

Programmheft 01/2026

Januar bis Juli

Kurse | Seminare | Begegnungen



im Anton-Heinen-Haus und in Bergheim



Liebe Leserin, lieber Leser,

Sie halten das neue Programmheft des Katholischen Bildungsforums Rhein-Erft für die erste Jahreshälfte 2026 in den Händen, mit vielen Angeboten zentral im Anton-Heinen-Haus in Bergheim und an einigen anderen Orten.

Unser vielfältiges Programm richtet sich an alle Altersgruppen, von Eltern-Kind-Angeboten über Qualifizierungsmaßnahmen für Berufstätige bis hin zu Kursen, die sich speziell an ältere Menschen richten. Es erstreckt sich auf Bereiche wie Gesundheitsvorsorge, kulturelle Angebote, Hilfe in schwierigen Lebenssituationen, umfasst Sprach- und Integrationskurse und nicht zuletzt auch spirituelle Angebote und die Einladung, sich mit Sinnfragen auseinanderzusetzen.

Für das Jahr 2026 haben wir uns vorgenommen, zwei Themen zu adressieren und miteinander zu verbinden, die uns ganz besonders am Herzen liegen: unter dem Titel „Religions go green“ setzen wir uns gemeinsam mit vielen Partnern für interreligiösen Dialog und Schöpfungsbewahrung ein. Religionen beschäftigen sich umfassend mit ethischen Überlegungen zu einem guten Leben, zur gerechten Verteilung und zur Bewahrung der Welt. Diese drei Punkte sind bedroht durch die allgegenwärtige Zerstörung von Lebensräumen. Wir wollen gemeinsam ausloten, was Religionsgemeinschaften zu diesem Thema zu sagen haben, in welcher Verantwortung der Mensch aus Sicht der Religionen steht und wie wir ins Handeln kommen können angesichts der großen Herausforderungen, vor die uns Klimawandel und Umweltzerstörung stellen.

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 diesem Sinne wünsche ich Ihnen viel Vergnügen beim Stöbern in unseren Angeboten, nicht nur hier im Heft, sondern auch auf unserer Homepage, wo Sie alle aktuellen Angebote und auch weitere Veranstaltungen im ganzen Rhein-Erft-Kreis finden können.

Mit herzlichen Grüßen und in der Hoffnung auf vielfältige Begegnungen,

Ihr
Martin Böke

Dr. Martin Böke
Leiter des Katholischen Bildungsforums Rhein-Erft

PS: Sie wollen immer auf dem aktuellen Stand sein? Dann registrieren Sie sich doch für unseren Newsletter oder folgen uns auf Social Media:



Newsletter

www.bildungsforum-rhein-erft.de



Facebook



Instagram



Internet

Glaube - Sinn - Werte	6
Familie	10
Familie	13
Rund um die Geburt	14
Das erste, zweite und dritte Lebensjahr	16
Elternsein und Erziehung	20
Eltern, Kinder, Religion	23
Eltern-Kind-Kurse Natur und Umwelt	24
Eltern-Kind-Kurse Bewegung	27
Eltern-Kind-Kurse Kreativität	28
Eltern-Kind-Kurse Kochen	33
Eltern-Kind-Kurse Medien	34
Angebote für Kinder und Jugendliche	35
Angebote in Familienzentren	38
Qualifizierung	44
Kindertagespflege	45
Fortbildungen für Kindertagespflegepersonen und Erzieher/innen	46
Betreuung von Kleinkindern	54
SchulTag	55
Babysitter	56
Persönliche Entwicklung	58
Kultur	64
Kunst und Kreativität	65
Literatur	74
Film	75
Medien	76
Smartphone- und Tabletkurse	77
Redaktionsgruppen	79
Projekte	81

Gesundheit	86
Gesundheitswissen	87
Bewegung und Entspannung	91
Demenz	102
Haushalt	106
Handarbeiten	107
Kochen	112
Ehe und Partnerschaft	122
Integration	126
Bamf-Integrationskurse	127
Deutsch-Sprachkurse für Geflüchtete	128
Hinweise und Service	130
Hinweise	131
Team	132
Allgemeine Geschäftsbedingungen	134

GLAUBE – SINN – WERTE



Katholische Erwachsenen- und Familienbildung ist herausgefordert, Themen aus dem konkreten Leben der Menschen aufzugreifen. Im Programmreich „Glaube – Sinn – Werte“ bringen wir Fragen, die das alltägliche Leben aufwirft, mit spirituellen, theologischen und kirchlichen Perspektiven in Verbindung. Fragen zu großen Lebensthemen haben nicht nur Erwachsene. Gerade Kinder verstehen es oft meisterhaft, sie aus heiterem Himmel zu stellen. Unsere Angebote behandeln verschiedene Aspekte menschlicher Sinnsuche und unterstützen Jung und Alt dabei, Orientierung zu finden.

Veränderung- wie geht das? - Anregungen aus der Benediktusregel

Einerseits ist uns Kontinuität wichtig, andererseits verlangt das Leben nach Flexibilität. Darum erzeugen Veränderungen häufig ein Spannungsfeld, ob im persönlichen oder institutionellen Bereich. Auch das benediktinische Kloster unterliegt seit dem 6. Jahrhundert Wandlungen. Dass es bis heute besteht, ist den Ressourcen zu verdanken, die uns der Klostergründer mit seiner Regel für Transformationsprozesse hinterlassen hat. Diese möchten wir mit Ihnen ergründen. Denn die benediktinische Regel zeigt, wie sich Kontinuität – und damit auch Tradition – harmonisch mit Flexibilität verbinden lässt.



Di 24.02.2026 | 17.30 – 19.45 Uhr

Schwester Maria Hlupic OSB

15,00 € | 1 x = 3 UE

Ort: Anton-Heinen-Haus

Kirchstraße 1b | 50126 Bergheim

Kath. Bildungsforum Rhein-Erft | 02271 4790-0

Veranstaltungs-Nr. 2621740001

Vom Wandeln, vom Wachsen und Fasten

Die Metapher des Frühlings in Ramadan und Ostern, ein christlich-muslimischer Schreibworkshop

Da sich der Ramadan von Jahr zu Jahr durch die Jahreszeiten bewegt, haben wir in diesem Jahr die Freude eines Frühlings-Ramadans und einer Gleichzeitigkeit von vorösterlichem Fasten und Ramadan. Ein schöner Anlass, um Gemeinsamkeiten dieser beiden Zeiten herauszuarbeiten. Frühling des Herzens ist eine Metapher. Metaphern haben großes Potential, um anderen eigene Gefühle und Erfahrungen zugänglich zu machen, die man nicht miteinander teilt. Jeder von uns hat schon den Frühling erlebt, mit allen Gefühlen, Beobachtungen, Vorfreuden. Das, was wir damit verbinden, können wir auf einen anderen Erfahrungsbereich (Fasten) übertragen und so können wir das, was wir erleben, sehr viel leichter anderen Menschen, die nur teilweise die gleichen Erfahrungen haben wie wir, verstehtbar machen oder es zumindest versuchen. Darum ist der Zugang über eine Metapher in diesem Zusammenhang so wertvoll. Sie wirkt wie eine Brücke.

Die Metapher des Frühlings passt sehr gut zum Fasten, denn Fasten ist ein Neuanfang, so wie es der Frühling ist. Eine Möglichkeit, neue Gewohnheiten zu etablieren. Neue Pflänzchen zu säen, sie eine Zeit lang (30 oder 40 Tage) sehr intensiv zu hegen und zu pflegen. Pflänzchen der Freundlichkeit und Geduld, Blüten der Verantwortung und Gottesnähe, Knospen der Demut und des Respekts.

Der Workshop enthält eine inhaltliche Heranführung an die Metapher des Frühlings und ihren möglichen Zusammenhang mit dem Fasten, eine Lesung lyrischer Texte und gemeinsamen Austausch darüber und anschließend einem sogenannten #mitdichten, also einem durch poetische Texte inspirierten Schreiben eigener Texte und deren abschließender Präsentation.

Sa 28.02.2026 | 13.30 – 16.45 Uhr

Layla Kamil Abdulsalam
25,00 € | 1 x = 4 UE
Ort: Anton-Heinen-Haus
Kirchstraße 1b | 50126 Bergheim
Kath. Bildungsforum Rhein-Erft | 02271 4790-0
Veranstaltungs-Nr. 267172001

KlosterZeit - Fastenzeit

Ein Mitmachtag im Kloster!

Die Fastenzeit ist eine Zeit der Neuausrichtung und des Aufbruchs. Davon spricht nicht nur die Natur, der wir heute bei stiller Gartenarbeit begegnen, auch der heilige Benedikt, unser Ordensgründer, gibt Tipps und Orientierungspunkte, mit deren Hilfe Erneuerung gelingen kann.

Was ist wesentlich und was macht mich frei?
Wofür setze ich mich ein und was kann ich lassen?

Die benediktinische Spiritualität wird uns dazu am Nachmittag begleiten.



Copyright Benediktinerinnen Köln

Ablauf:

Vormittags: Arbeit im Klostergarten
Möglichkeit zur Teilnahme am Mittagsgebet,
Mittagsimbiss
Nachmittags: Impulsvortrag und Austausch
Der Kurs findet bei jedem Wetter statt, bitte bringen Sie witterfeste Kleidung und Gartenhandschuhe mit.

Parkmöglichkeiten stehen den Teilnehmer/-innen kostenlos zur Verfügung.

Informationen und Anmeldung: 0221 937067 0
oder sr.maria@benediktinerinnen-koeln.de
Gebühr: 40,00 €

Sa 16.05.2026 | 09.00 – 16.30 Uhr

Schwester Maria Hlupic OSB
Teilnahme-Gebühr 40,00 €
Seminarumfang 1 x = 9 UE
Ort: Kloster der Benediktinerinnen
Brühler Str. 74 | 50968 Köln
Veranstaltungs-Nr.: 2621740003

**Zeitreise –
wenn die Erinnerung erwacht**

Mitsingkonzert & Eröffnung der
Foto-Ausstellung mit Geschichtenwerkstatt

Geschichten erzählen – das ist von jeher eine Domäne der älteren Generation. Im Rahmen eines neuen Projekts der Lokalen Allianz für Menschen mit Demenz hat Musikpädagogin und Gedächtnistrainerin Judith Schmitz nach der TimeSlips®-Methode anhand von ausgewählten Fotos in Pflegeeinrichtungen und Privathaushalten Geschichten aus dem Leben gesammelt, die Erinnerungen wecken, Fantasie und Kreativität anregen.

Zur feierlichen Eröffnung lädt die Lokale Allianz zum großen Mitsingkonzert mit Gitarre, Klavier und Akkordeon ein – Erinnerungspflege und Seelenmassage für alle Interessierten.

Die Ausstellung können Sie zu den Öffnungszeiten des Anton-Heinen-Hauses Montag bis Freitag von 09:00 Uhr bis 12:00 Uhr und Montag bis Donnerstag von 14:00 Uhr bis 16:30 Uhr besuchen und anschauen.

2014 unter dem Dach der Stadtbibliothek Bergheim gegründet, ist mit der Lokalen Allianz für Menschen mit Demenz ein breites Netzwerk aus Institutionen und freiwillig Engagierten entstanden, das Beratung, Entlastungsangebote und konkrete Hilfe vor Ort bietet. Kooperationspartner wie die Kreisstadt Bergheim, der Rhein-Erft-Kreis, die Alzheimer Gesellschaft, Pflegeeinrichtungen, Vereine und auch das Katholische Bildungsforum Rhein-Erft setzen sich gemeinsam dafür ein, die Situation von Betroffenen und Angehörigen zu verbessern und Demenz den Schrecken zu nehmen.

**Fr 17.04.2026 | 15.00 – 16.30 Uhr**

Judith Schmitz
gebührenfrei | 1 x = 2 UE
Ort: Anton-Heinen-Haus
Kirchstraße 1b | 50126 Bergheim
Lokale Allianz für Menschen
mit Demenz Bergheim | Werner Wieczorek
Veranstaltungs-Nr. 2621750005

Christliche Life-Balance

„Work-Life-Balance“ ist ein viel diskutiertes Thema, zu dem es zahlreiche Theorien gibt. Doch welche geistlichen Ressourcen stehen uns aus christlicher Perspektive zur Verfügung, um eine innere Haltung der Ausgewogenheit und Balance zu fördern? Schwester Maria, Benediktinerin aus Köln, wird die Weisheit der klösterlichen Lebensweise dazu einfließen lassen, denn Stress ist keine Erfindung der Neuzeit. Gemeinsam gehen wir Anregungen nach und fragen nach der Praxis im persönlichen Leben.

Mi 17.06.2026 | 17.30 – 19.45 Uhr

Schwester Maria Hlupic OSB
15,00 € | 1 x = 3 UE
Ort: Anton-Heinen-Haus
Kirchstraße 1b | 50126 Bergheim
Kath. Bildungsforum Rhein-Erft | 02271 4790-0
Veranstaltungs-Nr. 2621740002



Shutterstock_1221459508

Religions go green Ein interreligiöses Projekt im Rhein-Erft-Kreis

Dem Lebensraum Erde, Heimstätte für Menschen, Tiere und Pflanzen, wird immenser, teils irreversibler Schaden zugefügt. Die von Menschen gemachte Klimakatastrophe kommt nicht, sie ist gegenwärtig. Aktuell leiden die Ärmsten der Armen besonders unter der Zerstörung von Lebensgrundlagen. Der jetzigen Generation und künftigen Generationen werden Zukunftsperspektiven und eine Zukunft geraubt. Der Einsatz gegen die Klimakatastrophe wird von vielen Verantwortlichen in Politik und Wirtschaft nur zögerlich oder gar nicht aufgenommen.

Die Zerstörung des Ökosystems Erde geht nicht allein Spezialisten, sondern alle Menschen an. Auch Menschen unterschiedlicher religiöser Beheimatung dürfen im Kampf gegen die Klimakatastrophe nicht abseits stehen; sondern sind aufgerufen, sich zu engagieren. Angehörige der Religionen tragen Verantwortung für die Schöpfung – gemeinsam mit allen Menschen guten Willens. Die Bewegung „Religions go green“ nimmt diese Verantwortung ernst und engagiert sich in ihren Kontexten, global zu denken und regional zu handeln. Das interreligiöse Netzwerk „Religions go green“ im Rhein-Erft-Kreis greift diese Initiative auf und engagiert sich für Klimagerechtigkeit. Das Engagement für die Bewahrung der Schöpfung stellt einen entscheidenden Beitrag zum Frieden dar.

Grundlegend für das Projekt ist sein interreligiöser dialogischer Ansatz. Darin werden die Ressourcen der jeweiligen Religionen für „Frieden, Gerechtigkeit und Verantwortung für die Mitwelt“ von den Beteiligten fruchtbar gemacht und praxisorientiert bedacht.

Bei Interesse stehen Ihnen die folgenden Ansprechpartner gerne zur Verfügung:

Dr. Werner Höbsch
werner.hoebisch@gmx.de

Tanja Steinfort-Lecke
steinfort-lecke@bildungsforum-rhein-erft.de



Ausstellung in der Fastenzeit

Das Klima im Blick –

**Mitmach-Ausstellung in der Fastenzeit im Anton-Heinen-Haus in Bergheim
18.02. – 04.04.2026**

Dem Lebensraum Erde, der Heimat für Menschen, Tiere und Pflanzen, wird schwerer, teils nicht mehr rückgängig zu machender Schaden zugefügt. Die von Menschen gemachte Klimakatastrophe ist gegenwärtig. Immer wieder werden uns die Folgen des Klimawandels, unter anderem in Form von Naturkatastrophen, vor Augen geführt. Aber wir Menschen müssen bei dieser Entwicklung nicht zuschauen, wir können Verantwortung für die Schöpfung übernehmen und uns in unserem Alltag, in der Familie, in der Kita, in der Schule und natürlich auch in größeren Projekten für die Erde und unsere Umwelt einsetzen.

In unserer Ausstellung in der Fastenzeit können Sie spielerisch überprüfen, was Sie im Alltag denn schon alles für die Umwelt tun und was noch dazu kommen könnte. Vielleicht zeigt Ihnen die Klimaleiter, dass Sie schon ziemlich gut unterwegs sind. Beim Schöpfungsspiel können Sie sehen, wie schnell die Erde aus dem Gleichgewicht gerät und wie man sie wieder ausbalancieren kann und mit Hilfe der Klima-Bodenzeitung können Sie Stellung nehmen zu inhaltlichen Aussagen zur Erderwärmung. Mit Hilfe von Holzklötzen können Sie Position beziehen zu Aussagen der Boden-Zeitung.

Wir bedanken uns herzliche für die Ausleihe der Ausstellungsstücke. Klimaleiter – Abteilung Kirche im Dialog im Erzbistum Köln, Schöpfungsspiel – Bereich Glaubensorte und Verkündigung, Fachbereich Familienpastoral im Erzbistum Köln, Klima-Bodenzeitung – Parents for future Bornheim.



Arianita Möller

FAMILIE



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 im Bildungsforum stärken Eltern für ihre Erziehungsaufgabe, sie weiten den Blick für das Wunder der Entwicklung und geben Anregung für die religiöse Erziehung. 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.

Wir möchten Sie gerne dabei anregen:
„Jeder Schritt, den das Kind alleine macht, erleichtert den nächsten.“ (Emmi Pikler)

Ausstellung „Viel zu viel Zeug!“ im Anton-Heinen-Haus

Das Bilderbuch „Viel zu viel Zeug“ von Emily Gravett erzählt von einem Elsterpaar, das für seine zukünftigen Küken immer mehr Dinge ins Nest schlept, um ihnen vermeintlich alles zu bieten – bis das überladene Nest zusammenbricht und sie erkennen, dass weniger oft mehr ist. Am Ende helfen die Waldbewohner, die vielen Dinge sinnvoll zu nutzen, und die Küken sind wohlaufl.

Das Buch regt auf humorvolle und kindgerechte Weise dazu an, die Themen Besitz und Konsum kritisch zu hinterfragen.

Die Ausstellung ist kostenfrei im Foyer des Anton-Heinen-Hauses zu sehen und lädt Kinder zu Mitmachaktionen ein.

Begleitveranstaltungen:

20.11.2026, 11.00 Uhr: Bilderbuchkino mit dem **Bergheimer Bürgermeister Volker Mießeler**
Im Anschluss Workshop: Coole Vasen aus Tetrapacks gestalten

Führung durch die Ausstellung

Upcycling-Workshop:
Bastelideen aus alten Büchern

Aus Alt mach Neu: Gläser und Dosen

Weitere Infos zu den Veranstaltungen entnehmen Sie bitte dem zugehörigen Flyer.

Ausstellungszeitraum:

02.06. - 30.06. 2026

Kath. Bildungsforum Rhein-Erft |
Anton-Heinen-Haus
Kirchstr. 1b | 50126 Bergheim



© 2021 Fischer Sauerländer GmbH, Frankfurt am Main

Geburtsvorbereitung

Kompletkurs für Frauen und Paare

Die Geburtsvorbereitungskurse informieren umfassend über Geburtsablauf, Wochenbett und die erste Zeit mit dem Baby. Sie bieten Raum für Erfahrungsaustausch und Fragen zu bestehenden Unsicherheiten und Ängsten. Praktische Übungen zur richtigen Körperhaltung, Atemwahrnehmungs- und Entspannungsübungen runden die Vorbereitung ab.

Die Kursgebühr für Schwangere, 111,00 Euro, wird von der Hebamme mit der Krankenkasse abgerechnet; bitte Versichertenkarte mitbringen. Die Gebühr für den Partner, 100,00 Euro, ist bar im Kurs an die Hebamme zu bezahlen. Eine (teilweise) Erstattung ist bei einigen Krankenkassen möglich. Bei privat versicherten Personen wird die Teilnahme am Kurs bestätigt und dann per Rechnung abgerechnet.

Silke Gerostathis, Hebamme
111,00 € | 2 x = 14 UE
Ort: Anton-Heinen-Haus
Kirchstraße 1b | 50126 Bergheim
Anmeldung über die Hebamme:
silke.gerostathis@web.de

Sa 28.02. – 01.03.2026
09.30 – 16.30 Uhr
Veranstaltungs-Nr. 2671650001

Sa 30.05. – 31.05.2026
09.30 – 16.30 Uhr
Veranstaltungs-Nr. 2671650002

Bauchmomente

Für Gebärende ab dem 2. Kind

Sie haben bereits ein/ oder mehrere Kind(er) und erwarten ein weiteres? Sie kennen den trubeligen Mama-Alltag und haben kaum Zeit für sich und Ihr Ungeborenes? Dann ist dieser Kurs vielleicht genau das Richtige für Sie!

Wir möchten Ihnen ermöglichen, sich auf Ihre neue Schwangerschaft zu konzentrieren. Wir wollen ins Gespräch miteinander kommen und Ihre Erfahrungen aus den vorangegangenen Schwangerschaften, Geburten und Stillzeiten Raum geben.

Wir sprechen über Veränderungen des neuen Familienlebens mit einem weiteren Kind und klären alle Ihre Fragen dazu. Außerdem möchten wir, dass Sie diesen Kurs als Auszeit nutzen, also werden wir mit kleinen Entspannungssequenzen und Körperarbeit ein bisschen Ruhe in Ihren Alltag bringen.



shutterstock_1434027716_StartG.jpg

Mi 20.05. – 10.06.2026

18.00 – 20.15 Uhr

Hilke Aretz
Der Kurs wird über die Krankenkasse abgerechnet. Bitte bringen Sie Ihre Versichertenkarte mit. | 4 x = 12 UE
Ort: Anton-Heinen-Haus
Kirchstraße 1b | 50126 Bergheim
Kath. Bildungsforum Rhein-Erft | 02271 4790-0
Veranstaltungs-Nr. 2671650005

Rückbildungsgymnastik

Der Rückbildungskurs beschäftigt sich mit der Kräftigung aller Muskelpartien, die sich während der Schwangerschaft und Geburt verändert haben.

Durch gezielte Übungen werden der Beckenboden, Bauch und Rückenmuskulatur, sowie das Herz-Kreislauf-System der Mutter wieder gestärkt.

Die Babys sind willkommen.

Silke Gerostathis, Hebamme

Der Kurs wird über die Krankenkasse abgerechnet. Bitte bringen Sie Ihre Versichertenkarte mit. | 8 x = 8 UE
Ort: Anton-Heinen-Haus
Kirchstraße 1b | 50126 Bergheim
Anmeldung über die Hebamme:
silke.gerostathis@web.de

Di 20.01. – 17.03.2026, 10.00 – 11.15 Uhr

Veranstaltungs-Nr. 2671650006

Di 14.04. – 09.06.2026, 10.00 – 11.15 Uhr

Veranstaltungs-Nr. 2671650007

Babymassage

Für Eltern mit Babys ab 4 Wochen

Klassische indische Babymassage bietet Ihrem Kind die Möglichkeit sich selbst besser spüren zu können. Die sanften Berührungen erfüllen das Grundbedürfnis jedes Kindes nach Nähe, stärken die Bindung zwischen den Eltern und ihrem Kind und reduzieren messbar die Stresshormone des Kindes.

Darüber hinaus kann Babymassage die Verdauung positiv beeinflussen und zusätzlich die Entspannung des Kindes fördern.
Dieser Kurs eignet sich ab einem Alter von ca. 4 Lebenswochen

Do 21.05. – 25.06.2026, 09.00 – 10.00 Uhr

Hilke Aretz
23,00 € | 5 x = 5 UE
Ort: Anton-Heinen-Haus
Kirchstraße 1b | 50126 Bergheim
Kath. Bildungsforum Rhein-Erft | 02271 4790-0
Veranstaltungs-Nr. 2671620068

Babymassage für Väter

Für Väter mit Babys ab 4 Wochen

Klassische indische Babymassage bietet Ihrem Kind die Möglichkeit sich selbst besser spüren zu können. Die sanften Berührungen erfüllen das Grundbedürfnis jedes Kindes nach Nähe, stärken die Bindung zwischen den Eltern und ihrem Kind und reduzieren messbar die Stresshormone des Kindes.

Darüber hinaus kann Babymassage die Verdauung positiv beeinflussen und zusätzlich die Entspannung des Kindes fördern.

Dieser Kurs eignet sich ab einem Alter von ca. 4 Lebenswochen

Sa 30.05. – 13.06.2026

10.00 – 11.00 Uhr

Hilke Aretz
9,20 € | 2 x = 2 UE
Ort: Anton-Heinen-Haus
Kirchstraße 1b | 50126 Bergheim
Kath. Bildungsforum Rhein-Erft | 02271 4790-0
Veranstaltungs-Nr. 2671620070



Babynest in Bergheim - Leichter Start mit Kind
Ein Kurs für Mütter mit ihren Babys und Kleinkindern von 8 Wochen bis 2 Jahren



Die Anmeldung erfolgt ausschließlich durch eine Mitarbeiterin von esperanza nach vorhergehender Beratung.

Der Kurs Babynest nach der Pädagogik der Kinderärztin Dr. Emmi Pikler findet einmal in der Woche für die Dauer von 2 Stunden statt.

Für Mütter/Väter gibt es Tipps und Informationen:

- das Baby einfach und gut versorgen
- ein zufriedenes Baby haben
- mehr Zeit für sich bekommen
- Lieder und erste Spiele ausprobieren

Für Kinder gibt es:

- Zeit zum Spielen
- sicheren Raum für Bewegung
- Spielzeug zum Entdecken und Lernen
- Kontakt zu anderen Kindern

Bei wirtschaftlichem und sozialem Bedarf erhalten die Schwangeren bzw. Mütter und Väter bei esperanza einen Gutschein für das Kursangebot, so dass die Teilnehmenden für jedes Treffen lediglich 1,00 € zahlen.

Der Kurs Babynest ist eine Kooperationsveranstaltung des Katholischen Bildungsforums Rhein-Erft und esperanza.

Mi 14.01. – 08.07.2026

10.00 – 12.00 Uhr

Dorothee Breuer-Ant

Gebühr auf Anfrage | 24 x = 72 UE

Ort: Anton-Heinen-Haus

Kirchstraße 1b | 50126 Bergheim

Schwangerenberatung „esperanza“

Stephanie Gehrmann | 02271 4927-14

Veranstaltungs-Nr. 2671620005



shutterstock_214277271_Vad-Len.

Das erste, zweite, dritte Lebensjahr
Eltern-Kind-Kurs
in Orientierung an Emmi Pikler

„Jeder Schritt, den das Kind selbstständig macht, erleichtert den nächsten“ Emmi Pikler

Unsere Kurse „Das erste, zweite und dritte Lebensjahr“ orientieren sich an der Pädagogik der ungarischen Kinderärztin Emmi Pikler (1902-1984). Sie verbinden frühkindliche Bildung und Elternbildung und finden einmal pro Woche statt.

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 Spiel und Bewegung geben.
- es ungestört aktiv sein lassen.
- ihm Zeit lassen, damit es sich in seinem Rhythmus entwickeln kann.

Im Kursraum gibt es für die Kinder eine Entwicklungsgemäße Spielumgebung mit original Pikler-Bewegungsmaterialien und einer Tischrunde für die Eltern. Während die Kinder spielen, haben die Eltern Zeit zuzuschauen und Zeit für Information und Gespräch.

Sie können Wiegenlieder, Fingerspiele und Kinderlieder (wieder) lernen und Fragen zu allen Themen stellen, die das Leben mit Kind mit sich bringt.



Das Kind kann hier

- spielen, forschen, auf Entdeckungsreise gehen auf eigene Faust, aber trotzdem beschützt.
- mit anderen Kindern sein und von ihnen lernen.

Mutter/Vater können hier

- dem Kind in Ruhe zuschauen, seine Fähigkeiten und Interessen erkennen.
- sich weiterbilden zu Fragen der Entwicklung und Erziehung.

Kind und Eltern können hier

- zusammen sein und sich wohl fühlen.
- singen, spielen und Freude haben.

Das Bildungswerk der Erzdiözese Köln e. V. arbeitet in Kooperation mit der Pikler® Gesellschaft Berlin e.V.

Es werden kontinuierlich neue Gruppen zusammengestellt.

Bitte lassen Sie sich auf unsere Vormerkliste eintragen: 02271/4790-50 oder schwarz@bildungsforum-rhein-erft.de



Bechtloff4457

Das erste, zweite und dritte Lebensjahr
Eltern-Kind-Kurs
 in Orientierung an Emmi Pikler



Ort: Anton-Heinen-Haus
Kirchstraße 1b | 50126 Bergheim
 Bitte lassen Sie sich auf unsere Vormerkliste eintragen: 02271/4790-50 oder schwarz@bildungsforum-rhein-erft.de

Mo 19.01. – 06.07.2026 | 09.00 – 10.30 Uhr
 N.N.
 153,50 € | 21 x = 43 UE
[**Veranstaltungs-Nr. 2671620001**](#)

Mo 19.01. – 06.07.2026 | 10.45 – 12.15 Uhr
 N.N.
 153,50 € | 21 x = 43 UE
[**Veranstaltungs-Nr. 2671620002**](#)

Di 20.01. – 07.07.2026 | 09.00 – 10.30 Uhr
 Claudia Abels
 153,50 € | 21 x = 43 UE
[**Veranstaltungs-Nr. 2671620003**](#)

Di 20.01. – 07.07.2026 | 10.45 – 12.15 Uhr
 Claudia Abels
 153,50 € | 21 x = 43 UE
[**Veranstaltungs-Nr. 2671620004**](#)

Do 22.01. – 09.07.2026 | 09.00 – 10.30 Uhr
 Christiane Pätsch
 153,50 € | 21 x = 43 UE
[**Veranstaltungs-Nr. 2671620006**](#)

Do 22.01. – 09.07.2026 | 10.45 – 12.15 Uhr
 Christiane Pätsch
 153,50 € | 21 x = 43 UE
[**Veranstaltungs-Nr. 2671620007**](#)

Fr 23.01. – 10.07.2026 | 09.00 – 10.30 Uhr
 Claudia Abels
 146,50 € | 20 x = 41 UE
[**Veranstaltungs-Nr. 2671620008**](#)

Fr 23.01. – 10.07.2026 | 10.45 – 12.15 Uhr
 Claudia Abels
 146,50 € | 20 x = 41 UE
[**Veranstaltungs-Nr. 2671620009**](#)

Christiane Pätsch
 Ort: Pfarramt St. Michael
 Nikolaus-Adams-Straße 29 |
 50129 Bergheim-Hüchelhoven
 Bitte lassen Sie sich auf unsere Vormerkliste eintragen: 02271/4790-50 oder schwarz@bildungsforum-rhein-erft.de

Di 20.01. – 07.07.2026 | 10.00 – 11.30 Uhr
 150,50 € zzgl. 3,00 € Umlage (Umlage wird im Kurs eingesammelt) | 21 x = 43 UE
[**Veranstaltungs-Nr. 2671620033**](#)

Claudia Abels
Ort: Pfarrheim St. Simon und Judas
Römerstraße 35 | 50127 Bergheim-Thorr
 Bitte lassen Sie sich auf unsere Vormerkliste eintragen: 02271/4790-50 oder schwarz@bildungsforum-rhein-erft.de

Mi 21.01. – 08.07.2026 | 09.00 – 10.30 Uhr
 147,00 € zzgl. 3,00 € Umlage (Umlage wird im Kurs eingesammelt) | 21 x = 43 UE
[**Veranstaltungs-Nr. 2671620035**](#)

Mi 21.01. – 25.03.2026 | 10.45 – 12.15 Uhr
 73,50 € zzgl. 3,00 € Umlage (Umlage wird im Kurs eingesammelt) | 10 x = 21 UE
[**Veranstaltungs-Nr. 2671620124**](#)

Spielend wachsen – Eltern-Kind-Treff am Samstag
 Für Eltern mit Kindern von 1,5 - 3 Jahren

Ein liebevoll gestalteter Treff für Eltern und Kinder, inspiriert von der Pädagogik der Kinderärztin Emmi Pikler. Die Kleinen entdecken eine entwicklungsgemäße Spielumgebung, in der sie frei ausprobieren, entdecken und ihre eigenen Fähigkeiten entfalten können. Während die Kinder spielen und forschen, haben die Eltern bei einer Tasse Kaffee Raum zum Zuschauen, Verstehen und Austauschen. Kinderlieder, Musik und Tanz runden den Vormittag ab. Unser neuer Treff am Samstag findet einmal im Monat statt: ein Ort zum Beobachten, Lernen und Wohlfühlen – für Eltern, die ihr Kind achtsam begleiten möchten, und für Kinder, die neugierig die Welt entdecken.



Rana Inan
 21,00 € | 3 x = 6 UE
 Ort: Anton-Heinen-Haus
 Kirchstraße 1b | 50126 Bergheim

Sa 31.01., 28.02. + 21.03.2026
09.30 – 11.00 Uhr
[**Veranstaltungs-Nr.: 2671620164**](#)

Sa 25.04., 30.05. + 20.06.2026
09.30 – 11.00 Uhr
[**Veranstaltungs-Nr.: 2671620165**](#)

Up to Dad – Impuls- und Austauschgruppe für Väter

Online-Veranstaltung

Der bekannte Vatercoach Carsten Vonnoh lädt ein zum monatlichen virtuellen Väterworkshop mit wechselndem Schwerpunktimpuls und Austauschrunde im Anschluss.

Themen sind z.B. Erziehen ohne Schimpfen, Elternschaft auf Augenhöhe, Vom Schlechten Gewissen zu neuer Verantwortung, Meine Wut verstehen, Unser Kind neu verstehen, u.a.

Carsten Vonnoh ist Autor und systemischer Familientherapeut. Sein Ansatz als Vätercoach ist einzigartig, weil er eine Kombination aus professioneller Ausbildung und intensiver persönlicher Erfahrung bietet, die es ihm ermöglicht, Väter in ihrer individuellen Entwicklung zu unterstützen. Besonderen Wert legt Carsten Vonnoh auf eine bedürfnisorientierte Erziehung aus männlicher Perspektive und hilft Vätern somit, ihre eigenen Bedürfnisse und Grenzen zu erkennen, um eine enge Beziehung zu ihren Kindern aufzubauen. Sein Ansatz ist sowohl systemisch als auch intuitiv und basiert auf den neuesten wissenschaftlichen Erkenntnissen.

Die Veranstaltung findet online statt. Einfach bequem von zu Hause aus dazuschalten!

Carsten Vonnoh

10,00 € | 1 x = 2 UE

Ort: Digital

Kath. Bildungsforum Rhein-Erft | 02271 4790-0

Di 20.01.2026 | 19.00 – 20.30 Uhr

Veranstaltungs-Nr. 2671610001

Online-Veranstaltung

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

Di 17.02.2026 | 19.00 – 20.30 Uhr
Veranstaltungs-Nr. 2671610002

Online-Veranstaltung

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



©Carsten Vonnoh

Reden ohne Machtkampf – aus Widerstand wird Beziehung

Wenn Worte wieder verbinden, statt verletzen
Impuls-Vortrag für Eltern, Kita-, OGS-Kräfte & Lehrer/innen

Manchmal reden wir – und nichts bewegt sich. Kinder reagieren mit Widerstand, Schweigen oder Trotz. Dabei wünschen wir uns doch alle dasselbe: Frieden, Nähe und Verständnis.

In diesem Vortrag geht es um Sprache, die Brücken baut – statt Mauern. Sie erfahren, wie kleine Veränderungen im Gespräch große Wirkung zeigen: weniger Erklärungen, mehr Verbindung. Wie Sie Gefühle benennen, Grenzen klar und respektvoll setzen und Gespräche führen, die statt Machtkampf das Vertrauen fördern.

Einfach zuhause dabei sein!

Was Sie mitnehmen:

- Sie merken, wie Kinder anders reagieren, wenn Sie anders sprechen
- Sie finden Worte, die Verbindung schaffen statt Streit

- Sie lernen, Grenzen klar und liebevoll zu setzen
- Sie erleben, wie Gespräche ruhiger und ehrlicher werden
- Sie gewinnen Leichtigkeit – für sich und Ihr Kind.

Bitte beachten Sie, dass für den Austausch und das gemeinsame Gespräch das Einschalten der Kamera notwendig ist.



Di 03.02.2026 | 20.00 – 21.30 Uhr

Kirsten English

9,00 € | 1 x = 2 UE

Ort: Digital

Kath. Bildungsforum Rhein-Erft | 02271 4790-0

Veranstaltungs-Nr. 2671610014

Online-Veranstaltung

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

Familien unter Strom – gelassener miteinander leben

Wie gegenseitiges Verständnis innere Balance schafft

Ein Praxis-Workshop für Eltern und pädagogisch Interessierte

Der Alltag mit Kindern fordert uns wie nie zuvor. In den Bildungs-Systemen sollen Kinder funktionieren. Und wir jonglieren Beruf, Termine,

digitale Reize – und wünschen uns gleichzeitig Nähe, Ruhe und Unterstützung. Doch oft bleibt genau das, was Familie eigentlich trägt, auf der Strecke: Zeit für einander, echtes Zuhören und Verständnis.

In diesem Workshop erleben Sie, wie aus Stress und Überforderung schrittweise wieder Verständnis und Verbindung werden kann. Statt über Erziehung zu reden, probieren wir aus, wie Kinder und Erwachsene sich gegenseitig besser verstehen – im Körper, in den Gefühlen und in der Sprache.

Körper verstehen: Wie fehlende Bewegung, Reize und Medien das Verhalten von Kindern beeinflussen – und welche einfachen Übungen langfristig helfen, die innere Balance zurückzufinden und Selbstregulation zu fördern.

Gefühle erkennen: Wie Kinder lernen, nach dem Reiz ihre Reaktion zu wählen – und Erwachsene ihnen dafür Raum geben und helfen, Worte für ihre Emotionen zu finden.

Sprache verändern: Wie Worte wirken – und wie wir mit gezielten sprachlichen Veränderungen großen Streit vermeiden und Kinder in ihrer Selbstverantwortlichkeit stärken.

Die drei vorangegangenen Impulsvorträge werden hier lebendig und praktisch erfahrbar. Sie nehmen Übungen und Sätze mit, die Sie zuhause, in Kita oder Schule sofort anwenden können – für mehr Gelassenheit, gegenseitiges Verstehen und ein Familienleben, das wieder stärkt, verbindet und ein Fünzelchen glücklicher macht.

Sa 18.04.2026 | 09.00 – 13.00 Uhr

Kirsten English

25,00 € | 1 x = 5 UE

Ort: Anton-Heinen-Haus

Kirchstraße 1b | 50126 Bergheim

Kath. Bildungsforum Rhein-Erft | 02271 4790-0

Veranstaltungs-Nr. 2671610015

Rituale - für weniger Stress im Alltag

Wie klare Abläufe Ruhe bringen und das Familienleben entspannen
Online-Impuls-Vortrag für Eltern, Kita-, OGS-Kräfte & Lehrer/innen

Wenn Anziehen, Zubettgehen, Aufräumen oder Lernen ewig dauern, sind wir genervt. Diskussionen und Streit bestimmen den Alltag. Der Kopf ist voll, die Gehirne überlastet.

Kinder brauchen Vorhersagbarkeit – wir Erwachsenen auch. Wenn Kinder wissen, was wann geschieht, entsteht Sicherheit. Emotionen beruhigen sich, Übergänge werden leichter, Widerstände geringer und Handlungsroutinen entwickeln sich. Die ganze Familie atmet auf.

Einfach zuhause dabei sein!

Was Sie mitnehmen:

- Sie erfahren, warum Rituale das Gehirn beruhigen.
 - Sie spüren, wie klare Abläufe entlasten und Konflikte entschärfen.
 - Sie merken, wie Übergangsrituale Sprache, Schlaf und Konzentration stärken.
 - Sie entdecken, dass Ihre Kinder auch in Kita und Schule ausgeglichener sind.
 - Sie fühlen, wie Rituale das Familienleben liebevoller machen.
- Bitte beachten Sie, dass für den Austausch und das gemeinsame Gespräch das Einschalten der Kamera notwendig ist.

Di 19.05.2026 | 20.00 – 21.30 Uhr

Kirsten English
9,00 € | 1 x = 2 UE

Ort: Digital
Kath. Bildungsforum Rhein-Erft | 02271 4790-0
Veranstaltungs-Nr. 2671610016



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

Erste-Hilfe-Kurs am Kind

Für Eltern und Bezugspersonen

Kinder sind neugierig, aktiv - und manchmal geht dabei etwas schief. In Notfällen richtig zu handeln, kann entscheidend sein. Unser Erste-Hilfe-Kurs am Kind richtet sich speziell an Eltern, Großeltern und andere Betreuungspersonen, die sich auf medizinische Notfälle im Alltag mit Kindern vorbereiten möchten.



© Kath. Bildungsforum Rhein-Erft_Erste Hilfe

Kursinhalt:

Grundlagen der Ersten Hilfe bei Kindern
Erkennen und richtiges Reagieren bei Atemnot, Fieberkrampf, Pseudokrupp & Co.
Versorgung von Verletzungen, Verbrennungen, Vergiftungen und Insektstichen
Wiederbelebung bei Säuglingen und Kleinkindern (inkl. praktischer Übungen)
Verhalten in Notfallsituationen: Ruhe bewahren, Notruf absetzen, richtig helfen
Gewinnen Sie Sicherheit im Umgang mit Notfällen – damit Sie im Ernstfall ruhig und effektiv handeln können.

André Kladensky

30,00 € | 1 x = 5 UE

Ort: Anton-Heinen-Haus
Kirchstraße 1b | 50126 Bergheim
Kath. Bildungsforum Rhein-Erft | 02271 4790-0

Mo 23.03.2026 | 17.00 – 21.00 Uhr

Veranstaltungs-Nr. 2671260001

Di 09.06.2026 | 17.00 – 21.00 Uhr

Veranstaltungs-Nr. 2671260002

Osterwerkstatt

Osterfrühstück mit Eiermalen für Eltern mit Kindern von 2-6 Jahren

Wenn das Osterfest gefeiert wird, beginnt die Natur sich wieder zu öffnen. Die Freude am Suchen und Finden der ersten aufblühenden Blumen gehört für Kinder genauso zum Osterfest wie das Entdecken der bunten Ostereier. Die Eier und der Osterhase, der sie bringt, sind Symbole für Ostern, die christliche Botschaft dieser Symbole lernen die Kinder mit zunehmendem Alter verstehen.

An diesem Vormittag laden wir Sie ein, sich an den Ursprung des Osterfestes zu erinnern. Dabei informieren wir über die Hintergründe des Festes mit seiner christlichen Botschaft und seinen Ritualen. Ganz der Tradition entsprechend genießen wir in gemütlicher Runde, gemeinsam bei Kaffee und Tee, einen Osterzopf. Eltern und Kinder können in unserer Eierwerkstatt kleinen Schmuck für den Osterstrauß gestalten

Sa 14.03.2026 | 10.00 – 11.30 Uhr

Claudia Abels

8,50 € für 1 Erw. + 1 Ki., jedes weitere Kind halbe Kursgebühr | 1 x = 2 UE

Ort: Anton-Heinen-Haus
Kirchstraße 1b | 50126 Bergheim
Kath. Bildungsforum Rhein-Erft | 02271 4790-0
Veranstaltungs-Nr. 2671620089

Meine selbst gebastelte Osterkerze

Für Familien mit Kindern ab 4 Jahren

Mit vielen bunten Wachsplatten und einer Kerze (180/60) gestalten wir unsere eigene Osterkerze für zu Hause. Dabei fragen wir uns: was bedeuten die christlichen Symbole rund um Ostern eigentlich? Unsere Kreativität hilft uns, das große Osterfest zu entdecken.

Sa 21.03.2026 | 10.00 – 11.30 Uhr

Schwester Maria Hlupic OSB

11,00 € | 1 x = 2 UE

Ort: Anton-Heinen-Haus
Kirchstraße 1b | 50126 Bergheim
Kath. Bildungsforum Rhein-Erft | 02271 4790-0
Veranstaltungs-Nr. 2671620071

Via Lucis – Lautes Brausen und lodernnde Flammen

Kamishibai mit Bastelaktion für Familien mit Kindern ab 4 Jahren

Wir feiern heute Ostern, weil Jesus auferstanden ist, aber vor langer Zeit waren seine Freunde vor allem traurig, weil er nicht mehr bei ihnen war. Um sie zu trösten, erschien ihnen der Sohn Gottes mehrmals. Und sandte ihnen - 50 Tage nach dem Osterfest, während die Jünger in einem Haus in Jerusalem beisammensaßen – mit lautem Brausen und kleinen, lodernnden Flammen den Heiligen Geist. Er überbrachte ihnen die Kraft und den Mut, allen Menschen von Jesus zu erzählen. So begann die Geschichte unserer Kirche, die diesen Tag heute als Pfingsten feiert.
Zuerst widmen wir uns der Geschichte in Bildern und Worten. Im Anschluss gestalten wir sie kreativ: wir basteln, malen und lassen die Szenen lebendig werden. Zum gemeinsamen Staunen, Erleben und Weitererzählen.

Sa 25.04.2026 | 10.00 – 11.30 Uhr

Schwester Maria Hlupic OSB

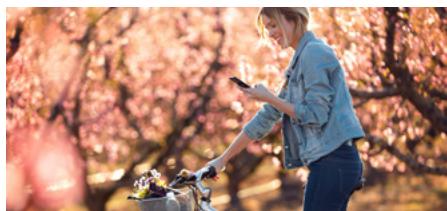
7,00 € | 1 x = 2 UE

Ort: Anton-Heinen-Haus
Kirchstraße 1b | 50126 Bergheim
Kath. Bildungsforum Rhein-Erft | 02271 4790-0
Veranstaltungs-Nr. 2671620122

„Unsere kleine Welt. Fahrradtour vom Anton-Heinen-Haus, Bergheim, nach Bedburg-Broich“

Wir erfahren unsere Heimat u.a. mal unter Klima- und Umweltschutzaspekten - im Rahmen der Ausstellung in der Fastenzeit im Anton-Heinen-Haus

Auf dieser Fahrradtour vom Anton-Heinen-Haus nach Bedburg und zurück richten wir den Blick auf die Umweltschäden direkt bei uns vor der Tür, aber auch auf das, was schön ist. Gleichzeitig betrachten wir, was wir tun können, um die Natur im Gleichgewicht zu halten und z.B. Hochwasserereignisse zu verhindern. An verschiedenen Punkten halten wir an und betrachten Orte, Dinge und Funktionen. Wir schauen uns Landschaftsformen und Wälder, Gewässer und Nutzungen im Gewässerumfeld und vieles mehr an. Die 15 km lange Tour über 2,5 Stunden ermöglicht uns die Landschaft besser wahrzunehmen. Sie führt uns durch das Renaturierungsgebiet Bedburg, vorbei an den Zuckerfabrikteichen, an Erft-Zuläufen und Bauwerken der Ortsentwässerung sowie von RWE. Wir richten den Blick auch darauf, was passiert, wenn das Gebiet um die Erft aus dem Gleichgewicht gerät und was das für uns als Anwohner/innen bedeutet. Die Gewässer sind teilweise extrem fixiert.



shutterstock_1629505648

Bitte kommen Sie mit dem eigenen Fahrrad und ziehen Sie sich entsprechend der Witterung an. Bei ganz schlechtem Wetter oder nach Hochwasser kann die Tour nicht stattfinden. Die gemeinsame Fahrradtour ist für Erwachsene und Kinder ab 10 Jahren geeignet, wenn sie sich die Strecke zutrauen.

Das Angebot findet in Kooperation mit dem Erftverband und dem Projekt Komm.Rhein. Revier statt, welches vom Bundesministerium für Wirtschaft und Klimaschutz gefördert wird.

aufgrund eines Beschlusses
des Deutschen Bundestages

Sa 14.03.2026 | 10.00 – 12.30 Uhr

Dip.-Ing. Hartmut Hoevel

5,00 € | 1 x = 3 UE

Ort: Anton-Heinen-Haus

Kirchstraße 1b | 50126 Bergheim

Kath. Bildungsforum Rhein-Erft | 02271 4790-0

Veranstaltungs-Nr. 2671570001

Forscherwerkstatt – Experimente zum Staunen

Für Familien mit Kindern ab 4 Jahre

Bist du bereit für eine Reise voller spannender Entdeckungen? Welche Zutaten braucht man für Fluffy Slimy? Warum steigen die Blasen in einer Lavalampe nach oben? Und wie kann man Knete selber machen? Heute werdet ihr zu kleinen Forscherinnen und Forschern! Ihr führt selbstständig spannende Experimente durch, entdeckt naturwissenschaftliche Phänomene und erlebt, wie Wissenschaft richtig Spaß machen kann. Alle Experimente sind ungefährlich, kindgerecht und lassen sich mit Alltagsmaterialien aus dem Haushalt durchführen - so könnt ihr das Forschen zu Hause jederzeit fortsetzen.

Sa 14.03.2026 | 10.00 – 12.15 Uhr

Petra Hölters

20,00 € für 1 Erw. + 1 Ki., jedes weitere Kind halbe Kursgebühr | 1 x = 3 UE

Ort: Anton-Heinen-Haus

Kirchstraße 1b | 50126 Bergheim

Kath. Bildungsforum Rhein-Erft | 02271 4790-0

Veranstaltungs-Nr. 2671620073

Waldwichtel unterwegs

für Eltern mit Kindern von 2-6 Jahren

Wir entdecken gemeinsam den Schlosspark in Paffendorf und staunen über die Schönheit der heimischen Natur. Im Wald können sich die Kinder unmittelbar als Teil der Natur erleben und sie erfahren die durch den Jahreszeitenwechsel bedingten Veränderungen im Wald.

Wir verbinden unseren Rundgang mit Bewegungsliedern, Spielen, Sammelanregungen und kleinen Basteleien. Der Rundgang findet bei jedem Wetter statt, denken Sie bitte an wettergerechte Kleidung! Für ein zweites Kind wird jeweils die halbe Kursgebühr erhoben.



Do 16.04. | 21.05. | 18.06. | 09.07.2026

15.00 – 16.30 Uhr

Claudia Abels

30,00 € | 4 x = 8 UE

Ort: Schloss Paffendorf (Eingangstor)

Burggasse | 50126 Bergheim

Kath. Bildungsforum Rhein-Erft | 02271 4790-0

Veranstaltungs-Nr. 2671620010

Natur entdecken mit dem Forschermobil

Für (Groß-) Eltern mit Kindern von 3-7 Jahren

Ab ins Grüne! Die Natur in unserer Umgebung bietet jede Menge Faszinierendes. Wer lebt z. B. im und am Wasser? Oder welche Vogelarten sind bei uns zu Hause? Gemeinsam mit dem Naturschutzmobil der Gymnicher Mühle und unseren Sinnen gehen wir auf eine spannende Entdeckungsreise. Ausgestattet mit Kescher, Becherlupe, Pinsel oder Fernglas werden wir zu echten Forscher/-innen.

Sa 18.04.2026 | 10.00 – 12.15 Uhr

Jean Samuel

5,00 € je Familie | 1 x = 3 UE

Ort: Treffpunkt: Anton-Heinen-Haus

Kirchstraße 1b | 50126 Bergheim

Kath. Bildungsforum Rhein-Erft | 02271 4790-0

Veranstaltungs-Nr. 2671620095

Die Naturwerkstatt – Basteln, Bauen und Malen mit und in der Natur

Für Familien mit Kindern ab 3 Jahre

Die Kunst ist die Schwester der Natur, sagt ein altes Sprichwort. Von der Vielzahl der natürlichen Materialien und Farben inspiriert, basteln, weben und gestalten wir eigene fantastische Kunstwerke in und mit der Natur. Bei der anschließenden Waldausstellung gibt es bestimmt eine Menge zu bestaunen.

Sa 30.05.2026 | 09.30 – 11.45 Uhr

Petra Hölters

18,00 € für 1 Erw. + 1 Ki., jedes weitere Kind halbe Kursgebühr | 1 x = 3 UE

Ort: Parkplatz Königsdorfer Forst

Alte Aachener Straße | 50226 Frechen

Kath. Bildungsforum Rhein-Erft | 02271 4790-0

Veranstaltungs-Nr. 2671620075

Gemeinsam in die Wildnis – Bushcraft for family

Für Familien mit Kindern ab 5 Jahre

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



shutterstock_2142869245_Penny Hicks

So 21.06.2026 | 10.00 – 12.15 Uhr

Petra Hölters
18,00 € für 1 Erw. + 1 Ki., jedes weitere Kind halbe Kursgebühr | 1 x = 3 UE
Ort: Parkplatz Königsdorfer Forst

Alte Aachener Straße | 50226 Frechen
Kath. Bildungsforum Rhein-Erft | 02271 4790-0
Veranstaltungs-Nr. 2671620076

Spielzeit draußen

für Eltern mit Kindern
von 6 Monaten bis 3 Jahren

Sommerferien im Anton-Heinen-Haus! Die Kinder können nach Lust und Laune in einer vorbereiteten Spielumgebung spielen und ihre Bewegungsfreude genießen. Im Garten ist das ungestörte Experimentieren mit Sand und Wasser möglich. Die Eltern erleben ihre Kinder in Aktion und kommen mit der Dozentin und den anderen Eltern ins Gespräch. Es gibt Anregungen zum Kinderspiel draußen und zu den dafür geeigneten Spielmaterialien.

Claudia Abels

5,00 € für 1 Erw. + 1 Ki., jede weitere Person zzgl. halbe Kursgebühr | 1 x = 3 UE
Ort: Anton-Heinen-Haus
Kirchstraße 1b | 50126 Bergheim
Kath. Bildungsforum Rhein-Erft | 02271 4790-0

Mo 13.07.2026 | 10.00 – 12.15 Uhr

Veranstaltungs-Nr. 2671620086

Di 14.07.2026 | 10.00 – 12.15 Uhr

Veranstaltungs-Nr. 2671620087

Mi 15.07.2026 | 10.00 – 12.15 Uhr

Veranstaltungs-Nr. 2671620088

Turnen für Eltern mit Kindern

im Alter von 2-4 Jahren

Bewegungslandschaften, Lieder und altersgerechte Bewegungsspiele laden Kinder mit ihren Eltern ein, sich selbst und ihre Umwelt besser kennen zu lernen, das eigene Bewegungsrepertoire spielerisch zu erproben und zu erweitern und sich an den eigenen Bewegungsmöglichkeiten zu erfreuen. Für ein zweites Kind wird jeweils die halbe Kursgebühr erhoben.

Sabine Berrendorf

84,00 € | 21 x = 21 UE
Ort: Anton-Heinen-Haus
Kirchstraße 1b | 50126 Bergheim
Kath. Bildungsforum Rhein-Erft | 02271 4790-0

Mo 19.01. – 06.07.2026

15.45 – 16.45 Uhr

Veranstaltungs-Nr. 2671620021

Mi 21.01. – 08.07.2026

15.45 – 16.45 Uhr

Veranstaltungs-Nr. 2671620023

Turnen für Eltern mit Kindern

im Alter von 3-5 Jahren

Sabine Berrendorf

84,00 € | 21 x = 21 UE
Ort: Anton-Heinen-Haus
Kirchstraße 1b | 50126 Bergheim
Kath. Bildungsforum Rhein-Erft | 02271 4790-0

Mo 19.01. – 06.07.2026

17.00 – 18.00 Uhr

Veranstaltungs-Nr. 2671620022

Mi 21.01. – 08.07.2026

17.00 – 18.00 Uhr

Veranstaltungs-Nr. 2671620024



Barth-15530tb27

Musikgarten 1 – Wir machen Musik

Für Eltern mit Kindern von 1,5 - 3 Jahren

Der Spaß am Gesang und am Tanz ist im Alter bis drei Jahre besonders groß. Dieser Kurs geht auf den wachsenden Erlebnisraum der Kinder ein. Er will den Kindern Spaß an Musik und Bewegung ermöglichen und musikalische Parameter wie Rhythmusgefühl sowie tonales Hören und Singen verinnerlichen. Die Themen heißen Zuhause, Tierwelt, Beim Spiel und Draußen. Einfache Instrumente wie Klanghölzer, Glöckchen, Rasseln und Trommeln führen in die Welt der Klänge ein. Der immer größer werdenden Selbstständigkeit der Kinder wird mit interaktiven Spielen und Freiraum für eigene Gestaltungsideen Rechnung getragen. Durch den Musikgarten wird nicht nur spielerisch und ohne Leistungsdruck der Grundstein für die Liebe zur Musik gelegt, er hat auch Einfluss auf viele weitere kognitive und affektive Ebenen.

Mi 21.01. – 08.07.2026

15.15 – 16.00 Uhr

Clemens Liesendahl

184,00 € | 23 x = 23 UE

Ort: Anton-Heinen-Haus

Kirchstraße 1b | 50126 Bergheim

Kath. Bildungsforum Rhein-Erft | 02271 4790-0

Veranstaltungs-Nr. 2671620054

ziehung auf die ganzheitliche Entwicklung des Kindes - auf die musikalische Begabung, das Sozialverhalten und das Lernen. Durch Singen, Musizieren und Bewegen wird die natürliche musikalische Veranlagung der Kinder geweckt und entwickelt. Das Musikgartenkonzept wird erweitert durch Instrumente aus dem Orffschen Schlagwerk und fantasievollen Erzählgeschichten, sowie kreativem Malen und Musik hören.

Mi 21.01. – 08.07.2026

16.15 – 17.00 Uhr

Clemens Liesendahl

184,00 € | 23 x = 23 UE

Ort: Anton-Heinen-Haus

Kirchstraße 1b | 50126 Bergheim

Kath. Bildungsforum Rhein-Erft | 02271 4790-0

Veranstaltungs-Nr. 2671620055

Farbenfreude

für Eltern und Kinder von 2-4 Jahren



shutterstock_383090554_Charmille White

Musikgarten 2 – Der musikalische Jahreskreis

Für Eltern mit Kindern von 3 - 4 Jahren

Im Kindergartenalter nehmen die Kinder den Ablauf des Jahres wahr, die Themen des Musikgartens orientieren sich daher an den Jahreszeiten und der Natur. Die Kinder lösen sich allmählich vom sicheren Schoß der Eltern und erproben ihre Unabhängigkeit. Das Gruppenerlebnis rückt in den Mittelpunkt. Langzeitstudien bestätigen den positiven Einfluss von Musiker-

Kinder haben von Natur aus Freude am Malen. Hier wird die Mal-Lust angeregt, das Malen als Spiel empfunden. Spontanes Tun, das Entdecken, die Freude und das Spiel zählen, nicht das Ergebnis. Dieser Kurs findet in Anlehnung an den Malort von Arno Stern statt. Das Kennenlernen der Besonderheiten der Bildsprache im Kindesalter wird im Fokus stehen. Gemalt wird mit Gouachefarben und Pinsel auf Papier. Vorkenntnisse sind nicht erforderlich. Bitte bringen Sie für sich und ihr Kind eine Malschürze mit.

Di 03.02. – 17.03.2026 | 16.00 – 17.00 Uhr

Kirstin Köcher

27,00 € | 6 x = 6 UE

Ort: Anton-Heinen-Haus

Kirchstraße 1b | 50126 Bergheim

Kath. Bildungsforum Rhein-Erft | 02271 4790-0

Veranstaltungs-Nr. 2671620059

Di 14.04. – 19.05.2026

16.00 – 17.00 Uhr

Veranstaltungs-Nr. 2671620060

Klein und Groß - Zusammen kreativ sein und Schönes aus Ton gestalten

für Eltern mit Kindern von 5-7 Jahren

Wir wollen mit den Händen eine schöne Schale oder einen Teller aus Ton formen und verzieren. Nach einer Trocknungszeit von ca. 2 Wochen werden die Sachen gebrannt und können dann später im Anton-Heinen-Haus abgeholt werden. Alle Materialkosten sind in der Umlage enthalten.

Monika Berg

16,50 € | Für ein zweites Kind wird die halbe

Kursgebühr zzgl. 6,00 € Materialumlage fällig.

1 x = 3 UE

Ort: Anton-Heinen-Haus

Kirchstraße 1b | 50126 Bergheim

Kath. Bildungsforum Rhein-Erft | 02271 4790-0

So 22.02.2026 | 10.00 – 12.15 Uhr

Veranstaltungs-Nr. 2671620056

So 22.03.2026 | 10.00 – 12.15 Uhr

Veranstaltungs-Nr. 2671620057

So 19.04.2026 | 10.00 – 12.15 Uhr

Veranstaltungs-Nr. 2671620058

Puppenzauber

Ein Kreativkurs für Eltern und Kinder ab 6 Jahren

Macht mit bei unserem kreativen, spaßgeladenen Puppenkurs, bei dem Fantasie und Familiенzeit im Mittelpunkt stehen! Wir basteln aus einfachen Socken, Knöpfen, Wolle und bunten Stoffresten einzigartige Puppen. Kinder und Eltern gestalten gemeinsam ihre eigenen Figuren – ob lustig, frech oder fantasievoll. Am Ende darf jede Puppe zum Leben erweckt werden, denn wir inszenieren eine kleine Puppenshow mit allen Kindern als Stars! Ein fröhlicher Kurs, der Kreativität, Handwerk und gemeinsames Erleben verbindet.



© Maryam Rinus

Was Euch erwartet:

Gestaltung eigener Sockenpuppen mit bunten, kinderfreundlichen Materialien
Einführung in Storytelling & Puppenspiel-Techniken

Gemeinsame Zeit für Eltern und Kinder zum Lachen, Basteln und Spielen

Bitte ein Paar mittellange, mitteldicke Socken mitbringen. Alle weiteren Materialien sind inklusive.

Sa 28.02.2026 | 10.00 – 12.15 Uhr

Maryam Rinus

13,50 € | 1 x = 3 UE

Ort: Anton-Heinen-Haus

Kirchstraße 1b | 50126 Bergheim

Kath. Bildungsforum Rhein-Erft | 02271 4790-0

Veranstaltungs-Nr. 2671620067

Rosis erster Wackelzahn

Eine Aufführung
des Seifenblasen-Figurentheaters
für Kinder ab 3 Jahre

Rosi, die kleine Maus, ist glücklich. Sie hat einen Wackelzahn! Endlich kommt zu ihr die Zahnfee und legt ihr einen goldenen Taler unters Kopfkissen.
Sie hat aber nicht mit Ihrem widerspenstigen Wackelzahn gerechnet. Der will nämlich nicht ausfallen... So ein Glück, dass es da noch Rosis Bruder Max und Freund Bertie gibt.
Denen fällt immer etwas ein! Ob das wohl gut geht?
Eine turbulente Zahnfee-Geschichte für alle Kinder von 3 bis 9 Jahren.
Karten erhalten Sie im Anton-Heinen-Haus und in der Stadtbibliothek Bergheim.



Do 05.03.2026 | 15.00 – 15.45 Uhr

Seifenblasen-Figurentheater
4,00 € | 1 x = 1 UE
Ort: Anton-Heinen-Haus
Kirchstraße 1b | 50126 Bergheim
Kath. Bildungsforum Rhein-Erft | 02271 4790-0
Veranstaltungs-Nr. 2671620069

Malspaß mit Aquarell – Bunte Unterwasserwelt

Für Eltern mit Kindern von 3-5 Jahren



Jasmin Kettmann

Taucht ein in die kreative Welt der Aquarellfarben! In diesem Kurs malen wir gemeinsam ein fantasievolles Bild. Nach einer kurzen Einführung in die Grundlagen der Aquarellmalerei gestalten wir Schritt für Schritt unser Tiermotiv – jeder kann mitmachen, egal ob Anfänger oder kleiner Künstler!

Mit Pinsel, Farben und Stiften erschaffen wir gemeinsam kleine Kunstwerke. Eure eigenen Ideen sind herzlich willkommen und dürfen ins Bild einfließen! Am Ende nehmen Ihr nicht nur ein fertiges Bild, sondern auch eine Anleitung zum Nachmachen mit nach Hause.
Alle Materialien sind inklusive. Kommt vorbei und entdeckt, wie viel Spaß Malen machen kann!

So 26.04.2026 | 10.00 – 11.30 Uhr

Jasmin Kettmann
Teilnahme-Gebühr 13,00 €
Seminarumfang 1 x = 2 UE
Ort: Anton-Heinen-Haus
Kirchstraße 1b | 50126 Bergheim
Veranstaltungs-Nr.: 2671620167

Kleiner Liederwanderweg im Mai

Für Eltern mit Kindern von 2-6 Jahren

„Singen gehört zur Natur des Menschen wie der Wind zu Wolken und Meer“
(Dr. Karl Adamek, Musiksoziologe)
Singen macht schlau, mutig und stärkt das Immunsystem!
Gerade für die Entwicklung von Kindern sind Singen, Musik und Bewegung so wichtig. Verbinden wir das Singen mit Bewegungs-, Finger- und Kreisspielen an der frischen Luft zu Liedern, die alle eines gemeinsam haben: sie machen viel Spaß! Das alte Volkslied findet dabei genau so viel Beachtung wie das Kinderlied!
Treffpunkt: Anton-Heinen-Haus

Fr 08.05.2026 | 15.30 – 16.30 Uhr

Judith Schmitz
6,00 € | 1 x = 1 UE
Ort: Treffpunkt: Anton-Heinen-Haus
Kirchstraße 1b | 50126 Bergheim
Kath. Bildungsforum Rhein-Erft | 02271 4790-0
Veranstaltungs-Nr. 2671620093



© Kath. Bildungsforum Rhein-Erft

Sandküche am Mittwoch

Für Eltern mit Kindern von 1,5 bis 6 Jahren

Für die Kinder ist ein Raum mit Sand in Kübeln, Gefäßen und vielen Kleinmaterialien ausgestattet. Es sind „Arbeitstische“ mit Sieben, Löffeln und Kellen, Teekannen, Milchkännchen und anderem Material aus Holz und Metall vorbereitet. Die Kinder können im Stehen oder Sitzen ihr Sandspiel aufnehmen und auf kreative Weise die vielfältigen Möglichkeiten, die Sand zulässt, nutzen. Dieses Spiel fordert große Konzentration von den Kindern. Um sich zwischendurch zu erholen, können sich die Kinder in einem Bewegungsraum nach Herzenslust bewegen und ihr Bedürfnis nach konzentrierterem Sandspiel und Bewegung selbst bestimmen.

Die Eltern erleben das kreative Spiel ihres Kindes und können Ideen für das Spiel zu Hause mitnehmen.

Es gibt eine kleine Anleitung für das besondere Spielangebot für zu Hause.

Der 2. Elternteil zahlt bei Teilnahme die halbe Gebühr.

Bitte beachten Sie: aufgrund der Spielsituation können leider keine Geschwisterkinder unter 1,5 Jahren mitgebracht werden!

Katharina Zerving-Radhi, Christiane Pätsch
24,00 € für 1 Erw. + 1 Ki., jede weitere Person zzgl. halbe Kursgebühr | 2 x = 4 UE

Ort: Anton-Heinen-Haus
Kirchstraße 1b | 50126 Bergheim
Kath. Bildungsforum Rhein-Erft | 02271 4790-0

Mi 28.01. – 04.02.2026

15.30 – 17.00 Uhr
Veranstaltungs-Nr. 2671620096

Mi 25.02. – 04.03.2026

15.30 – 17.00 Uhr
Veranstaltungs-Nr. 2671620097

Mi 11.03. – 18.03.2026**15.30 – 17.00 Uhr****Veranstaltungs-Nr. 2671620098**

Dieses Spiel fordert große Konzentration von den Kindern. Um sich zwischendurch zu erholen, können sich die Kinder in einem Bewegungsraum nach Herzenslust bewegen und ihr Bedürfnis nach konzentriertem Sandspiel und Bewegung selbst bestimmen. Die Eltern erleben das kreative Spiel ihres Kindes und können Ideen für das Spiel zu Hause mitnehmen.

Es gibt eine kleine Anleitung für das besondere Spielangebot für zu Hause.

Der 2. Elternteil zahlt bei Teilnahme die halbe Gebühr.

Bitte beachten Sie: aufgrund der Spielsituation können leider keine Geschwisterkinder unter 1,5 Jahren mitgebracht werden!

Dorothee Breuer-Ant, Christiane Pätsch, Annette Ullrich

18,00 € für 1 Erw. + 1 Ki., jede weitere Person zzgl. halbe Kursgebühr | 1 x = 3 UE

Ort: Anton-Heinen-Haus
Kirchstraße 1b | 50126 Bergheim

Kath. Bildungsforum Rhein-Erft | 02271 4790-0

Mi 06.05. – 13.05.2026**15.30 – 17.00 Uhr****Veranstaltungs-Nr. 2671620100****Mi 27.05. – 03.06.2026****15.30 – 17.00 Uhr****Veranstaltungs-Nr. 2671620101****Mi 10.06. – 17.06.2026****15.30 – 17.00 Uhr****Veranstaltungs-Nr. 2671620102****Mi 24.06. – 01.07.2026****15.30 – 17.00 Uhr****Veranstaltungs-Nr. 2671620103****Sandküche in den Osterferien**

Für Eltern mit Kindern von 1,5 bis 8 Jahren

Für die Kinder ist ein Raum mit Sand in Kübeln, Gefäßen und vielen Kleinmaterialien ausgestattet. Es sind „Arbeitstische“ mit Sieben, Löffeln und Kellen, Teekannen, Milchkännchen und anderem Material aus Holz und Metall vorbereitet. Die Kinder können im Stehen oder Sitzen ihr Sandspiel aufnehmen und auf kreative Weise die vielfältigen Möglichkeiten, die Sand zulässt, nutzen.

Di 07.04.2026 | 15.00 – 17.15 Uhr**Veranstaltungs-Nr. 2671620105****Mi 08.04.2026 | 15.00 – 17.15 Uhr****Veranstaltungs-Nr. 2671620106****Do 09.04.2026 | 15.00 – 17.15 Uhr****Veranstaltungs-Nr. 2671620107****Österliche Köstlichkeiten**

Backen für Erwachsene mit ihren Kindern von 5-10 Jahren

Back mit! Heute darf geknetet, abgewogen, dekoriert und auch genascht werden! Heute wird es richtig bunt in unserer Bäckstube: Leckere Osterhasen - Kekse und Osternest-Cupcakes warten auf kreative Umsetzungen!

Sa 21.03.2026 | 10.00 – 13.00 Uhr

Maryam Rinus

24,80 € für 1 Erw. + 1 Ki., jedes weitere Kind halbe Kursgebühr | 1 x = 4 UE

Ort: Anton-Heinen-Haus
Kirchstraße 1b | 50126 Bergheim
Kath. Bildungsforum Rhein-Erft | 02271 4790-0

Veranstaltungs-Nr. 2671620090

shutterstock_1365599342_dolephskina

Aus den Töpfen dieser Welt

Kochen für Erwachsene mit ihren Kindern von 5-10 Jahren

Heute geht es sehr trendig zu. Wir bereiten nach indischem Street - Style leckeres Fingerfood zu. Ihr lernt wie man leckere vegetarische Momos (Teigtaschen) Rezepte umsetzt und genießt dabei den Duft und die Farben verschiedener Gewürze mit Ihren Aromen!

Sa 20.06.2026 | 10.00 – 13.00 Uhr

Maryam Rinus

24,80 € für 1 Erw. + 1 Ki., jedes weitere Kind halbe Kursgebühr | 1 x = 4 UE

Ort: Anton-Heinen-Haus
Kirchstraße 1b | 50126 Bergheim
Kath. Bildungsforum Rhein-Erft | 02271 4790-0

Veranstaltungs-Nr. 2671620091

Faszination Social Media - Chancen, Risiken und Gespräche im Familienalltag

Ein interaktiver Workshop für Eltern und Kinder / Jugendliche der 5.-7. Klasse

Instagram, TikTok, YouTube & Co. – Social Media ist längst ein fester Bestandteil des Alltags vieler Familien. Zwischen Spaß, Kreativität und Dauer-Online-Sein entstehen oft Fragen: Wie viel ist „okay“? Welche Inhalte sind harmlos – und welche nicht? Und wie können Eltern und Kinder gemeinsam gute Wege im digitalen Alltag finden?



In diesem interaktiven Workshop mit der medienpädagogischen Expertin Jessica Stratmann-Behr gehen wir diesen Fragen gemeinsam auf den Grund. Im Austausch bringen auch Kinder und Jugendliche ihre ganz subjektive Perspektive auf das Thema ein!

Eltern und Kinder erleben zusammen, wie Social Media wirkt, was sie fasziniert – und wie ein bewusster, entspannter Umgang damit gelingen kann.

Neben spannenden Einblicken und kleinen Mitmach-Aktionen gibt es viele praktische Tipps, Raum für Austausch und offene Gespräche.

Mach mit und entdecke gemeinsam, wie Social Media im Familienalltag zu einem echten Gesprächsthema - statt zum Streitpunkt - werden kann! Für Eltern und ihre Kinder / Jugendlichen von 12 bis 14 Jahren. (5.-7. Klasse)

Mo 18.05.2026 | 17.00 – 20.15 Uhr

Jessica Stratmann-Behr

26,00 € | 1 x = 4 UE

Ort: Anton-Heinen-Haus

Kirchstraße 1b | 50126 Bergheim

Kath. Bildungsforum Rhein-Erft | 02271 4790-0

Veranstaltungs-Nr. 2671610019

Vier Tage Fantasie, Technik und Audio-Nerds

In diesem Kurs tauchst Du ein in Deine ganz eigene Welt des Hörens und Erzählens. Endlich mal Zeit, Dein ganz eigenes Stück zu planen, zu bauen und abzumischen. Mit dabei sind andere Kids und Jugendliche, die an ihrem eigenen Audiostück mit O-Tönen, Atmo, Geräuschen und Musik arbeiten. Die Themen wählt Ihr selbst - von witzig bis spannend, von informativ bis völlig verrückt ist alles möglich.

Das kannst du hier ausprobieren:

- spannende O-Töne aufnehmen
- Sprache, Geräusche und Musik passend einsetzen
- Deine Aufnahmen professionell schneiden und abzumischen
- eine Geschichte so erzählen, dass sie im Kopf von Zuhörenden lebendig wird

Der Kurs ist etwas für Teilnehmende im Alter von 11 bis 17 Jahren, die schon Radio / Podcast Erfahrung haben.

Sa 23.05. – 26.05.2026

11.00 – 18.00 Uhr

Babette Braun

113,00 € | 4 x = 32 UE

Ort: Medienwerkstatt im Anton-Heinen-Haus

Kirchstraße 1b | 50126 Bergheim

Medienwerkstatt

Tanja Steinfort-Lecke | 02271 4790-14

Veranstaltungs-Nr. 2671220005

Erft-Kids

Radio-Redaktion für Kinder von 8-13 Jahren

Kinder an die Mikros! Wir Erft-Kids sind die Kinder-Radio-Redaktion der Medienwerkstatt Katholisches Bildungsforum Rhein-Erft. Wir sind mittendrin in der Welt der Erwachsenen und deren Diskussionen. Wir forschen nach, was dran ist an der Meinung von Erwachsenen/Kindern, und fangen alles mit dem Mikro ein. Durch das Gehörte und Diskussionen in unseren Redaktionskonferenzen finden wir unseren eigenen Standpunkt.

Wir packen die gesammelten Töne in Umfragen, Interviews und Studiogespräche. Daraus bauen wir dann Stundensendungen. Unsere Sendungen moderieren wir selbst. Manchmal bekommen wir auch Aufträge, interviewen zum Beispiel Bürgermeister oder machen Podcasts zu einer Ausstellung.

Fairness, Teamwork und altersübergreifendes Arbeiten sind bei uns angesagt. Die Journalistin Babette Braun begleitet uns als Leiterin der Erft-Kids-Redaktion bei unserer redaktionellen Arbeit und Hörabenteuern.

Do 08.01. | 05.02. | 05.03. | 16.04. |

07.05. | 11.06.2026

16.00 – 18.15 Uhr

Babette Braun

gebührenfrei | 6 x = 18 UE

Ort: Medienwerkstatt im Anton-Heinen-Haus

Kirchstraße 1b | 50126 Bergheim

Medienwerkstatt

Veranstaltungs-Nr. 2671220003

Jugendredaktion OnAirft

Radio-Redaktion für Kinder / Jugendliche
ab 12 Jahren

Du hast Interesse an Radio? Du wolltest immer schon wissen, wie man eine Sendung moderiert oder als Reporter/in arbeitet? Du kannst Dir vorstellen, regelmäßig bei uns mitzumachen? Du bist mindestens 12 Jahre alt? Dann bist Du bei uns richtig! In dieser Jugendredaktion der Medienwerkstatt Katholisches Bildungsforum Rhein-Erft lernst Du zusammen mit anderen, wie „Radio Machen“ funktioniert. Hier kann man sich auf den Weg zur „Journalistin“ oder zum „Journalisten“ machen oder sich lieber mit der Tontechnik oder der Musikauswahl beschäftigen.



Mi 21.01. | 18.02. | 18.03. | 15.04. | 20.05. |

17.06. | 15.07.2026

17.30 – 21.15 Uhr

Martin Mölder

gebührenfrei | 7 x = 35 UE

Ort: Medienwerkstatt im Anton-Heinen-Haus

Kirchstraße 1b | 50126 Bergheim

Medienwerkstatt | 02271 4790-0

Veranstaltungs-Nr. 2671220001

Oster-Ohrenabenteuer - Let's podcast

Auf, ihr Hasen! Fertig! Los! Kinder zwischen 8 und 13 Jahren machen zusammen Programm. Wir suchen uns ein spannendes Thema. Mit Mikro und Aufnahmegerät geht es dann zu Aufnahmen nach Bergheim. Wir produzieren unsere eigene Sendung. Mit allem Pi-Pa-Po: Moderation, Musik, Umfragen, Interviews und lustigen kleinen Soundeffekten. Medientrainerin Babette Braun vermittelt die Technik für Aufnahme, Schnitt und Sprechen. Raus kommt dabei eine Stundensendung. Das Ergebnis ist dann auf NRWision sowie Spotify als Podcast und bei Radio Erft im Rahmen des Bürgerradios als ganze Sendung zu hören.

Eingeplant ist Zeit zum freien Spiel. Kurs für Anfängende 8 - 13 Jahre.

Zusatzinformation: Bitte einen Mittagsimbiss für die Mittagspause mitbringen.

Mo 30.03. – 02.04.2026

10.00 – 17.00 Uhr

Babette Braun

100,00 € | 4 x = 36 UE

Ort: Medienwerkstatt im Anton-Heinen-Haus

Kirchstraße 1b | 50126 Bergheim

Medienwerkstatt | 02271 4790-0

Veranstaltungs-Nr. 2671220004

Babysitting in Familien

Ein Ausbildungskurs mit Zertifikat
für Jugendliche von 14 bis 18 Jahren

Babysitten ist eine verantwortungsvolle Aufgabe für alle, die Spaß am Umgang mit Kindern haben, Familien unterstützen wollen und eine Verdienstmöglichkeit suchen.

Allgemeine Zielsetzungen des Kurses:

- Bereitschaft zur Übernahme von Verantwortung für sich und das Kind fördern
- Leben mit kleinen Kindern in der Familie als selbstverständlich und Freude bringend vermitteln
- Jugendliche zum zwar kurzzeitigen, aber möglichst eigenständigen und sicheren Umgang mit Kleinkindern und Kindern befähigen
- Auseinandersetzung mit relevanten Inhalten ermöglichen, z.B. pädagogische Themen, Ernährung, rechtliche Hintergründe
- Selbstreflexion
- Kritik- und Konfliktfähigkeit im Hinblick auf die Babysitter-Tätigkeit fördern
- Kommunikationskompetenzen fördern
- durch Babysitting die Familien stundenweise entlasten
- Kontakte zwischen Familien mit kleinen Kindern und Jugendlichen in der näheren Umgebung ermöglichen
- Jugendliche für eine verantwortliche Verdienstmöglichkeit qualifizieren
- 4-stündige Hospitation in einer Kindertagesstätte.

Nach Absolvierung aller Kurstermine und der Hospitation wird ein Zertifikat ausgestellt. Die Chancen, als Babysitter/in zu arbeiten, lassen sich - zusammen mit einer aussagekräftigen Bewerbung - durch das Zertifikat „Babysitting in Familien“ steigern.



shutterstock_135763108_Oksana Kuzmina

Die Kursteilnehmer/innen können zudem in Babysitter-Karteien der Familienzentren/ des Jugendamtes aufgenommen werden. Minderjährige brauchen die Einverständniserklärung der Eltern.

In Kooperation mit dem Jugendamt der Kreisstadt Bergheim.

Das Anmeldeformular senden wir auf Anfrage gerne zu.

Sie finden dieses auch auf unserer Webseite unter der Kursinformation.

Sa 20.06.2026, 13.00-18.45 Uhr

So 21.06.2026, 10.00-17.45 Uhr

Dorothee Breuer-Ant

20,00 € Für Teilnehmer/innen aus Bergheim übernimmt die Stadt Bergheim 10,00 € der Kursgebühr. | 2 x = 16 UE

Ort: Anton-Heinen-Haus

Kirchstraße 1b | 50126 Bergheim

Kreisstadt Bergheim

Monika Bitzer | 02271 89-0

Veranstaltungs-Nr. 2671690023



Wir machen den Feuerführerschein!

Experimentierkurse in der Kita

Feuer fasziniert uns alle, auch unsere Kinder. An diesem Tag dreht sich alles um das Feuer: wir machen Feuerexperimente, lernen, was wir tun, wenn es brennt, bauen zusammen ein Lagerfeuer auf. Nachdem wir Feuersteine, Schlagseisen und Feuerstrahl kennengelernt haben, zünden wir das Feuer an und rösten Marshmallows darin. Am Ende bekommen die Kinder einen Feuerführerschein ausgehändigt.



Mo 19.01.2026 | 09.00 – 11.15 Uhr

Petra Hölters

1 x = 3 UE

Ort: Kath. Kita St. Remigius

Kirchstraße 1c | 50126 Bergheim

Kath. Familienzentrum Bergheim-Mitte

Stefan Zöll | 02271 42825

Veranstaltungs-Nr. 2671620118

Di 20.01.2026 | 09.00 – 11.15 Uhr

Petra Hölters

1 x = 3 UE

Ort: Kath. Kita St. Remigius

Kirchstraße 1c | 50126 Bergheim

Kath. Familienzentrum Bergheim-Mitte

Stefan Zöll | 02271 42825

Veranstaltungs-Nr. 2671620119

Mo 26.01.2026 | 09.15 – 11.30 Uhr

Petra Hölters

1 x = 3 UE

Ort: Kath. Kita St. Pankratius

Kindergartenweg 6 | 50126 Bergheim

Kath. Familienzentrum Bergheim-Mitte

Sarah Bodewig | 02271 42341

Veranstaltungs-Nr. 2671620112

Di 27.01.2026 | 09.15 – 11.30 Uhr

Petra Hölters

1 x = 3 UE

Ort: Kath. Kita St. Pankratius

Kindergartenweg 6 | 50126 Bergheim

Kath. Familienzentrum Bergheim-Mitte

Sarah Bodewig | 02271 42341

Veranstaltungs-Nr. 2671620113

Forscherwerkstatt

Experimente zum Staunen
in der Kita St. Remigius

Bist du bereit für eine Reise voller spannender Entdeckungen? Welche Zutaten braucht man für Fluffy Slimy? Warum steigen die Blasen in einer Lavalampe nach oben? Und wie kann man Knete selber machen? Heute werdet ihr zu kleinen Forscherinnen und Forschern! Ihr führt selbstständig spannende Experimente durch, entdeckt naturwissenschaftliche Phänomene und erlebt, wie Wissenschaft richtig Spaß machen kann. Alle Experimente sind ungefährlich, kindgerecht und lassen sich mit Alltagsmaterialien aus dem Haushalt durchführen – so könnt ihr das Forschen zu Hause jederzeit fortsetzen.

Di 24.03.2026 | 15.00 – 17.15 Uhr

Petra Hölters

Gebühr auf Anfrage | 1 x = 3 UE

Ort: Kath. Kita St. Remigius

Kirchstraße 1c | 50126 Bergheim

Kath. Familienzentrum Bergheim-Mitte

Stefan Zöll | 02271 42825

Veranstaltungs-Nr. 2671620108

Sandküche in Kooperation mit der Kita St. Remigius



Sandküche D. Breuer-Ant

Do 09.04.2026 | 09.00 – 11.15 Uhr

Dorothee Breuer-Ant

1 x = 3 UE

Ort: Anton-Heinen-Haus

Kirchstraße 1b | 50126 Bergheim

Kath. Familienzentrum Bergheim-Mitte

Stefan Zöll | 02271 42825

Veranstaltungs-Nr. 2671620104

Kleiner Liederwanderweg der Kita St. Remigius

Für Eltern mit Kindern von 2-6 Jahren

„Singen gehört zur Natur des Menschen wie der Wind zu Wolken und Meer“
(Dr. Karl Adamek, Musiksoziologe)

Singen macht schlau, mutig und stärkt das Immunsystem!
Gerade für die Entwicklung von Kindern sind Singen, Musik und Bewegung so wichtig. Verbinden wir das Singen mit Bewegungs-, Finger- und Kreisspielen an der frischen Luft zu Liedern, die alle eines gemeinsam haben: sie machen viel Spaß! Das alte Volkslied findet dabei genau so viel Beachtung wie das Kinderlied!

Di 05.05.2026 | 15.00 – 16.00 Uhr

Judith Schmitz

Gebühr auf Anfrage | 1 x = 1 UE

Ort: Kath. Kita St. Remigius

Kirchstraße 1c | 50126 Bergheim

Kath. Familienzentrum Bergheim-Mitte

Stefan Zöll | 02271 42825

Veranstaltungs-Nr. 2671620092



Salbe und Lippenpflege selbst herstellen

Naturworkshop für (Groß-) Eltern mit Kindern von 4-6 Jahren

Eine gute Salbe kann viele kleine Beschwerden heilen: kleine Wunden, gereizte Haut, trockene Lippen etc. Natürlich können wir sie in der Apotheke oder Drogerie kaufen, aber es ist auch möglich, sie selbst herzustellen. In diesem Workshop werden wir mit wenigen Zutaten und Kräutern natürliche Salben und Lippenpflege herstellen. Ein preiswertes Produkt ohne Konservierungsstoffe.

Sa 17.01.2026 | 10.00 – 13.00 Uhr

Sylvie Côté
kostenfrei | 1 x = 4 UE
Ort: Ev. Kindertagesstätte Grüne Erde
Kennedystraße 6 | 50126 Bergheim
Ev. Familienzentrum Bergheim
Sabine Faßbender | 02271 56 98 076
Veranstaltungs-Nr. 2671610003

Schulreife – loslassen – vertrauen – ermutigen!

Der Wechsel vom Kindergarten in die erste Klasse ist nicht nur für Kinder ein großer Schritt. Es ist verständlich, dass Eltern verunsichert sind. Was können sie ihrem Kind schon zutrauen und wobei benötigt es noch Unterstützung? Diskussion und Austausch über Themen wie Schulreife, Schulwege, Hausaufgaben etc. können hilfreich sein, damit Eltern das Loslassen leichter fällt.

Do 29.01.2026 | 19.00 – 21.15 Uhr

Regina Hanenberg
kostenfrei | 1 x = 3 UE
Ort: Ev. Kindertagesstätte Grüne Erde
Kennedystraße 6 | 50126 Bergheim
Ev. Familienzentrum Bergheim
Sabine Faßbender | 02271 56 98 076
Veranstaltungs-Nr. 2671610011

Integration von Entspannung in Kindererziehung und Alltag

„Stress vs. Entspannung“: welche Stressoren- und Stress-Symptome sind bei Kindern im Vorschul- bzw. Grundschulalter zu beobachten? Was ist Entspannung bei Kindern eigentlich? Sie bekommen einen ersten Überblick über die verschiedenen Entspannungsarten bzw. Entspannungstechniken für Kinder. Wertvolle Tipps, wann und wo Sie Entspannungsübungen in Ihrem familiären Alltag als Eltern oder im beruflichen Umfeld mit Kindern einsetzen können, runden den Vortrag ab.

Sa 23.05.2026 | 10.00 – 12.15 Uhr

Stephanie Hahn
Gebühr auf Anfrage | 1 x = 3 UE
Ort: Ev. Kindertagesstätte Grüne Erde
Kennedystraße 6 | 50126 Bergheim
Ev. Familienzentrum Bergheim
Sabine Faßbender | 02271 56 98 076
Veranstaltungs-Nr. 2671610004



Mutig wie ein Löwe – Ängstlich wie eine Maus

Warum Kinder Angst und Mut brauchen!

„Ich habe aber Angst...“, ein Satz, der Eltherzen schmelzen lässt. Auf Mutlosigkeit, Unsicherheiten und Ängste zu reagieren, stellt für Eltern eine echte Herausforderung dar. An diesem Abend erfahren Eltern, warum Ängste ganz normal und wichtig für die Entwicklung der Persönlichkeit sind, aber auch, was sich dahinter verbergen könnte. Sie lernen Strategien kennen, die Kindern Mut machen, sich ihren Ängsten zu stellen, um daran zu wachsen.

Mo 26.01.2026 | 15.00 – 17.15 Uhr

Annette Ullrich
Gebühr auf Anfrage | 1 x = 3 UE
Ort: Kita und Familienzentrum Tigermaus
Hermann-Stehr-Straße 8 | 50126 Bergheim
Kita und Familienzentrum Tigermaus
Kristina Oberemm | 02271 41 432
Veranstaltungs-Nr. 2671610013



Hochsensible Kinder

Hochsensibel zu sein ist eine Herausforderung, aber nichts Negatives, es ist ein vermutlich angeborenes Persönlichkeitsmerkmal. Aber was tun wir, wenn Kinder hochsensibel sind? Wie können wir dem gerecht werden und auf diese Kinder eingehen? Gerne können die Teilnehmenden ihre eigenen Fragen und Erfahrungen mitbringen.

Do 22.01.2026 | 19.00 – 21.15 Uhr

Antje Borgelt
Gebühr auf Anfrage | 1 x = 3 UE
Ort: Kath. Kita St. Laurentius
Hessgasse 8 | 50129 Bergheim
Familienzentrum Triangel Bergheim
Silke Jantschek | 02238 4 32 42
Veranstaltungs-Nr. 2671610003

Schulreife – loslassen – vertrauen – ermutigen!

Der Wechsel vom Kindergarten in die erste Klasse ist nicht nur für Kinder ein großer Schritt. Es ist verständlich, dass Eltern verunsichert sind. Was können sie ihrem Kind schon zutrauen und wobei benötigt es noch Unterstützung? Diskussion und Austausch über Themen wie Schulreife, Schulwege, Hausaufgaben etc. können hilfreich sein, damit Eltern das Loslassen leichter fällt.

Di 17.03.2026 | 17.30 – 19.45 Uhr

Regina Hanenberg
Gebühr auf Anfrage | 1 x = 3 UE
Ort: Städt. Kita Die kleinen Strolche
Familienzentrum Die kleinen Strolche
Melissa Maaßen | 02271 91 118

Veranstaltungs-Nr. 2671610012

Ohne Windel - wann und wie?

Sauberkeitsentwicklung im Einklang mit dem Kleinkind

Beschäftigt Sie die Frage, wann und wie Sie Ihr Kind auf das Sauberwerden vorbereiten können? Oft ist die Sorge vorhanden, die Signale, die das Kind sendet, zu übersehen. An diesem Abend werden wir über die Zeichen und das entsprechende Wann und Wie sprechen, damit sowohl Sie als Eltern, als auch die Kinder die Zeit entspannt erwarten können.

Sa 28.02.2026 | 10.00 – 12.15 Uhr

Mi-Ä Krücker
Gebühr auf Anfrage | 1 x = 3 UE
Ort: Städt. Kita Die kleinen Strolche
Am Kapellenkreuz 22 | 50127 Bergheim
Familienzentrum Die kleinen Strolche
Melissa Maaßen | 02271 91 118

Veranstaltungs-Nr. 2671610020



Geschmacksparkours – fühlen wie's schmeckt

Wir lernen unsere Sinne besser kennen und begeben uns auf eine Reise verschiedenster Sinneserlebnisse.

Die Dozentin baut einen bunten Parcours auf, bei dem die Kinder aber auch die Erwachsenen einiges entdecken können:
Kinder haben oft die besseren Spürnasen, wenn es darum geht Duftdöschen den passenden Kräutern und Gewürzen zuzuordnen.
Anhand von Tastsäckchen, ertastet ihr die Oberflächen von Obst und Gemüsesorten. Natürlich wird auch einiges probiert, hierfür gibt es eine Blindverkostung. Aber auch Schüttelshakes machen Lust auf einen gesunden Snack! An der Getreidestation gibt es vieles zu entdecken und das Herstellen von Haferflocken begeistert Kinder für ein vielleicht bisher nicht so attraktives Lebensmittel.
Umrahmt wird die Veranstaltung mit einem kindgerechten Gespräch über fitmachende Frühstücks- und Snackideen. Außerdem nehmen wir gemeinsam die schlappmachenden Kinderlebensmittel unter die Lupe.



shutterstock_147929441_Konstantin

Mo 23.02.2026 | 15.00 – 18.00 Uhr

Helena Vetter
Gebühr auf Anfrage | 1 x = 4 UE
Ort: Kita Farbklecks I
Irisweg 34 | 50127 Bergheim
Familienzentrum Farbklecks im Verbund
Denise Perchtold | 02271 98 84 823

Veranstaltungs-Nr. 2671620085

Dinosaurier - Experimentierkurs

Für Eltern mit Kindern von 4-7 Jahren

Geht auf eine Reise in die Urzeit und erlebt Dinos hautnah! Es erwarten Euch viele verschiedene spannende Experimente rund um Dinosaurier, Ausgrabungen und Steinzeit. Kinder und Eltern forschen gemeinsam mit Gips, Farben und vielem mehr.

Sa 18.04.2026 | 10.00 – 13.00 Uhr

Susanne Reute
Gebühr auf Anfrage | 1 x = 4 UE
Ort: Kita Farbklecks I
Irisweg 34 | 50127 Bergheim
Familienzentrum Farbklecks im Verbund
Denise Perchtold | 02271 98 84 823

Veranstaltungs-Nr. 2671620084

Yoga für Körper und Seele

in Glessen in Kooperation
mit dem Familienzentrum

Achtsames Yoga eröffnet uns die Möglichkeit, unser inneres Gleichgewicht zu finden und gelassener mit den Anforderungen des Alltags umzugehen. Unser Körper wird beweglicher, der Atem freier, der Stoffwechsel aktiviert und die Konzentrationsfähigkeit gesteigert. Wir werden klassische Hatha Yoga Haltungen, Meditationen, Atem- und Entspannungsübungen praktizieren und bewusst erfahren. Die Selbstwahrnehmung wird geschult, eine tiefe Regeneration von Körper, Geist und Seele spürbar.

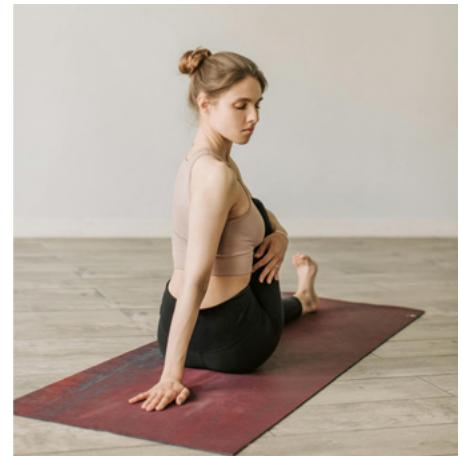
Bitte bringen Sie eine Decke oder einen warmen Pulli und dicke Socken mit.

Mo 02.02. – 22.06.2026

19.30 – 21.00 Uhr

Claudia Müller-Altena
78,20 € | 17 x = 34 UE
Ort: Kath. Kindergarten St. Pankratius
Pfarrer-Tirtey-Straße 2 | 50129 Bergheim
Kath. Familienzentrum Bergheim-Ost
Beatrice Lorz-Carlino | 02238 94 99 213

Veranstaltungs-Nr. 2671660042



© Kath. Bildungsförderung Rhein-Erft

QUALIFIZIERUNG



Teilnehmer/innen werden unterstützt, sich beruflich, fachlich und persönlich zu entwickeln. Qualifizierungsangebote richten sich an Neu- und Quereinsteiger/innen, die sich (um-) orientieren möchten, und an Profis, die ihre Fähigkeiten weiterentwickeln wollen, sowie an Interessierte, die den Wunsch haben, ihren fachlichen Horizont zu erweitern. Das gilt sowohl für eine berufliche Qualifizierung als auch für die von Ehrenamtlichen und Freiwilligen in ihrem Engagement.

Qualifizierung Kindertagespflege nach dem QHB

- Sie haben Freude an der Arbeit mit Kleinkindern?
- Sie haben großes Interesse für ihre inneren und äußeren Wachstumsprozesse?
- Sie haben den Wunsch, die Kinder in ihrer Entwicklung begleiten und unterstützen zu können?
- Sie haben Interesse an einer abwechslungsreichen, kreativen und emotional befriedigenden beruflichen Tätigkeit?

Dann ist die Tätigkeit als Tagespflegeperson vielleicht genau das Richtige für Sie! Steigen Sie jetzt in die Qualifizierung dazu beim Katholischen Bildungsforum ein.

Diese berufliche Qualifizierung findet nach den Standards des Qualifizierungshandbuch für die Kindertagespflege (QHB-Curriculum) statt und umfasst insgesamt 300 Unterrichtsstunden.
Kursrahmung:

Im tätigkeitsvorbereitenden Abschnitt mit 160 Unterrichtsstunden absolvieren Sie zusätzlich zwei Praktika zu jeweils 40 Stunden und haben eine Selbstlernerinheit im Umfang von 100 Unterrichtsstunden. Unter fachlicher Anleitung entwickeln Sie Ihren individuellen Businessplan und Ihre pädagogische Konzeption, die Sie in der tätigkeitsbegleitenden Phase überarbeiten können.

Den tätigkeitsbegleitenden Abschnitt mit insgesamt 140 Unterrichtsstunden und 40 Unterrichtsstunden Selbstlernerinheit absolvieren Sie neben Ihrer Tätigkeit als Tagespflegeperson. Im Anschluss an die jeweiligen Qualifizierungsabschnitte wird ein Zertifikat des Bundesverbands für Kindertagespflege e.V. verliehen.

Inhalte:

Relevantes pädagogisches, psychologisches und gesundheitsbezogenes Basiswissen mit Schwerpunkt im U3-Bereich
rechtliche und steuerliche Rahmenbedingungen
kontinuierliche Reflexion des eigenen und beruflichen Handelns.

Derzeit ist ein neuer Kurs geplant, der im Frühjahr startet. Fragen Sie gerne persönlich bei uns an.

Michael Baum
Baum@bildungsforum-rhein-erft.de
02271/479022

oder

Eva Brebeck-Nysten
Brebeck-Nysten@bildungsforum-rhein-erft.de
02271/479019



Zu allen durchgeführten Fortbildungen erhalten Sie im Anschluss eine Teilnahmebestätigung per E-Mail.

Kollegiale Fallberatung

Kollegiale Fallberatung bietet einen geschützten und strukturierten Rahmen, um herausfordernde Situationen aus dem pädagogischen Alltag gemeinsam zu reflektieren. Die Teilnehmenden bringen eigene Fälle ein, betrachten sie aus verschiedenen Perspektiven und entwickeln gemeinsam neue Lösungswege. Die Methode stärkt die professionelle Handlungskompetenz, fördert Selbstreflexion und eröffnet neue Blickwinkel. Der Austausch mit Kolleginnen und Kollegen unterstützt dabei, Belastungen zu reduzieren und Ressourcen zu aktivieren.

Ablauf:

In jedem Workshop werden reale Praxisfälle der Teilnehmenden bearbeitet. Die Treffen bieten Raum für Austausch, Feedback und neue Impulse für den Berufsalltag.

Mi 21.01., 13.05., 23.09. & 02.12.2026

17.30 – 20.30 Uhr

Isabella Arzt

Anja Mlodoch

75,00 € | 4 x = 16 UE

Ort: Anton-Heinen-Haus

Kirchstraße 1b | 50126 Bergheim

Kath. Bildungsforum Rhein-Erft | 02271 4790-0

Veranstaltungs-Nr. 2671690019

Das Problem sind nicht die Kinder, sondern die Eltern - Konflikte mit Eltern konstruktiv lösen

Dieser häufig gehörte Satz spiegelt ein verbreitetes Gefühl in der Arbeit mit Eltern wider. In diesem Workshop widmen wir uns genau diesem Phänomen und betrachten Konflikte aus einer neuen Perspektive.

Durch den Einsatz der Gewaltfreien Kommunikation (GFK) lernen Sie, Einfluss auf Konflikt-Dynamiken zu nehmen und ein tieferes Verständnis für die Sichtweisen der Eltern zu entwickeln. Sie erfahren, wie Sie konstruktiv auf Meinungsverschiedenheiten reagieren und eine wertschätzende Erziehungspartnerschaft aufbauen können.

Mit praktischen Techniken und Übungen unterstützen wir Sie dabei, schwierige Gespräche zu meistern und eine offene, respektvolle Kommunikation zu fördern.

Do 29.01.2026 | 17.30 – 20.30 Uhr

Anja Mlodoch

25,00 € | 1 x = 4 UE

Ort: Digital

Kath. Bildungsforum Rhein-Erft | 02271 4790-0

Veranstaltungs-Nr. 2671690014

Online-Veranstaltung

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



shutterstock_1606546525

Entwicklung heute souverän begleiten!

Was bedeutet heute „Entwicklung“ für ein Kind? Welche Maßstäbe sollen an Entwicklung gesetzt werden? Welche Faktoren führen zu einer guten Entwicklung? In der Entwicklungspsychologie – so wie im Alltagsleben überhaupt – haben sich viele Dinge in den letzten Jahren verändert.

In dieser Fortbildung erfahren Sie den neusten Stand zu Entwicklungsthemen, wie sie uns heute mit vollzeitbeschäftigen Eltern, langen Verweilzeiten in Betreuungseinrichtungen, zunehmender Fluchterfahrung und vieles mehr begegnen.

An diesem Tag ist auch Raum und Zeit für Fallbesprechungen.

Di 03.02.2026 | 18.00 – 21.00 Uhr

Konny Hanrath-Elsen

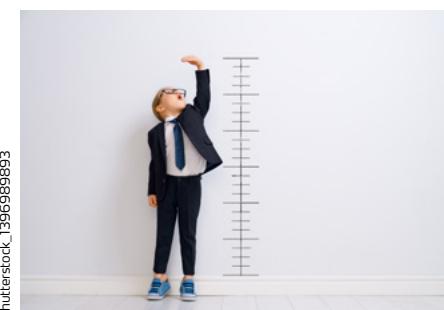
25,00 € | 1 x = 4 UE

Ort: Anton-Heinen-Haus

Kirchstraße 1b | 50126 Bergheim

Kath. Bildungsforum Rhein-Erft | 02271 4790-0

Veranstaltungs-Nr. 2671690001



Bildkommunikation

Unterstützende Kommunikation ist eine Möglichkeit für gelingende Kommunikation. Die Teilnehmer/innen erfahren die Grundlagen und erarbeiten praktische Beispiele für ihren Alltag.

Ein Kurs mit Praxisbezug und Anregungen. Bringen Sie bitte zum Kurstag Beispiele aus Ihrem Alltag ein, in dem Sie Bild und Symbolkarten nutzen.

Di 24.02.2026 | 18.00 – 21.00 Uhr

Jennifer Stollenwerk

25,00 € | 1 x = 4 UE

Ort: Digital

Kath. Bildungsforum Rhein-Erft | 02271 4790-0

Veranstaltungs-Nr. 2671690011

Online-Veranstaltung

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

Einführung in die Arbeit der Bewegungspädagogin Elfriede Hengstenberg Für pädagogische Kräfte in Kita und Schule, Physio- und Ergotherapeuten und interessierte Menschen.

In ihrer Arbeit ermöglichte die Bewegungspädagogin Elfriede Hengstenberg (1892 – 1992) den Kindern, ihren Körper zu spüren und ihr inneres und äußeres Gleichgewicht zu erforschen und nachzuentfalten. Hierzu nutzte sie einfache, stabile Bewegungsgeräte, wie Hocker, Leitern oder Bretter, die in Verbindung mit spielerischen Aufgaben, ein Experimentieren und Ausprobieren in allen motorischen Entwicklungsstufen ermöglichen.

Die Einführung bietet Einblicke in das Leben und die Arbeit von Elfriede Hengstenberg und ein erstes Kennenlernen und Ausprobieren der Bewegungselemente. Die Haltung des Erwachsenen, der die Kinder bei ihrem Tun begleitet, wird besonders intensiv in den Blick genommen. Die Teilnehmenden werden gebeten, Wollsocken, eine Augenbinde (dünner Schal ist auch möglich) und eine Decke mitzubringen. Ganz im Sinne Hengstenbergs werden wir barfuß arbeiten.

Di 10.03.2026 | 09.00 – 17.00 Uhr

Renate Niemiec

100,00 € | 1 x = 8 UE

Ort: Anton-Heinen-Haus

Kirchstraße 1b | 50126 Bergheim

Kath. Bildungsforum Rhein-Erft

Alexandra Parker | 02271 4790-0

Veranstaltungs-Nr. 2671250002



**Schnupperkurs:
Vom Bewerten zur echten Verbindung**

Unser Alltag ist geprägt von Bewertungen. Oft unbewusst ordnen wir Menschen und Situationen in Kategorien ein: gut oder schlecht, wichtig oder unwichtig, liebenswert oder nicht. Diese Muster geben uns Sicherheit und Orientierung – doch sie haben auch ihren Preis. Denn allzu oft stehen sie uns im Weg, wenn es darum geht, echte, tiefgehende Verbindungen zu schaffen. Was wäre, wenn wir die Welt – und uns selbst – mit einem wohlwollenderen Blick betrachten würden? Wenn wir weniger bewerten und mehr wahrnehmen?

In diesem Workshop nehmen wir uns Zeit für diese Fragen und erforschen gemeinsam, was es braucht, um uns wieder offener, authentischer und herzlicher zu begegnen. Mit kleinen Übungen und Impulsen laden wir mehr Verständnis, Mitgefühl und Verbindung in unser Leben ein.

Do 12.03.2026 | 18.00 – 20.15 Uhr

Anja Mlodoch

25,00 € | 1 x = 3 UE

Ort: Digital

Kath. Bildungsforum Rhein-Erft | 02271 4790-0

Veranstaltungs-Nr. 2671690015

 **Online-Veranstaltung**

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

shutterstock-111917816



Kreative Entwicklung

Kreativität von Anfang an –
Die kreative Entwicklung von Kindern U3

Zielgruppe:

Kindertagespflegepersonen, die Kinder unter drei Jahren begleiten und ihre natürliche Kreativität bewahren und fördern möchten.

Kursbeschreibung:

Kreativität beginnt nicht erst mit dem Malen oder Basteln. Sie entfaltet sich bereits in den ersten Lebensmonaten! Kreativität ist ein Ausdruck kindlicher Neugier und doch wird sie oft unbewusst eingeschränkt.

An diesem Kursabend lernen Sie, wie sich Kreativität bei Kindern unter drei Jahren entwickelt und welche Möglichkeiten es gibt, diese spielerisch zu unterstützen.

Sie erhalten einen spannenden Einblick in die kreative Denk- und Handlungsweise von Kleinkindern und erfahren, warum kreatives Erleben für ihre gesamte Entwicklung so wichtig ist. Mit einer kleinen praktischen Übung entdecken Sie, wie einfache Alltagsmaterialien zu kreativen Impulsgebern werden.

Inhalte:

Warum ist Kreativität für Kleinkinder so wichtig? Was bedeutet Kreativität? Wie können Erwachsene die kindliche Kreativität fördern? Was kann Kinder in der Entwicklung ihrer Kreativität hemmen? Einfache Wege, um kreatives Denken zu fördern. Praxisübung Selbsterfahrung

Mi 18.03.2026 | 17.30 – 20.30 Uhr

Isabella Arzt

25,00 € | 1 x = 4 UE

Ort: Anton-Heinen-Haus

Kirchstraße 1b | 50126 Bergheim

Kath. Bildungsforum Rhein-Erft | 02271 4790-0

Veranstaltungs-Nr. 2671690018

Sprachförderung, Mehrsprachigkeit im Pikler Sinne - ein Onlineangebot

Als KTP hat man einen Bildungsauftrag, der auch Sprachförderung beinhaltet. Doch was bedeutet Sprachförderung bei unter 3-jährigen Kindern in einem Umfeld mit einer Betreuungsperson auf bis zu fünf Kleinkinder? Wenn dann noch hinzukommt, dass die Kinder und ggf. auch die KTP einen anderen muttersprachlichen Hintergrund haben als Deutsch, wird es vielleicht richtig kompliziert?

In der Fortbildung werden wir uns die alltagstaugliche Lösung der Pikler-Pädagogik anschauen und auch, was die heutige Wissenschaft zum Thema sagt. Im Austausch werden wir praktisch das Thema dann vertiefen.

Do 30.04.2026 | 17.30 – 20.30 Uhr

Antje Borgelt

30,00 € | 1 x = 4 UE

Ort: Digital

Kath. Bildungsforum Rhein-Erft | 02271 4790-0

Veranstaltungs-Nr. 2671690022

 **Online-Veranstaltung**

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

Mit Sprachbarrieren im Dialog – Gespräche mit Eltern ohne Deutschkenntnisse führen

Du möchtest ein Gespräch mit Eltern führen, aber die gemeinsame Sprache fehlt? Kein flüssiger Dialog, keine schnelle Rückfrage, kein „Wir klären das eben mal schnell zwischen Tür und Angel“.

Stattdessen Missverständnisse, Frust und das Gefühl nicht verstanden worden zu sein. Klingt herausfordernd? Ist es auch.

Sprachbarrieren müssen jedoch kein Gesprächsskiller sein!

In diesem Online-Seminar lernst du, wie du trotz fehlender gemeinsamer Sprache gelingende Gespräche mit Eltern führen kannst. Durch gute Strategien und kreativen Methoden. Denn gute Kommunikation braucht mehr als nur dieselbe Sprache und Verständigung ist möglich, auch wenn's sprachlich erstmal hakt.

Do 26.03.2026 | 18.00 – 21.00 Uhr

Denise Nobis

25,00 € | 1 x = 4 UE

Ort: Digital

Kath. Bildungsforum Rhein-Erft | 02271 4790-0

Veranstaltungs-Nr. 2671690003

Online-Veranstaltung

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



Zu allen durchgeführten Fortbildungen erhalten Sie im Anschluss eine Teilnahmebestätigung per E-Mail.

Antragsstellung für Teilhabe- und Förderplan

In diesem Angebot haben Sie die Möglichkeit, an der Einführungsveranstaltung zur Antragstellung für Basis Leistung 1 und HPSL in der Kindertagespflege/Kindertagesstätte teilzunehmen. Zudem erhalten Sie Einsichten in den neuen TUF sowie Hilfestellungen zur Formulierung und Beispiele dafür, wie dieses Dokument ausgefüllt und als Arbeitsgrundlage verwendet werden kann.

Di 14.04.2026 | 18.00 – 21.00 Uhr

Jennifer Stollenwerk

25,00 € | 1 x = 4 UE

Ort: Digital

Kath. Bildungsforum Rhein-Erft | 02271 4790-0

Veranstaltungs-Nr. 2671690012



Online-Veranstaltung

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



shutterstock_312812552

Mental Strength – Ängste von Eltern und Kindern gut bewältigen.

Angst ist bei Kindern und Eltern zunehmend ein Thema. Welche Angstauslöser gibt es? Ab wann spricht man von einer Angststörung? In welchem Zusammenhang steht Angst mit der Umwelt? Die Statistik zeigt: Immer mehr Kinder und Jugendliche, aber auch Eltern leiden an ihrer Angst. In dieser Fortbildung lernen Sie Angst erkennen und einschätzen. Sie erfahren Wege, wie Sie Eltern gut unterstützen können und werden auch selbst ein Stück weit mental gestärkt, um im eigenen Alltag nicht in die Angstfalle zu geraten.

Di 05.05.2026 | 18.00 – 21.00 Uhr

Konny Hanrath-Elsen

25,00 € | 1 x = 4 UE

Ort: Anton-Heinen-Haus

Kirchstraße 1b | 50126 Bergheim

Kath. Bildungsforum Rhein-Erft | 02271 4790-0

Veranstaltungs-Nr. 2671690002



Starke Gespräche mit Eltern – Souverän auftreten und klar kommunizieren

Lerne, wie du mit der richtigen Wortwahl, Körpersprache und Fragetechnik Gespräche positiv beeinflussen kannst. Kennst du das Gefühl, in einem Elterngespräch plötzlich sprachlos zu sein? Oder die Befürchtung, wenn du deine Gedanken klar formulieren willst, doch dir die richtigen Worte fehlen?

Vielleicht hast du schon einmal gespürt, wie Unsicherheit und Nervosität dich durch das Gespräch begleiten.

Elterngespräche gehören zu den täglichen Aufgaben in unserer Einrichtung.

Nicht selten fühlen wir uns unsicher oder nervös, wenn wir schwierige Themen ansprechen müssen oder wir von Eltern zwischen Tür- und Angel abgefangen werden. Was sage ich, wenn Eltern emotional reagieren? Wie bringe ich meine Botschaft klar und wertschätzend rüber, ohne Missverständnisse oder Konflikte auszulösen? Und wie bleibe ich in stressigen Situationen ruhig und souverän?

Dieses Seminar bietet dir die Tools und Techniken, die du brauchst, um in Elterngesprächen sicher und selbstbewusst aufzutreten.

Lerne, wie du mit der richtigen Wortwahl, Körpersprache und Fragetechnik Gespräche positiv beeinflussen kannst – auch in herausfordernden Momenten. Erfahre, wie du deine persönliche Wirkung stärkst und Unsicherheiten überwindest, um Eltern professionell und mit Überzeugungskraft zu begegnen. Nach dem Seminar wirst du nicht nur souveräner kommunizieren, sondern dich auch wohler und sicherer in Gesprächen fühlen.

Mi 20.05.2026 | 18.00 – 21.00 Uhr

Denise Nobis

25,00 € | 1 x = 4 UE

Ort: Digital

Kath. Bildungsforum Rhein-Erft | 02271 4790-0

Veranstaltungs-Nr. 2671690004

Online-Veranstaltung

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

Freie Sprechstunde für Partizipation und Inklusion

In einem geschützten Rahmen können Sie Ihre Fragen stellen und gemeinsam mit anderen, unter professioneller Moderation Lösungen entwickeln, die auf Ihre individuellen Fälle zugeschnitten sind.

Mo 22.06.2026 | 18.00 – 21.00 Uhr

Jennifer Stollenwerk
25,00 € | 1 x = 4 UE
Ort: Digital
Kath. Bildungsforum Rhein-Erft | 02271 4790-0
Veranstaltungs-Nr. 2671690013



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

Warum lügen Kinder uns an? Kinderlügen erkennen, psychologischen Auswirkungen & der Umgang damit

In diesem Online-Seminar erfährst du, aus welchen Gründen Kinder uns anlügen, warum genau das zu ihrer Entwicklung dazu gehört, welche Arten von Lügen es gibt, wie wir eine Lüge erkennen können und wie wir damit umgehen sollten. Außerdem sprechen wir über die psychologischen Auswirkungen, die Lügen mit sich bringen; in welchem Alter Kinder anfangen zu lügen und über viele weitere interessante Punkte rund um das Thema.

Mi 02.09.2026 | 18.00 – 21.00 Uhr

Denise Nobis
25,00 € | 1 x = 4 UE
Ort: Digital
Kath. Bildungsforum Rhein-Erft | 02271 4790-0
Veranstaltungs-Nr. 2671690005



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



shutterstock_388591513

Umgang mit kranken Kindern in der Betreuungssituation

Umgang mit Erkrankungen in der KTP: Klarheit finden, Grenzen setzen und direkt kommunizieren. Schluss mit Ohnmacht, Misstrauen und Frustration, hin zu mehr Durchsetzung, Sicherheit und Spaß.

Mo 09.11.2026 | 17.30 – 20.30 Uhr

Isabella Arzt
25,00 € | 1 x = 4 UE
Ort: Anton-Heinen-Haus
Kirchstraße 1b | 50126 Bergheim
Kath. Bildungsforum Rhein-Erft | 02271 4790-0
Veranstaltungs-Nr. 2671690017



Zu allen durchgeföhrten Fortbildungen erhalten Sie im Anschluss eine Teilnahmebestätigung per E-Mail.

Nie wieder langweilige Elternabende

Plötzlich ist es wieder so weit, der nächste Elternabend in deiner Einrichtung steht an und vor einer Gruppe von Eltern zu sprechen fühlt sich doch nochmal etwas anders an als vor Kindern. Was muss ich beachten? Wie läuft ein Elternabend ab und wie kann ich diesen gestalten, ohne dass er zu einer langweiligen Pflichtveranstaltung wird? Diese und viele weitere Fragen zum Thema klären wir in diesem Online-Seminar

Kreative Ideen und der Austausch mit anderen Pädagoginnen und Pädagogen sorgen dafür, dass dein nächster Elternabend definitiv in positiver Erinnerung bleibt!

Inhalte:
Entlang des roten Fadens - Abläufe planen
Den richtigen Einstieg finden –
Kreative Ideen für eine lockere Atmosphäre
Elternabende als Gesprächskreis
Die Rolle der Pädagogischen Fachkraft - sicher auftreten & moderieren - Rollenverteilung innerhalb des Teams - Zwischen Vortrag & Austausch - Zeitmanagement

Do 03.12.2026 | 18.00 – 21.00 Uhr

Denise Nobis
25,00 € | 1 x = 4 UE
Ort: Digital
Kath. Bildungsforum Rhein-Erft | 02271 4790-0
Veranstaltungs-Nr. 2671690006



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

Betreuung von Kleinkindern

auf der Basis der Kleinkindpädagogik
der ungar. Kinderärztin Emmi Pikler

Qualifizierungsangebot von 80 U-Std. der katholischen Bildungseinrichtungen im Erzbistum Köln für pädagogische und pflegerische Fachkräfte in der Kindertagesbetreuung.
Dieser Fortbildungskurs informiert über die Bedürfnisse und die gesundheitsfördernde Entwicklung von Kindern in den ersten Lebensjahren. Er führt in die Forschungen und Erfahrungen der Kinderärztin Dr. Emmi Pikler (1902-1984) ein, die als Familienärztin und langjährige Leiterin eines Kinderheimes wichtige Erkenntnisse und Handlungsansätze für ein gesundes Aufwachsen formuliert hat. Schon 1980 hat die WHO (Weltgesundheitsorganisation) diesen pädagogischen Ansatz anerkannt. Emmi Piklers Forschungen und Praxiserfahrungen zeigen, wie die frühkindliche Entwicklung kompetent unterstützt und begleitet werden kann, so dass auch Kinder, die früh außerhalb der Familie betreut werden, physisch und psychisch gesund bleiben können. Die Betreuungssituation von Kleinkindern erfordert eine gute Vorbereitung, damit sich die Kinder in sicheren, stabilen Beziehungen geborgen fühlen und zufrieden sein können. Dies ist die Voraussetzung dafür, dass sie lernen, sich aus eigener Initiative zu bewegen und gemäß ihren Interessen zu spielen. Die Fortbildung zielt auf eine gesundheitsfördernde pädagogische Weiterentwicklung der Betreuungsformen für Kleinkinder. Zur Vertiefung werden zweitägige Teamfortbildungen in den Kindertageseinrichtungen, der Anschluss an eine regionale Arbeitsgruppe, einzelne Fortbildungstage und die Weiterbildung zur Pikler®-Pädagogin angeboten.

Mi 25.02. – 01.07.2026

09.00 – 16.30 Uhr

Reinhild Heuer

Renate Niemiec

600,00 € | 10 x = 80 UE

Ort: Anton-Heinen-Haus

Kirchstraße 1b | 50126 Bergheim

Kath. Bildungsforum Rhein-Erft

Alexandra Parker | 02271 4790-0

Veranstaltungs-Nr. 2671250001



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



Bechtloff 22224



SchulTag - Wir qualifizieren für den offenen Ganztags!

Die offene Ganztagschule ist ein wichtiger Lern- und Lebensort für die Kinder und ein zentrales Unterstützungssystem für Familien. Die Arbeit in der offenen Ganztagschule ist eine anspruchsvolle pädagogische Tätigkeit und macht viel Freude!

Hierfür müssen Sie gut qualifiziert sein. Das heißt, sich mit dem Lebenswelten von Kindern auseinandersetzen, Grundlagen pädagogischer Gestaltung kennen, kompetent im Umgang mit unterschiedlichen Gruppen sein und vieles mehr. Unser Qualifizierungskonzept hierfür heißt SchulTag und ist seit fast 20 Jahren **die** Qualifizierung für pädagogische Fachkräfte im Offenen Ganztag. Die Bedürfnisse der Kinder sind dabei unsere wichtigste handlungsleitende Perspektive.

Das SchulTag-Kursangebot ist für Menschen die künftig in der OGS arbeiten wollen und für diejenigen die bereits im Ganztag tätig sind (**Grund- und Aufbaukurs**), für die, die sich zu bestimmten Themen gezielt weiterbilden möchten (**SchulTag Plus**) und für die, die ihr Handeln hin zu einer Leitungsfunktion professionalisieren und qualifizieren wollen (**Gruppenleitungskurs**).

Ein SchulTag-Kurs ist **das Richtige für Sie**, wenn Sie:

- gerne von und mit anderen lernen,
- Ihr eigenes pädagogisches Handeln reflektieren und professionalisieren möchten,
- von den Erfahrungen von qualifizierten Dozentinnen und Dozenten profitieren wollen,
- eine kooperative und angenehme Lernatmosphäre schätzen
- und am Ende ein anerkanntes Zertifikat in den Händen halten möchten!

Informationen zu allen SchulTag Kursen erhalten Sie bei

Michael Baum | 02271 4790 22
baum@bildungsforum-rhein-erft.de

Eine Ermäßigung der Teilnahmegebühren durch einen Bildungsscheck ist ggf. möglich.
Bei Bedarf kann auch eine Ratenzahlung vereinbart werden - sprechen Sie uns gerne hierzu an!



Babysitting in Familien

Ein Ausbildungskurs mit Zertifikat für Jugendliche von 14 bis 18 Jahren

Babysitten ist eine verantwortungsvolle Aufgabe für alle, die Spaß am Umgang mit Kindern haben, Familien unterstützen wollen und eine Verdienstmöglichkeit suchen.

Allgemeine Zielsetzungen des Kurses:

- Bereitschaft zur Übernahme von Verantwortung für sich und das Kind fördern
- Leben mit kleinen Kindern in der Familie als selbstverständlich und Freude bringend vermitteln
- Jugendliche zum zwar kurzzeitigen, aber möglichst eigenständigen und sicheren Umgang mit Kleinkindern und Kindern befähigen
- Auseinandersetzung mit relevanten Inhalten ermöglichen, z.B. pädagogische Themen, Ernährung, rechtliche Hintergründe
- Selbstreflexion, Kritik- und Konfliktfähigkeit im Hinblick auf die Babysitter-Tätigkeit fördern
- Kommunikationskompetenzen fördern
- durch Babysitting die Familien stundenweise entlasten
- Kontakte zwischen Familien mit kleinen Kindern und Jugendlichen in der näheren Umgebung ermöglichen
- Jugendliche für eine verantwortliche Verdienstmöglichkeit qualifizieren
- 4-stündige Hospitation in einer Kindertagesstätte.

Nach Absolvierung aller Kurstermine und der Hospitation wird ein Zertifikat ausgestellt. Die Chancen, als Babysitter/in zu arbeiten, lassen sich - zusammen mit einer aussagekräftigen Bewerbung - durch das Zertifikat „Babysitting in Familien“ steigern.

Die Kursteilnehmer/innen können zudem in Babysitter-Karteien der Familienzentren/ des Jugendamtes aufgenommen werden.
Minderjährige brauchen die Einverständniserklärung der Eltern.

In Kooperation mit dem Jugendamt der Kreisstadt Bergheim.

Das Anmeldeformular senden wir auf Anfrage gerne zu.

Sie finden dieses auch auf unserer Webseite unter der Kursinformation.

Sa 20.06.2026, 13.00-18.45 Uhr

So 21.06.2026, 10.00-17.45 Uhr

Dorothee Breuer-Ant

20,00 €

Für Teilnehmer/innen aus Bergheim übernimmt die Stadt Bergheim 10,00 € der Kursgebühr. |

2 x = 16 UE

Ort: Anton-Heinen-Haus

Kirchstraße 1b | 50126 Bergheim

Kreisstadt Bergheim

Monika Bitzer | 02271 89-0

Veranstaltungs-Nr. 2671690023



Workshops, Teamevents, Kindergeburtstag?

Sie suchen Räumlichkeiten für Sitzungen oder Workshops?

- Wir bieten Räume in verschiedensten Größen und Konfigurationen, mit Moderations- und Tagungstechnik

Sie wollen ein unvergessliches Teamevent kreieren und brauchen dazu Platz und Ideen?

- Mieten Sie unsere Lehrküche oder Turnhalle und wir vermitteln Ihnen eine passende Lehrkraft für ein gemeinsames Koch- oder Sportevent gleich mit

Sie suchen noch eine tolle und lehrreiche Möglichkeit, um einen Kindergeburtstag auszurichten?

- In unserer Medienwerkstatt mit Radiostudio können Ihre Kinder mit erfahrenen Medienpädagog/inn/en ein Hörspiel entwickeln, einen Podcast aufnehmen und vieles mehr

Kontakt und Informationen:

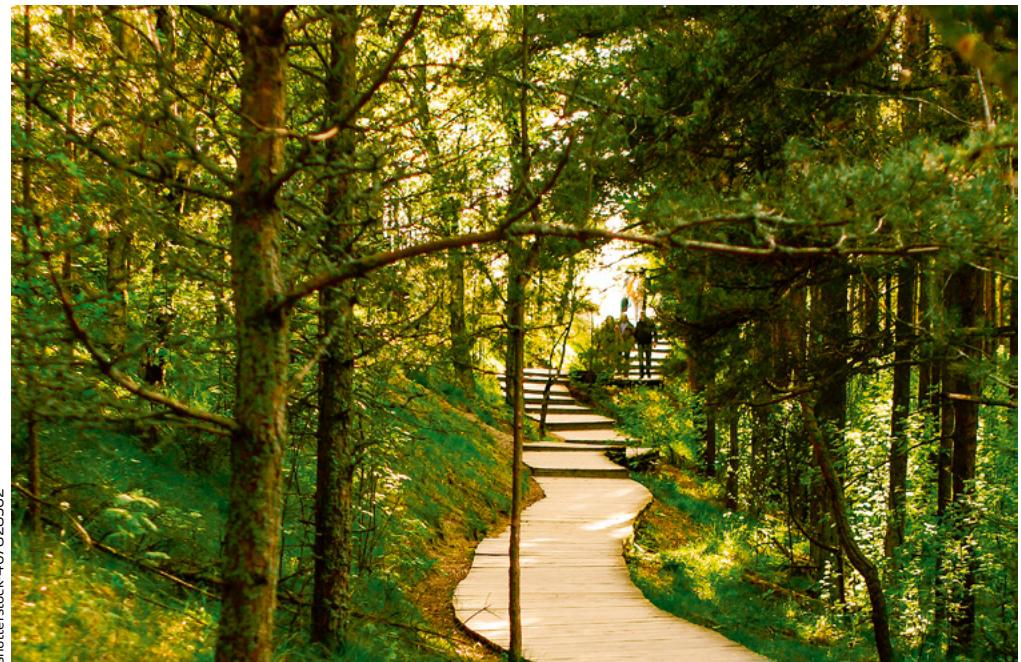
Katholisches Bildungsforum Rhein-Erft
Anton-Heinen-Haus
Kirchstraße 1b, 50126 Bergheim

info@bildungsforum-rhein-erft.de

02271 - 4790-0



PERSÖNLICHE ENTWICKLUNG



Wer bin ich? Wer könnte ich sein? Wann bin ich wirklich ich? Diese Fragen stellen sich in jeder Lebensphase neu. Eine Identität auszubilden, ist ein lebenslanger Prozess und stellt uns immer wieder vor neue Herausforderungen und Möglichkeiten. In unseren Bildungsangeboten stellen wir Sinnfragen und regen an, aus dem Alltag auszuscheren. Wir schulen Achtsamkeit für uns selbst und für die Menschen, mit denen wir leben. Wir vermitteln Kommunikationsfertigkeiten, um das eigene Leben für und die Beziehungen zu anderen gestalten und Entscheidungen treffen zu können, dass das Leben gelingt.

Treffpunkt Parkinson

für Betroffene und ihre Angehörigen

Sie kennen die Diagnose „Parkinson“? Hier können Sie sich mit dieser Krankheit auseinandersetzen. Sie können Ihre Alltagsprobleme besprechen und sich um Hilfe zur Selbsthilfe bemühen. Sie erhalten aktuelle Informationen über das Krankheitsbild und können Erfahrungen austauschen. Unterstützt werden Sie dabei durch Ärzte und Fachreferenten. Gemeinsam können Sie lernen, Grenzen zu respektieren, aber auch positive Möglichkeiten voll auszuschöpfen, Mut zu fassen und Selbstvertrauen zu gewinnen.
Die Treffen sind kostenfrei.

Mo 12.01. – 07.12.2026

15.00 – 17.15 Uhr

Annette Ullrich

gebührenfrei | 11 x = 33 UE

Ort: Anton-Heinen-Haus

Kirchstraße 1b | 50126 Bergheim

Kath. Bildungsforum Rhein-Erft | 02271 4790-0

Veranstaltungs-Nr. 2671750006

SANDZEIT

Möglichkeiten zum Erinnern, Spüren und Da-Sein für Menschen mit Demenz

Ein Raum, vorbereitet mit feinem weißem Sand und auf Tischen liebevoll arrangierten Gegenständen aus Natur, Küche, Heim und Werkstatt. Ein Ort, der einlädt sich wieder zu spüren, zu erinnern, zu sein und zu er-leben: Feinkörniger Sand, durch meine Finger rieselnd und rinnend. Füllen, ausgießen, umfüllen, hantieren und probieren. Kurze Momente zum Fühlen, Erinnern, entdecken, sich wieder finden und gestalten - eine kleine Welt mit Sand.

Fr 16.01.2026 | 15.00 – 17.15 Uhr

Dorothée Breuer-Ant

Annette Ullrich

gebührenfrei | 1 x = 3 UE

Ort: Awo Seniorenzentrum Bergheim-Kenten

Am Vogelwäldchen 2 | 50126 Bergheim

AWO Seniorenzentrum Bergheim-Kenten

Regina Kahlbohm

Veranstaltungs-Nr. 2671750160

Fr 20.03.2026 | 15.00 – 17.15 Uhr

Dorothée Breuer-Ant

Annette Ullrich

gebührenfrei | 1 x = 3 UE

Ort: Anton-Heinen-Haus

Kirchstraße 1b | 50126 Bergheim

Kath. Bildungsforum Rhein-Erft | 02271 4790-0

Veranstaltungs-Nr. 2671750159

Geistig fit im Alter / Alltag

Gedächtnistraining

Jede/r von uns weiß, wie wichtig regelmäßige Bewegung für Körper und Seele ist. Dabei sollte die geistige Fitness auch nicht zu kurz kommen. Gedächtnistraining gibt den kleinen grauen Zellen den nötigen Schwung, den sie brauchen, um lange leistungsstark zu bleiben.

Mit viel Humor und guter Laune bringen wir gemeinsam diese grauen Zellen in Schwung. Die Dozentin zeigt Ihnen mit abwechslungsreichen und einfachen Übungen, wie ein geistiges Fitnessprogramm aussehen kann und wie man bei regelmäßigem Training enorme Erfolge mit wenig Aufwand erzielen kann.

Sie möchten Ihr Kurzzeitgedächtnis und die Konzentration fitter machen, so dass Sie zukünftig besser auf den Einkaufszettel verzichten können? Dann zeigt die Dozentin Ihnen gerne interessante Übungen gegen das Vergessen! Aber auch andere Bereiche wie die Wortfindung und das Logische Denken werden trainiert. Wer hat das nicht schon mal erlebt, dass uns „das

Wort auf der Zunge liegt", wir aber nicht darauf kommen. Oder wir stehen im Keller und wissen nicht mehr, was wir holen wollten. Gemeinschafts- und Partnerübungen sorgen für eine entspannte und humorvolle Stunde in geselliger Runde von Gleichgesinnten. Verleben Sie geistreiche 60 Minuten und helfen Sie Ihrem Gehirn auf die Sprünge.

Judith Schmitz

Ort: Anton-Heinen-Haus
Kirchstraße 1b | 50126 Bergheim
Kath. Bildungsforum Rhein-Erft | 02271 4790-0

Mi 28.01. – 25.03.2026

10.30 – 11.30 Uhr

40,00 € | 5 x = 5 UE

Veranstaltungs-Nr. 2671750002

Mi 15.04. – 10.06.2026

10.30 – 11.30 Uhr

48,00 € | 6 x = 6 UE

Veranstaltungs-Nr. 2671750008

Mi 08.07. – 23.09.2026

10.30 – 11.30 Uhr

32,00 € | 4 x = 4 UE

Veranstaltungs-Nr. 2671750009

Schöne Aussichten – Lebenskunst im Alter

Ein Kurs für ältere Paare auf dem Weg in einen neuen Lebensabschnitt

Die Kinder sind aus dem Haus, das Berufsleben liegt hinter Ihnen, und die Verantwortung für die eigenen Eltern ist weitgehend erfüllt – nun entsteht Raum für neue Ideen, Wünsche und Perspektiven. Doch was, wenn die Vorstellungen voneinander abweichen? Wenn unterschiedliche Interessen das Miteinander herausfordern?

In diesem Kurs erhalten Sie Impulse und Werkzeuge, um Ihr bisheriges Leben zu würdigen und Ihre gemeinsame Zukunft aktiv zu gestalten. Sie haben die Möglichkeit, Ihre persönlichen Wünsche und Vorstellungen zu reflektieren, gemeinsam Pläne zu entwickeln und herauszufinden, wie Sie diesen neuen Lebensabschnitt bewusst und in guter Verbindung miteinander gestalten möchten.

Die Inhalte werden in der Gruppe vermittelt, zusätzlich bietet der Kurs Raum für vertrauliche Gespräche zu zweit.

Sa 31.01.2026 | 10.00 – 12.15 Uhr

Michael Bruckner
2,50 € | 1 x = 3 UE
Ort: Anton-Heinen-Haus
Kirchstraße 1b | 50126 Bergheim
Kath. Bildungsforum Rhein-Erft | 02271 4790-0

Veranstaltungs-Nr. 2671750001

Inklusives Malprojekt – Ressourcen erkennen und steigern

Zusammen mit Klienten und Betreuern der St. Augustinus Gruppe wird im Augustinus Café in Bergheim ein Malatelier eröffnet. Montags ab 14:00 Uhr treffen sich interessierte Menschen zunächst zum gemütlichen Austausch und ggf. Kaffeeklatsch im Café. Anschließend wird von 15-17:15 Uhr der Farbpinsel geschwungen, damit kreative Werke entstehen können.

Egal, ob Sie Ihre Leidenschaft schon in diesem Feld entdeckt haben, oder noch keine Berührung damit hatten - unter Anleitung unserer einfühlsamen Künstlerin können Sie sich kreativ ausprobieren und mit Spaß am Tun inklusive Zeit miteinander verbringen. Es entsteht eine Materialumlage.

Bitte melden Sie sich direkt im Augustinus - Café Hauptstraße 45-47, 50126 Bergheim an!

Kirstin Köcher
Ort: Augustinus Café
Hauptstr. 45 | 50126 Bergheim
Anika Kratz

Mo 23.02. – 30.03.2026

15.00 – 17.15 Uhr
Materialumlage nach Verbrauch | 6 x = 18 UE
Veranstaltungs-Nr. 2671660243

Mo 20.04. – 01.06.2026

15.00 – 17.15 Uhr
Materialumlage nach Verbrauch | 6 x = 18 UE
Veranstaltungs-Nr. 2671660245

Lieblingsmusik - Musik und Kaffee

Musik ist aus unserem Leben nicht wegzudenken. Ob bei Festen und Feiern, in der Werbung oder beim Zahnarzt – Musik hat viele Facetten. Viele Menschen haben auch oft eine Lieblingsmusik. Stücke aus der Klassik, aus dem Jazz oder auch der gute alte Schlager kann das Herz beflügeln. Bei einer guten Tasse Kaffee und leckeren Keksen wollen wir Ihre Lieblingsmusik anhören und uns darüber austauschen. Und wenn Sie noch keine Lieblingsmusik haben – bei uns finden Sie diese ganz bestimmt.



© Kath. Bildungsforum Rhein-Erft

Di 03.03., Di 05.05., Di 02.06. &

Di 07.07.2026
09.30 – 11.00 Uhr
Konny Hanrath-Elsen
25,00 € | 4 x = 8 UE
Ort: Anton-Heinen-Haus
Kirchstraße 1b | 50126 Bergheim
Kath. Bildungsforum Rhein-Erft | 02271 4790-0
Veranstaltungs-Nr. 2671660077

Das Gipfelkreuz - Ein künstlerisch-meditatives Angebot

Mit dem Feuer der Begeisterung fällt es leicht, Ziele zu erkennen und zu erreichen.

Nach dem Kennenlernen begeben Sie sich auf eine Phantasiereise zu Ihrem persönlichen Gipfelkreuz. Es lässt Sie Hindernisse und Blockaden überwinden, um Sie zum Ziel zu führen! Anschließend lassen Sie Ihre Energien und Gefühle in ein eigenes Gemälde einfließen. Sie gestalten Ihr persönliches Bild auf einer Leinwand mit Acrylfarben. Dieses kann Ihnen die Ziele dauerhaft vor Augen führen.

Malkenntnisse sind nicht erforderlich. Sie sind hier auch richtig, wenn Sie noch nie gemalt haben!

Bitte bringen Sie einen Malkittel mit. Die Dozentin besorgt die erforderlichen Materialien für die Bilder. Die Umlage dafür ist in der Teilnahmegebühr bereits enthalten.

Sa 21.03.2026 | 10.00 – 13.45 Uhr

Kirstin Köcher
32,00 € inkl. Materialumlage | 1 x = 5 UE
Ort: Anton-Heinen-Haus
Kirchstraße 1b | 50126 Bergheim
Kath. Bildungsforum Rhein-Erft | 02271 4790-0
Veranstaltungs-Nr. 2671660093

Hilfe aus der Natur - Kleine Hausapotheke

Ob zu Fuß, mit dem Fahrrad oder gemeinsam mit der Familie – wer draußen unterwegs ist, kennt es: Kleine Missgeschicke passieren schnell. Eine Blase am Fuß, ein Wespenstich oder ein unglücklicher Kontakt mit Brennnesseln können die Freude an der Tour trüben. Zum Glück bietet uns die Natur selbst eine ganze Hausapotheke an hilfreichen Kräutern.

Heute lernst Du unsere heimischen Heilpflanzen kennen. Im Mittelpunkt stehen dabei die „Erste-Hilfe-Kräuter“ am Wegesrand: Welche Pflanzen können sofort Linderung verschaffen, und welche eignen sich für eine kleine „Wanderapotheke“ zum Mitnehmen? Praktisch wird auch gearbeitet, wir erstellen einen Anti-Juck Roll-on, röhren eine Heilsalbe und noch viel mehr. Alles Produkte, die dann auch mit nach Hause genommen werden können.

Fr 17.04.2026 | 18.00 – 20.15 Uhr

Petra Hölters
28,00 € | 1 x = 3 UE
Ort: Anton-Heinen-Haus
Kirchstraße 1b | 50126 Bergheim
Kath. Bildungsforum Rhein-Erft | 02271 4790-0
Veranstaltungs-Nr. 2671660247

Gospelworkshop- Schnupperangebot

Sie wollten immer schon mal Worship- und Gospel-Singen probieren? Sie haben Lust auf nette Leute, die gerne singen? Sie wollen vielleicht einfach Ihre Stimme ausprobieren? Dann sind Sie in diesem Kurs genau richtig. Neben einer Einführung in die Stimmbildung singen wir coole bekannte und weniger bekannten Worship-Songs und Gospels. Erleben Sie das einzigartige Gefühl von tragender Gemeinschaft, unbändiger Energie und tief berührender Geschichte, die in dieser Musik steckt. Vorkenntnisse sind nicht erforderlich!

Sa 09.05.2026 | 09.00 – 12.30 Uhr

Konny Hanrath-Elsen
15,00 € | 1 x = 4 UE
Ort: Anton-Heinen-Haus
Kirchstraße 1b | 50126 Bergheim
Kath. Bildungsforum Rhein-Erft | 02271 4790-0
Veranstaltungs-Nr. 2671660057

Die heilende Kraft des inneren Kindes

Jeder Mensch braucht einen Ort an dem er sich sicher, geborgen und geliebt fühlt, und er ganz er selbst sein kann. Das innere Kind ist ein hilfreiches und mächtiges Symbol für den Umgang mit uns selbst und den Menschen, mit denen wir uns verbunden fühlen. Das innere Kind kann auch als die unbewusste Ebene unserer Persönlichkeit und als Summe aller verinnerlichten Prägungen unserer Kindheit betrachtet werden. Die Art und Weise, wie wir groß geworden sind und wie wir die Liebe oder auch Unliebe unserer Eltern erfahren haben ist auch im späteren Leben noch unbewusst wirksam. In vielen Situationen sind wir wieder dieses Kind und manchmal wird so die Entwicklung von reifen Beziehungen verhindert. Daher ist unser, inneres Kind' ein wichtiger Schlüssel zu unserer Liebe, unserer Lebendigkeit und zu unseren Gefühlen. In diesem Seminar geht es darum, das innere Kind in sich zu entdecken, mit ihm in Kontakt zu treten und Verantwortung für diesen Anteil in uns zu übernehmen, damit wir zu mehr emotionaler Ausgeglichenheit, verlässlichen Beziehungen, Wohlbefinden und Lebensfreude finden.

Fr 12.06. & Sa 13.06.2026

17.00 – 21.00 Uhr
Danica Montuori
151,00 € | 2 x = 13 UE
Ort: Anton-Heinen-Haus
Kath. Bildungsforum Rhein-Erft | 02271 4790-0
Veranstaltungs-Nr. 2671640003



 Kölner Dom / Führungen

**Innenraum
Schatzkammer
Ausgrabungen
Baptisterium
Dach
Glocken**

Erleben Sie mit uns den Kölner Dom!

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

Auch unsere Führungen in den romanischen Kirchen Kölns sind pädagogisch hervorragend dazu geeignet, Alt und Jung mit Kirchorten als religiösen Wirkstätten neu in Berührung zu bringen sowie exklusive Einblicke in deren faszinierende Bau- und Kunstgeschichte zu gewähren.

Für Führungen im Dom besuchen Sie bitte www.domfuehrungen-koeln.de (siehe auch QR-Code), sämtliche Führungen in den romanischen Kirchen finden Sie auf www.domforum.de!



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

 DOMFORUM • Domkloster 3 • 50667 Köln

KULTUR



Sich mit Kultur zu beschäftigen und der Fantasie freien Lauf zu lassen, tut gut und inspiriert. In unseren Kreativkursen, Ausstellungen und Lesungen finden Menschen jeden Alters und jeder Herkunft oftmals überraschende Zugänge, um sich mit Lebens- und Existenzfragen zu beschäftigen. Sei es, indem sie ein gutes Buch lesen und mit Gleichgesinnten darüber sprechen. Sei es, indem sie ein Kunstwerk bestaunen, singen, malen, einander Geschichten erzählen oder mit bekannten Künstlerinnen und Künstlern diskutieren. Kultur ist nicht nur für alle da – sie geht auch jeden an.

Acrylmalerei - Malen leicht erlernt

Jeder Mensch kann Malen lernen. Mit einfachen Schwüngen wird ein erster Einstieg vermittelt. Die Teilnehmer/innen erlernen den Umgang mit Pinsel und Farbe.
Dieser Kurs findet erstmals im Pfarrheim St. Willibrord in Bedburg-Kirdorf statt und sucht weitere Kursteilnehmer/innen!
Bitte bringen Sie folgende Materialien mit:
Aquarellblock, Acrylfarben, Rundpinsel Nr. 9 und 10 für Acrylmalerei, Lappen, alte weiße Untertasse, Wachsdecke o.ä. als Unterlage



Di 13.01. – 24.03.2026

09.30 – 11.45 Uhr

Dagmar Winkler-Wolff

120,00 € | 10 x = 30 UE

Ort: Pfarrsaal St. Willibrord, Kirdorf

Theodor-Heuss-Str. 8 | 50181 Bedburg

Kath. Bildungsforum Rhein-Erft

Eva Brebeck-Nysten | Telefon 02271 4790-19

Veranstaltungs-Nr. 2671660119

Di 21.04. – 07.07.2026

09.30 – 11.45 Uhr

Dagmar Winkler-Wolff

132,00 € | 11 x = 33 UE

Ort: Pfarrsaal St. Willibrord, Kirdorf

Theodor-Heuss-Str. 8 | 50181 Bedburg

Kath. Bildungsforum Rhein-Erft

Eva Brebeck-Nysten | Telefon 02271 4790-19

Veranstaltungs-Nr. 2671660120

Töpfern – deine kreative Auszeit am Abend

Dieser Kurs ist sowohl für Einsteiger als auch Fortgeschrittene konzipiert. Anfängern werden die grundlegenden Techniken und Fertigkeiten des Umgangs mit Ton vermittelt, während Fortgeschrittene die Möglichkeit haben, an vorgegebenen Themen zu arbeiten oder ihre eigenen Ideen umzusetzen. Ob selbstständig, unter Anleitung oder mit Unterstützung der Kursleitung – wir können töpfern, aufbauen, modellieren, engobieren, glasieren und experimentieren. Dabei lernen wir von- und miteinander. Mit Beachtung einiger grundlegender Regeln eröffnet der Werkstoff Ton schier endlose kreative Möglichkeiten und Freiheiten!

Materialkosten für Ton und Glasuren sind nicht in der Kursgebühr enthalten und werden nach Verbrauch abgerechnet. Die Brennkosten sind bereits in der Gebühr enthalten.

Sabine Servos

Ort: Anton-Heinen-Haus

Kirchstraße 1b | 50126 Bergheim

Kath. Bildungsforum Rhein-Erft | 02271 4790-0

Di 20.01. – 24.03.2026

19.00 – 21.15 Uhr

162,00 € zzgl. Materialkosten nach Verbrauch

9 x = 27 UE

Veranstaltungs-Nr. 2671660034

Di 14.04. – 30.06.2026

19.00 – 21.15 Uhr

180,00 € zzgl. Materialkosten nach Verbrauch

10 x = 30 UE

Veranstaltungs-Nr. 2671660035

Töpfern – deine kreative Auszeit am Morgen

Dieser Kurs ist sowohl für Einsteiger als auch Fortgeschrittene konzipiert. Anfängern werden die grundlegenden Techniken und Fertigkeiten des Umgangs mit Ton vermittelt, während Fortgeschrittene die Möglichkeit haben, an vorgegebenen Themen zu arbeiten oder ihre eigenen Ideen umzusetzen. Ob selbstständig, unter Anleitung oder mit Unterstützung der Kursleitung – wir können töpfern, aufbauen, modellieren, engobieren, glasieren und experimentieren. Dabei lernen wir von- und miteinander. Mit Beachtung einiger grundlegender Regeln eröffnet der Werkstoff Ton schier endlose kreative Möglichkeiten und Freiheiten!

Materialkosten für Ton und Glasuren sind nicht in der Kursgebühr enthalten und werden nach Verbrauch abgerechnet. Die Brennkosten sind bereits in der Gebühr enthalten.

Sabine Servos
Ort: Anton-Heinen-Haus
Kirchstraße 1b | 50126 Bergheim
Kath. Bildungsforum Rhein-Erft | 02271 4790-0

Do 22.01. – 26.03.2026

10.30 – 12.45 Uhr

162,00 € zzgl. Materialkosten nach Verbrauch

9 x = 27 UE

Veranstaltungs-Nr. 2671660037

Do 16.04. – 02.07.2026

10.30 – 12.45 Uhr

180,00 € zzgl. Materialkosten nach Verbrauch

10 x = 30 UE

Veranstaltungs-Nr. 2671660039

Töpferworkshop Lieblingstassen – selbst getöpfert!

Töpfere deine neue Lieblingstassen ganz nach deinem Geschmack! Aus einfachen Tonplatten formen wir Schritt für Schritt eine Tasse – mit Herz, Hand und Fantasie. Du entscheidest über Größe, Form und Dekor. Danach gestalten wir gemeinsam den Henkel, setzen ihn an und verzieren die Oberfläche mit Stempeln, Rillen oder kleinen Motiven. Ob für Kaffee, Tee oder heiße Schokolade – diese Tasse wird ganz sicher dein neues Lieblingsstück!

Für Einsteiger und Fortgeschrittene geeignet. Im Kurs fällt eine Umlage von ungefähr 15 € an, die mit der Dozentin direkt abgerechnet wird!



Sabine Servos

Sa 21.02. & Sa 07.03.2026

10.30 – 14.15 Uhr

Sabine Servos

80,00 € zzgl. Materialkosten von ca. 15 €

2 x = 9 UE

Ort: Anton-Heinen-Haus

Kirchstraße 1b | 50126 Bergheim

Kath. Bildungsforum Rhein-Erft | 02271 4790-0

Veranstaltungs-Nr. 2671660040

Töpferworkshop - Blattschalen



Sabine Servos

Lass dich von der Natur inspirieren und gestalte einzigartige Blattschalen! Wir drücken echte Blätter in den Ton und formen daraus wunderschöne Seifenschalen, Schüsseln oder dekorative Schalen. Durch die feinen Blattstrukturen entstehen detailreiche Oberflächen, die nach dem Brand besonders schön zur Geltung kommen. Ob als Geschenk oder für dich selbst – jede Schale wird ein Unikat!

Für Einsteiger und Fortgeschrittene geeignet. Im Kurs fällt eine Umlage von ungefähr 15 € an, die mit der Dozentin direkt abgerechnet wird!

Sa 20.06. & Sa 04.07.2026

10.30 – 14.15 Uhr

Sabine Servos

80,00 € zzgl. Materialkosten von ca. 15 €

2 x = 9 UE

Ort: Anton-Heinen-Haus

Kirchstraße 1b | 50126 Bergheim

Kath. Bildungsforum Rhein-Erft | 02271 4790-0

Veranstaltungs-Nr. 2671660041

Glasfusing – Glasobjekte gestalten



In diesem Workshop lassen sich kreative Ideen in einem ungewöhnlichen Material verwirklichen! Glas ist in seiner Farb- und Lichtwirkung einfach unübertrefflich. Sie erhalten eine fachkundige Einführung in die älteste und zugleich jüngste aller Glastechniken: Glas-Fusing, d.h. Glasverschmelzung. Ihnen steht eine reiche Auswahl an verschmelzbaren Gläsern zur Verfügung. Ganz nebenbei erlernen Sie auch das Glasschneiden. Vorkenntnisse sind nicht erforderlich. Durch Verschmelzung der farbigen Gläser entstehen Reliefs, Skulpturen und Fensterbilder. Außerdem kann das Glas zu Schalen, Teelichthaltern, Tellern und Vasen sowie Modeschmuck geformt werden.

Zusätzlich fallen Materialkosten und Brennkosten an, die sich individuell an den gefertigten Objekten bemisst.

Bitte mitbringen: Glasschneider (falls vorhanden), wasserlöslicher Filzschreiber, Zeichenpapier, Putztuch

Hannelore Krengel

Ort: Anton-Heinen-Haus

Kirchstraße 1b | 50126 Bergheim

Kath. Bildungsforum Rhein-Erft | 02271 4790-0

Sa 07.02.2026 | 10.30 – 15.15 Uhr

60,00 € zzgl. Material- und Brennkosten

1 x = 6 UE

Veranstaltungs-Nr. 2671660046

Sa 09.05.2026 | 10.30 – 15.15 Uhr

60,00 € zzgl. Material- und Brennkosten

1 x = 6 UE

Veranstaltungs-Nr. 2671660047

Inklusives Malprojekt – Ressourcen erkennen und steigern

Zusammen mit Klienten und Betreuern der St. Augustinus Gruppe wird im Augustinus Café in Bergheim ein Malatelier eröffnet. Montags ab 14:00 Uhr treffen sich interessierte Menschen zunächst zum gemütlichen Austausch und ggf. Kaffeeklatsch im Café. Anschließend wird von 15:17:15 Uhr der Farbspinsel geschwungen, damit kreative Werke entstehen können.

Egal, ob Sie Ihre Leidenschaft schon in diesem Feld entdeckt haben, oder noch keine Berührung damit hatten - unter Anleitung unserer einfühlsamen Künstlerin können Sie sich kreativ ausprobieren und mit Spaß am Tun inklusive Zeit miteinander verbringen.

Es entsteht eine Materialumlage.

Bitte melden Sie sich direkt im Augustinus - Café Hauptstraße 45-47, 50126 Bergheim an!

Kirstin Köcher
Ort: Augustinus Café
Hauptstr. 45 | 50126 Bergheim
Anika Kratz

Mo 23.02. – 30.03.2026

15.00 – 17.15 Uhr

Materialumlage nach Verbrauch | 6 x = 18 UE

Veranstaltungs-Nr. 2671660243

Mo 20.04. – 01.06.2026

15.00 – 17.15 Uhr

Materialumlage nach Verbrauch | 6 x = 18 UE

Veranstaltungs-Nr. 2671660245

Lieblingsmusik-Musik und Kaffee

Musik ist aus unserem Leben nicht wegzudenken. Ob bei Festen und Feiern, in der Werbung oder beim Zahnarzt – Musik hat viele Facetten. Viele Menschen haben auch oft eine Lieblingsmusik. Stücke aus der Klassik, aus dem Jazz oder auch der gute alte Schlager kann das Herz beflügeln. Bei einer guten Tasse Kaffee und leckeren Keksen wollen wir Ihre Lieblingsmusik anhören und uns darüber austauschen. Und wenn Sie noch keine Lieblingsmusik haben – bei uns finden Sie diese ganz bestimmt.

Di 03.03., Di 05.05., Di 02.06. &

Di 07.07.2026

09.30 – 11.00 Uhr

Konny Hanrath-Elsen

25,00 € | 4 x = 8 UE

Ort: Anton-Heinen-Haus

Kirchstraße 1b | 50126 Bergheim

Kath. Bildungsforum Rhein-Erft | 02271 4790-19

Veranstaltungs-Nr. 2671660077

Malprojekt zum Künstler Marc Chagall



shutterstock_484617412_Smartha_Vogel_Gemälde

Um wie Marc Chagall zu malen, werden Traumwelten mit lebendigen, oft symbolischen Farben, surrealen und kubistischen Elementen, sowie Motiven aus der russischen Folklore und jüdischen Mythologie erschaffen.

Experimentieren Sie mit schwebenden Figuren, Tieren und Menschen vor farbenfrohen, fast traumartigen Landschaften und integrieren Sie wiederkehrende Symbole wie Geier, Liebende oder den Eiffelturm in Ihre eigene Komposition in Anlehnung an Marc Chagall.

Sie werden mithilfe der Dozentin den Künstler kennenlernen, Werkbetrachtungen durchführen und vor allem durch Malen, Zeichnen und Collagieren Ihre eigene Fantasie und Kreativität fördern!

Bitte bringen Sie ein Malkittel mit! Die Materialien bringt die Dozentin mit.

Viel Spaß im neuen Themen - Malatelier!

Di 03.03., Di 03.03., Di 10.03., Di 17.03.

& Di 24.03.2026

18.30 – 20.45 Uhr

Kirstin Köcher

62,00 € inkl. Materialumlage | 4 x = 12 UE

Ort: Anton-Heinen-Haus

Kirchstraße 1b | 50126 Bergheim

Kath. Bildungsforum Rhein-Erft | 02271 4790-0

Veranstaltungs-Nr. 2671660094

Leuchtendes Aquarell



Corinne Schneider

Lernen Sie die Magie der Aquarellmalerei kennen!

Im Aquarell sitzt jeder Pinselstrich. Was einmal auf dem Papier ist, bleibt, und damit stellt das Aquarellieren eine große Herausforderung dar. Auch spielt immer der Zufall eine Rolle. Um damit optimal umzugehen, werden verschiedene Techniken eingeübt. Von Zeichnungen zu Farbverläufen auf verschiedenen Untergründen, Licht und Schatten durch Nass- in Nassmalerei, Perspektive durch Licht, über Themen wie Blumen, Landschaften und Menschenbilder, führt der Weg zur Verwirklichung eigener Bildthemen.

Bitte bringen Sie Aquarellfarben, Pinsel, einen Malblock (vorzugsweise Aquarellpapier), ein Schwämmchen und Stifte mit.

Di 03.03. – 09.06.2026

19.00 – 21.15 Uhr

Corinne Schneider

105,00 € | 10 x = 30 UE

Ort: Anton-Heinen-Haus

Kirchstraße 1b | 50126 Bergheim

Kath. Bildungsforum Rhein-Erft | 02271 4790-0

Veranstaltungs-Nr. 2671660050

Farbenfrohe Acrylmalerei

In diesem Kurs verwenden Sie Acrylfarben. Die Bandbreite an Möglichkeiten ist riesig, denn hier können Sie nach dem Trocknen alles von Neuem übermalen. Oder Sie erzeugen spannende Farbübergänge in Nass- in Nasstechniken. Auch spielt immer der Zufall eine Rolle. Um damit optimal umzugehen, verwenden Sie mit der Künstlerin Corinne Schneider verschiedene Techniken. Von Zeichnungen zu Farbverläufen auf verschiedenen Untergründen, Licht und Schatten durch Nass- in Nassmalerei, Perspektive durch Licht, über Themen wie Blumen, Landschaften und Menschenbilder, führt der Weg zur Verwirklichung eigener Bildthemen. Immer steht im Vordergrund, die eigenen Fertigkeiten zu erweitern.

Bitte bringen Sie folgende Materialien mit:
Acrylfarben, Pinsel, Schwamm und Papier oder Keilrahmen



Corinne Schneider

Sa 07.03.2026 | 10.00 – 14.15 Uhr

Corinne Schneider

20,00 € | 1 x = 5 UE

Ort: Anton-Heinen-Haus

Kirchstraße 1b | 50126 Bergheim

Kath. Bildungsforum Rhein-Erft | 02271 4790-0

Veranstaltungs-Nr. 2671660051

Das Gipfelkreuz - Ein künstlerisch-meditatives Angebot



Kirstin Köcher

Mit dem Feuer der Begeisterung fällt es leicht, Ziele zu erkennen und zu erreichen.

Nach dem Kennenlernen begeben Sie sich auf eine Fantasiereise zu Ihrem persönlichen Gipfelkreuz. Es lässt Sie Hindernisse und Blockaden überwinden, um Sie zum Ziel zu führen! Anschließend lassen Sie Ihre Energien und Gefühle in ein eigenes Gemälde einfließen. Sie gestalten Ihr persönliches Bild auf einer Leinwand mit Acrylfarben. Dieses kann Ihnen die Ziele dauerhaft vor Augen führen.

Malkenntnisse sind nicht erforderlich. Sie sind hier auch richtig, wenn Sie noch nie gemalt haben!

Bitte bringen Sie einen Malkittel mit. Die Dozentin besorgt die erforderlichen Materialien für die Bilder. Die Umlage dafür ist in der Teilnahmegebühr bereits enthalten.

Sa 21.03.2026 | 10.00 – 13.45 Uhr

Kirstin Köcher

32,00 € inkl. Materialumlage | 1 x = 5 UE

Ort: Anton-Heinen-Haus

Kirchstraße 1b | 50126 Bergheim

Kath. Bildungsforum Rhein-Erft | 02271 4790-0

Veranstaltungs-Nr. 2671660093

FluidArt - Neue Techniken für Acrylgemälde

In unserem Fluid Art Kurs lernen Sie neue Techniken kennen, wie z.B. die Messbecher Technik, den traveling open cup oder den Dip Pour. Mit diesen Techniken können Sie einzigartige Kunstwerke kreieren, die durch ihre lebendigen Muster und Farben beeindrucken. Erleben Sie, wie unterschiedlich die Ergebnisse mit den verschiedenen Techniken sein können. Dieser Kurs eignet sich für Anfänger und Fortgeschrittene gleichermaßen.

Bitte einen Kittel oder ein Hemd mitbringen.



M. Baum

Mi 25.03.2026 | 19.00 – 21.15 Uhr

Nicole Campbell

30,00 € inkl. Materialumlage | 1 x = 3 UE

Ort: Anton-Heinen-Haus

Kirchstraße 1b | 50126 Bergheim

Kath. Bildungsforum Rhein-Erft | 02271 4790-0

Veranstaltungs-Nr. 2671660097

Lederworkshop – Kreative Aufbewahrungen aus Leder

Unsere neue Dozentin hat in Ihrem Heimatland Design studiert. Hier hat Sie ihre Leidenschaft für das Fertigen von Lederwaren entdeckt, mit der sie Sie gerne anstecken möchte.

Egal ob kleines Portemonnaie, Feuerzeugeutui, Zigarettenetui oder Handyhülle o. ä., gestalten Sie Ihr eigenes Geschenk für Ihre Liebsten aus Leder oder auch für sich selbst!

In diesem Kurs lernen Sie den Umgang mit verschiedenen Werkzeugen. Zuerst erlernen Sie die Grundlagen, danach können Sie ihr Wunschobjekt entwerfen, zuschneiden, nähen oder kleben. Das verwendete Material wird je nach Verbrauch (ca. 15 €) mit der Dozentin abgerechnet.



shutterstock_549410590

Sa 18.04.2026 | 10.00 – 13.45 Uhr

Maryam Rinus

35,00 € zzgl. Materialkosten nach Verbrauch

1 x = 5 UE

Ort: Anton-Heinen-Haus

Kirchstraße 1b | 50126 Bergheim

Kath. Bildungsforum Rhein-Erft | 02271 4790-0

Veranstaltungs-Nr. 2671660055

Kerzenworkshop-Selbstgestaltete Kerzen für besondere Anlässe

Hochzeit, Geburt, Taufe, Kommunion oder auch Erinnerungskerzen haben für viele Personen eine ganz besondere Bedeutung. Sie werden mit den bedeutsamen Ereignissen immer wieder verbunden und oft auch immer wieder entzündet. Deshalb dürfen diese Kerzen auch mit viel Liebe gestaltet werden, damit diese eine noch individuellere Note bekommen.

Unsere Dozentin möchte Sie bei der Gestaltung unterstützen und Ihnen mit Inspiration und Impulsen hilfreich zur Seite stehen.

Im Preis ist das Material für eine Kerze bereits enthalten. Sollten Sie mehrere Kerzen anfertigen, entstehen zusätzliche Materialkosten. Sie dürfen auch eigene Materialien verwenden.

Mi 22.04.2026 | 18.00 – 20.15 Uhr

Schwester Maria Hlupic OSB

17,00 € | 1 x = 3 UE

Ort: Anton-Heinen-Haus

Kirchstraße 1b | 50126 Bergheim

Kath. Bildungsforum Rhein-Erft | 02271 4790-0

Veranstaltungs-Nr. 2671660058

Gospelworkshop- Schnupperangebot

Sie wollten immer schon mal Worship- und Gospel-Singen probieren? Sie haben Lust auf nette Leute, die gerne singen? Sie wollen vielleicht einfach Ihre Stimme ausprobieren? Dann sind Sie in diesem Kurs genau richtig.

Neben einer Einführung in die Stimmbildung singen wir coole bekannte und weniger bekannte Worship-Songs und Gospels. Erleben Sie das einzigartige Gefühl von tragender Gemeinschaft, unbändiger Energie und tief berührender Geschichte, die in dieser Musik steckt. Vorkenntnisse sind nicht erforderlich!

Sa 09.05.2026 | 09.00 – 12.30 Uhr

Konny Hanrath-Elsen

15,00 € | 1 x = 4 UE

Ort: Anton-Heinen-Haus

Kirchstraße 1b | 50126 Bergheim

Kath. Bildungsforum Rhein-Erft | 02271 4790-0

Veranstaltungs-Nr. 2671660057

Kreativkurs: Linolschnitt

Tauchen Sie ein in die faszinierende Welt des Linolschnitts! In unserem Workshop lernen Sie die Grundlagen dieser traditionellen Drucktechnik kennen und gestalten Ihr eigenes Kunstwerk. Unter Anleitung der Künstlerin entwickeln Sie Ihr eigenes Design und übertragen dies auf die Linolplatte. Nach dem Schnitt wird die Linolplatte gedruckt und Ihr Kunstwerk zum Leben erweckt.

Die Materialien können selbst mitgebracht oder bei der Künstlerin gegen Gebühr erworben werden.

Bitte einen Kittel oder ein Hemd mitbringen.



Nicole Campbell

Sa 04.07.2026 | 10.00 – 13.45 Uhr

Nicole Campbell

20,00 € zzgl. Materialkosten nach Verbrauch

1 x = 5 UE

Ort: Anton-Heinen-Haus

Kirchstraße 1b | 50126 Bergheim

Kath. Bildungsforum Rhein-Erft | 02271 4790-0

Veranstaltungs-Nr. 2671660240

Vom Wandeln, vom Wachsen und Fasten

Die Metapher des Frühlings
in Ramadan und Ostern,
ein christlich-muslimischer Schreibworkshop

Da sich der Ramadan von Jahr zu Jahr durch die Jahreszeiten bewegt, haben wir in diesem Jahr die Freude eines Frühlings-Ramadans und einer Gleichzeitigkeit von vorösterlichem Fasten und Ramadan. Ein schöner Anlass, um Gemeinsamkeiten dieser beiden Zeiten herauszuarbeiten. Frühling des Herzens ist eine Metapher. Metaphern haben großes Potential, um anderen eigene Gefühle und Erfahrungen zugänglich zu machen, die man nicht miteinander teilt. Jeder von uns hat schon den Frühling erlebt, mit allen Gefühlen, Beobachtungen, Vorfreuden. Das was wir damit verbinden, können wir auf einen anderen Erfahrungsbereich (Fasten) übertragen und so können wir das, was wir erleben, sehr viel leichter anderen Menschen, die nur teilweise die gleichen Erfahrungen haben wie wir, verstehbar machen oder es zumindest versuchen. Daraum ist der Zugang über eine Metapher in diesem Zusammenhang so wertvoll. Sie wirkt wie eine Brücke.

Die Metapher des Frühlings passt sehr gut zum Fasten, denn Fasten ist ein Neuanfang, so wie es der Frühling ist. Eine Möglichkeit, neue Gewohnheiten zu etablieren. Neue Pflänzchen zu säen, sie eine Zeit lang (30 oder 40 Tage) sehr intensiv zu hegen und zu pflegen. Pflänzchen der Freundlichkeit und Geduld, Blüten der Verantwortung und Gottesnähe, Knospen der Demut und des Respekts.

Der Workshop enthält eine inhaltliche Heranführung an die Metapher des Frühlings und ihren möglichen Zusammenhang mit dem Fasten, eine Lesung lyrischer Texte und gemeinsamen Austausch darüber und anschließend einem sogenannten #mitdichten, also einem durch poetische Texte inspirierten Schreiben eigener Texte und deren abschließender Präsentation.

Sa 28.02.2026 | 13.30 – 16.45 Uhr

Layla Kamil Abdulsalam
25,00 € | 1 x = 4 UE
Ort: Anton-Heinen-Haus
Kirchstraße 1b | 50126 Bergheim
Kath. Bildungsforum Rhein-Erft | 02271 4790-0
Veranstaltungs-Nr. 2671720001

The Father - Filmgenuss am Mittwoch

Ein Filmnachmittag im Rahmen
der Demenzwoche im Rhein-Erft-Kreis 2026

Ein 80-jähriger Mann weigert sich trotz seines hohen Alters, seine Wohnung zu verlassen oder eine Pflegekraft zu engagieren. Doch er leidet an Demenz und ist zunehmend verwirrt. Bis sich herausstellt, dass er bereits bei seiner Tochter und ihrem Ehemann wohnt und dringend auf die Hilfe einer Krankenschwester angewiesen ist. Packendes Drama, das aus Sicht der Titelfigur erzählt ist. Die Verwirrung des Protagonisten überträgt sich somit unmittelbar auf die Zuschauenden
(nach: Filmdienst).

Das Anton-Heinen-Haus lädt wieder ein, um in gemütlicher Atmosphäre in eine andere (Film-) Welt einzutauchen. Gezeigt wird der Film „The Father“.

Bei einem anschließenden Filmgespräch gibt es die Möglichkeit, sich über das Gesehene auszutauschen, zu diskutieren oder einfach Gedanken fließen zu lassen.

Um eine Anmeldung unter 02271-47900 oder an info@bildungsforum-rhein-erft.de wird gebeten, aber auch Kurzentschlossene sind herzlich willkommen.

Die Teilnahmegebühr beträgt 7,- € inklusive eines kleinen Imbisses.

Mi 22.04.2026 | 17.00 – 20.45 Uhr

Georg Firmenich
Florian Müller
7,00 € | 1 x = 2 UE
Ort: Anton-Heinen-Haus
Kirchstraße 1b | 50126 Bergheim
Kath. Bildungsforum Rhein-Erft | 02271 4790-0
Veranstaltungs-Nr. 2671780001


shutterstock_Fei_Gregory_169841813

MEDIEN



Neue und immer wieder optimierte soziale Kommunikationsmittel informieren über das Zeitgeschehen. Sie tragen dazu bei, dass sich Ansichten und Einstellungen rasch und weit verbreiten, mit all den damit verbundenen Kettenreaktionen. Den Umgang mit diesen Medien zu beherrschen und die Folgen einer Kommunikation abschätzen zu können, ist eine Schlüsselqualifikation. Medienkompetenz hilft, die Vielfalt und Funktionsweise der heutigen Medienwelt zu begreifen und so selbstverantwortlich am öffentlichen Diskurs teilzuhaben.

Digitalcafé für Seniorinnen und Senioren im Anton-Heinen-Haus

An jedem letzten Dienstag im Monat treffen wir uns von 12:00 Uhr bis 16:00 Uhr an unterschiedlichen Orten im Rhein-Erft-Kreis im offenen Digitalcafé für Seniorinnen und Senioren. Sie dürfen alles mitbringen und alles fragen - tauschen Sie sich mit unserem Dozenten, Sebastian Schulz, und untereinander zur Nutzung von Smartphone, Tablet, Laptop und Internet aus. Zu Beginn gibt es immer einen inhaltlichen Impuls vom Dozenten, danach geht es in den fachlichen Austausch. Natürlich gibt es im Digitalcafé auch Kaffee, Kaltgetränke und Plätzchen. Vorkenntnisse brauchen Sie nicht. Es ist egal, mit welchem Betriebssystem Sie arbeiten.

Für die Arbeit mit dem Smartphone wäre es gut, wenn Sie das passende USB-Kabel / Stromkabel inkl. Stecker mitbringen würden und für sich Komponenten wie die PIN- und PUK-Nummern parat hätten. Bei der Arbeit mit dem Tablet bräuchten Sie ebenfalls das passende USB-Kabel / Stromkabel inkl. Stecker. Das Stromkabel bräuchten Sie auch beim Laptop. Generell ist es empfehlenswert, dass Sie die mit den Geräten verbundenen Anmelde-daten (Passwörter, E-Mail-Adresse etc.) kennen und parat haben.

Sebastian Schulz
Ort: Anton-Heinen-Haus
Kirchstraße 1b | 50126 Bergheim
Medienwerkstatt
Tanja Steinfort-Lecke | 02271 4790-14

Mobil und zu Hause: Wie komme ich ins Internet?

Di 27.01.2026 | 12.00 – 16.00 Uhr

6,00 € | 1 x = 5 UE

Veranstaltungs-Nr. 2671220002

Was sind Apps und wie gehe ich mit Ihnen um?

Di 31.03.2026 | 12.00 – 16.00 Uhr

6,00 € | 1 x = 5 UE

Veranstaltungs-Nr. 2671220008

Zugriffskonten (Accounts) und Datenschutz in der digitalen Welt

Di 28.04.2026 | 12.00 – 16.00 Uhr

6,00 € | 1 x = 5 UE

Veranstaltungs-Nr. 2671220009

Einstieg in den digitalen Nachlass

Di 30.06.2026 | 12.00 – 16.00 Uhr

6,00 € | 1 x = 5 UE

Veranstaltungs-Nr. 2671220011



Digitalcafé für Seniorinnen und Senioren in Elsdorf

Sebastian Schulz
Ort: Seniorenanlage „An Gut Ohndorf“
Ohndorfer Str. 30 | 50189 Elsdorf
Seniorenbeirat der Stadt Elsdorf
Wolfgang Ketzler | 02274 4623
Seniorenbeirat@elsdorf.de

Mobil und zu Hause:
Wie komme ich ins Internet?

Di 24.02.2026 | 12.00 – 16.00 Uhr
6,00 € | 1 x = 5 UE
Veranstaltungs-Nr. 2671220007

Einstieg in den digitalen Nachlass

Di 26.05.2026 | 12.00 – 16.00 Uhr
6,00 € | 1 x = 5 UE
Veranstaltungs-Nr. 2671220010

Smartphone für Seniorinnen und Senioren

Die Nutzung von Einkaufs-Apps

Am Beispiel von drei Apps wird die Funktionsweise der Einkaufs-Apps erläutert.

Die Apps werden vorgestellt und es gibt detaillierte Hinweise zur Nutzung. Wie registriere ich mich und wie melde ich mich an? Welche Grundfunktionen werden angeboten? Worauf muss ich bezüglich Sicherheit und Datenschutz achten?

Nach der theoretischen Einführung steht der Dozent noch 30 Minuten für Einzelfragen zur Verfügung.

Do 22.01.2026 | 10.30 – 12.45 Uhr

Gisbert Siegert
15,00 € | 1 x = 3 UE
Ort: Anton-Heinen-Haus
Kirchstraße 1b | 50126 Bergheim
Kath. Bildungsforum Rhein-Erfurt
Tanja Steinfort-Lecke | 02271 4790-14

Veranstaltungs-Nr. 2671220012

Die Nutzung der Apps für den Verkehrsverbund REVG und VRS mit Schwerpunkt VRS-App auf dem Smartphone für Seniorinnen und Senioren

Die Apps werden vorgestellt und es gibt detaillierte Hinweise zur Nutzung. Wie registriere ich mich und wie melde ich mich an? Welche Grundfunktionen werden angeboten? Worauf muss ich bezüglich Sicherheit und Datenschutz achten?
Nach der theoretischen Einführung steht der Dozent noch 30 Minuten für Einzelfragen zur Verfügung.

Mo 09.03.2026 | 10.30 – 12.45 Uhr

Gisbert Siegert
15,00 € | 1 x = 3 UE
Ort: Anton-Heinen-Haus
Kirchstraße 1b | 50126 Bergheim
Kath. Bildungsforum Rhein-Erfurt | 02271 4790-0

Veranstaltungs-Nr. 2671220013



shutterstock_475502941

Welle-Rhein-Erfurt

Radio-Redaktion für Erwachsene

Wir stellen Menschen und Ereignisse aus unserer Nachbarschaft vor, sprechen mit Bürgerinitiativen und Vereinen, haben ein offenes Ohr für die kleinen Geschichten im Rhein-Erfurt-Kreis. Zweimal im Monat gehen wir damit bei Radio Erfurt auf Sendung. Gehen Sie mit und lernen Sie in unserer Medienwerkstatt den Umgang mit Mikrofon, Aufnahmegerät und digitalem Schnittprogramm. Auch für radiobegeisterte Anfänger/innen ist der Einstieg jederzeit möglich.

Do 08.01., Sa 17.01., Do 05.02., Sa 14.02., Do 05.03., Sa 14.03., Do 09.04., Sa 18.04., Do 07.05., Sa 16.05., Do 11.06. & Sa 20.06.2026

10.00 – 15.45 Uhr

Martina Bernhardt
gebührenfrei | 12 x = 60 UE
Ort: Medienwerkstatt im Anton-Heinen-Haus
Kirchstraße 1b | 50126 Bergheim
Medienwerkstatt
Tanja Steinfort-Lecke | 02271 4790-14

Veranstaltungs-Nr. 2621220001



Oliver Wagner-2

Erft-Kids

Radio-Redaktion für Kinder von 8-13 Jahren

Kinder an die Mikros! Wir Erft-Kids sind die Kinder-Radio-Redaktion der Medienwerkstatt Katholisches Bildungsforum Rhein-Erfurt. Wir sind mittendrin in der Welt der Erwachsenen und deren Diskussionen. Wir forschen nach, was dran ist an der Meinung von Erwachsenen/Kindern, und fangen alles mit dem Mikro ein. Durch das Gehörte und Diskussionen in unseren Redaktionskonferenzen finden wir unseren eigenen Standpunkt.

Wir packen die gesammelten Töne in Umfragen, Interviews und Studio Gespräche. Daraus bauen wir dann Stundensendungen. Unsere Sendungen moderieren wir selbst. Manchmal bekommen wir auch Aufträge, interviewen zum Beispiel Bürgermeister oder machen Podcasts zu einer Ausstellung.

Fairness, Teamwork und altersübergreifendes Arbeiten sind bei uns angesagt. Die Journalistin Babette Braun begleitet uns als Leiterin der Erft-Kids-Redaktion bei unserer redaktionellen Arbeit und Hörabenteuern.

Do 08.01., 05.02., 05.03., 16.04., 07.05. & 11.06.2026

16.00 – 18.15 Uhr

Babette Braun
gebührenfrei | 6 x = 18 UE
Ort: Medienwerkstatt im Anton-Heinen-Haus
Kirchstraße 1b | 50126 Bergheim
Medienwerkstatt
Tanja Steinfort-Lecke | 02271 4790-14

Veranstaltungs-Nr. 2671220003

Jugendredaktion OnAirft

Radio-Redaktion für Kinder / Jugendliche
ab 12 Jahren

Du hast Interesse an Radio? Du wolltest immer schon wissen, wie man eine Sendung moderiert oder als Reporter/in arbeitet? Du kannst Dir vorstellen, regelmäßig bei uns mitzumachen? Du bist mindestens 12 Jahre alt? Dann bist Du bei uns richtig! In dieser Jugendredaktion der Medienwerkstatt Katholisches Bildungsforum Rhein-Erft lernst Du zusammen mit anderen, wie „Radio Machen“ funktioniert. Hier kann man sich auf den Weg zur „Journalistin“ oder zum „Journalisten“ machen oder sich lieber mit der Tontechnik oder der Musikauswahl beschäftigen.

**Mi 21.01., 18.02., 18.03., 15.04., 20.05.,
17.06. & 15.07.2026**

17.30 – 21.15 Uhr

Martin Mölder

gebührenfrei | 7 x = 35 UE

Ort: Medienwerkstatt im Anton-Heinen-Haus

Kirchstraße 1b | 50126 Bergheim

Medienwerkstatt

Tanja Steinfort-Lecke | 02271 4790-14

Veranstaltungs-Nr. 2671220001



Martin Mölder

„Live on air“ und „up and away“

Workshop und Ausstrahlung einer Live-Sendung der Jugendredaktion OnAirft bei Radio Erft

„Bürgerfunk live“ ist eine große Herausforderung für Hobby-Radiomacher/innen. Seit vielen Jahren bietet Radio Erft als einer der wenigen Privatradio-Stationen in Nordrhein-Westfalen diese Möglichkeit. An diesem Sonntag wird die Jugendredaktion OnAirft aus der Medienwerkstatt Katholisches Bildungsforum Rhein-Erft zwei Stunden „auf Sendung“ gehen, nachdem sie von Radio-Erft-Chefredakteur Christian Philippss gecoacht und auf die herausfordernde Aufgabe vorbereitet wurden. Thema der Sendung wird ein Blick hinter die Kulissen des Flughafens Köln-Bonn sein. Einen Tag lang durften die Reporter/innen „behind the scenes“ sehen und u.a. das Kontrollzentrum besuchen und den „Bird-Controller“ treffen, denn Vögel haben am und um den Airport herum eine große Bedeutung für den reibungslosen Ablauf dort. Von 18:00 Uhr bis 20:00 Uhr wird die eigene Radiosendung live „gefahren“ und im Bürgerfunk auf Radio Erft ausgestrahlt.

So 08.02.2026 | 12.00 – 20.30 Uhr

Christian Meißenner-Philippss

Martin Mölder

gebührenfrei | 1 x = 8 UE

Ort: Radio Erft

Kölner Str.44 | 50389 Wesseling

Medienwerkstatt

Tanja Steinfort-Lecke | 02271 479014

Veranstaltungs-Nr. 2671220006



Oster-Ohrenabenteuer - Let's podcast

Auf, ihr Hasen! Fertig! Los! Kinder zwischen 8 und 13 Jahren machen zusammen Programm. Wir suchen uns ein spannendes Thema. Mit Mikro und Aufnahmegerät geht es dann zu Aufnahmen nach Bergheim. Wir produzieren unsere eigene Sendung. Mit allem Pi-Pa-Po: Moderation, Musik, Umfragen, Interviews und lustigen kleinen Soundeffekten. Medientrainerin Babette Braun vermittelt die Technik für Aufnahme, Schnitt und Sprechen. Raus kommt dabei eine Stundensendung. Das Ergebnis ist dann auf NRWision sowie Spotify als Podcast und bei Radio Erft im Rahmen des Bürgerradios als ganze Sendung zu hören.

Eingeplant ist Zeit zum freien Spiel. Kurs für Anfängende im Alter von 8 - 13 Jahren.

Zusatzinformation: Bitte einen Mittagsimbiss für die Mittagspause mitbringen.

Mo 30.03. – 02.04.2026

10.00 – 17.00 Uhr

Babette Braun

100,00 € | 4 x = 36 UE

Ort: Medienwerkstatt im Anton-Heinen-Haus

Kirchstraße 1b | 50126 Bergheim

Medienwerkstatt

Tanja Steinfort-Lecke | 02271 4790-14

Veranstaltungs-Nr. 2671220004



shutterstock_1245946495

Snack in der Mittagspause

Ein Online-Angebot
für Eltern und / oder Fachkräfte
zum Thema Cybermobbing
am Safer Internet Day 2026

Rund um den weltweiten Aktionstag für ein sicheres Internet am 10. Februar 2026, dem Safer Internet Day, bieten wir diesen Snack in der Mittagspause als Online-Angebot zum Thema „Cybermobbing“. Stellen Sie sich ihren Snack und ein Getränk bereit und wählen Sie sich ein. 45 Minuten widmen wir uns dann zusammen mit Jessica Stratmann-Behr dem Thema Cybersicherheit und Cybermobbing.

Dieses Angebot / Format können z.B. Bildungseinrichtungen oder Firmen auch zu anderen Terminen mit uns planen. Cybersicherheit, Cybermobbing und Cybergrooming können genauso Thema sein wie die Frühkindliche Medienbildung.

Di 10.02.2026 | 13.00 – 13.45 Uhr

Jessica Stratmann-Behr

10,00 € | 1 x = 1 UE

Ort: Digital

Medienwerkstatt

Tanja Steinfort-Lecke | 02271 479014

Veranstaltungs-Nr. 2671610021



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



shutterstock_2271554577

Ein Radioprojekt im Rahmen der Ausstellung „Klima im Blick“ in der Fastenzeit

Ein Angebot für Kinder ab 8 Jahren sowie Jugendliche und Erwachsene jeden Alters. Die Audio-Produkte können später im Rahmen der Ausstellung angehört werden.

Sa 14.03. – 15.03.2026

10.00 – 18.00 Uhr

Babette Braun

57,00 € | 2 x = 16 UE

Ort: Medienwerkstatt im Anton-Heinen-Haus

Kirchstraße 1b | 50126 Bergheim

Kath. Bildungsforum Rhein-Erft

Tanja Steinfort-Lecke | 02271 4790-14

Veranstaltungs-Nr. 2621570001

Faszination Social Media – Chancen, Risiken und Gespräche im Familienalltag

Ein interaktiver Workshop für Eltern und Kinder / Jugendliche der 5.-7. Klasse

Instagram, TikTok, YouTube & Co. – Social Media ist längst ein fester Bestandteil des Alltags vieler Familien. Zwischen Spaß, Kreativität und Dauer-Online-Sein entstehen oft Fragen: Wie viel ist „okay“? Welche Inhalte sind harmlos – und welche nicht? Und wie können Eltern und Kinder gemeinsam gute Wege im digitalen Alltag finden?

In diesem interaktiven Workshop mit der medienpädagogischen Expertin Jessica Stratmann-Behr gehen wir diesen Fragen gemeinsam auf den Grund. Im Austausch bringen auch Kinder und Jugendliche ihre ganz subjektive Perspektive auf das Thema ein!

Eltern und Kinder erleben zusammen, wie Social Media wirkt, was sie fasziniert – und wie ein bewusster, entspannter Umgang damit gelingen kann.

Neben spannenden Einblicken und kleinen Mitmach-Aktionen gibt es viele praktische Tipps, Raum für Austausch und offene Gespräche. Mach mit und entdecke gemeinsam, wie Social Media im Familienalltag zu einem echten Gesprächsthema – statt zum Streitpunkt – werden kann!

Mo 18.05.2026 | 17.00 – 20.15 Uhr

Jessica Stratmann-Behr

26,00 € | 1 x = 4 UE

Ort: Anton-Heinen-Haus

Kirchstraße 1b | 50126 Bergheim

Kath. Bildungsforum Rhein-Erft

Tanja Steinfort-Lecke | 02271 4790-14

Veranstaltungs-Nr. 2671610019

Vier Tage Fantasie, Technik und Audio-Nerds

In diesem Kurs tauchst Du ein in Deine ganz eigene Welt des Hörens und Erzählens. Endlich mal Zeit, Dein ganz eigenes Stück zu planen, zu bauen und abzumischen. Mit dabei sind andere Kids und Jugendliche, die an ihrem eigenen Audiotrick mit O-Tönen, Atmo, Geräuschen und Musik arbeiten. Die Themen wählt Ihr selbst - von witzig bis spannend, von informativ bis völlig verrückt ist alles möglich.

Das kannst du hier ausprobieren:

- spannende O-Töne aufnehmen
- Sprache, Geräusche und Musik passend einsetzen
- Deine Aufnahmen professionell schneiden und abzumischen
- eine Geschichte so erzählen, dass sie im Kopf von Zuhörenden lebendig wird

Der Kurs ist etwas für Teilnehmende im Alter von 11 bis 17 Jahren, die schon Radio / Podcast Erfahrung haben.

Sa 23.05. – 26.05.2026

11.00 – 18.00 Uhr

Babette Braun

113,00 € | 4 x = 32 UE

Ort: Medienwerkstatt im Anton-Heinen-Haus

Kirchstraße 1b | 50126 Bergheim

Medienwerkstatt

Tanja Steinfort-Lecke | 02271 4790-14

Veranstaltungs-Nr. 2671220005



Hören Sie unseren **WIR-Podcast**
z.B über iTunes, Spotify oder Deezer,
gerne auch als Abonnement.

Alle zwei Wochen erscheint mittwochs
um 07:00 Uhr eine neue Folge
mit christlichen Themen
aus dem Rhein-Erft-Kreis.



Besuchen Sie unsere Ausstellungen im Anton-Heinen-Haus!

Das Klima im Blick
Mitmach-Ausstellung in der Fastenzeit

Ausstellungszeitraum:
18.02. – 04.04.2026

Zeitreise –
wenn die Erinnerung erwacht
Geschichtenwerkstatt nach der amerikanischen
Methode von TimeSlips®

Eine Foto- und Geschichten Ausstellung für Menschen
mit Demenz, Angehörige und interessierte Menschen

Ausstellungszeitraum:
17.04.2026 – 08.05.2026

Ausstellung „Viel zu viel Zeug!“
Nach dem Bilderbuch von Emily Gravett

Inklusive Bilderbuchkino mit dem Bergheimer
Bürgermeister Volker Mießeler

Ausstellungszeitraum:
02.06. - 30.06. 2026

Die Ausstellungen können zu unseren Öffnungszeiten
und nach Vereinbarung besichtigt werden:
Montag - Freitag: 9:00 - 12:00 Uhr
Montag - Mittwoch: 14:00 - 16:30 Uhr

GESUNDHEIT



Körper, Geist und Seele in ein Gleichgewicht zu bringen – das ist das Ziel von gesundheitsorientierter Bildung. Unsere Veranstaltungen nehmen alle Menschen in den Blick, insbesondere die Familie. Sie setzen praktische Lernprozesse in Gang, indem sie vermitteln, was es heißt, füreinander Sorge zu tragen und da zu sein, wenn Betreuung und Pflege nötig sind. Und indem sie zeigen, wie man gesund bleibt und ein Vorbild sein kann, wenn es um den verantwortungsvollen Umgang mit dem eigenen Körper sowie den eigenen Stärken und Schwächen geht.

Treffpunkt Parkinson

für Betroffene und ihre Angehörigen

Sie kennen die Diagnose „Parkinson“? Hier können Sie sich mit dieser Krankheit auseinandersetzen. Sie können Ihre Alltagsprobleme besprechen und sich um Hilfe zur Selbsthilfe bemühen. Sie erhalten aktuelle Informationen über das Krankheitsbild und können Erfahrungen austauschen. Unterstützt werden Sie dabei durch Ärzte und Fachreferenten. Gemeinsam können Sie lernen, Grenzen zu respektieren, aber auch positive Möglichkeiten voll auszuschöpfen, Mut zu fassen und Selbstvertrauen zu gewinnen.

Die Treffen sind kostenfrei.

Jeweils montags

**12.01 | 02.02. | 02.03. | 13.04. | 04.05. |
01.06. | 06.07.2026**

15.00 – 17.15 Uhr

Annette Ullrich
gebührenfrei | 11 x = 33 UE

Ort: Anton-Heinen-Haus
Kirchstraße 1b | 50126 Bergheim
Kath. Bildungsforum Rhein-Erft | 02271 4790-0

Veranstaltungs-Nr. 2671750006

Kochen und Klönen

ein Angebot für Menschen im „besten Alter“

Unsere Kochreihe für Seniorinnen und Senioren sucht Verstärkung!

Nachdem die Kochreihe letztes Jahr gestartet hat, wird die Gruppe nochmal neu gemischt. Das gemeinsame Zubereiten und Genießen eines kleinen Menüs in geselliger Runde stehen bei diesem Kurs im Vordergrund. Dazu werden Grundlagen über die Ernährung und den veränderten Stoffwechsel im Alter vermittelt, sodass in puncto Ernährung einem gesunden Lebensgefühl nichts mehr im Wege stehen sollte. In diesem Kurs wird mit saisonalen und regionalen Lebensmitteln ein schmackhaftes Mahl bereitet, das die ein oder andere schöne Erinnerung weckt - Essen hält nämlich Leib und Seele zusammen! In unserer schönen Küche im Anton-Heinen-Haus in Bergheim kochen Sie gemeinsam mit viel Spaß und genießen im Anschluss das Gericht gemeinsam. Vielleicht können Sie bei der Gelegenheit auch neue soziale Kontakte knüpfen und im privaten Bereich fortführen, ganz nach dem Motto: Gemeinsam gegen Einsam!

Wir freuen uns auf Ihre Teilnahme!

Di 27.01. | 17.03. | 05.05. | 30.06.2026

10.00 – 12.15 Uhr

Kirstin Nobis
40,00 € | 4 x = 12 UE
Ort: Anton-Heinen-Haus
Kirchstraße 1b | 50126 Bergheim
Kath. Bildungsforum Rhein-Erft | 02271 4790-0
Veranstaltungs-Nr. 2671660075



Geistig fit im Alter / Alltag

Gedächtnistraining

Jede/r von uns weiß, wie wichtig regelmäßige Bewegung für Körper und Seele ist. Dabei sollte die geistige Fitness auch nicht zu kurz kommen. Gedächtnistraining gibt den kleinen grauen Zellen den nötigen Schwung, den sie brauchen, um lange leistungsstark zu bleiben.

Mit viel Humor und guter Laune bringen wir gemeinsam diese grauen Zellen in Schwung. Die Dozentin zeigt Ihnen mit abwechslungsreichen und einfachen Übungen, wie ein geistiges Fitnessprogramm aussehen kann und wie man bei regelmäßiger Training enorme Erfolge mit wenig Aufwand erzielen kann.

Sie möchten Ihr Kurzzeitgedächtnis und die Konzentration fitter machen, so dass Sie zukünftig besser auf den Einkaufszettel verzichten können? Dann zeigt die Dozentin Ihnen gerne interessante Übungen gegen das Vergessen! Aber auch andere Bereiche wie die Wortfindung und das Logische Denken werden trainiert. Wer hat das nicht schon mal erlebt, dass uns „das Wort auf der Zunge liegt“, wir aber nicht darauf kommen. Oder wir stehen im Keller und wissen nicht mehr, was wir holen wollten.

Gemeinschafts- und Partnerübungen sorgen für eine entspannte und humorvolle Stunde in geselliger Runde von Gleichgesinnten.

Verleben Sie geistreiche 60 Minuten und helfen Sie Ihrem Gehirn auf die Sprünge.

Judith Schmitz

Ort: Anton-Heinen-Haus

Kirchstraße 1b | 50126 Bergheim

Kath. Bildungsforum Rhein-Erft | 02271 4790-0

Mi 28.01. | 11.02. | 25.02. | 11.03. | 25.03.26

10.30 – 11.30 Uhr

40,00 € | 5 x = 5 UE

Veranstaltungs-Nr. 2671750002

Mi 15.04. | 29.04. | 06.05. | 27.05. | 03.06.

| 10.06.26

10.30 – 11.30 Uhr

48,00 € | 6 x = 6 UE

Veranstaltungs-Nr. 2671750008



shutterstock_1946235778

Treffpunkt Küche am Vormittag - Männerkochkurs

Unser Männerkochclub sucht Verstärkung! Gleichzeitig mit dem Dozentenwechsel haben Sie die Chance, die Männerrunde zu bereichern. Vielleicht sind Sie gerade in den Ruhestand eingetreten und möchten sich mehr mit dem Thema Kochen beschäftigen, oder fühlen sich aus einem anderen Grund angesprochen. Ergreifen Sie selbst den Kochlöffel und die Initiative für die Zubereitung von schmackhaften und gesunden Mahlzeiten. Die qualifizierte Hauswirtschafterin gibt Ihnen Inspiration für umsetzbare Gerichte und unterstützt Sie bei der Zubereitung mit den notwendigen Techniken in unserer schönen Lehrküche.

Der Austausch mit anderen Männern und das gemeinsame Genießen des Menüs runden jeden Termin ab!

Di 10.02. | 24.03. | 12.05. | 07.07.2026

09.00 – 12.00 Uhr

Kirstin Nobis

96,00 € | 4 x = 16 UE

Ort: Anton-Heinen-Haus

Kirchstraße 1b | 50126 Bergheim

Kath. Bildungsforum Rhein-Erft | 02271 4790-0

Veranstaltungs-Nr. 2671660076



Treffpunkt Küche © Kath. Bildungsforum Rhein-Erft

Kochkurs für Menschen mit Unterstützungsbedarf und ihre begleitende Person

Von wegen, „viele Köche verderben den Brei“

Außerhalb Ihres Lebensmittelpunktes, der im privaten Haushalt oder auch im betreuten Wohnen sein kann, laden wir Sie zusammen mit Ihrer Betreuungsperson zu einem Kochkurs ins Anton-Heinen-Haus ein!

Für Ihr Wunschduo möchten wir einen Kurs anbieten, der mit unserer Hauswirtschaftsmeisterin Tipps zu Koch- und Haushaltstätigkeiten in der Praxis geben wird.

Kommen Sie mit PartnerIn, erwachsenem Kind oder professioneller Betreuungskraft in die schöne Lehrküche ins Anton-Heinen-Haus und bereiten Sie einfache Gerichte zu, die Erinnerungen auslösen und schöne Wohlfühlmomente bescheren. Der Genuss der Mahlzeit und der Austausch unter den Teilnehmenden rundet den Kurs ab.

Ganz nach dem Motto „Essen hält Leib und Seele zusammen“ entdecken Sie, wie einfach das Zubereiten und Genießen gemeinsamer Mahlzeiten, die Beziehung vertiefen kann.

Im Rahmen eines Innovationsprojektes wird die Teilnehmergebühr für diesen Kurs niedrig angesetzt.

Eine Lebensmittelumlage wird am Tag von der Dozentin erhoben.

Sa 28.02.2026 | 10.00 – 13.00 Uhr

Kirstin Nobis

5,00 € | 1 x = 4 UE

Ort: Anton-Heinen-Haus

Kirchstraße 1b | 50126 Bergheim

Kath. Bildungsforum Rhein-Erft | 02271 4790-0

Veranstaltungs-Nr. 2671660080

Erste-Hilfe-Kurs am Kind – Für Eltern und Bezugspersonen

Kinder sind neugierig, aktiv - und manchmal geht dabei etwas schief. In Notfällen richtig zu handeln, kann entscheidend sein. Unser Erste-Hilfe-Kurs am Kind richtet sich speziell an Eltern, Großeltern und andere Betreuungspersonen, die sich auf medizinische Notfälle im Alltag mit Kindern vorbereiten möchten.

Kursinhalte:

Grundlagen der Ersten Hilfe bei Kindern
Erkennen und richtiges Reagieren bei Atemnot, Fiebkrampf, Pseudokrupp & Co.
Versorgung von Verletzungen, Verbrennungen, Vergiftungen und Insektensstichen
Wiederbelebung bei Säuglingen und Kleinkindern (inkl. praktischer Übungen)
Verhalten in Notfallsituationen: Ruhe bewahren, Notruf absetzen, richtig helfen
Gewinnen Sie Sicherheit im Umgang mit Notfällen – damit Sie im Ernstfall ruhig und effektiv handeln können.

André Kladensky

Ort: Anton-Heinen-Haus

Kirchstraße 1b | 50126 Bergheim

Kath. Bildungsforum Rhein-Erft | 02271 4790-0

Mo 23.03.2026 | 17.00 – 21.00 Uhr

30,00 € | 1 x = 5 UE

Veranstaltungs-Nr. 2671260001

Di 09.06.2026 | 17.00 – 21.00 Uhr

30,00 € | 1 x = 5 UE

Veranstaltungs-Nr. 2671260002



Shutterstock-334410376

Tanzcafé Ü60 im Anton-Heinen-Haus – Tanzen ist Lebensfreude

Endlich ist es so weit und der schöne Saal des Anton-Heinen-Hauses verwandelt sich in einen Tanzsaal. Beim Tanzcafé darf zu flotter Musik, die der bekannte DJ Helmut Schieber auflegt und auch Wünsche spielt, das Tanzbein geschwungen werden. Zwischendrin kann bei einem leckeren Stück Kuchen und einem wärmenden Kaffee oder Tee, Energie in unserem Foyer getankt werden.

Tanzen kann Jeder - immer und überall. Ganz nach diesem Motto wird diese instinktive Bewegungsform genutzt, um viele Muskeln gleichzeitig zu bewegen. Dabei profitiert besonders der Rücken. Außerdem hält Tanz das Gehirn fit und kann körperliche und geistige Alterungsprozesse aufhalten.

Zudem ist dies wohl eine schöne Möglichkeit, beschwingt neue Kontakte zu knüpfen und damit Einsamkeit zu verhindern. Kommen Sie gerne!!!

Pro Termin wird am Tag eine Gebühr von 15 Euro inklusive Verpflegung eingesammelt. Um Voranmeldung wird gebeten zwecks Kalkulation.

Helmut Schieber

Ort: Anton-Heinen-Haus

Kirchstraße 1b | 50126 Bergheim

Kath. Bildungsforum Rhein-Erft | 02271 4790-0



Shutterstock-2496722761

Mo 19.01.2026 |

13.30 – 16.30 Uhr

15,00 € | 1 x = 4 UE

Veranstaltungs-Nr. 2671660249

Mo 23.02.2026

13.30 – 16.30 Uhr

15,00 € | 1 x = 4 UE

Veranstaltungs-Nr. 2671660250

Mo 20.04.2026

13.30 – 16.30 Uhr

15,00 € | 1 x = 4 UE

Veranstaltungs-Nr. 2671660251

Mo 11.05.2026

13.30 – 16.30 Uhr

15,00 € | 1 x = 4 UE

Veranstaltungs-Nr. 2671660252

Mo 08.06.2026

13.30 – 16.30 Uhr

15,00 € | 1 x = 4 UE

Veranstaltungs-Nr. 2671660253

Mo 13.07.2026

13.30 – 16.30 Uhr

15,00 € | 1 x = 4 UE

Veranstaltungs-Nr. 2671660254

shutterstock-407188513



Zen-Schnupperkurs

Im HIER UND JETZT präsent sein. Chancen für mehr Achtsamkeit im Leben/Alltag entdecken, Handlungsmuster erkennen und variieren. Freiräume für innere Ruhe nutzen. Eine kleine Einführung in die Praxis des Zazen (japanisch: Za/sitzen & Zen/Versenkung). Zen ist eine aus dem Buddhismus entwickelte Übungstradition, die heutzutage im Westen als Achtsamkeitstraining immer mehr Interesse weckt.

In Verbindung mit Gehmeditation werden gemeinsam erste Erfahrungen mit der Sitzmeditation gemacht.

Bitte auf bequeme Kleidung/Socken achten und eine Decke mitbringen.

Eigenes Sitzkissen oder Meditationsbänkchen kann gern mitgebracht werden.

Mi 21.01. und 28.01.2026

18.15 – 19.45 Uhr

Monika Berg

16,00 € | 2 x = 4 UE

Ort: Anton-Heinen-Haus

Kirchstraße 1b | 50126 Bergheim

Kath. Bildungsforum Rhein-Erft | 02271 4790-0

Veranstaltungs-Nr. 2671660085

mUm - meditieren und mehr

Achtsam und gelassen durchs Leben gehen - Energie durch Ruhe und Schweigen - dem eigenen Kern begegnen und innere Transparenz entwickeln.

Der Kurs bietet thematisch orientierte Abende mit verschiedenen Meditationsformen und Achtsamkeitsübungen für Interessierte.

Bitte auf bequeme Kleidung achten und eine Decke mitbringen.

Fr 16.01. | 30.01. | 20.02. | So 15.03. | Fr 20.03. | 17.04. | 08.05. | 29.05. | 19.06. | 03.07.2026

19.00 – 21.15 Uhr

Monika Berg

124,00 € | 10 x = 31 UE

Ort: Anton-Heinen-Haus

Kirchstraße 1b | 50126 Bergheim

Kath. Bildungsforum Rhein-Erft | 02271 4790-0

Veranstaltungs-Nr. 2671660083

Yoga für Körper und Seele

in Glessen in Kooperation mit dem Familienzentrum

Achtsames Yoga eröffnet uns die Möglichkeit, unser inneres Gleichgewicht zu finden und gelassener mit den Anforderungen des Alltags umzugehen. Unser Körper wird beweglicher, der Atem freier, der Stoffwechsel aktiviert und die Konzentrationsfähigkeit gesteigert. Wir werden klassische Hatha Yoga Haltungen, Meditationen, Atem- und Entspannungsübungen praktizieren und bewusst erfahren. Die Selbstwahrnehmung wird geschult, eine tiefe Regeneration von Körper, Geist und Seele spürbar.

Bitte bringen Sie eine Decke oder einen warmen Pulli und dicke Socken mit.

Mo 02.02. – 22.06.2026

19.30 – 21.00 Uhr

Claudia Müller-Altena

102,- € | 17 x = 34 UE

Ort: Kath. Kindergarten St. Pankratius

Pfarrer-Tirtey-Straße 2 | 50129 Bergheim

Kath. Familienzentrum Bergheim-Ost |

02238 94 99 213

Veranstaltungs-Nr. 2671660042



shutterstock-2535975187

Yoga für Körper und Seele

Achtsames Yoga eröffnet uns die Möglichkeit, unser inneres Gleichgewicht zu finden und gelassener mit den Anforderungen des Alltags umzugehen. Unser Körper wird beweglicher, der Atem freier, der Stoffwechsel aktiviert und die Konzentrationsfähigkeit gesteigert. Wir werden klassische Hatha Yoga Haltungen, Meditationen, Atem- und Entspannungsübungen praktizieren und bewusst erfahren. Die Selbstwahrnehmung wird geschult, eine tiefe Regeneration von Körper, Geist und Seele spürbar.

Claudia Müller-Altena

Ort: Anton-Heinen-Haus

Kirchstraße 1b | 50126 Bergheim

Kath. Bildungsforum Rhein-Erft | 02271 4790-0

Mi 25.02. – 24.06.2026

18.00 – 19.30 Uhr

98,00 € | 14 x = 28 UE

Veranstaltungs-Nr. 2671660052

Mi 25.02. – 24.06.2026

19.45 – 21.15 Uhr

98,00 € | 14 x = 28 UE

Veranstaltungs-Nr. 2671660053

Yin Yoga – Zeit, dich mal um dich zu kümmern

Dieser ruhige Yoga-Kurs bietet Dir die Möglichkeit, die Pause-Taste zu drücken und den Blick auf Deine eigenen Bedürfnisse zu richten, insbesondere wenn Du Dich sonst viel um Andere kümmertest.

Im Yin-Yoga geht es darum, in bestimmten Positionen ohne große Muskelanspannung länger zu verweilen.

Auf diese Weise können die Asanas auf körperlicher Ebene dabei helfen, Verspannungen zu lösen oder auch Organaktivitäten anzuregen.

Auf mentaler und emotionaler Ebene kann diese Yoga-Richtung Dich dabei unterstützen, Dich ausgeglichener zu fühlen.

Dadurch kann sich das allgemeine Wohlbefinden auf sanfte Weise steigern.

Bitte bring Dir eine Decke und ein Handtuch mit.

Mo 02.03. – 22.06.2026

17.15 – 18.45 Uhr

Claudia Müller-Altena

98,00 € | 14 x = 28 UE

Ort: Anton-Heinen-Haus

Kirchstraße 1b | 50126 Bergheim

Kath. Bildungsforum Rhein-Erft | 02271 4790-0

Veranstaltungs-Nr. 2671660054



shutterstock 130781543

Meditation - Bewegung - Achtsamkeit

Ein Meditations-Workshop
im Anton-Heinen-Haus

Dieser Workshop gibt Dir die Möglichkeit verschiedene Meditationen kennen zu lernen. Meditation ist nichts anderes als der Wunsch wieder im Einklang mit sich selbst und seiner Natur zu kommen, seine eigene Mitte zu finden. Regelmäßige Meditation verbessert nachgewiesen das Stressempfinden und stärkt die emotionale Stabilität sowie das positive Denken. Bewegung führt unseren Verstand über das Loslassen von Anspannung in die Entspannung und Stille. Hier können wir das Netz der Gedanken verlassen und durch Achtsamkeit jeden Moment bewusst wahrnehmen. Keine Vorkenntnisse erforderlich. Bitte bequeme Kleidung anziehen und evtl. eine Decke und Socken mitbringen.

Sa 14.03.2026 | 10.00 – 15.15 Uhr

Angelika Göbbels

24,50 € | 1 x = 7 UE

Ort: Anton-Heinen-Haus

Kirchstraße 1b | 50126 Bergheim

Kath. Bildungsforum Rhein-Erft | 02271 4790-0

Veranstaltungs-Nr. 2671660063

Stocktraining und Meditation

Mit dem „Bo“ (Stock) die Geschmeidigkeit von Körper und Geist erhalten.

Der Übungsmix erhöht die Energie, kräftigt sanft Schultern, Nacken & Rücken, stärkt die Beine, strafft die Arm- & Beinmuskulatur.

Die Übungen erfordern Konzentration & Koordination.

Bitte bequeme Kleidung und Socken mitbringen

Di 14.04.2026

10.00 – 11.00 Uhr

Monika Berg

8,00 € | 1 x = 1 UE

Ort: Anton-Heinen-Haus

Kirchstraße 1b | 50126 Bergheim

Kath. Bildungsforum Rhein-Erft | 02271 4790-0

Veranstaltungs-Nr. 2671660084

Beckenboden Workshop- Deine innere Mitte

Oft tabuisiert und doch für weitaus mehr als unsere Kontinenz verantwortlich.

Völlig egal ob Turnerin, Schwangere, in der (Peri-)Menopause, mit oder ohne Beschwerden, du bist hier genau richtig.

Lerne die funktionellen und ganzheitlichen Zusammenhänge deines Beckenbodens kennen und erfahre, was das Ganze z.B. mit Atmung, Hüftmuskulatur, Rückenschmerzen und Alltagsgewohnheiten zu tun hat.

Dabei kombinieren wir Theorie und praktische Übungen, die über klassische „Kegelübungen“ hinausgehen.

Bitte trage bequeme Kleidung und bring ein großes Handtuch, sowie eine Wolldecke mit. Darüber hinaus empfiehlt es sich, etwas zum Notieren dabei zu haben.

Alena Schuirmann

Ort: Anton-Heinen-Haus

Kirchstraße 1b | 50126 Bergheim

Kath. Bildungsforum Rhein-Erft | 02271 4790-0

Sa 25.04.2026 | 10.00 – 13.00 Uhr

20,00 € | 1 x = 4 UE

Veranstaltungs-Nr. 2671660078

Sa 20.06.2026 | 10.00 – 13.00 Uhr

20,00 € | 1 x = 4 UE

Veranstaltungs-Nr. 2671660095

Entspannung, Bewegung und Achtsamkeit vereint – Finde deine Stärke im Alter

Dieser Kurs richtet sich besonders an ältere Menschen. Das gewohnte Umfeld zeigt sich im Umbruch. Lebenssituationen verändern sich, privat wie beruflich, gewollt oder ungewollt durch Schicksalsschläge.

Durch Achtsamkeit und Meditation können wir zu unserer inneren Stärke und Kraft zurückfinden.

Verschiedene Übungen laden ein, mehr in Verbindung mit uns selbst zu kommen.

Sie stärken unser Selbstwertgefühl und verbessern die Selbstfürsorge für den Alltag.

Bitte tragen Sie bequeme Kleidung und bringen eventuell eine Decke und warme Socken mit. Es sind keine Vorkenntnisse erforderlich.

Fr 12.06.- 03.07.2026

09.30 – 11.00 Uhr

Angelika Göbbels

31,50 € | 4 x = 8 UE

Ort: Anton-Heinen-Haus

Kirchstraße 1b | 50126 Bergheim

Kath. Bildungsforum Rhein-Erft | 02271 4790-0

Veranstaltungs-Nr. 2671660061

Meditation im Alltag

Gerade im täglichen Leben und im Umgang mit anderen und uns selbst vergessen wir manchmal die Dinge, die uns wichtig sind. Dieser Workshop bietet die Gelegenheit innezuhalten, uns zu fokussieren und neu auszurichten. Genutzt werden verschiedene Übungen zur Achtsamkeit und Meditation. Es sind keine Vorkenntnisse erforderlich. Bitte bequeme Kleidung anziehen und evtl. eine Decke und Socken mitbringen.

Sa 20.06.2026 | 10.00 – 13.00 Uhr

Angelika Göbbels
24,50 € | 1 x = 4 UE
Ort: Anton-Heinen-Haus
Kirchstraße 1b | 50126 Bergheim
Kath. Bildungsforum Rhein-Erft | 02271 4790-0
Veranstaltungs-Nr. 2671660064



shutterstock_2277338839

Sommerferien-Yoga

Achtsames Yoga eröffnet uns die Möglichkeit, unser inneres Gleichgewicht zu finden und gelassener mit den Anforderungen des Alltags umzugehen. Unser Körper wird beweglicher, der Atem freier, der Stoffwechsel aktiviert und die Konzentrationsfähigkeit gesteigert. Wir werden klassische Hatha Yoga Haltungen, Meditationen, Atem- und Entspannungsübungen praktizieren und bewusst erfahren. Die Selbstwahrnehmung wird geschult, eine tiefe Regeneration von Körper, Geist und Seele spürbar.

Bitte bringen Sie eine Decke oder einen warmen Pulli und dicke Socken mit.
Bei schönem Wetter und in Abstimmung mit den Teilnehmenden werden wir auch teilweise draußen praktizieren.

Claudia Müller-Altena
Ort: Anton-Heinen-Haus
Kirchstraße 1b | 50126 Bergheim
Kath. Bildungsforum Rhein-Erft | 02271 4790-0

Mi 05.08. – 26.08.2026

18.00 – 19.30 Uhr
28,00 € | 4 x = 8 UE
Veranstaltungs-Nr. 2671660099

Mi 05.08. – 26.08.2026

19.45 – 21.15 Uhr
Claudia Müller-Altena
28,00 € | 4 x = 8 UE
Veranstaltungs-Nr. 2671660246

Tanz einfach mit!

Tanzen fördert die Kondition, steigert die Lebensfreude und hält jung. Begegnen Sie Gleichgesinnten, rufen Sie Emotionen wach und tun somit gleichzeitig etwas für die Gesundheit und die Gehirnaktivität. Das Lernen von Schritt kombinationen in rhythmischem Zusammenhang schult das Gedächtnis nachweislich besonders intensiv. Gleichgewicht und Orientierungssinn werden ebenso trainiert wie Anpassungs- und Improvisationsfähigkeit. Alles Eigenschaften, die das Gehirn braucht, um im Alter fit zu bleiben. Und: Tanzen macht Spaß! Wir tanzen Folklore-, Kreis- und Paartänze. Jede/r ist herzlich willkommen, ob mit Partner/in oder ohne.

Mo 19.01. – 29.06.2026

17.15 – 18.45 Uhr
Maria Mayr
92,00 € | 20 x = 40 UE
Ort: Anton-Heinen-Haus
Kirchstraße 1b | 50126 Bergheim
Kath. Bildungsforum Rhein-Erft | 02271 4790-0
Veranstaltungs-Nr. 2671660014

Koordination-Gleichgewicht-Fitness Light

Mo 19.01. – 06.07.2026

08.45 – 10.15 Uhr
155,40 € | 21 x = 42 UE
Veranstaltungs-Nr. 2671660024

Mo 19.01. – 06.07.2026

10.30 – 12.00 Uhr
155,40 € | 21 x = 42 UE
Veranstaltungs-Nr. 2671660025

Koordination-Gleichgewicht-Fitness Light

Diese vereinfachte Variante spricht gezielt unerfahrene ältere Personen an, die ihre Fähigkeiten in dem Bereich erst aufbauen möchten!

Die Kräftigung und Dehnung der Muskulatur zur Stabilisierung des Bewegungsapparates und die Mobilisierung der Gelenke stehen im Fokus dieses Kurses. Weitere Schwerpunkte sind die Verbesserungen der mit zunehmendem Alter abnehmenden Fähigkeiten in den Bereichen Gleichgewicht und Koordination. Hier zielen die Übungen auf den Erhalt und die Verbesserung der Alltagssicherheit, um beispielsweise Stürze vermeiden zu helfen.

Mi 21.01. – 08.07.2026

08.45 – 10.15 Uhr
Robert Konrath
170,20 € | 23 x = 46 UE
Ort: Anton-Heinen-Haus
Kirchstraße 1b | 50126 Bergheim
Kath. Bildungsforum Rhein-Erft | 02271 4790-0
Veranstaltungs-Nr. 2671660026

Robert Konrath
Ort: Anton-Heinen-Haus
Kirchstraße 1b | 50126 Bergheim
Kath. Bildungsforum Rhein-Erft | 02271 4790-0



Aroha Effektiv-Kräftigend-Entspannend

Aroha ist ein wirksamer und unkomplizierter Gesundheitskurs und dient der Fettreduzierung sowie der Festigung und Kräftigung entscheidender Muskelgruppen. Sie verbessern Ihr Körpergefühl und die Muskelflexibilität, stärken Ihr Herz-Kreislauf-System und versorgen Ihren Körper optimal mit Sauerstoff. Ständig wechselnde spannungsvolle und entspannende Elemente setzen Ihre verborgenen Energien frei und bereiten Ihrer Seele Wohlbefinden. Aroha fördert Ihr Selbstbewusstsein und lässt Sie Ihre körperliche und geistige Kraft spüren. Zudem sorgt Aroha für Stressabbau und ein Gefühl von Entspannung und Mobilität. Aroha ist ein präventives, ausdauerbetontes Workout, an dem jede/r ohne Vorkenntnisse und in jedem Alter und Trainingszustand teilnehmen kann.

Di 20.01. – 07.07.2026

19.00 – 20.00 Uhr

Birgit Hölter

63,00 € | 21 x = 21 UE

Ort: Anton-Heinen-Haus

Kirchstraße 1b | 50126 Bergheim

Kath. Bildungsforum Rhein-Erft | 02271 4790-0

Veranstaltungs-Nr. 2671660036

In diesem Kurs erfahren Sie, wie effektive und innovative Übungen Ihre Faszien - das Bindegewebsnetzwerk Ihres Körpers - gesund und funktional halten. Wir legen den Schwerpunkt auf die praktische Anwendung, damit Sie die Techniken nicht nur verstehen, sondern auch direkt erleben und in Ihren Alltag integrieren können. Freuen Sie sich auf einen überwiegenden Praxisanteil, der Ihnen hilft, schmerzfreier und leicht beweglich zu werden. Nehmen Sie teil und erleben Sie die faszinierenden Effekte eines faszienorientierten Trainings!

Di 20.01. – 07.07.2026

18.00 – 19.00 Uhr

Birgit Hölter

63,00 € | 21 x = 21 UE

Ort: Anton-Heinen-Haus

Kirchstraße 1b | 50126 Bergheim

Kath. Bildungsforum Rhein-Erft | 02271 4790-0

Veranstaltungs-Nr. 2671660038



shutterstock-18793389

Tanz mit Zumba ähnlichen Elementen

Bei diesem neuen Kursangebot handelt es sich um ein flottes Tanzangebot mit Zumba Elementen. Hierbei werden durch einfache Tanzschritte sowohl die Koordination als auch die Kondition gesteigert. Die Dozentin verwendet Zumba Musik, baut die Stunde auch vergleichbar auf und vermittelt so Spaß und Freude an Bewegung. Das Angebot richtet sich an alle Altersstufen, die sich durch Tanzschritte fit halten und etwas mehr Schwung ins Leben bringen möchten!

Faszinierende Faszien

Tauchen Sie ein in die Welt der Faszien und entdecken Sie, wie intelligentes Training Ihre Beweglichkeit revolutionieren und Schmerzen lindern kann.

Di 20.01. – 07.07.2026

16.30 – 17.30 Uhr

Spasenka Smilanoska

84,00 € | 21 x = 21 UE

Ort: Anton-Heinen-Haus

Kirchstraße 1b | 50126 Bergheim

Kath. Bildungsforum Rhein-Erft | 02271 4790-0

Veranstaltungs-Nr. 2671660086

Ganzkörpertraining am Abend

Um mit dem Alltag Schritt halten zu können, bieten wir Ihnen ein gesundheitsförderndes Ganzkörpertraining zur Steigerung der Ausdauer und des allgemeinen Wohlbefindens. Durch spezielle Kräftigungsübungen lernen Sie Ihre Muskulatur zu stärken. Rückenschonende Übungen beugen einseitigen Belastungen vor. Abgerundet wird die Stunde durch allgemeine Entspannungstechniken, die sie zu Hause in den Familienalltag integrieren können. Somit können Sie ausgeruht und mit neuem Elan die familiären und beruflichen Anforderungen meistern.

Mi 21.01. – 08.07.2026

18.30 – 19.30 Uhr

Spasenka Smilanoska

85,10 € | 23 x = 23 UE

Ort: Anton-Heinen-Haus

Kirchstraße 1b | 50126 Bergheim

Kath. Bildungsforum Rhein-Erft | 02271 4790-0

Veranstaltungs-Nr. 2671660021



shutterstock-1549485239

Eine Powerstunde zum Ausgleich der Mehrbelastung im Leben

Wer fit werden will, der muss durch regelmäßige Bewegung und Training Muskulatur aufbauen. In dieser Powerstunde wird Ihre Ausdauer gefördert und Ihr gesamter Körper wird durch gezieltes Trainieren aller Muskelvarianten gestärkt. Diese enthalten unter anderem Kräftigungs-, Dehnungs-, Stabilisations- sowie Entspannungsübungen. Die Koordination kommt auch nicht zu kurz. Sie fühlen sich fit und haben Spaß und Power im Alltag.

Do 22.01. – 09.07.2026

09.00 – 10.00 Uhr

Spasenka Smilanoska,

74,00 € | 20 x = 20 UE

Ort: Anton-Heinen-Haus

Kirchstraße 1b | 50126 Bergheim

Kath. Bildungsforum Rhein-Erft | 02271 4790-0

Veranstaltungs-Nr. 2671660022

Den Körper stärken

Ein dynamisches Training zur Stärkung des Körpers und des Geistes. Durch ruhige und fließende Übungen wird die Verbindung zwischen Bewusstsein und Bewegung in Einklang gebracht. Bei ruhiger Musik kann die Seele entspannen, während die Muskeln durch Bewegung gestärkt werden. Durch diesen Kurs werden Sie nicht nur ausgeglichener sein, Sie werden außerdem mit einer guten Körperhaltung und entspannt durch den Alltag kommen.

Do 22.01. – 09.07.2026

10.00 – 11.00 Uhr

Spasenka Smilanoska

74,00 € | 20 x = 20 UE

Ort: Anton-Heinen-Haus

Kirchstraße 1b | 50126 Bergheim

Kath. Bildungsforum Rhein-Erft | 02271 4790-0

Veranstaltungs-Nr. 2671660023



Schnupperkurs- Gesundheitswanderung

In diesem Kurs machen wir kurze Wanderungen mit effektiven Bewegungsübungen.

Wir starten gemeinsam ab dem Anton-Heinen-Haus.

Bei Bedarf können Sie sich hier vorab Ihr Wanderoutfit anziehen.

Eine Wanderung dauert 1,5 Stunden- ideal für Menschen, die sich gerne bewegen und langsam ihre Fitness steigern möchten. Jeder kann mitmachen!

Ganz nach dem Motto „Jeder Schritt hält fit!“, wollen wir gemeinsam Körper und Geist etwas Gutes tun.

Der Kurs wird von einer zertifizierten Natur- und Wanderführerin geleitet, die Ihnen Natur und Bewegung näherbringen möchte.

Mi 25.02. – 18.03.2026

10.45 – 12.15 Uhr

Roswitha Stock

30,00 € | 4 x = 8 UE

Ort: Anton-Heinen-Haus

Kirchstraße 1b | 50126 Bergheim

Kath. Bildungsforum Rhein-Erft | 02271 4790-0

Veranstaltungs-Nr. 2671660227

„Unsere kleine Welt. Fahrradtour vom Anton-Heinen-Haus, Bergheim, nach Bedburg-Broich“

Wir er-fahren unsre Heimat u.a. mal unter Klima- und Umweltschutzaspekten - im Rahmen der Ausstellung in der Fastenzeit im Anton-Heinen-Haus

Auf dieser Fahrradtour vom Anton-Heinen-Haus nach Bedburg und zurück richten wir den Blick auf die Umweltschäden direkt bei uns vor der Tür, aber auch auf das, was schön ist. Gleichzeitig betrachten wir, was wir tun können, um die Natur im Gleichgewicht zu halten und z.B. Hochwassereignisse zu verhindern. An verschiedenen Punkten halten wir an und betrachten Orte, Dinge und Funktionen. Wir schauen uns Landschaftsformen und Wälder, Gewässer und Nutzungen im Gewässerumfeld und vieles mehr an. Die 15 km lange Tour über 2,5 Stunden ermöglicht uns die Landschaft besser wahrzunehmen. Sie führt uns durch das Renaturierungsgebiet Bedburg, vorbei an den Zuckerfabrikteichen, an Erft-Zuläufen und Bauwerken der Ortsentwässerung sowie von RWE. Wir richten den Blick auch darauf was passiert, wenn das Gebiet um die Erft aus dem Gleichgewicht gerät und was das für uns als Anwohner/innen bedeutet. Die Gewässer sind teilweise extrem fixiert.

Bitte kommen Sie mit dem eigenen Fahrrad und ziehen Sie sich entsprechend der Witterung an. Bei ganz schlechtem Wetter oder nach Hochwasser kann die Tour nicht stattfinden. Die gemeinsame Fahrradtour ist für Erwachsene und Kinder ab 10 Jahren geeignet, wenn sie sich die Strecke zutrauen.

Das Angebot findet in Kooperation mit dem Erftverband und dem Projekt Komm.Rhein. Revier statt, welches vom Bundesministerium für Wirtschaft und Klimaschutz gefördert wird.



Gefördert durch:
Bundesministerium
für Wirtschaft
und Klimaschutz
aufgrund eines Beschlusses
des Deutschen Bundestages



Sa 14.03.2026 | 10.00 – 12.30 Uhr

Dip.-Ing. Hartmut Hoevel

5,00 € | 1 x = 3 UE

Ort: Anton-Heinen-Haus

Kirchstraße 1b | 50126 Bergheim

Kath. Bildungsforum Rhein-Erft | 02271 4790-0

Veranstaltungs-Nr. 2671570001

Entspannung, Bewegung und Achtsamkeit vereint - Finde deine Stärke im Alter

Dieser Kurs richtet sich besonders an ältere Menschen. Das gewohnte Umfeld zeigt sich im Umbruch. Lebenssituationen verändern sich, privat wie beruflich, gewollt oder ungewollt durch Schicksalsschläge.

Durch Achtsamkeit und Meditation können wir zu unserer inneren Stärke und Kraft zurückfinden.

Verschiedene Übungen laden ein, mehr in Verbindung mit uns selbst zu kommen.

Sie stärken unser Selbstwertgefühl und verbessern die Selbstfürsorge für den Alltag.

Bitte tragen Sie bequeme Kleidung und bringen eventuell eine Decke und warme Socken mit. Es sind keine Vorkenntnisse erforderlich.

Fr 12.06. - 03.07.2026

09.30 – 11.00 Uhr

Angelika Göbbels

31,50 € | 4 x = 8 UE

Ort: Anton-Heinen-Haus

Kirchstraße 1b | 50126 Bergheim

Kath. Bildungsforum Rhein-Erft | 02271 4790-0

Veranstaltungs-Nr. 2671660061



"Zeitreisen- wenn die Erinnerung erwacht"

Geschichtenwerkstatt nach der amerikanischen

Methode von TimeSlips®



Eine Foto- und Geschichten Ausstellung
für Menschen mit Demenz, Angehörige und interessierte Menschen

Vom 17.04.2026 – 08.05.2026

im Kath. Bildungsforum Rhein-Erft | Anton- Heinen- Haus |
Kirchstr. 1b | 50126 Bergheim

Zu besichtigen während der offiziellen Öffnungszeiten
und nach Vereinbarung.

Demenzwoche 2026

„Demenz: Hinsehen. Helfen. Handeln.“ ist das Motto der 8. Demenzwoche, die in der Zeit vom 18.04. bis zum 26.04.2026 stattfindet. Das Kath. Bildungsforum bietet dazu eine Reihe von Veranstaltungen an:

Zeitreise – wenn die Erinnerung erwacht

Mitsingkonzert & Eröffnung der Foto-Ausstellung mit Geschichtenwerkstatt

Geschichten erzählen – das ist von jeher eine Domäne der älteren Generation. Im Rahmen eines neuen Projekts der Lokalen Allianz für Menschen mit Demenz hat Musikpädagogin und Gedächtnistrainerin Judith Schmitz nach der TimeSlips®-Methode anhand von ausgewählten Fotos in Pflegeeinrichtungen und Privathaushalten Geschichten aus dem Leben gesammelt, die Erinnerungen wecken, Fantasie und Kreativität anregen. Die Ausstellung können Sie zu den Öffnungszeiten des Anton-Heinen-Hauses Montag bis Freitag von 09:00 Uhr bis 12:00 Uhr und Montag bis Donnerstag von 14:00 Uhr bis 16:30 Uhr besuchen und anschauen.

Zur feierlichen Eröffnung lädt die Lokale Allianz zum großen Mitsingkonzert mit Gitarre, Klavier und Akkordeon ein – Erinnerungspflege und Seelenmassage für alle Interessierten.

2014 unter dem Dach der Stadtbibliothek Bergheim gegründet, ist mit der Lokalen Allianz für Menschen mit Demenz ein breites Netzwerk aus Institutionen und freiwillig Engagierten entstanden, das Beratung, Entlastungsangebote und konkrete Hilfe vor Ort bietet.

Kooperationspartner wie die Kreisstadt Bergheim, der Rhein-Erft-Kreis, die Alzheimer Gesellschaft, Pflegeeinrichtungen, Vereine und auch das Katholische Bildungsforum Rhein-Erft setzen sich gemeinsam dafür ein, die Situation von Betroffenen und Angehörigen zu verbessern und Demenz den Schrecken zu nehmen.

Fr 17.04.2026 | 15.00 – 16.30 Uhr

Judith Schmitz

gebührenfrei | 1 x = 2 UE

Ort: Anton-Heinen-Haus

Kirchstraße 1b | 50126 Bergheim

Lokale Allianz für Menschen mit Demenz
Bergheim

Werner Wieczorek

Veranstaltungs-Nr. 2671750005



Alle Informationen zu Demenzwoche finden Sie unter folgendem Link:
<https://www.rhein-erft-kreis.de/leben/familienleben/demenzwoche.php>

Ich gehe mit in Deine Welt ...

Menschen mit Demenz erkennen und verstehen

Zu den Symptomen der Demenz gehören unter anderem verschiedene typische Verhaltensweisen und Handlungsmuster der Betroffenen, mit denen sich die Angehörigen ab einem bestimmten Zeitpunkt auseinandersetzen müssen. Ein Informationsgespräch im Rahmen der Demenzwoche 2026.

Mi 22.04.2026 | 17.00 – 18.30 Uhr

Gabriele Schmitz-Kämmerling

11,00 € | 1 x = 2 UE

Ort: Anton-Heinen-Haus

Kirchstraße 1b | 50126 Bergheim

Kath. Bildungsforum Rhein-Erft | 02271 4790-0

Veranstaltungs-Nr. 2671750004



Demenz © Kath. Bildungsforum Rhein-Erft

The Father - Filmgenuss am Mittwoch

Ein Filmnachmittag im Rahmen
der Demenzwoche im Rhein-Erft-Kreis 2026

Ein 80-jähriger Mann weigert sich trotz seines hohen Alters, seine Wohnung zu verlassen oder eine Pflegekraft zu engagieren. Doch er leidet an Demenz und ist zunehmend verwirrt. Bis sich herausstellt, dass er bereits bei seiner Tochter und ihrem Ehemann wohnt und dringend auf die Hilfe einer Krankenschwester angewiesen ist. Packendes Drama, das aus Sicht der Titelfigur erzählt ist. Die Verwirrung des Protagonisten überträgt sich somit unmittelbar auf die Zuschauenden (nach: Filmdienst).

Das Anton-Heinen-Haus lädt wieder ein, um in gemütlicher Atmosphäre in eine andere (Film-)Welt einzutauchen.

Bei einem anschließenden Filmgespräch gibt es die Möglichkeit, sich über das Gesehene auszutauschen, zu diskutieren oder einfach Gedanken fließen zu lassen.

Um eine Anmeldung unter 02271-47900 oder an info@bildungsforum-rhein-erft.de wird gebeten, aber auch Kurzentschlossene sind herzlich willkommen.

Die Teilnahmegebühr beträgt 7,- € inklusive eines kleinen Imbisses.

Mi 22.04.2026 | 17.00 – 20.45 Uhr

Georg Firmenich

Florian Müller

7,00 € | 1 x = 2 UE

Ort: Anton-Heinen-Haus

Kirchstraße 1b | 50126 Bergheim

Kath. Bildungsforum Rhein-Erft | 02271 4790-0

Veranstaltungs-Nr. 2671780001

Menschen mit Demenz bewegen

Ein Schnupperangebot im Rahmen
der Demenzwoche

In die Erlebniswelt von dementen Menschen und deren Begleitern einsteigen. Einen Zugang finden mit Förderung von Alltagsbewegungen. In diesem Kursformat wird ein motorisch - kognitives Kombinationstraining zur Wahrnehmung mit allen Sinnen angeboten. Freude und Spaß stehen im Vordergrund. Der Kurs richtet sich ausschließlich an demente Personen und jeweils eine Begleitperson.

Bitte tragen Sie bequeme Kleidung und bringen Sie, wenn Sie haben, einen Ball mit. Tragen Sie festes Sport-Schuhwerk. Bitte ziehen Sie sich nicht zu warm an.

Do 23.04.2026 | 10.00 – 11.30 Uhr

Gabriele Schmitz-Kämmerling

gebührenfrei | 1 x = 2 UE

Ort: Anton-Heinen-Haus

Kirchstraße 1b | 50126 Bergheim

Kath. Bildungsforum Rhein-Erft | 02271 4790-0

Veranstaltungs-Nr. 2671750003

Demenz bewegen © Kath. Bildungsforum Rhein-Erft



TimeSlips® - Geschichtenwerkstatt für Menschen mit Demenz

Führung durch die Ausstellung
im Anton-Heinen-Haus und praktisches
Kennenlernen der Methode

“Zeitreisen - wenn die Erinnerung erwacht”
TimeSlips® ist die wunderbare Mischung von Lebenswissen, positiven, stärkenden Gefühlen, miteinander reden, nachdenken und gemeinsam kreativ sein.

Geschichten erzählen. Das ist von jeher eine Domäne der älteren Generation. Geschichten aus dem Leben. Vom Leben.

Anhand der amerikanischen Methode von TimeSlips® ermöglicht diese „Geschichtenwerkstatt“ Menschen mit Demenz, ihren Gedanken und Gefühlen unbeschwert Ausdruck zu verleihen.

Diese neue Form von Erinnerungspflege schafft kreative Lebensqualität und Selbstbewusstsein. Anhand von aussagekräftigen Fotos formen sich in der Gruppe Sehnsüchte, Erinnerungen und Empfindungen zu einer gemeinsamen Geschichte. Die Sinne werden angeregt und die Fantasie gefördert. Und es ist immer wieder erstaunlich, mit wie viel Witz und Gedanken Menschen mit Demenz ihre Ideen äußern.

Zugewandt und wertschätzend wird in diesem Prozess den Menschen mit Demenz begegnet. Bei dieser Führung haben Sie die Möglichkeit, dieses TimeSlips® Modell einmal in der Praxis kennenzulernen.

Do 23.04.2026 | 15.00 – 16.30 Uhr

Judith Schmitz

gebührenfrei | 1 x = 2 UE

Ort: Anton-Heinen-Haus

Kirchstraße 1b | 50126 Bergheim

Kath. Bildungsforum Rhein-Erft | 02271 4790-0

Veranstaltungs-Nr. 2671750007

HAUSHALT



Ein Haushalt gleicht einem kleinen Unternehmen: Mit begrenzten zeitlichen und finanziellen Ressourcen klarkommen und im „operativen Geschäft“ kochen, backen, waschen, nähen und die Wohnung sauber halten. Das Haushaltsmanagement geht aber noch weiter: Wie lässt sich ein harmonischer Lebensraum gestalten, in dem ein familiäres Miteinander stattfinden kann? Unsere Angebote zu diesem Thema liefern Hintergrundwissen und viele praktische Tipps für den Alltag.

Kreatives Patchwork

Fantasievolle Kunstwerke zum Selber nähen

Gestalten Sie eine Decke oder ein Bild nach eigenen Entwürfen mit geometrischen ineinandergreifenden Mustern. Sie erhalten umfassende Grundkenntnisse, zahlreiche Tipps zum Schritt-für-Schritt Nähen einer Patchworkfläche bis hin zur Fertigstellung Ihres textilen Kunstwerkes mit der elektrischen Nähmaschine und per Hand.

Der Kurs ist sowohl für AnfängerInnen als auch für Fortgeschrittene geeignet.

Bitte bringen Sie mit: mehrere Stoffe (aus Baumwolle, alte Herrenhemden oder Blusen) mit mind. 20 cm Stoffbreite (Kontraste oder Ton in Ton), Lineal, Bleistift, Schere, Garn und Stecknadeln.

Angela Hohn

Ort: Anton-Heinen-Haus

Kirchstraße 1b | 50126 Bergheim

Kath. Bildungsforum Rhein-Erft | 02271 4790-0

Mo 26.01. – 23.03.2026

18.00 – 20.15 Uhr

84,00 € | 8 x = 24 UE

Veranstaltungs-Nr. 2671660003

Mo 13.04. – 06.07.2026

18.00 – 20.15 Uhr

126,00 € | 12 x = 36 UE

Veranstaltungs-Nr. 2671660004

Mit Nadel und Faden

Kreatives Nähatelier am Dienstagmorgen

Nähen Sie Ihr Wunschprojekt!

Ob Anfänger/in oder Fortgeschrittene/r, unsere Schneidermeisterin erklärt Ihnen die Grundfertigkeiten und Finessen des Schneiderns und begleitet Sie bis hin zum fertig gestellten Kleidungsstück. Wählen Sie ein neues Kleidungsstück oder arbeiten Sie Ihre alte Garderobe auf. Aus unserem großen Fundus an aktuellen Modezeitschriften können Sie sich ein Modell aussuchen oder bringen Sie einen Schnitt Ihrer Wahl mit. Für alle Teilnehmenden stehen elektrische Markennähmaschinen, zwei Overlockmaschinen und benötigtes Werkzeug zur Verfügung.

Besprechen Sie vor Kursbeginn Ihre Ideen mit der Kursleiterin, Ulla Annen, Tel: 02271/63726.

Bitte bringen Sie Stoffe, passendes Nähgarn, Papierschere, Stoffschere, Stecknadeln, Maßband, falls vorhanden Schnittmuster, Schnittpapier und Schneiderkreide mit. Hochwertige elektr. Nähmaschinen sind für jede/n Teilnehmer/in vorhanden.

Ulla Annen

Ort: Anton-Heinen-Haus

Kirchstraße 1b | 50126 Bergheim

Kath. Bildungsforum Rhein-Erft | 02271 4790-0

Di 20.01. – 24.03.2026

09.00 – 12.00 Uhr

133,20 € | 9 x = 36 UE

Veranstaltungs-Nr. 2671660027

Di 14.04. – 07.07.2026

09.00 – 12.00 Uhr

177,60 € | 12 x = 48 UE

Veranstaltungs-Nr. 2671660028



Mit Nadel und Faden

Kreatives Nähatelier am Samstag

Ulla Annen

Ort: Anton-Heinen-Haus

Kirchstraße 1b | 50126 Bergheim

Kath. Bildungsforum Rhein-Erft | 02271 4790-0

Sa 14.03.2026 | 09.00 – 15.00 Uhr

30,00 € | 1 x = 8 UE

Veranstaltungs-Nr. 2671660031

Sa 04.07.2026 | 09.00 – 15.00 Uhr

30,00 € | 1 x = 8 UE

Veranstaltungs-Nr. 2671660032



shutterstock_323615621

Mit Nadel und Faden

Kreatives Nähatelier am Freitagmorgen

Ulla Annen

Ort: Anton-Heinen-Haus

Kirchstraße 1b | 50126 Bergheim

Kath. Bildungsforum Rhein-Erft | 02271 4790-0

Fr 23.01. – 27.03.2026

09.00 – 12.00 Uhr

133,20 € | 9 x = 36 UE

Veranstaltungs-Nr. 2671660029

Fr 17.04. – 10.07.2026

09.00 – 12.00 Uhr

148,00 € | 10 x = 40 UE

Veranstaltungs-Nr. 2671660030

Upcyceln statt wegwerfen – Coole Kleidung aus alten Stoffen

Nähkurs an zwei Tagen im Rahmen der Ausstellung in der Fastenzeit

Jetzt ist Zeit für den Frühjahrsputz in Ihrem Kleiderschrank. Und trotzdem möchten wir das Thema Klima- und Umweltschutz im Blick behalten. Weg von Fast-Fashion und riesigen Kleider-Müllbergen und hin zu einer nachhaltigen Nutzung von Stoffen und Kleidungsstücken. Doch was tun mit der unmodern gewordenen Jeans oder der Bluse, die nicht mehr getragen wird? Gestalten Sie aus Ihren alten Klamotten einen modischen Hingucker. Wir zeigen, wie's mit wenig Aufwand geht. Bitte bringen Sie Ihr ausgemustertes Kleidungsstück mit.

Mi 25.02. & Sa 28.02.2026

10.00 – 16.15 Uhr

Ulla Annen

25,00 € | 2 x = 11 UE

Ort: Anton-Heinen-Haus

Kirchstraße 1b | 50126 Bergheim

Kath. Bildungsforum Rhein-Erft | 02271 4790-0

Veranstaltungs-Nr. 2671660088



shutterstock_703975609

Wolle má upcyceln

Verantwortung für die Umwelt und die Schöpfung übernehmen und Kleidung reparieren und kreativ gestalten statt entsorgen und neu kaufen

Wer kennt das nicht: Da haben wir uns mal einen edleren Pullover aus Wolle, Alpaka oder Kaschmir geleistet, und plötzlich sind da kleine Löcher von Motten oder Käfern. Was tun? Wegwerfen ist keine Option, dafür steckt zu viel Geld und Herzblut in dem guten Stück.

Wer Naturmaterialien liebt und auf Nachhaltigkeit setzt, ist fest davon überzeugt: Daraus kann was tolles Neues werden! Egal ob Selbstgestricktes oder von der Stange: Mit guten Ideen und ein bisschen Geschick können aus schadhaften Teilen neue Lieblingsstücke werden. In unserem Workshop entstehen

kreative Lösungen für neue Bündchen, Taschen, Patchwork-Elemente oder Applikationen. Ohne viel Geld, dafür mit viel Vergnügen tragen wir zusammen zu mehr Kreislaufwirtschaft in unserem Kleiderschrank und in der Textilindustrie bei.

Upcycling ist ein Trend, den schon unsere Großmütter kannten. Während damals die Sparsamkeit im Vordergrund stand, ist es heute die große Idee der Nachhaltigkeit. Und natürlich wollen wir auch individuelle Wünsche in der Gestaltung der Dinge berücksichtigt wissen, mit denen wir uns gern jeden Tag umgeben. Wie schön, wenn das mit kleinem Budget und gutem Gewissen möglich ist.

Wir starten immer mit einem spirituellen Impuls zum Thema Bewahrung der Schöpfung. Und dann geht es an die Arbeit. Vom einfachen elastischen Maschenstich bis zu raffinierten Details werden wir uns langsam vorarbeiten. Vorkenntnisse sind nicht nötig. Alle Arten von Textilien und Materialien aus Großmutters Nähkästchen können eingesetzt werden. Bitte mitbringen, was gefällt und wieder schön werden soll

Ein Einstieg ist zu jedem Termin möglich.

Di 03.03. – 24.03.2026

18.00 – 21.45 Uhr

Dr. Kathrin Volkmann

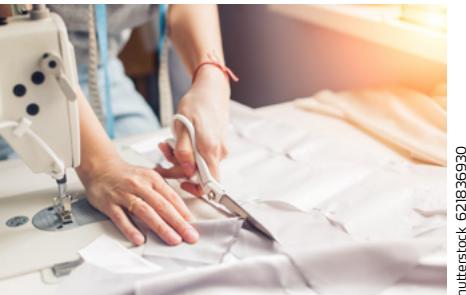
84,00 € pro Termin 21,-€ | 4 x = 20 UE

Ort: Anton-Heinen-Haus

Kirchstraße 1b | 50126 Bergheim

Kath. Bildungsforum Rhein-Erft | 02271 4790-0

Veranstaltungs-Nr. 2671740001



shutterstock_621836930

Nähkurs: Workshop für UVO's - Unvollständige Nähobjekte

Wer kennt das nicht? Sie haben etwas Schönes genäht, aber es nicht fertig gestellt. Oft mangelte es an der Zeit, manchmal stimmt die Größe nicht mehr oder Sie wissen einfach nicht, wie Sie es fertig stellen können...

Das ist jetzt die Chance:

Bringen Sie Ihre unfertigen Werke mit und wir vollenden diese gemeinsam!

Am Freitag schauen wir uns die Stücke an und besprechen, was Sie noch zu tun haben und was hierfür gegebenenfalls noch benötigt wird. Die Arbeit beginnt am Freitag und am Samstag beenden Sie das Projekt.

Unsere erfahrene Referentin unterstützt Sie gerne dabei.

Nähmaschinen stehen zur Verfügung, dürfen aber auch mitgebracht werden.

Bitte bringen Sie Ihre UVOs, Garn und Näh-Utensilien mit.

Fr 17.04. & Sa 18.04.26 | 18.00 – 13.00 Uhr

Kirstin Nobis

30,00 € | 2 x = 8 UE

Ort: Anton-Heinen-Haus

Kirchstraße 1b | 50126 Bergheim

Kath. Bildungsforum Rhein-Erft | 02271 4790-0

Veranstaltungs-Nr. 2671660081

Fit für die Nähmaschinenpflege und Nähen eines Utensilos

Lernen Sie, Ihre eigene Nähmaschine zu reinigen und zu ölen. Auch das richtige Einfädeln, Aufspulen und Nutzen der Nähprogramme wird erklärt.

Damit Sie ein schönes Werk mit nach Hause nehmen können, nähen Sie ein Utensilo! Bitte 2 unterschiedliche Stoffe je 60 x 40 cm mitbringen. Hierbei gerne auf abgelegte Kleidung, Geschirrtücher oder Tischdecken o.ä. zurückgreifen.

Bitte geben Sie bei der Anmeldung die Marke und den Typ ihrer Nähmaschine an. Dieser Kurs ist geeignet für mechanische Nähmaschinen und Maschinen mit Programmschablonen sowie Overlock-Maschinen.

Sa 20.06.2026 | 10.00 – 13.00 Uhr

Kirstin Nobis

15,00 € | 1 x = 4 UE

Ort: Anton-Heinen-Haus

Kirchstraße 1b | 50126 Bergheim

Kath. Bildungsforum Rhein-Erft | 02271 4790-0

Veranstaltungs-Nr. 2671660082

Häkelworkshop- Mini-Wale aus Plüschgarn

In diesem Kurs für Erwachsene mit Grundkenntnissen entstehen niedliche kleine Wale aus flauschigem Garn. Schritt für Schritt lernen Sie die Technik des Amigurumi und fertigen Ihr eigenes kleines Kuscheltier an. Garn, Füllwatte und Augen und Häkelnadel werden zur Verfügung gestellt. Materialkosten ergeben sich am Tag.

Mi 29.04.2026 | 19.00 – 21.15 Uhr

Nicole Campbell

10,00 € zzgl. Materialkosten | 1 x = 3 UE

Ort: Anton-Heinen-Haus

Kirchstraße 1b | 50126 Bergheim

Kath. Bildungsforum Rhein-Erft | 02271 4790-0

Veranstaltungs-Nr. 2671660241



Baum/Campbell

Kerzenworkshop-Selbstgestaltete Kerzen für besondere Anlässe

Hochzeit, Geburt, Taufe, Kommunion oder auch Erinnerungskerzen haben für viele Personen eine ganz besondere Bedeutung. Sie werden mit den bedeutsamen Ereignissen immer wieder verbunden und oft auch immer wieder entzündet. Deshalb dürfen diese Kerzen auch mit viel Liebe gestaltet werden, damit diese eine noch individuellere Note bekommen.

Unsere Dozentin möchte Sie bei der Gestaltung unterstützen und Ihnen mit Inspiration und Impulsen hilfreich zur Seite stehen.

Im Preis ist das Material für eine Kerze bereits enthalten. Sollten Sie mehrere Kerzen anfertigen, entstehen zusätzliche Materialkosten. Sie dürfen auch eigene Materialien verwenden.

Mi 22.04.2026 | 18.00 – 20.15 Uhr

Schwester Maria Hlupic OSB

17,00 € | 1 x = 3 UE

Ort: Anton-Heinen-Haus

Kirchstraße 1b | 50126 Bergheim

Kath. Bildungsforum Rhein-Erft | 02271 4790-0

Veranstaltungs-Nr. 2671660058

Kochen für Männer mit Geschmack

Verbessern Sie Ihr Wissen über das Kochen! Egal, ob Sie gemeinsam mit Ihrer Familie kochen oder selbstständig kreativ die Welt der kulinarischen Genüsse entdecken wollen, hier lernen Sie in der Gruppe Gleichgesinnter Lebensmittel und ihre Verarbeitung kennen. Sie stellen gemeinsam ausgewogene Mahlzeiten zusammen und lernen den zeitsparenden Einsatz moderner Haushaltsgeräte.

Fr 23.01. | 20.02. | 24.04. | 12.06.2026

18.00 – 22.00 Uhr

Helga Hochkirchen
101,00 € | 4 x = 20 UE
Ort: Anton-Heinen-Haus
Kirchstraße 1b | 50126 Bergheim
Kath. Bildungsforum Rhein-Erft | 02271 4790-0

Veranstaltungs-Nr. 2671660005



shutterstock_65332671

Mehrgangmenü - Kochen mit Freunden für Freunde und Familie

Besondere Anlässe verlangen auch eine besondere Mahlzeit für Freunde oder die gesamte Familie. An diesen Tagen ein Menü mit mehreren Gängen zu kochen und trotzdem ganz entspannt zusammenzusitzen - das geht nicht, meinen Sie? Doch, das funktioniert! Mit unserem Arbeitsplan, unseren Rezeptvorschlägen und ein paar leckeren Getränken können Sie Ihre Gäste zu besonderen Anlässen mit etwas Neuem überraschen.

Helga Hochkirchen
Ort: Anton-Heinen-Haus
Kirchstraße 1b | 50126 Bergheim
Kath. Bildungsforum Rhein-Erft | 02271 4790-0

Mi 21.01.2026 | 18.00 – 22.00 Uhr

41,50 € | 1 x = 5 UE

Veranstaltungs-Nr. 2671660006

Mi 04.03.2026 | 18.00 – 22.00 Uhr

41,50 € | 1 x = 5 UE

Veranstaltungs-Nr. 2671660007

Mi 22.04.2026 | 18.00 – 22.00 Uhr

41,50 € | 1 x = 5 UE

Veranstaltungs-Nr. 2671660008

Mi 03.06.2026 | 18.00 – 22.00 Uhr

41,50 € | 1 x = 5 UE

Veranstaltungs-Nr. 2671660009

Kochen und Klönen

ein Angebot für Menschen im „besten Alter“

Unsere Kochreihe für Seniorinnen und Senioren sucht Verstärkung! Nachdem die Kochreihe letztes Jahr gestartet hat, wird die Gruppe nochmal neu gemischt. Das gemeinsame Zubereiten und Genießen eines kleinen Menüs in geselliger Runde stehen bei diesem Kurs im Vordergrund. Dazu werden Grundlagen über die Ernährung und den veränderten Stoffwechsel im Alter vermittelt, so dass in puncto Ernährung einem gesunden Lebensgefühl nichts mehr im Wege stehen sollte. In diesem Kurs wird mit saisonalen und regionalen Lebensmitteln ein schmackhaftes Mahl bereitet, das die ein oder andere schöne Erinnerung weckt - Essen hält nämlich Leib und Seele zusammen! In unserer schönen Küche im Anton-Heinen-Haus in Bergheim kochen Sie gemeinsam mit viel Spaß und genießen im Anschluss das Gericht gemeinsam. Vielleicht können Sie bei der Gelegenheit auch neue soziale Kontakte knüpfen und im privaten Bereich fortführen, ganz nach dem Motto: Gemeinsam gegen Einsam! Am Tag entsteht eine kleine Umlage für die verwendeten Lebensmittel.

Wir freuen uns auf Ihre Teilnahme!



shutterstock_1655515564

Di 27.01. | 17.03. | 05.05. | 30.06.2026

10.00 – 12.15 Uhr

Kirstin Nobis
40,00 € | 4 x = 12 UE
Ort: Anton-Heinen-Haus
Kirchstraße 1b | 50126 Bergheim
Kath. Bildungsforum Rhein-Erft | 02271 4790-0
Veranstaltungs-Nr. 2671660075

Treffpunkt Küche am Vormittag – Männerkochkurs

Unser Männerkochclub sucht Verstärkung! Gleichzeitig mit dem Dozentenwechsel haben Sie die Chance die Männerrunde zu bereichern. Vielleicht sind Sie gerade in den Ruhestand eingetreten und möchten sich mehr mit dem Thema Kochen beschäftigen, oder fühlen sich aus einem anderen Grund angesprochen. Ergreifen Sie selbst den Kochlöffel und die Initiative für die Zubereitung von schmackhaften und gesunden Mahlzeiten. Die qualifizierte Hauswirtschafterin gibt Ihnen Inspiration für umsetzbare Gerichte und unterstützt Sie bei der Zubereitung mit den notwendigen Techniken in unserer schönen Lehrküche. Der Austausch mit anderen Männern und das gemeinsame Genießen des Menüs runden jeden Termin ab!

Di 10.02. | 24.03. | 12.05. | 07.07.2026

09.00 – 12.00 Uhr

Kirstin Nobis
96,00 € | 4 x = 16 UE
Ort: Anton-Heinen-Haus
Kirchstraße 1b | 50126 Bergheim
Kath. Bildungsforum Rhein-Erft | 02271 4790-0
Veranstaltungs-Nr. 2671660076

Zöliakie Backkurs

Backen ohne Gluten?
Mit ein bisschen Fachwissen und Übung kein Problem- und superlecker noch dazu!
Aus unserem ersten Zöliakie-Kurs ist eine kleine Interessengemeinschaft entstanden und der Wunsch nach Fortsetzung wird hiermit erfüllt. Natürlich sind weitere Mitglieder sehr erwünscht und herzlich willkommen!

Wenn du oder jemand aus deiner Familie Zöliakie hat, musst du auf Genuss nicht verzichten! In unserem lockeren und lustigen Backkurs zeigt unserer Dozentenduo -bestehend aus einer Hauswirtschaftsmeisterin und deren Sohn als Bäcker - euch, wie ihr einfach leckere, glutenfreie Backwaren zaubern könnt. Und das Beste: Es schmeckt allen – mit oder ohne Gluten!

Lernt, wie ihr fluffige Brote, knusprige Brötchen und köstliche Kuchen ohne Gluten hinbekommt. Am Tag wird eine Umlage in Höhe von 10,- Euro für die Lebensmittel erhoben.

Kirstin Nobis
Nils Nobis
Ort: Anton-Heinen-Haus
Kirchstraße 1b | 50126 Bergheim
Kath. Bildungsforum Rhein-Erft| 02271 4790-0



shutterstock_2285852045

Mo 26.01.2026 | 18.00 – 21.00 Uhr

20,00 € | 1 x = 4 UE

[Veranstaltungs-Nr. 2671660069](#)

Mo 09.03.2026 | 18.00 – 21.00 Uhr

20,00 € | 1 x = 4 UE

[Veranstaltungs-Nr. 2671660070](#)

Mo 27.04.2026 | 18.00 – 21.00 Uhr

20,00 € | 1 x = 4 UE

[Veranstaltungs-Nr. 2671660071](#)

Mo 06.07.2026 | 18.00 – 21.00 Uhr

20,00 € | 1 x = 4 UE

[Veranstaltungs-Nr. 2671660072](#)

Kochkurs: Inklusives Kochprojekt- Fortsetzung- Essen verbindet Leib und Seelen

Zusammen mit Klienten, Betreuern und dem Koch der St. Augustinus-Behindertenhilfe wird im Anton-Heinen-Haus in Bergheim ein Inklusives Kochstudio eröffnet. Mittwochs von 10:30-13-30 Uhr treffen sich interessierte Menschen, um den Kochlöffel gemeinsam zu schwingen. Da das Kochprojekt so gut angenommen wird, werden wir es im neuen Jahr weiter als Inklusives Projekt fördern und ohne Kursgebühr anbieten.

Diesmal kann man sich für die einzelnen Termine separat anmelden:

Sie können sich im Augustinus Café, Hauptstr. 45-47, direkt auf die Teilnehmerliste setzen lassen oder sich beim Anton-Heinen-Haus für den jeweiligen Kochtermin anmelden! Das Team begleitet die Teilnehmer bis zum Anton-Heinen-Haus, falls gewünscht. Ansonsten kommen Sie direkt in die Kirchstr. 1b.

Essen hat die wunderbare Eigenschaft Brücken zu bauen und die Menschen zu verbinden. Unter Anleitung des Koches bereiten Sie leckere Mahlzeiten zu und mit Spaß am Tun und dem gemeinschaftlichen Essen verbringen Sie inklusive Zeit miteinander!

Am Tag entsteht eine kleine Umlage für die verwendeten Lebensmittel.

Axel Bernhagen
Ort: Anton-Heinen-Haus
Kirchstraße 1b | 50126 Bergheim
Kath. Bildungsforum Rhein-Erft| 02271 4790-0

Mi 28.01.2026 | 10.30 – 14.15 Uhr
gebührenfrei | 1 x = 5 UE
[Veranstaltungs-Nr. 2671660087](#)

Mi 25.02.2026 | 10.30 – 14.15 Uhr
gebührenfrei | 1 x = 5 UE
[Veranstaltungs-Nr. 2671660096](#)

Mi 25.03.2026 | 10.30 – 14.15 Uhr
gebührenfrei | 1 x = 5 UE
[Veranstaltungs-Nr. 2671660089](#)

Mi 29.04.2026 | 10.30 – 14.15 Uhr
gebührenfrei | 1 x = 5 UE
[Veranstaltungs-Nr. 2671660090](#)

Mi 27.05.2026 | 10.30 – 14.15 Uhr
gebührenfrei | 1 x = 5 UE
[Veranstaltungs-Nr. 2671660091](#)

Mi 24.06.2026 | 10.30 – 14.15 Uhr
gebührenfrei | 1 x = 5 UE
[Veranstaltungs-Nr. 2671660092](#)



shutterstock_507422953

Kochkurs für Menschen mit Unterstützungsbedarf und ihre begleitende Person

Von wegen, „viele Köche verderben den Brei“

Außerhalb Ihres Lebensmittelpunktes, der im privaten Haushalt oder auch im betreuten Wohnen sein kann, laden wir Sie zusammen mit Ihrer Betreuungsperson zu einem Kochkurs ins Anton-Heinen-Haus ein!

Für Ihr Wunschduo möchten wir einen Kurs anbieten, der mit unserer Hauswirtschaftsmeisterin Tipps zu Koch- und Haushaltstätigkeiten in der Praxis geben wird.

Kommen Sie mit Partner/in, erwachsenem Kind oder professioneller Betreuungskraft in die schöne Lehrküche ins Anton-Heinen-Haus und bereiten Sie einfache Gerichte zu, die Erinnerungen auslösen und schöne Wohlfühlmomente bescheren. Der Genuss der Mahlzeit und der Austausch unter den Teilnehmenden runden den Kurs ab.

Ganz nach dem Motto „Essen hält Leib und Seele zusammen“ entdecken Sie, wie einfach das Zubereiten und Genießen gemeinsamer Mahlzeiten, die Beziehung vertiefen kann.

Im Rahmen eines Innovationsprojektes wird die Teilnehmergebühr für diesen Kurs niedrig angesetzt.

Lebensmittelumlage wird am Tag von der Dozentin erhoben.

Sa 28.02.2026 | 10.00 – 13.00 Uhr

Kirstin Nobis

5,00 € | 1 x = 4 UE

Ort: Anton-Heinen-Haus

Kirchstraße 1b | 50126 Bergheim

Kath. Bildungsforum Rhein-Erft | 02271 4790-0

Veranstaltungs-Nr. 2671660080



shutterstock_1645537420

Angebot für die Frauengemeinschaft St. Remigius

Besondere Anlässe verlangen auch eine besondere Mahlzeit für Freunde oder die gesamte Familie. An diesen Tagen ein Menü mit mehreren Gängen zu kochen und trotzdem ganz entspannt zusammenzusitzen - das geht nicht, meinen Sie? Doch, das funktioniert! Mit unserem Arbeitsplan und unseren Rezeptvorschlägen können Sie Ihre Gäste zu besonderen Anlässen mit etwas Neuem überraschen.

In Kooperation mit der Frauengemeinschaft St. Remigius Bergheim

Mi 18.03.2026 | 18.00 – 22.00 Uhr

Helga Hochkirchen

Gebühr auf Anfrage | 1 x = 5 UE

Ort: Anton-Heinen-Haus

Kirchstraße 1b | 50126 Bergheim

Frauengemeinschaft St. Remigius e.V.

Bergheim

Gisela Atzrodt | 02271 62500

Veranstaltungs-Nr. 2671660010

Kitchen Rebels-Teens am Herd

Am Herd fühlst du dich schon sicher und hast das ein oder andere Gericht schon einmal auf den Tisch gebracht?

Vielleicht hast du aber auch noch nie gekocht und hast voll Lust, es zu lernen?

Du suchst Inspirationen für etwas Neues oder möchtest dich mit anderen Teens in der Küche ausprobieren?

DANN BIST DU HIER GENAU RICHTIG!!!!

Inspiriert durch die sozialen Medien bringe ich euch pro Termin Rezepte für neue Trends mit, die gerade gehypt werden!

Bist du zwischen 15-18 Jahre alt, dann komm vorbei und starte vielleicht schon bald deine eigenen Koch-Reels!!!

Simone Tirtey-Mehl

Ort: Anton-Heinen-Haus

Kirchstraße 1b | 50126 Bergheim

Kath. Bildungsforum Rhein-Erft | 02271 4790-0

Burger Tacos und Zimtschnecken

Sa 14.03.2026 | 14.00 – 17.00 Uhr

25,00 € | 1 x = 4 UE

Veranstaltungs-Nr. 2671660019

TikTok Pasta und Trendy Pancakes

Sa 11.07.2026 | 14.00 – 17.00 Uhr

25,00 € | 1 x = 4 UE

Veranstaltungs-Nr. 2671660020



shutterstock_244883967

Kräuterkochkurs für Schüler und Schülerinnen des Gutenberggymnasiums BM

Fr 08.05.2026 | 09.00 – 12.00 Uhr

Maria Mayr

Gebühr auf Anfrage | 1 x = 4 UE

Ort: Anton-Heinen-Haus

Kirchstraße 1b | 50126 Bergheim

Gymnasium Gutenberg

Arnhild Althof

Veranstaltungs-Nr. 2671660017

Mi 20.05.2026 | 09.00 – 12.00 Uhr

Maria Mayr

Gebühr auf Anfrage | 1 x = 4 UE

Ort: Anton-Heinen-Haus

Kirchstraße 1b | 50126 Bergheim

Gymnasium Gutenberg

Arnhild Althof

Veranstaltungs-Nr. 2671660018

Kochkurs: Aus den Töpfen dieser Welt - heute traditionelle persische Küche

Unsere Dozentin entführt Sie heute mit leckeren Speisen in die Küche Ihres Heimatlandes. Hier werden tolle Gewürze mit schönen Aromen zu leckeren Gerichten kombiniert. Heute lernen Sie die aufwändige Herstellung der köstlich gefüllten Dolma-Blätter. Begleitet wird die Speise von einem erfrischenden landestypischen Dip.

Genießen Sie gemeinsam leckere Speisen wie im alten Persischen Reich!

Am Tag wir eine Lebensmittelumlage erhoben.

Sa 25.04.2026 | 10.00 – 13.45 Uhr

Maryam Rinus

22,50 € | 1 x = 5 UE

Ort: Anton-Heinen-Haus

Kirchstraße 1b | 50126 Bergheim

Kath. Bildungsforum Rhein-Erft | 02271 4790-0

Veranstaltungs-Nr. 2671660002

Kräuterspaziergang

Zu dieser Jahreszeit gedeihen Wildkräuter besonders üppig. Auf unserem Spaziergang vor der Haustür werden wir essbare Kräuter kennenlernen, diese sammeln und anschließend in der Lehrküche des Anton-Heinen-Hauses aus Brennnessel, Löwenzahn, Knoblauchrauke, Gundermann und Giersch wahre Köstlichkeiten zubereiten. Bitte Körbchen und Schere mitbringen und auf wetterfeste Kleidung und Schuhwerk achten.

Fr 22.05.2026 | 14.00 – 17.00 Uhr

Maria Mayr

28,00 € | 1 x = 4 UE

Ort: Anton-Heinen-Haus

Kirchstraße 1b | 50126 Bergheim

Kath. Bildungsforum Rhein-Erft | 02271 4790-0

Veranstaltungs-Nr. 2671660016



shutterstock_687613306

Indische Küche für Einsteiger

Lernen Sie die indische Küche mit Ihren feinen Aromen kennen. Hier ist für jeden Geschmack etwas dabei. Gemeinsam kochen wir einige der beliebtesten, als auch einfachsten Gerichte: Zum Beispiel Bäsmati Reis, Linsen und vegetarische Zutaten wie Blumenkohl, Kartoffeln, Auberginen und Karotten, aus der Region. Außerdem wird das Menü mit einem köstlichen Hähnchenfleischgericht ergänzt. Ein außergewöhnlicher indischer Nachtisch wird das Menü abrunden. Unser Kochreferentenehepaar führt Sie geschult in die Verwendung der landestypischen Gewürze wie Koriander, Kreuzkümmel, Ingwer ein. Genießen Sie ein reichhaltiges, duftendes und exotisches Essen in einem angenehmen Ambiente!

Sa 30.05.2026 | 10.00 – 13.45 Uhr

Enakshi Das

Anindya Sengupta

33,00 € | 1 x = 5 UE

Ort: Anton-Heinen-Haus

Kirchstraße 1b | 50126 Bergheim

Kath. Bildungsforum Rhein-Erft | 02271 4790-0

Veranstaltungs-Nr. 2671660033



shutterstock_501335584

Ein leichtes Sommermenü

Angebot für Landfrauen

Besondere Anlässe verlangen auch eine besondere Mahlzeit für Freunde oder die gesamte Familie. An diesen Tagen ein Menü mit mehreren Gängen zu kochen und trotzdem ganz entspannt zusammenzusitzen - das geht nicht, meinen Sie? Doch, das funktioniert! Mit unserem Arbeitsplan und unseren Rezeptvorschlägen können Sie Ihre Gäste zu besonderen Anlässen mit etwas Neuem überraschen. In Kooperation mit dem LandFrauenVerband e.V. Rhein-Erft-Kreis/Stadt Köln

Mi 10.06.2026 | 19.00 – 22.00 Uhr

Helga Hochkirchen

Gebühr auf Anfrage | 1 x = 4 UE

Ort: Anton-Heinen-Haus

Kirchstraße 1b | 50126 Bergheim

Rheinische Landfrauen Vereinigung

Sophie Abels

Veranstaltungs-Nr. 2671660011



shutterstock_649541308



shutterstock_2184058537

Sommernacks

Die Erntezeit hat begonnen. Wir haben die Möglichkeit, uns wieder mehr mit nachhaltigem, regionalem Gemüse zu versorgen. Es spart Verpackung und Transportwege. Mit schmackhaften Delikatessen aus dem Bauerngarten gestalten wir an diesem Kochabend z.B. mit Spargel, Erdbeeren, Brokkoli, frischen Salaten und Kräutern ein vegetarisches und vollwertiges Menü.

Mi 17.06.2026 | 18.00 – 21.00 Uhr

Maria Mayr

28,00 € | 1 x = 4 UE

Ort: Anton-Heinen-Haus

Kirchstraße 1b | 50126 Bergheim

Kath. Bildungsforum Rhein-Erft | 02271 4790-0

Veranstaltungs-Nr. 2671660015



shutterstock_1177552366

Natürlich sauber- Putzmittel einfach selbst machen

Herkömmliche Reinigungsmittel enthalten oft aggressive Chemikalien, die unsere Gesundheit beeinträchtigen und unserer Umwelt schaden. Warum also nicht selbst machen? Es ist gesünder, da wir die Inhaltsstoffe selbst in der Hand haben, es ist günstiger, gut für die Umwelt und es macht Spaß, sie herzustellen. Heute stellen wir Ihnen einige Produkte vor, die in fast jedem Haushalt zu finden sind und wir rühren, mixen und stellen tolle Putz- und Waschmittel her, die Sie natürlich mitnehmen und direkt zu Hause anwenden können. Dafür nutzen wir, von Asche bis Zitrone, natürliche Inhaltsstoffe. Zukünftig können Sie dann zuhause allein kostengünstig und umweltverträglich mixen!

Bitte 2 leere Marmeladengläser mitbringen.

Di 10.03.2026 | 18.00 – 20.15 Uhr

Petra Hölters

25,00 € | 1 x = 3 UE

Ort: Anton-Heinen-Haus

Kirchstraße 1b | 50126 Bergheim

Kath. Bildungsforum Rhein-Erft | 02271 4790-0

Veranstaltungs-Nr. 2671660248



shutterstock_510917605

Hilfe aus der Natur - Kleine Hausapotheke

Ob zu Fuß, mit dem Fahrrad oder gemeinsam mit der Familie – wer draußen unterwegs ist, kennt es: Kleine Missgeschicke passieren schnell. Eine Blase am Fuß, ein Wespenstich oder ein unglücklicher Kontakt mit Brennnesseln können die Freude an der Tour trüben. Zum Glück bietet uns die Natur selbst eine ganze Hausapotheke an hilfreichen Kräutern.

Heute lernen Sie unsere heimischen Heilpflanzen kennen. Im Mittelpunkt stehen dabei die „Erste-Hilfe-Kräuter“ am Wegesrand: Welche Pflanzen können sofort Linderung verschaffen, und welche eignen sich für eine kleine „Wanderapotheke“ zum Mitnehmen? Praktisch wird auch gearbeitet, wir erstellen einen Anti-Juck Roll-on, rühren eine Heilsalbe und noch viel mehr. Alles Produkte, die dann auch mit nach Hause genommen werden können.



shutterstock_722190907

Fr 17.04.2026 | 18.00 – 20.15 Uhr

Petra Hölters

28,00 € | 1 x = 3 UE

Ort: Anton-Heinen-Haus

Kirchstraße 1b | 50126 Bergheim

Kath. Bildungsforum Rhein-Erft | 02271 4790-0

Veranstaltungs-Nr. 2671660247

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 gemeinsames Erleben möglich wird.

Schöne Aussichten – Lebenskunst im Alter

Die Kinder sind aus dem Haus, das Berufsleben liegt hinter Ihnen, und die Verantwortung für die eigenen Eltern ist weitgehend erfüllt – nun entsteht Raum für neue Ideen, Wünsche und Perspektiven. Doch was, wenn die Vorstellungen voneinander abweichen? Wenn unterschiedliche Interessen das Miteinander herausfordern? In diesem Kurs erhalten Sie Impulse und Werkzeuge, um Ihr bisheriges Leben zu würdigen und Ihre gemeinsame Zukunft aktiv zu gestalten. Sie haben die Möglichkeit, Ihre persönlichen Wünsche und Vorstellungen zu reflektieren, gemeinsam Pläne zu entwickeln und herauszufinden, wie Sie diesen neuen Lebensabschnitt bewusst und in guter Verbindung miteinander gestalten möchten.

Die Inhalte werden in der Gruppe vermittelt, zusätzlich bietet der Kurs Raum für vertrauliche Gespräche zu zweit.

Sa 31.01.2026 | 10.00 – 12.15 Uhr

Michael Bruckner

2,50 € | 1 x = 3 UE

Ort: Anton-Heinen-Haus

Kirchstraße 1b | 50126 Bergheim

Kath. Bildungsforum Rhein-Erft | 02271 4790-0

Veranstaltungs-Nr. 2671750001



shutterstock_1019504152

Lieben, Streiten und Versöhnen – ein Paarkommunikationswochenende

Hektik und Stress im Alltag lassen oft wenig Raum für ein zufriedenstellendes Miteinander. Streitereien und wechselseitige Vorwürfe beeinträchtigen immer wieder ein entspanntes Zusammensein. Dabei erleben Partner sich seltener mit ihren Bedürfnissen und Wünschen wahrgenommen und verbunden.

In diesem Seminar haben Sie Zeit und Raum sich wieder mehr zu begegnen und an Bewährtem Ihrer Partnerschaft anzuknüpfen. Sie werden gemeinsam Ihre Kommunikationsfähigkeit verbessern. Sie lernen in einer vertraulichen Atmosphäre Ihre Gedanken und Gefühle, Bedürfnisse und Wünsche offener und klarer auszudrücken. Sie werden sich mehr verstanden erleben und Ihren Partner besser verstehen.

Mit dem Erproben wissenschaftlich-fundierter Kommunikationstechniken wird Ihre Partnerschaft bereichert: Freude, Humor und Lust miteinander, schaffen wieder mehr und echte Verbundenheit.

Sa 21.02. – So 22.02.2026

10.00 – 17.00 Uhr

Michael Bruckner

120,00 € Preis pro Person | 2 x = 16 UE

Ort: Anton-Heinen-Haus

Kirchstraße 1b | 50126 Bergheim

Kath. Bildungsforum Rhein-Erft | 02271 4790-0

Veranstaltungs-Nr. 2671640002

Yoga zu zweit

In diesem Workshop steht das Miteinander im Mittelpunkt. Sanfte Yogaübungen, kleine Partnersequenzen und achtsame Entspannungsmomente laden dazu ein, gemeinsam zur Ruhe zu kommen und den Körper in Bewegung zu bringen – ganz ohne Leistungsdruck, dafür mit viel Leichtigkeit.

Der Kurs richtet sich an Paare, die Lust auf eine gemeinsame Auszeit haben. Vorkenntnisse sind nicht erforderlich.

Sa 14.03.2026 | 10.00 – 13.00 Uhr

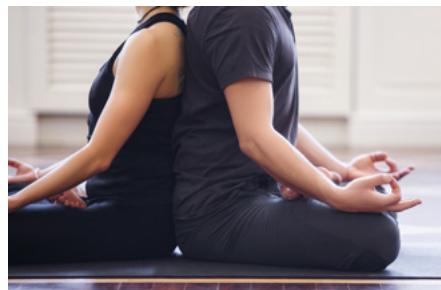
Claudia Müller-Altena

20,00 € Preis pro Person | 1 x = 4 UE

Ort: Anton-Heinen-Haus

Kirchstraße 1b | 50126 Bergheim

Veranstaltungs-Nr.: 2671640005



shutterstock_552259954



shutterstock_649541308

Indisch Kochen für Paare

Gönnen Sie sich und Ihrer Partnerin oder Ihrem Partner einen besonderen Abend und entdecken Sie gemeinsam die faszinierende Welt der indischen Küche. In diesem Kochkurs holen Sie neue Kochideen ein, erleben reichhaltiges und köstliches Essen und genießen gemeinsam die Vielfalt der indischen Kulinarik mit Ihrer Partnerin oder Ihrem Partner und anderen Paaren.

Sa 18.04.2026 | 16.00 – 19.45 Uhr

Anindya Sengupta

51,00 € Preis pro Person | 1 x = 5 UE

Ort: Anton-Heinen-Haus

Kirchstraße 1b | 50126 Bergheim

Kath. Bildungsforum Rhein-Erft | 02271 4790-0

Veranstaltungs-Nr. 2671640001

Die heilende Kraft des inneren Kindes

Jeder Mensch braucht einen Ort an dem er sich sicher, geborgen und geliebt fühlt, und er ganz er selbst sein kann.

Das innere Kind ist ein hilfreiches und mächtiges Symbol für den Umgang mit uns selbst und den Menschen, mit denen wir uns verbunden fühlen. Das innere Kind kann auch als die unbewusste Ebene unserer Persönlichkeit und als Summe aller verinnerlichten Prägungen unserer Kindheit betrachtet werden. Die Art und Weise, wie wir groß geworden sind und wie wir die Liebe oder auch Unliebe unserer Eltern erfahren haben ist auch im späteren Leben noch unbewusst wirksam. In vielen Situationen sind wir wieder dieses Kind und manchmal wird so die Entwicklung von reifen Beziehungen verhindert. Daher ist unser, inneres Kind' ein wichtiger Schlüssel zu unserer Liebe, unserer Lebendigkeit und zu unseren Gefühlen.

In diesem Seminar geht es darum, das innere Kind in sich zu entdecken, mit ihm in Kontakt zu treten und Verantwortung für diesen Anteil in uns zu übernehmen, damit wir zu mehr emotionaler Ausgeglichenheit, verlässlichen Beziehungen, Wohlbefinden und Lebensfreude finden.

Fr 12.06.2026, 18.00 - 21.00 Uhr

Sa 13.06.2026, 10.00 - 17.00 Uhr

Danica Montuori, Sozialpädagogin, Ehe-, Familien- und Lebensberaterin

151,00 € Preis pro Person | 2 x = 13 UE

Ort: Anton-Heinen-Haus

Kirchstraße 1b | 50126 Bergheim

Kath. Bildungsforum Rhein-Erft | 02271 4790-0

Veranstaltungs-Nr. 2671640003



shutterstock_2360083753

INTEGRATION



Ziel von Integration ist es, alle Menschen, die dauerhaft und regelmäßig in unserem Land leben, in die Gesellschaft einzubeziehen. Dabei betrifft Integration uns alle – Alteingesessene ebenso wie Zugewanderte.

Das Bildungsforum Rhein-Erft bietet grundsätzlich folgende Kurse nach Richtlinien des Bundesamts für Migration und Flüchtlinge (BAMF) an:

- Allgemeiner Integrationskurs
- Integrationskurs mit Alphabetisierung
- Gering literalisierte Integrationskurse
- Orientierungskurs „Leben in Deutschland“

Unter gewissen Voraussetzungen bieten wir in Sprach- und Integrationskurse auch begleitende Kinderbetreuung an.

Die Kurse schließen mit dem Sprachtest „Deutschtest für Zuwanderer“ bzw. dem Test „Leben in Deutschland“ ab. Die Teilnehmenden lernen an alltagsnahen Themen, Briefe und Emails zu schreiben, Formulare auszufüllen und Gespräche zu führen. Ziel ist das Erreichen des Sprachniveaus B1 sowie eine Einführung in politische, kulturelle und gesellschaftliche Themen.

Beim Vorliegen einer Berechtigung werden Kursgebühren teilweise oder vollständig durch das BAMF übernommen.

Bitte informieren Sie sich über aktuelle Kurse auf unserer Internetseite www.bildungsforum-rhein-erft.de oder telefonisch unter 02271 / 4790-0.

Vereinbaren Sie gerne einen persönlichen Beratungstermin oder nutzen Sie unsere offene Sprechstunde dienstags von 9:00 - 12:30 Uhr.
Ansprechpartnerin: Claudia Abts 02271 / 479013 | abts@bildungsforum-rhein-erft.de.



Sprachkurse der Aktion Neue Nachbarn

Wir bieten kostenlose Sprachkurse für Geflüchtete und Migrantinnen und Migranten an, die die deutsche Sprache lernen wollen, aber (bisher) keine Berechtigung zur Teilnahme an einem Integrationskurs durch das BAMF erhalten haben. Sie werden u.a. finanziert durch die Aktion Neue Nachbarn – der Flüchtlingshilfe im Erzbistum Köln. Durch die Sprachkurse soll der Start bei uns und die Integration in die Gesellschaft erleichtert werden. Sie sind Grundsteine für die Zukunft von Geflüchteten in Deutschland.



Das Bildungsforum Rhein-Erft bietet im Anton-Heinen-Haus in Bergheim und im gesamten Rhein-Erft-Kreis Aktion Neue Nachbarn Sprachkurse an: Die Niveaustufen reichen von Alphabetisierung bis hin zu B1. Diese niederschwelligen Sprachangebote sind offen für alle Interessenten. Bitte sprechen Sie uns gerne an.

Ansprechpartner vor Ort:

Frechen: SKF Frechen, An St. Severin 13, 50226 Frechen
info@skf-erftkreis.de

Hürth: Hürther Brücke, Friedrich-Ebert-Str. 36, 50354 Hürth
info@huerther-bruecke.de

Pulheim: Lotsenpunkt, Von-Harff-Str. 4, 50259 Pulheim
Lotsenpunkt-beratung@abteigemeinden.org

Bergheim: Kath. Bildungsforum Rhein-Erft, Kirchstr. 1b, 50126 Bergheim
info@bildungsforum-rhein-erft.de



Offenes Sprachcafé Deutsch für Migrantinnen mit Kinderbetreuung

Dieses Angebot richtet sich an alphabetisierte Frauen, die noch keine Möglichkeit haben an einem BAMF-Integrationskurs teilzunehmen. Kinderbetreuung wird angeboten.

Mo 12.01. – 13.07.2026

09.00 – 12.00 Uhr

Monika Stein

65,00 € | 42 x = 168 UE

Ort: Mehrklang

Meißenerstr.7 | 50126 Bergheim

Kath. Bildungsforum Rhein-Erft | 02271 4790-0

Veranstaltungs-Nr. 2621820005

Kinderbetreuung im Sprachkurs für alphabetisierte Frauen

Mo 12.01. – 13.07.2026

09.00 – 12.00 Uhr

auf Anfrage | 42 x = 168 UE

Ort: Mehrklang

Meißenerstr.7 | 50126 Bergheim

Kath. Bildungsforum Rhein-Erft | 02271 4790-0

Veranstaltungs-Nr. 2621820006

Sprach-Café - Offener Sprachtreff zum Deutsch Lernen

Deutsch sprechen für ALLE in lockerer Runde bei Kaffee, Tee und Keksen für jedes Sprachniveau. Wir sprechen über aktuelle Themen, unseren Alltag, Hobbys, Essen, Familie und viele andere Dinge – kurz: Wir üben Deutsch. Sprachpatinnen und Sprachpaten der Stadtbibliothek begleiten die Termine.

Jeden 1. Mittwoch im Monat

von 16:30 bis 18:00 Uhr

Gebührenfrei, keine Anmeldung nötig.

In Kooperation mit der Stadt Bergheim und der Stadtbibliothek Bergheim.

Es stehen vier ehrenamtliche Sprachpatinnen und -paten zur Verfügung.

Bei Bedarf werden weitere Termine geplant.

Mi 21.01. – 01.07.2026 | 16.30 – 18.00 Uhr

Lisa Joos

gebührenfrei | 11 x = 22 UE

Ort: Anton-Heinen-Haus

Kirchstraße 1b | 50126 Bergheim

Kath. Bildungsforum Rhein-Erft | 02271 4790-0

Veranstaltungs-Nr. 2671820001

Deutsch im Alltag-praxisnahes Sprachtraining

In unserem Kurs „Deutsch im Alltag“ üben wir gemeinsam typische Situationen, die Ihnen im täglichen Leben begegnen – vom Einkauf über Arztbesuche bis hin zu Gesprächen mit Nachbarn oder Behörden. Ziel ist es, Ihre Sprachkenntnisse zu stärken und Ihnen mehr Selbstvertrauen im Umgang mit der deutschen Sprache zu geben.

Zugewanderte Menschen mit Grundkenntnissen in Deutsch (A1-B1), die ihre sprachlichen Fähigkeiten für den Alltag verbessern möchten.

Hanna Kovalenko

Ort: Anton-Heinen-Haus

Kirchstraße 1b | 50126 Bergheim

Kath. Bildungsforum Rhein-Erft | 02271 4790-0

Di 27.01. – 30.04.2026 | 10:45 – 13:00 Uhr

66,00 € | 22 x = 66 UE

Veranstaltungs-Nr. 2621840008

Di 05.05. – 09.07.2026 | 10.45 – 13.00 Uhr

51,00 € | 17 x = 51UE

Veranstaltungs-Nr. 2621840009

HINWEISE UND SERVICE



Kursanmeldungen zu Veranstaltungen im Anton-Heinen-Haus bitte schriftlich an

Katholisches Bildungsforum Rhein-Erft
Anton-Heinen-Haus
Kirchstr. 1b, 50126 Bergheim
Telefon 02271/4790-0
E-Mail info@bildungsforum-rhein-erft.de
Internet www.bildungsforum-rhein-erft.de

Für Kursanmeldungen zu Veranstaltungen bei unseren Kooperationspartner/innen wenden Sie sich bitte direkt an die unter der jeweiligen Veranstaltung angegebenen Personen.

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

Es gelten unsere Allgemeinen Geschäftsbedingungen. Diese finden Sie am Ende dieser Broschüre oder unter www.bildungsforum-rhein-erft.de

Unter bestimmten Voraussetzungen besteht die Möglichkeit einer Gebührenermäßigung. Bitte informieren Sie sich bei uns über mögliche Ermäßigungsgründe.

Weitere Angebote – auch im gesamten Rhein-Erft-Kreis - finden Sie im Internet unter www.bildungsforum-rhein-erft.de.

Bankverbindung

Kontoinhaber:
Bildungswerk der Erzdiözese Köln e.V.
IBAN DE69 3705 0299 0142 0113 42
Kreissparkasse Köln

Bürozeiten

Montag - Freitag: 9:00 - 12:00 Uhr
Montag - Mittwoch: 14:00 - 16:00 Uhr

Während der Schulferien können die Bürozeiten abweichen. Bitte beachten Sie die Zeiten, in denen das Haus geschlossen ist.

Hinweis zur Barrierefreiheit

Alle Kursräume des Anton-Heinen-Hauses sind barrierefrei zugänglich. Ein barrierefreies WC sowie ein Aufzug sind vorhanden. Bitte sprechen Sie uns an, wenn Sie Fragen haben.



Ihre Ansprechpartner/-innen beim Katholischen Bildungsforum Rhein-Erft

Einrichtungsleitung

Dr. Martin Böke



Leiter
02271/4790-25
boeke@
bildungsforum-rhein-erft.de

Pädagogische Mitarbeiter/innen

Alexandra Parker



Stellvertretende Leitung
Fachbereich Eltern, Kinder
& Familie
02271/4790-49
parker@
bildungsforum-rhein-erft.de

Elisabeth Mazander



Fachbereich Religion und
Existenzfragen; Familie,
Ehrenamt. Engagement
02271/4790-27
mazander@
bildungsforum-rhein-erft.de

Claudia Abts



Fachbereich
Interkulturelles Lernen
02271/4790-13
abts@
bildungsforum-rhein-erft.de

Sandra Schwarz



Fachbereich Eltern, Kinder
& Familie
02271/4790-50
schwarz@
bildungsforum-rhein-erft.de

Michael Baum



Fachbereich
Lernen und Beruf
02271/4790-22
baum@
bildungsforum-rhein-erft.de

Tanja Steinfort-Lecke



Fachbereich Medien;
Politik und Gesellschaft
02271/4790-14
steinfort-lecke@
bildungsforum-rhein-erft.de

Eva Brebeck-Nysten



Fachbereich Eltern, Kinder
& Familie
02271/4790-19
brebeck-nysten@
bildungsforum-rhein-erft.de

Mitarbeiter/innen in der Verwaltung

Marita Schmitz



Büroleitung
02271/4790-15
schmitz@
bildungsforum-rhein-erft.de

Claudia Koch



02271/4790-18
koch@
bildungsforum-rhein-erft.de

Imane Moussaoui



02271/4790-0
moussaoui@
bildungsforum-rhein-erft.de

N.N.

02271/4790-0

Michaela Müller-Friedrich



Aushilfe
02271/4790-0
mueller-friedrich@
bildungsforum-rhein-erft.de

Mitarbeiter/innen der Hauspflege

Ingrid Heß

Monika Schillberg
Francesca Terrasi
Diana Vella
Lorenza Vella

Hausmeister

Achim Bürgel

Qualitätsversprechen

Wir geben Bildung besondere Qualität - fachlich und menschlich



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

Liebe Teilnehmerinnen und Teilnehmer, liebe Kooperationspartner,

seit Dezember 2009 sind wir erfolgreich nach der jeweils 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 am Ende eines Kurses oder einer Veranstaltung von uns ausgegebenen QR-Code zu nutzen und sich somit an unserer Qualitätsbefragung zu beteiligen. Gerne können Sie uns auch unabhängig von dieser schriftlichen Befragung ein Feedback geben, persönlich vor Ort, telefonisch oder per E-Mail: 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 unseres Bildungsforums!

Allgemeine Geschäftsbedingungen für die Bildungseinrichtungen des Bildungswerkes der Erzdiözese Köln e.V.
Diese AGB gelten ab dem 01.10.2025

Geltungsbereich

Die folgenden Allgemeinen Geschäftsbedingungen regeln das Verhältnis zwischen Ihnen als Teilnehmer/in einer Veranstaltung und der Bildungseinrichtung. Abweichende Allgemeine Geschäfts- oder Veranstaltungsbedingungen haben keine Gültigkeit.

Anmeldung

Bitte nutzen Sie für die Anmeldung die 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 Teilnahmebeitrags, auch für durch Sie angemeldete andere Personen. Sie erhalten von uns eine Anmeldebestätigung und werden benachrichtigt, falls eine Veranstaltung belegt ist oder ausfällt. Bei gesondert gekennzeichneten Kursen behalten wir uns vor, die Veranstaltung auch digital durch- bzw. fortzuführen. Ein Anspruch auf Kostenersstattung 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

Den Teilnahmebetrag können Sie durch SEPA-Lastschrifteinzug, PayPal oder Kreditkarte entrichten.

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

SEPA-Lastschrifteinzug

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

Die Vorteile für Sie sind:

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

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

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

Banküberweisung

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

Ratenzahlung

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

Rücktritt / Stornierungsgebühren

Die Pflicht zur Entrichtung des Teilnahmebeitrags entfällt, wenn uns die schriftliche Rücktrittserklärung spätestens am 7. Tag vor dem Veranstaltungstermin zugeht. In diesen Fällen wird lediglich eine Stornierungsgebühr in Höhe von 2 Euro erhoben. Bei einer späteren Abmeldung bzw. bei Nächterscheinen oder vorzeitigem Beenden der Teilnahme ist die volle Teilnehmerbetrag 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 Abweichungen gelten auch für Veranstaltungen der Mitarbeiterfortbildung.

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

Maßgebend ist in allen Fällen das Eingangsdatum Ihrer Abmeldung. Zur Fristwahrung muss die Rücktrittserklärung in Textform in der Einrichtung eingehen, in der die Anmeldung erfolgte.

Besondere Hinweise

Die Möglichkeit des Rücktritts erlischt vorzeitig, wenn der Vertrag von beiden Seiten vollständig

erfüllt ist, bevor Sie die Möglichkeit des Rücktritts ausgeübt haben.

Mahnverfahren

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

Erstattung von Teilnahmebeträgen

Kommen Veranstaltungen nicht zustande, werden bereits geleistete Zahlungen erstattet. Das gilt nur für den vollständigen Ausfall eines Kurses. Fallen einzelne Termine eines Kurses aus, werden diese in Ersatzterminen nachgeholt. Ist eine Nachholung des Termins nicht möglich, erfolgt eine anteilige Gutschrift des Kursbetrags, die im Rahmen einer neuen Buchung bei der Teilnahmegebühr berücksichtigt wird.

Ermäßigungen und deren Erstattungen

Die Teilnehmerbeträge sind für die Teilnehmer/innen sehr kostengünstig kalkuliert. Aus diesem Grund gibt es auch nur in einzelnen Programm-bereichen bzw. für einzelne Zielgruppen die Möglichkeit einer Gebührenermäßigung. Bitte informieren Sie sich über mögliche Ermäßigungsgründe und einzureichende Nachweise bei der Bildungseinrichtung. Sie müssen bei der Buchung des Kurses angegeben werden, um für den Teilnahmebetrag berücksichtigt werden zu können. Erfolgt die Beantragung erst später, aber noch im Rahmen der Frist, kann Sie Ihnen nur in Form eines Guthabens für den nächsten Kurs in einer unserer Einrichtungen angerechnet werden. Eine Auszahlung ist nicht möglich. Das Guthaben verfällt nach 3 Jahren. In Bezug auf etwaige Erstattungsmöglichkeiten der Krankenkassen bitten wir Sie, sich an ihre jeweilige Krankenkasse zu wenden. Auf Wunsch stellen wir Ihnen nach Beendigung Ihres Kurses eine Bescheinigung über die Teilnahme und die Zahlung des Teilnahmebetrags aus.

Teilnahmebetrag und Sachkosten

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

Wechsel der Kursleitung

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

Terminänderung

Die Bildungseinrichtung behält sich Terminänderungen vor.

Mindestteilnehmerzahl

Veranstaltungen werden in der Regel ab 10 Personen durchgeführt.

Mindestalter der Teilnehmer/innen

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

Haftung und Datenschutz

Die Bildungseinrichtung übernimmt keine Haftung bei Beschädigungen, Unglücksfällen, Verlusten, Verspätungen oder sonstigen Unregelmäßigkeiten. Ihre persönlichen Daten werden unter Beachtung der geltenden Datenschutzbestimmungen des Kirchlichen Datenschutzgesetztes (KDG) elektronisch gespeichert.

Eine Weitergabe der Daten an Dritte findet nur auf gesetzlicher Grundlage oder Ihre ausdrückliche Zustimmung statt. Dies gilt für alle bei der Anmeldung aufgenommen Daten sowie für eventuell erfasste Daten im Zusammenhang mit Befragungen.

Die Einzelheiten entnehmen Sie bitte unserer Datenschutzerklärung. <https://bildung.erzbistum-koeln.de/bw-erdioezese-koeln/privatsphäre/>

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.



Katholisches Bildungsforum Rhein-Erft

Anton-Heinen-Haus | Kirchstraße 1b | 50126 Bergheim

Telefon 02271 4790-0 | Telefax 02271 4790-90

info@bildungsforum-rhein-erft.de | www.bildungsforum-rhein-erft.de