

VORWORT

Die Katholische Familienbildungsstätte Wipperfürth –
Haus der Familie

Liebe Eltern, liebe Teilnehmerinnen und Teilnehmer,

**Unsere Welt wandelt sich und ist von Unsicherheiten und Herausforderungen geprägt.
Was schenkt uns Zuversicht?**

Zuversicht ist mehr als Optimismus; sie ist die innere Stärke, die uns durch schwierige Zeiten trägt und uns Hoffnung schenkt. Für viele Menschen findet sich diese Zuversicht im Glauben, in der Gemeinschaft und in den Werten, die ihr Leben bereichern. Unsere Familienbildungsstätte bietet Ihnen die Möglichkeit, diese Quellen der Zuversicht zu entdecken und zu vertiefen. In unserem Programm möchten wir gemeinsam mit Ihnen Wege finden, wie Sie Zuversicht in Ihrem Alltag stärken können. Durch inspirierende Vorträge, praktische Workshops und den Austausch mit Gleichgesinnten wollen wir Sie ermutigen, neue Perspektiven zu gewinnen und Ihre innere Kraft zu entfalten. Lassen Sie uns diese Reise gemeinsam antreten. Wir freuen uns darauf, mit Ihnen neue Erkenntnisse zu gewinnen und Ihr Vertrauen in die Zukunft zu stärken.

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 171.

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

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

> WIR ÜBER UNS

Wichtige Informationen für Sie

Kursanmeldungen

Alle Kursanmeldungen schriftlich an:

Katholische Familienbildungsstätte
Klosterplatz 2
51688 Wipperfürth

Telefon 02267 871420
Telefax 02267 8714223

E-Mail info@hdf-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 2025)

Weihnachten	23.12.2024 – 06.01.2025
Ostern	14.04.2025 – 26.04.2025
Sommer	08.07.2025 – 20.08.2025

Das Haus ist geschlossen

Karneval	27.02. – 04.03.2025
Osterferien	14.04. – 27.04.2025
Tag der Arbeit	01.05. – 04.05.2025
Chr. Himmelfahrt	29.05. – 01.06.2025
Pfingsten	08.06. – 10.06.2025
Fronleichnam	19.06. – 22.06.2025
Sommerferien	12.07. – 31.08.2025

Ermäßigungen

Siehe Seite 7.

Allgemeine Geschäftsbedingungen

Siehe Seite 172.

Bankverbindung

IBAN DE34 3705 0299 0321 0068 48
BIC COKSDE33

> 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

**In der Verwaltung unterstützt das Team****Anita Krämer**

Telefon 02267 871420

E-Mail kraemer@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/ Ermäßigungen

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

Bitte informieren Sie sich über mögliche Ermäßigungsgründe und einzureichende Nachweise im Sekretariat der Familienbildungsstätte. Die Ermäßigung muss bis zum ersten Kurstag bei der Bildungseinrichtung beantragt werden. Später eingehende Anträge können nicht mehr berücksichtigt werden..

Leistungen für Bildung und Teilhabe

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

Wipperfürther Familienpass**Den Familienpass erhalten:**

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

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

Weitere Informationen unter

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



© Henning Röhm

INHALT

Die Katholische Familienbildungsstätte Wipperfürth – Haus der Familie

Seite 14
**Besondere
Veranstaltungen**

Seite 18
**Ehe und
Partnerschaft**

Seite 26
Leben mit Kindern

Seite 104
Gesundheit

Seite 84
Haushalt

Seite 122
**Spiritualität – Gesellschaft –
Persönliche Entwicklung**

Seite 142
**QuiF – Qualifizierung in der
Familienbildungsstätte**

Seite 167
Sonstiges

> INHALTSVERZEICHNIS

50 Jahre Bildungswerk der Erzdiözese Köln e. V.	12
Besondere Veranstaltungen	
Ausstellungseröffnung: Anna Laurin Blumberg	14
Poetry Slam. Zwischen dir und mir: Platz für Worte	15
Ausstellungseröffnung: Hans-Peter Winkler	16
Die wahrgenommene Welt in der Malerei vom Mittelalter bis zum 19. Jahrhundert	17
Wahrnehmungsprobleme mit der Malerei der klassischen Moderne	17
Ehe und Partnerschaft	
Angebote für Paare	20
Leben mit Kindern	
Beratungsangebote für Eltern	28
Vor der Geburt	30
Leben mit dem Neugeborenen	37
Elternsein und Erziehung	48
Spielen und Entdecken	65
Musizieren	66
Eltern – Kind – Natur – Umwelt	67
Entspannen und Bewegen	72
Kochen und Backen mit Kindern	74
Eltern – Kind – Kreativität	78
Online-Kurse	81
Haushalt	
Kochen und Backen	86
Nähen	102

> INHALTSVERZEICHNIS

Gesundheit	
Gesundheit durch Entspannung	106
Gesundheit durch Bewegung	115
Spiritualität – Schöpfungsverantwortung – Gesellschaft	
Spiritualität	124
Ehrenamt und Hospiz	128
Gesellschaft	133
Persönliche Entwicklung	136
QuiF – Qualifizierung in der Familienbildungsstätte	
Kindertagespflege	144
SchulTag	154
Mitarbeitende	159
Ehrenamt	161
Sonstiges	
Kooperationspartner	168
Qualitätsmanagement	171
Allgemeine Geschäftsbedingungen	172
Datenschutzerklärung	176
Online-Angebote	178
Impressum	180
Anmeldung	181
So finden Sie uns	183

Seitenzahlen aktuell???

50 JAHRE BILDUNG AUS LEIDENSCHAFT – FÜR EIN LEBEN IN FÜLLE

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

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

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

> 50 JAHRE BILDUNGSWERK DER ERZDIOZESE KÖLN E.V.

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

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



Einen Überblick über sämtliche Jubiläumsveranstaltungen in allen unseren Bildungseinrichtungen erhalten Sie online: www.bildungswerk-ev.de
Dort finden Sie auch alles Wissenswerte über das Bildungswerk der Erzdiözese Köln e.V.

Das **Bildungswerk der Erzdiözese Köln e.V.** wurde **1975** gegründet. Über seine **6 Katholischen Familienbildungsstätten**, **8 Katholischen Bildungswerke** und **3 Katholische Bildungsforen** erreicht es mit über **8.000 Kursen** jährlich über **125.000 Teilnehmerinnen und Teilnehmer**. Die Bildungsangebote decken ein weites Spektrum an kirchlich und gesellschaftspolitisch relevanten Themen ab wie **Glaubens-, Werte- und Sinnfragen**, **Familie, Geburt und Erziehung**, **Haushalt, Medien, Kultur, berufsbezogene Qualifizierung, ehrenamtliches Engagement und Nachhaltigkeit**. Das Bildungswerk der Erzdiözese Köln ist anerkannte **Weiterbildungseinrichtung nach WbG und AWbG**. Sein Qualitätsmanagement ist zertifiziert nach der gültigen Norm der **DIN EN ISO 9001**.

Ausstellungseröffnung: Anna-Laurin Blumberg – Zwischen Raum und Mensch: Kunst als Brücke.

Die Ausstellung zeigt eine repräsentative Auswahl der künstlerischen Arbeiten von Anna-Laurin Blumberg. Ihre abstrakten (urbanen) Landschaften fangen die Atmosphäre lebendiger Orte ein, während ihre Portraits den Fokus auf individuelle Geschichten legen. Gemeinsam laden die Werke dazu ein, innezuhalten und zu entdecken, wie bereichernd es sein kann, sich den Raum zu nehmen, den es braucht, um sich zu entfalten – sei es als Teil einer Gemeinschaft oder ganz für sich selbst.

- 1994: Geboren in einer künstlerischen Familie
- 2013–2018: Duales Studium Ergotherapie
- 2022–2024: künstlerische Bildung an der Fine Art Academy Cologne
- Seit 2023: Selbstständige Künstlerin
- 2024: Gruppenausstellung „Stuff I Like“, Duisburg, kuratiert von Marco Bürklin

AUSSTELLUNGSERÖFFNUNG am Freitag, 31.01.2025, 18.00 Uhr

Fr 31.01.2025 | 18.00–20.15 Uhr

Carolyn Dörmbach, Improspielerin
gebührenfrei

Seminarumfang 1 x = 3 UStd.

Ort: Kath. Familienbildungsstätte Wipperfürth
Klosterplatz 2 | 51688 Wipperfürth

Veranstaltungs-Nr.: 2572770001

AUSSTELLUNG vom 31. Januar bis 7. März 2025

Öffnungszeiten:

Montag, Dienstag, Mittwoch und Donnerstag

8–12 Uhr und 18–20 Uhr

Mittwoch auch 15–17 Uhr

An den Karnevalstagen geschlossen.

*Bitte beachten Sie auch die Seminare der
Künstlerin ab Seite 140*

Poetry Slam Zwischen dir und mir: Platz für Worte

Finissage mit Poetry Slam zur Ausstellung von Anna Laurin Blumberg

Genug von langweiligen Abenden und Mainstream-Entertainment? Besuche unseren Poetry Slam! Es erwarten dich beeindruckende Worte, die zum Lachen, Weinen und Nachdenken bringen.

Interessiert mitzumachen?

Du willst an diesem Abend selbst auf die Bühne? Dann bewirb dich mit deinem Text per Mail bis zum **17. Januar 2025**: doermbach@hdf-wipperfuerth.de.

Jede und jeder hat maximal sieben Minuten Zeit, sein/ihr Talent zu zeigen. Die Texte sollen sich mit dem Thema „Zwischen dir und mir: Platz für Worte“ auseinandersetzen. Keine Vorerfahrung nötig – nur Mut und Begeisterung! Ein spannender Abend, bei dem ihr eure eigenen Texte vor Publikum vortragen könnt. Egal ob Gedichte, Slam, Rap oder lyrische Prosa – jeder Textbeitrag wird gefeiert!

Fr 07.03.2025 | 19.30–21.45 Uhr

Carolyn Dörmbach, Moderation

Teilnahme-Gebühr 5,00 €

Seminarumfang 1 x = 3 UStd.

Ort: Kath. Familienbildungsstätte Wipperfürth
Klosterplatz 2 | 51688 Wipperfürth

Veranstaltungs-Nr.: 2572770002

.....



© Annelie Blumberg

Ausstellungseröffnung: Hans-Peter Winkler

Die Ausstellung zeigt eine repräsentative Auswahl der künstlerischen Arbeiten der letzten 10 Jahre von Hans-Peter Winkler. Die Basis der Holzbilder bildet Schwemmholz aus dem Rhein. Darauf entstehen Bilder in verschiedenen Formaten.

Hans Peter Winkler ist 1950 im Erzgebirge geboren und lebt seit 1964 im Bergischen Land. Von 1981 bis 2014 war er Lehrer für Französisch und Kunst am Engelbert von Berg Gymnasium Wipperfürth. Er ist Autodidakt und malt seit 1989 Bilder auf Schwemmholz.

AUSSTELLUNGSERÖFFNUNG

am Sonntag, 16.03.2025, 11.30 Uhr

Vita Musica spielt musikalische Miniaturen
Ludger Sändker, Klarinette
Wolfgang Wirtz, Klavier

So 16.03.2025 | 11.30–12.30 Uhr

Hans Peter Winkler, ehem. Kunstlehrer
Musik: Ludger Sändker, Wolfgang Wirtz
gebührenfrei
Seminarumfang 1 x = 1 UStd.

Ort: Kath. Familienbildungsstätte Wipperfürth
Klosterplatz 2 | 51688 Wipperfürth

Veranstaltungs-Nr.: 2572770003

AUSSTELLUNG

vom 16. März bis 4. April 2025

Öffnungszeiten:

Montag, Dienstag, Mittwoch und Donnerstag
8–12 Uhr und 18–20 Uhr
Mittwoch auch 15–17 Uhr

© Kerstin Winkler



Die wahrgenommene Welt in der Malerei vom Mittelalter bis zum 19. Jahrhundert

Ausgewählte Beispiele zeigen die für die Bildthemen veränderte Wahrnehmung auf.

Do 27.03.2025 | 19.00–19.45 Uhr



Hans Peter Winkler, ehem. Kunstlehrer
gebührenfrei
Seminarumfang 1 x = 1 UStd.
Ort: Kath. Familienbildungsstätte

Wipperfürth

Klosterplatz 2 | 51688 Wipperfürth

Veranstaltungs-Nr.: 2572770004

Wahrnehmungsprobleme mit der Malerei der klassischen Moderne

Beispiele aus dem Impressionismus, Expressionismus, Kubismus und Surrealismus verdeutlichen die damalige und heutige veränderte Wahrnehmung in Bezug auf die Kunst.

Do 03.04.2025 | 19.00–19.45 Uhr

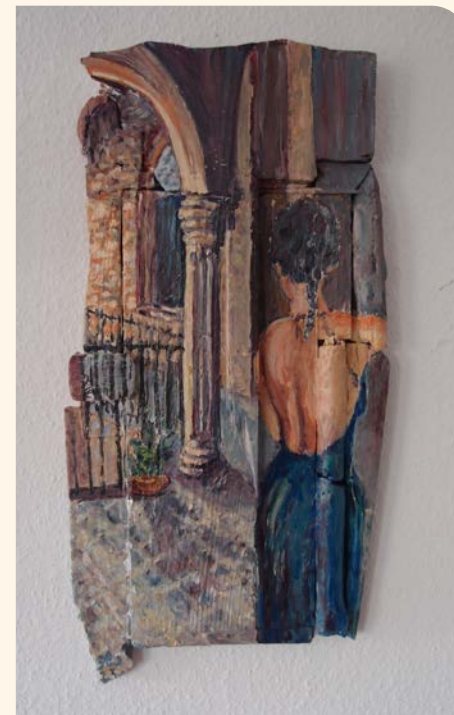


Hans Peter Winkler, ehem. Kunstlehrer
gebührenfrei
Seminarumfang 1 x = 1 UStd.
Ort: Kath. Familienbildungsstätte

Wipperfürth

Klosterplatz 2 | 51688 Wipperfürth

Veranstaltungs-Nr.: 2572770005



© Hans Peter Winkler



© 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 JA sagen

Der Online-Paare-Treff zur Briefaktion

7 WOCHEN JA SAGEN

Die Briefaktion läuft (weitere Informationen zur Aktion unter: www.7wochenaktion.de).
Ihr wollt euch mit anderen Paaren austauschen und noch einen anderen Blick auf die Themen werfen?
Dann meldet euch an!

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

Anmeldung bei der Katholischen Familienbildungsstätte Haus der Familie Wipperfürth,
Telefon 02267 871420 oder unter www.hdf-wipperfuerth.de.

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

JA! forever

JA! Forever: Was ist wichtig für ein „für immer“
als Paar? Tragfähigkeit und Stabilität bedürfen
gemeinsamer Entwicklung und gemeinsamen
Engagements.

Di 11.03.2025 | 19.30 – 21.45 Uhr
Veranstaltungs-Nr.: 2572640002



Mi 19.03.2025 | 19.30 – 21.45 Uhr
Veranstaltungs-Nr.: 2572640003



JA! zu Konflikten

JA! zu Konflikten: In schwierigen Situationen
lernen wir andere Facetten an uns und unserem
Gegenüber kennen und muten uns einander zu –
in guten wie in schlechten Zeiten.

Mi 02.04.2025 | 19.30 – 21.45 Uhr
Veranstaltungs-Nr.: 2572640004



Mi 09.04.2025 | 19.30 – 21.45 Uhr
Veranstaltungs-Nr.: 2572640005



> ANGEBOTE FÜR PAARE

PaarBalance: Ein passendes Online-Programm für uns?

Info und Einführung in den Paarkurs

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

Lernen Sie PaarBalance an diesem Abend exemplarisch kennen.

Sollten Sie sich als Paar für das Online-Programm entscheiden, findet am **25.06.2025** ein
Austauschtreffen sowie am **09.09.2025** ein Reflexionstreffen statt.

Di 20.05.2025 | 20.00 – 21.30 Uhr

Astrid Linke, Diplom Sozialpädagogin, M.A.
Alexander Linke, Pastoralreferent, Supervisor
gebührenfrei
Seminarumfang 1 x = 2 UStd.

Ort: Digital

Veranstaltungs-Nr.: 2572640006



© BMPhotoLab / Shutterstock.com

> ANGEBOTE FÜR PAARE

PaarBalance – Austauschtreffen

Online-Austausch für Paare

Ein Austauschtreffen für alle Paare, die aktuell am online basierten Kurs PaarBalance teilnehmen, um Ihre Beziehungszufriedenheit zu stärken.

Mi 25.06.2025 | 20.15 – 21.45 Uhr

Astrid Linke, Diplom Sozialpädagogin, M.A.
Alexander Linke, Pastoralreferent, Supervisor
gebührenfrei

Seminarumfang 1 x = 2 UStd.

Ort: Digital

Veranstaltungs-Nr.: 2572640007



PaarBalance – Reflexionstreffen

Online-Abschlusstreffen für Paare

Ein Reflexionsabend für Paare, die am online basierten Kurs PaarBalance teilgenommen haben, um zu klären, was sie aus dem Kurs für Ihren Paaralltag mitnehmen.

Di 09.09.2025 | 20.00 – 21.30 Uhr

Astrid Linke, Diplom Sozialpädagogin, M.A.
Alexander Linke, Pastoralreferent, Supervisor
gebührenfrei

Seminarumfang 1 x = 2 UStd.

Ort: Digital

Veranstaltungs-Nr.: 2572640008



© Tomas Mikula / shutterstock.com

> ANGEBOTE FÜR PAARE

Vegetarisches für Genießer-Paare

Das Kochevent zum Valentinstag

Ein besonderer Abend zu zweit: Gemeinsam zaubern wir ein köstliches Menü, das nicht nur den Gaumen, sondern auch das Herz erfreut. Ein Hauch Exotik entdeckt ihr in unserem würzigen Möhrensalat. Die cremige Mandelsuppe ist samtig und unwiderstehlich. Unser Hauptgang besteht aus roten Ravioli mit Salbeibutter – ein Fest der Farben und Aromen. Ein verführerisches Quark-Trifle bildet das süße Finale für einen genussvollen Abend.

Der Kochkurs ist ideal, um gemeinsam kreativ zu werden, Neues zu entdecken und einen Abend mit viel Liebe zum Detail zu genießen. Er bietet sich auch als Weihnachtsgeschenk für Ihre(n) Liebste(n) an!

Do 13.02.2025 | 18.15 – 22.00 Uhr

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

Ort: Kath. Familienbildungsstätte Wipperfürth
Klosterplatz 2 | 51688 Wipperfürth

Veranstaltungs-Nr.: 2572640001



© goodluz / shutterstock.com

> ANGEBOTE FÜR PAARE

Trauerwerkstatt

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 Trauerwerkstatt ist Teil der Ehevorbereitung in St. Nikolaus Wipperfürth.

Der nächste Termin

Sa 15.02.2025 | 9.30–12.30 Uhr

Sa 08.03.2025 | 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

Weitere Infos, Beratung und Seminare für Paare

www.paarzeit.info

Anregungen, kreative Ideen und Tipps für die Beziehungsqualität

www.ehepost.de

Infos, Anregungen und Tipps zur Trauung

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



© Gorynvd / shutterstock.com



@ 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.

> 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 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-wipperfuert.de
www.beratung-in-wipperfuert.de

> VOR DER GEBURT

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

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
Veranstaltungs-Nr. 2572650001

So 16.02.2025 | 14.00–15.30 Uhr
Veranstaltungs-Nr. 2572650009

So 16.03.2025 | 14.00–15.30 Uhr
Veranstaltungs-Nr. 2572650010

So 13.04.2025 | 14.00–15.30 Uhr
Veranstaltungs-Nr. 2572650011

So 18.05.2025 | 14.00–15.30 Uhr
Veranstaltungs-Nr. 2572650012

So 15.06.2025 | 14.00–15.30 Uhr
Veranstaltungs-Nr. 2572650013

> VOR DER GEBURT

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 Entspannungsübungen zum besseren Umgang mit Schmerzen eingeübt. Durch Gymnastik und Wahrnehmungsübungen wird das Vertrauen in den eigenen Körper und den natürlichen Ablauf einer Geburt gestärkt. Weitere Themen sind die Säuglingspflege, die Ernährung des Säuglings, die Einstimmung auf die Elternschaft, der Wochenbettverlauf und die Frage: Was brauche ich alles für das neugeborene Kind?

Für den Partner entsteht eine Kursgebühr 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

> VOR DER GEBURT

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



> 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



© eanstudio / shutterstock.com

> 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



© Vitalinka / shutterstock.com

> LEBEN MIT DEM NEUGEBORENE

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



© hvdzxy / shutterstock.com

> LEBEN MIT DEM NEUGEBORENE

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 Böckenkamp, 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

> LEBEN MIT DEM NEUGEBORENEN

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 | 09.30 – 11.45 Uhr
Seminarumfang 5 x = 15 UStd.
Veranstaltungs-Nr.: 2572650034

> LEBEN MIT DEM NEUGEBORENEN

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 Berührungängste 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



© NaMong Productions92/shutterstock.com

> 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



© frizles/shutterstock.com

> 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

Olivia Schwarz, Oecothrophologin M. A.

Teilnahme-Gebühr 7,00€

Seminarumfang 1 x = 2 UStd.

Ort: Kath. Familienbildungsstätte Wipperfürth

Klosterplatz 2 | 51688 Wipperfürth

Veranstaltungs-Nr. 2572610024



© Monkey Business Images / 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 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



© LedyXI shutterstock.com

> 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 sinnvoll 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



© Johanna Baron

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 Erzdiozese 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 für den Alltag in der neuen Familiensituation: Schlafen, Stillen, das erste Kennenlernen von Baby und Erstgeborenem.

Do 20.03.2025 | 19.00 – 21.15 Uhr



© Johanna Baron

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 Erzdiozese Köln e.V.

> ELTERNSEIN UND ERZIEHUNG

Einführung in die gewaltfreie Kommunikation (GfK)

Fühlst du dich öfter mal missverstanden und kosten Konflikte viel Energie und Lebensfreude? In dieser Veranstaltung lernst du, Konflikte aktiv und empathisch zu klären, basierend auf der Gewaltfreien Kommunikation (GfK) nach Marshall Rosenberg. Du erhältst Einblicke in die vier Kommunikationsschritte der GfK und entdeckst, wie deine Gefühle und Bedürfnisse deine Kommunikation beeinflussen und welche Rolle Empathie spielt. Durch Austausch und Rollenspiele mit anderen Teilnehmenden übst du wertschätzende Kommunikation und erfährst die Bedeutung von Empathie und Verbundenheit.

Sa 08.02. – 22.02.2025 | 09.30 – 17.00 Uhr

Andrea Sosna, GfK Trainerin, Gymnasiallehrerin
Teilnahme-Gebühr 56,00 €

Seminarumfang 2 x = 16 UStd.

Ort: Kath. Familienbildungsstätte Wipperfürth
Klosterplatz 2 | 51688 Wipperfürth

Veranstaltungs-Nr.: 2572610026

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 sind

- 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.

Sa 24.05.2025 | 09.30 – 17.00 Uhr

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

Seminarumfang 1 x = 8 UStd.

Ort: Kath. Familienbildungsstätte Wipperfürth
Klosterplatz 2 | 51688 Wipperfürth

Veranstaltungs-Nr.: 2572610027

> ELTERNSEIN UND ERZIEHUNG

Gewaltfreie Kommunikation konkret: Übungsreihe

Die GfK-Übungsgruppe richtet sich an Interessierte mit Kenntnissen, die 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 ausgewählt werden, bietet die Gruppe Raum, eigene Situationen und Konflikte einzubringen und mithilfe der GfK zu bearbeiten und zu klären.

Di 21.01. – 25.03.2025 | 19.00 – 21.15 Uhr

Andrea Sosna, GfK Trainerin, Gymnasiallehrerin
Teilnahme-Gebühr 75,00 €

Seminarumfang 5 x = 15 UStd.

Ort: Kath. Familienbildungsstätte Wipperfürth
Klosterplatz 2 | 51688 Wipperfürth

Veranstaltungs-Nr.: 2572610028

Di 06.05. – 01.07.2025 | 19.00 – 21.15 Uhr

Andrea Sosna, GfK Trainerin, Gymnasiallehrerin
Teilnahme-Gebühr 75,00 €

Seminarumfang 5 x = 15 UStd.

Ort: Kath. Familienbildungsstätte Wipperfürth
Klosterplatz 2 | 51688 Wipperfürth

Veranstaltungs-Nr.: 2572610029



> ELTERNSEIN UND ERZIEHUNG

Baby- und Kleinkindschwimmen

Jedes neugeborene Kind kennt das Element Wasser bereits aus dem Mutterleib. Babyschwimmen hat viele positive Aspekte: Die Bewegung im Wasser mit einer vertrauten Bezugsperson fördert die körperliche und motorische, geistige und seelische Entwicklung. Die Bewegungsfähigkeit wird geschult, Freude an der Bewegung gefördert, das Gleichgewicht verbessert. Die Babys entwickeln mehr Selbstvertrauen und erfahren intensive Nähe und Geborgenheit bei den Eltern. Eltern und Kinder können so die Möglichkeiten des gemeinsamen Bewegens und Spielens im Wasser nutzen. Unter Mithilfe der Eltern sollen die Babys/Kleinkinder lernen, sich im Wasser zu bewegen und das Wasser als Spiel- und Übungsraum kennen und lieben zu lernen. Die Kinder werden je nach Alter in Kurse eingeteilt. Dort kommen unterschiedliche Materialien und Hilfsmittel zum Einsatz, um die Kinder altersentsprechend zu fördern.

*Die Kurse finden im Walter-Leo-Schmitz Bad Wipperfürth statt.
Aus hygienischen Gründen sollten die Kinder beim Schwimmen spezielle Windelbadehosen tragen.
Der Eintritt ins Schwimmbad ist im Kurspreis nicht enthalten.*

Referentinnenteam

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

jeweils 60,00 €

Seminarumfang

jeweils 10 x = 10 UStd.

> ELTERNSEIN UND ERZIEHUNG

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

> 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 15.01. – 17.12.2025 | 15.00 – 18.00 Uhr

Sabine Bülow-Quabach, Erzieherin
gebührenfrei

Seminarumfang 39 x = 156 UStd.

Ort: Kath. Familienbildungsstätte Wipperfürth
Klosterplatz 2 | 51688 Wipperfürth

Veranstaltungs-Nr.: 2572000011



© Dunker



In Zusammenarbeit mit der
Psychologischen Beratungsstelle Wipperfürth

> ELTERNSEIN UND ERZIEHUNG

Begleiten statt verbieten: Sicher unterwegs in der digitalen Welt!

Online-Seminar für Eltern junger Smartphonebesitzer

In diesem Vortrag werden Social Media Apps und deren Stolpersteine erklärt. Dazu gibt es wichtige Tipps für Handy-Einstellungen, speziell für Eltern von Kindern, die neu oder zukünftig ein Smartphone nutzen. Wichtige Themen wie Cybermobbing und Cybergrooming werden beleuchtet.

Hier können Sie wertvolle Informationen und Unterstützung finden, um Ihre Kinder sicher durch die digitale Welt zu begleiten.

www.kinderdigitalbegleiten.de

@kinderdigitalbegleiten

Di 06.05.2025 | 19.00 – 21.15 Uhr

Leonie Lutz, Gründerin von
„Kinder digital begleiten“, Autorin
Teilnahme-Gebühr 10,00 €
Seminarumfang 1 x = 3 UStd.

Ort: Digital

Veranstaltungs-Nr.: 2572610016



© Barth

> ELTERNSEIN UND ERZIEHUNG

Den Umgang mit Schicksalsschlägen erleichtern: Trauern für Anfänger

Ein praxisorientierter Themenabend zur Begleitung trauernder Kinder und Betroffener

Wir können das Schicksal nicht ändern, aber den Umgang damit erleichtern. Dieser Abend widmet sich den Herausforderungen, die der Verlust eines nahen Verwandten oder einer vertrauten Person mit sich bringt.

Gesellschaftsjournalistin und Familientrauerbegleiterin Lisa Harmann bietet praktische Ansätze und teilt wertvolles Wissen, um Trauer zu bewältigen:

- Worte für Sprachlosigkeit finden: Wie können wir unsere Gefühle ausdrücken?
- Behutsamer Umgang mit Betroffenen: Wege, um empathisch und zugewandt zu sein.
- Rückkehr zur Handlungsfähigkeit: Strategien, um aus der Ohnmacht herauszukommen.
- Umgang mit Kindern in Trauer: Unterschiede zwischen Kinder- und Erwachsenentrauer und wie wir Kinder in ihrer Trauer unterstützen können.

Lisa Harmann erläutert die Traueraufgaben vom Funktionieren bis hin zum Akzeptieren und gibt praktische Ideen, etwa die Herstellung einer Trostsalbe, oder den Einsatz von Gefühlsmonstertkarten. Sie helfen, ins Gespräch zu kommen, Gefühle zu verarbeiten, sowie Symbole und Bilder für das Gefühlschaos zu finden. Ziel ist es, dass niemand mehr sprachlos oder überfordert ist, wenn das Unvorhergesehene geschieht.

Di 08.04.2025 | 19.00 – 21.15 Uhr

Lisa Harmann, Journalistin, Autorin, Bloggerin

Teilnahme-Gebühr 10,00 €

Seminarumfang 1 x = 3 UStd.

Ort: Kath. Familienbildungsstätte Wipperfürth

Klosterplatz 2 | 51688 Wipperfürth

Veranstaltungs-Nr.: 2572610025

> 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.

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.

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.

Für Eltern mit Ihren 10 – 12/2024 geborenen Babys

Fr 17.01. – 14.02.2025 | 8:45 – 10.15 Uhr

Stefanie Krieger, Lizenzierte Musikgärtnerin
gebührenfrei

Seminarumfang 5 x = 10 UStd.

Ort: Kath. Familienbildungsstätte Wipperfürth
Klosterplatz 2 | 51688 Wipperfürth

Veranstaltungs-Nr. 2572620057

Wer kann an Elternstart NRW teilnehmen?

Teilnehmen können Mütter und Väter aus NRW mit einem Kind im ersten Lebensjahr. Beide

> 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

Für Eltern mit Ihren 4–6/2024
geborenen Kindern

Mo 13.01. – 16.06.2025 | 08.45 – 10.15 Uhr

Anja Kühnel, Eltern-Kind-Kursleiterin

Teilnahme-Gebühr 123,00 €

Seminarumfang 20 x = 41 UStd.

Ort: Kath. Familienbildungsstätte Wipperfürth

Klosterplatz 2 | 51688 Wipperfürth

Veranstaltungs-Nr.: 2572620060

Für Eltern mit Ihren 6–8/2024
geborenen Kindern

Mo 13.01. – 16.06.2025 | 10.30 – 12.00 Uhr

Anja Kühnel, Eltern-Kind-Kursleiterin

Teilnahme-Gebühr 123,00 €

Seminarumfang 20 x = 41 UStd.

Ort: Kath. Familienbildungsstätte Wipperfürth

Klosterplatz 2 | 51688 Wipperfürth

Veranstaltungs-Nr.: 2572620061

Für Eltern mit Ihren 1–3/2024
geborenen Kindern

Di 14.01. – 24.06.2025 | 08.45 – 10.15 Uhr

Veranstaltungs-Nr.: 2572620045

Für Eltern mit Ihren 7–10/2023
geborenen Kindern

Di 14.01. – 24.06.2025 | 10.30 – 12.00 Uhr

Veranstaltungs-Nr.: 2572620046

Stefanie Krieger, Lizensierte Musikgärtnerin

Teilnahme-Gebühr 129,00 €

Seminarumfang 21 x = 43 UStd.

Ort: Kath. Familienbildungsstätte Wipperfürth

Klosterplatz 2 | 51688 Wipperfürth

> ELTERNSEIN UND ERZIEHUNG

Für Eltern mit Ihren 3–7/2024
geborenen Kindern

Mi 22.01. – 25.06.2025 | 10.30 – 12.00 Uhr

Sabine Bülow-Quabach, Erzieherin

Teilnahme-Gebühr 135,00 €

Seminarumfang 22 x = 45 UStd.

Ort: Kath. Familienbildungsstätte Wipperfürth

Klosterplatz 2 | 51688 Wipperfürth

Veranstaltungs-Nr.: 2572620047

Für Eltern mit 1–3jährigen Kindern

Do 23.01. – 26.06.2025 | 09.30 – 11.00 Uhr

Sabine Bülow-Quabach, Erzieherin

Teilnahme-Gebühr 123,00 €

Seminarumfang 20 x = 41 UStd.

Ort: Pfarrheim Frielingsdorf

Jan-Wellem-Straße | 51789 Lindlar

Veranstaltungs-Nr.: 2572620040

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

Fr 21.02. – 27.06.2025 | 08.45 – 10.15 Uhr

Stefanie Krieger, Lizensierte Musikgärtnerin

Teilnahme-Gebühr 87,00 €

Seminarumfang 14 x = 29 UStd.

Ort: Kath. Familienbildungsstätte Wipperfürth

Klosterplatz 2 | 51688 Wipperfürth

Veranstaltungs-Nr.: 2572620059



©Dunker

> ELTERNSEIN UND ERZIEHUNG



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

Pikler® heißt

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

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

Emmi Pikler

Im Kursraum gibt es eine Spielumgebung mit Pikler®-Bewegungselementen, ganz auf die Entwicklungsphase der Kinder abgestimmt. Während die Kinder spielen, haben die Eltern Zeit zum Zuschauen und Zeit für Information und

Gespräch. Mit zum Kurs gehören Wiegenlieder und Kinderlieder, an denen Eltern und Kinder Freude haben. Ein oder zwei Elternabende sind fester Bestandteil dieses Angebotes und werden nach Terminabsprache durchgeführt.

Das Kind: Ich möchte hier

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

> ELTERNSEIN UND ERZIEHUNG

Mutter/Vater: Ich möchte hier

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

Kind und Eltern: Wir möchten hier

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

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

Für Eltern mit Ihren 4–10/2023 geborenen Kindern

Fr 17.01. – 04.07.2025 | 08.45–10.15 Uhr

Annegret Schuster, Erzieherin
Teilnahme-Gebühr 117,00 €
Seminarumfang 19 x = 39 UStd.
Ort: Kath. Familienbildungsstätte Wipperfürth
Klosterplatz 2 | 51688 Wipperfürth
Veranstaltungs-Nr.: 2572620041

Für Eltern mit Ihren 4–8/2023 geborenen Kindern

Fr 17.01. – 04.07.2025 | 10.30–12.00 Uhr

Annegret Schuster, Erzieherin
Teilnahme-Gebühr 117,00 €
Seminarumfang 19 x = 39 UStd.
Ort: Kath. Familienbildungsstätte Wipperfürth
Klosterplatz 2 | 51688 Wipperfürth
Veranstaltungs-Nr.: 2572620048

> ELTERNSEIN UND ERZIEHUNG

Elterntreff

Frauen treffen sich, knüpfen Kontakte und lernen voneinander. Ziel der Gruppe ist es, sich über Kinder und den Alltag auszutauschen und sich besser kennen zu lernen. In der Gruppe wird der Spracherwerb gefördert. Kinder bis 3 Jahre können mitgebracht werden.

Mo 06.01. – 07.07.2025 | 08.45 – 11.00 Uhr

Maria Theodorides, Erzieherin

gebührenfrei

Seminarumfang 22 x = 66 UStd.

Ort: DRK Familienzentrum Rasselbande

Alte Kölner Str. 38 | 51688 Wipperfürth

Veranstaltungs-Nr.: 2572620058



© Dunker

> 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.

Referentin Heike Dreiner, Übungsleiterin (sofern nicht anders angegeben)

Teilnahme-Gebühr 96,00 €

Seminarumfang 16 x = 32 UStd.

Ort Kath. Familienbildungsstätte Wipperfürth | Klosterplatz 2 | 51688 Wipperfürth

Für Eltern mit ihren 5 – 8-jährigen Kindern

Do 30.01. – 03.07.2025 | 9:15 – 10.45 Uhr

Heike Oehler, Kleinkindpädagogin

Veranstaltungs-Nr.: 2572620038

Für Eltern mit ihren 1 – 3-jährigen Kindern

Di 14.01. – 03.06.2025 | 10.30 – 12.00 Uhr

Veranstaltungs-Nr.: 2572620039

Für Eltern mit ihren 3 – 4-jährigen Kindern

Di 14.01. – 03.06.2025 | 14.30 – 16.00 Uhr

Veranstaltungs-Nr.: 2572620042

Für Eltern mit ihren 2 – 3-jährigen Kindern

Di 14.01. – 03.06.2025 | 16.00 – 17.30 Uhr

Veranstaltungs-Nr.: 2572620043

Für Eltern mit ihren 1 – 3-jährigen Kindern

Mi 15.01. – 04.06.2025 | 14.45 – 16.15 Uhr

Veranstaltungs-Nr.: 2572620044

> 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 27.01. – 26.05.2025 | 16.00–16.45 Uhr

Katharina Taylor, Musikpädagogin M.A.

Teilnahme-Gebühr 45,00 €

Seminarumfang 15 x = 15 UStd.

Ort: Kath. Familienbildungsstätte Wipperfürth

Klosterplatz 2 | 51688 Wipperfürth

Veranstaltungs-Nr.: 2572620055

Mo 27.01. – 26.05.2025 | 16.50–17.35 Uhr

Katharina Taylor, Musikpädagogin M.A.

Teilnahme-Gebühr 45,00 €

Seminarumfang 15 x = 15 UStd.

Ort: Kath. Familienbildungsstätte Wipperfürth

Klosterplatz 2 | 51688 Wipperfürth

Veranstaltungs-Nr.: 2572620056

> ELTERN – KIND – NATUR – UMWELT

Spaß beim Experimentieren

Für Eltern mit Kindern ab 4 Jahren

Werdet zu Forscherinnen und Forschern in unserem interaktiven Kurs! Hier führt ihr selbst spannende Experimente durch und geht naturwissenschaftlichen Fragen auf den Grund. Alle Experimente sind ungefährlich und können mit alltäglichen Haushaltsgegenständen durchgeführt und zuhause nachgemacht werden:

- Fluffy-Slime: Welche Zutaten braucht man?
- Lavalampe: Warum steigen die Blasen auf?
- Kräuterseife: Wie kann man sie selbst herstellen?

Wenn ihr neugierig seid, meldet euch schnell an und entdeckt die Welt der Wissenschaft!

Bitte mitbringen: Pro Person eine kleine, durchsichtige Plastikflasche.

Sa 24.05.2025 | 13.30–15.45 Uhr

Petra Hölters, Naturerlebnispädagogin

Teilnahme-Gebühr 17,00 € (1 Erw. + 1 Kind)

inkl. 2,00 € Umlage pro Familie

Weitere Personen 7,50 €

Seminarumfang 1 x = 3 UStd.

Ort: Kath. Familienbildungsstätte Wipperfürth

Klosterplatz 2 | 51688 Wipperfürth

Veranstaltungs-Nr.: 2572620052



© Nneida/shutterstock.com

> ELTERN – KIND – NATUR – UMWELT

Frühlingsnester basteln

Für Eltern mit Kindern ab 4 Jahren

Langsam, aber sicher macht sich der Frühling auf den Weg und mit ihm grüne Wiesen, bunte Blumen und die ersten warmen Sonnenstrahlen. Doch nicht nur draußen wird es bunt!

Wir gestalten heute Frühlingsnester aus Naturmaterialien, färben Eier mit unterschiedlichen Pflanzenfarben, malen mit Naturpinseln und Färben ein Stoffsäckchen, das wir mit nach Hause nehmen dürfen.

Sa 15.03.2025 | 10.00–12.15 Uhr

Petra Hölters, Naturerlebnispädagogin

Teilnahme-Gebühr 15,00 €

1 Erwachsener + 1 Kind. Weitere Personen +50%

Seminarumfang 1 x = 3 UStd.

Ort: Kath. Familienbildungsstätte Wipperfürth

Klosterplatz 2 | 51688 Wipperfürth

Veranstaltungs-Nr.: 2572620049

Willkommen im Märchenwald

Für Eltern mit Kindern ab 4 Jahren

Kommt mit in den Märchenwald! Gemeinsam lösen wir viele Rätsel und tauchen in ein Reich von Zauberspiegel, Schloss und Königssohn ein. Folgt den Spuren, wie Hänsel und Gretel, aber hütet euch vor dem bösen Wolf.

Wer verwandelt sich in einen Prinzen/eine Prinzessin und findet den märchenhaften Schatz im Wald?

Sa 15.03.2025 | 14.00–16.15 Uhr

Petra Hölters, Naturerlebnispädagogin

Teilnahme-Gebühr 15,00 €

1 Erwachsener + 1 Kind. Weitere Personen +50%

Seminarumfang 1 x = 3 UStd.

Treffpunkt: Wanderparkplatz Mul | Grüne Str 1 |

42499 Hückeswagen

Veranstaltungs-Nr.: 2572620050

> ELTERN – KIND – NATUR – UMWELT

Frühsommerlicher Wald für die Kleinsten U3

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

Vogelgezwitscher, frische Knospen, feiner Blütenduft und der Geruch nach frischer Erde: Das ist Frühsommer! Heute erleben wir den Wald mit allen Sinnen. Wir formen Matschknödel mit den Händen, singen fröhliche Lieder, sammeln und sortieren alles, was wir auf dem Waldboden finden. Wir beobachten was schon wächst und keimt und haben viel Spaß zusammen mitten im frühsommerlichen Wald.

Sa 24.05.2025 | 10.00–11.30 Uhr

Petra Hölters, Naturerlebnispädagogin

Teilnahme-Gebühr 10,00 €

1 Erwachsener + 1 Kind. Weitere Personen +50%

Seminarumfang 1 x = 2 UStd.

Treffpunkt: Wanderparkplatz Mul | Grüne Str 1 |

42499 Hückeswagen

Veranstaltungs-Nr.: 2572620051

Summel, die kleine Wildbiene

Für Eltern mit ihren Kindern ab 4 Jahren bis Grundschulalter

Durch die Erzählungen von Summel, der kleinen Wildbiene, erfahren wir spannende Dinge über die wilden Verwandten der Honigbiene. Vor allem über ihre Vielseitigkeit und ihre großartigen Leistungen beim Bau der Nester aus verschiedenen Materialien wie z.B. Lehm oder Wachs und bei der Wahl des Nistplatzes z.B. in leeren Schneckenhäusern oder Pflanzengallen. In spielerischer Weise erleben wir außerdem, welche wichtige Rolle die Wildbienen bei der Bestäubung spielen. Es werden Hinweise auf den richtigen Umgang mit ihnen gegeben und geeignete Schutzmöglichkeiten für Wildbienen vorgestellt und ein Bienenhotel gebastelt.

Sa 14.06.2025 | 10.00–12.15 Uhr

Petra Hölters, Naturerlebnispädagogin

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

1 Erwachsener + 1 Kind. Weitere Personen +50%

Seminarumfang 1 x = 3 UStd.

Ort: Kath. Familienbildungsstätte Wipperfürth

Klosterplatz 2 | 51688 Wipperfürth

Veranstaltungs-Nr.: 2572620053

> ELTERN – KIND – NATUR – UMWELT

Geheimnisvoller Waldboden: Entdecke die faszinierende Welt der Bodentiere

Für Eltern mit ihren Kindern ab 3 Jahren

Tauche ein in das Erdreich und erkunde die verborgene Welt der Bodentiere! In einer Handvoll Erde verbirgt sich eine Vielfalt winziger Lebewesen, die wichtige Aufgaben in der Natur übernehmen. Gemeinsam begeben wir uns auf die Suche nach ihnen und erforschen ihre Lebensweise. Ausgestattet mit Forscherutensilien wie Becherlupen und Löffeln erkunden wir mit all unseren Sinnen die oft übersehene Welt unter unseren Füßen. Dabei werfen wir auch einen genaueren Blick auf die Blätter und das Laub, die im Herbst von den Bäumen fallen und im Frühling fast verschwunden sind. Wo sind sie hin? Zusammen werden wir das Geheimnis lüften und viele spannende Entdeckungen machen.

Sa 14.06.2025 | 14.00 – 16.15 Uhr

Petra Hölters, Naturerlebnispädagogin

Teilnahme-Gebühr 15,00 €

1 Erwachsener + 1 Kind. Weitere Personen +50%

Seminarumfang 1 x = 3 UStd.

Treffpunkt: Wanderparkplatz Mul | Grüne Str. 1 |
42499 Hückeswagen

Veranstaltungs-Nr.: 2572620054



© Maria Sbytova / shutterstock.com

> ELTERN – KIND – NATUR – UMWELT

Nachhaltig durch den Familienalltag

Ein Workshopvormittag für Eltern mit ihren Kindern von 4–10 Jahren

Ihr habt Lust, euch kreativ und inhaltlich mit dem Thema Nachhaltigkeit zu beschäftigen? Ihr würdet gerne wissen, mit welchen kleinen Maßnahmen Ihr Euren Alltag nachhaltiger gestalten könnt? Dann seid Ihr hier genau richtig: In zwei Workshops wird das Thema aufgegriffen:

- Wie geht nachhaltige Ernährung (Snacks für den Schulalltag)?
- Wie können Alltagsprodukte wie Seife u. a. selbst hergestellt werden?

Natürlich dürft Ihr alle guten Ideen, Rezepte und hergestellten Produkte mitnehmen und sie zukünftig zu Hause selbst ausprobieren.

Sa 29.03.2025 | 10.00 – 14.00 Uhr

Petra Hölters, Naturerlebnispädagogin

Yvonne Richelshagen, Ernährungsberaterin

Astrid Linke, Diplom-Sozialpädagogin M. A.

Teilnahme-Gebühr 20,50 € inkl. 8,00 € Umlage
(1 Erw. / 1 Kind), weitere Personen: 10,25 € inkl.

4,00 € Umlage

Seminarumfang 1 x = 5 UStd.

Ort: Kath. Familienbildungsstätte Wipperfürth
Klosterplatz 2 | 51688 Wipperfürth

Veranstaltungs-Nr.: 2572620063



© ifong / shutterstock.com

> ENTSPANNEN UND BEWEGEN

Relax! Entspannung spielerisch erleben

Für Kinder von 5 – 10 Jahren

Entspannungspädagogik hilft Kindern, mit den täglichen Herausforderungen gelassener umzugehen, indem sie ihnen Werkzeuge zur Verbesserung ihres Wohlbefindens bietet. In einer kleinen Gruppe lernen die Kinder, Stress abzubauen und ihre emotionale Gesundheit zu stärken. Die Entspannungsstunden sind altersgerecht gestaltet. Sie bieten Gelegenheiten, Entspannungstechniken zu erlernen und in den Alltag zu integrieren. Die Eltern sind in der ersten Stunde dabei, anschließend üben die Kinder alleine.

Wir erleben gemeinsam:

- Spiele und Übungen zur Entspannung
- Fantasiereisen
- Progressive Muskelentspannung
- Musik und Klangschalen

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

Fr 14.03. – 21.03.2025 | 16.30 – 18.00 Uhr

Sandra Goldner, Waldorfpädagogin

Teilnahme-Gebühr 24,00 €

1 Erwachsener + 1 Kind. Weitere Personen +50%

Seminarumfang 2 x = 4 UStd.

Ort: Kath. Familienbildungsstätte Wipperfürth

Klosterplatz 2 | 51688 Wipperfürth

Veranstaltungs-Nr.: 2572620026

Fr 09.05. – 16.05.2025 | 16.30 – 18.00 Uhr

Sandra Goldner, Waldorfpädagogin

Teilnahme-Gebühr 24,00 €

1 Erwachsener + 1 Kind. Weitere Personen +50%

Seminarumfang 2 x = 4 UStd.

Ort: Kath. Familienbildungsstätte Wipperfürth

Klosterplatz 2 | 51688 Wipperfürth

Veranstaltungs-Nr.: 2572620027

> 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.

Referentin Monika Offermann, Yogalehrerin

Teilnahme-Gebühr 25,00 € (1 Erwachsener + 1 Kind. Weitere Personen +50%)

Seminarumfang 5 x = 5 UStd.

Ort Kath. Familienbildungsstätte Wipperfürth | Klosterplatz 2 | 51688 Wipperfürth

Di 28.01. – 25.02.2025 | 16.30 – 17.30 Uhr

Veranstaltungs-Nr.: 2572620022

Di 11.03. – 08.04.2025 | 16.30 – 17.30 Uhr

Veranstaltungs-Nr.: 2572620023

Di 06.05. – 03.06.2025 | 16.30 – 17.30 Uhr

Veranstaltungs-Nr.: 2572620024



@earstudio / shutterstock.com

> KOCHEN UND BACKEN MIT KINDERN

Für alle Eltern-Kind-Kochkurse gilt:

Bitte bringen Sie Behälter für eventuelle Reste mit.

Die Teilnehmergebühr gilt für 1 Erwachsenen und 1 Kind.

Jede weitere Person zahlt 50% der Gebühr plus die Umlage.

Leckeres aus der Villa Kunterbunt

Für Eltern mit ihren Kindern ab 3 Jahren

Was essen Pippi Langstrumpf und ihre Freunde Tommi und Annika am liebsten? Na klar: Speckpfannkuchen! Außerdem backen sie gerne Haferkekse für unterwegs und für zwischendurch gibt es leckeres Taka-Tuka-Obst! Wir machen uns die Welt, wie sie uns gefällt!

Do 20.02.2025 | 15.30–18.30 Uhr

Erika Meier, Ernährungsberaterin für Kleinkinder
Teilnahme-Gebühr 17,00 € inkl. 5,00 € Umlage
Seminarumfang 1 x = 4 UStd.

Ort: Kath. Familienbildungsstätte Wipperfürth
Klosterplatz 2 | 51688 Wipperfürth

Veranstaltungs-Nr.: 2572620014

Hase Felix reist um die Welt

Für Eltern mit ihren Kindern ab 3 Jahren

Sophie und ihr Kuschelhase Felix sammeln Rezepte aus aller Welt. Hast du Lust, sie mit uns auszuprobieren?

Weißt du schon, was man in anderen Ländern so alles isst? Wir finden es gemeinsam heraus und lernen Geschmackserlebnisse von verschiedenen Kontinenten kennen.

Do 13.03.2025 | 15.30–18.30 Uhr

Erika Meier, Ernährungsberaterin für Kleinkinder
Teilnahme-Gebühr 17,00 € inkl. 5,00 € Umlage
Seminarumfang 1 x = 4 UStd.

Ort: Kath. Familienbildungsstätte Wipperfürth
Klosterplatz 2 | 51688 Wipperfürth

Veranstaltungs-Nr.: 2572620018

> KOCHEN UND BACKEN MIT KINDERN

Ostern mit dem Hasenfranz

Für Eltern mit ihren Kindern ab 3 Jahren

Der Hasenfranz kann es kaum erwarten, heute darf er zum ersten Mal Ostereier verstecken! Und wie stärkt sich die Hasenfamilie für die Suche? Sie bereiten eine leckere Möhrenbolognese, Möhrenwaffeln und duftende Quarkhasen zu. Nun kann das Osterfest kommen!

Do 03.04.2025 | 15.30–18.30 Uhr

Erika Meier, Ernährungsberaterin für Kleinkinder
Teilnahme-Gebühr 17,00 € inkl. 5,00 € Umlage
Seminarumfang 1 x = 4 UStd.

Ort: Kath. Familienbildungsstätte Wipperfürth
Klosterplatz 2 | 51688 Wipperfürth

Veranstaltungs-Nr.: 2572620015

Tischlein deck dich – märchenhaftes Kochen und Backen

Für Eltern mit ihren Kindern ab 3 Jahren

Es war einmal vor langer Zeit...

Welche Rezepte verstecken sich in unserem Märchenkochbuch? Seid gespannt auf eine leckere Sterntalersuppe und Frau Holles Schneeflocken.

Fr 09.05.2025 | 15.30–18.30 Uhr

Erika Meier, Ernährungsberaterin für Kleinkinder
Teilnahme-Gebühr 17,00 € inkl. 5,00 € Umlage
Seminarumfang 1 x = 4 UStd.

Ort: Kath. Familienbildungsstätte Wipperfürth
Klosterplatz 2 | 51688 Wipperfürth

Veranstaltungs-Nr.: 2572620019



© Africa Studio / shutterstock.com

> KOCHEN UND BACKEN MIT KINDERN

Kochkurs mit Conni

Für Eltern mit ihren Kindern ab 3 Jahren

Conni und ihr kleiner Bruder Jakob helfen den Eltern gerne beim Kochen und Backen. Heute testen sie Rezepte für die Familienküche, bei denen sie vieles schon ganz alleine zubereiten können.

Do 26.06.2025 | 15.30–18.30 Uhr

Erika Meier, Ernährungsberaterin für Kleinkinder
Teilnahme-Gebühr 17,00 € inkl. 5,00 € Umlage
Seminarumfang 1 x = 4 UStd.

Ort: Kath. Familienbildungsstätte Wipperfürth
Klosterplatz 2 | 51688 Wipperfürth

Veranstaltungs-Nr.: 2572620016



© Alena Ozerova / shutterstock.com

Kochen mit dem kleinen Drachen Kokosnuss

Für Eltern mit ihren Kindern ab 3 Jahren

Heute testen wir die bunte Gemüseküche vom Chefkoch aus dem Fressdrachendorf. Es gibt vegetarische Gerichte, da der beste Freund Oskar vom kleinen Drachen Kokosnuss kein Fleisch isst. Er liebt aber Spaghetti mit Linsenbolognese und Nachtisch ...

Do 18.09.2025 | 15.30–18.30 Uhr

Erika Meier, Ernährungsberaterin für Kleinkinder
Teilnahme-Gebühr 17,00 € inkl. 5,00 € Umlage
Seminarumfang 1 x = 4 UStd.

Ort: Kath. Familienbildungsstätte Wipperfürth
Klosterplatz 2 | 51688 Wipperfürth

Veranstaltungs-Nr.: 2572620020

> KOCHEN UND BACKEN MIT KINDERN

Kochen mit dem Gröffelo

Für Eltern mit ihren Kindern ab 3 Jahren

Kennst du den Gröffelo und die kleine Maus und weißt du, was die beiden am liebsten essen? Wir bereiten ein schmackhaftes Gröffeloragout mit Schlangenpüree zu und zum Nachtisch gibt's leckere Eule mit Zuckerguss. Lasst Euch überraschen!

Do 09.10.2025 | 15.30–18.30 Uhr

Erika Meier, Ernährungsberaterin für Kleinkinder
Teilnahme-Gebühr 17,00 € inkl. 5,00 € Umlage
Seminarumfang 1 x = 4 UStd.

Ort: Kath. Familienbildungsstätte Wipperfürth
Klosterplatz 2 | 51688 Wipperfürth

Veranstaltungs-Nr.: 2572620021



© Africa Studio / shutterstock.com

Rezepte, die Spaß machen: Fluffig, knusprig und bunt

Kochkurs für Väter und Kinder von 8–12 Jahren

Kochen wie der Lieblings-YouTube-Star?!

Hier kannst du es testen! Dank der vielfältigen Rezepte der YouTube-Stars Viktoria und Sarina zaubern wir heute Fluffiges, Knuspriges und Buntes zum Ausprobieren und Nachkochen.

Fr 16.05.2025 | 17.00–20.00 Uhr

Erika Meier, Ernährungsberaterin für Kleinkinder
Teilnahme-Gebühr 17,00 € inkl. 5,00 € Umlage
Seminarumfang 1 x = 4 UStd.

Ort: Kath. Familienbildungsstätte Wipperfürth
Klosterplatz 2 | 51688 Wipperfürth

Veranstaltungs-Nr.: 2572620017

> 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 Spielereff ist Zeit, alte und neue Spiele kennen zu lernen und auszuprobieren. Lieblingsspiele können gerne mitgebracht werden.

Referent Wolfgang Krause, Spieleerklärer | **gebührenfrei** | **Seminarumfang** 1 x = 4 UStd.

Ort Kath. Familienbildungsstätte Wipperfürth – Klosterplatz 2 | 51688 Wipperfürth

Fr 17.01.2025 | 19.00 – 22.00 Uhr
Veranstaltungs-Nr.: 2572620002

Fr 14.02.2025 | 19.00 – 22.00 Uhr
Veranstaltungs-Nr.: 2572620003

Fr 14.03.2025 | 19.00 – 22.00 Uhr
Veranstaltungs-Nr.: 2572620004

Fr 11.04.2025 | 19.00 – 22.00 Uhr
Veranstaltungs-Nr.: 2572620005

Fr 09.05.2025 | 19.00 – 22.00 Uhr
Veranstaltungs-Nr.: 2572620006

Fr 13.06.2025 | 19.00 – 22.00 Uhr
Veranstaltungs-Nr.: 2572620007

Fr 11.07.2025 | 19.00 – 22.00 Uhr
Veranstaltungs-Nr.: 2572620008

Fr 19.09.2025 | 19.00 – 22.00 Uhr
Veranstaltungs-Nr.: 2572620009

Fr 10.10.2025 | 19.00 – 22.00 Uhr
Veranstaltungs-Nr.: 2572620010

Fr 14.11.2025 | 19.00 – 22.00 Uhr
Veranstaltungs-Nr.: 2572620011

Fr 12.12.2025 | 19.00 – 22.00 Uhr
Veranstaltungs-Nr.: 2572620012

> ELTERN – KIND – KREATIVITÄT

Wipperfürth spielt! | Familien-Spieletag

Spielen – Testen – Ausprobieren

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. Nach den Spielermessen ist bei diesem Seminar Zeit neue Spielideen kennenzulernen und auszuprobieren. In gemütlicher Atmosphäre können Sie so mit der ganzen Familie ein verspieltes Wochenende erleben.

So 16.11.2025 | 11.00 – 18.00 Uhr

Wolfgang Krause, Spieleerklärer
gebührenfrei

Ort: Kath. Familienbildungsstätte Wipperfürth
Klosterplatz 2 | 51688 Wipperfürth

Veranstaltungs-Nr.: 2572620013



© Winter Roman / shutterstock.com

> ELTERN – KIND – KREATIVITÄT

Lesenacht

für Mütter mit ihren Töchtern ab 16 Jahren

Die Beziehung zwischen Müttern und Töchtern ist eine ganz besondere. So groß in manchen Zeiten die Herausforderungen auch sein mögen – so unglaublich viel Reichtum und Schönheit steckt auch in ihrer Verbindung. Die Lesenacht ist eine außergewöhnliche Gelegenheit, diesen Schatz miteinander zu entdecken. An diesem Wochenende beziehen alle Mutter-Tochter-Paare zunächst ihr „Zimmer“ im ehemaligen Kloster. Beim Kennenlernen fertigen wir gemeinsam Glasperlen-Armbänder an. Es wird Zeit geben, sich über Lieblingsbücher und mehr auszutauschen. Nach einem gesunden Abendessen beginnt dann die lange Lesenacht. Wir stöbern in der Bücherei und in vielen Lieblingsbüchern, die zum Ausleihen bereitstehen. Schmökern und Austauschen werden im eigenen Zimmer als eine gemeinsame Qualitätszeit individuell gestaltet. Am nächsten Morgen tauschen wir bei einem leckeren Frühstück unsere gemachten Erfahrungen aus. Zum Abschluss entsteht eine Collage.

Bitte mitbringen: (Wenn möglich) eine aufblasbare Matratze, Bettzeug (Spannbettlaken, Kissen, Bettdecken und Bezüge), Handtücher, jeweils 5 Lieblingsbücher.

Sa 15.02.2025 | 15.30 – 20.30 Uhr

So 16.02.2025 | 09.00 – 12.00 Uhr

Irene Eggert, Diplom Sozialpädagogin, Erzieherin, Hotelfachfrau und Tochter Victoria Eggert
Teilnahme-Gebühr 135,00 € inkl. 45,00 € Umlage
(jeweils für 1 Mutter und 1 Tochter)
Seminarumfang 1 x = 10 UStd.

Ort: Kath. Familienbildungsstätte Wipperfürth
Klosterplatz 2 | 51688 Wipperfürth

Veranstaltungs-Nr.: 2572620001



© Shestakoff/shutterstock.com

> ONLINE-KURSE

Social Media – ein Crash-Kurs für Eltern

Wie begleite ich mein Kind im Umgang mit Youtube, Snapchat, TikTok und Co.?

Soziale Medien sind ein zentrales Thema in Familien. Kinder sind fasziniert von der scheinbar realen Welt und den Möglichkeiten der Selbstdarstellung, während Eltern oft die Gefahren betonen und die Apps lieber verbieten würden. Diese unterschiedlichen Ansichten führen häufig zu Diskussionen. Eltern wünschen sich mehr Know-how, um ihre Kinder gut begleiten zu können.

Medienpädagogin Heiko Wolf gibt Eltern Einblicke in die Faszination sozialer Medien. Er informiert über beliebte Apps, zeigt Einstellungen zu Privatsphäre und Datenschutz auf und gibt Tipps, wie Eltern auf dem neuesten Stand bleiben können.

Do 03.04.2025 | 19.00 – 21.15 Uhr

Heiko Wolf, Medienpädagogin

Teilnahme-Gebühr 7,50 €

Seminarumfang 1 x = 3 UStd.

Veranstaltungs-Nr.: 2564610001

Anmeldung über QR-Code



oder:

Kath. Familienbildungsstätte Wuppertal

Bernhard-Letterhaus-Str. 8 | 42275 Wuppertal

Tel. 0202 2550580 | info@fbs-wuppertal.de

> ONLINE-KURSE

Digitale Spiele – Crash-Kurs für Eltern

Wie begleite ich mein Kind im Umgang mit Minecraft, Fortnite, Brawl Stars und Co.?

Digitale Spiele sind für viele Jungen und Mädchen ein faszinierender Zeitvertreib, bei dem sie Fantasy-Welten erschaffen, Sportvereine managen oder sich in actiongeladenen Spielen messen. Unter Jugendschutzgesichtspunkten sind Gewalt, exzessive Nutzung und Mechanismen zur Nutzerbindung problematisch. Diese Themen führen oft zu Diskussionen in Familien. Eltern wünschen sich mehr Know-how, um ihre Kinder in diesem schnelllebigen Bereich gut begleiten zu können. Der Dozent gibt

- Einblicke in beliebte Spiele (Brawl Stars, FIFA, Minecraft, Fortnite) und deren Faszination.
- Informationen zu Alterskennzeichnungen (z.B. GTA: gespielt ab 14, freigegeben ab 18).
- Diskussionen über die Auswirkungen digitaler Spiele auf Gewaltbereitschaft.
- Informationen über Hilfen bei Online-Spielsucht
- Zeit für individuelle Fragen

Mi 04.06.2025 | 19.00–21.15 Uhr

Heiko Wolf, Medienpädagoge

Teilnahme-Gebühr 7,50 €

Seminarumfang 1 x = 3 UStd.

Veranstaltungs-Nr.: 2564610002

Anmeldung über QR-Code



oder:

Kath. Familienbildungsstätte Wuppertal

Bernhard-Letterhaus-Str. 8 | 42275 Wuppertal

Tel. 0202 2550580 | info@fbs-wuppertal.de

> ONLINE-KURSE

Elternschaft auf Augenhöhe

Väter neu denken (Online-Veranstaltung)

Nicht selten haben Mütter einen Kompetenzvorsprung in der Begleitung ihrer Kinder, der sich im Laufe der Zeit auf die Augenhöhe in der Partnerschaft auswirken kann. In diesem Elternangebot beschäftigen wir uns mit der Reflektion unserer Rolle als Vater und Partner und beginnen damit, mehr Souveränität in Erziehung, Selbstbestimmung und authentischerer (Paar-)Kommunikation aufzubauen. Dabei gibt Carsten Vonnoh zahlreiche Impulse zur Selbstreflektion, fachliche Perspektiven aus der Forschung und seiner Beratungserfahrung und gestaltet den Rahmen für intensiven Austausch unter Vätern.

Do 13.02.2025 | 19.30 Uhr

Carsten Vonnoh, Vatercoach, Autor

Teilnahme-Gebühr: 10,00 €

Veranstaltungs-Nr.: 2571610076



Anmeldung über QR-Code



oder:

Kath. Bildungsforum Rhein-Erft

Kirchstraße 1b | 50126 Bergheim

Tel. 02271 4790-0

info@bildungsforum-rhein-erft.de



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

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

> KOCHEN UND BACKEN

Allgemeine Informationen zu den Kochkursen

Die Kochkurse finden in unserer modern ausgestatteten Lehrküche statt. Die maximale Teilnehmerzahl ist in der Regel auf 12 Personen begrenzt. Die Rezeptauswahl und den Lebensmitteleinkauf übernimmt Ihre Referentin für Sie.

Zu Beginn des Kurses werden die Rezepte vorgestellt, besprochen und Ihre Fragen geklärt. Danach finden Sie sich in Kochteams zusammen und erhalten eine kurze Einweisung in die Küchentechnik. Während der Zubereitung steht Ihnen die Referentin bei Bedarf mit Rat und Tat zur Seite.

Abschließend essen Sie gemeinsam die zubereiteten Speisen, tauschen Erfahrungen aus und besprechen die Arbeitsergebnisse. Nach dem gemeinsamen Aufräumen und Spülen rechnet die Kursleitung die Lebensmittel und Verbrauchsmaterialien mit Ihnen ab, ggf. wird ein Restbetrag fällig. 5,00€ bis 15,00€ pro Kurstag. Getränke sind in der Lebensmittellage nicht enthalten. Sie können sich gerne etwas mitbringen. Wasser und Apfelschorle sind vor Ort käuflich zu erwerben. Für die Kochkurse wird vorab eine Lebensmittellanzahlung von 5,00€ oder 10,00€ pro Kurstag erhoben, die zusammen mit dem Teilnehmerbeitrag fällig wird.



© lily / stock.adobe.com

> KOCHEN UND BACKEN

Für alle Kochkurse gilt:

Bitte Behälter für eventuelle Reste mitbringen.

Alle Kochkurse finden immer in unserer Lehrküche statt, in der:

Kath. Familienbildungsstätte Wipperfürth | Klosterplatz 2 | 51688 Wipperfürth

Veganuary

Wir bereiten Gerichte für Frühstück, Hauptmahlzeiten sowie Snacks und Desserts zu. Einfach, unkompliziert und mit viel Freude bekommen Sie einen Einblick, wie bekannte Gerichte ganz ohne tierische Produkte schmackhaft zubereitet werden können, so dass es der ganzen Familie schmeckt.

Mo 20.01.2025 | 18.15 – 22.00 Uhr

Yvonne Richelshagen, Ernährungsberaterin

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

Seminarumfang 1 x = 5 UStd.

Veranstaltungs-Nr.: 2572660005

Winterliche Aufläufe

Aufläufe sind gut vorzubereiten und backen von allein im Ofen. Wir bereiten vegetarische Aufläufe wie den Gemüseflan aus Frankreich, Pastisio aus Kalifornien und den Gemüse-Pie aus Großbritannien zu. Hähnchenrollen aus Mexiko sowie Couscous aus den arabischen Ländern vervollständigen unser Menü. Ein leckerer Nachschick rundet unseren Kochabend ab.

Mi 22.01.2025 | 18.15 – 22.00 Uhr

Christine Wannek, Diplom Oecotrophologin

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

Seminarumfang 1 x = 5 UStd.

Veranstaltungs-Nr.: 2572660007

> KOCHEN UND BACKEN

Glutenfrei

Gluten (Klebereiweiß) kommt in Getreidesorten, wie Weizen, Dinkel, Einkorn Emmer, Roggen und Gerste vor. Das Protein sorgt im Brot für Luftigkeit und Zusammenhalt. Menschen mit diagnostizierter Zöliakie, oder einer Glutenunverträglichkeit müssen Alternativen zu diesen Getreidesorten wählen. Ein Verzicht auf glutenhaltiges Getreide und Lebensmittel hilft die Beschwerden lindern. Wir backen Brötchen und bereiten schmackhafte und vielseitige Gerichte zu – etwas Süßes zum Dessert darf auch nicht fehlen. Alle Speisen werden glutenfrei und rein pflanzlich zubereitet.

Di 28.01.2025 | 18.15 – 22.00 Uhr

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

Veranstaltungs-Nr.: 2572660064

Pasta, Soßen & Risotto

Unsere italienische Köchin bereitet mit Ihnen selbstgemachte Pasta und Risotto zu. Es gibt verschiedene Nudel- und Risotto-Varianten, passende Saucen und neue Rezepte. Den Abschluss bildet ein leckeres Dessert. Buon appetito!

Di 04.02.2025 | 18.15 – 21.15 Uhr

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

Veranstaltungs-Nr.: 2572660056



© focal point / shutterstock.com

> KOCHEN UND BACKEN

Jerusalems Küche

Vegane Köstlichkeiten à la Ottolenghi

Tauche ein in die bunte und aromatische Welt Jerusalems! Inspiriert von den kreativen Rezepten Yotam Ottolenghis, entdecken wir die vielfältigen Aromen der Levante-Küche – und das alles vegan. Lerne, wie du mit einfachen, saisonalen Zutaten wahre Geschmacksexplosionen kreierst und die vielfältige, vegane Küche Jerusalems zuhause nachkochen kannst.

Do 06.02.2025 | 18.15 – 22.00 Uhr

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

Veranstaltungs-Nr.: 2572660008

Vegetarisches für Genießer-Paare

Das Kochevent zum Valentinstag

Ein besonderer Abend zu zweit: Gemeinsam zaubern wir ein köstliches Menü, das nicht nur den Gaumen, sondern auch das Herz erfreut. Ein Hauch Exotik entdeckt ihr in unserem würzigen Möhrensalat. Die cremige Mandelsuppe ist samtig und unwiderstehlich. Unser Hauptgang besteht aus roten Ravioli mit Salbeibutter – ein Fest der Farben und Aromen. Ein verführerisches Quark-Trifle bildet das süße Finale für einen genussvollen Abend.

Der Kochkurs ist ideal, um gemeinsam kreativ zu werden, Neues zu entdecken und einen Abend mit viel Liebe zum Detail zu genießen. Er bietet sich auch als Weihnachtsgeschenk für Ihre(n) Liebste(n) an!

Do 13.02.2025 | 18.15 – 22.00 Uhr

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

Veranstaltungs-Nr.: 2572640001

> KOCHEN UND BACKEN

Zuckerfrei zur Fastenzeit

Ein oft gefasster Vorsatz für die Fastenzeit: Ich möchte bis Ostern auf Zucker verzichten! Wie das geht? Wir bereiten alle Gerichte und Süßspeisen ohne industrielle Süßungsmittel zu und greifen stattdessen auf natürliche Süße zurück. Alle Speisen werden rein pflanzlich zubereitet. Auch ein paar "Tricks" können helfen, dem Heißhunger auf Süßes zu widerstehen. Sie erfahren, hinter welchen Bezeichnungen sich industrielle Süßungsmittel in den Zutatenlisten der Fertigprodukte verbergen. Und damit an Ostern Ihr „Zuckerfrei-Erfolg“ nicht endet, zaubern wir süße Kleinigkeiten für das Osternest. Denn: Naschen ist erlaubt!

Di 18.02.2025 | 18.15 – 22.00 Uhr

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

Veranstaltungs-Nr.: 2572660006

Power Boost mit Apfelessig

Ein altes Hausmittel mit breiter Wirkung

Was ist eigentlich Essig und welche positiven Eigenschaften kann er auf unseren Körper haben? Wir stellen gemeinsam Apfelessig her, nehmen eine kleine Kostprobe mit nach Hause und können uns bereits am nächsten Tag selbst von den positiven Eigenschaften überzeugen.

Mo 24.02.2025 | 19.00 – 21.15 Uhr

Sandra Hager, Dozentin für Kochkurse
Teilnahme-Gebühr 13,00 € inkl. 4,00 € Umlage
Seminarumfang 1 x = 3 UStd.

Veranstaltungs-Nr.: 2572660061



© cutt / shutterstock.com

> KOCHEN UND BACKEN

Türkisch kochen

Hos geldiniz / Herzlich willkommen ...

Wie schmeckt eigentlich die Türkei?

Die heutige türkische Küche wurde durch Einflüsse aus der byzantinischen, persischen, mongolischen, griechischen und arabischen Küche beeinflusst. Im Kochkurs entdecken wir auf einer weiteren kulinarischen Reise den Osten der türkischen Küche. Freuen Sie sich auf neue Rezepte!

Di 18.03.2025 | 18.15 – 22.00 Uhr

Dilek Polat, Hobbyköchin, Diplom Pädagogin
Teilnahme-Gebühr 22,50 € inkl. 10,00 € Umlage
Seminarumfang 1 x = 5 UStd.

Veranstaltungs-Nr.: 2572660059

Di 28.10.2025 | 18.15 – 22.00 Uhr

Dilek Polat, Hobbyköchin, Diplom Pädagogin,
Teilnahme-Gebühr 22,50 € inkl. 10,00 € Umlage
Seminarumfang 1 x = 5 UStd.

Veranstaltungs-Nr.: 2572660060

Günstig, gesund und lecker kochen

Wie gelingt dies im Familienalltag?

Der Wunsch nach gesunder, nachhaltiger Ernährung wächst, doch steigende Lebensmittelkosten machen die Umsetzung nicht immer leicht. Unsere Referentin zeigt Ihnen in diesem Kurs, wie man mit wenig Geld leckere, gesunde Mahlzeiten zubereiten kann. Spaß und Genuss dürfen dabei nicht fehlen.

Do 20.03.2025 | 18.15 – 21.15 Uhr

Anna Wagner, Hauswirtschaftlerin,
Gestalttherapeutin
Teilnahme-Gebühr 17,00 € inkl. 5,00 € Umlage
Seminarumfang 1 x = 4 UStd.

Veranstaltungs-Nr.: 2572660057

Mo 30.06.2025 | 18.15 – 21.15 Uhr

Anna Wagner, Hauswirtschaftlerin,
Gestalttherapeutin,
Teilnahme-Gebühr 17,00 € inkl. 5,00 € Umlage
Seminarumfang 1 x = 4 UStd.

Veranstaltungs-Nr.: 2572660058

> KOCHEN UND BACKEN

Familienküche – schnell & einfach!

Dieser Kurs zeigt dir, wie man schnell und unkompliziert vegane Gerichte für die ganze Familie zaubern kann. Wir bereiten einfache Rezepte zu, die Groß und Klein schmecken, ideal für den hektischen Alltag. Mit frischen, saisonalen Zutaten kreieren wir unkomplizierte und nährstoffreiche Mahlzeiten. Perfekt für alle, die Abwechslung in ihre Küche bringen möchten, ohne stundenlang zu kochen.

Sa 22.03.2025 | 10.00 – 13.45 Uhr

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

Veranstaltungs-Nr.: 2572660072

Veganer Ramen

Japans Kulturnudeln selbst gemacht!

In diesem Kurs lernst du, wie du vegane japanische Nudelsuppe zubereitest. Wir kreieren eine aromatische Brühe, kombinieren sie mit frischem Gemüse, Tofu und den perfekten Ramen-Nudeln. Herzhaftes Topping und leckere Gewürze sorgen für den ultimativen Geschmack.

Do 27.03.2025 | 18.15 – 22.00 Uhr

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

Veranstaltungs-Nr.: 2572660037



© bonchan / shutterstock.com

> KOCHEN UND BACKEN

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 Andenken mit nach Hause, um direkt ein paar Bärenkräfte zu bekommen.

Mi 02.04.2025 | 19.00 – 21.15 Uhr

Sandra Hager, Dozentin für Kochkurse
Teilnahme-Gebühr 13,00 € inkl. 4,00 € Umlage
Seminarumfang 1 x = 3 UStd.

Veranstaltungs-Nr.: 2572660062

Probier's mal mit Gemütlichkeit:

Eine achtsame Lebensrezeptur entwickeln

Wahre Köche kochen mit allen Sinnen. Nur so wissen sie, wie das schmeckt, was sie zubereiten. Durch das Einlassen auf verschiedenste Düfte, Gerüche, Farben und Geschmäcker können wir unseren eigenen Empfindungen und Gefühlen näherkommen. Wir lernen Wünsche zu entwickeln, bewusst zu genießen und eine Vision für die Zukunft kann wachsen.

Do 10.04.2025 | 18.15 – 22.00 Uhr

Anna Wagner, Gestalttherapeutin,
Hauswirtschaftlerin
Teilnahme-Gebühr 30,00 € inkl. 15,00 € Umlage
Seminarumfang 1 x = 5 UStd.

Veranstaltungs-Nr.: 2572740007

> KOCHEN UND BACKEN

Pizza & Co!

Hier dreht sich alles um den Teig! Mit neuen Rezeptvariationen stellen wir selbstgebackene Pizza und das Original italienische gefüllte Osterbrot Casatiello Napoletano her.

Die knusprigen Freselle überraschen und regen zum Nachbacken an. Ein italienisches Dessert rundet den Kursabend ab. Buon appetito!

Di 29.04.2025 | 18.15 – 21.15 Uhr

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

Veranstaltungs-Nr.: 2572660052



© Stock-Asso/shutterstock.com

Vegan Kochen für eine entzündungshemmende Ernährung

In diesem Kochkurs lernst du entzündungshemmende Lebensmittel gezielt in deine Ernährung zu integrieren. Wir bereiten gemeinsam einfache Gerichte voller Antioxidantien, gesunder Fette und wichtiger Nährstoffe zu.

Die Rezepte stärken den Körper und helfen Entzündungen auf natürliche Weise zu bekämpfen. Ideal für alle, die ihre Gesundheit mit einer pflanzlichen Ernährung unterstützen und ihr Wohlbefinden fördern möchten.

Di 06.05.2025 | 18.15 – 22.00 Uhr

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

Veranstaltungs-Nr.: 2572660040

> KOCHEN UND BACKEN

Italienische Gemüsevielfalt

Antipasti & Co.

Von A wie Aubergine bis Z wie Zucchini wird eine schmackhafte Vielfalt an neuen Rezepten mit Gemüse gekocht, gebraten, überbacken und eingelegt. Ein italienisches Dessert rundet den Kursabend ab. Buon appetito!

Di 13.05.2025 | 18.15 – 21.15 Uhr

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

Veranstaltungs-Nr.: 2572660053

Di 23.09.2025 | 18.15 – 21.15 Uhr

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

Veranstaltungs-Nr.: 2572660054

Vegan kochen mit der Bio-Gemüsebox

Überraschung aus der Region

Heute ist Kreativität angesagt! Wir kochen mit dem Inhalt einer saisonalen Bio-Gemüsebox von einem nahegelegenen Biohof. Was in der Kiste drin ist, bleibt eine Überraschung. Wir entdecken zusammen, wie vielseitig Gemüse sein kann und lernen, einfache pflanzliche Rezepte kennen, die sowohl gesund als auch geschmackvoll sind.

Do 15.05.2025 | 18.15 – 22.00 Uhr

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

Veranstaltungs-Nr.: 2572660038

Do 03.07.2025 | 18.15 – 22.00 Uhr

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

Veranstaltungs-Nr.: 2572660039

> KOCHEN UND BACKEN

Lecker indisch kochen

Probieren Sie es aus!

Sie mögen es gerne ein wenig exotisch und gut gewürzt? Die indische Küche erfreut sich immer größerer Beliebtheit. Wir kochen gemeinsam ein 3-Gänge-Menü, das Sie problemlos zu Hause nachkochen 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 Schwesterngemeinschaft Helpers of Mary (SHM). Schwerpunkte ihrer Arbeit sind die Bildungsförderung und die Stärkung der Mädchen- und Frauenrechte (Empowerment).

Di 27.05.2025 | 18.15 – 22.00 Uhr

Rani Kramm, Heilpädagogin

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

Seminarumfang 1 x = 5 UStd.

Veranstaltungs-Nr.: 2572660071

Die Indienhilfe Köln e.V. unterstützt die Arbeit der Ordensgemeinschaft „Helpers of Mary“. Über 300 Schwestern sind an vielen Orten Indiens aktiv und engagieren sich für verlassene, verwahrloste oder gefährdete Kinder. Mit Ihnen kämpfen wir gegen Lepra, fördern die Arbeit mit HIV-infizierten Kindern und unterstützen Bildungsarbeit. Zentrales Anliegen ist die Stärkung der Mädchen- und Frauenrechte. Wir arbeiten ehrenamtlich, halten engen Kontakt mit den Schwestern und sind zertifiziert mit dem DZI – Siegel als Zeichen einer seriös und transparent arbeitenden Organisation. Weitere Informationen unter www.indienhilfe.koeln

> KOCHEN UND BACKEN

Vegane Entdeckungsreise

Marokkanische Küche mit all ihren Aromen

In diesem Kochkurs entdecken wir die Vielfalt pflanzlicher Zutaten und die faszinierenden Gewürze, die die marokkanische Küche so einzigartig machen. Wir bereiten gemeinsam authentische, vegane Gerichte zu, die mit einer Vielzahl von Gewürzen und frischen, saisonalen Zutaten verfeinert werden. Aromatische Speisen, bunte Salate oder köstliche Dips – dieser Kurs zeigt dir, wie du die Essenz Marokkos auf den Tisch bringst, ohne auf tierische Produkte zurückzugreifen. Freue dich auf einen Abend voller Inspiration, leckerer Aromen und der Möglichkeit, deine Kochkünste zu erweitern.

Di 03.06.2025 | 18.15 – 22.00 Uhr

Yvonne Richelshagen, Ernährungsberaterin

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

Seminarumfang 1 x = 5 UStd.

Veranstaltungs-Nr.: 2572660041



© Alexandre Rotenberg/shutterstock.com

> KOCHEN UND BACKEN

Sommerleichte Salate – Frisch, bunt und voller Geschmack!

Bringen wir den Sommer auf den Teller! Wir bereiten erfrischende Salate zu, ideal für warme Tage. Wir verwenden saisonale, frische Zutaten. Von knackigen Blattgemüsen über aromatische Kräuter bis hin zu kreativen Dressings – dieser Kurs bietet zahlreiche Inspirationen für deinen Salatgenuss. Erlebe, wie einfach es ist, gesunde und leckere Gerichte zu zaubern, die an heißen Tagen erfrischen und sättigen.

Mi 25.06.2025 | 18.15 – 22.00 Uhr

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

Veranstaltungs-Nr.: 2572660042

Einkochen im Einkochautomat für Anfängerinnen und Anfänger

Herbstedition

Einkochen ist eine bewährte Methode, um Lebensmittel ohne Gas und Strom langfristig haltbar zu machen. Nach einem Theorieteil werden wir sechs einfache Rezepte einkochen, darunter Kuchen, Brot, eingelegtes Obst und Gemüse. Die Gläser werden von der Kursleiterin bereitgestellt und können zu Hause wiederverwendet werden. Diese Kosten sind im Kurspreis enthalten. Am Ende nimmt jeder Teilnehmer sechs Gläser Einkochgut mit nach Hause. (Dafür bitte eine stabile Transportkiste mitbringen!)

Do 11.09.2025 | 17.30 – 21.15 Uhr

Sandra Hager, Dozentin für Kochkurse
Teilnahme-Gebühr 34,50 € inkl. 10,00 € Umlage
und 12,00 € Umlage für Gläser
Seminarumfang 1 x = 5 UStd.

Veranstaltungs-Nr.: 2572660063

> KOCHEN UND BACKEN

Neuer Kochkurs für Männer

Dieser Kurs ist für Männer gedacht, die Freude am Kochen haben und ihre Fähigkeiten mit Gleichgesinnten ausbauen möchten. Wir kochen neue Gerichte aus der regionalen Küche und darüber hinaus. Einsteiger und Fortgeschrittene sind herzlich willkommen.

Mi 12.02.2025 | 18.15 – 22.00 Uhr

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

Veranstaltungs-Nr.: 2572660022



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 26.03.2025 | 18.15 – 22.00 Uhr

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

Veranstaltungs-Nr.: 2572660076

Mi 21.05.2025 | 18.15 – 22.00 Uhr

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

Veranstaltungs-Nr.: 2572660077

> KOCHEN UND BACKEN

Kochen für Menschen mit Behinderung und Einschränkungen

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

Sa 18.01.–14.06.2025 | 10.30–15.15 Uhr

Brunhilde Scheider, Erzieherin, Hobbyköchin
Teilnahme-Gebühr 80,00€ inkl. 20,00€ Umlage
Seminarumfang 4 x = 24 UStd.

Veranstaltungs-Nr.: 2572660079

Männer an den Herd!

Männer mit und ohne Behinderungen kochen, braten und probieren leckere Gerichte. Es werden Grundtechniken des Kochens vermittelt und Rezepte für jeden Tag ausprobiert.
Die Lebensmittelumlage wird vor Ort bei der Dozentin bezahlt.

So 15.06.2025 | 10.00–15.15 Uhr

Brunhilde Scheider, Erzieherin, Hobbyköchin
Teilnahme-Gebühr 17,50€
Seminarumfang 1 x = 7 UStd.

Veranstaltungs-Nr.: 2572660080



© Rawpixel.com/shutterstock.com

> KOCHEN UND BACKEN

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.

Referent Gaetano Ingrassia, Hobbykoch, ZWAR-Gruppe
gebührenfrei | Seminarumfang 1 x = 5 UStd.

Mi 05.02.2025 | 18.15–22.00 Uhr

Veranstaltungs-Nr.: 2572750001

Mi 09.04.2025 | 18.15–22.00 Uhr

Veranstaltungs-Nr.: 2572750002

Mi 14.05.2025 | 18.15–22.00 Uhr

Veranstaltungs-Nr.: 2572750003



© Cherries/shutterstock.com

> NÄHEN

Nähkurs für Anfänger /Innen und Fortgeschrittene

Individuelle Mode für die ganze Familie! Mit Gleichgesinnten macht Nähen viel mehr Spaß! Seien Sie kreativ und lassen Sie sich von tollen Stoffen inspirieren. In diesem Kurs erwerben Sie Grundkenntnisse und erhalten fachliche Tipps, um schneller zum Ziel zu kommen. Sie können auch Ihre vorhandene Garderobe unter Anleitung ändern oder modernisieren.

Für Neueinsteiger/innen: Fordern Sie bitte eine Liste der benötigten Materialien an.

Mi 29.01.–11.06.2025 | 09.30–11.45 Uhr

Sabine Schmitz, Schneidermeisterin

Teilnahme-Gebühr 135,00 €

Seminarumfang 18 x = 54 UStd.

Veranstaltungs-Nr.: 2572660069

Der Kurstermin am 12.02.2025 fällt aus.**Mi 15.01.–02.04.2025 | 14.30–17.30 Uhr**

Gabriele Räderscheidt, Schneidermeisterin,
Modedesignerin

Teilnahme-Gebühr 110,00 €

Seminarumfang 11 x = 44 UStd.

Veranstaltungs-Nr.: 2572660065

Mi 15.01.–02.04.2025 | 18.00–21.00 Uhr

Gabriele Räderscheidt, Schneidermeisterin,
Modedesignerin

Teilnahme-Gebühr 120,00 €

Seminarumfang 12 x = 48 UStd.

Veranstaltungs-Nr.: 2572660066

> NÄHEN

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.

**Der Kurstermin am 22.05.2025 fällt aus,
in den Osterferien am 24.04.2025 findet
er statt!**

Do 30.01.–12.06.2025 | 15.00–18.00 Uhr

Sabine Schmitz, Schneidermeisterin

Teilnahme-Gebühr 150,00 €

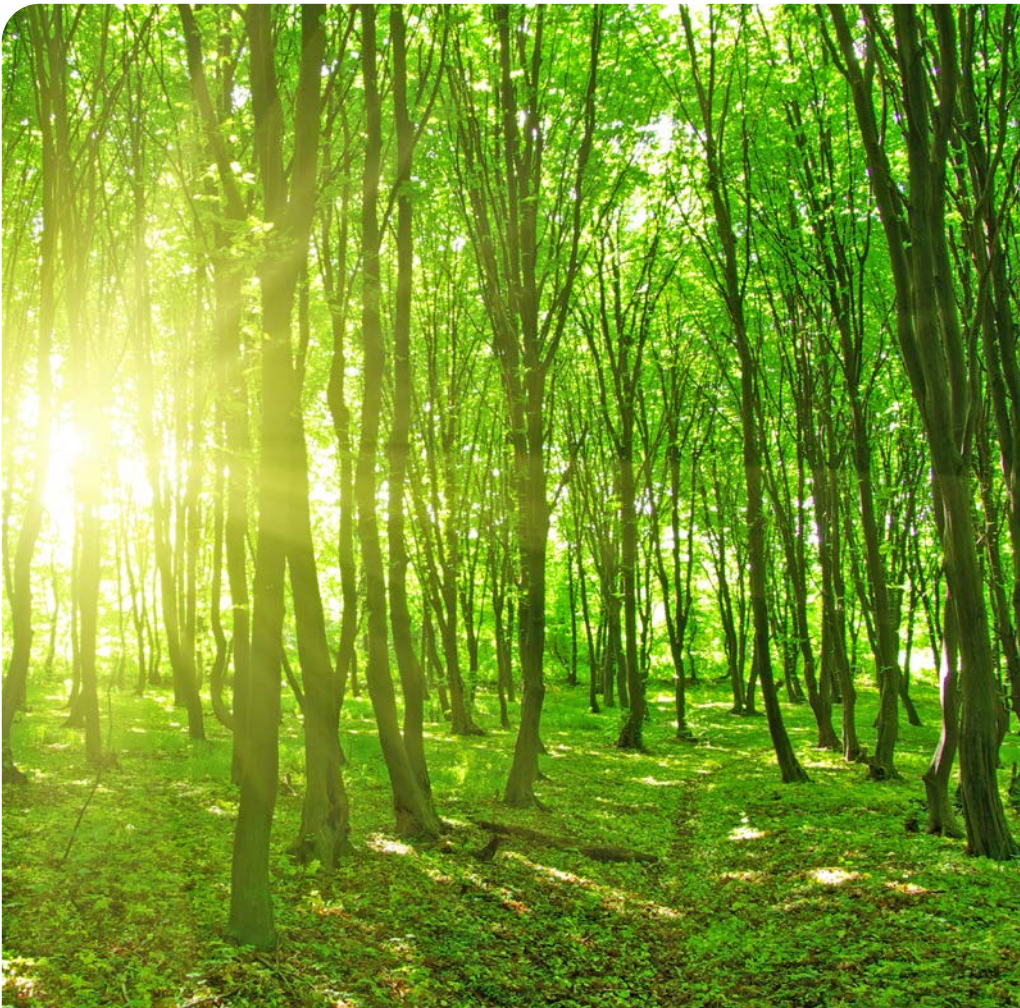
Seminarumfang 15 x = 60 UStd.

Ort: Pfarrheim Frielingsdorf

Jan-Wellem-Straße | 51789 Lindlar

Veranstaltungs-Nr.: 2572660070





© 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 ENTSPANNUNG

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 22.02.2025 | 10.45 – 12.15 Uhr

Gaby Zacher, Gesundheitstherapeutin

Teilnahme-Gebühr 10,00 €

Seminarumfang 1 x = 2 UStd.

Ort: Kath. Familienbildungsstätte Wipperfürth

Klosterplatz 2 | 51688 Wipperfürth

Veranstaltungs-Nr.: 2572660024

Sa 10.05.2025 | 10.45 – 12.15 Uhr

Gaby Zacher, Gesundheitstherapeutin

Teilnahme-Gebühr 10,00 €

Seminarumfang 1 x = 2 UStd.

Ort: Kath. Familienbildungsstätte Wipperfürth

Klosterplatz 2 | 51688 Wipperfürth

Veranstaltungs-Nr.: 2572660025



© Elke Moorkamp

> GESUNDHEIT DURCH ENTSPANNUNG

Gymnastik und Gespräche für an Parkinson erkrankte Menschen

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 13.01. – 07.07.2025 | 14.30 – 16.45 Uhr

Britta Dannaks, Physiotherapeutin

gebührenfrei

Seminarumfang 22 x = 66 UStd.

Ort: Kath. Familienbildungsstätte Wipperfürth

Klosterplatz 2 | 51688 Wipperfürth

Veranstaltungs-Nr.: 2572660075

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-obergberg.de.

Mo 20.01. – 15.12.2025 | 19.00 – 21.15 Uhr

Sigrid Brüggen, Selbsthilfegruppe Morbus Crohn gebührenfrei

Seminarumfang 11 x = 33 UStd.

Ort: Kath. Familienbildungsstätte Wipperfürth

Klosterplatz 2 | 51688 Wipperfürth

Veranstaltungs-Nr.: 2572660013

> GESUNDHEIT DURCH ENTSPANNUNG

Stressbewältigung durch Achtsamkeit für Frauen

In dieser Kursreihe erhalten Sie Einblicke in das Thema Stressbewältigung durch Achtsamkeit. Jede Einheit umfasst theoretische und praktische Anteile. Wir klären Fragen wie: Was ist Stress und warum belastet er uns?

Die Achtsamkeit ist unser Thema und wie sie uns helfen kann, besser mit Stress umzugehen. Ergänzt wird jede Einheit durch praktische Übungen wie Bodyscan, Körperübungen und die Grundlagen der Sitzmeditation. Das Programm basiert auf MBSR – Mindfulness Based Stress Reduction, dass in den 1970ern von Dr. Jon Kabat-Zinn an der Universitätsklinik in Worcester, Massachusetts (USA) entwickelt wurde.

Der Kurs richtet sich speziell an Frauen und fördert den Austausch untereinander. Es sind keine Meditationserfahrungen erforderlich.

Bitte mitbringen: Matte, Decke, kleines Kissen, dicke Socken.

Di 11.03. – 13.05.2025 | 19.45 – 21.15 Uhr

Elena Pick, Tanzpädagogin, Physiotherapeutin, Achtsamkeitslehrerin

Teilnahme-Gebühr 80,00€

Seminarumfang 8 x = 16 UStd.

Ort: Kath. Familienbildungsstätte Wipperfürth
Klosterplatz 2 | 51688 Wipperfürth

Veranstaltungs-Nr.: 2572660082



© Eviart / shutterstock.com

> GESUNDHEIT DURCH ENTSPANNUNG

Achtsamkeit: Was ist das eigentlich?

An vielen Stellen findet sich heutzutage der Begriff „Achtsamkeit“. Doch was ist Achtsamkeit eigentlich? Erfahren Sie, wie Achtsamkeit uns im oftmals stressigen Alltag unterstützen kann. Dieser Vortrag bietet Ihnen die Möglichkeit einen ersten Zugang zum Thema Achtsamkeit zu bekommen und in ersten kleinen Übungen selbst zu praktizieren. Außerdem gibt es Raum für Austausch und Fragen. Im Anschluss startet eine Kursreihe zum Thema speziell für Frauen.

Di 18.02.2025 | 19.45 – 21.15 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.: 2572660081

Schlaf gut

Durch sanfte Bewegungen aus der Feldenkrais®-Methode und dem SounderSleepSystem wird die Aufmerksamkeit aktiv auf den Körper und die Atmung gelenkt. Dies führt zu Entspannung im Gehirn (Hippocampus) und aktiviert den Parasympathikus, den beruhigenden Teil des vegetativen Nervensystems. Dadurch entspannen sich die Muskeln und der Herzschlag verlangsamt sich. Regelmäßiges Üben, besonders tagsüber, hilft Ihnen, abends leichter einzuschlafen und in der Nacht wieder leichter in den Schlaf zu finden.

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

Sa 08.02.2025 | 14.00 – 17.15 Uhr**So 09.02.2025 | 10.00 – 14.00 Uhr**

Sigrid Balk, Feldenkrais®-Lehrerin, Psychotherapeutin, Familientherapeutin

Teilnahme-Gebühr 36,00€

Seminarumfang 2 x = 9 UStd.

Ort: Kath. Familienbildungsstätte Wipperfürth
Klosterplatz 2 | 51688 Wipperfürth

Veranstaltungs-Nr.: 2572660004

> GESUNDHEIT DURCH ENTSPANNUNG

Nacken, Schulter, Rücken mit der Feldenkrais®-Methode

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

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

Sa 22.02.2025 | 14.00 – 17.15 Uhr

So 23.02.2025 | 10.00 – 14.00 Uhr

Sigrid Balk, Feldenkrais®-Lehrerin,
Psychotherapeutin, Familientherapeutin
Teilnahme-Gebühr 36,00 €

Seminarumfang 2 x = 9 UStd.

Ort: Kath. Familienbildungsstätte Wipperfürth
Klosterplatz 2 | 51688 Wipperfürth

Veranstaltungs-Nr.: 2572660003

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: Matte oder Handtuch als Auflagenschutz, Decke, Kissen, bequeme Kleidung und Wollsocken. Vorkenntnisse sind nicht erforderlich. Die Lebensmittelumlage wird vor Ort bezahlt.

Sa 01.02.2025 | 09.00 – 14.45 Uhr

Petra Jabs, Yogalehrerin BDY/EU, Ayurveda
Ernährungs- und Gesundheitsberaterin
Teilnahme-Gebühr 28,00 €

Seminarumfang 1 x = 7 UStd.

Ort: Kath. Familienbildungsstätte Wipperfürth
Klosterplatz 2 | 51688 Wipperfürth

Veranstaltungs-Nr.: 2572660009

> GESUNDHEIT DURCH ENTSPANNUNG

Yoga zu zweit

Mal raus aus dem Alltag und zu zweit eine schöne Zeit verbringen, wieder auftanken und Kraft schöpfen, sich inspirieren lassen von etwas Neuem...

Zusammen mit einer vertrauten Person, sind Sie zu einer schönen ausgleichenden Yogapraxis, kleinen Elementen aus der Klangmassage sowie einer regenerierenden Tiefenentspannung (Yoga Nidra) eingeladen. Vorkenntnisse sind nicht erforderlich.

Bitte mitbringen: Bequeme Kleidung, dicke Socken, ein großes Badetuch, ein Handtuch und etwas zu essen.

Sa 05.04.2025 | 10.30 – 14.30 Uhr

Petra Jabs, Yogalehrerin BDY/EU, Ayurveda
Ernährungs- und Gesundheitsberaterin
Teilnahme-Gebühr 20,00 €

Seminarumfang 1 x = 5 UStd.

Ort: Kath. Familienbildungsstätte Wipperfürth
Klosterplatz 2 | 51688 Wipperfürth

Veranstaltungs-Nr.: 2572660010

Yoga und Klang

Die sanften Schwingungen der Klangschalen in Kombination mit Yin-Yoga verwöhnen Körper, Seele und Geist. Über die Sinne „Hören“ und „Fühlen“ entfalten sich beruhigende Klänge und feine Vibrationen, die auch auf dem Körper angeklungen werden und ein Gefühl von Geborgenheit und Vertrauen erzeugen können. In den passiven Yin-Yoga-Haltungen wird das tieferliegende Bindegewebe gedehnt und „ent-filzt“, wodurch Knochen, Muskeln, Faszien, Organe, Lymphe, Nerven und Energiebahnen stimuliert und in Fluss gebracht werden.

Bitte mitbringen: Bequeme Kleidung, dicke Socken, ein großes Badetuch, ein Handtuch und etwas zu essen.

Sa 08.11.2025 | 11.00 – 15.00 Uhr

Petra Jabs, Yogalehrerin BDY/EU, Ayurveda
Ernährungs- und Gesundheitsberaterin
Teilnahme-Gebühr 20,00 €

Seminarumfang 1 x = 5 UStd.

Ort: Kath. Familienbildungsstätte Wipperfürth
Klosterplatz 2 | 51688 Wipperfürth

Veranstaltungs-Nr.: 2572660027

> GESUNDHEIT DURCH ENTSPANNUNG

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 ausgeglicheneres Lebensgefühl.

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

Mo 13.01. – 23.06.2025 | 19.00 – 20.30 Uhr

Regina Bittner, Yogalehrerin BDY/EYU
Teilnahme-Gebühr 160,00 €
Seminarumfang 20 x = 40 UStd.
Ort: Kath. Familienbildungsstätte Wipperfürth
Klosterplatz 2 | 51688 Wipperfürth
Veranstaltungs-Nr.: 2572660048

Di 14.01. – 24.06.2025 | 18.00 – 19.30 Uhr

Regina Bittner, Yogalehrerin BDY/EYU
Teilnahme-Gebühr 160,00 €
Seminarumfang 20 x = 40 UStd.
Ort: Kath. Familienbildungsstätte Wipperfürth
Klosterplatz 2 | 51688 Wipperfürth
Veranstaltungs-Nr.: 2572660049

Der Kurstermin am 18.06.2025 fällt aus.

Mi 15.01. – 25.06.2025 | 16.30 – 18.00 Uhr
Regina Bittner, Yogalehrerin BDY/EYU
Teilnahme-Gebühr 168,00 €
Seminarumfang 21 x = 42 UStd.
Ort: Kath. Familienbildungsstätte Wipperfürth
Klosterplatz 2 | 51688 Wipperfürth
Veranstaltungs-Nr.: 2572660050

Mi 05.03. – 21.05.2025 | 09.30 – 11.00 Uhr

Hanne Fidorra, Yogalehrerin/Krankenschwester
Teilnahme-Gebühr 80,00 €
Seminarumfang 10 x = 20 UStd.
Ort: Sporthalle Thier
Heidchen | 51688 Wipperfürth
Veranstaltungs-Nr.: 2572660016

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

Do 16.01. – 22.05.2025 | 15.30 – 16.45 Uhr

Gaby Zacher, Gesundheitstherapeutin
Teilnahme-Gebühr 97,50 €
Seminarumfang 15 x = 15 UStd.
Ort: Kath. Familienbildungsstätte Wipperfürth
Klosterplatz 2 | 51688 Wipperfürth
Veranstaltungs-Nr.: 2572660051

Do 16.01. – 22.05.2025 | 17.00 – 18.15 Uhr

Gaby Zacher, Gesundheitstherapeutin
Teilnahme-Gebühr 97,50 €
Seminarumfang 15 x = 15 UStd.
Ort: Kath. Familienbildungsstätte Wipperfürth
Klosterplatz 2 | 51688 Wipperfürth
Veranstaltungs-Nr.: 2572660026

> GESUNDHEIT DURCH ENTSPANNUNG

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

Mi 15.01. – 04.06.2025 | 08.45 – 10.15 Uhr

Monika Offermann, Yogalehrerin

Teilnahme-Gebühr 152,00 €

Seminarumfang 19 x = 38 UStd.

Ort: Kath. Familienbildungsstätte Wipperfürth
Klosterplatz 2 | 51688 Wipperfürth

Veranstaltungs-Nr.: 2572660044

Yoga für Menschen mit körperlichen Einschränkungen oder mehr Körpergewicht

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. Einfache Entspannungsübungen unterstützen zudem die Stressbewältigung.

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

**Kurstermine am 01.02., 29.03.,
03.05.2025 fallen aus.**

Sa 18.01. – 24.05.2025 | 09.00 – 10.15 Uhr

Gaby Zacher, Gesundheitstherapeutin

Teilnahme-Gebühr 84,50 €

Seminarumfang 13 x = 13 UStd.

Ort: Kath. Familienbildungsstätte Wipperfürth
Klosterplatz 2 | 51688 Wipperfürth

Veranstaltungs-Nr.: 2572660030

> 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 als Auflagenschutz, Decke, Kissen, bequeme Kleidung.

Mo 13.01. – 16.06.2025 | 10.00 – 11.00 Uhr

Tatjana Brombach, Physiotherapeutin

Teilnahme-Gebühr 95,00 €

Seminarumfang 19 x = 19 UStd.

Ort: Kath. Familienbildungsstätte Wipperfürth

Klosterplatz 2 | 51688 Wipperfürth

Veranstaltungs-Nr.: 2572660046

Mo 13.01. – 16.06.2025 | 11.05 – 12.05 Uhr

Tatjana Brombach, Physiotherapeutin

Teilnahme-Gebühr 95,00 €

Seminarumfang 19 x = 19 UStd.

Ort: Kath. Familienbildungsstätte Wipperfürth

Klosterplatz 2 | 51688 Wipperfürth

Veranstaltungs-Nr.: 2572660047



© Robert Kneschke / shutterstock.com

> GESUNDHEIT DURCH BEWEGUNG

Beckenbodentraining

Gezieltes Beckenbodentraining fördert eine aufrechte Körperhaltung und stärkt den Rücken. Es stabilisiert die Körpermitte, bestehend aus Beckenboden, Bauch und Rücken, durch Spannungs- und Entspannungsübungen. Diese Übungen lassen sich gut in den Alltag integrieren und haben positive Nebenwirkungen wie die Sicherung der Kontinenz oder die Unterstützung der Körpermitte nach einer Geburt.

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

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

Hula-Hoop Workshop

Hula-Hoop ist nicht nur ein Spielzeug aus Kinderzeiten, sondern ein effektives Fitness-Training für jedermann. Mit der richtigen Technik trainiert man Bauchmuskeln, Taille, Rücken, Gesäß und Beckenboden. Gleichzeitig hebt es die Stimmung und fördert die mentale Fitness durch den Spaß an der Bewegung. Unser Workshop zeigt, wie man den Reifen gekonnt auf den Hüften kreisen lässt und mit Musik zu einem persönlichen Fitness-Programm zu Hause weiterentwickelt. Auch Anfänger sind herzlich willkommen, Reifen sind vorhanden.

Sa 08.03. – 22.03.2025 | 10.30 – 12.00 Uhr
Simone Bongen, Übungsleiterin,
Pilates-Trainerin
Teilnahme-Gebühr 16,00 €
Seminarumfang 2 x = 4 UStd.
Ort: Kath. Familienbildungsstätte Wipperfürth
Klosterplatz 2 | 51688 Wipperfürth
Veranstaltungs-Nr.: 2572660023

> GESUNDHEIT DURCH BEWEGUNG

Fitnessgymnastik

Stärkung im Familien- und Berufsalltag

Dieser Kurs ist perfekt für Frauen und Männer, die einen Ausgleich zum Alltag suchen. Gezielt werden beanspruchte Muskeln gekräftigt, 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 als Auflagenschutz, Decke, Kissen, bequeme Kleidung und Wollsocken.

Mo 13.01. – 16.06.2025 | 17.45 – 18.45 Uhr
Simone Bongen, Übungsleiterin,
Pilates-Trainerin
Teilnahme-Gebühr 95,00 €
Seminarumfang 19 x = 19 UStd.
Ort: Kath. Familienbildungsstätte Wipperfürth
Klosterplatz 2 | 51688 Wipperfürth
Veranstaltungs-Nr.: 2572660014

Do 16.01. – 12.06.2025 | 19.00 – 20.00 Uhr
Simone Bongen, Übungsleiterin,
Pilates-Trainerin
Teilnahme-Gebühr 85,00 €
Seminarumfang 17 x = 17 UStd.
Ort: Kath. Familienbildungsstätte Wipperfürth
Klosterplatz 2 | 51688 Wipperfürth
Veranstaltungs-Nr.: 2572660015

> 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 als Auflagenschutz, Decke, Kissen, bequeme Kleidung und Wollsocken.

Die Termine am 26.02., 30.04., 28.05., 11.06. und 18.06.2025 fallen aus!

Mi 15.01. – 25.06.2025 | 18.15 – 19.15 Uhr
Susanne Bosbach, Staatl. geprüfte
Wirtschafterin, Übungsleiterin
Teilnahme-Gebühr 85,00 €
Seminarumfang 17 x = 17 UStd.
Ort: Kath. Familienbildungsstätte Wipperfürth
Klosterplatz 2 | 51688 Wipperfürth
Veranstaltungs-Nr.: 2572660073

Die Termine am 26.02., 30.04., 28.05., 11.06. und 18.06.2025 fallen aus!

Mi 15.01. – 25.06.2025 | 19.30 – 20.30 Uhr
Susanne Bosbach, Staatl. geprüfte
Wirtschafterin, Übungsleiterin
Teilnahme-Gebühr 85,00 €
Seminarumfang 17 x = 17 UStd.
Ort: Kath. Familienbildungsstätte Wipperfürth
Klosterplatz 2 | 51688 Wipperfürth
Veranstaltungs-Nr.: 2572660074

> 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 als Auflagenschutz, Decke, Kissen, bequeme Kleidung und Wollsocken.

Die Termine am 11.04. und 02.05.2025 fallen aus!

Fr 17.01. – 23.05.2025 | 10.30 – 11.30 Uhr
Gaby Zacher, Gesundheitstherapeutin
Teilnahme-Gebühr 70,00 €
Seminarumfang 14 x = 14 UStd.
Ort: Kath. Familienbildungsstätte Wipperfürth
Klosterplatz 2 | 51688 Wipperfürth
Veranstaltungs-Nr.: 2572660028

Die Termine am 11.04. und 02.05.2025 fallen aus!

Fr 17.01. – 23.05.2025 | 11.35 – 12.35 Uhr
Gaby Zacher, Gesundheitstherapeutin
Teilnahme-Gebühr 70,00 €
Seminarumfang 14 x = 14 UStd.
Ort: Kath. Familienbildungsstätte Wipperfürth
Klosterplatz 2 | 51688 Wipperfürth
Veranstaltungs-Nr.: 2572660029

> 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 Endorphinausstoß 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 16.01. – 26.06.2025 | 20.15 – 21.15 Uhr

Karin Hagen, Zumba Instructor

Teilnahme-Gebühr 90,00 €

Seminarumfang 18 x = 18 UStd.

Ort: Kath. Familienbildungsstätte Wipperfürth

Klosterplatz 2 | 51688 Wipperfürth

Veranstaltungs-Nr.: 2572660043

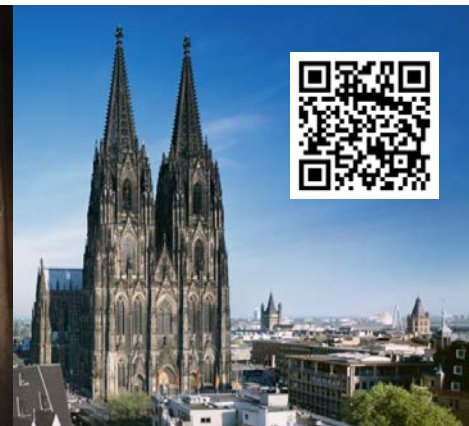


© Rawpixel.com / Shutterstock.com



Kölner Dom / Führungen

**Innenraum
Schatzkammer
Ausgrabungen
Baptisterium
Dach
Glocken**



Erleben Sie mit uns den Kölner Dom

Tauchen Sie mit unseren offiziellen Führungen in die spirituelle, kunsthistorische und architektonische Dimension des Weltkulturerbes im Herzen der Domstadt ein!

Darüber hinaus sind auch unsere Führungen in den romanischen Kirchen Kölns hervorragend geeignet, um Alt und Jung mit Kirchorten als religiösen Wirkstätten samt deren faszinierender Bau- und Kunstgeschichte neu in Berührung zu bringen.

Die Führungen im Kölner Dom sind buchbar auf www.domfuehrungen-koeln.de (siehe QR-Code), Führungen in den romanischen Kirchen auf www.domforum.de.



www.domfuehrungen-koeln.de • www.domforum.de



DOMFORUM • Domkloster 3 • 50667 Köln



©riclassen/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 2025 Auf die Würde. Fertig. Los!

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

Morawakage Anton Priyantha Fernando ist als Programmverantwortlicher bei Caritas Sri Lanka-SEDEC für die Gesamtkoordination und das Management aller Programme verantwortlich, die unter das Organisationsziel „Integrale menschliche Entwicklung für besonders gefährdete, marginalisierte und extrem arme Menschen“ fällt. Herr Fernando ist ein tatkräftiger Mensch, der durch seinen Bildungshintergrund und seine langjährige Arbeitserfahrung bei Caritas Sri Lanka-SEDEC Menschen in städtischen und ländlichen Gemeinden sowie auf den Plantagen in Sri Lanka unterstützen möchte, ihre Potentiale zu entfalten. Er berichtet, wie es zu seinem Engagement gekommen ist. Und er erörtert gemeinsam mit den Anwesenden, was wir in Deutschland aus den Erfahrungen in Sri Lanka lernen können.

In Zusammenarbeit mit dem St. Angela Gymnasium Wipperfürth.

Mi 26.03.2025 | 10.00–12.30 Uhr



Priyantha Fernando, Misereorpartner
gebührenfrei
Seminarumfang 1 x = 3 UStd.
Ort: St. Angela GymnasiumBGL

Auf dem Silberberg 4 | 51688 Wipperfürth

Veranstaltungs-Nr.: 2572560001

> SPIRITUALITÄT

Exerzitien im Alltag: In der Spur des Herzens!

Leben in einer ver-rückten Welt.

- ... neue Perspektiven wahrnehmen
- ... der Glaube an Gott öffnet einen neuen Horizont
- ... mit weitem Blick, neue Handlungsoptionen entdecken
- ... den Reichtum und die Freude des Glaubens wieder frisch erfahren

Vier Wochen sich zusammen mit anderen Gottsucher:innen aus dem Pfarreienraum Oberberg Nord auf den Weg zu machen, die Verbindung zu Gott, zu anderen und zu sich selbst immer wieder neu zu entdecken.

„... den Glauben an einen Gott kennenzulernen, der es nicht nur gut mit uns meint,
sondern uns auch leidenschaftlich liebt.“ (aus den Exerzitienunterlagen) Exerzitien im Alltag

- ... heißt, sich täglich eine kleine Auszeit zu nehmen
- ... einen Weg zur eigenen Mitte zu finden
- ... neu mit sich, anderen und Gott in Berührung zu kommen.

Wir arbeiten mit der Exerzitienmappe „In der Spur des Herzens“.

Mi 22.01. – 19.02.2025 | 19.00 – 21.15 Uhr

Markus Urbatzka, Pastoralreferent
Andrea Bauer-Wilden, Dipl.-Religionspädagogin
gebührenfrei

Seminarumfang 5 x = 15 UStd.

Ort: Kath. Familienbildungsstätte Wipperfürth
Klosterplatz 2 | 51688 Wipperfürth

Veranstaltungs-Nr.: 2572730001



> SPIRITUALITÄT

Lesung: Wer radelt, der findet

Aus den Reisetagebüchern des Fahrrad-Pfarrers

Eine Lesung über das Reisen mit dem Rad und einiges mehr. Denn: „Eine Radreise ist für mich nicht nur eine sportliche Herausforderung oder eine Jagd nach besonderen Erlebnissen. Sie ist immer auch eine Reise zu mir selbst, zu anderen Menschen und zu Gott“ (Gereon Alter). Die etwa anderthalbstündige Lesung wird von musikalisch unterlegten Bildpräsentationen begleitet.

Zum Autor

Gereon Alter ist manchem durch die ARD-Sendung „Das Wort zum Sonntag“ und andere Fernsehauftritte bekannt. Der 56-jährige ist als Pfarrer in Essen tätig, hat bereits 46 Länder mit dem Rad bereist, war im Himalaya, in Alaska und in der Sahara unterwegs und berichtet über seine Abenteuer auch in einem Blog: www.radweh.blogspot.com.

Mo 31.03.2025 | 19.30 – 21.00 Uhr

Pfarrer Gereon Alter

Teilnahme-Gebühr 10,00 €

Seminarumfang 1 x = 2 UStd.

Ort: Kath. Familienbildungsstätte Wipperfürth

Klosterplatz 2 | 51688 Wipperfürth

Veranstaltungs-Nr.: 257260001



© Andrzej Puchta / shutterstock.com

> SPIRITUALITÄT

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.

Kursinhalte

- Einführung in die biblische Küche und ihre Hintergründe
- Zubereitung von traditionellen Gerichten wie Fladenbrot und Linsensuppe
- Verwendung von biblischen Zutaten wie Feigen, Granatäpfeln, Oliven und Honig
- Gemeinsames Kochen und Genießen der zubereiteten Speisen
- Austausch über die kulturelle und spirituelle Bedeutung der Gerichte

In Zusammenarbeit mit der Katholischen Kirchengemeinde St. Nikolaus im Rahmen der Bibelwoche vom 22.06. – 29.06.2025.

Do 26.06.2025 | 19.00 – 22.15 Uhr

Yvonne Richelshagen, Ernährungsberaterin

Teilnahme-Gebühr 15,00 € inkl. 5,00 € Umlage

Seminarumfang 1 x = 4 UStd.

Ort: Kath. Familienbildungsstätte Wipperfürth

Klosterplatz 2 | 51688 Wipperfürth

Veranstaltungs-Nr.: 2572640009



© Fevzie / shutterstock.com

> EHRENAMT UND HOSPIZ

Befähigungskurs zur Trauerbegleitung

Vermittlung von Grundlagen für ehrenamtliche Hospizhelferinnen und Hospizhelfer

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

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

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

*In Zusammenarbeit mit dem
Hospizdienst Kürten/Wipperfürth.*



© Vasilyev Alexandr / shutterstock.com

> EHRENAMT UND HOSPIZ

Voraussetzungen für die Teilnahme

- Teilnahme an einem Befähigungsseminar zur Lebensbegleitung in der Zeit des Sterbens“ oder Auseinandersetzung mit dem Thema Sterben und Tod
- Bereitschaft zu Reflexion und Selbsterfahrung
- Psychische Belastbarkeit
- Bereitschaft zur Auseinandersetzung mit der eigenen Lern- und Trauerbiografie
- Respekt vor Menschen verschiedener Weltanschauungen und Lebensentwürfen
- Verbindliche Zusage zur Teilnahme an allen Einheiten
- Ein Zertifikat wird nur ausgestellt, wenn die Fehlzeiten nicht mehr als 10% (= 9 Unterrichtsstunden) betragen.

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

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

Fr 12.09. – 21.03.2026 | 15.00 – 19.45 Uhr

Elke Pracejus

Teilnahme-Gebühr 600,00 €

Seminarumfang 12 x = 84 UStd.

Ort: Kath. Familienbildungsstätte Wipperfürth
Klosterplatz 2 | 51688 Wipperfürth

Veranstaltungs-Nr.: 2572790001



© frizles / 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 21.03. – 17.05.2025 | 18.00 – 16.00 Uhr

Elke Pracejus

Teilnahme-Gebühr 50,00 €

Seminarumfang 11 x = 56 UStd.

Ort: Kath. Familienbildungsstätte Wipperfürth

Klosterplatz 2 | 51688 Wipperfürth

Veranstaltungs-Nr.: 2572790005



© Vladimir977 / 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 26.08. – 07.10.2025 | 18.00 – 21.15 Uhr

Elke Pracejus

Teilnahme-Gebühr 25,00 €

Seminarumfang 8 x = 36 UStd.

Ort: Kath. Familienbildungsstätte Wipperfürth

Klosterplatz 2 | 51688 Wipperfürth

Veranstaltungs-Nr.: 2572790006



© frizes / shutterstock.com

> EHRENAMT UND HOSPIZ

Oasentag: Probier's mal aus!

Improspiele für Ehrenamtliche in der Hospizarbeit

Spontan sein, in andere Rollen schlüpfen und Spaß am Spiel haben: Das ist Improtheater! Bei diesem Kurs ist ein ganzer Tag Zeit, diese abwechslungsreiche und frische Spielart auszuprobieren. Eins ist sicher: Egal ob Aufwärmspiele oder erste szenische Versuche – am Nachmittag werden alle gut gelaunt und mit viel Energie nach Hause gehen!

In Zusammenarbeit mit dem Hospizdienst Wipperfürth-Kürten.

Sa 08.03.2025 | 10.00–15.00 Uhr

Carolyn Dörmbach, Kulturanthropologin,

Improspielerin

gebührenfrei

Seminarumfang 1 x = 6 UStd.

Ort: Kath. Familienbildungsstätte Wipperfürth

Klosterplatz 2 | 51688 Wipperfürth

Veranstaltungs-Nr.: 2572740013



©Phovoir/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

gebührenfrei | Seminarumfang 1 x = 4 UStd.

So 12.01.2025 | 10.00–13.00 Uhr

Familienunterstützender Dienst

Ort: Kath. Familienbildungsstätte Wipperfürth

Klosterplatz 2 | 51688 Wipperfürth

Veranstaltungs-Nr.: 2572780001

So 23.02.2025 | 10.00–13.00 Uhr

Familienunterstützender Dienst

Ort: Kath. Familienbildungsstätte Wipperfürth

Klosterplatz 2 | 51688 Wipperfürth

Veranstaltungs-Nr.: 2572780002

So 09.03.2025 | 10.00–13.00 Uhr

Familienunterstützender Dienst

Ort: Kath. Familienbildungsstätte Wipperfürth

Klosterplatz 2 | 51688 Wipperfürth

Veranstaltungs-Nr.: 2572780003

So 13.04.2025 | 10.00–13.00 Uhr

Familienunterstützender Dienst

Ort: Kath. Familienbildungsstätte Wipperfürth

Klosterplatz 2 | 51688 Wipperfürth

Veranstaltungs-Nr.: 2572780004

So 18.05.2025 | 10.00–13.00 Uhr

Familienunterstützender Dienst

Ort: Kath. Familienbildungsstätte Wipperfürth

Klosterplatz 2 | 51688 Wipperfürth

Veranstaltungs-Nr.: 2572780005

So 15.06.2025 | 10.00–13.00 Uhr

Familienunterstützender Dienst

Ort: Kath. Familienbildungsstätte Wipperfürth

Klosterplatz 2 | 51688 Wipperfürth

Veranstaltungs-Nr.: 2572780006

> GESELLSCHAFT

Zukunft gestalten – Vermögen verwalten

HGB-Bilanzierung in den Kirchengemeinden

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

Do 30.01.2025 | 19.00 – 20.30 Uhr

Josef Lich, Tobias Winkler

gebührenfrei

Seminarumfang 1 x = 2 UStd.

Ort: Kath. Familienbildungsstätte Wipperfürth

Klosterplatz 2 | 51688 Wipperfürth

Veranstaltungs-Nr.: 2572790002



© Pics-XL / shutterstock.com

> GESELLSCHAFT

Komm wir lernen einfach Deutsch

Sprachtreff für Flüchtlingsfrauen

Wir lernen in entspannter Atmosphäre, uns auf Deutsch über unseren Alltag zu verständigen. 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.

Mi 08.01. – 18.06.2025 | 10.30 – 12.00 Uhr

Wipperfürth Ökumenische Initiative

gebührenfrei

Seminarumfang 30 x = 60 UStd.

Ort: Kath. Familienbildungsstätte Wipperfürth

Klosterplatz 2 | 51688 Wipperfürth

Veranstaltungs-Nr.: 2572620064



© Rawpixel.com / shutterstock.com

> 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 21.03. – 23.03.2025 | 17.00 – 14.00 Uhr

Francesca Simone, Musikpädagogin, Sängerin

Teilnahme-Gebühr 180,00€

Seminarumfang 3 x = 16 UStd.

Ort: Katholisch-Soziales Institut

Bergstraße 26 | 53721 Siegburg

Veranstaltungs-Nr.: 2572740001



© Lightspring / shutterstock.com

> PERSÖNLICHE ENTWICKLUNG

Rückblick. Ausblick. Durchblick.

Mit Klarheit und Fokus ins neue Jahr starten!

Der Jahresanfang ist ein hervorragender Zeitpunkt, innezuhalten und bewusst und gut ausgerichtet ins neue Jahr zu starten. In diesem Seminar reflektieren wir über das vergangene Jahr:

- Welche Erfolge und Herausforderungen haben uns geprägt?
- Wo stehen wir heute und was ist uns für die Zukunft wirklich wichtig?

Mit bewährten Methoden zur Selbstreflexion und Zielsetzung, gestalten wir den Weg ins neue Jahr und schaffen Klarheit darüber, was uns in unserem Leben wirklich wichtig ist.

Do 23.01.2025 | 18.00 – 21.15 Uhr

Martina Heider, NLP-Coach

Teilnahme-Gebühr 16,00€

Seminarumfang 1 x = 4 UStd.

Ort: Kath. Familienbildungsstätte Wipperfürth

Klosterplatz 2 | 51688 Wipperfürth

Veranstaltungs-Nr.: 2572740012



© Petar Paunchev / shutterstock.com

> PERSÖNLICHE ENTWICKLUNG

Innehalten und neu ausrichten:

Klarheit und Balance im hektischen Alltag

Im Alltag fällt es oft schwer, innezuhalten, die eigenen Bedürfnisse zu erkennen und klare Prioritäten zu setzen. Dieses Seminar bietet Ihnen die Gelegenheit, sich gezielt mit den folgenden Fragen zu beschäftigen:

- „Wo stehe ich gerade in meinem Leben?“
- „Was ist mir wirklich wichtig?“
- „Und wie schaffe ich es, meinen Fokus darauf zu richten?“

Finden Sie auf individuelle Weise heraus, wie Sie zu mehr Balance, Glück und Zufriedenheit in Ihrem Leben kommen können. Sie lernen, wie Sie Klarheit über Ihre Werte gewinnen, daraus Ziele ableiten und erste Umsetzungsstrategien entwickeln. Das Seminar vermittelt praxisnahe Methoden zur Selbstreflexion, Achtsamkeit und Zielorientierung, die Sie direkt in Ihrem Alltag anwenden können.

Fr 21.03.2025 | 18.00 – 21.15 Uhr

Martina Heider, NLP-Coach

Teilnahme-Gebühr 16,00 €

Seminarumfang 1 x = 4 UStd.

Ort: Kath. Familienbildungsstätte Wipperfürth

Klosterplatz 2 | 51688 Wipperfürth

Veranstaltungs-Nr.: 2572740010

Sa 24.05.2025 | 10.00 – 13.15 Uhr

Martina Heider, NLP-Coach

Teilnahme-Gebühr 16,00 €

Seminarumfang 1 x = 4 UStd.

Ort: Kath. Familienbildungsstätte Wipperfürth

Klosterplatz 2 | 51688 Wipperfürth

Veranstaltungs-Nr.: 2572740011

> PERSÖNLICHE ENTWICKLUNG

Kitzel das Künstlerische in dir wach!

Jahres-Workshop 2025

Egal, ob Sie gerne kreativ sind, aber einfach nicht dazu kommen, beruflich Kunst erschaffen oder davon träumen: Es ist großartig und klug an Ihrer Kreativität (weiter) zu arbeiten! Wir werden eine Origami-Kette fertigen, mit Gouachefarben malen, eine Tanzchoreografie erstellen, Kartensets basteln, eine Fantasiereise genießen und vieles mehr. Vor allem werden wir uns auf die Reise zu uns selbst begeben. In einer wertschätzenden Atmosphäre philosophieren, naschen, uns austauschen, lachen und uns wie kostbare Schätze behandeln.

Wer weiß, vielleicht kommt Ihr göttlicher Kern zum Vorschein...

Bitte mitbringen: Bequeme Kleidung und etwas zu trinken.

Di 28.01. – 25.11.2025 | 18.30 – 21.30 Uhr

Irene Eggert, Diplom Sozialpädagogin, Erzieherin, Kulturpädagogin

Teilnahme-Gebühr 360,00 €

Seminarumfang 12 x = 48 UStd.

Ort: Kath. Familienbildungsstätte Wipperfürth

Klosterplatz 2 | 51688 Wipperfürth

Veranstaltungs-Nr.: 2572740006



© Zadorozhnyy Viktor / shutterstock.com

> PERSÖNLICHE ENTWICKLUNG

Entdecke deine künstlerische Seite

Portrait Zeichenkurs für Anfängerinnen und Anfänger

Entdecke das Geheimnis des Portraitzeichnens. In diesem Kurs lernst du auf was es ankommt, um ein realistisches Gesicht zu zeichnen und deine Kreativität zu entfesseln – Proportionen, Licht & Schatten.

Du hast Freude am Zeichnen und würdest dich gerne an die vermeintliche „Königdisziplin“ das Portrait wagen? Es ist alles eine Frage der Technik. Mit den richtigen Tipps und Tricks lernst du, anders hinzuschauen und mit Hilfe von einem Referenzbild ein Portrait in Frontalansicht zu zeichnen. Ohne Druck, mit ganz viel Spaß, etwas Neues lernen. Schließlich sagte Beuys schon: „Jeder Mensch ist ein Künstler.“ Das zu erkennen und Sicherheit durch Handwerkstechniken zu erlangen, ist die Basis, damit du später frei und kreativ eigene Visionen umsetzen kannst.

Bitte mitbringen: Zeichenblock (bzw. Blankopapier), Bleistifte (Gerne in unterschiedlichen Härtegraden: HB, 2B, 4B sollten für den Anfang genügen), Radiergummi (wenn möglich einen Knetradiergummi), Spitzer.

Di 11.02. – 18.03.2025 | 18.30 – 21.00 Uhr



Anna-Laurin Blumberg, Ergotherapeutin, Portraitzeichnerin, Künstlerin
Teilnahme-Gebühr 72,00 €
Seminarumfang 6 x = 18 UStd.

Ort: Kath. Familienbildungsstätte Wipperfürth
Klosterplatz 2 | 51688 Wipperfürth

Veranstaltungs-Nr.: 2572740008



© Arienne Blumberg

> PERSÖNLICHE ENTWICKLUNG

Die Magie der Spontanität

Freiheit durch Malen im Loose-Watercolor Stil

Du wünschst dir eine Auszeit vom Alltag, in dem du Verantwortung trägst, die Kontrolle behältst und feste Strukturen wichtig sind? Dann erlebe einen Moment Freiheit durch diesen Workshop, denn im „Loose-Watercolor-Stil“ geht es darum loszulassen, Kontrolle abzugeben, zu beobachten und zu experimentieren. Es geht um Freude, Leichtigkeit und sich ein Stück weit von der eigenen Intuition treiben zu lassen.

Die Dozentin bringt das Medium „Aquarellfarbe“ näher (ähnlich wie die Wasserfarben früher aus der Schule) und zeigt mit ein paar Übungen, wie man einfache Motive zaubern kann. Im Kurs wird gemeinsam mit den anderen TeilnehmerInnen gelernt, loszulassen und ein gemeinsames Motiv umzusetzen. Es gibt einige Tricks an die Hand, damit du im Anschluss selbst ohne Hemmung experimentieren kannst.

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

Sa 15.02.2025 | 10.00 – 13.00 Uhr

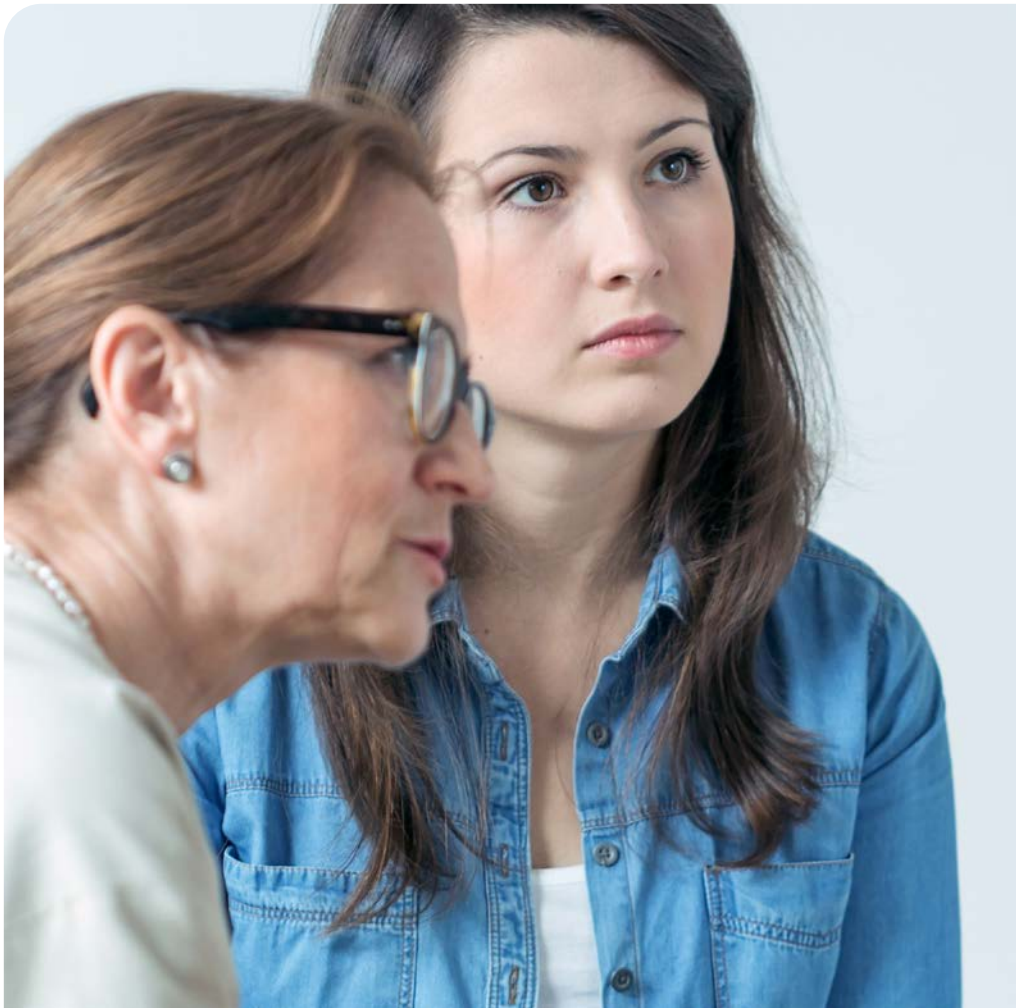


Anna-Laurin Blumberg, Ergotherapeutin, Portraitzeichnerin, Künstlerin
Teilnahme-Gebühr 20,00 €
Seminarumfang 1 x = 4 UStd.

Ort: Kath. Familienbildungsstätte Wipperfürth
Klosterplatz 2 | 51688 Wipperfürth

Veranstaltungs-Nr.: 2572740009

© Arienne Blumberg



© Photographee.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 Ganztage. Sie schaffen die Grundlagen, um sich zum Beispiel einer Freiwilligenarbeit widmen zu können oder geben weiterführende Impulse für die berufliche Praxis. Eile und Hektik haben in unseren Kursen keinen Platz. Sie sind häufig langfristig angelegt und geben Zeit, sich mit den Themen intensiv vertraut zu machen. Am Ende einiger Kurse gibt es ein Zertifikat.

> KINDERTAGESPFLEGE

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, 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, Kinderschutz. Eine Hospitation in einer Kindertagesstätte (4 UST) ist vorgesehen.

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

Mo 13.01.2025 | 17.00 – 20.15 Uhr

Iris Anand, Erzieherin

Mo 20.01.2025 | 17.00 – 20.15 Uhr

Olivia Schwarz, Oecothrophologin M.A.

Mo 27.01.2025 | 17.00 – 20.15 Uhr

Iris Anand, Erzieherin

Mo 03.02.2025 | 17.00 – 20.15 Uhr | ZOOM

Merle Wieschhoff, Kommunikationstrainerin

Mo 10.02.2025 | 17.00 – 20.15 Uhr

Iris Anand, Erzieherin

Teilnahme-Gebühr 60,00€

Seminarumfang 5 x = 20 UStd.

Ort: Kath. Familienbildungsstätte Wipperfürth

Klosterplatz 2 | 51688 Wipperfürth

Veranstaltungs-Nr.: 2572250014

> KINDERTAGESPFLEGE

Portfolioarbeit in Kita & KTP

Individuelle Lernentwicklung dokumentieren – vom ersten bis zum letzten Tag in der Einrichtung

Ein Portfolio dokumentiert die Lernentwicklung eines Kindes und begleitet seine individuellen Schritte vom ersten bis zum letzten Tag in der Einrichtung. Es fördert die Lernmotivation, vermittelt Schlüsselkompetenzen und stärkt das Selbstbewusstsein. In unserem Online-Seminar klären wir die wichtigsten Fragen zur Portfolioarbeit und tauschen uns über praxisnahe Beispiele aus.

Themen

- Aufbau eines Portfolios entlang eines roten Fadens
- Umsetzung der Portfolioarbeit im Betreuungsalltag
- Partizipation in der Portfolioarbeit
- Beobachtungsmodelle der kindlichen Entwicklung
- Nutzung der Portfoliodokumentation als Gesprächsgrundlage zur Analyse von Entwicklungsschritten

Mi 22.01.2025 | 18.00 – 21.15 Uhr

Denise Nobis, Erzieherin, Erziehungs- und

Entwicklungsberaterin, Zirkuspädagogin

Teilnahme-Gebühr 20,00€

Seminarumfang 1 x = 4 UStd.

Ort: Digital

Veranstaltungs-Nr.: 2572250010



© Monster Studio / shutterstock.com

> KINDERTAGESPFLEGE

Worte wirken Wunder

Einführung für Kindertagespflegepersonen in die Gewaltfreie Kommunikation

Der Ton macht die Musik! Doch gerade in stressigen oder konflikthafter Situationen kann dies herausfordernd sein. Die gewaltfreie Kommunikation (GfK) nach Marshall B. Rosenberg zeigt uns, wie wir wertschätzend, verantwortungsvoll und konstruktiv miteinander sprechen können.

„Das Ziel der GfK ist nicht, andere Menschen und ihr Verhalten zu ändern, dass sie sich so verhalten, wie wir es gerne hätten, sondern es geht darum, Beziehungen aufzubauen, die auf Aufrichtigkeit und Empathie beruhen und die möglichst die Bedürfnisse aller erfüllen.“ (Marshall B. Rosenberg)

Inhalte

- Grundlagen der GfK
- Praktische Übungen zur wertschätzenden Sprache und Haltung

Lerne, durch Üben und Ausprobieren eine wertschätzende Kommunikation zu entwickeln. Entdecke, wie du in stressigen Situationen ruhig und empathisch bleiben kannst.

Di 28.01.2025 | 09.30 – 16.30 Uhr

Julia Junge, Mediatorin BM®, Coach,
Referentin QHB Kindertagespflege,
Trainerin für Kommunikation
Teilnahme-Gebühr 48,00€
Seminarumfang 1 x = 8 UStd.
Ort: Kath. Familienbildungsstätte Wipperfürth
Klosterplatz 2 | 51688 Wipperfürth
Veranstaltungs-Nr.: 2572250005



© New_Africa / shutterstock.com

> KINDERTAGESPFLEGE

Kollegiale Beratung für Kindertagespflegepersonen

Stetig das eigene Handeln zu reflektieren ist ein wichtiger Baustein in der Aufrechterhaltung der Qualität in der Kindertagespflege. Und auch der kollegiale Austausch, die Vernetzung und das Einholen von Unterstützung bei herausfordernden Fragen ist unabdingbar für einen ‚guten Job‘. In der Gruppe mit anderen Tagespflegepersonen arbeiten wir mit den Fragen, die ihr mitgebracht habt.

Mi 05.02.2025 | 18.00 – 19.30 Uhr

Julia Junge, Mediatorin BM®, Coach,
Referentin QHB Kindertagespflege,
Trainerin für Kommunikation
Teilnahme-Gebühr 20,00€
Seminarumfang 1 x = 2 UStd.
Ort: Zoom-Kufer
Veranstaltungs-Nr.: 2572250009



Do 10.04.2025 | 18.00 – 19.30 Uhr

Julia Junge, Mediatorin BM®, Coach,
Referentin QHB Kindertagespflege,
Trainerin für Kommunikation
Teilnahme-Gebühr 20,00€
Seminarumfang 1 x = 2 UStd.
Ort: Zoom-Kufer
Veranstaltungs-Nr.: 2572250007



Mo 16.06.2025 | 18.00 – 19.30 Uhr

Julia Junge, Mediatorin BM®, Coach,
Referentin QHB Kindertagespflege,
Trainerin für Kommunikation
Teilnahme-Gebühr 20,00€
Seminarumfang 1 x = 2 UStd.
Ort: Zoom-Kufer
Veranstaltungs-Nr.: 2572250008



© mangostock / shutterstock.com

> KINDERTAGESPFLEGE

Umgang mit Emotionen im pädagogischen Kontext – Teil 1

Emotionen prägen unseren Alltag und beeinflussen unser eigenes Sein und das unserer Mitmenschen. Ein fundiertes Wissen über Emotionen ist in der pädagogischen Arbeit entscheidend, um eine positive und förderliche Lernatmosphäre zu schaffen. Unsere Fortbildung bietet Ihnen die Möglichkeit, Ihre eigenen Emotionen besser zu verstehen und wertvolle Strategien für den Umgang mit den Gefühlen der Kinder zu erlernen. Sie stärken Ihre emotionale Intelligenz und vertiefen dadurch die Beziehung zu den Kindern. Techniken zur bewussten Wahrnehmung fördern den konstruktiven Umgang mit den eigenen Emotionen. Sie lernen, Emotionen als Ressource zu nutzen, um das pädagogische Setting zu bereichern und die Kinder in ihrem emotionalen Wachstum zu begleiten.

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

Do 13.02.2025 | 18.00 – 21.15 Uhr

Olivia Schwarz, Oecothrophologin M.A.

Teilnahme-Gebühr 20,00€

Seminarumfang 1 x = 4 UStd.

Ort: Kath. Familienbildungsstätte Wipperfürth

Klosterplatz 2 | 51688 Wipperfürth

Veranstaltungs-Nr.: 2572250017



© Paltoon Pornuksomboon / shutterstock.com

> KINDERTAGESPFLEGE

Umgang mit Emotionen im pädagogischen Alltag – Teil 2

Diese Fortbildung bietet Ihnen die Chance, tiefer in die Welt der Emotionen einzutauchen und neue Strategien zur Emotionsregulation zu entdecken. Aufbauend auf Ihrem bisherigen Wissen erweitern wir Ihr Verständnis von Emotionen und deren Bedeutung im pädagogischen Alltag.

Schwerpunkte

- Vertiefung der bewussten Wahrnehmung und Förderung eigener Emotionen
- Reflexion und Austausch eigener Erfahrungen Stärkung der emotionalen Intelligenz
- Verbesserung der Fähigkeit, auf die emotionalen Bedürfnisse der Kinder einzugehen

Voraussetzung

Teilnahme am 1. Teil der Fortbildung.

Do 13.03.2025 | 18.00 – 21.15 Uhr

Olivia Schwarz, Oecothrophologin M.A.

Teilnahme-Gebühr 20,00€

Seminarumfang 1 x = 4 UStd.

Ort: Kath. Familienbildungsstätte Wipperfürth

Klosterplatz 2 | 51688 Wipperfürth

Veranstaltungs-Nr.: 2572250018

Geht ja gar nicht, was die da tun!

Umgang mit „herausforderndem“ Verhalten von Eltern

Es wäre so einfach, wenn alle sich an die Regeln halten, oder das tun würden, was ich selbst tun würde. Oder wenn sie sich so verhalten würden, wie wir es besprochen haben. Aber leider ist das nicht immer so. Gerade im Setting Kindertagespflege, in dem die Grenze zwischen Arbeit und Privatem so fließend ist, kann dies leicht zu Verhalten führen, das als herausfordernd empfunden wird. In diesem Seminar schauen wir auf genau diese Verhaltensweisen und erarbeiten wertschätzende Möglichkeiten, damit umzugehen.

Fr 21.03.2025 | 09.30 – 16.30 Uhr

Julia Junge, Mediatorin BM®, Coach,

Referentin QHB Kindertagespflege,

Trainerin für Kommunikation

Teilnahme-Gebühr 48,00€

Seminarumfang 1 x = 8 UStd.

Ort: Kath. Familienbildungsstätte Wipperfürth

Klosterplatz 2 | 51688 Wipperfürth

Veranstaltungs-Nr.: 2572250006

> KINDERTAGESPFLEGE

Information über neue rechtliche Bestimmungen in der Kindertagespflege

Fortbildung Kindertagespflege

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

Di 25.03.2025 | 18.00 – 19.30 Uhr

Tassia Katsouros, Fachanwältin für Familienrecht

Teilnahme-Gebühr 10,00€

Seminarumfang 1 x = 2 UStd.

Ort: Digital

Veranstaltungs-Nr.: 2572250015



© FamVeld/shutterstock.com

Gesundheitsförderung im pädagogischen Alltag

Fortbildung für pädagogische Fachkräfte

Gesundheit ist mehr als nur die Abwesenheit von Krankheit. Als pädagogische Fachkraft beeinflussen Sie täglich die Gesundheit der Kinder durch Ihr Vorbild und Ihre Praxis. Die Fortbildung zeigt auf, wie Sie Konzepte der Gesundheitsförderung in Ihren Alltag integrieren können. Nach einer Einführung lernen Sie, diese Konzepte praktisch anzuwenden, um ein gesundes Umfeld für die Kinder zu schaffen. Sie erhalten praktische Tipps und Übungen zu bewegungsorientierten Spielen, gesunder Ernährung und Stressbewältigungstechniken. Jede pädagogische Fachkraft ist ein Experte im Thema Gesundheit und kann durch ihr Vorbild die Gesundheit der Kinder fördern.

Mo 05.05.2025 | 18.00 – 21.15 Uhr

Olivia Schwarz, Oecothrophologin M.A.

Teilnahme-Gebühr 20,00€

Seminarumfang 1 x = 4 UStd.

Ort: Kath. Familienbildungsstätte Wipperfürth

Klosterplatz 2 | 51688 Wipperfürth

Veranstaltungs-Nr.: 2572250019

> KINDERTAGESPFLEGE

Meal Prep für die Kindertagespflege

Sie suchen nach neuen Ideen, um Ihre kleinen Schützlinge mit nahrhaften und leckeren Snacks zu versorgen? Frischen Sie mit dieser praxisorientierten Fortbildung Ihr Repertoire an Snacks auf, und überraschen Sie die Kinder mit neuen, gesunden Leckerbissen. Der theoretische Schwerpunkt des Abends liegt auf den Grundlagen einer ausgewogenen Ernährung für Kinder und wie Sie gesunde Snack-Optionen in Ihren Alltag integrieren können. Anschließend kreieren wir eine Vielzahl von schnellen, nahrhaften und kinderfreundlichen Snacks. Lassen Sie sich inspirieren! Dieser Kurs bringt frischen Wind in Ihre Küche und sorgt dafür, dass gesunde Ernährung für Kinder Spaß macht und einfach umzusetzen ist.

Mo 02.06.2025 | 18.00 – 21.15 Uhr

Olivia Schwarz, Oecothrophologin M.A.

Teilnahme-Gebühr 20,00€

Seminarumfang 1 x = 4 UStd.

Ort: Kath. Familienbildungsstätte Wipperfürth

Klosterplatz 2 | 51688 Wipperfürth

Veranstaltungs-Nr.: 2572250020



© Andrey_Popov/shutterstock.com

> KINDERTAGESPFLEGE

Erste Hilfe bei Notfällen im Säuglings- und Kleinkindalter

für Erzieherinnen und Tagespflegepersonen

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

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

Sa 22.03.2025 | 09.00–17.00 Uhr

Deutsches Rotes Kreuz

Teilnahme-Gebühr 60,00€

Seminarumfang 1 x = 9 UStd.

Ort: Kath. Familienbildungsstätte Wipperfürth

Klosterplatz 2 | 51688 Wipperfürth

Veranstaltungs-Nr.: 2572250003

Sa 28.06.2025 | 09.00–17.00 Uhr

Deutsches Rotes Kreuz

Teilnahme-Gebühr 60,00€

Seminarumfang 1 x = 9 UStd.

Ort: Kath. Familienbildungsstätte Wipperfürth

Klosterplatz 2 | 51688 Wipperfürth

Veranstaltungs-Nr.: 2572250004



© stockcreations/shutterstock.com

> KINDERTAGESPFLEGE

Elterngespräche führen in der Kindertagespflege

Redenden Menschen kann geholfen werden.

Zu den Kindern gehören die Eltern- als Gesprächspartner*in, Erziehungspartner*in, als fragende Person, als Ansprüche stellende Person. Kommunikation ist für eine Zusammenarbeit wichtig.

Dieses Seminar soll Ihnen den Rücken stärken, um souveräner Elterngespräche zu führen. Wir beleuchten verschiedene Gesprächssituationen und probieren andere Gesprächstechniken aus.

Mo 10.03.2025 | 10.00–17.00 Uhr

Ute Schneider, Diplom Sozialpädagogin,

Kontinuierliche Kursbegleiterin, Train the Trainer

Teilnahme-Gebühr 40,00€

Seminarumfang 1 x = 8 UStd.

Ort: Kath. Familienbildungsstätte Wipperfürth

Klosterplatz 2 | 51688 Wipperfürth

Veranstaltungs-Nr.: 2572250024



© Luis Molinero/shutterstock.com

> SCHULTAG



Gärtnern mit Kindern – Natur erleben und entdecken – Frühjahr und Sommer

SchulTag Plus Fortbildung für
OGS-Mitarbeitende

Inhalte

- Aussaat und Anbau von Obst, Gemüse und Blumen im Frühling und Sommer
- Gute Pflanzennachbarn
- Praktische Workshops und Austausch
- Naturerlebnispädagogische Methoden: Spiele, Geschichten und Kreativaktionen

Entdecke, wie du mit Kindern im Garten forschen, entdecken und spielerisch gärtnern kannst.

Di 29.04.2025 | 09.30–16.30 Uhr

Petra Hölters, Naturerlebnispädagogin

Teilnahme-Gebühr 44,00€

Seminarumfang 1 x = 8 UStd.

Ort: Kath. Familienbildungsstätte Wipperfürth

Klosterplatz 2 | 51688 Wipperfürth

Veranstaltungs-Nr.: 2572250013

SchulTag plus – Gemeinsam Ziele entwickeln und im Team leben

Seminar für OGS- und Gruppenleitungen

Wohin es geht? Immer weiter, oder? Leichter und zufriedenstellender gelingt die gemeinsame Arbeit, wenn es ein Ziel gibt. Und am besten eins, hinter dem das gesamte Team steht. Wie man das entwickelt? Dazu gibt es in diesem Seminar Hintergrundwissen und Methoden.

Mi 15.01.2025 | 10.00–15.15 Uhr

Carolin Dörmbach, Kulturanthropologin, Coach

Teilnahme-Gebühr 48,00€

Seminarumfang 1 x = 6 UStd.

Ort: Kath. Familienbildungsstätte Wipperfürth

Klosterplatz 2 | 51688 Wipperfürth

Veranstaltungs-Nr.: 2572250001



© Sunny studio / shutterstock.com

> SCHULTAG

SchuTag plus – Mit Kindern in den Wald

Frühkindliche Selbstbildung im Wald
Fortbildung für OGS-Mitarbeitende

Der Wald bietet unbegrenzte Erfahrungsräume für die frühkindliche Selbstbildung. Hier können Kinder balancieren, Tiere und Pflanzen erforschen und Lager bauen, während sie die Umwelt entdecken, soziale Fähigkeiten üben und ihre Grenzen austesten.

Inhalte der Fortbildung:

- Natur- und Umweltpädagogik: Theoretische Einführung
- Handlungs- und praxisorientiertes Arbeiten: Methoden in Kleingruppen erproben
- Sicherer und attraktiver Naturort: Kriterien und umweltschutzrelevante Aspekte
- Waldgesetze und Sicherheit: Grundlagen für den Aufenthalt im Wald
- Naturaktionen planen: Walddtage, Waldwochen etc.
- Praktische Beispiele: Rituale, altersgerechte Spiele, Lieder, kreative und forschende Aktionen

Nutzen Sie die Möglichkeit, sich in den Erlebnisraum Wald zu vertiefen und vielfältige Methoden für die pädagogische Arbeit kennenzulernen.

Di 20.05.2025 | 09.30–16.30 Uhr

Petra Hölters, Naturerlebnispädagogin

Teilnahme-Gebühr 44,00€

Seminarumfang 1 x = 8 UStd.

Treffpunkt: Wanderparkplatz Mul

Grünestr 1 | 42499 Hückeswagen

Veranstaltungs-Nr.: 2572250012



© Halfpoint / shutterstock.com

> SCHULTAG

SchulTag plus – Umgang mit herausfordernden Situationen mit Mitarbeitenden

Seminar für OGS und Gruppenleitungen

Natürlich muss man nur miteinander arbeiten und nicht miteinander befreundet sein. Trotzdem können Mitarbeitende ihre Leitungen vor herausfordernde Situationen stellen – wenn jemand zum Beispiel immer wieder zu spät kommt, Aufgaben nicht erledigt, den eigenen Kopf durchsetzen will, häufig mit anderen in Konflikte gerät.

In diesem Seminar soll es genau um solche Situationen gehen. Und darum, wie man sie souverän meistert. In einer Mischung aus Input, Selbstreflexion und Kollegialer Fallberatung finden wir individuelle Möglichkeiten. Bitte bringen Sie Beispiele aus Ihrer Tätigkeit mit.

Do 27.03.2025 | 10.00 – 15.15 Uhr

Carolin Dörmbach, Kulturanthropologin, Coach

Teilnahme-Gebühr 48,00€

Seminarumfang 1 x = 6 UStd.

Ort: Kath. Familienbildungsstätte Wipperfürth

Klosterplatz 2 | 51688 Wipperfürth

Veranstaltungs-Nr.: 2572250002



© sdecoret / shutterstock.com

> SCHULTAG

SchulTag plus – Für unsere Zukunft: Nachhaltiges Lernen und Handeln in der OGS

Projekte und Ideen zur Bildung für nachhaltige Entwicklung (BNE)

Wir brauchen eine lebenswerte und zukunftsfähige Welt, für Mensch, Tier und Natur. Die Bedeutung von Nachhaltigkeit und die damit zusammenhängenden Herausforderungen sind inzwischen fest in unserem Alltag angekommen und betreffen auch die Lebenswelt der Kinder in der OGS.

Sie wünschen sich mehr Wissen und praktische Ideen, wie Sie Bildung für nachhaltige Entwicklung (BNE) in der OGS verankern können? Dann lassen Sie sich inspirieren, wie Sie spielerisch und alltagsnah zukunftsorientiertes Denken und Handeln fördern können. Durch praxisorientierte und altersgerechte Methoden entsprechend dem Dreischritt Erkennen – Bewerten – Handeln verstehen die Kinder Zusammenhänge und Handlungsoptionen und erfahren ihre Selbstwirksamkeit. Für unser Welt von morgen.

Mi 09.04.2025 | 8.0 – 11.45 Uhr

Constanze Groth, Referentin für inklusives

und nachhaltiges Lernen, M.A.

Teilnahme-Gebühr 20,00€

Seminarumfang 1 x = 4 UStd.

Ort: Zoom-Kufer

Veranstaltungs-Nr.: 2572250022



Do 20.11.2025 | 8.0 – 11.45 Uhr

Constanze Groth, Referentin für inklusives

und nachhaltiges Lernen, M.A.

Teilnahme-Gebühr 20,00€

Seminarumfang 1 x = 4 UStd.

Ort: Zoom-Kufer

Veranstaltungs-Nr.: 2572250023



© I. Rottländer / shutterstock.com

> SCHULTAG

SchulTag Grundkurs: Qualifizierte Betreuung für Schulkinder

Berufliche Fortbildung für Betreuungskräfte im Primarbereich

Qualifizierte Bildung und Betreuung von Grundschulkindern im Offenen Ganzttag (OGS) erfordern fundierte pädagogische Kenntnisse sowie soziale und kommunikative Fertigkeiten: Wie lassen sich – ausgehend vom Kind und seinen Bedürfnissen – Betreuungsangebote organisieren und pädagogisch gestalten? Worauf muss man bei der Zusammenarbeit mit Kolleginnen und Kollegen, Lehrerinnen und Lehrern sowie Vorgesetzten und Eltern achten? Und was möchte ich selbst in diesem Beruf erreichen? Der Grundkurs richtet sich an Interessenten, die in Grundschulen in der OGS entweder bereits arbeiten oder künftig arbeiten möchten und die keine pädagogische Ausbildung haben oder sich speziell für das Arbeitsfeld OGS qualifizieren möchten.

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

Di 18.02. – 14.06.2025 | 09.00 – 17.00 Uhr

Carolin Dörmbach, Kulturanthropologin, Coach
Rolf Brendecke, Mitarbeiter der Fachstelle für Jugendpastoral

Constanze Groth, Referentin für inklusives und nachhaltiges Lernen, M.A.

Mark T. Speitel, Rechtsanwalt

Merle Wieschhoff, Kommunikationstrainerin, M.A.

Jessica von Palubitzki, Diplom Pädagogin, MPT

Kraft, ehem. OGS-Leitung

Olivia Schwarz, Oecothrophologin M.A.

Teilnahme-Gebühr 650,00 €

Seminarumfang 19 x = 92 UStd.

Ort: Kath. Familienbildungsstätte Wipperfürth
Klosterplatz 2 | 51688 Wipperfürth

Veranstaltungs-Nr.: 2572250016

> MITARBEITENDE

Vertiefungsschulung Prävention

für Mitarbeitende in katholischen 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.

- Was verbirgt sich hinter diesem vielgebrauchten Begriff der Achtsamkeit?
- Und was ist im Hinblick auf die Prävention sexualisierter Gewalt damit gemeint?
- Achtsam sein – wie geht das überhaupt im trübeligen (Arbeits-)Alltag?
- Wofür könnte das gut sein, im Hinblick auf mich selbst, mein Arbeitsfeld und die Menschen, mit denen ich zu tun habe?

Außerdem werden die Verfahrenswege und der Umgang mit den anvertrauten Menschen Thema sein. Teilnehmende erhalten eine Teilnahmebescheinigung.

Diese Fortbildung ist gemäß Ausführungsbestimmung zu §9 PräVO als Vertiefungsschulung anerkannt.

Di 21.01.2025 | 17.30 – 20.45 Uhr

Merle Wieschhoff, Kommunikationstrainerin, M.A.

Teilnahme-Gebühr 26,00 €

Seminarumfang 1 x = 4 UStd.

Ort: Digital

Veranstaltungs-Nr.: 2572790004



> 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.

Di 11.02. – 12.02.2025 | 17.30 – 20.45 Uhr

Merle Wieschhoff, Kommunikationstrainerin,
M.A.

Teilnahme-Gebühr 52,00€

Seminarumfang 2 x = 8 UStd.

Ort: Digital

Veranstaltungs-Nr.: 2572790003



© Monkey Business Images / shutterstock.com

> EHRENAMT

Basisqualifizierung zur Tätigkeit im Familien unterstützenden Dienst

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

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

Ziele der Qualifizierung sind

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

Der Kurs ist für Teilnehmende der Elterninitiative Noh Bienen und Lebenspfade Oberberg e.V. kostenfrei. Für alle anderen Teilnehmenden fällt ein Teilnehmerbeitrag von 200,00€ an.

Nina Pick, Diplom Heilpädagogin

Melanie Frackenpohl, Heilerziehungspflegerin

Manfred Wagner, Altenpfleger, Gestalttherapeut

Anna Wagner, Gestalttherapeutin,
Hauswirtschafterin

Teilnahme-Gebühr 200,00€

Seminarumfang 5 x = 40 UStd.

Ort: Kath. Familienbildungsstätte Wipperfurth
Klosterplatz 2 | 51688 Wipperfurth

Sa 05.04. – 11.05.2025 | 09.00 – 16.30 Uhr

Veranstaltungs-Nr.: 2572790008

Sa 11.10. – 23.11.2025 | 09.00 – 16.30 Uhr

Veranstaltungs-Nr.: 2572790009

> EHRENAMT

Charmant „Nein“ sagen

Kommunikationstraining für Ehrenamtliche

In Ihrem Engagement leisten Sie wertvolle Arbeit und bereichern das Leben vieler Menschen. Dabei ist es jedoch genauso wichtig, die eigenen Grenzen zu kennen und zu wahren. Unser Kommunikationskurs zum Thema "Grenzen setzen und Nein sagen" gibt Ihnen Werkzeuge und Strategien an die Hand, die Ihre Arbeit erleichtern und Ihre persönliche Balance stärkt. Unser Ziel ist es, Ihnen die nötigen Fähigkeiten zu vermitteln, um Ihre ehrenamtliche Arbeit erfolgreich und mit Freude auszuführen, ohne dabei Ihre eigenen Bedürfnisse und Grenzen zu vernachlässigen. Wir freuen uns auf Ihre Teilnahme und darauf, gemeinsam mit Ihnen an Ihrer Kommunikationskompetenz zu arbeiten.

Diese 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 24.05.2025 | 10.30 – 17.00 Uhr

Carolín Dörmbach, Kulturanthropologin,
Improspielerin

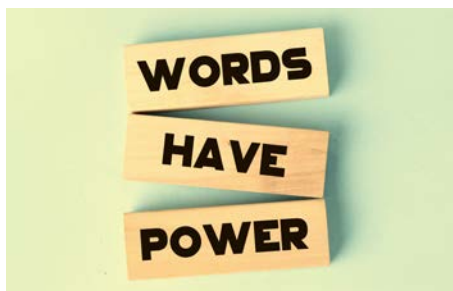
gebührenfrei

Seminarumfang 1 x = 8 UStd.

Ort: Kath. Familienbildungsstätte Wipperfürth

Klosterplatz 2 | 51688 Wipperfürth

Veranstaltungs-Nr.: 2572790010



© Muzamilstock10 / shutterstock.com



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



Volkshochschule
Oberberg



KATHOLISCHES
BILDUNGSWERK
Oberbergischer Kreis



KATHOLISCHE
FAMILIENBILDUNGSSTÄTTE
Wipperfürth – Haus der Familie



EVANGELISCHER
KIRCHENKREIS
AN DER AGGER

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

> EHRENAMT

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

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

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

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

Di 21.01. – 05.11.2025 | 18 – 21 Uhr

Sandra Karsten, Koordinatorin bei
Lebensfarben e.V.

gebührenfrei

Seminarumfang 5 x = 20 UStd.

Ort: Kath. Familienbildungsstätte Wipperfürth
Klosterplatz 2 | 51688 Wipperfürth

Veranstaltungs-Nr.: 2572790007



© OlegD/shutterstock.com

Erzbistum
Köln



Möchten Sie
sich als
Kursleitung
(weiter)
qualifizieren?

Foto: Jane Dunker



Hier finden Sie unsere Qualifizierungsangebote
wie zum Beispiel Kidix®, Eltern-Kind-Kursleitung in
Orientierung an Emmi Pikler, Starke Eltern –
Starke Kinder® und viele weitere Veranstaltungen:



www.mitarbeiterfortbildung.de

WIR SUCHEN KURSLEITER/INNEN

auf Honorarbasis für die Bereiche

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

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

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

SONSTIGES

> KOOPERATIONSPARTNER



Katholisches Familienzentrum Wipperfürth

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

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

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

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

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

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

> KOOPERATIONSPARTNER

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



Staatlich anerkanntes Familienzentrum Katholische Kindertagesstätte Don Bosco

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



Katholische Familienbildungsstätte Wipperfürth – Haus der Familie

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

DRK Familienzentrum Henry Dunant Lindlar

Tagesmütternetz im OBK e. V.

Ooberbergischer Kreis, Projekt Weitblick

Ehrenamtsakademie Ooberbergischer 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 Qualitätserhebung zu beteiligen.

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

Haben Sie weitere Fragen zu unserem Qualitätsmanagement?

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

> ALLGEMEINE GESCHÄFTSBEDINGUNGEN

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

Geltungsbereich

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

Anmeldung

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

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

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

Anmeldung für Veranstaltungen mit Kooperationspartnern

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

Online-Anmeldung

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

Zahlungsweise

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

> ALLGEMEINE GESCHÄFTSBEDINGUNGEN

SEPA-Lastschriftinzug

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

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

Für Lastschriftinzüge, die wegen falscher oder fehlerhafter Bankverbindung, mangelnder Deckung des Kontos oder 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 Einrichtungseitung eine Ratenzahlung genehmigt werden. Dies ist vor Kursbeginn mit der Bildungseinrichtung ab-

zusprechen, 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

Maßgebend ist in allen Fällen das Eingangsdatum der Abmeldung. Zur Fristwahrung muss die Rücktrittserklärung **schriftlich** 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.

Ermäßigungen / Erstattungen

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

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

Teilnahmeentgelte

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

Wechsel der Kursleitung

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

Terminänderung

Die Bildungseinrichtung behält sich Terminänderungen vor.

Mindestteilnehmerzahl

Veranstaltungen werden in der Regel ab 10 Personen durchgeführt.

Mindestalter der Teilnehmerinnen und Teilnehmer

Die Bildungseinrichtung ist eine Bildungseinrichtung für Erwachsenen- und Familienbildung.

> ALLGEMEINE GESCHÄFTSBEDINGUNGEN

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

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

Haftung und Datenschutz

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

Aufnahme von Wort-, Bild- und Tonbeiträgen

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

Digitale Kursangebote

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

Fundsachen

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

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 Rechtmäßigkeit dieser Verarbeitung auf Basis Ihrer Einwilligung gegeben.

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

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

Durch Angabe von Bankverbindung, Name und Vorname des Kontoinhabers können Sie uns ein Lastschriftmandat erteilen.

Sämtliche von Ihnen bereitgestellten Daten werden elektronisch gespeichert. Die hierdurch entstehenden Datenbanken und Anwendungen werden durch einen von uns beauftragten IT-Dienstleister und der internen EDV-Abteilung betreut.

Weitergabe an Dritte

Eine Weitergabe Ihrer Angaben an Dritte erfolgt nur auf gesetzlicher Grundlage oder auf Basis Ihrer ausdrücklichen Einwilligung und erfolgt nicht zu Werbezwecken.

Sollte die Verarbeitung auf Basis einer gemeinsamen Verantwortung gemäß § 28 KDG erfolgen, werden die Verantwortlichkeiten mit den Kooperations-/Vertragspartnern

> DATENSCHUTZERKLÄRUNG

vertraglich geregelt und die Betroffenen rechtzeitig und transparent darüber informiert.

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

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

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

Geplante Datenübermittlung an Drittstaaten

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

Aufbewahrungsfristen / Regelfristen für die Löschung der Daten

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

von uns erhobenen Daten so lange von uns gespeichert, wie sie für die vorstehenden Zwecke erforderlich sind.

Automatisierte Entscheidungsfindung oder Profiling

Wir führen keine automatisierte Entscheidungsfindung oder Profiling durch.

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

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

Widerrufsrecht bei Einwilligung, § 8 Abs. 6 KDG

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

Recht zur Beschwerde bei einer Aufsichtsbehörde

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

Katholisches Datenschutzzentrum (KDSZ)
Körperschaft des öffentlichen Rechts
Brackeler Hellweg 144, 44291 Dortmund
Telefon 0231 138985-0
info@kdsz.de
www.katholisches-datenschutzzentrum.de

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

> ONLINE-ANGEBOTE

Online-Veranstaltungen und Blended Learning

Hinweis für Teilnehmende



Online-Veranstaltung

Diese Veranstaltung wird ausschließlich online durchgeführt.



Hybrid-Veranstaltung

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



Blended Learning Veranstaltung

Diese Veranstaltung wird teilweise als Präsenzveranstaltung und teilweise online durchgeführt.

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

Zugang zum Online-Seminar über Zoom

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

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

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

Technische Voraussetzungen zur Nutzung von digitalen Angeboten über Zoom:

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

Detailliertere Systemvoraussetzungen erhalten Sie unter:

<https://support.zoom.us>

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

> ONLINE-ANGEBOTE

Hinweise zu Online-Angeboten

So geht's

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

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

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

Datenschutz

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

Weitere Online-Angebote

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

<https://bildung.erzbistum-koeln.de/bw-erzdioezese-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 Erzdiozese 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

