. Cornelia Leißner Mutter und Vater zu werden, die Verantwortung für das kleine WUNDER KIND zu überneh-

men, ist vielleicht die schönste und aufregendste Aufgabe, die das Leben Ihnen stellt. Bei dieser Aufgabe möchten wir Ihnen als Team der Helios Klinik Wipperfürth gerne unter der Leitung von Chefarzt Dr. Thomas Rau-Horn mit Informationen rund um das Thema Geburt und Wochenbett zur Seite stehen. Wir freuen uns, dass Sie die Geburt Ihres Kindes bei uns erleben möchten und laden Sie herzlich zu unserem Informationsnachmittag mit Führung durch den Kreißsaal und über die Wochenstation ein.

#### Referenten

Dr. med. Cornelia Leißner, Chefärztin der Geburtshilfe und ihr Team Caroline Hoormann, Hebamme, Leiterin der Elternschule Josefine Ort Helios Klinik, Kleine Cafeteria | Alte Kölner-Str. 9 | 51688 Wipperfürth **gebührenfrei** | **Seminarumfang** 1 x = 2 UStd.

So 19.01.2025   14.00-15.30 Uhr	So 13.04.2025   14.00 – 15.30 Uhr
Veranstaltungs-Nr. 2572650001	Veranstaltungs-Nr. 2572650011
So 16.02.2025   14.00 – 15.30 Uhr	So 18.05.2025   14.00 – 15.30 Uhr
Veranstaltungs-Nr. 2572650009	Veranstaltungs-Nr. 2572650012
So 16.03.2025   14.00 – 15.30 Uhr	So 15.06.2025   14.00 – 15.30 Uhr
Veranstaltungs-Nr. 2572650010	Veranstaltungs-Nr. 2572650013

So 06.07.2025 | 14.00-15.30 Uhr Veranstaltungs-Nr. 2572650014

So 17.08.2025 | 14.00-15.30 Uhr Veranstaltungs-Nr. 2572650015

So 21.09.2025 | 14.00-15.30 Uhr Veranstaltungs-Nr. 2572650016

So 19.10.2025 | 14.00-15.30 Uhr Veranstaltungs-Nr. 2572650017

So 16.11.2025 | 14.00-15.30 Uhr Veranstaltungs-Nr. 2572650018

So 07.12.2025 | 14.00-15.30 Uhr Veranstaltungs-Nr. 2572650019



#### > VOR DER GEBURT

# Geburtsvorbereitung für Paare am Wochenende

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

Für den Partner entsteht eine Kursgebühr in Höhe von 110,00€, die ggf. bei Ihrer Krankenkasse eingereicht werden kann und bei der Hebamme zusätzlich zu entrichten ist.

Bitte die Versicherungskarte mitbringen.

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

Sa 25.01.2025 | 09.00-15.00 Uhr

Stefanie Steinhaus, Hebamme Seminarumfang 1 x = 8 UStd.

Veranstaltungs-Nr. 2572650002

Sa 08.02. - So 09.02.2025 10.00 - 16.00 Uhr

Ute Waschwill, Hebamme Seminarumfang 2 x = 16 UStd.

Veranstaltungs-Nr. 2572650020

Sa 15.03.2025 | 09.00-15.00 Uhr

Stefanie Steinhaus, Hebamme Seminarumfang 1 x = 8 UStd.

Veranstaltungs-Nr. 2572650003

Sa 22.03. - So 23.03.2025

10.00-15.00 Uhr

Saskia Weickert, Hebamme Seminarumfang 2 x = 14 UStd

Veranstaltungs-Nr. 2572650024

Sa 10.05.2025 | 09.00-15.00 Uhr

Stefanie Steinhaus, Hebamme Seminarumfang 1 x = 8 UStd.

Veranstaltungs-Nr. 2572650004

Sa 14.06. – So 15.06.2025

10.00 – 15.00 Uhr Saskia Weickert, Hebamme

Seminarumfang 2 x = 14 UStd.

Veranstaltungs-Nr. 2572650025

Sa 28.06.2025 | 09.00-15.00 Uhr

Stefanie Steinhaus, Hebamme Seminarumfang 1 x = 8 UStd.

Veranstaltungs-Nr. 2572650005

Sa 19.07. – So 20.07.2025 10.00 – 16.00 Uhr

Ute Waschwill, Hebamme Seminarumfang 2 x = 16 UStd.

Veranstaltungs-Nr. 2572650021

Sa 09.08.2025 | 09.00-15.00 Uhr

Stefanie Steinhaus, Hebamme Seminarumfang 1 x = 8 UStd.

Veranstaltungs-Nr. 2572650006

Sa 20.09.2025 | 09.00-15.00 Uhr

Stefanie Steinhaus, Hebamme Seminarumfang 1 x = 8 UStd.

Veranstaltungs-Nr. 2572650007

Sa 18.10. – So 19.10.2025

10.00-16.00 Uhr

Ute Waschwill, Hebamme Seminarumfang 2 x = 16 UStd.

Veranstaltungs-Nr. 2572650022

Sa 29.11.2025 | 09.00-15.00 Uhr

Stefanie Steinhaus, Hebamme

Seminarumfang 1 x = 8 UStd.

Veranstaltungs-Nr. 2572650008

Sa 13.12. – So 14.12.2025

10.00-16.00 Uhr

Ute Waschwill, Hebamme

Seminarumfang 2 x = 16 UStd.

Veranstaltungs-Nr. 2572650023

#### > VOR DER GEBURT

# Stillvorbereitung

Stillen ist die natürlichste Sache der Welt und trotzdem klappt es häufig nicht von Anfang an problemlos. In diesem Kurs bereitest Du dich optimal auf Euren Stillstart vor und weißt danach was zu tun ist, wenn Eure Stillbeziehung anders verläuft als geplant. Mit einer guten Vorbereitung lassen sich viele Stillprobleme vermeiden.

Es geht um folgende Themen:

- Warum Stillen?
   Woran erkenne ich, ob mein Baby Hunger hat?
   Wie häufig und wie lange muss mein Baby gestillt werden?
   Wie lege ich mein Kind korrekt an?
   Welche Stillpositionen gibt es?
- Welche Bedeutung hat die 1. Stunde für das Stillen?

Larissa Felten, Krankenschwester, Stillspezialistin Teilnahme-Gebühr 25,00€ | 40,00€ pro Paar Seminarumfang jeweils 1 x = 5 UStd. Ort: Helios Klinik, Elternschule Josefine Alte Kölner Straße 9 | 51688 Wipperfürth

Sa 01.03.2025 | 09.00-13.00 Uhr Veranstaltungs-Nr.: 2572650040

Sa 05.07.2025 | 09.00-13.00 Uhr Veranstaltungs-Nr.: 2572650041 Sa 13.09.2025 | 09.00 – 13.00 Uhr Veranstaltungs-Nr.: 2572650042

Sa 15.11.2025 | 09.00 – 13.00 Uhr Veranstaltungs-Nr.: 2572650043

#### > VOR DER GEBURT

# Aquafit für schwangere Frauen

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

Die Teilnehmergebühr bitte bei der Hebamme erfragen.

# Anmeldung und weitere Informationen bei

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

### Do 23.01.-13.03.2025 | 17.30-18.15 Uhr

Carina Meise-Stefer, Hebamme gebührenfrei

Seminarumfang 8 x = 8 UStd.

Ort: Walter-Leo-Schmitz-Bad

Ostlandstr. 32 | 51688 Wipperfürth

Veranstaltungs-Nr. 2572650044

#### Do 20.03.-05.06.2025 | 17.30-18.15 Uhr

Carina Meise-Stefer, Hebamme gebührenfrei

Seminarumfang 8 x = 8 UStd.

Ort: Walter-Leo-Schmitz-Bad

Ostlandstr. 32 | 51688 Wipperfürth

Veranstaltungs-Nr. 2572650045



Do 12.06.-17.07.2025 | 17.30-18.15 Uhr

Carina Meise-Stefer, Hebamme gebührenfrei Seminarumfang 8 x = 8 UStd.

Ort: Walter-Leo-Schmitz-Bad

Ostlandstr. 32 | 51688 Wipperfürth

Veranstaltungs-Nr. 2572650046

Pormin Serhii/shutterstock.com

#### > VOR DER GEBURT

# Yoga in der Schwangerschaft

Werdende Mütter spüren, dass eine Schwangerschaft für Körper und Seele eine ganz neue Herausforderung darstellt. Schwangerschaft und Geburt sind für jede Frau bedeutsame Ereignisse. Das Seminar ermöglicht eine bewusste Zeit für die werdende Mutter und ihr Kind, um entspannt und gelassen durch die Schwangerschaft in die Geburt gehen zu können. Typische Beschwerden der Schwangerschaft, wie z.B. Rückenschmerzen oder Verspannungen der Muskulatur, können durch Atem- und Körperübungen gelindert werden. Angst und Anspannung werden durch Tiefenentspannung gelöst. Schwangere erhalten mehr Energie und Vitalität und vertiefen den Kontakt zu ihrem Baby. Der Einstieg ist zu jeder Zeit in der Schwangerschaft möglich. Bitte fragen Sie ihren Arzt oder Ihre Hebamme, ob Yoga während der Schwangerschaft für Sie geeignet ist. Vorkenntnisse sind nicht erforderlich. Persönliche Beratung bei Petra Jabs Telefon 02266 2724, oder per E-Mail an jabs.lindlar@t-online.de

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

**Referentin** Petra Jabs, Yogalehrerin BDY/EU | **Zeit jeweils** 17.00 – 18.30 Uhr **Teilnahme-Gebühr** 30,00 € (bei 3 x = 6 UStd.), bzw. 40,00 € (bei 4 x = 8 UStd.) **Ort** Kath. Familienbildungsstätte – Haus der Familie | Klosterplatz 2 | 51688 Wipperfürth

Fr 17.01. – 07.02.2025 | 4 x = 8 UStd. Veranstaltungs-Nr. 2572660017

Fr 14.02. – 14.03.2025 | 4 x = 8 UStd. Veranstaltungs-Nr. 2572660018

Fr 21.03.–11.04.2025 | 4 x = 8 UStd. Veranstaltungs-Nr. 2572660019 Fr 09.05. – 23.05.2025 | 3 x = 6 UStd. Veranstaltungs-Nr. 2572660020

Fr 27.06. – 11.07.2025 | 3 x = 6 UStd. Veranstaltungs-Nr. 2572660021

#### > LEBEN MIT DEM NEUGEBORENEN

# Rückbildungsyoga mit Baby

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

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

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

Di 21.01.-25.03.2025 | 09.30-11.00 Uhr

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

Veranstaltungs-Nr.: 2572650038

Di 29.04. - 08.07.2025 | 09.30 - 11.00 Uhr

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

Veranstaltungs-Nr.: 2572650039

#### > LEBEN MIT DEM NEUGEBORENEN

# Beckenbodentraining

Ein gezieltes Training des Beckenbodens sorgt für eine aufrechte Körperhaltung und stärkt den Rücken. Das Beckenbodentraining stabilisiert die Körpermitte (Beckenboden, Bauch, Rücken).

Es umfasst eine Reihe von Spannungs- und Entspannungsübungen. Die erlernten Übungen lassen sich optimal in den Alltag integrieren. Positive Nebenwirkungen sind z.B. die Sicherung der Kontinenz oder eine positive Wirkung auf die Körpermitte nach einer Geburt.

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

Mo 03.02.-12.05.2025 | 08.45-09.45 Uhr

Tatjana Brombach, Physiotherapeutin Teilnahme-Gebühr 60.00€ Seminarumfang 12 x = 12 UStd.

Ort: Kath. Familienbildungsstätte Wipperfürth Klosterplatz 2 | 51688 Wipperfürth

Veranstaltungs-Nr.: 2572660045



#### > LEBEN MIT DEM NEUGEBORENEN

# Babymassage

von der 8. Lebenswoche bis zum Beginn des Krabbelalters

Diese ausgleichende Wohlfühlmassage wendet sich an Eltern und ihre Babys, die Freude am Berühren und Berührtwerden haben

> "Berührt, gestreichelt und massiert werden, das ist Nahrung für das Kind." (Leboyer)

Babymassage trägt zur Entspannung bei, hilft den Säuglingen beim Einschlafen, beugt Blähungen vor und hilft Eltern, die verschiedenen Ausdrucksformen ihres Babys zu erkennen. Das Baby sollte nicht älter als 4 Monate sein.

Bitte mitbringen: 2 Bade- oder Handtücher. 2–3 Mullwindeln, pflanzliches Öl, luftige Anziehsachen für die Mutter. Babymassage macht hungrig: Bei nicht gestillten Kindern bitte an Nahrung und Tee/Wasser denken.

#### Mo 10.03. - 14.04.2025 | 13.00 - 14.30 Uhr

Martina Cronenberg, Kinderkrankenschwester Teilnahme-Gebühr 48.00€ Seminarumfang 6 x = 12 UStd.

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

Veranstaltungs-Nr. 2572620025



#### > LEBEN MIT DEM NEUGEBORENEN

# Babymassage für Väter und Babys

von der 8. Lebenswoche bis zum Beginn des Krabbelalters

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

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

Bitte mitbringen: 1 großes Handtuch, Mandelöl

#### Sa 08.03. - 05.04.2025 | 10.00-11.30 Uhr

Heike Oehler, Kleinkindpädagogin Teilnahme-Gebühr 40,00€ Seminarumfang 4 x = 8 UStd. Ort: Kath. Familienbildungsstätte Wipperfürth Klosterplatz 2 | 51688 Wipperfürth

Veranstaltungs-Nr. 2572650059



#### > LEBEN MIT DEM NEUGEBORENEN

# Stillcafé: Treffpunkt in der Elternschule

Für Eltern mit Babys bis 18 Monate

Das Leben mit einem Neugeborenen wirft viele Fragen auf. Und so wie ihr Kind sich verändert, verändern sich auch die Fragen. Im Stillcafé geben wir Raum für Ihre Fragen und für den Austausch untereinander.

- Wie lange kann ich stillen?
- Was kann ich bei Stillproblemen tun?
- · Wie beginne ich mit der Beikost?
- · Wann schläft mein Kind durch?
- Wie kann ich mein Kind motorisch fördern?
- Wo finde ich Hilfe?

#### Dozentinnen

Caroline Hoormann, Hebamme, Leiterin der Elternschule Josefine Esther Bökenkamp, Dozentin Martina Cronenberg, Kinderkrankenschwester Andrea Krabsch, Physiotherapeutin Fiona Harwood, 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

# Stillcafé: Treffpunkt in der Elternschule

Für Eltern mit Babys von 8 bis 18 Monate

Mo 06.01. - 27.01.2025 | 09.30 - 11.45 Uhr

Seminarumfang 4 x = 12 UStd.

Veranstaltungs-Nr.: 2572650026

Mo 03.02. - 24.02.2025 | 09.30 - 11.45 Uhr

Seminarumfang 4 x = 12 UStd.

Veranstaltungs-Nr.: 2572650027

Mo 10.03. - 31.03.2025 | 09.30 - 11.45 Uhr

Seminarumfang 4 x = 12 UStd.

Veranstaltungs-Nr.: 2572650028

Mo 07.04. – 28.04.2025 | 09.30 – 11.45 Uhr

Seminarumfang 4 x = 12 UStd.

Veranstaltungs-Nr.: 2572650029

Mo 05.05.-26.05.2025 | 09.30-11.45 Uhr

Seminarumfang 4 x = 12 UStd.

Veranstaltungs-Nr.: 2572650030

Mo 02.06.-30.06.2025 | 09.30-11.45 Uhr

Seminarumfang 4 x = 12 UStd.

Veranstaltungs-Nr.: 2572650031

Mo 07.07. - 28.07.2025 | 09.30 - 11.45 Uhr

Seminarumfang 4 x = 12 UStd.

Veranstaltungs-Nr.: 2572650032

Mo 04.08. - 25.08.2025 | 09.30 - 11.45 Uhr

Seminarumfang 4 x = 12 UStd.

Veranstaltungs-Nr.: 2572650033

Mo  $01.09.-29.09.2025 \mid 09.30-11.45$  Uhr

Seminarumfang 5 x = 15 UStd.

Veranstaltungs-Nr.: 2572650034

Stillcafé: Treffpunkt in der Elternschule

Für Eltern mit Babys bis 7 Monate

Mi 08.01. - 29.01.2025 | 09.30 - 11.45 Uhr

Seminarumfang 4 x = 12 UStd.

Veranstaltungs-Nr.: 2572650047

Mi 05.02. - 26.02.2025 | 09.30 - 11.45 Uhr

Seminarumfang 4 x = 12 UStd.

Veranstaltungs-Nr.: 2572650048

Mi 05.03. - 26.03.2025 | 09.30 - 11.45 Uhr

Seminarumfang 4 x = 12 UStd.

Veranstaltungs-Nr.: 2572650049

Mi 02.04.-30.04.2025 | 09.30-11.45 Uhr

Seminarumfang 5 x = 15 UStd.

Veranstaltungs-Nr.: 2572650050

Mi 07.05. - 28.05.2025 | 09.30 - 11.45 Uhr

Seminarumfang 4 x = 12 UStd.

Veranstaltungs-Nr.: 2572650051

Mi 04.06.-25.06.2025 | 09.30-11.45 Uhr

Seminarumfang 4 x = 12 UStd.

Veranstaltungs-Nr.: 2572650052

Mi 09.07. – 30.07.2025 | 09.30 – 11.45 Uhr

Seminarumfang 4 x = 12 UStd.

Veranstaltungs-Nr.: 2572650053

Mi 06.08. - 27.08.2025 | 09.30 - 11.45 Uhr

Seminarumfang 4 x = 12 UStd.

Veranstaltungs-Nr.: 2572650054

Mi 03.09. – 24.09.2025 | 09.30 – 11.45 Uhr

Seminarumfang 4 x = 12 UStd.

Veranstaltungs-Nr.: 2572650055

Mi 08.10. - 29.10.2025 | 09.30 - 11.45 Uhr

Seminarumfang 4 x = 12 UStd.

Veranstaltungs-Nr.: 2572650056

#### > LEBEN MIT DEM NEUGEBORENEN

# Altersvorsorge für Frauen

Ein Online-Info- und Austauschabend

Privat für das Alter vorzusorgen ist zwar für fast alle Menschen wichtig, da die gesetzliche Rente allein in der Regel nicht ausreichen wird, den gewohnten Lebensstandard auch im Ruhestand zu halten. Doch bei Frauen ist die Ausgangslage oft schlechter und sie sind daher immer noch häufiger von Altersarmut bedroht als Männer. Die Gründe dafür liegen oft an den Rahmenbedingungen: Frauen verdienen nach wie vor meist weniger als Männer, arbeiten mehr in Teilzeit und nehmen wegen Kinderbetreuung oder der Pflege von Angehörigen häufiger Pausen von der Erwerbstätigkeit. All das führt im Ergebnis zu einer niedrigeren Rente. Umso wichtiger ist es daher für Frauen, sich möglichst frühzeitig um eine eigene, zusätzliche Altersvorsorge zu kümmern und sich nicht allein auf den Partner zu verlassen. Doch immer noch haben viele Frauen auch Berührungsängste mit dem Thema Finanzen und schieben so ihre Altersvorsorge auf die lange Bank. Dass das nicht so sein muss, zeigt dieser Workshop. Ganz vertrauensvoll und ehrlich geht es um Geld und um das Bewusstsein für die eigene (langfristige) finanzielle Situation. Auch wenn man als Frau wenig bis gar nichts verdient, lohnt es sich, sich so früh wie möglich aktiv um die eigenen Finanzen zu kümmern.

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

#### Mi 15.01.2025 | 09.30-11.45 Uhr

Verena Dias. Diplom Kauffrau Teilnahme-Gebühr 15.00€ Seminarumfang 1 x = 3 UStd.

Ort: Digital

Veranstaltungs-Nr.: 2572610002



#### > LEBEN MIT DEM NEUGEBORENEN

# Elternzeit und Elterngeld

Online-Infoveranstaltung für (werdende) Eltern und Interessierte

Es gibt eine Fülle von finanziellen Hilfen und rechtlichen Regelungen für Schwangere, werdende Eltern und junge Familien. Sich darüber einen Überblick zu verschaffen, ist mit viel Zeit verbunden und am Ende bleiben meist dennoch wichtige Fragen offen. An diesem Abend führt die Referentin Sie verständlich und übersichtlich durch die geltenden Regelwerke zu Mutterschutz, Elterngeld und Elternzeit. Häufige Fragen zu Anträgen, Fristen und Voraussetzungen werden ebenso beantwortet, wie die Unterschiede zwischen den Elterngeldvarianten Basis-Elterngeld und Elterngeld Plus.

Fragen rund um die Partnerschaftsmonate werden erläutert. Zudem zeigt die Referentin Ihnen Gestaltungsmöglichkeiten auf, was bei der Planung und Beantragung zu berücksichtigen ist und was es im Vorfeld noch alles zu bedenken gibt.

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

#### Mo 24.03.2025 | 18.00 - 20.15 Uhr

Verena Dias, Diplom Kauffrau Teilnahme-Gebühr 15,00€ Seminarumfang 1 x = 3 UStd.

Ort: Digital

Veranstaltungs-Nr.: 2572610001





#### > LEBEN MIT DEM NEUGEBORENEN

# Die Beikost

Gesunde Säuglingsernährung im 1. Lebensjahr

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

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

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

#### Mo 17.03.2025 | 10.00-11.45 Uhr

Veranstaltungs-Nr. 2572610024

Olivia Schwarz, Oecothrophologin M.A.
Teilnahme-Gebühr 7,00 €
Seminarumfang 1 x = 2 UStd.
Ort: Kath. Familienbildungsstätte Wipperfürth
Klosterplatz 2 | 51688 Wipperfürth



> 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 13.03.2025 | 18.00-20.30 Uhr

Deutsches Rotes Kreuz Teilnahme-Gebühr 30,00 € Seminarumfang 1 x = 3 UStd.

Ort: Kath. Familienbildungsstätte Wipperfürth Klosterplatz 2 | 51688 Wipperfürth

Veranstaltungs-Nr. 2572660001

Do 05.06.2025 | 18.00-20.30 Uhr

Deutsches Rotes Kreuz
Teilnahme-Gebühr 30,00€
Seminarumfang 1 x = 3 UStd.

Ort: Kath. Familienbildungsstätte Wipperfürth

Klosterplatz 2 | 51688 Wipperfürth

Veranstaltungs-Nr. 2572660002

### 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.

#### > ELTERNSEIN UND ERZIEHUNG

# Ätherische Öle für die ganze Familie

Kennen Sie die Momente, in denen die Kinder oder Sie selbst unruhig sind oder der Alltag stressig wird? Wie kann ich meine Familie auf natürliche Weise selbstbestimmt unterstützen? Ätherische Öle können helfen, mehr Harmonie und Wohlbefinden in unser Zuhause zu bringen. Sie unterstützen mit ihren verschiedenen Anwendungsmöglichkeiten sowohl auf körperlicher als auch auf emotionaler Ebene.

Im Workshop erfahren Sie vieles über Wirkungen und Anwendungsmöglichkeiten von ätherischen Ölen:

- Was sind ätherische Öle und wie wirken sie auf Körper und Geist?
- Welche Tipps und Tricks zur Anwendung ätherischer Öle im Familienalltag gibt es?
- Woran erkenne ich hochwertige Öle und worauf sollte ich beim Kauf achten?

#### Mi 12.03.2025 | 19.30-21.00 Uhr

Elena Pick, Tanzpädagogin, Physiotherapeutin, Achtsamkeitslehrerin Teilnahme-Gebühr 10,00€ Seminarumfang 1 x = 2 UStd. Ort: Kath. Familienbildungsstätte Wipperfürth

Klosterplatz 2 | 51688 Wipperfürth

Veranstaltungs-Nr.: 2572660078



> ELTERNSEIN UND ERZIEHUNG

#### Ohne Windel - wann und wie?

Ein Elternabend zum Thema Sauberkeitsentwicklung im Einklang mit dem Kleinkind

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

#### Mi 22.01.2025 | 19.00 - 21.15 Uhr

Mi-Ä Krücker, Kinderkrankenschwester
Teilnahme-Gebühr 9,00€
Seminarumfang 1 x = 3 UStd.
Ort: Kath. Familienbildungsstätte Wipperfürth
Klosterplatz 2 | 51688 Wipperfürth

Veranstaltungs-Nr.: 2572610003

#### Ich will aber!

Kindliche Autonomieentwicklung

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

Glückwunsch, dann sind sie in der Autonomieentwicklung ihres Kindes mittendrin!

Was es mit dieser wichtigen Entwicklungsphase auf sich hat und welche Möglichkeiten Sie haben, mit Ihrem Verhalten einen positiven Einfluss auf Ihr Kind auszuüben, wird Thema dieses Workshops sein.

#### Mi 19.03.2025 | 19.00 - 21.15 Uhr

Mi-Ä Krücker, Kinderkrankenschwester
Teilnahme-Gebühr 9,00€
Seminarumfang 1 x = 3 UStd.
Ort: Kath. Familienbildungsstätte Wipperfürth
Klosterplatz 2 | 51688 Wipperfürth
Veranstaltungs-Nr.: 2572610023

#### > ELTERNSEIN UND ERZIEHUNG

# Baby- & Kleinkinder-Schlaf (Onlineseminar)

Für Eltern ab Geburt bis zum dritten Geburtstag (empfohlen)

Viele Eltern haben vor der Geburt ihres Babys davon gehört, dass Kinder nicht durchschlafen, und dabei emotionale Sicherheit, Nahrung und Zuwendung brauchen. Viele Eltern sind aber ebenso überrascht von den Herausforderungen, die sie in Schlafsituationen mit ihren Kindern erleben. "Ist das noch normal?" ist dabei eine der häufigsten Fragen, die sich Eltern stellen, wenn sie ihr Kind beim Ein- sowie Weiterschlafen begleiten. Man kann kindliches Schlafverhalten erst dann verstehen und als sinnhaft begreifen, wenn Wissen über kindliches Bindungsverhalten erworben wurde.

Der Kurs wird Eltern ab Geburt bis zum dritten Geburtstag empfohlen. Der Kurs vermittelt u.a. zentrale Erkenntnisse der Bindungsforschung und es geht um die folgenden Themen:

- Wissenschaftliche Erkenntnisse zum Schlafverhalten von Babys & Kleinkindern.
- · Nächtliches Stillen, Fläschchen geben.
- Was beim Schlafen hilft.
- · Umgang mit schwierigen Schlafsituationen.
- Umgang mit eigener Erschöpfung.
- Bindungsstärkende Schlafbegleitung durch beide Elternteile.

#### Do 10.04.2024 | 19.00 - 21.15 Uhr



Dr. Eliane Retz, Bestseller-Autorin Teilnahmegebühr 15,00€ Seminarumfang 1 x = 3 UStd.

Ort: Digital

Veranstaltungs-Nr.: 2572610017



Dies ist eine Jubiläumsveranstaltung im Rahmen des 50. Geburtstags unseres Trägers Bildungswerk der Erzdiözese Köln e.V.

#### > ELTERNSEIN UND ERZIEHUNG

# Die Familie wächst (Onlineseminar)

Für Eltern, die das nächste Kind erwarten, sowie Mütter und Väter, die über ein weiteres Kind nachdenken.

Mit der nächsten Schwangerschaft beginnt für die gesamte Familie eine intensive Zeit, geprägt von vielen Veränderungen. Eltern versuchen ihr Kind in dieser Zeit auf die Ankunft des Geschwisterkindes vorzubereiten. Viele Eltern erleben in dieser Zeit ambivalente Gefühle: Sie freuen sich sehr auf ihr nächstes Kind. Zugleich sorgen sie sich aber auch häufig, wie das Erstgeborene mit den Veränderungen zurechtkommen wird. Eltern können sehr viel dazu beitragen, dass sich die Bindungsbeziehung zwischen Geschwistern positiv entwickelt. Dieser Aspekt steht im Mittelpunkt dieses Kurses und es geht dabei um folgende Themen:

- Reaktionen von Kleinkindern auf jüngere Geschwister.
- Elterlicher Umgang mit Eifersucht und Rivalität zwischen Geschwistern.
- Umgang mit Trennungsängsten gegenüber einem Elternteil.
- Bedürfnisse des Babys & Bedürfnisse des älteren Geschwisterkindes.
- Erkenntnisse der Entwicklungspsychologie der frühen Kindheit & der Bindungsforschung.
- Praktische Tipps f
   ür den Alltag in der neuen Familiensituation: Schlafen, Stillen, das erste Kennenlernen von Baby und Erstgeborenem.

#### Do 20.03.2025 | 19.00 - 21.15 Uhr



Dr. Eliane Retz, Bestseller-Autorin Teilnahmegebühr 15,00€ Seminarumfang 1 x = 3 UStd. Ort: Digital

Veranstaltungs-Nr.: 2572610018



Dies ist eine Jubiläumsveranstaltung im Rahmen des 50. Geburtstags unseres Trägers Bildungswerk der Erzdiözese Köln e.V.

# Baby- und Kleinkindschwimmen

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

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

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

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

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

#### Referentinnenteam

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

#### Ort

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

**Teilnahme-Gebühr** ieweils 60.00€

**Seminarumfang** jeweils 10 x = 10 UStd.

Für Familien mit Babys von 6–12 Monaten
Do 09.01.–20.03.2025 | 08.30–09.15 Uhr
Veranstaltungs-Nr. 2572620028

Für Familien mit Babys von 12–18 Monaten Do 09.01.–20.03.2025 | 09.15–10.00 Uhr Veranstaltungs-Nr. 2572620029

Für Familien mit Babys von 6-12 Monaten
Do 09.01.-20.03.2025 | 10.00-10.45 Uhr
Veranstaltungs-Nr. 2572620030

Für Familien mit Babys von 10 – 18 Monaten Do 09.01. – 20.03.2025 | 10.45 – 11.30 Uhr Veranstaltungs-Nr. 2572620031

Für Familien mit Babys von 3–6 Monaten Do 09.01.–20.03.2025 | 11.30–12.15 Uhr Veranstaltungs-Nr. 2572620032 Für Familien mit Babys von 6-12 Monaten
Do 27.03.-03.07.2025 | 08.30-09.15 Uhr
Veranstaltungs-Nr. 2572620033

Für Familien mit Babys von 12–18 Monaten Do 27.03.–03.07.2025 | 09.15–10.00 Uhr Veranstaltungs-Nr. 2572620034

Für Familien mit Babys von 6–12 Monaten
Do 27.03.–03.07.2025 | 10.00–10.45 Uhr
Veranstaltungs-Nr. 2572620035

Für Familien mit Babys von 10--18 Monaten Do 27.03.-03.07.2025 | 10.45-11.30 Uhr Veranstaltungs-Nr. 2572620036

Für Familien mit Babys von 3–6 Monaten
Do 27.03.–03.07.2025 | 11.30–12.15 Uhr
Veranstaltungs-Nr. 2572620037

#### > 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 jeweils 2 Unterrichtsstunden

#### Mit "Elternstart NRW" können Mütter und Väter

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

# Durch "Elternstart NRW" bekommen Mütter und Väter

- Anregungen und Tipps f
  ür 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).

Die Teilnahme ist bei jedem weiteren neugeborenen Kind möglich.

Im Anschluss an den Elternstart-Kurs ist ein Kurs "Das erste Lebensjahr" geplant.

# Anmeldung und weitere Informationen im

Haus der Familie Wipperfürth Klosterplatz 2 | 51688 Wipperfürth



# Das erste Lebensjahr

Eltern-Kind-Kurs in Orientierung an Emmi Pikler



Der Kurs folgt den Empfehlungen der ungarischen Kinderärztin Pikler (1902–1984) für die Begleitung in den ersten Lebensjahren:

Dem Kind Zeit lassen ... Raum geben für Bewegung und Spiel in eigener Initiative Vertraut werden durch einfühlsame Pflege und den Dialog von Anfang an.

Die Babys haben eine anregende Spielumgebung mit original Pikler®-Bewegungsmaterialien und können ungestört aktiv sein. Die Eltern haben Zeit, ihnen aufmerksam zuzuschauen, und Zeit für Information. Austausch und Gespräch. Mit zum Kurs gehören Lieder und Reime für die Kleinkindzeit. "Das erste Lebensiahr" mit dem Folgekurs "Das zweite und dritte Lebensjahr" verbinden frühkindliche Bildung und Elternbildung. Die Kursleiterinnen werden qualifiziert von der Pikler® Gesellschaft Berlin e. V. in Kooperation mit dem Bildungswerk der Erzdiözese Köln.

#### www.das-erste-lebensjahr.de

Bei Bedarf ist ein Informationsmorgen mit einer Ernährungsberaterin und in der Regel ein Familiensamstag mit Vätern oder ein Elternabend vorgesehen.

Die Kursbelegung erfolgt fortlaufend über unsere Anmeldekartei. Bitte fragen Sie einfach im Haus der Familie (Telefon 02267 871420) nach.



# KINDERSACHEN-SCHWANGERSCHAFTSMODEN-TRÖDEL 07. SEPTEMBER 2025 | 13:30 - 17 Uhr

Kinderkleidung | Kinderspielzeug | Mode zur Schwangerschaft













Außerdem für Eltern & Kinder:

- Pikler Spielplatz

 Frische Waffeln, Kaffee & Wraps

- Kinderschminken
- Kreatives Basteln

# > ALLGEMEINE GESCHÄFTSBEDINGUNGEN

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

#### Geltungsbereich

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

#### Anmeldung

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

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

Die Anmeldung für eine Veranstaltung ist verbindlich und verpflichtet zur Zahlung des festgesetzten Teilnahmeentgeltes, auch für durch Sie angemeldete andere Personen. Sie erhalten von uns eine Anmeldebestätigung und werden benachrichtigt, falls eine Veranstaltung belegt ist oder ausfällt. Bei gesondert gekennzeichneten Kursen behalten wir uns vor, die Veranstaltung auch digital durchbzw. fortzuführen. Ein Anspruch auf Kostenerstattung entsteht dadurch nicht.

# Anmeldung für Veranstaltungen mit Kooperationspartnern

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

#### Online-Anmeldung

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

#### Zahlungsweise

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



Anmeldung zum Verkauf bis 23.08.2025 (3.00 € / Tischmeter)

Telefon 02267 871420 www.hdf-wipperfuerth.de

Findet bei jedem Wetter statt!

### > ALLGEMEINE GESCHÄFTSBEDINGUNGEN

#### SEPA-Lastschrifteinzug

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

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

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

#### Banküberweisung

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

#### Ratenzahlung

In Ausnahmefällen kann durch die Einrichtungsleitung eine Ratenzahlung genehmigt werden. Dies ist vor

Kursbeginn mit der Bildungseinrichtung abzusprechen, und nur mit Erteilung einer SEPA-Lastschrift möglich.

#### Rücktritt

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

Maβgebend ist in allen Fällen das Eingangsdatum der Abmeldung. Zur Fristwahrung muss die Rücktrittserklärung <u>schriftlich</u> in der Einrichtung eingehen, in der die Anmeldung erfolgte.

#### Besondere Hinweise

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

#### Mahnverfahren

Bei Zahlungsverzug berechnen wir nach einer ersten kostenfreien Zahlungserinnerung für die erste Mahnung 2,00€ und für eine weitere Mahnung 5.00€.

#### Erstattung

Kommen Veranstaltungen nicht zustande, werden bereits geleistete Zahlungen erstattet.

#### Ermäßigungen/Erstattungen

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

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

#### Teilnahmeentgelte

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

#### Wechsel der Kursleitung

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

#### Terminänderung

Die Bildungseinrichtung behält sich Terminänderungen vor.

#### Mindestteilnehmerzahl

Veranstaltungen werden in der Regel ab 10 Personen durchgeführt.

#### Mindestalter der Teilnehmerinnen und Teilnehmer

Die Bildungseinrichtung ist eine Bildungseinrichtung für Erwachsenen- und Familienbildung.

### > ALLGEMEINE GESCHÄFTSBEDINGUNGEN

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

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

#### Haftung und Datenschutz

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

# Aufnahme von Wort-, Bild- und Tonbeiträgen

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

#### 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: 14.11.2024

### > DATENSCHUTZERKLÄRUNG

#### Verantwortlicher

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

#### **Betrieblicher Datenschutz**

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

#### Datenkategorien

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

### Zwecke und Rechtsgrundlage der Datenverarbeitung

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

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

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

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

Die im Anmeldeverfahren abgefragten Daten werden zur Durchführung vorvertraglicher Maβnahmen und zur Vertragserfüllung verwendet. Ihr Geburtsjahr erheben wir, um sicherzustellen, dass Sie volljährig sind, bzw. wir bei Minderjährigkeit etwaige Vorkehrungen treffen. Die Abfrage Ihrer Telefonnummer erfolgt in unserem berechtigten Interesse, Sie bei Kursänderungen unmittellbar 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 gemäβ § 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 Kurbeiträgen.

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

#### Geplante Datenübermittlung an Drittstaaten

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

#### Aufbewahrungsfristen/Regelfristen für die Löschung der Daten

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

hinsichtlich der Speicherung von Daten enthält, werden die von uns erhobenen Daten so lange von uns gespeichert, wie sie für die vorstehenden Zwecke erforderlich sind.

# Automatisierte Entscheidungsfindung oder Profiling

Wir führen keine automatisierte Entscheidungsfindung oder Profiling durch.

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

Sie haben das Recht, iederzeit 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.



**28** Véranstaltung

Diese Veranstaltung wird gleichzeitig als Präsenzund 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 Systemyoraussetzungen erhalten Sie unter:

https://support.zoom.us

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

#### > ALLGEMEINE HINWEISE

# Allgemeine Hinweise

#### Kursfreie Zeiten

27.02. – 04.03.2025 Karneval 12.04. – 27.04.2025 Osterferien 01.05. – 04.05.2025 Tag der Arbeit 29.05. – 01.06.2025 Chr. Himmelfahrt 07.06. – 10.06.2025 Pfingsten

19.06. – 22.06.2025 Fronleichnam 14.07. – 26.08.2025 Sommerferien





# Veranstaltungsorte

#### Elternschule Josefine

Alte Kölner Str. 9 51688 Wipperfürth Telefon 02267 889-667

#### Haus der Familie

Klosterplatz 2 51688 Wipperfürth Telefon 02267 871420

Dieses Programmheft ist klimaneutral produziert.

Papier: Profisilk Bilderdruck matt (Umschlag: 250 gr./m<sup>2</sup> | Inhalt: 100 gr./m<sup>2</sup>)

#### 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.

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

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

#### Ich melde mich verbindlich zu folgenden Veranstaltungen an:

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

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.

1		
: 0	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.

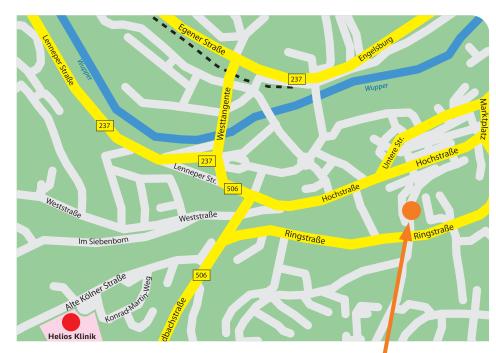
#### Hinweis

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
Straβe, Hausnummer	Postleitzahl, Ort
Kreditinstitut	BIC
BAN	

	•••••
atum/Ort	Unterschrift

#### > SO FINDEN SIE UNS



......









# Katholische Familienbildungsstätte Wipperfürth – Haus der Familie

Klosterplatz 2 | 51688 Wipperfürth Telefon 02267 871420 | Telefax 02267 8714223 info@hdf-wipperfuerth.de www.hdf-wipperfuerth.de

# Josefine Elternschule in Wipperfürth

Alte Kölner Straße 9 | 51688 Wipperfürth Telefon 02267 889-667 | Telefax 02267 889-513 gm-Elternschule@helios-gesundheit.de www.helios-gesundheit.de/kliniken/wipperfuerth