

ELTERNSCHULE JOSEFINE WIPPERFÜRTH 01/2021

Kurse vor und nach der Geburt
Januar bis Juli



© Flamingo Images / Shutterstock.com

Hinweise zum aktuellen Angebot in Corona-Zeiten

In diesem Heft finden Sie die Kursangebote, die wir eigentlich genauso durchführen wollen. Wir konnten aber zum Redaktionsschluss noch nicht absehen, unter welchen Bedingungen die Veranstaltungen stattfinden können, mit welchen Abständen, mit wie vielen Personen und in welchen Räumen. Deshalb bitten wir Sie, sich vor einer Veranstaltung auf unserer Homepage oder im Haus der Familie zu informieren. Manches wird vielleicht verändert stattfinden, manches muss vielleicht auch kurzfristig ausfallen. Wir bitten jetzt schon um Ihre Nachsicht.

Wir freuen uns auf die Veranstaltungen, die wir mit Ihnen umsetzen können und werden alles in unserer Macht stehende tun, um das verantwortungsvoll möglich zu machen.

Regeln


Alle hier aufgeführten Bildungsveranstaltungen finden unter den Abstands- und Hygienestandards statt, die vom Gesetzgeber vorgegeben sind – und auch von uns als notwendig erachtet werden. Wenn Sie aktuell unser Haus besuchen, bitten wir folgende Regeln zu beachten:

- Kommen Sie nur dann, wenn Sie gesund sind!
- Tragen Sie beim Betreten der FBS einen Nase-/Mundschutz.
- Desinfizieren Sie am Eingang Ihre Hände, ein Spender steht bereit.
- Halten Sie den Mindestabstand von 1,5 Meter im Treppenhaus und in allen Räumen ein.
- Bringen Sie bitte die für Sie nötigen Getränke selbst mit.
- Alle Räume sind regelmäßig zu lüften.

Neu im Programm

sind Online-Veranstaltungen zu finden. Sie erkennen die Kurse an diesem Icon:



Bei diesem Icon:  ist die Veranstaltung zunächst als Präsenzveranstaltung geplant. Sollte dies nicht möglich sein, kann diese Veranstaltung auch Online durchgeführt werden. Wir informieren Sie kurzfristig.

VORWORT

Liebe Eltern, liebe werdende Eltern,

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

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

Viele Fragen – Eine Antwort: Elternschule Josefine in Wipperfürth!

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

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

Wir freuen uns auf die persönliche Begegnung mit Ihnen!

Ihre Elternschule Josefine in Wipperfürth

WIR ÜBER UNS

Die HELIOS Klinik Wipperfürth – Elternschule Josefine



Kursanmeldungen und Beratung

HELIOS Klinik Wipperfürth
Elternschule Josefine

Alte Kölner Str. 9
51688 Wipperfürth

Telefon 02267 889-667
Telefax 02267 889-513

E-Mail doris.wildangel@helios-gesundheit.de
Internet www.helios-kliniken.de/wipperfuerth

Bürozeiten

Dienstag und Mittwoch
09.00 – 15.00 Uhr

Doris Wildangel



Leiterin der Elternschule
Kinderkrankenschwester
Stillberaterin
Anmeldung, Beratung,
Kursarbeit

> WIR ÜBER UNS



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

Bürozeiten

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

in kursfreien Zeiten:
Montag bis Donnerstag
08.30 – 12.00 Uhr

Bankverbindung

Haus der Familie
IBAN: DE34 3705 0299 0321 0068 48
BIC: COKSDE33

Ihr Team in der Katholischen
Familienbildungsstätte Wipperfürth



Einrichtungsleiter
Thomas Dörnbach



Pädagogische Mitarbeiterin
Astrid Linke



Anmeldung, Verwaltung
Martina König



Anmeldung, Verwaltung
Birgit Jansen



Anmeldung, Verwaltung
Anita Krämer

> INHALTSVERZEICHNIS

Häufig gestellte Fragen zur Geburtsvorbereitung 8

Hebammen

Hebammen: Ihre Begleiterinnen durch die Schwangerschaft	9
Hebammensprechstunde in der Elternschule Josefine	12
Wochenbettsprechstunde	12
Osteopathiesprechstunde	13
Familienhebamme / Familienkinderkrankenschwester	13

Vor der Geburt

Führung durch die geburtshilfliche Abteilung der HELIOS Klinik Wipperfürth	14
Geburtsvorbereitung für Frauen	16
Geburtsvorbereitung für Frauen in Kierpse	17
Geburtsvorbereitung für Paare am Wochenende	18
Aquafit für schwangere Frauen	20
Klangschalenentspannung für werdende Mütter	20
Yoga für Schwangere	21

Nach der Geburt

Rückbildungsgymnastik und Yoga	21
Rückbildungsgymnastik in Kierspe	22

Leben mit dem Neugeborenen

Babymassage von der 8. Lebenswoche bis zum Beginn des Krabbelalters	23
Rundum gut vorbereitet!	24
Papa Start Up!	25
Indoor: Mama-Workout	26
Treff im Elterncafé mit Babys bis 7 Monate	27
Treff im Elterncafé mit Babys ab dem 7. Monat bis zum 18. Monat	28

> INHALTSVERZEICHNIS

Kleiner Tragekurs: Ins Leben getragen werden von Anfang an!	30
Tragekurs: Ab auf den Rücken (für Babys ab dem 4. Lebensmonat)	31
Die Beikost – Gesunde Säuglingsernährung im ersten Lebensjahr	32
Notfallsituationen bei Säuglingen und Kleinkindern	33
Erste Hilfe bei Notfällen im Säuglings- und Kleinkindalter	34
Alternative Heilmethoden für die ganze Familie	34

Elternsein und Erziehung

Wie Kinder Verlust, Krankheit, Trennung und Tod erleben	35
Schlaf mein Kind, schlaf ein	35
Die kindliche Entwicklung im ersten Lebensjahr – praktische Anregungen, theoretische Inputs	36
Warum Raben die besseren Eltern sind oder wie wir wieder lernen können loszulassen	37
Baby- und Kleinkindschwimmen für Familien	38
Elternstart NRW	40
Das erste Lebensjahr – Eltern-Kind-Kurs in Orientierung an Emmi Pikler	41

Wichtige Adressen

Wichtige Adressen vor der Geburt	42
Wichtige Adressen nach der Geburt	43

Allgemeine Geschäftsbedingungen 45

Datenschutzerklärung 49

Online Angebote 51

Allgemeine Hinweise | Veranstaltungsorte 52

Anmeldung 53

So finden Sie uns 55

> HÄUFIGE FRAGEN ZU GEBURTSPREPARATIONSKURSEN

Mit wem?

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

Ab wann?

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

Wer zahlt?

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

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

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

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



© pixelheadphoto digitalskillet/Shutterstock.com

> HEBAMMEN

Hebammen: Ihre Begleiterinnen durch die Schwangerschaft

Jede werdende Mutter hat Anspruch auf eine Hebamme!

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

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

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

Kreißaalhebammen

Zentrale Telefonnummer 02267 889-460

Claudia Basten Telefon 02261 9207646
Betreuung in der Schwangerschaft, Vorsorge Geburtsvorbereitung, Wochenbettbetreuung, Rückbildungsgymnastik

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

Caroline Hoormann Telefon 0162 9392024
www.hebamme-caro.de
Schwangerschaftsvorsorge, Wochenbettbetreuung

Odine Jockel Telefon 0157 56303979
Wochenbettbetreuung

Nina Ludwig
Geburtsvorbereitung, Wochenbettbetreuung

Ute Waschwil Telefon 0160 6456454
Geburtsvorbereitung, Schwangerschafts- und Wochenbettbetreuung

> HEBAMMEN

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

Sandra Petschulat Telefon 02353 6699933
Schwangerschafts- und Wochenbettbetreuung

Nicole Reichmann Telefon 02266 465090
Wochenbettbetreuung, Schwangerschaft,
Schwangerschaftsbeschwerden

Mariett Reint Telefon 02269 7655
Wochenbettbetreuung, Rückbildungsgymnastik,
Geburtsvorbereitung

Menekse Sengül Telefon 0173 8153935
Geburtsvorbereitung, Wochenbettbetreuung

Andrea Wehner Telefon 02353 902342
Hilfe bei Schwangerschaftsbeschwerden, Vorsor-
ge, Geburtsbegleitung, Wochenbettbetreuung,
Stillberatung, Homöopathie, Akupunktur

Freie Hebammen

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

Bettina Bremer Telefon 0157 34813367
Familienhebamme, Babyschwimmen,
Bauchcollagen

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

Judith Kerspe Telefon 02353 6679090
Betreuung in der Schwangerschaft,
Geburtsvorbereitung, Wochenbettbetreuung,
Still- und Ernährungsberatung

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

> HEBAMMEN

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

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

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

Beleghebammen

Simone Egger Telefon 0173 8778485
Hilfe bei Schwangerschaftsbeschwerden,
Vorsorge, Geburtsvorbereitung, Geburtshilfe,
Wochenbettbetreuung, Rückbildungsgymnastik,
Risikobetreuung, Behandlung von Fruchtbar-
keitsstörungen bei Frauen und Männern

Stefanie Steinhaus Telefon 0178 5578247
Hilfe bei Schwangerschaftsbeschwerden,
-vorsorge, Geburtsvorbereitung, Wochenbettbe-
treuung, Hebammensprechstunde, Stillberatung,
Rückbildungsgymnastik



> HEBAMMEN

Hebammensprechstunde in der Elternschule Josefine

Schwangerschaft und Geburt eines Kindes bringen für werdende Mütter und Eltern zahlreiche Vorbereitungen und Veränderungen mit sich. Wir geben ihnen in dieser schönen und aufregenden Lebenssituation Informationen und Unterstützung.

- Sie haben den Wunsch schwanger zu werden?
- Sie haben Fragen zur Schwangerschaft?
- Sie haben Beratungsbedarf bei Schwangerschaftsbeschwerden?
- Sie möchten wissen, was auf Sie zukommt?

Antworten auf Ihre Fragen rund um Schwangerschaft, Geburt und die erste Zeit mit dem Baby geben wir Ihnen gerne in unserer Hebammensprechstunde.

Donnerstags ab 17.00 Uhr und nach Terminvereinbarung helfen wir Ihnen weiter und nehmen uns Zeit für Ihre Fragen. Die Kosten werden von der Krankenkasse übernommen.

Stefanie Steinhaus

Hebamme, Telefon 0178 5578247

Wochenbettsprechstunde

Sie haben keine Wochenbetthebamme gefunden, die Sie und Ihr Neugeborenes nach der Geburt zu Hause besucht und Ihren Start ins gemeinsame Leben begleitet? Sie möchten aber trotzdem nicht auf diese Möglichkeit verzichten? Dann können Sie mit Ihrem Baby zur Wochenbettsprechstunde in die Elternschule Josefine kommen. Im Rahmen dieser Sprechstunde findet eine bedarfsorientierte Untersuchung der Wöchnerin und des Neugeborenen statt, inklusive Gewichtskontrolle. Auch Fragen zum Stillen und zur Ernährung mit dem Fläschchen werden besprochen.

Die Abrechnung erfolgt gemäß der Hebammengebührenordnung. Bitte bringen Sie Handtuch, Wickeltasche, Mutterpass, Kinderheft und Visitenkarte mit.

Weitere Informationen / Terminvereinbarung bei
Carina Meise-Stefer
Telefon 02192 9355873.

Eine weitere Sprechstunde findet in Halver bei
Andrea Wehner Telefon 02353 902342 nach telefonischer Terminvereinbarung statt.

> HEBAMMEN

Osteopathiesprechstunde

Die Osteopathie ist eine ganzheitliche Richtung der Medizin. Alle Teile des Körpers – Knochen, Gelenke, Gewebe oder Organe – sind in ständiger Bewegung und im Idealfall harmonisch miteinander verbunden. Ist das Zusammenspiel z. B. durch den Geburtsprozess beeinträchtigt worden, hat das Auswirkungen auf den gesamten Organismus. Der Bewegungsfluss gerät aus dem Gleichgewicht, Krankheitssymptome können entstehen. Diese können durch sanften Druck mit den Händen korrigiert werden.

In der Sprechstunde kommt es zu einem vorbeugenden Check. Je früher Funktionsstörungen oder Blockaden erkannt werden, desto leichter kann man sie korrigieren und so unter Umständen späteren Entwicklungsstörungen vorbeugen.

Einmal im Monat wird diese Sprechstunde von einer diplomierten Kinderosteopathin angeboten. Die Untersuchung wird einzeln pro Kind durchgeführt und dauert ca. eine halbe Stunde.

Termine nach Vereinbarung mit
Doris Wildangel Telefon 02267 889-667
Kosten 10,00 €

Familienhebamme / Familienkinderkrankenschwester

Die Familienhebamme / Familienkinderkrankenschwester kann Sie bereits in der Schwangerschaft und bis zum 1. 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 des ersten Lebensjahres auf Sie zukommen, kann die Familienhebamme / Familienkinderkrankenschwester Sie beraten, Ihnen helfen und praktische Tipps geben.

*Die Betreuung ist vertraulich
und kostenlos.*



Informationen und Kontakt

Claire Peter, Familienhebamme und
Anja Herforth-Müller, Familienkinderkrankenschwester
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.



Chefarzt
Dr. Thomas Rau-Horn

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

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

Referententeam

Dr. Thomas Rau-Horn, Chefarzt der Geburtshilfe
Doris Wildangel, Stillberaterin, Kinderkrankenschwester; Hebamme aus dem Kreißaalteam



© LikClick/Shutterstock.com

> VOR DER GEBURT

Anmeldung erforderlich, da die Teilnehmerzahl begrenzt ist und nur angemeldete Personen an der Führung teilnehmen können.

Ort

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

So 17.01.2021 | 14.15–15.45 Uhr
gebührenfrei | Seminarumfang 1 x = 2 UStd.
Veranstaltungs-Nr. 6501001

So 14.02.2021 | 14.15–15.45 Uhr
gebührenfrei | Seminarumfang 1 x = 2 UStd.
Veranstaltungs-Nr. 6501002

So 14.03.2021 | 14.15–15.45 Uhr
gebührenfrei | Seminarumfang 1 x = 2 UStd.
Veranstaltungs-Nr. 6501003

So 11.04.2021 | 14.15–15.45 Uhr
gebührenfrei | Seminarumfang 1 x = 2 UStd.
Veranstaltungs-Nr. 6501004

So 09.05.2021 | 14.15–15.45 Uhr
gebührenfrei | Seminarumfang 1 x = 2 UStd.
Veranstaltungs-Nr. 6501005

So 06.06.2021 | 14.15–15.45 Uhr
gebührenfrei | Seminarumfang 1 x = 2 UStd.
Veranstaltungs-Nr. 6501006

So 04.07.2021 | 14.15–15.45 Uhr
gebührenfrei | Seminarumfang 1 x = 2 UStd.
Veranstaltungs-Nr. 6501007

So 01.08.2021 | 14.15–15.45 Uhr
gebührenfrei | Seminarumfang 1 x = 2 UStd.
Veranstaltungs-Nr. 6501008

So 29.08.2021 | 14.15–15.45 Uhr
gebührenfrei | Seminarumfang 1 x = 2 UStd.
Veranstaltungs-Nr. 6501009

> VOR DER GEBURT

Geburtsvorbereitung für Frauen

Der Kurs bereitet Frauen auf eine natürliche Geburt vor. Themen sind z. B. der Geburtsverlauf, Klinikroutine, Umgang mit Schmerzen und Ängsten, der Partner im Kreißaal, Gefühle und Verhalten im Wochenbett. Neben gymnastischen Übungen und Muskelentspannung lernen Sie die den einzelnen Geburtsphasen entsprechende Atemtechnik. In Gesprächen werden das Selbstvertrauen und die positive Einstellung zur Geburt gefördert. Die Väter werden an zwei Abenden nach Absprache mit eingeladen.

Ein Abend informiert über das Leben mit einem Neugeborenen und seine Ernährung.
Die Kurseinheiten bauen aufeinander auf.

Ein Einstieg, jeweils zu Kursbeginn, ist ab der 24. Schwangerschaftswoche möglich.

Bitte Versichertenkarte mitbringen.

Di 05.01. – 16.02.2021 | 18.00 – 19.30 Uhr

Andrea Wehner, Hebamme

gebührenfrei | Seminarumfang 7 x = 14 UStd.

Ort: Helios Klinik, Elternschule Josefine

Alte Kölner Straße 9 | 51688 Wipperfürth

Veranstaltungs-Nr. 6501026

Mi 12.05. – 23.06.2021 | 18.00 – 19.30 Uhr

Andrea Wehner, Hebamme

gebührenfrei | Seminarumfang 7 x = 14 UStd.

Ort: Helios Klinik, Elternschule Josefine

Alte Kölner Straße 9 | 51688 Wipperfürth

Veranstaltungs-Nr. 6501027

> VOR DER GEBURT

Geburtsvorbereitung für Frauen in Kierspe

Der Kurs bereitet Frauen auf eine natürliche Geburt vor. Themen sind z.B. der Geburtsverlauf, Klinikroutine, Umgang mit Schmerzen und Ängsten, der Partner im Kreißaal, Gefühle und Verhalten im Wochenbett. Neben gymnastischen Übungen und Muskelentspannung lernen Sie die den einzelnen Geburtsphasen entsprechende Atemtechnik. In Gesprächen werden das Selbstvertrauen und die positive Einstellung zur Geburt gefördert. Die Väter werden an einem Abend nach Absprache mit eingeladen.

Ein Abend informiert über das Leben mit einem Neugeborenen und seine Ernährung.
Die Kurseinheiten bauen aufeinander auf.

Ein Einstieg, jeweils zu Kursbeginn, ist ab der 24. Schwangerschaftswoche möglich.

Bitte die Versicherungskarte ihrer Krankenkasse mitbringen.

Anmeldung und weitere Informationen bei Mariett Reinl,

Telefon 02269 7655

Mi 13.01. – 17.03.2021 | 18.00 – 19.00 Uhr

Mariett Reinl, Hebamme

gebührenfrei | Seminarumfang 9 x = 10 UStd.

Ort: Gemeindehaus Kirche St Josef

Glockenweg 2 | 58566 Kierspe

Veranstaltungs-Nr. 6501020

Mi 14.04. – 30.06.2021 | 18.00 – 19.00 Uhr

Mariett Reinl, Hebamme

gebührenfrei | Seminarumfang 9 x = 10 UStd.

Ort: Gemeindehaus Kirche St Josef

Glockenweg 2 | 58566 Kierspe

Veranstaltungs-Nr. 6501021

> 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 90,00 €, die bei der Hebamme zusätzlich zu entrichten ist. Sie kann ggf. über die Krankenkasse abgerechnet werden, bitte fragen Sie selber nach.

Bitte Versicherungskarte mitbringen.

Do 11.02. – 01.04.2021 | 19.00 – 20.45 Uhr

Ute Waschwill, Hebamme

Seminarumfang 8 x = 16 UStd.

Ort: Katholische Familienbildungsstätte

Klosterplatz 2 | 51688 Wipperfürth

Veranstaltungs-Nr. 6501018

Do 15.04. – 17.06.2021 | 19.00 – 20.45 Uhr

Ute Waschwill, Hebamme

Seminarumfang 8 x = 16 UStd.

Ort: Katholische Familienbildungsstätte

Klosterplatz 2 | 51688 Wipperfürth

Veranstaltungs-Nr. 6501019

> VOR DER GEBURT

Geburtsvorbereitung für Paare am Wochenende

Intensivkurs

Einleitungstext siehe vorherige Seite

Für den Partner entsteht eine Kursgebühr, die bei der Hebamme zusätzlich zu entrichten ist. Sie kann ggf. über die Krankenkasse abgerechnet werden, bitte fragen Sie selber nach.

Bitte Versicherungskarte mitbringen.

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

Referentin: Stefanie Steinhaus, Hebamme

Seminarumfang: 1 x = 7 UStd.

Sa 06.02.2021 | 9.00 – 15.00 Uhr

Veranstaltungs-Nr. 6501012

Sa 20.03.2021 | 9.00 – 15.00 Uhr

Veranstaltungs-Nr. 6501013

Sa 17.04.2021 | 9.00 – 15.00 Uhr

Veranstaltungs-Nr. 6501014

Sa 29.05.2021 | 9.00 – 15.00 Uhr

Veranstaltungs-Nr. 6501015

Sa 26.06.2021 | 9.00 – 15.00 Uhr

Veranstaltungs-Nr. 6501016

Sa 21.08.2021 | 9.00 – 15.00 Uhr

Veranstaltungs-Nr. 6501017

> VOR DER GEBURT

AquaFit für schwangere Frauen

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

Die Teilnehmergebühren 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 14.01. – 25.03.2021 | 18.15 – 19.00 Uhr

Carina Meise-Stefer, Hebamme
Seminarumfang 10 x = 10 UStd.
Ort: Walter-Leo-Schmitz-Bad
Ostlandstr.32 | 51688 Wipperfürth

Veranstaltungs-Nr. 6501040

Do 15.04. – 01.07.2021 | 18.15 – 19.00 Uhr

Carina Meise-Stefer, Hebamme
Seminarumfang 10 x = 10 UStd.
Ort: Walter-Leo-Schmitz-Bad
Ostlandstr.32 | 51688 Wipperfürth

Veranstaltungs-Nr. 6501041

Klangschalenentspannung für werdende Mütter

„Der Klang der Klangschalen berührt Dein Innerstes.“

Die Verbindung von Klang und Atem führt dich in eine wohltuende Entspannung. Du erlernst außerdem einfache Techniken, mit denen Du Dich im Alltag selber in Einklang mit Dir und dem Ungeborenen bringen kannst.

Bitte mitbringen: Isomatte, Wolldecke, ein kleines Kopfkissen und bequeme Kleidung.

Sa 08.05.2021 | 11.00 – 12.30 Uhr

Gabriele Röttgen, Klangmassagepraktikerin
Teilnahme-Gebühr 6,00€
Seminarumfang 1 x = 2 UStd.
Ort: Katholische Familienbildungsstätte
Klosterplatz 2 | 51688 Wipperfürth

Veranstaltungs-Nr. 6601066

> VOR DER GEBURT

Papa Start Up!

- Ich hab Angst, dass ich umkippl!: Was ist meine Rolle bei der Geburt?
- Ich möchte nie so werden wie mein Vater: Aber wie dann?
- Wie sieht die Zeit nach der Geburt zuhause aus?
- Was tue ich, wenn mein Baby schreit?
- Wie baue ich eine Beziehung zu meinem Baby auf?
- Wie verändert sich unsere Paarbeziehung?
- Wie verändert sich die Beziehung zu meinen Eltern?

Fragen, die du dir vielleicht schon gestellt hast.

Die meisten Angebote rund um diese Themen richten sich an (werdende) Mütter. Mit diesem Angebot möchten wir werdende Papas dabei unterstützen, ihre Rolle im neuen Setting zu finden, ihrer Kompetenz als Vater zu vertrauen und ihre Fürsorglichkeit für das Baby zu entdecken.

Wie wachse ich in die neue Rolle hinein, als Vater, Partner, zu den Großeltern?

An drei Abenden ist Gelegenheit unter Männern alles zu besprechen, was das Vaterwerden mit sich bringt: Babygeschrei, Erziehung, Windelwechsel, Vereinbarkeit von Job und Familie, neuer Lebensrhythmus. Aus einem Paar wird eine Familie. Ein aufregendes Projekt, das du mitgestalten kannst.

Do 15.04. – 06.05.2021 | 18.00 – 20.15 Uhr

Thomas Dörnbach, Diplom Sozialarbeiter, M. A.
Teilnahme-Gebühr 18,00€
Seminarumfang 3 x = 9 UStd.

Ort: Katholische Familienbildungsstätte
Klosterplatz 2 | 51688 Wipperfürth

Veranstaltungs-Nr. 6501056



> NACH DER GEBURT

Yoga für Schwangere

Yoga ist für den Körper in der Schwangerschaft ideal, da auf sanfte Weise Entspannung, Flexibilität und Kraft gefördert werden. Haltung und Stoffwechsel gelangen ins Gleichgewicht, Verspannungen der Muskeln und Probleme mit den Gelenken werden gelöst.

Typische Beschwerden wie Müdigkeit, Rückenschmerzen, Übelkeit, und Kopfschmerzen können gelindert und oft auch ganz zum Verschwinden gebracht werden.

Die Fähigkeit, sich ganz auf den Atem zu konzentrieren, kann dabei helfen, die Geburtsphasen gelassen zu bewältigen.

Termine, Anmeldung und Information bei

Jasmin Hörstgen, BDY-Yogalehrerin
Telefon 0176 42036644

Ort: Yogaraum Wipperfürth
Sattlerstr. 10 | 51688 Wipperfürth

Anmeldung und Information bei

Simone Egger, Hebamme, Geburtsbegleiterin
Telefon 0173 8778485

Ort: Hebammenpraxis „Simojo“
Wasserfuhr 9 | 51688 Wipperfürth

Anmeldung und Information bei

Petra Conrad-Meding Telefon 0178 9418556

Do | 18.15–19.30 Uhr

Petra Conrad-Meding, Hebamme

Ort: Momo Ballettstudio
Viktoriastr. 5 | 42929 Wermelskirchen

Rückbildungsgymnastik und Yoga

Anmeldung und Information bei

Simone Egger Telefon 0173 8778485

Der Einstieg in den Kurs ist jederzeit möglich.

Mi | 20.00–21.00 Uhr

Simone Egger, Hebamme, Geburtsbegleiterin

Ort: Hebammenpraxis „Simojo“
Wasserfuhr 9 | 51688 Wipperfürth

> NACH DER GEBURT

Rückbildungsgymnastik in Kierspe

Diese spezielle Gymnastik für Frauen nach der Geburt soll die Rückbildung der gedehnten Bauch-, Beckenboden- und Rückenmuskulatur anregen und unterstützen. Die Rückbildungsgymnastik ist auch 3–4 Monate nach der Entbindung noch sinnvoll und wirkt vorbeugend und stärkend auf die Muskulatur des Beckenbodens und des Unterleibes ein.

Bitte mitbringen: Sportkleidung, ein großes Handtuch und Versichertenkarte.

Anmeldung und weitere Informationen bei Mariett Reinl Telefon 02269 7655.

Di 12.01.–16.03.2021 | 18.00–19.00 Uhr

Mariett Reinl, Hebamme
gebührenfrei | Seminarumfang 9 x = 10 UStd.

Ort: Gemeindehaus Kirche St Josef
Glockenweg 2 | 58566 Kierspe

Veranstaltungs-Nr. 6501023

Di 13.04.–29.06.2021 | 18.00–19.00 Uhr

Mariett Reinl, Hebamme
gebührenfrei | Seminarumfang 9 x = 10 UStd.

Ort: Gemeindehaus Kirche St Josef
Glockenweg 2 | 58566 Kierspe

Veranstaltungs-Nr. 6501024



© Sergey Chirkov/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.

Di 05.01.–02.02.2021 | 14.00–15.30 Uhr

Doris Wildangel, Stillberaterin,

Kinderkrankenschwester

Teilnahme-Gebühr 25,00 €

Seminarumfang 5 x = 10 UStd.

Ort: Helios Klinik, Elternschule Josefine

Alte Kölner Straße 9 | 51688 Wipperfürth

Veranstaltungs-Nr. 6501010

Di 16.02.–16.03.2021 | 14.00–15.30 Uhr

Doris Wildangel, Stillberaterin,

Kinderkrankenschwester

Teilnahme-Gebühr 25,00 €

Seminarumfang 5 x = 10 UStd.

Ort: Helios Klinik, Elternschule Josefine

Alte Kölner Straße 9 | 51688 Wipperfürth

Veranstaltungs-Nr. 6501011

> LEBEN MIT DEM NEUGEBORENEN

Rundum gut vorbereitet!

Online-Infoveranstaltung zum Thema Elternzeit und Elterngeld

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

An diesem Abend führt die Referentin Sie in einem Webinar über die Online Plattform ZOOM 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.

Sie erhalten nach der Anmeldung einen personalisierten Link, mit dem Sie sich zum Veranstaltungstermin zu der Online-Veranstaltung zuschalten. Ihre persönlichen Fragen zur Klärung im Seminar können Sie der Referentin gerne vorab schon per E-Mail zukommen lassen. Diese Möglichkeit wird nach der Anmeldung näher erläutert.

Für die Online-Durchführung wird die Video-Konferenz-Software Zoom verwendet. Das Bildungswerk e.V. der Erzdiözese Köln hat hierfür Lizenzen erworben, die der kirchlichen Datenschutzverordnung entsprechen.

Mehr zur Referentin Verena Dias unter: www.bambini-und-business.de <<http://www.bambini-und-business.de>>

Do 18.03.2021 | 19.00–21.15 Uhr

Verena Dias, Diplom Kauffrau

Teilnahme-Gebühr 8,00 €

Seminarumfang 1 x = 3 UStd.

Ort: Digital

Veranstaltungs-Nr. 6101021



> LEBEN MIT DEM NEUGEBORENEN

Indoor: Mama-Workout

Für Mütter mit Babys vom 4. –12. Lebensmonat

Fitness und Baby unter einem Hut? In diesem Kurs kein Problem! Gezielte Übungen bringen den Körper wieder in Schwung. Der Fokus liegt auf Kräftigungsübungen für die Rumpf- und Beckenbodenmuskulatur, die die Körpermitte stabilisieren helfen. Herz, Kreislauf und der ganze Körper werden aktiviert und Ihr Baby schaut dabei zu. Eine ideale Ergänzung während oder nach der Rückbildungsgymnastik.

Di 23.04. –15.06.2021 | 10.30–12.00 Uhr

Simone Bongen, Übungsleiterin,
Pilates-Trainerin

Teilnehmergebühr 54,00€

Seminarumfang 9 x = 18 UStd.

Ort: Katholische Familienbildungsstätte
Klosterplatz 2 | 51688 Wipperfürth

Veranstaltungs-Nr. 6501054



© Chutima Chaohaiya/Shutterstock.com

> LEBEN MIT DEM NEUGEBORENEN

Treff im Elterncafé mit Babys bis 7 Monate

In einer offenen Gesprächsrunde für Schwangere, Mütter und Väter in der Elternzeit, wird Folgendes angeboten:

- Erfahrungsaustausch
- Gegenseitige Unterstützung
- Rat und Informationen von Fachfrauen

Das Referentinnenteam

Bettina Bremer, Hebamme

Martina Cronenberg, Kinderkrankenschwester

Christina Hermann, Kinderkrankenschwester

Doris Wildangel, Stillberaterin, Kinderkrankenschwester

Ort

HELIOS Klinik, Elternschule Josefine

Alte Kölner Str. 9 | 51688 Wipperfürth

An Feiertagen bleibt das Elterncafé geschlossen.

Mi 06.01. –27.01.2021 | 09.30–11.45 Uhr

Teilnahme-Gebühr 12,00€

Seminarumfang 4 x = 12 UStd.

Veranstaltungs-Nr. 6501042

Mi 02.02. –23.02.2021 | 09.30–11.45 Uhr

Teilnahme-Gebühr 12,00€

Seminarumfang 4 x = 12 UStd.

Veranstaltungs-Nr. 6501029

Mi 03.02. –24.02.2021 | 09.30–11.45 Uhr

Teilnahme-Gebühr 12,00€

Seminarumfang 4 x = 12 UStd.

Veranstaltungs-Nr. 6501043

Mi 03.03. –31.03.2021 | 09.30–11.45 Uhr

Teilnahme-Gebühr 15,00€

Seminarumfang 5 x = 15 UStd.

Veranstaltungs-Nr. 6501044

Mi 06.04. –28.04.2021 | 09.30–11.45 Uhr

Teilnahme-Gebühr 12,00€

Seminarumfang 4 x = 12 UStd.

Veranstaltungs-Nr. 6501045

Mi 05.05. –26.05.2021 | 09.30–11.45 Uhr

Teilnahme-Gebühr 12,00€

Seminarumfang 4 x = 12 UStd.

Veranstaltungs-Nr. 6501046

> LEBEN MIT DEM NEUGEBORENEN

Mi 02.06. – 30.06.2021 | 09.30 – 11.45 Uhr

Teilnahme-Gebühr 15,00 €

Seminarumfang 5 x = 15 UStd.

Veranstaltungs-Nr. 6501047

Mi 07.07. – 28.07.2021 | 09.30 – 11.45 Uhr

Teilnahme-Gebühr 12,00 €

Seminarumfang 4 x = 12 UStd.

Veranstaltungs-Nr. 6501048

Mi 04.08. – 25.08.2021 | 09.30 – 11.45 Uhr

Teilnahme-Gebühr 12,00 €

Seminarumfang 4 x = 12 UStd.

Veranstaltungs-Nr. 6501049

Treff im Elterncafé für Babys ab dem 7. Monat bis zum 18. Monat

Sich treffen, austauschen und informieren ...

Für Babys gibt es genug Wohlfühlraum zum Spielen und Ruhen.

Schwerpunkte

- Nahrungsaufbau und Beikost
- Kleine Spiel- Bewegungs- & Sinnesanregungen

Das Referententeam

Esther Bökenkamp, Kursleiterin

Andrea Krabsch, Physiotherapeutin

Michaela Promberger, Gesundheits- und

Krankenpflegerin

Yvonne Raffelsieper, Kinderkrankenschwester

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

An Feiertagen bleibt das Elterncafé geschlossen.

Di 05.01. – 26.08.2021 | 09.30 – 11.45 Uhr

Teilnahme-Gebühr 12,00 €

Seminarumfang 4 x = 12 UStd.

Veranstaltungs-Nr. 6501028

© Nina Burday / Shutterstock.com



> LEBEN MIT DEM NEUGEBORENEN

Di 02.03. – 30.03.2021 | 09.30 – 11.45 Uhr

Teilnahme-Gebühr 15,00 €

Seminarumfang 5 x = 15 UStd.

Veranstaltungs-Nr. 6501030

Di 06.04. – 27.04.2021 | 09.30 – 11.45 Uhr

Teilnahme-Gebühr 12,00 €

Seminarumfang 4 x = 12 UStd.

Veranstaltungs-Nr. 6501031

Di 04.05. – 25.05.2021 | 09.30 – 11.45 Uhr

Teilnahme-Gebühr 12,00 €

Seminarumfang 4 x = 12 UStd.

Veranstaltungs-Nr. 6501032

Di 01.06. – 29.06.2021 | 09.30 – 11.45 Uhr

Teilnahme-Gebühr 15,00 €

Seminarumfang 5 x = 15 UStd.

Veranstaltungs-Nr. 6501033

Di 06.07. – 27.07.2021 | 09.30 – 11.45 Uhr

Teilnahme-Gebühr 12,00 €

Seminarumfang 4 x = 12 UStd.

Veranstaltungs-Nr. 6501034

Di 03.08. – 31.08.2021 | 09.30 – 11.45 Uhr

Teilnahme-Gebühr 15,00 €

Seminarumfang 5 x = 15 UStd.

Veranstaltungs-Nr. 6501035



© Oksana Shufrych / Shutterstock.com

> LEBEN MIT DEM NEUGEBORENE

Kleiner Tragekurs

Ins Leben getragen werden von Anfang an!

Zu den Grundbedürfnissen eines Babys gehört es, getragen zu werden. Doch oft fehlt im Alltag mit Geschwistern und Haushalt dafür die Zeit oder eine Hand. In meinem Kurs zeige ich Müttern und Vätern, wie sie sich mit Hilfe eines Tragetuchs oder einer Tragehilfe kleine Freiheiten und Erholungspausen ermöglichen und ihrem Baby alles geben können, was es benötigt.

In diesem Kurs erhalten Sie Informationen zum optimalen Tragen des Kindes vor dem Bauch oder auf der Hüfte. Sie erlernen ein bis zwei Bindetechniken und können verschiedene Tragetücher und Tragehilfen ausprobieren. Darüber hinaus besteht die Möglichkeit, verschiedene Fabrikate zu testen.

Gerne können Schwangere, Eltern, Omas und Opas sowie alle Personen, die sich für das Thema Tragen interessieren, an diesem Kurs teilnehmen.

Do 04.02.2021 | 09.00–11.15 Uhr

Sabrina Gmeiner, Trageberaterin
Teilnahme-Gebühr 12,00 €
Seminarumfang 1 x = 3 UStd.
Ort: Katholische Familienbildungsstätte
Klosterplatz 2 | 51688 Wipperfürth
Veranstaltungs-Nr. 6101011

Do 22.04.2021 | 09.00–11.15 Uhr

Sabrina Gmeiner, Trageberaterin
Teilnahme-Gebühr 12,00 €
Seminarumfang 1 x = 3 UStd.
Ort: Katholische Familienbildungsstätte
Klosterplatz 2 | 51688 Wipperfürth
Veranstaltungs-Nr. 6101012



© Halfpoint/Shutterstock.com

> LEBEN MIT DEM NEUGEBORENE

Tragekurs: Ab auf den Rücken!

Für Babys ab dem 4. Lebensmonat

Jedes Kind möchte getragen werden. Wir entscheiden wie. Nicht immer lässt es die Situation zu, vorne zu tragen. Oder das Baby ist schon zu schwer (ca. ab 8 kg).

Wie Mütter und Väter ihr Baby sicher auf dem Rücken tragen, wird gezeigt und an verschiedenen Tragetüchern und Tragehilfen ausprobiert.

Im Tragetuch ist dies ab der Geburt möglich.

Do 18.03.2021 | 09.00–11.15 Uhr

Sabrina Gmeiner, Trageberaterin
Teilnahme-Gebühr 12,00 €
Seminarumfang 1 x = 3 UStd.
Ort: Katholische Familienbildungsstätte
Klosterplatz 2 | 51688 Wipperfürth
Veranstaltungs-Nr. 6101013

Mo 10.05.2021 | 09.00–11.15 Uhr

Sabrina Gmeiner, Trageberaterin
Teilnahme-Gebühr 12,00 €
Seminarumfang 1 x = 3 UStd.
Ort: Katholische Familienbildungsstätte
Klosterplatz 2 | 51688 Wipperfürth
Veranstaltungs-Nr. 6101014

Gutschein für Neugeborene

Ein Kind wird geboren!

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

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.

Fr 05.02.2021 | 16.30–18.45 Uhr

Olivia Schwarz, Oecothrophologin M.A.
Teilnahme-Gebühr 9,00€

Seminarumfang 1 x = 3 UStd.

Ort: Katholische Familienbildungsstätte
Klosterplatz 2 | 51688 Wipperfürth

Veranstaltungs-Nr. 6101015



Mi 21.04.2021 | 15.30–17.45 Uhr

Olivia Schwarz, Oecothrophologin M.A.
Teilnahme-Gebühr 9,00€

Seminarumfang 1 x = 3 UStd.

Ort: Katholische Familienbildungsstätte
Klosterplatz 2 | 51688 Wipperfürth

Veranstaltungs-Nr. 6101016



©Oksana Kuzmina/Shutterstock.com

Notfallsituationen bei Säuglingen und Kleinkindern

Gerade eben spielte das Kind noch fröhlich auf dem Klettergerüst, bzw. saß laut quietschend in seinem Hochstuhl und im nächsten Moment sehen sich die Eltern mit einer Notfallsituation konfrontiert. Um die Situation richtig einschätzen zu können, sollten sich Eltern umgehend orientieren: Um was für einen Notfall handelt es sich? Hat das Kind etwas verschluckt, hat es sich verbrüht, hat es einen Sturz erlitten oder ist es akut erkrankt? Muss nun umgehend die 112 gerufen werden? Oder ist ein Besuch beim Kinderarzt oder in der Notfallambulanz der nächste Schritt?

Im Vortrag wird darauf eingegangen, wie Erwachsene sich in einer Notfallsituation mit Kindern verhalten sollten, wann unverzüglich ein Krankenwagen zu rufen ist und wie sie – je nach Zustand des Kindes – selbst erste Hilfe leisten können. Jederzeit ist auch Raum für Ihre Fragen. Der Nachmittag richtet sich an Eltern, Großeltern und sehr gern auch an andere Betreuer von Kindern.

Mi 14.04.2021 | 14.30–16.45 Uhr

Bernd Dilley, Kinderarzt

Teilnahme-Gebühr 5,00€

Seminarumfang 1 x = 3 UStd.

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

Veranstaltungs-Nr. 6501055



©gpcpics/Shutterstock.com

> LEBEN MIT DEM NEUGEBORENEN

Erste Hilfe bei Notfällen im Säuglings- und Kleinkindalter

Elternkurs

In dieser Veranstaltung werden 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...?

Zur Erlangung einer Bescheinigung müssen beide Termine wahrgenommen werden.

Ort Katholische Familienbildungsstätte
Klosterplatz 2 | 51688 Wipperfürth

Teilnahme-Gebühr 35,00€

Seminarumfang 2 x = 9 UStd.

Do 04.03. – 18.03.2021 | 18.00 – 21.45 Uhr

Walter Wielpütz, Lehrer Pflege u. Gesundheit M. A.

Veranstaltungs-Nr. 6601082

Do 27.05. – 10.06.2021 | 18.00 – 21.45 Uhr

Walter Wielpütz, Lehrer Pflege u. Gesundheit M. A.

Veranstaltungs-Nr. 6601083

Alternative Heilmethoden für die ganze Familie

An diesem Abend werden alternative Heilmethoden vorgestellt, um grippale Infekte, leichte Magen-Darm-Beschwerden, Unruhe, Kopfschmerzen, Einschlafstörungen usw. selbstständig zu erkennen und zu behandeln. Verschiedene Heilkräuter und homöopathische Mittel und deren Wirksamkeit und Anwendung werden besprochen. Diese können mit einfachen natürlichen Heilmaßnahmen wie Wickel, Bäder usw. kombiniert werden. Diese Anwendung mögen gerade Kinder sehr gerne.

Auf sanfte Weise werden die Selbstheilungskräfte des Körpers, die in jedem von uns schlummern, aktiviert. Um die Anwendung zu Hause sicher nachvollziehen zu können, erhalten Sie ein Skript.

Di 27.04.2021 | 19.00 – 21.15 Uhr

Sandra Tölle, Heilpraktikerin

Teilnahme-Gebühr 7,50€

Seminarumfang 1 x = 3 UStd.

Ort: Katholische Familienbildungsstätte

Klosterplatz 2 | 51688 Wipperfürth

Veranstaltungs-Nr. 6601081

> ELTERNSEIN UND ERZIEHUNG

Wie Kinder Verlust, Krankheit, Trennung und Tod erleben

Kinder erleben seelischen Schmerz, Verlust, Krankheit, Trennung und Tod oft ganz anders als wir Erwachsenen. Je nach Altersstufe gehen sie sehr unterschiedlich mit solchen belastenden Ereignissen um. Häufig ist es schwer ersichtlich, dass das Kind trauert, da Kinder bereits mit dem Verlust eines Kuscheltieres einen Trauerprozess bearbeiten. Kinder trauern und verarbeiten anders. Was können Bezugspersonen tun, um ihr Kind zu verstehen und es gut zu begleiten?

Und vor Allem: Wie können wir Kinder stark machen für den Umgang mit Krisen? Neben einem fachlichen Input wird es ausreichend Raum für einen angeregten Austausch geben.

Fr 05.03.2021 | 15.00 – 16.30 Uhr

Jutta Schüler, Sozialpädagogin B. A.,

Mitarbeiterin der psychologischen Beratungsstelle Wipperfürth

gebührenfrei | Seminarumfang 1 x = 2 UStd.

Ort: Psychologische Beratungsstelle

Herbstmühle 3 | 51688 Wipperfürth

Veranstaltungs-Nr. 6101019

Schlaf mein Kind, schlaf ein

Wie, wann und wieviel Kinder schlafen ist sehr unterschiedlich. Das Schlafbedürfnis der Babys und Kinder ist nicht immer mit den Wünschen der Eltern im Einklang. Was machen, wenn das Kind abends nicht einschlafen kann, in der Nacht wach wird, morgens nicht aus dem Bettchen kommt? Ist es ok, wenn unser Kind im Ehebett schläft? Welche Bedürfnisse hat das Kind, welche wir als Paar? Wie können wir Veränderungen umsetzen? Alle Fragen rund um das Thema „Schlaf“ werden besprochen und Möglichkeiten für einen guten Schlaf gegeben.

Fr 23.04.2021 | 15.00 – 16.30 Uhr

Anja Herforth-Müller, Familienkinderkrankenschwester, Susanne Hessing, Familienhebamme
Mitarbeiterinnen in der psychologischen Beratungsstelle Wipperfürth
gebührenfrei | Seminarumfang 1 x = 2 UStd.

Ort: Psychologische Beratungsstelle
Herbstmühle 3 | 51688 Wipperfürth

Veranstaltungs-Nr. 6101020

Die kindliche Entwicklung im ersten Lebensjahr – Praktische Anregungen, theoretische Inputs

Zu keinem Zeitpunkt im Leben vollzieht sich die Entwicklung eines Menschen so schnell, wie im ersten Lebensjahr. Die Säuglinge behutsam ins Leben zu begleiten und ihnen Zeit und Raum für ihre Entwicklung zu geben, ist eine der wichtigsten und anspruchsvollsten Aufgaben junger Eltern. Das Wissen um die kindliche Entwicklung kann diese Lebensphase deutlich erleichtern. In dieser Veranstaltung werden die einzelnen Entwicklungsschritte im Bereich des Spiels und der Bewegung besprochen und praktische Ideen für die Gestaltung einer vorbereiteten Umgebung zu Hause thematisiert. Säuglinge und Kleinkinder können nur dann zufrieden und vertieft spielen und sich bewegen, wenn sie sich sicher und geborgen fühlen. Wie Eltern den Kindern dieses Gefühl vermitteln können, wird auch Thema der Veranstaltung sein.

Sa 24.04.2021 | 10.30–12.45 Uhr

Renate Niemiec, Lehrerin, Erwachsenenbildnerin

Teilnahme-Gebühr 10,00 €

Seminarumfang 1 x = 3 UStd.

Ort: Katholische Familienbildungsstätte

Klosterplatz 2 | 51688 Wipperfürth

Veranstaltungs-Nr. 6101022



© Bechtloff

Warum Raben die besseren Eltern sind oder wie wir wieder lernen können loszulassen

Eltern wollen ihren Kindern helfen und sie behüten, landen allerdings schnell im Dilemma der „Überbehütung“. Jan-Uwe Rogge beschreibt den Balanceakt zwischen Haltgeben und Loslassen anhand vieler praktischer Beispiele alltagsorientiert. Die eigenen Kinder loszulassen bedeutet nicht, sie alleine zu lassen und schon gar nicht, sie sich selbst zu überlassen. Loslassen im Sinne von Jan-Uwe Rogge inkludiert das Haltgeben. Gerade Kleinkinder brauchen den sicheren Hafen der Eltern, sie brauchen die Nähe und den Schutz. Dabei sollten sie nicht bevormundet werden. Ganz im Sinne von Goethe vertritt das er die Auffassung: „Zwei Dinge sollen Kinder von ihren Eltern bekommen: Wurzeln und Flügel.“

Es ist ein schmaler Grat zwischen Haltgeben und Loslassen, doch der Weg ist gangbar. Mit einem humorvollen Augenzwinkern erfahren Sie „Warum Raben die besseren Eltern sind“, was heutzutage oft schief geht und welche Konsequenzen das für Eltern und Kinder hat. Die Geschichten aus dem Alltag geben Einblicke in die typischen Probleme einer Familie mit heranwachsenden Kindern. Sie machen deutlich, dass auch andere Mütter und Väter nicht perfekt sind und mit den gleichen Problemen zu kämpfen haben.

Mehr zum Pädagogen und Buchautor Jan-Uwe Rogge unter: www.jan-uwe-rogge.de



© Stephanie Schweigert

Mi 09.06.2021 | 19.00–21.15 Uhr

Jan Uwe Rogge, Buchautor

Teilnahme-Gebühr 15,00 €

Seminarumfang 1 x = 3 UStd.

Ort: Katholische Familienbildungsstätte

Klosterplatz 2 | 51688 Wipperfürth

Veranstaltungs-Nr. 6101023



Baby-und Kleinkindschwimmen für Familien

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 bauen aufeinander auf. Ein Einstieg ist aber ab jedem Alter (3 Monate – 3 Jahre) möglich.

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

Anja Herforth-Müller, Familienkinderkrankenschwester
Bettina Bremer, Hebamme
Michaela Promberger, Gesundheits- und Krankenpflegerin

Ort

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

Für Eltern mit Babys von 8 – 15 Monaten

Do 28.01. – 17.06.2021

08.30 – 09.15 Uhr

Teilnahme-Gebühr 97,50 €

(Erwachsener mit Kind)

Seminarumfang 15 x = 15 UStd.

Veranstaltungs-Nr. 6201022

Für Eltern mit Babys ab 18 Monaten

Do 28.01. – 17.06.2021

09.15 – 10.00 Uhr

Teilnahme-Gebühr 97,50 €

(Erwachsener mit Kind)

Seminarumfang 15 x = 15 UStd.

Veranstaltungs-Nr. 6201023

Für Eltern mit Babys von 10 – 18 Monaten

Do 28.01. – 17.06.2021

10.00 – 10.45 Uhr

Teilnahme-Gebühr 97,50 €

(Erwachsener mit Kind)

Seminarumfang 15 x = 15 UStd.

Veranstaltungs-Nr. 6201024

Für Eltern mit Babys von 10 – 18 Monaten

Do 28.01. – 17.06.2021

10.45 – 11.30 Uhr

Teilnahme-Gebühr 97,50 €

(Erwachsener mit Kind)

Seminarumfang 15 x = 15 UStd.

Veranstaltungs-Nr. 6201025

Für Eltern mit Babys von 6 – 12 Monaten

Do 28.01. – 17.06.2021

11.30 – 12.15 Uhr

Teilnahme-Gebühr 97,50 €

(Erwachsener mit Kind)

Seminarumfang 15 x = 15 UStd.

Veranstaltungs-Nr. 6201026

Für Eltern mit Babys von 3 – 6 Monaten

Do 28.01. – 17.06.2021

12.15 – 13.00 Uhr

Teilnahme-Gebühr 97,50 €

(Erwachsener mit Kind)

Seminarumfang 15 x = 15 UStd.

Veranstaltungs-Nr. 6201027

Elternstart NRW



„Elternstart NRW“ ist ein neues kostenfreies Angebot der Familienbildung für Eltern mit ihren Kindern im ersten Lebensjahr. Dieses Angebot wird von der Landesregierung NRW finanziert. Elternstart umfasst fünf Termine mit jeweils 2 Unterrichtsstunden.

Mit „Elternstart NRW“ können Mütter und Väter

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

Durch „Elternstart NRW“ bekommen Mütter und Väter

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

Wer kann an Elternstart NRW teilnehmen?

Teilnehmen können Mütter und Väter aus NRW mit einem Kind im ersten Lebensjahr. Beide Eltern können gemeinsam an Elternstart NRW teilnehmen (Auch für Adoptiv- und Pflegeeltern).

Die Teilnahme ist bei jedem weiteren neugeborenen Kind möglich.

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



© Bechtloff

Das erste Lebensjahr

Eltern-Kind-Kurs in Orientierung an Emmi Pikler



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

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

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

www.das-erste-lebensjahr.de

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

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



© Bechtloff

> WICHTIGE ADRESSEN

Wichtige Adressen vor der Geburt

Beratung und Hilfe bei Schwangerschaft Familienhebamme in Wipperfürth

Sprechstunde mittwochs, 10–11 Uhr
Herbstmühle 3 | 51688 Wipperfürth
Telefon 02267 3034 oder 0157 55134929

esperanza – Katholische Schwangerschafts-, Väter- und Elternberatung für den Oberber- gischen Kreis e. V.

Sprechzeiten: Jeden 3. Donnerstag im Monat
im Haus der Familie. Informationen und Termine
unter Telefon 02261 306-141, -142, -143

- Persönliche Beratung bei Problemen im
Zusammenhang mit der Schwangerschaft und
bei Beziehungs-/Partnerkonflikten
 - soziale Beratung zum Mutterschutz, zu
Elternzeit/Elterngeld, zur Kinderbetreuung,
Vermittlung von Familienhebammen
 - Vermittlung finanzieller Hilfen aus der
Bundesstiftung (einmalige Beihilfen für die
Erstausrüstung etc.), Sachleistungen und
staatliche Leistungen
-

Vaterschaftsanerkennung, Unterhalt, Sorge- erklärung, Hilfe zur Erziehung, Unterhaltsvor- schuss Jugendamt der Hansestadt Wipperfürth

Wupperstr. 12 | 51688 Wipperfürth
Telefon 02267 64510

Öffnungszeiten:

Mo.-Fr. 8:30–12:30 Uhr
Mo. und Mi. 14:00–17:00 Uhr
Di. und Do. 14:00–15:30 Uhr

Unterstützung bei Bedürftigkeit Sozialamt der Hansestadt Wipperfürth Wohngeldstelle d. Hansestadt Wipperfürth

Marktplatz 1 | 51688 Wipperfürth
Telefon 02267 64258
Fax 02267 64311

Caritas Frauenhaus Oberberg

Talstr. 1 | 51643 Gummersbach
Telefon 0180 5005532

Sozialdienst Katholischer Frauen und Männer (SKFM) AK Rat und Hilfe für Eltern und Kinder

Langenbick 190 | 51688 Wipperfürth
Telefon 02267 4119

> WICHTIGE ADRESSEN

Wichtige Adressen nach der Geburt

Standesamt Wipperfürth

Marktplatz 1 (im Rathaus) | 51688 Wipperfürth
Telefon 02267 64-230

Öffnungszeiten:

Mo.- Fr. 8:30–12:30 Uhr,
Mi. 14:00–17:00 Uhr

Kindergeldkasse

Arbeitsamt Bergisch-Gladbach
Familienkasse
Bensberger Str. 95 | 51465 Bergisch-Gladbach
Telefon 0180 1546337
Telefax 02202 9333-303

Elterngeldkasse

Bezirksregierung Münster
Dezernat 28
Erziehungsgeldkasse
Albrecht-Thaer-Str. 9 | 48147 Münster
Hotline 0251 411-3636

Frühförderstelle für Kinder der Lebenshilfe Service gGmbH

Lenneper Str. 23 | 51688 Wipperfürth
Telefon 02267 8714272

> WICHTIGE ADRESSEN

Psychologische Beratungsstelle für Eltern, Kinder, Jugendliche

Herbstmühle 3 | 51688 Wipperfürth
Telefon 02267 3034
Öffnungszeiten:
Mo.-Do. 8:00–13:00 Uhr
und 14:00–17:00 Uhr;
Fr 8:00–12:00 Uhr
Termine nach Vereinbarung

Caritas Pflegestation – Familienpflege

Hochstr. 48 | 51688 Wipperfürth
Telefon 02267 6969570

Jugendamt der Hansestadt Wipperfürth

Vermittlung von Hilfe bei der Suche eines
Kindertagesstättenplatzes
Telefon 02267 64-508

Tagesmütternetz Oberberg e. V.

Fachstelle für Kinderbetreuung
Telefon 02261 886886

Babysitterkartei im Haus der Familie

Wir helfen Ihnen einen Babysitter zu finden!
Suchende Eltern können bei uns auf Nachfrage
Babysitter benannt bekommen.
Telefon 02267 871420

Elternberatung im Gesundheitsamt Oberbergischer Kreis

Ärztliche Untersuchung Ihres Kindes,
Beratung über Ernährung, richtige Pflege,
Entwicklung und Gesundheitsvorsorge
einschließlich Impfberatung.
Am Wiedenhof 1-3
51643 Gummersbach,
Telefon 02261 885305



© Elke Moorkamp

> ALLGEMEINE GESCHÄFTSBEDINGUNGEN

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 Möglichkeit der E-Mail Anmeldung, 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.

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

> ALLGEMEINE GESCHÄFTSBEDINGUNGEN

SEPA-Lastschriftinzug

Das Lastschriftinzugsverfahren wird mit der Gläubiger-Identifikationsnummer DE50ZZZ00000304425 durchgeführt und ist für Sie sicher und bequem. Die Vorteile für Sie sind: Das Teilnahmeentgelt wird nach Beginn der Veranstaltung zum nächsten 1. bzw. 15. des Monats abgebucht. Sie versäumen keine Zahlungsfrist und müssen nichts weiter veranlassen. Wenn die Veranstaltung ausfällt, erfolgt kein Einzug oder ggf. eine Rückerstattung. Sie können der Abbuchung innerhalb von 8 Wochen bei Ihrem Geldinstitut widersprechen, falls sie zu Unrecht erfolgt sein sollte. Für Lastschriftinzüge, die wegen falscher oder fehlerhafter Bankverbindung, mangelnder Deckung des Kontos oder unrechtmäßigem Widerspruchs nicht eingelöst werden können, berechnen wir die entstandenen Bankgebühren.

Banküberweisung

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

Ratenzahlung

In Ausnahmefällen kann durch die Einrichtungsleitung eine Ratenzahlung genehmigt werden. Dies ist vor Kursbeginn mit der Bildungseinrich-

tung abzusprechen, und nur mit Erteilung einer SEPA-Lastschrift möglich.

Rücktritt

Bei Erklärung des schriftlichen Rücktritts, die uns spätestens am 7. Tag vor dem Veranstaltungstermin zugeht, entfällt die Pflicht zur Leistung der Vergütung. Bei einer späteren Abmeldung bzw. bei Nichterscheinen oder vorzeitigem Beenden der Teilnahme ist die volle Teilnehmergebühr zu zahlen. Maßgebend ist in allen Fällen das Eingangsdatum der Abmeldung bei der Bildungseinrichtung. Zur Fristwahrung muss die Rücktrittserklärung **schriftlich** beim Bildungswerk eingehen. Der Rücktritt ist zu richten an die Einrichtung in der die Anmeldung erfolgte. Für Veranstaltungen mit Übernachtung und Verpflegung gelten abweichende Rücktrittsfristen.

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 €.

> ALLGEMEINE GESCHÄFTSBEDINGUNGEN

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 Teilnehmer / innen

Die Bildungseinrichtung ist eine Bildungseinrichtung für Erwachsenen- und Familienbildung. Erwachsene im Sinne des Weiterbildungsgesetzes sind Teilnehmerinnen und Teilnehmer ab 16 Jahren. Das Mindestalter zur Teilnahme an den Veranstaltungen beträgt daher 16 Jahre.

Veranstaltungen der Familienbildung sehen auch die Teilnahme von Kindern vor (Eltern-Kind- Kurse). Weitere Veranstaltungen, für die

> ALLGEMEINE GESCHÄFTSBEDINGUNGEN

eine Teilnahme auch unter 16 Jahren möglich ist, enthalten einen ausdrücklichen Hinweis. Die Teilnahme von Kindern ist in Begleitung Erwachsener möglich.

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 elektronisch gespeichert. Eine Weitergabe der Daten an Dritte findet nicht 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.

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 bismaximal 2 Monate in der Bildungseinrichtung verwahrt und können während der Öffnungszeiten abgeholt werden.

> DATENSCHUTZERKLÄRUNG

Verantwortlicher

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

Betrieblicher Datenschutz

Bildungswerk der Erzdiözese Köln e. V.
Marzellenstr. 32, 50668 Köln
Telefon +49 221 1642-1503
datenschutzbeauftragter@bildungswerk-ev.de

Datenkategorien

Zu den verarbeiteten Kategorien personenbezogener Daten gehören insbesondere Ihre Stammdaten (wie Vorname, Nachname, Anschrift und Ihre E-Mail-Adresse). Zusätzlich können Daten wie z. B. Ihr Geburtsdatum und Titel, Ihr Beruf, Ihre Telefon- sowie Faxnummer sowie Ihre Kontodaten verarbeitet werden. Ihre personenbezogenen Daten werden in aller Regel direkt bei Ihnen im Rahmen Ihrer Anmeldung erhoben.

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 oder weiterer Zwecke erteilt haben, ist die Rechtmäßigkeit dieser Verarbeitung auf Basis Ihrer Einwilligung gegeben.

Die im Anmeldebogen abgefragten Daten werden zur Durchführung vorvertraglicher Maßnahmen und zur Vertragserfüllung verwendet. Ohne die zwingend anzugebenden Daten (Name, Adresse, Geburtsjahr, Geschlecht, Emailadresse) kann kein Vertrag geschlossen werden. 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. 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.

Weitergabe an Dritte

In der Regel werden Ihre Angaben zum Zweck der Bearbeitung an die entsprechende Einrichtung des Bildungswerk der Erzdiözese Köln e. V., den Kooperationspartner des jeweiligen Kursangebotes und an die/den zuständige/n freie/n Referenten/Referentin weitergeleitet.

Geplante Datenübermittlung an Drittstaaten

Eine Datenübermittlung in Länder außerhalb der EU bzw. des EWR (sogenannte Drittstaaten) findet nicht statt.

> DATENSCHUTZERKLÄRUNG

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 von uns so lange gespeichert, wie sie für die vorstehenden Zwecke, für die sie erhoben worden sind, erforderlich sind.

Automatisierte Entscheidungsfindung oder Profiling

Wir führen keine automatisierte Entscheidungsfindung oder Profiling durch.

Newsletter

Unser Newsletter wird nur mit einer (weiteren) vorherigen ausdrücklich erteilten Einwilligung von Ihnen versandt, die Rechtsgrundlage findet sich in § 6 Abs. 1 b) KDG. Sie erhalten nach Angabe Ihrer E-Mail/Adresse eine Bestätigung-E-Mail. Die Daten werden ausschließlich für den Versand des Newsletters verwendet.

Die E-Mail-Adresse/Postanschrift des Nutzers wird solange gespeichert, wie diesem der Newsletter zugestellt wird. Das Abonnement des Newsletters kann durch den Betroffenen jederzeit gekündigt werden. (s.o. Kontakt: „Verantwortlicher“)

Ihre Rechte

Unter den oben angegebenen Kontaktdaten können Sie folgende Rechte ausüben:

- Auskunft über Ihre bei uns gespeicherten Daten und deren Verarbeitung (gemäß § 17 KDG),
- Berichtigung unrichtiger personenbezogener Daten (gemäß § 18 KDG),
- Löschung Ihrer bei uns gespeicherten Daten (gemäß § 19 KDG),

- Einschränkung der Datenverarbeitung, sofern wir Ihre Daten aufgrund gesetzlicher Pflichten noch nicht löschen dürfen (gemäß § 20 KDG),
- Datenübertragbarkeit (gemäß § 22 KDG),
- Widerspruchsrecht (gemäß § 23 KDG).

Widerspruchsrecht

Ihre erteilte Einwilligung können Sie jederzeit mit Wirkung für die Zukunft widerrufen; dazu reicht eine formlose Mitteilung per E-Mail an uns. Bitte beachten Sie, dass der Widerruf für die Zukunft wirkt. Durch den Widerruf der Einwilligung wird die Rechtmäßigkeit der aufgrund der Einwilligung bis zum Widerruf erfolgten Verarbeitung nicht berührt. Sollten Sie von Ihren oben genannten Rechten Gebrauch machen, prüft die Bildungswerk der Erzdiözese Köln e. V., ob die gesetzlichen Voraussetzungen hierfür erfüllt sind.

Um Ihr vorstehendes Recht zum Widerruf gemäß § 23 KDG geltend zu machen, wenden Sie sich bitte an die oben angegebenen Kontaktadressen des Verantwortlichen.

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)
Herrn Steffen Pau
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

Hinweis für Teilnehmende



Online-Veranstaltung

Diese Veranstaltung wird ausschließlich online durchgeführt.



Online-Veranstaltung

Diese Veranstaltung ist zunächst als Präsenzveranstaltung geplant. Sollte dies nicht möglich sein, kann sie auch online durchgeführt werden.

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
- Mikrophon (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. Diese können Sie über die Internetseite <https://zoom.us/test> testen.

> ALLGEMEINE HINWEISE | VERANSTALTUNGSORTE

Kursfreie Zeiten

01.01. – 06.01.2021	Weihnachtsferien
11.02. – 16.02.2021	Karneval
27.03. – 11.04.2021	Ostern
01.05. – 02.05.2021	Tag der Arbeit
13.05. – 16.05.2021	Christi Himmelfahrt
22.05. – 25.05.2021	Pfingsten
03.06. – 06.06.2021	Fronleichnam
03.07. – 17.08.2021	Sommerferien

Veranstaltungsorte

Elternschule Josefine

Alte Kölner Str. 9
51688 Wipperfürth
Telefon 02267 889-667
Telefax 02267 889-513

Haus der Familie

Klosterplatz 2
51688 Wipperfürth
Telefon 02267 871420
Telefax 02267 8714223



© Theodor Barth

> ANMELDUNG

Verbindliche Anmeldung (Bitte füllen Sie alle Felder vollständig aus)

Mit dieser verbindlichen Anmeldung verpflichte ich mich zur Zahlung der Kursgebühr. Eine schriftliche Abmeldung ist bis zu 7 Tage vor Kursbeginn möglich. Die Teilnahmebedingungen habe ich gelesen und erkenne sie an. Katholische Familienbildungsstätte Wipperfürth – Haus der Familie | Klosterplatz 2 | 51688 Wipperfürth
IBAN: DE34 3705 0299 0321 0068 48 | BIC: COKSDE33XXX

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

Ich melde mich verbindlich zu folgenden Veranstaltungen an:

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

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

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



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

> ANMELDUNG

Wiederkehrendes SEPA-Lastschriftmandat mit späterer Mitteilung der Mandatsreferenz:

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

Gläubiger-Identifikationsnummer DE50SWI00000304425

Mandatsreferenz wird separat mitgeteilt.

SEPA-Lastschriftmandat

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

Hinweis

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

Kontoinhaber Name

Vorname

Straße, Hausnummer

Postleitzahl, Ort

Kreditinstitut

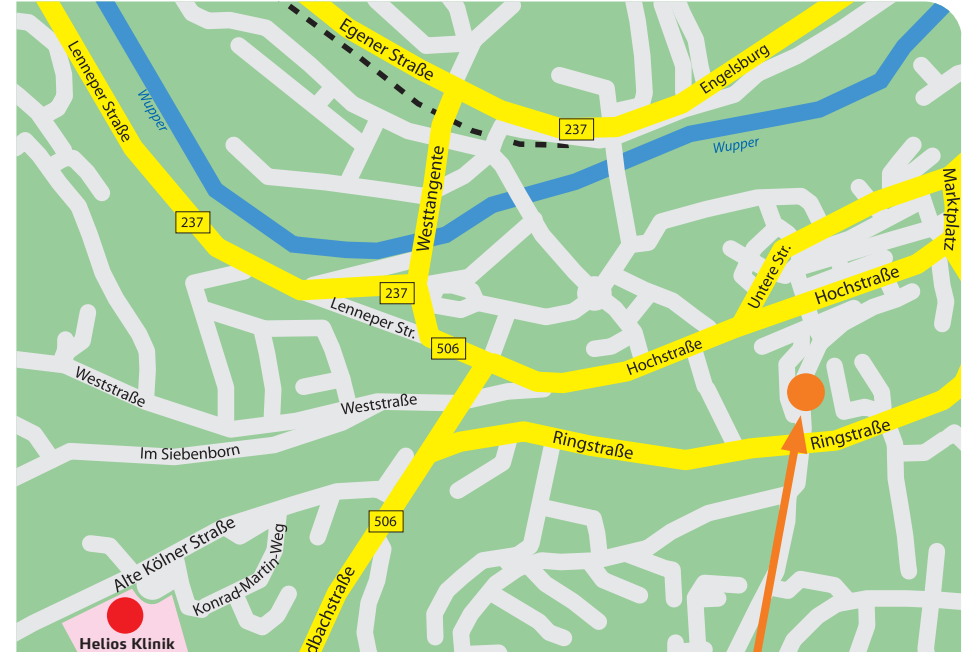
BIC

IBAN

Datum/Ort

Unterschrift

> SO FINDEN SIE UNS





**Katholische Familienbildungsstätte
Wipperfürth – Haus der Familie**

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

**Josefine
Elternschule in Wipperfürth**

Alte Kölner Straße 9 | 51688 Wipperfürth
Telefon 02267 889-667 | Telefax 02267 889-513
doris.wildangel@helios-gesundheit.de
www.helios-gesundheit.de/kliniken/wipperfuertth