

PROGRAMM 01/2026

Januar bis Juli

Veranstaltungen | Seminare | Begegnungen



Foto: meltas/shutterstock.com



KATHOLISCHE
FAMILIENBILDUNGSSTÄTTE
Bergisch Gladbach



Foto: Tyler Olson/shutterstock.com

VORWORT

Die Katholische Familienbildungsstätte Bergisch Gladbach

Liebe Leserin, lieber Leser,

»Auf das Nest kommt es an«, sagt Meike Ditscheid, die die Bilderbuchausstellung »Viel zu Viel Zeug« von Emily Gravett zu uns in die Familienbildungsstätte geholt hat. Sie können die Ausstellung im April auf unserer Etage entdecken.

Dieser Satz lässt mich nicht los: Die Elstern bauen ihr Nest – wie immer. Doch plötzlich sind sie überzeugt, dass das nicht reicht. Schließlich soll es ihren Kindern an nichts fehlen. Also sammeln sie alle möglichen Sachen, bis das Nest unter der Last zusammenbricht. Zum Glück bleiben die Küken unverletzt, und die anderen Tiere können vieles von dem Überfluss gebrauchen.

Was braucht es wirklich, damit ein Kind gut groß werden kann? Wie sehr lenkt uns Konsum von dem ab, was im Leben zählt: Zeit füreinander, Fürsorge, Gemeinschaft, eine gesunde Umwelt ... Sicher fallen Ihnen noch viele weitere Dinge ein.

Diese Fragen begleiten uns in der Familienbildung immer wieder – in ganz unterschiedlichen Facetten. Folgen Sie dem kleinen Nest, das wir an die Begleitveranstaltungen zur Ausstellung geheftet haben. Wir freuen uns, wenn Sie vorbeischauen, sich inspirieren lassen und mit uns und miteinander ins Gespräch kommen.

Herzlich willkommen in der Familienbildungsstätte!

Bettina Goebel

Im Namen des Teams der Katholischen Familienbildungsstätte

WIR ÜBER UNS

Die Katholische Familienbildungsstätte Bergisch Gladbach

Die Katholische Familienbildungsstätte ist eine staatlich anerkannte Einrichtung der Erwachsenenbildung nach dem 1. Weiterbildungsgesetz des Landes Nordrhein-Westfalen, in Trägerschaft des Bildungswerkes der Erzdiözese Köln e.V.

Die Einrichtung ist Mitglied im Verbund Qualitätsmanagement und nach DIN EN ISO 9001 zertifiziert. Siehe hierzu Seite 133.

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

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

> WIR ÜBER UNS

Wichtige Informationen für Sie

Kursanmeldungen

Alle Kursanmeldungen bitte schriftlich an

Katholische Familienbildungsstätte
Laurentiusstr. 4–12 | 51465 Bergisch Gladbach


Telefon 02202 93639-0

E-Mail info@fbs-gladbach.de

Internet www.fbs-gladbach.de

Hier finden Sie auch die aktuelle Datenschutzerklärung.

 facebook.com/familienbildungsstaette.bergischgladbach

 instagram.com/familienbildungsstaette.bergischgladbach

Die Veranstaltungen sind offen für alle.
Programmänderungen bleiben vorbehalten.

Auskunft | Kursberatung | Bürozeiten

Montag – Freitag	09.00 – 12.00 Uhr
Montag – Donnerstag	18.00 – 19.30 Uhr
Mittwoch	15.00 – 17.00 Uhr
In kursfreien Zeiten	09.00 – 12.00 Uhr

Das Haus ist geschlossen

Weihnachtsferien	bis 06.01.2026
Karneval	12.02. – 17.02.2026
Osterferien	30.03. – 10.04.2026
Pfingsten	26.05.2026
Sommerferien	20.07. – 01.09.2026
Brückentage	15.05. und 05.06.2026

Bankverbindung

Kontoinhaber:
Bildungswerk der Erzdiözese Köln e.V.
Kreissparkasse Köln
IBAN: DE32 3705 0299 0311 0174 36
BIC: COKSDE33

Allgemeine Geschäftsbedingungen Seite 134

Wir weisen empfehlend auf das Programm des Katholischen Bildungswerks im Rheinisch-Bergischen Kreis hin:
www.bildungswerk-gladbach.de

Die Katholische Familienbildungsstätte und das Katholische Bildungswerk arbeiten unter einem Dach. Sie bilden gemeinsam das Katholische Bildungsforum.

> WIR ÜBER UNS

Ihr Team in der Katholischen Familienbildungsstätte Bergisch Gladbach



Leitung

Bettina Goebel

Telefon 02202 93639-64

goebel@fbs-gladbach.de



Verwaltung

Sabine Burger-Biesenbach

Telefon 02202 93639-54

burger-biesenbach@fbs-gladbach.de



Pädagogische Mitarbeiterin

Meike Ditscheid

Telefon 02202 93639-69

ditscheid@fbs-gladbach.de



Evelyn Rohde

Telefon 02202 93639-53

rohde@fbs-gladbach.de



Svenja Inkmann

Telefon 02202 93639-0

inkmann@fbs-gladbach.de

Das Team ist vollständig mit

Sandra Breitreutz

Leyla Altunkilic

Derya Demirhan

Olga Meininger

Fotos: Bettina Fürst-Fastré

INHALT

Die Katholische Familienbildungsstätte Bergisch Gladbach

Seite 20

Leben mit Kindern

Seite 44

Nähkurse

Seite 70

Ehe und Partnerschaft

Seite 52

Gesundheit / Bewegung

Seite 112

Familienbildung im Familienzentrum

Seite 78

Persönliche Entwicklung

Seite 88

Qualifizierung

Seite 64

Glaube – Sinn – Werte

Seite 130

Sonstiges

> INHALTSVERZEICHNIS

Im Blickpunkt	
»Viel zu Viel Zeug« Bilderbuchausstellung von Emily Gravett	12
Übersicht der Einzelveranstaltungen	14
Leben mit Kindern	
Mit Baby ins Museum	22
Großeltern-Treff, Austausch und Aktionen	23
Wir2 – Bindungstraining für Alleinerziehende	24
Wertschätzende Kommunikation mit Kindern	25
Elternfrühstück: Eltern sein – Paar sein	26
Elternabend zur Spielzeugrotation	27
Gefühlsstürme bei Kindern begleiten	27
Stressfrei essen am Familientisch	28
Gesund essen mit kleinem Budget	28
Erste Hilfe bei Säuglingen und Kleinkindern	29
Eltern-Kind-Kurse	30
Elternstart/Das erste/zweite und dritte Lebensjahr	31
Montagstreff – Elterncafé	34
Babynest – leichter Start mit Kind	35
Musikmäuse/ Kurs und an einem Winternachmittag	36
Purzelraum – Bewegungskurse	37
Sandküche – Ferienangebot	38
Kurse für Familien mit Kindern im Kindergarten- und Grundschulalter	40
Angebote für Familien zur Bilderbuchausstellung	40
»Das Osterküken« Kamishibai Erzähltheater	41
Papierschöpfen mit Blüten und Gewürzen	42
Geheimnisvoller Waldboden	42
»Das Zebra mit dem Regenschirm« Kamishibai Erzähltheater	43

> INHALTSVERZEICHNIS

Nähkurse	
Nähkurse im Laurentiushaus und Pfarrgemeinde	46
Workshops am Wochenende	47
Gestalte und nähe ein Nestchen fürs Baby	48
Workshop Overlockmaschine	49
Ferien-Nähkurs für Jugendliche von 10 bis 16 Jahre	49
Freie Stickerei – Workshop	50
Gesundheit/Bewegung	
Natürlich sauber-Putzmittel selber machen	54
Kräutertour – essbare Wildpflanzen/Heilkräuter	54
Frühlingserwachen mit Yoga und Kunst	55
In meine Kraft gehen – Zeit für mich – für Frauen	56
Wohlfühlwoche mit Basenfasten	57
Pilates – Kurse und Workshop	58
Yoga	59
Bewegungskurse für Frauen und Männer	61
Hula Hoop Workshop	63
Glaube/Sinn/Werte	
Eine Krippe im Bergischen Land – Führung für Familien	66
Mit Pasquarella auf dem Weg nach Ostern	67
»Das Osterküken«– Kamishibai Erzähltheater	67
Pilgern – Impulse – Kraft schöpfen um Altenberg	68
Ehe und Partnerschaft	
Elternfrühstück: Eltern sein – Paar sein	73
Herkunftsfamilie, Leben, Partnerschaft und Elternsein	74
Warum lassen wir uns in der Rolle als Paar und Eltern verunsichern?	74
Angebot der Ehe-, Familien- Lebensberatungsstelle	75

> INHALTSVERZEICHNIS

Persönliche Entwicklung

Empfehlungen gegen Sorgen, Stress und Ängste	80
Konfliktfähigkeit, Schlagfertigkeit, Humor	80
Freie Stickerei – Experimenteller Workshop	81
Nach dem Arbeitsleben eine neue Balance finden	82
Die Kunst, gute Entscheidungen zu treffen	82
Trauma und familiäre Beziehungen	83
Die sieben Säulen der Selbstwertstärkung	84
Mit der eigenen Lebensgeschichte Freundschaft schließen	85
Fülle. Schreiben von Weniger und Mehr – Schreibwerkstatt	86
Älter werden: Die Fülle feiern, Neues wagen – für Frauen ab 60	87

Quif – Qualifizierung in der Familienbildungsstätte

Wertschätzende Kommunikation mit Kindern	90
Fortbildungsangebote für Kindertagespflegepersonen	91
Infoabend Montessori-Diplomkurs	95
SchulTag – Angebote für Mitarbeiter/innen in der OGS	96
Fortbildungen für Mentoren/Mentorinnen von MiKibU	100

Familienbildung im Familienzentrum

Bergisch Gladbach – Schildgen	114
Odenthal/Altenberg	115
Bergisch Gladbach – Hand / Hermann-Löns-Viertel	116
Bergisch Gladbach – Refrath / Frankenforst	118
Kürten	122

Sonstiges

Benachbarte Einrichtungen in der Weiterbildung	132
Qualitätsmanagement	133
Allgemeine Geschäftsbedingungen	134
Digitale-Veranstaltungen/Blended Learning/Hybrid	138
Datenschutzerklärung	139
Impressum/Parkmöglichkeiten/ Anmeldeformular	143

IM BLICKPUNKT

Besondere Veranstaltungen

Foto: mettlas/shutterstock.com



> IM BLICKPUNKT

VIEL ZU VIEL ZEUG

Eine Bilderbuchausstellung von Emily Gravett
für Erwachsene und Kinder ab 4 Jahren

Wir laden Sie herzlich ein die Bilderbuchausstellung
»Viel zu viel Zeug« von Emily Gravett gemeinsam
mit Ihrer Familie zu entdecken.

Die Elstern-Eltern bauen emsig an ihrem Nest,
immer größer und besser, ihren Kindern soll es an
nichts fehlen. »Viel zu viel Zeug«, rufen die Tiere
im Wald, aber die Elstern meinen es gut. Doch
wann ist gut – gut genug?

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

Kommen Sie vorbei, lassen Sie sich von den farben-
frohen Illustrationen verzaubern und erleben Sie,
wie eine kleine Geschichte große Fragen stellt –
und dabei jede Menge Spaß macht!

Wir freuen uns auf Ihren Besuch!



© 2021 Fischer Sauerländer GmbH, Frankfurt am Main

Ausstellungszeitraum in der FBS

Mo 13. – Do 30.04.2026

Öffnungszeiten

**während der Öffnungszeiten
der Familienbildungsstätte**

Gruppenführungen gerne auf Anfrage.

> IM BLICKPUNKT

Begleitveranstaltungen**Platz im Nest**

Spielzeugtauschbörse zur Ausstellung

Ausstellungseröffnung und fachlicher Austausch

Mo 13.04.2026 | 19.00 – 21.15 Uhr

Veranstaltungs-Nr. 2662660054

Familienführung mit Kreativaktion

Für Familien mit Kindern von 4 bis 8 Jahren

mehr auf Seite 40

Di 14.04.2026 | 15.30 – 17.00 Uhr

Veranstaltungs-Nr. 2662630001

Brauchen wir das wirklich alles?

Upcycling-Workshop für Eltern mit ihren Kindern

mehr auf Seite 40

Sa 18.04.2026 | 10.00 – 12.15 Uhr

Veranstaltungs-Nr. 2662620046

Großeltern-Treff

Wieviel »Zeug« braucht das Enkelkind?

mehr auf Seite 23

Do 26.02.2026 | 15.30 – 17.45 Uhr

Veranstaltungs-Nr. 2662640001

Weniger Zeug – mehr Spiel

Online-Elternabend zur Spielzeugrotation

mehr auf Seite 27

Di 21.04.2026 | 19.30 – 21.00 Uhr

Veranstaltungs-Nr. 2662610008

Purzelraum zur Bilderbuchausstellung

Für Eltern mit ihren Kindern von 1 bis 3 Jahren

mehr auf Seite 41

Do 23.04.2026 | 15.00 – 16.30 Uhr

Veranstaltungs-Nr. 2662620019

Gestalte und nähe ein Nestchen für Babys

Nähworkshop

mehr auf Seite 48

Sa 25.04.2026 | 09.00 – 13.15 Uhr

Veranstaltungs-Nr. 2662660051

Fülle. Schreiben von Weniger und Mehr.

Kreativ-biographische Online-Schreibwerkstatt

mehr auf Seite 69

Veranstaltungs-Nr. 2662740009

Achten Sie auch auf das »Nestchen«

im Programm. Es markiert alle

Veranstaltungen zur Ausstellung!



> ÜBERSICHT DER EINZELVERANSTALTUNGEN

JANUAR

Eine Krippe im Bergischen Land

Krippenführung für Familien

Sa 04.01.2026 | 15.00 – 16.30 Uhr

Maria Kley-Auerswald, Montessori-Pädagogin

Treffpunkt Kirche St. Severin

Veranstaltungs-Nr. 2662670001**Mit Baby ins Museum**

Treffpunkt Kunstmuseum Villa Zanders

Di 13.01.2026 | 10.30 – 12.00 Uhr**Veranstaltungs-Nr. 2662770001**

Online

Versteh mich doch!

Wertschätzende Kommunikation mit Kindern

Do 15.01. – 22.01.2026 | 18.00 – 21.15 Uhr

Merle Wieschhoff, M.A., Kommunikationstrainerin

Veranstaltungs-Nr. 2662610001**Infoabend Wir2**

Bindungstraining für Alleinerziehende

Mi 21.01.2026 | 17.00 – 19.15 Uhr**Veranstaltungs-Nr. 2662610003****Musikmäuse an einem Winternachmittag**

Für Eltern/ Großeltern mit Kindern ab 2 Jahren

Fr 23.01.2026 | 15.30 – 17.00 Uhr

Kathrin Benkel, Dipl. Pädagogin

Veranstaltungs-Nr. 2662620008

FEBRUAR

Infoabend Montessori-Diplomkurs**Mi 04.02.2026 | 19.00 – 20.30 Uhr**

Maria Kley-Auerswald, Montessori-Pädagogin

Veranstaltungs-Nr. 2662250004**Frühlingserwachen mit Yoga und Kunst****Sa 21.02.2026 | 10.00 – 18.00 Uhr**

Andrea Wichterich, Yogalehrerin

Christiane Vetter, Malerin, Beraterin Kunsttherapie

Veranstaltungs-Nr. 2662660004**Ich bin, wie ich bin.**

Wie prägt die Herkunftsfamilie

mein Leben und beeinflusst meine Partnerschaft
und mein Elternsein?**Di 24.02.2026 | 19.00 – 21.15 Uhr**

Monika Schell, Sigrun Benner,

Ehe-, Familien- und Lebensberaterinnen

Veranstaltungs-Nr. 2662640002

> ÜBERSICHT DER EINZELVERANSTALTUNGEN

Großeltern-Treff**Do 26.02.2026 | 15.30 – 17.45 Uhr**

Stefan Quilitz, Pädagoge, Journalist

Kamer Bilgin, Politologin

Veranstaltungs-Nr. 2662640001**Lebensfreude und Glück**

Empfehlungen gegen Sorgen, Stress und Ängste

Do 26.02.2026 | 19.00 – 21.15 Uhr

Hannelore Gabor-Molitor, Dipl. Pädagogin,

Kommunikationstrainerin

Veranstaltungs-Nr. 2662740003**Elternfrühstück Eltern sein – Paar sein**

Basismodul: Familie in Balance

Sa 28.02.2026 | 09.30 – 12.30 Uhr

Sigrun Benner, Monika Schell

Ehe-, Familien- und Lebensberaterinnen

Veranstaltungs-Nr. 2662640004**Faszien in Bewegung – Pilates im Flow!**

Workshop

Tamara Sprinz, Pilates-Trainerin, Tanzpädagogin

Sa 28.02.2026 | 09.30 – 12.30 Uhr**Veranstaltungs-Nr. 2662660043****Nähen mit der Overlockmaschine**

Für Anfänger/innen und Fortgeschrittene

Sa 28.02.2026 | 10.00 – 13.00 Uhr

Gisela Klose, Schneidermeisterin

Veranstaltungs-Nr. 2662660016**Konfliktfähigkeit, Schlagfertigkeit, Humor**

Bausteine souveräner Kommunikation

Sa 28.02.2026 | 10.00 – 16.30 Uhr

Hannelore Gabor-Molitor, Dipl. Pädagogin,

Kommunikationstrainerin

Veranstaltungs-Nr. 2662740004

MÄRZ

Erste Hilfe bei Säuglingen und Kleinkindern

Elternabend

Do 05.03.2026 | 19.00 – 21.15 Uhr

Dr. Uta Römer, Kinder- und Jugendärztin

Veranstaltungs-Nr. 2662660037**»Freie Stickerei – Aufbruch ins Grüne«**

Experimenteller Workshop

Sa 07.03.2026 | 11.00 – 17.30 Uhr

Nadja Hormisch, Textilkünstlerin

Veranstaltungs-Nr. 2662660015

> ÜBERSICHT DER EINZELVERANSTALTUNGEN

Nach dem Arbeitsleben eine neue Balance finden

Mo 09.03.2026 | 19.00 – 21.15 Uhr

Hannelore Gabor-Molitor, Dipl. Pädagogin,
Kommunikationstrainerin

Veranstaltungs-Nr. 2662740001

Mit Baby ins Museum

Treffpunkt Kunstmuseum Villa Zanders

Di 10.03.2026 | 10.30 – 12.00 Uhr

Veranstaltungs-Nr. 2662770003

Das machen wir doch richtig gut! Oder?

Warum wir uns in unserer Rolle als Paar und
Eltern immer wieder verunsichern lassen

Di 10.03.2026 | 19.00 – 21.15 Uhr

Sigrun Benner, Monika Schell,
Ehe-, Familien- und Lebensberaterinnen

Veranstaltungs-Nr. 2662640003

Mit Pasquarella, der Geschichtenraupe, auf dem Weg nach Ostern

Für Eltern und Großeltern,

Kindertagespflegepersonen und alle,

die mit jungen Kindern arbeiten

Mi 11.03.2026 | 18.30 – 21.45 Uhr

Maria Kley-Auerswald, Montessori-Pädagogin

Veranstaltungs-Nr. 2662670003

Natürlich sauber

Putzmittel einfach selber machen

Do 12.03.2026 | 18.00 – 20.15 Uhr

Petra Hölters, Naturerlebnispädagogin,
zertifizierte Phytotherapeutin

Veranstaltungs-Nr. 2662660032

Trauma und familiäre Beziehungen

Verborgene Dynamiken verstehen

Sa 14.03.2026 | 09.00 – 13.15 Uhr

Nina Steckel, Zertifizierte Familientherapeutin

Veranstaltungs-Nr. 2662740008

»Schütze das Gute in dir bei allem, was du tust«

Die Kunst, gute Entscheidungen zu treffen

Sa 21.03.2026 | 10.00 – 15.00 Uhr

Ulrike Quillmann, Dipl. Sozialpädagogin

Veranstaltungs-Nr. 2662740005

> ÜBERSICHT DER EINZELVERANSTALTUNGEN

Online

Stressfrei essen am Familientisch

Do 26.03.2026 | 18.30 – 20.45 Uhr

Margit Hollerbach, Dipl. Ökotrophologin

Veranstaltungs-Nr. 2662610007

Das Osterküken – Bilderbuch-Erzähltheater

Für Eltern mit ihren Kindern von 3 bis 8 Jahren

Fr 27.03.2026 | 16.00 – 17.30 Uhr

Christina Steinbüchel, Sozialarbeiterin B.A.

Veranstaltungs-Nr. 2662670004

APRIL

Mit Baby ins Museum

Treffpunkt Kunstmuseum Villa Zanders

Di 14.04.2026 | 10.30 – 12.00 Uhr

Veranstaltungs-Nr. 2662770004

Familienführung zur Bilderbuchausstellung

»Viel zu viel Zeug« mit Kreativaktion

Für Familien mit Kindern von 4 bis 8 Jahren

Di 14.04.2026 | 15.30 – 17.00 Uhr

Kamer Bilgin, Politologin

Veranstaltungs-Nr. 2662630001

Ich mag mich so, wie ich bin!

Die sieben Säulen der Selbstwertstärkung

Do 16.04.2026 | 18.30 – 21.45 Uhr

Friederike Hepner-Ramm

Dipl. Sozialpädagogin, Resilienzberaterin

Veranstaltungs-Nr. 2662740006

Brauchen wir das wirklich alles?

Upcycling-Workshop

Für Eltern mit ihren Kindern ab 4 Jahren

Sa 18.04.2026 | 10.00 – 12.15 Uhr

Petra Hölters, Naturerlebnispädagogin,
zertifizierte Phytotherapeutin

Veranstaltungs-Nr. 2662620046

Auf dem Weg sein

Pilgern – Impulse – Kraft schöpfen

So 19.04.2026 | 10.00 – 15.00 Uhr

Maria Kley-Auerswald, Montessori-Pädagogin
Treffpunkt Altenberger Dom

Veranstaltungs-Nr. 2662740007

Mit der eigenen Lebensgeschichte Freundschaft schließen

Mo 20.04.2026 | 19.00 – 21.15 Uhr

Hannelore Gabor-Molitor, Dipl. Pädagogin,
Kommunikationstrainerin

Veranstaltungs-Nr. 2662740002

> ÜBERSICHT DER EINZELVERANSTALTUNGEN

Online

Weniger Zeug - mehr Spiel

Elternabend zur Spielzeugrotation

Di 21.04.2026 | 19.30–21.00 Uhr

Sophie Klein, Studentin der Sozialen Arbeit

Veranstaltungs-Nr. 2662610008**Purzelraum zur Bilderbuchausstellung**

»Viel zu viel Zeug«

Für Eltern mit ihren Kindern von 1 bis 3 Jahren

Do 23.04.2026 | 15.00–16.30 Uhr

Gabriele Pfahl, Erzieherin, Heilpädagogin

Veranstaltungs-Nr. 2662620019**Nähworkshop**

Gestalte und nähe ein Nestchen für Babys

Sa 25.04.2026 | 09.00–13.15 Uhr

Teresa Canisius, Textiltechnikerin

Veranstaltungs-Nr. 2662660051**In meine Kraft gehen – Zeit für mich**

Workshop für Frauen

Sa 25.04.2026 | 14.00–18.00 Uhr

Friederike Hepner-Ramm

Dipl. Sozialpädagogin, Resilienzberaterin

Veranstaltungs-Nr. 2662660040**MAI****Gesund essen mit kleinem Budget****Sa 09.05.2026 | 09.30–12.30 Uhr**

Margit Hollerbach, Dipl. Ökotrophologin

Veranstaltungs-Nr. 2662660049**Hula Hoop Workshop**

Für Neueinsteiger/innen

Sa 09.05.2026 | 10.00–12.15 Uhr

Simone Bongen, Übungsleiterin, Pilates-Trainerin

Veranstaltungs-Nr. 2662660023

Online

Fülle. Schreiben von Weniger und Mehr.

Eine kreativ-biographische Schreibwerkstatt

Sa 09.05.2026 | 10.00–17.00 Uhr

Hanna Buiting, Autorin, Journalistin

Veranstaltungs-Nr. 2662740009**Mit Baby ins Museum**

Treffpunkt Kunstmuseum Villa Zanders

Di 12.05.2026 | 10.30–12.00 Uhr**Veranstaltungs-Nr. 2662770005**

> ÜBERSICHT DER EINZELVERANSTALTUNGEN

Papierschöpfen mit Blüten und Gewürzen – aus Alt mach Neu!

Für Eltern mit ihren Kindern im Vorschul- und Grundschulalter

Fr 29.05.2026 | 15.30–18.30 Uhr

Kathrin Benkel, Dipl. Pädagogin

Veranstaltungs-Nr. 2662620011**JUNI****Mit Baby ins Museum**

Treffpunkt Kunstmuseum Villa Zanders

Di 09.06.2026 | 10.30–12.00 Uhr**Veranstaltungs-Nr. 2662770006****Geheimnisvoller Waldboden.**

Entdecke die faszinierende Welt der Bodentiere

Für Eltern mit Ihren Kindern ab 3 Jahren

Sa 13.06.2026 | 10.00–12.15 Uhr

Petra Hölters, Naturerlebnispädagogin,

zertifizierte Phytotherapeutin

Veranstaltungs-Nr. 2662620045**Essbare Wildpflanzen und Heilkräuter entdecken und sammeln lernen****Sa 13.06.2026 | 14.00–17.00 Uhr**

Petra Hölters, Naturerlebnispädagogin,

zertifizierte Phytotherapeutin

Veranstaltungs-Nr. 2662660031

Online

Gefühlsstürme bei Kindern begleiten

Für Eltern und alle Interessierten

Do 18.06.2026 | 19.00–21.15 Uhr

Anja Reinecke-Schäfer, Diplom-Pädagogin

Veranstaltungs-Nr. 2662610006**JULI****Das Zebra mit dem Regenschirm – Bilderbuch-Erzähltheater**

Für Eltern mit ihren Kindern von 3 bis 8 Jahren

Fr 03.07.2026 | 16.00–17.30 Uhr

Christina Steinbüchel, Sozialarbeiterin B.A.

Veranstaltungs-Nr. 2662620053**Sandküche**

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

Mo 20.07. – Fr 24.07.2026

Einzelne Termine ab Seite 38



Foto: jakkapan/shutterstock.com

LEBEN MIT KINDERN

Das Leben mit Kindern kann unglaublich anstrengend sein, und im nächsten Moment fühlt man einfach nur ein großes Glück. Wie schafft man es, den kleinen und großen Kindern zu geben, was sie brauchen, und gleichzeitig das eigene Wohlbefinden nicht aus den Augen zu verlieren? Die Vorträge, Kurse und Gespräche in den Familienbildungsstätten weiten den Blick für das Wunder der Entwicklung. Sie ermuntern dazu, sich auszutauschen und zu lernen, offen zu sein für Neues und die Kinder auf ihren eigenen Wegen zu bestärken – ob in der Kita, in der Schule oder im familiären Alltag.

> KULTUR/MUSEUM

Mit Baby ins Museum

Treffpunkt Kunstmuseum Villa Zanders

Mit Baby ins Museum? Bereits seit 10 Jahren haben junge Familien die Möglichkeit, auf entspannte Art und Weise die Ausstellungen im Kunstmuseum Villa Zanders zu erleben.

Wir zeigen Ausstellungen von Romantik bis Gegenwartskunst. Im Anschluss an die Führung durch eine der aktuellen Ausstellungen haben Sie bei einer entspannten Kaffeepause die Möglichkeit, mit anderen Müttern und Vätern ins Gespräch zu kommen. Wir stellen uns ganz auf Sie und Ihr Baby ein: Die Veranstaltung findet außerhalb der regulären Öffnungszeiten statt und Weinen, Wickeln und Stillen sind auch während der Führung kein Problem. Eingeladen sind Mütter und Väter mit ihren Babys bis 1 Jahr.

Claudia Betzin, Künstlerin
7,00 € (Erwachsener mit Kind) | 1 x = 2 UStd.
Ort: Kunstmuseum Villa Zanders
Konrad-Adenauer-Platz 8
51465 Bergisch Gladbach

**Schwerpunkte der Führungen/
aktuelle Hinweise:** www.villa-zanders.de

Jeden 2. Dienstag im Monat (außer Februar)

Di 13.01.2026 | 10.30 – 12.00 Uhr

Veranstaltungs-Nr. 2662770001

Di 10.03.2026 | 10.30 – 12.00 Uhr

Veranstaltungs-Nr. 2662770003

Di 14.04.2026 | 10.30 – 12.00 Uhr

Veranstaltungs-Nr. 2662770004

Di 12.05.2026 | 10.30 – 12.00 Uhr

Veranstaltungs-Nr. 2662770005

Di 09.06.2026 | 10.30 – 12.00 Uhr

Veranstaltungs-Nr. 2662770006



Foto: Kunstmuseum Villa Zanders

> ERZIEHUNGSTHEMEN

Großeltern-Treff

Austausch und Aktionen

Großeltern sein – was für ein toller Job! Die Enkel zu erleben, sie ab und an zu hüten, mit ihnen unterwegs und im Gespräch zu sein, sie in ihren jungen Jahren begleiten und unterstützen zu dürfen – all das ist ein großes Glück, eine Aufgabe, die sehr berührend ist und die Großeltern auf beste Art als Ganzes fordert und selbst auch fördert.

Die Familienbildungsstätte lädt ein, andere Großeltern kennenzulernen, sich auszutauschen, ganz praktisch und kreativ auf diesen »Job« zu blicken. Um gemeinsam mit den Enkeln etwas zu unternehmen, finden sich im Programm viele Veranstaltungen, die dazu einladen.

Das Treffen ist gebührenfrei.
Um eine kleine Spende wird gebeten.

Großeltern-Treff

Wieviel »Zeug« braucht das Enkelkind?



Am 13. April startet in der FBS eine Ausstellung rund um das Bilderbuch »Viel zu viel Zeug!« Ein Elsternpaar verfällt darin der Werbung und gerät in einen Konsumrausch – damit's die Kinder gut haben. Bis schließlich das Nest vom Baum stürzt ...

Werden Kinder heutzutage tatsächlich »zugeschüttet« mit Klamotten, Spielzeug, Süßern? Und war das früher, als wir Großeltern selbst Eltern waren, noch ganz anders? Welche Rolle spielt der Konsum in der Erziehung und in der Entwicklung des Kindes? Fragen, die wir an diesem Nachmittag, wie immer bei Kaffee und Kuchen, auch einer Expertin stellen wollen.

Do 26.02.2026 | 15.30 – 17.45 Uhr

Stefan Quilitz, Pädagoge, Journalist
Kamer Bilgin, Politologin
gebührenfrei | Anmeldung erforderlich
Ort: Kath. Familienbildungsstätte
Laurentiusstraße 4–12 | 51465 Bergisch Gladbach
Veranstaltungs-Nr. 2662640001

> ERZIEHUNGSTHEMEN

**Wir2 – Bindungstraining
für Alleinerziehende**

Balance herstellen, Bindung aufbauen,
Beziehung stärken

Die Katholische Familienbildungsstätte bietet in Kooperation mit dem Fachbereich Frühe Hilfen der Stadt Bergisch Gladbach den Kurs Wir 2 für Alleinerziehende und ihre Kinder an.

Ziel des Kurses ist die Stärkung der Bindung zum Kind. Das Angebot erstreckt sich über 20 Termine. Alleinerziehende sollen in ihrer Elternrolle unterstützt werden: die Bedürfnisse des Kindes zu erkennen und darauf zu reagieren, die Trennungskonflikte von der Elternrolle zu trennen, sowie die Vermittlung von Strategien zur Stressbewältigung. Der Austausch in der Gruppe ist ein wichtiger Bestandteil des Kurses, während die Kinder gut betreut sind.

Gerit Schrader, Kinder-, Jugend- und Familienberaterin
Liana Olivella-Rüzgar, Kinder-, Jugend- und Familienberaterin
Daniel Hagen, Wir2
Ort: Kath. Familienbildungsstätte
Laurentiusstraße 4–12 | 51465 Bergisch Gladbach



Foto: KonstantinChristian/shutterstock.com

Mit Kinderbetreuung!

**Infoabend**

Mi 21.01.2026 | 17.00–19.15 Uhr

Kostenfrei | 1 x = 3 UStd.

Veranstaltungs-Nr. 2662610003

Kurs

Mi 18.02.–15.07.2026 | 17.00–18.30 Uhr

Kostenfrei | 20 x = 40 UStd.

Veranstaltungs-Nr. 2662610004

> ERZIEHUNGSTHEMEN

Versteh mich doch!

Wertschätzende Kommunikation mit Kindern

Einführung in die gewaltfreie Kommunikation für Eltern und alle, die mit Kindern leben und arbeiten

Jede Begegnung mit (unseren) Kindern ist – bewusst oder unbewusst – durch Kommunikation geprägt! Unser persönliches »Kommunikationsverhalten« wirkt sich dabei nicht nur auf die zwischenmenschliche Beziehung aus, sondern auch auf das kindliche Selbst(wert)gefühl.

Gegenseitiges Verstehen – das Wahrnehmen gegenseitiger Bedürfnisse – ist somit nicht nur die Basis für ein respektvolles Miteinander, sondern auch für die Persönlichkeitsentfaltung der Kinder, die wir auf dem Weg ins Leben begleiten. Mit Hilfe der von Marshall Rosenberg entwickelten Methode der Gewaltfreien Kommunikation (GFK), können wir die Momente des Alltags nutzen, um neue Wege einer wertschätzenden Kommunikation mit Kindern zu erproben.

**Grundaspekte der Gewaltfreien
Kommunikation (GKF)**

- Einfühlsam hören und verstehen, was das Kind wirklich braucht.
- Achtsam erkennen und in Worte fassen, worum es mir als Erziehendem wirklich geht
- Kommunikationsübungen/Impulse für den Lebensalltag.

Do 15.01. und 22.01.2026 | 18.00–21.15 Uhr

Merle Wieschhoff, M.A., Kommunikationstrainerin
42,00 € | 2 x = 8 UStd.

Veranstaltungs-Nr. 2662610001



**Online-
Veranstaltung**

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

> ERZIEHUNGSTHEMEN

Elternfrühstück

Eltern sein – Paar sein

Basismodul: Familie in Balance

»Gute, ausgeglichene Eltern zu sein, ist nicht unmöglich. Eltern müssen nur besonders geschickt und achtsam in Familienbeziehungen sein, um ihr eigenes Selbst zu bewahren und die eheliche Beziehung am Leben zu erhalten.«

Virginia Satir

Wenn Kinder kommen, ändert sich vieles im Leben eines Paares. Viele Lebensbereiche müssen neu organisiert und gestaltet werden. Zeit wird zu einem knappen Gut. Wie dies gelingen kann, wird Thema des Seminars sein. Ebenso die Frage, was Bindung schafft und wie Sie Ressourcen Ihrer Liebe reaktivieren können, damit Ihre Familie in Balance bleibt. Eingeladen sind Paare, die bislang noch kein Elternfrühstück besucht haben.



Foto: Alexandra Anschütz/shutterstock.com

Sa 28.02.2026 | 09.30 – 12.30 Uhr

Sigrun Benner, Monika Schell,

Ehe-, Familien- und Lebensberaterinnen

25,00 € pro Paar einschl. Frühstück

und Kinderbetreuung | 1 x = 4 UStd.

Ort: Kath. Familienbildungsstätte

Laurentiusstraße 4–12 | 51465 Bergisch Gladbach

Veranstaltungs-Nr. 2662640004**Mit Kinderbetreuung!**

In Zusammenarbeit mit der Ehe-, Familien- und Lebensberatungsstelle (EFL)

> ERZIEHUNGSTHEMEN

Weniger Zeug – mehr Spiel

Elternabend zur Spielzeugrotation



Die meisten Eltern kennen dieses Phänomen vermutlich: Im Kinderzimmer sammelt sich schnell mehr an, als unsere Kinder wirklich brauchen: Geschenke, Mitbringsel, spontane Einkäufe. Doch oft führt mehr Spielzeug nicht zu mehr Freude, sondern zu Unruhe und Langeweile. Wir schauen uns an, wie eine Spielzeugrotation nach Montessori für mehr Ruhe, Ordnung und echtes, freies Spiel sorgen kann. Dabei erfahren Sie, welche Bedürfnisse hinter dem Spielen stecken und wie Sie eine Umgebung schaffen, in der Ihr Kind zufrieden und selbstständig spielt.

Di 21.04.2026 | 19.30 – 21.00 Uhr

Sophie Klein, Studentin der Sozialen Arbeit,

Eltern-Kind-Kursleiterin

10,00 € | 1 x = 2 UStd.

Veranstaltungs-Nr. 2662610008**Online-
Veranstaltung**

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

Gefühlsstürme bei Kindern begleiten

Für Eltern und alle Interessierten

Wenn Kinder fühlen, dann mit ganzem Herzen – Wut, Freude, Traurigkeit oder Angst kommen oft wie Wellen. Und manchmal wird es auch für uns als Eltern ganz schön stürmisch. In diesem Elternseminar geht es darum, wie wir unsere Kinder in ihren Gefühlsstürmen verstehen, begleiten und gleichzeitig selbst in Balance bleiben können. Wir entdecken, was hinter den starken Emotionen unserer Kinder steckt, wie wir in hitzigen Momenten Halt geben, statt gegenzuhalten und wie wir mit unserer eigenen Ruhe Sicherheit schenken können. Gefühle dürfen sein – und gemeinsam lernen wir, sie zu tragen, statt sie zu bekämpfen.

Do 18.06.2026 | 19.00 – 21.15 Uhr

Anja Reinecke-Schäfer, Diplom-Pädagogin

16,00 € | 1 x = 3 UStd.

Veranstaltungs-Nr. 2662610006**Online-
Veranstaltung**

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

> KINDER UND GESUNDHEIT

Stressfrei essen am Familientisch

Gemeinsame Mahlzeiten mit kleinen Kindern können schön, aber auch herausfordernd sein. An diesem Abend erfahren Sie, wie das Essen entspannt, harmonisch und mit Freude gelingt. Sie bekommen praktische Tipps zur Ernährung von Kleinkindern zwischen dem 1. und 2. Lebensjahr, z. B. welche Mengen gut sind, wie viel oder wie wenig Essen normal ist und wie Sie die Selbstständigkeit beim Essen fördern können. Außerdem bekommen Sie Anregungen zur Gestaltung des Essplatzes und zu Ritualen rund ums Essen. Dazu gibt es einfache Rezeptideen sowie Raum für Fragen und Austausch.

Do 26.03.2026 | 18.30 – 20.45 Uhr

Margit Hollerbach, Dipl. Ökotrophologin
16,00 € | 1 x = 3 UStd.

Veranstaltungs-Nr. 2662610007



Online-
Veranstaltung

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

Gesund essen mit kleinem Budget

Steigende Preise sorgen bei vielen Menschen für die Frage: Kann ich mir eine gesunde Ernährung überhaupt noch leisten? Gemeinsam gehen wir dieser Frage auf den Grund. Wir vergleichen verschiedene Lebensmittel und ihre Preise und schauen uns an, wie eine ausgewogene Ernährung auch mit kleinem Budget möglich ist.

Zusätzlich gibt es praktische Tipps für günstiges Einkaufen, clevere Vorratshaltung und Mahlzeiten-gestaltung. Zum Abschluss bereiten wir gemeinsam ein einfaches, gesundes und kostengünstiges Mittagessen zu.

Sa 09.05.2026 | 09.30 – 12.30 Uhr

Margit Hollerbach, Dipl. Ökotrophologin
21,00 € inkl. Umlage | 1 x = 4 UStd.

Ort: Kath. Familienbildungsstätte
Laurentiusstraße 4–12 | 51465 Bergisch Gladbach

Veranstaltungs-Nr. 2662660049

> KINDER UND GESUNDHEIT

Erste Hilfe bei Säuglingen und Kleinkindern

Elternabend

An diesem Abend geht es um Tipps zur Erstversorgung bei typischen Unfällen von Kindern (Verletzungen, Verbrennungen, Vergiftungen, Insektenstichen etc.) sowie zu deren möglicher Vermeidung.

Außerdem können Fragen gestellt werden zu Pseudokrampf, Fieberkrampf, Gehirnerschütterung, plötzlicher Kindstod oder anderen »brennenden« Themen.

Do 05.03.2026 | 19.00 – 21.15 Uhr

Dr. Uta Römer, Kinder- und Jugendärztin
10,00 € | 1 x = 3 UStd.

Ort: Kath. Familienbildungsstätte
Laurentiusstraße 4–12 | 51465 Bergisch Gladbach

Veranstaltungs-Nr. 2662660037



Vom Müssen zum Wollen

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

Das Gefühl von Fremdbestimmtheit und zu wenig Platz für Selbstfürsorge kann dich und auch die Beziehung zu deinem Kind stark belasten. Inke Hummel zeigt dir in ihrem Vortrag, was du für mehr Selbstbestimmung und Selbstfürsorge sowie gegen Frust, Kraftlosigkeit und negative Erwartungen tun kannst.

Anmeldung und Info

Telefon 02267 87142-0
info@hdf-wipperfuerth.de

Di 03.03.2026 | 19.30 – 21.00 Uhr

Inke Hummel, Pädagogin, Autorin
Teilnahme-Gebühr 10,00 €

Veranstaltungs-Nr. 2672610001



Online-
Veranstaltung

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

Foto: gpcpics/shutterstock.com

> ELTERN-KIND-KURSE



Das erste Lebensjahr

Die Kurse »Das erste Lebensjahr« greifen die Pädagogik der ungarischen Kinderärztin Emmi Pikler (1902–1984) auf. Sie verbinden dabei frühkindliche Bildung und Elternbildung.

Pikler heißt

- 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.



Foto: Barbara Bechtloff

Im Kursraum gibt es für die Kinder eine entwicklungsgemäße Spielumgebung mit original Pikler®-Bewegungsmaterialien und eine Tischrunde für die Eltern. Während die Kinder spielen, haben die Eltern Zeit zuzuschauen und Zeit für Information und Gespräch. Mit zum Kurs gehören Wiegenlieder und Kinderlieder, die Eltern (wieder) lernen können. Zu jedem Kurs gehört ein Elternabend, der mit der Kursleiterin abgesprochen wird und in der Kursgebühr enthalten ist.

»Jeder Schritt, den das Kind selbstständig macht, erleichtert den nächsten.«

Emmi Pikler

> ELTERN-KIND-KURSE



Elternstart NRW

»Elternstart NRW« ist ein kostenfreies Angebot der Familienbildung für Eltern mit ihren Kindern im ersten Lebensjahr. Dieses Angebot wird von der Landesregierung NRW finanziert. Elternstart umfasst fünf Termine mit jeweils zwei Unterrichtsstunden.

Mit »Elternstart NRW« können Mütter und Väter

- die Entwicklung ihres Kindes im ersten Jahr bewusster erleben
- die Bedürfnisse des Säuglings besser verstehen lernen
- sich mit anderen Eltern austauschen

Durch »Elternstart NRW« bekommen Mütter und Väter

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

Wer kann an Elternstart NRW teilnehmen?

- Mütter und Väter aus NRW mit einem Kind im ersten Lebensjahr
- Beide Eltern können gemeinsam an Elternstart NRW teilnehmen (auch für Adoptiv- und Pflegeeltern geeignet).
- Die Teilnahme ist bei jedem weiteren neugeborenen Kind möglich
- Wir empfehlen möglichst frühzeitig ein Anschlussangebot zu belegen.

> ELTERN-KIND-KURSE

Elternstart NRW

Für Eltern mit ihren September bis November 2025 geborenen Babys

Do 22.01. – 26.02.2026 | 10.30 – 12.00 Uhr

Bianca Ehlert, Erzieherin, Kleinkindpädagogin
gebührenfrei, gefördert durch das Land NRW
5 x = 10 UStd.

Ort: Kath. Familienbildungsstätte

Laurentiusstraße 4–12

51465 Bergisch Gladbach

Veranstaltungs-Nr. 2662620048



Foto: Melke Ditscheid

Anschlussangebot

Das erste Lebensjahr

Für Eltern mit ihren September bis November 2025 geborenen Babys

Do 05.03. – 09.07.2026 | 10.30 – 12.00 Uhr

Bianca Ehlert, Erzieherin, Kleinkindpädagogin
99,00 € | 16 x = 33 UStd.

Ort: Kath. Familienbildungsstätte

Laurentiusstraße 4–12

51465 Bergisch Gladbach

Veranstaltungs-Nr. 2662620049

**Elternstart NRW**

Für Eltern mit ihren Oktober bis Dezember 2025 geborenen Babys

Mi 25.02. – 25.03.2026 | 09.30 – 11.00 Uhr

Teresa Canisius, Kindertagespflegeperson,
Eltern-Kind-Kursleiterin
gebührenfrei | 5 x = 10 UStd.

Ort: Kath. Familienbildungsstätte

Laurentiusstraße 4–12

51465 Bergisch Gladbach

Veranstaltungs-Nr. 2662620054



> ELTERN-KIND-KURSE

Anschlussangebot

Begleitung im ersten Lebensjahr

Für Eltern mit ihren Oktober bis Dezember 2025 geborenen Babys

Mi 15.04. – 08.07.2026 | 09.30 – 11.00 Uhr

Teresa Canisius, Kindertagespflegeperson,
Eltern-Kind-Kursleiterin

78,00 € | 13 x = 26 UStd.

Ort: Kath. Familienbildungsstätte

Laurentiusstraße 4–12 | 51465 Bergisch Gladbach

Veranstaltungs-Nr. 2662620055

Das erste Lebensjahr

Für Eltern mit ihren Mai bis Juli 2025 geborenen Babys

Di 20.01. – 23.06.2026 | 09.00 – 10.30 Uhr

Gabriele Pfahl, Erzieherin, Heilpädagogin
117,00 € | 18 x = 39 UStd.

Ort: Kath. Familienbildungsstätte

Laurentiusstraße 4–12

51465 Bergisch Gladbach

Veranstaltungs-Nr. 2662620021



Anschlussangebot

Das erste Lebensjahr

Für Eltern mit ihren Juni bis August 2025 geborenen Babys

Es handelt sich bei diesem Kurs um ein Anschlussangebot für den Kurs Elternstart, Kurs-Nummer 2562620061.

Bei Interesse wenden Sie sich bitte direkt an unsere Anmeldung:

Telefon 02202 93639-0

Di 14.04. – 16.06.2026 | 10.45 – 12.15 Uhr

Gabriele Pfahl, Erzieherin, Heilpädagogin
63,00 € | 9 x = 21 UStd.

Ort: Kath. Familienbildungsstätte

Laurentiusstraße 4–12

51465 Bergisch Gladbach

Veranstaltungs-Nr. 2662620020



Wir empfehlen möglichst frühzeitig ein Anschlussangebot zu belegen.

> ELTERN-KIND-KURSE

Das zweite und dritte Lebensjahr

Für Eltern mit ihren Juli bis September 2024
geborenen Babys

Do 22.01. – 09.07.2026 | 08.45 – 10.15 Uhr

Bianca Ehlert, Erzieherin, Kleinkindpädagogin
129,00 € | 20 x = 43 UStd.

Ort: Kath. Familienbildungsstätte
Laurentiusstraße 4–12
51465 Bergisch Gladbach

Veranstaltungs-Nr. 2662620047

**Montagstreff**

Elterncafé für junge Mütter und Väter
mit ihren Kindern bis 2 Jahre

Treff für junge Schwangere, Mütter und Väter;
Babyspielplatz für Kinder bis 2 Jahren; Kontakt und
Gespräche, Fragen rund um das Leben mit Kind bei
Kaffee oder Tee und einem kleinen Frühstück. Dafür
bitten wir um eine Lebensmittelumlage 2,00 € pro
Termin

Es handelt sich um ein offenes Angebot.
Rückfragen gerne unter Telefon 02202 93639-0

Mo 12.01. – 14.12.2026 | 09.30 – 11.45 Uhr

Laura Rieks, Erzieherin und Dipl. Sozialpädagogin
Lebensmittelumlage 2,00 € pro Termin
36 x = 108 UStd.

Ort: Kath. Familienbildungsstätte
Laurentiusstraße 4–12 | 51465 Bergisch Gladbach

Veranstaltungs-Nr. 2662620050



Foto: Barbara Bechtloff

**Weitere Eltern-Kind-Kurse in Familienzentren
ab Seite 114**

> ELTERN-KIND-KURSE

Babynest – Leichter Start mit Kind

Für Mütter gibt es Tipps und Informationen, ihr
Baby einfach und gut zu versorgen, ein zufriedenes
Baby zu haben, mehr Zeit für sich zu bekommen
und Lieder und erste Spiele auszuprobieren.

Fr 16.01. – 10.07.2026 | 09.30 – 11.45 Uhr

Monika Wiechers-Kohlenbach, Heilpädagogin
20,00 € | 20 x = 60 UStd.

Ort: Kath. Familienbildungsstätte
Laurentiusstraße 4–12 | 51465 Bergisch Gladbach
Veranstaltungs-Nr. 2662620018



Foto: Halfpoint/shutterstock.com



*In Zusammenarbeit mit der Beratungsstelle
Esperanza des Caritasverbandes RheinBerg*

Weitere Elterncafes finden Sie ab Seite 116

> ELTERN-KIND-KURSE

**Musikmäuse –
Musik erleben von Anfang an**

Für Eltern mit ihren Kindern von 1 bis 3 Jahren

Kinder haben eine natürliche Freude am Musizieren, Singen, Experimentieren, an Bewegung und Tanz. Auf spielerische Weise werden die Kinder an die Musik herangeführt und können gemeinsam mit ihren Eltern die eigene Stimme und ihren Körper entdecken und Freude daran haben. In einer angenehmen Umgebung werden einfache Instrumente und Materialien eingesetzt, wie Rasseln, Glöckchen, Klanghölzer, bunte Tücher ...

Kathrin Benkel, Dipl. Pädagogin

139,00 € | 23 x = 46 UStd.

Ort: Kath. Familienbildungsstätte

Laurentiusstraße 4–12 | 51465 Bergisch Gladbach

Mi 14.01. – 01.07.2026 | 09.00–10.30 Uhr**Veranstaltungs-Nr. 2662620033****Mi 14.01. – 01.07.2026 | 10.45–12.15 Uhr****Veranstaltungs-Nr. 2662620034**

Foto: GoodMood Photo/shutterstock.com

**Musikmäuse
an einem Winternachmittag**Für Eltern und Großeltern mit ihren
Kindern ab 2 Jahren**Fr 23.01.2026 | 15.30–17.00 Uhr**

Kathrin Benkel, Dipl. Pädagogin

8,00 € | 11 x = 2 UStd.

Ort: Kath. Familienbildungsstätte

Laurentiusstraße 4–12 | 51465 Bergisch Gladbach

Veranstaltungs-Nr. 2662620008

> ELTERN-KIND-KURSE

Purzelraum

Für Eltern mit ihren Kindern von 1 bis 3 Jahren

Eine Stunde voller Bewegung! Beim gemeinsamen Spielen, Singen und Tanzen bekommen die Eltern viele Anregungen für zu Hause. Die Kinder haben während des freien Spielens im abwechslungsreich gestalteten Spielraum zahlreiche Möglichkeiten, Neues auszuprobieren und Einfallsreichtum zu entwickeln.

Gabriele Pfahl, Erzieherin, Heilpädagogin

Ort: Kath. Familienbildungsstätte

Laurentiusstraße 4–12 | 51465 Bergisch Gladbach

Mo 19.01. – 15.06.2026 | 15.00–16.00 Uhr

73,00 € | 18 x = 18 UStd.

Veranstaltungs-Nr. 2662620009**Mi 21.01. – 17.06.2026 | 16.00–17.30 Uhr**

115,00 € | 19 x = 38 UStd. (Die Kursgebühr kann in zwei Zahlungen aufgeteilt werden.)

Veranstaltungs-Nr. 2662620010

Foto: Oksana Kuzmina/shutterstock.com

> ELTERN-KIND-KURSE

Sandküche

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

Für die Kinder ist ein Raum mit Sand in Kübeln, Gefäßen und vielen weiteren Materialien vorbereitet. Es gibt z. B. Siebe, Löffel, Kellen, Milchkännchen und Trichter, die zum Ausprobieren einladen. Die Kinder können auf kreative Weise die vielfältigen Möglichkeiten, die der Sand zulässt, nutzen. Ein weiterer Raum ist ausgestattet mit Stroh und verschiedenen Bewegungselementen. Hier können die Kinder ihrem Drang nach Bewegung nachkommen und ausprobieren, was mit Stroh alles möglich ist.

Die Lust am Tun und das Experimentieren stehen im Vordergrund, Anleitungen oder Erklärungen sind nicht nötig, die Kinder spielen konzentriert und vertieft.



Foto: FBS

Eltern bleiben als »sicherer Hafen« für ihre Kinder im Raum, können über die lange Konzentrationsdauer und das kreative Spiel ihres Kindes staunen und Ideen für das Spiel zu Hause mitnehmen. Eine Möglichkeit für eine kleine Pause zwischendurch gibt es außerhalb der beiden Räume.

Die Sandküche wird es erstmalig auch in den Herbstferien geben. Schon mal vormerken!

> ELTERN-KIND-KURSE

Ort: Kath. Familienbildungsstätte
Laurentiusstraße 4–12 | 51465 Bergisch Gladbach
13,00 € (1 Erwachsener mit Kind(er) |
6,00 € weiterer Erwachsener | 1 x = 3 UStd.

Mo 20.07.2026 | 10.00–12.15 Uhr

Gabriele Pfahl, Erzieherin, Heilpädagogin
Petra Köser, Erzieherin

Veranstaltungs-Nr. 2662620001

Mo 20.07.2026 | 15.00–17.15 Uhr

Laura Rieks, Erzieherin und Dipl. Sozialpädagogin
Meike Ditscheid, Dipl. Sozialpädagogin

Veranstaltungs-Nr. 2662620043

Di 21.07.2026 | 10.00–12.15 Uhr

Gabriele Pfahl, Erzieherin, Heilpädagogin
Petra Köser, Erzieherin

Veranstaltungs-Nr. 2662620003

Di 21.07.2026 | 15.00–17.15 Uhr

Laura Rieks, Erzieherin und Dipl. Sozialpädagogin
Meike Ditscheid, Dipl. Sozialpädagogin

Veranstaltungs-Nr. 2662620044

Mi 22.07.2026 | 10.00–12.15 Uhr

Petra Köser, Erzieherin
Anne Berger, Sonderpädagogin

Veranstaltungs-Nr. 2662620004

Mi 22.07.2026 | 15.00–17.15 Uhr

Gabriele Pfahl, Erzieherin, Heilpädagogin
Laura Rieks, Erzieherin und Dipl. Sozialpädagogin

Veranstaltungs-Nr. 2662620005

Do 23.07.2026 | 10.00–12.15 Uhr

Gabriele Pfahl, Erzieherin, Heilpädagogin
Petra Köser, Erzieherin

Veranstaltungs-Nr. 2662620006

Do 23.07.2026 | 15.00–17.15 Uhr

Rebecca Radermacher, Eltern-Kind-Kursleiterin
Laura Rieks, Erzieherin und Dipl. Sozialpädagogin

Veranstaltungs-Nr. 2662620012

Fr 24.07.2026 | 10.00–12.15 Uhr

Gabriele Pfahl, Erzieherin, Heilpädagogin
Anne Berger, Sonderpädagogin, Lehrerin

Veranstaltungs-Nr. 2662620007

> FAMILIEN MIT KINDERN IM KITA- UND GRUNDSCHULALTER

Familienführung zur Bilderbuchausstellung »Viel zu viel Zeug«



Mit Kreativaktion – Für Familien
mit Kindern von 4 bis 8 Jahren

Wie viel braucht man eigentlich zum Glücklichsein? Gemeinsam entdecken wir die Bilderbuchausstellung »Viel zu viel Zeug« und kommen mit Kindern spielerisch ins Gespräch über Wünsche, Dinge und das, was wirklich wichtig ist.

Nach der Führung gestalten wir gemeinsam eine kleine kreative Bastelaktion – einfach, alltagsnah und gut im Familienleben umsetzbar.

Di 14.04.2026 | 15.30–17.00 Uhr

Kamer Bilgin, Politologin, Philosophin
gebührenfrei | 1 x = 2 UStd.

Ort: Kath. Familienbildungsstätte

Laurentiusstraße 4–12 | 51465 Bergisch Gladbach

Veranstaltungs-Nr. 2662630001

Brauchen wir das wirklich alles?



Upcycling-Workshop zur
Bilderbuchausstellung »Viel zu viel Zeug« –
Für Eltern mit ihren Kindern ab 4 Jahren

Die Elster-Eltern bauen ein Nest und schleppen ganz viel Zeug an. Viel zu viel Zeug, finden die anderen Tiere im Wald. Brauchen wir das wirklich ALLES? Seien Sie gespannt was wir aus den überflüssigen alten Sachen der Elstern machen. Wir stellen z. B. aus Altpapier bunte Schüsseln her, aus Papprollen eine Kugelbahn und aus Tetrapacks basteln wir Pflanztpfö. So finden die neu entstandenen Dinge nicht nur frischen Glanz, sondern auch einen sinnvollen Platz in Ihrem Zuhause.

Sa 18.04.2026 | 10.00–12.15 Uhr

Petra Hölters, Naturerlebnispädagogin,
zertifizierte Phytotherapeutin

20,00 € | 1 x = 3 UStd.

Ort: Kath. Familienbildungsstätte

Laurentiusstraße 4–12 | 51465 Bergisch Gladbach

Veranstaltungs-Nr. 2662620046

> FAMILIEN MIT KINDERN IM KITA- UND GRUNDSCHULALTER

Purzelraum zur Bilderbuchausstellung »Viel zu viel Zeug!«



Was braucht es wirklich, um ein gemütliches Nest zu bauen? Inspiriert vom gemeinsamen Entdecken der Ausstellung rund um das Kinderbuch »Viel zu viel Zeug!« von Emily Gravett entdecken Kinder und Eltern gemeinsam die Geschichte der Elster-Eltern, die einfach alles für ihr Nest haben wollen – und dabei erfahren, was wirklich wichtig ist. Im anschließenden Purzelraum laden Bewegungsangebote, kleine Singspiele und freies Spiel zum Ausprobieren ein, z. B. bauen wir ein gemeinsames Nest und probieren aus, was eigentlich worin passt. Ergänzend können in einem weiteren Raum kreativ kleine Basteleien gestaltet werden. Die Motorik der Kinder wird so in unterschiedlicher Weise angesprochen und sie können sich spielerisch ausprobieren.

Do 23.04.2026 | 15.00–16.30 Uhr

Gabriele Pfahl, Erzieherin, Heilpädagogin

12,00 € (1 Erwachsener mit Kind/er) |

6,00 € weiterer Erwachsener | 1 x = 2 UStd.

Ort: Kath. Familienbildungsstätte

Laurentiusstraße 4–12 | 51465 Bergisch Gladbach

Veranstaltungs-Nr. 2662620019

»Das Osterküken«

Bilderbuch-Erzähltheater für Eltern
mit ihren Kindern von 3 bis 8 Jahren

Das Osterküken von Henne Hilde möchte unbedingt an Ostersonntag schlüpfen. Doch wann genau ist Ostern? Auf der Suche nach der Antwort, begleiten wir Henne Hilde mit Liedern durch die fröhlich-bunte Ostergeschichte. Danach basteln wir gemeinsam für das Osterfest.

Fr 27.03.2026 | 16.00–17.30 Uhr

Christina Steinbüchel, Sozialarbeiterin B.A.

10,00 € | 1 x = 2 UStd.

Ort: Kath. Familienbildungsstätte

Laurentiusstraße 4–12 | 51465 Bergisch Gladbach

Veranstaltungs-Nr. 2662670004



> FAMILIEN MIT KINDERN IM KITA- UND GRUNDSCHULALTER

**Papierschöpfen mit Blüten
und Gewürzen – aus Alt mach Neu!**

Für Eltern mit ihren Kindern im Vorschul-
und Grundschulalter

Was gibt es alltäglicheres als Papier? Und doch ist es jedes Mal ein kleines Wunder mitzuerleben, wie es entsteht. Zuerst hat man (fast) nur Wasser, dann setzt sich auf dem Schöpfrahmen ein wässriger Brei ab, der durch Pressen und Trocknen zu einem Papier wird. Alte Papiere aus unserem Alltag werden wieder zu neuen Papieren. Um diese besonders und einzigartig zu machen, können Sie sie mit eigenen getrockneten Blüten und Gräsern aufpeppen. So stellen wir Lesezeichen oder kleine Frühlingsgrüße her.

Bitte mitbringen

Buntes Altpapier wie Brötchentüten,
Eierkartons und ggf. Blüten und Gräser.

Fr 29.05.2026 | 15.30–18.30 Uhr

Kathrin Benkel, Dipl. Pädagogin
17,00 € (2. Kind 8,00 €) | 1 x = 4 UStd.
Ort: Kath. Familienbildungsstätte
Laurentiusstraße 4–12 | 51465 Bergisch Gladbach
Veranstaltungs-Nr. 2662620011

Geheimnisvoller Waldboden

Entdecke die faszinierende Welt der Bodentiere
– Für Eltern mit Ihren Kindern ab 3 Jahren

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

Sa 13.06.2026 | 10.00–12.15 Uhr

Petra Hölters, Naturerlebnispädagogin
20,00 € (1 Erwachsener mit 1 Kind; jede weitere Person: 10,00 €) | 1 x = 3 UStd.
Treffpunkt: Gierather Wald
Parkplatz Gierather Straße | gegenüber Haus
Nr. 84a | 51469 Bergisch Gladbach.
Veranstaltungs-Nr. 2662620045

> FAMILIEN MIT KINDERN IM KITA- UND GRUNDSCHULALTER

»Das Zebra mit dem Regenschirm«

Bilderbuch-Erzähltheater für Eltern mit ihren
Kindern von 3 bis 8 Jahren

Es regnet und regnet. Das Zebra spannt unbekümmert seinen bunten Schirm auf und sieht den fallenden Tropfen zu. Viele andere Tiere kommen dazu und bitten um ein trockenes Plätzchen.

So verbringen ganz unterschiedliche Tiere einen friedlichen und lustigen Regentag unter dem großen Schirm. Mit Basteln und Musik verbringen wir einen Nachmittag im Trockenen und lernen wie wertvoll Gemeinschaft und ein friedliches Miteinander sind.

Fr 03.07.2026 | 16.00–17.30 Uhr

Christina Steinbüchel, Sozialarbeiterin B.A.
10,00 € | 1 x = 2 UStd.
Ort: Kath. Familienbildungsstätte
Laurentiusstraße 4–12 | 51465 Bergisch Gladbach
Veranstaltungs-Nr. 2662620053

Familienwochenende

»Alle reden mit! – Demokratie beginnt zu Hause«

Anfang Mai 2026 möchten wir Familien zu einem gemeinsamen Wochenende im Haus Altenberg einladen. Spielerisch und alltagsnah entdecken wir, wie Demokratie auch in der Familie gelebt werden kann – durch Zuhören, Mitreden und gemeinsame Entscheidungen.

Die Finanzierung wird derzeit noch geklärt; eine endgültige Rückmeldung steht aus.

Weitere Informationen ab Januar
in der Familienbildungsstätte oder direkt bei:
Hermann-Löns-Forum | Lena Peukert
E-Mail: lena.peukert@kja-lro.de
Telefon: 02202 70599919

Fr 01.05. – 03.05.2026 | 17.00–14.15 Uhr

Ort: Jugendbildungsstätte Haus Altenberg e. V.
Ludwig-Wolker Straße 12
51519 Odenthal-Altenberg



Foto: Success863/shutterstock.com

NÄHKURSE

Mit Gleichgesinnten macht das Nähen viel mehr Spaß!
Seien Sie kreativ und lassen Sie sich von tollen Stoffen inspirieren. In unseren Kursen erwerben Sie Grundkenntnisse und bekommen fachliche Tipps, um besser und schneller zum Ziel zu kommen. Sie können aber auch Ihre vorhandene Garderobe unter Anleitung ändern oder modernisieren.

> NÄHKURSE

**Nähkurs für Anfänger/Innen
und Fortgeschrittene**

Ort: Kath. Familienbildungsstätte
Laurentiusstraße 4–12 | 51465 Bergisch Gladbach

Mo 02.02. – 29.06.2026 | 18.45 – 21.00 Uhr
Gabriele Klein, Maßschneiderin, Modedesignerin
136,00 € | 18 x = 54 UStd.
Veranstaltungs-Nr. 2662660020

Di 03.02. – 19.05.2026 | 08.30 – 11.30 Uhr
Gabriele Gerlach, Bekleidungsingenieurin
131,00 € | 13 x = 52 UStd.
Veranstaltungs-Nr. 2662660005

Di 13.01. – 30.06.2026 | 18.30 – 21.30 Uhr
Gabriele Gerlach, Bekleidungsingenieurin
212,00 € | 21 x = 84 UStd.
Veranstaltungs-Nr. 2662660012

Mi 14.01. – 24.06.2026 | 19.00 – 21.15 Uhr
Maria-Theresia Wolff, Schneiderin
158,00 € | 21 x = 63 UStd.
Veranstaltungs-Nr. 2662660038

Do 15.01. – 25.06.2026 | 19.00 – 21.15 Uhr
Ruth Malcher, Schneiderin, Directrice
143,50 € | 19 x = 57 UStd.

Veranstaltungs-Nr. 2662660055

Fr 06.02. – 26.06.2026 | 16.30 – 19.30 Uhr
Gabriele Gerlach, Bekleidungsingenieurin
91,00 € | 9 x = 36 UStd.
Der Kurs findet 14-tägig statt.

Veranstaltungs-Nr. 2662660006

In der Familienbildungsstätte sind Nähmaschinen
vorhanden. Sie können Ihre eigene Maschine aber
gerne mitbringen.

Für Neueinsteiger/innen
Eine Liste der Materialien, die Sie bitte mitbringen,
finden Sie zum Download:
www.fbs-gladbach.de

> NÄHKURSE IN KÜRTEM BECHEN | WOCHENEND-WORKSHOPS

Für diese Kurse Information und Anmeldung
Brigitte Frühlingsdorf
Telefon 02207 8481820

Brigitte Frühlingsdorf, Dipl. Modegestalterin
Ort: Pfarrsaal Bechen
Odenthaler Str. 3 | 51515 Kürten (Bechen)

Di 20.01. – 19.05.2026 | 17.30 – 19.45 Uhr
108,00 € | 16 x = 48 UStd.

Veranstaltungs-Nr. 2662660041

Do 22.01. – 18.06.2026 | 09.30 – 11.45 Uhr
101,25 € | 15 x = 45 UStd.

Veranstaltungs-Nr. 2662660042

»Nähworkshops am Wochenende«
Zuschneiden und Nähen von Wunschprojekten

In diesem kompakten Workshop erhalten Sie in
einer kleinen Gruppe eine individuelle Betreuung
beim Nähen von Ihren Wunschprojekten. Falls Sie
im Vorfeld eine kurze Beratung durch die Kursleiterin
wünschen, sprechen Sie uns an, wir vermitteln
den Kontakt.

Gabriele Gerlach, Bekleidungsingenieurin
43,00 € | 2 x = 12 UStd.

Ort: Kath. Familienbildungsstätte
Laurentiusstraße 4–12 | 51465 Bergisch Gladbach

Fr 16.01.2026 | 17.00 – 21.45 Uhr
Sa 17.01.2026 | 09.30 – 14.15 Uhr
Veranstaltungs-Nr. 2662660007

Fr 13.03.2026 | 17.00 – 21.45 Uhr
Sa 14.03.2026 | 09.30 – 14.15 Uhr
Veranstaltungs-Nr. 2662660008

Fr 19.06.2026 | 17.00 – 21.45 Uhr
Sa 20.06.2026 | 09.30 – 14.15 Uhr
Veranstaltungs-Nr. 2662660011



Foto: NikMerkulov/shutterstock.com

> WOCHENEND-WORKSHOPS

Gestalte und nähe ein Nestchen für Babys



Nähworkshop

Ein Nestchen vermittelt einem Baby das Gefühl von Geborgenheit und dient als liebevolle Begrenzung. Von Geburt an kann es als Lagerungshilfe beim Schlafen helfen und entwickelt sich für größere Kinder zu einem vertrauten Kuscheltier. Auch im übertragenen Sinne ist es wichtig ein gutes Nest zu haben. Dieser Workshop richtet sich an werdende Eltern bzw. Freunde und Familienangehörige, die ein einzigartiges Geschenk zur Geburt ihres Kindes anfertigen möchten. Erste Näherfahrungen sind notwendig.

Materialliste

- Weiche Baumwollstoffe in gewünschten Farbnuancen (es können auch alte Lieblingstextilien eingearbeitet werden)
- eine Rolle hellgrauen Nähgarn, Schere
- ggf. Stoffmarkierstift
- Stecknadeln oder Stoffklammern

Hellgrauer Teddystoff und Füllwatte, sowie notwendiges Zubehör werden gegen einen Kostenbeitrag von 10,00 € bereitgestellt.



Foto: Teresa Canisius

Aus einem kleinen Stofffundus können vor Ort zusätzlich passende Stoffe ergänzt werden.

Sa 25.04.2026 | 09.00–13.15 Uhr

Teresa Canisius, Textiltechnikerin,
Tagespflegeperson
29,00 € | 1 x = 5 UStd.
Ort: Kath. Familienbildungsstätte
Laurentiusstraße 4–12 | 51465 Bergisch Gladbach
Veranstaltungs-Nr. 2662660051

> OVERLOCKMASCHINE | FERIEN-NÄHKURS FÜR JUGENDLICHE

Nähen mit der Overlockmaschine

Für Anfänger/innen und Fortgeschrittene

Sie haben eine Overlockmaschine erstanden und möchten lernen, wie man damit umgeht? Sie möchten wissen, was die Maschine alles kann? Schritt für Schritt werden Einsteiger/innen an die Funktionsweise der Maschine herangeführt. Auch Fortgeschrittene können in diesem Kurs Ihre Kenntnisse vertiefen.

Bitte mitbringen

- entsprechendes Material
- verschiedene Stoffqualitäten
- sowie eine eigene Overlockmaschine inkl. Bedienungsanleitung

Sa 28.02.2026 | 10.00–13.00 Uhr

Gisela Klose, Schneidermeisterin, Musterdirektrice
18,00 € | 1 x = 4 UStd.
Ort: Kath. Familienbildungsstätte
Laurentiusstraße 4–12 | 51465 Bergisch Gladbach
Veranstaltungs-Nr. 2662660016

Ferien-Nähkurs

Für Jugendliche von 10 bis 16 Jahre

Ihr näht gerne oder wollt es lernen? Dann seid Ihr in diesem Ferienkurs genau richtig!

Vom Kuschelkissen über eine Handyhülle, einen Loop, ein Täschchen bis zu einem einfachen Kleidungsstück, wie Rock, T-Shirt oder Mütze ist alles möglich. Ihr lernt die Nähmaschine kennen, übt verschiedene Nähte und dann kann es losgehen. Eine eigene Nähmaschine kann mitgebracht werden, es sind aber auch genügend Maschinen in der Familienbildungsstätte vorhanden.

Was Ihr sonst alles braucht, um gleich loslegen zu können, findet Ihr auf der Mitbringliste, die Ihr unter www.fbs-gladbach.de im Downloadbereich findet.

Mo 30.03.–01.04.2026 | 09.30–12.30 Uhr

Maria-Theresia Wolff, Schneiderin
43,00 € | 3 x = 12 UStd.
Ort: Kath. Familienbildungsstätte
Laurentiusstraße 4–12 | 51465 Bergisch Gladbach
Veranstaltungs-Nr. 2662660039

> WORKSHOP

»Freie Stickerei – Aufbruch ins Grüne«

Experimenteller Workshop

Zu Beginn des Frühlings widmen wir uns der hoffnungsfrohen Farbe Grün und begeben uns in Gedanken nach draußen in die wiedererwachende Natur: »Aufbruch ins Grüne« ist der eintägige Workshop überschrieben, in dem die Textilkünstlerin Nadja Hormisch zur Anwendung von freier Stickerei einlädt. Die Kursteilnehmer/innen arbeiten mit Aquarellierungen, Collagetechniken und geeigneten Stickstichen an kleinen Werken, die viele unterschiedliche Grüntöne und vorfrühlingshafte Anmutungen beinhalten und die unverhohlene Vorfreude auf einen baldigen Neubeginn ausdrücken. Grün, die Farbe der Hoffnung, begleitet den innerlichen Aufbruch hin zu etwas Gutem, Hellen, Schönen. Entschleunigtes Arbeiten und kreatives In-sich-hineinhorchen fördert kunstvolle textile Bilder zu Tage. Es grünt so grün!

Vorkenntnisse sind nicht erforderlich. Der Workshop ist sowohl für Anfänger/innen als auch für Fortgeschrittene geeignet.

Bitte mitbringen

- Näh- und/oder Stickgarne (auch grüne!)
- Sticknadeln
- Schere
- kleine grüne Lieblings-Stoffstückchen
- schöne grüne Papierschnipsel
- evtl. kleine Ästchen oder andere Materialien aus der Natur
- Klebestift
- Blatt und Stift für Notizen

Sa 07.03.2026 | 11.00 – 17.30 Uhr

Nadja Hormisch, Textilkünstlerin

49,00 € | 1 x = 8 UStd.

Ort: Kath. Familienbildungsstätte

Laurentiusstraße 4–12 | 51465 Bergisch Gladbach

Veranstaltungs-Nr. 2662660015

Foto: Nadja Hormisch





Foto: Staraldo/shutterstock.com

GESUNDHEIT BEWEGUNG

Körper, Geist und Seele in ein Gleichgewicht zu bringen – das ist das Ziel von gesundheitsorientierter Bildung. Unsere Veranstaltungen nehmen stets die gesamte Familie und alle betroffenen Menschen in den Blick. 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 Kindern ein Vorbild sein kann, wenn es um den verantwortungsvollen Umgang mit dem eigenen Körper sowie den eigenen Stärken und Schwächen geht.

> GESUNDHEIT / BEWEGUNG UND ENTSPANNUNG

Natürlich sauber

Putzmittel einfach selber machen –
von der Asche bis zur Zitrone

Herkömmliche Reinigungsmittel enthalten oft aggressive Chemikalien, die unserer Gesundheit und der Umwelt schaden. Warum also nicht selbst herstellen? Es ist gesünder, da Sie die Inhaltsstoffe selbst bestimmen, es ist günstiger, umweltfreundlich – und macht außerdem Spaß.

In diesem Seminar werden einige Produkte vorgestellt, deren Zutaten in fast jedem Haushalt zu finden sind. Gemeinsam rühren, mixen und erstellen wir wirksame Putz- und Waschmittel, die Sie selbstverständlich mitnehmen und direkt zu Hause anwenden können.

Do 12.03.2026 | 18.00 – 20.15 Uhr

Petra Hölters, Naturerlebnispädagogin,
zertifizierte Phytotherapeutin
25,00 € | 1 x = 3 UStd.

Ort: Kath. Familienbildungsstätte
Laurentiusstraße 4–12 | 51465 Bergisch Gladbach

Veranstaltungs-Nr. 2662660032

Kräutertour

Essbare Wildpflanzen und Heilkräuter
entdecken und sammeln lernen

Wildkräuterbutter probieren, Gundermann als »After Eight von der Wiese« kosten und Heilpflanzen direkt vor der Haustür kennenlernen – bei dieser Kräutertour geht es auf Entdeckungsreise durch die Welt der Wildpflanzen. Gemeinsam sammeln und bestimmen wir essbare und heilsame Kräuter und erfahren interessante Details über ihre Verwendung in Küche und Hausapotheke. Neben spannenden Geschichten rund um die Pflanzen entstehen auch eigene kleine Produkte – zum Beispiel Kräuteressig oder Tinkturen – zum Mitnehmen und Ausprobieren zu Hause. Die Tour findet draußen statt. Bitte an wetterfeste Kleidung, festes Schuhwerk, eine Sitzunterlage und eigene Verpflegung denken und zwei kleine leere Marmeladengläser o.ä. mitbringen.

Sa 13.06.2026 | 14.00 – 17.00 Uhr

Petra Hölters, Naturerlebnispädagogin,
zertifizierte Phytotherapeutin
32,00 € inkl. Umlage | 1 x = 4 UStd.

Treffpunkt Wanderparkplatz Straßen an der B506,
gegenüber Combüchen | Romaney Straße
51467 Bergisch Gladbach

Veranstaltungs-Nr. 2662660031

> GESUNDHEIT / BEWEGUNG UND ENTSPANNUNG

Frühlingserwachen mit Yoga und Kunst

Das Licht hat sich nun bereits verändert, und ein Hauch von Frühling liegt in der Luft.

In diesem Workshop wollen wir bewusst den Winter verabschieden und den Frühling willkommen heißen – mit Bewegung und Atemtechniken, in der Meditation und im kreativen Gestalten.

Während wir voller Dank auf den Winter zurückblicken, entdecken wir – sowohl in der Yogapraxis als auch auf der Leinwand – die Träume, die in dieser Zeit des Jahres herangereift sind. Ganz verankert im Hier und Jetzt richten wir uns auf das Kommende aus: Welche Samen möchten nun ausgebracht werden, was möchte sich in diesem Jahr entfalten? Kraftvoll spiegelt sich dieser Prozess auf der Leinwand wieder. Die Visionen finden einen sichtbaren Ausdruck, der uns durch das Jahr – und vielleicht auch darüber hinaus – begleiten kann.

Gearbeitet wird mit Acrylfarben und Spachtelmasse, um die Samenlegung bewusst umzusetzen.



Foto: Julia Andaran/shutterstock.com

Bitte mitbringen

- Leinwand, Acrylfarben
- Pinsel
- Schwämmchen
- falls möglich Spachtelmasse und Spatel
- bequeme Kleidung
- Decke, eventuell Sitzkissen

Sa 21.02.2026 | 10.00 – 18.00 Uhr

Andrea Wichterich, Dipl. Heilpädagogin,
Yogalehrerin
Christiane Vetter, Malerin, Beraterin Kunsttherapie
80,00 € | 1 x = 9 UStd.

Ort: Kath. Familienbildungsstätte
Laurentiusstraße 4–12 | 51465 Bergisch Gladbach

Veranstaltungs-Nr. 2662660004

> GESUNDHEIT / BEWEGUNG UND ENTSPANNUNG

In meine Kraft gehen – Zeit für mich

Workshop für Frauen

An diesem Samstag besinnen Sie sich ganz auf sich und die Pflege Ihrer Kraft und Ressourcen.

Es erwartet Sie ein Mix aus Theorie zur Resilienzförderung, Impulse wie Sie gut mit Stress umgehen können und ganz Praktisches, was Sie dabei unterstützen kann. Elemente aus Entspannung, Qui Gong, Selbstmassage, Spiel und Freude daran, begleiten uns an diesem Tag.

Ziel ist es, dass Sie Ideen für einen kleinen persönlichen Werkzeugkoffer bekommen, Kraft und Energie tanken können, um mit dem oft stressigen Alltag besser zurecht zu kommen.

Bitte mitbringen

- bequeme Wohlfühlkleidung
- warme Socken
- eine Decke



Foto: fizkes/shutterstock.com

Sa 25.04.2026 | 14.00–18.00 Uhr

Friederike Hepner-Ramm, Coach, Mediatorin,
Dipl. Sozialpädagogin, Resilienzberaterin
25,00 € | 1 x = 5 UStd.

Ort: Kath. Familienbildungsstätte
Laurentiusstraße 4–12 | 51465 Bergisch Gladbach

Veranstaltungs-Nr. 2662660040

> GESUNDHEIT / BEWEGUNG UND ENTSPANNUNG

Wohlfühlwoche mit Basenfasten

Mit dem Basenfasten steht uns eine einfache und leicht in den Alltag zu integrierende Methode zur Verfügung, dem Körper eine Auszeit von der Zufuhr von Säuren zu schenken, so dass überschüssige Säuren abgebaut und toxische Substanzen ausgeleitet werden können. Das Basenfasten kann unterstützend wirken in der Behandlung vorhandener Erkrankungen und dient der Prävention. Dabei brauchen Sie nicht auf das Essen verzichten oder Ihr ganzes Leben umkrempeln. Sie stellen sich lediglich auf eine basische Ernährung um, die schmeckt, deren Zubereitung einfach ist und deren neue Rezepte auszuprobieren Freude machen kann. Auf dem Speiseplan stehen u.a. viel frisches Obst, Gemüsegerichte und Suppen, Kräutertees und basische Snacks. Am Infoabend erhalten Sie vorab alle wichtigen Informationen zum Fastenprozess sowie eine Einkaufsliste und Rezepte. Während der Fastenwoche stehen Sie und Ihr Wohlbefinden im Mittelpunkt. Bei den täglichen Treffen erwarten Sie ein lebendiger Austausch und individuelle Begleitung, Yoga- und wohltuende Entspannungsübungen, kleine Wanderungen mit Sammeln von unterstützenden Wildkräutern, mit Elementen aus dem Waldbaden und Waldyoga.

Infoabend in der FBS**Mi 18.02.2026 | 18.30–20.00 Uhr**

Am Infoabend erhalten Sie vorab alle wichtigen Informationen zum Fastenprozess sowie eine Einkaufsliste und Rezepte.

Fastenwoche in der FBS (Mo–Fr)**Mo 23.03.2026 | 09.00–11.15 Uhr****Treffpunkt außerhalb****Di 24.02.2026 | 09.00–11.15 Uhr****Mi 25.02.2026 | 09.00–11.15 Uhr****Do 26.02.2026 | 09.00–11.15 Uhr****Treffen in der FBS****Fr 27.02.2026 | 09.00–11.15 Uhr**

Andrea Wichterich, Dipl. Heilpädagogin,
Heilpraktikerin, Yogalehrerin
69,00 € | 6 x = 17 UStd.

Ort: Kath. Familienbildungsstätte
Laurentiusstraße 4–12 | 51465 Bergisch Gladbach

Veranstaltungs-Nr. 2662660030

> GESUNDHEIT / BEWEGUNG UND ENTSPANNUNG

Pilates

»Pilates ist eine wunderbare Möglichkeit, um Körper und Geist in Einklang zu bringen«

Joseph H. Pilates (1883–1967)

Pilates ist ein ganzheitliches Körpertraining, bei dem vor allem die tiefliegende Muskulatur des Rückens und der Körpermitte angesprochen werden, die besonders für eine gute und gesunde Haltung wichtig ist.

Durch bewusstes Atmen und die optimale Ausrichtung der einzelnen Körperteile zueinander werden eine gesunde Körperhaltung, anmutige Bewegungsabläufe im Alltag, wie auch eine Verbesserung von Kondition und Bewegungskoordination angestrebt. Ziel des Trainings ist ein harmonisches Verhältnis von Kraft und Flexibilität, was durch kontrollierte und präzise Ausführung der Übungen erreicht wird.



Foto: wavebreakmedia/shutterstock.com

Tamara Sprinz, Tanzpädagogin, Pilates-Trainerin
124,20 € | 22 x = 22 UStd.
Ort: Kath. Familienbildungsstätte
Laurentiusstraße 4–12 | 51465 Bergisch Gladbach

Mo 12.01. – 06.07.2026 | 09.45–10.45 Uhr
Veranstaltungs-Nr. 2662660018

Mo 12.01. – 06.07.2026 | 11.00–12.00 Uhr
Veranstaltungs-Nr. 2662660019

> GESUNDHEIT / BEWEGUNG UND ENTSPANNUNG

Faszien in Bewegung – Pilates im Flow!

Workshop

Das ausgewogene Pilates-Faszientraining löst nachhaltig Verspannungen und schult das Körperbewusstsein.

Faszien lieben Bewegung und leben von ihr. Sie benötigen unterschiedliche Reize, um gleitfähig und belastbar zu sein. Raumgreifende und formgebende Bewegungen rücken die Selbstwahrnehmung, Achtsamkeit und Besonnenheit in den Vordergrund.

Pilates im Flow heißt Bewegungen harmonisch fließen lassen und ganz mit dem Moment eins werden.

Sa 28.02.2026 | 09.30–12.30 Uhr

Tamara Sprinz, Tanzpädagogin, Pilates-Trainerin
21,00 € | 1 x = 4 UStd.
Ort: Kath. Familienbildungsstätte
Laurentiusstraße 4–12 | 51465 Bergisch Gladbach
Veranstaltungs-Nr. 2662660043

Yoga

Durch Yoga findet eine Harmonisierung von Körper, Seele und Geist durch das Praktizieren der Körperhaltungen, Meditation und Atembetrachtung statt. Stressbedingte und psychosomatische Beschwerden, wie Magenprobleme, Rückenschmerzen, Neurodermitis oder Schlafstörungen können durch regelmäßige Praxis gelindert werden. Über die Körperarbeit und die bewusst erlebte An- und Entspannung gelangen Botschaften über die Muskulatur ins vegetative Nervensystem. Durch die Atemübungen wird der Geist ruhiger. In der Meditation erfahren wir Klarheit und Konzentration und finden somit einen Weg zu uns selbst.

Andrea Wichterich, Yogalehrerin
185,00 € | 22 x = 44 UStd.
Ort: Kath. Familienbildungsstätte
Laurentiusstraße 4–12 | 51465 Bergisch Gladbach

Mo 12.01. – 06.07.2026 | 16.30–18.00 Uhr
Veranstaltungs-Nr. 2662660035

Mo 12.01. – 06.07.2026 | 18.15–19.45 Uhr
Veranstaltungs-Nr. 2662660036

> GESUNDHEIT / BEWEGUNG UND ENTSPANNUNG

Sanftes Yoga

Diese sanfte Bewegungsaktivität ist eine angepasste Form des Yogas, welches auf die körperlichen Bedürfnisse für Menschen im fortgeschrittenen Alter abgestimmt ist.

Es werden behutsame Haltungen (Asanas), Atemübungen und Entspannungstechniken erlernt und kombiniert, um die Beweglichkeit, Kraft und das Gleichgewicht zu verbessern, den Stress des Alltags abzubauen und ein Gefühl der inneren Ruhe zu fördern.

Do 19.02. – 07.05.2026 | 10.30 – 11.30 Uhr

Astrid Lindbüchl, Yoga-Lehrerin

56,00 € | 10 x = 10 UStd.

Ort: Kath. Familienbildungsstätte

Laurentiusstraße 4–12 | 51465 Bergisch Gladbach

Veranstaltungs-Nr. 2662660053

Yoga

Harmonie für Körper, Geist und Seele

Dieser Kurs hilft Ihnen, zu entspannen und sich mit neuer Kraft und Positivität aufzuladen. Sie praktizieren Yogastellungen im Bereich Anfang bis Mittelstufe und können Ihren Vorkenntnissen und individuellen Bedürfnissen entsprechend üben. Die Muskeln werden gestärkt, der Kreislauf aktiviert, Sehnen und Gelenke werden gedehnt und gekräftigt.

Die Yogastunde ist abgerundet durch energetisierende und beruhigende Atemübungen sowie Tiefenentspannung. Sie lernen Übungen und Fähigkeiten, die Sie in Ihrem Alltag integrieren können, um neue Kraft und Energie zu schöpfen.

Do 15.01. – 25.06.2026 | 17.45 – 19.15 Uhr

Detlef Lippert, Yogalehrer

160,00 € | 19 x = 38 UStd.

Ort: Kath. Familienbildungsstätte

Laurentiusstraße 4–12 | 51465 Bergisch Gladbach

Veranstaltungs-Nr. 2662660048

> GESUNDHEIT / BEWEGUNG UND ENTSPANNUNG

Gymnastik und Körperbildung für Frauen

Es findet ein gezieltes Workout-Training für den gesamten Körper statt, mit dem Ziel, das Bindegewebe zu straffen, die Muskulatur zu stärken, Ihre Kraftausdauer und Körperhaltung zu verbessern. Auch einige Übungen aus dem Pilates-Training werden verwendet, um die Beweglichkeit und Koordination zu fördern. Eine abschließende Stretching-Einheit beugt muskulären Verkürzungen und Verspannungen vor.

Karina Ristic, Dipl. Sozialarbeiterin, Fitnesstrainerin

Ort: Kath. Familienbildungsstätte

Laurentiusstraße 4–12 | 51465 Bergisch Gladbach

Di 13.01. – 07.07.2026 | 18.00 – 19.00 Uhr

104,00 € | 22 x = 22 UStd.

Veranstaltungs-Nr. 2662660044

Di 13.01. – 07.07.2026 | 19.15 – 20.30 Uhr

128,00 € | 22 x = 22 UStd.

Veranstaltungs-Nr. 2662660045

Gymnastik und Bewegungsschulung

Mit Spielen, Gymnastik, Turnen und Tanzen wollen wir uns von Kopf bis Fuß bewegen und unserem Körper etwas Gutes tun. Entspannungsübungen sollen für Ausgleich und innere Ruhe sorgen. Die Übungen, Spiele und Tänze werden den unterschiedlichen Fähigkeiten und Möglichkeiten der einzelnen Teilnehmer/innen angepasst.

Jede/r Einzelne innerhalb der Gruppe kann seine Beweglichkeit fördern und sich entfalten. Diese Erfahrung wirkt sich in Beziehungen mit anderen Mitmenschen und in der Familie aus, der Umgang mit Einschränkungen wird positiv beeinflusst, das Gespräch in der Gruppe trägt zum Gelingen bei.

Mi 18.02. – 20.05.2026 | 18.30 – 19.15 Uhr

Erika Hambüchen, Übungsleiterin

37,00 € | 12 x = 12 UStd.

Ort: Kath. Familienbildungsstätte

Laurentiusstraße 4–12 | 51465 Bergisch Gladbach

Veranstaltungs-Nr. 2662660046

> GESUNDHEIT / BEWEGUNG UND ENTSPANNUNG

Fit ab 55 – Gymnastik am Morgen

Körperliche, geistige und soziale Aktivitäten sind eine Grundvoraussetzung für ein gesundes Älterwerden.

Viel Bewegung, Entspannung und Informationen zu aktuellen Themen ergänzen sich zu einem gesundheitsfördernden Kurs. Die Bewegung steht hier im Mittelpunkt, der Austausch in der Gruppe fördert das soziale Miteinander sodass die Umsetzung im Alltag gelingen kann.

Do 22.01. – 28.05.2026 | 09.00 – 10.00 Uhr

Astrid Lindbüchl, Yoga-Lehrerin
84,00 € | 15 x = 15 UStd.

Ort: Kath. Familienbildungsstätte

Laurentiusstraße 4–12 | 51465 Bergisch Gladbach

Veranstaltungs-Nr. 2662660052



Gymnastik und Bewegungsschulung für einen beschwerdefreien Rücken

Männer und Frauen zwischen dem Berufs- und Familienalltag gönnen sich nur kurze Zeiten der Erholung und Stärkung. Häufige Folgen dieser Doppelbelastung sind Rücken- und Kopfschmerzen.

Mit praktischen Übungen und den entsprechenden Anleitungen für zu Hause kann diesen Folgen entgegen gewirkt werden. Rücken und Wirbelsäule werden gestärkt und durch Entspannungsübungen Stress abgebaut.

Do 15.01. – 26.03.2026 | 19.30 – 21.00 Uhr

Dr. Thomas Kleiner, Übungsleiter

58,00 € | 10 x = 20 UStd.

Ort: Kath. Familienbildungsstätte

Laurentiusstraße 4–12 | 51465 Bergisch Gladbach

Veranstaltungs-Nr. 2662660033

Foto: Hong Vo/shutterstock.com

> GESUNDHEIT / BEWEGUNG UND ENTSPANNUNG

Rückenschule für Seniorinnen und Senioren

Senioren und Seniorinnen treffen sich, um aktiv und gesund zu bleiben.

Durch gezielte Übungen zur Vorbeugung bzw. zur Reduzierung von Rückenbeschwerden, wird die Beweglichkeit und Koordination bis ins hohe Alter gefördert. Angeboten werden kräftigende Übungen für Rücken-, Bauch- und Gesäßmuskulatur zur Stabilisierung der Wirbelsäule, Entspannungsübungen runden die Kursstunde ab.

Im Dialog miteinander werden Grenzen und Möglichkeiten wahrgenommen.

Fr 16.01. – 27.03.2026 | 09.30 – 11.00 Uhr

Dr. Thomas Kleiner, Übungsleiter

58,00 € | 10 x = 20 UStd.

Ort: Kath. Familienbildungsstätte

Laurentiusstraße 4–12 | 51465 Bergisch Gladbach

Veranstaltungs-Nr. 2662660034

Hula Hoop Workshop

Für Neueinsteiger/innen

Hula Hoop ist nicht einfach nur ein Reifen oder ein Spielzeug aus Kinderzeiten. Hula Hoop ist ein entspanntes Fitness-Einsteiger/innen-Training für Alle. Mit der richtigen Technik trainiert es die Bauchmuskeln, die Taille, den Rücken, das Gesäß und den Beckenboden. Ganz nebenbei macht es gute Laune und mental fit durch Spaß an der Bewegung. Unser Workshop zeigt, wie man den Reifen vielfältig gekonnt auf den Hüften kreisen lassen, und mit Musik das Ganze zu seinem persönlichen Fitness-Programm zu Hause weiter entwickeln kann.

Bitte gerne mitbringen

- Ihren eigenen Hula Hoop Reifen

Sa 09.05.2026 | 10.00 – 12.15 Uhr

Simone Bongen, Übungsleiterin, Pilates-Trainerin
13,00 € | 1 x = 3 UStd.

Ort: Kath. Familienbildungsstätte

Laurentiusstraße 4–12 | 51465 Bergisch Gladbach

Veranstaltungs-Nr. 2662660023



Foto: pogonici/shutterstock.com

GLAUBE – SINN – WERTE

Leben in der Familie heißt auch, sich den existentiellen Fragen des Lebens stellen zu müssen. Was trägt uns? Was ist uns wertvoll? Was gibt unserem Leben Sinn? Gerade Kinder verstehen es oft meisterhaft, wie aus heiterem Himmel die großen Lebensthemen anzusprechen. Das ist herausfordernd – und eine Chance. Unsere Angebote behandeln die verschiedenen Aspekte menschlicher Sinnsuche. Zudem unterstützen sie Eltern dabei, Orientierung zu geben, immer mit Blick auf die individuelle Situation der Familien

> GLAUBE – SINN – WERTE

Eine Krippe im Bergischen Land – für Hund und Katz ist auch noch Platz

Krippenführung für Eltern und/oder Großeltern mit Kindern im Vorschul- und Grundschulalter

Seit der Weihnacht des Jahres 1223, als Franziskus angefangen hat mit einer Krippe im Wald von Greccio, hat es unzählige Versuche gegeben, das Weihnachtsgeschehen nachzustellen.

Jede Krippe ist anders. In der Pfarrkirche Sankt Severin in Bergisch Gladbach haben sich die Krippenbauer überlegt, wie es gewesen wäre, wenn Jesus im Bergischen Land geboren wäre. Ganz ideenreich gestalten sie seit Jahren die Krippe für ihre Kirche. Was haben die Gänse von Gut Schiff hier zu suchen?

Die Strunde erzählt viele Geschichten und hat die Stadt Bergisch Gladbach geprägt, die Kirchen des Pfarrverbandes Lerbach – Strunde und die Rochuskapelle. Unzählige Geschichten und Dinge gibt es hier zu entdecken und zu erzählen. Sie sind eingeladen, Weihnachten in ihrer Heimat zu entdecken.



Fotografat/shutterstock.com

So 04.01.2026 | 15.00–16.30 Uhr

Maria Kley-Auerswald, Montessori-Pädagogin
7,50 € (1 Erwachsener mit Kind(er), jede weitere Person 6,00 € | 1 x = 2 UStd.

Ort: Treffpunkt St. Severin, Sand
Herkenrather Straße 8 | 51465 Bergisch Gladbach

Veranstaltungs-Nr. 2662670001

.....

> GLAUBE – SINN – WERTE

Mit Pasquarella, der Geschichtenraupe, auf dem Weg nach Ostern

Für Eltern und Großeltern, Kindertagespflegepersonen und alle, die mit jungen Kindern arbeiten

Ostereier suchen, Hasen, Küken. Mehr brauchen junge Kinder nicht zu Ostern oder vielleicht doch? Junge Kinder sind sensibel für Dinge, die hinter den Dingen stehen. Ostern als Fest des Lebens zu erspüren, dabei kann Pasquarella helfen. Sie ist eine Geschichtenerzählerin. Ihre vielen bunten Perlen verbergen Geschichten und führen die Kinder behutsam nach Ostern. Dann geschieht etwas Besonderes, Pasquarella verwandelt sich in einen bunten Schmetterling. Geschichten, Bewegung und Singen sind Elemente, die jungen Kindern ein Stück des Ostergeheimnisses vermitteln: Gott liebt die Menschen und hat uns die Natur geschenkt – den Frühling mit der Gewissheit des Neubeginns und des Lebens.

Mi 11.03.2026 | 18.30–21.45 Uhr

Maria Kley-Auerswald, Montessori-Pädagogin
19,00 € | 1 x = 4 UStd.

Ort: Kath. Familienbildungsstätte
Laurentiusstraße 4–12 | 51465 Bergisch Gladbach

Veranstaltungs-Nr. 2662670003

.....

»Das Osterküken«

Bilderbuch-Erzähltheater für Eltern mit ihren Kindern von 3 bis 8 Jahren

Das Osterküken von Henne Hilde möchte unbedingt an Ostersonntag schlüpfen. Doch wann genau ist Ostern? Auf der Suche nach der Antwort, begleiten wir Henne Hilde mit Liedern durch die fröhlich-bunte Ostergeschichte. Danach basteln wir gemeinsam für das Osterfest.

Fr 27.03.2026 | 16.00–17.30 Uhr

Christina Steinbüchel, Sozialarbeiterin B.A.
10,00 € | 1 x = 2 UStd.

Ort: Kath. Familienbildungsstätte
Laurentiusstraße 4–12 | 51465 Bergisch Gladbach

Veranstaltungs-Nr. 2662670004

.....

> GLAUBE – SINN – WERTE

Auf dem Weg sein

Pilgern – Impulse – Kraft schöpfen

Eine Etappe dieses Jakobsweges rund um Altenberg wollen wir gemeinsam gehen. Auf geistigen und spirituellen Wegen wandern. Uns Zeit nehmen und von Impulsen, Texten, Musik inspirieren lassen. Start- und Zielpunkt ist das ehemalige Zisterzienser Kloster Altenberg.

Der Altenberg Dorn, der »kleine Bruder« des Kölner Doms bietet spirituelle Kraftquellen, Legenden, Impulse, die Mut machen und das »Geheimnis der weißen Rose«. Entlang der Dhünn und dem Eifgenbach geht es weiter in einem einzigartigen Naturraum.

Es erwartet Sie

- Ein Tag, um Kraft zu schöpfen und den eigenen Mittelpunkt wieder zu finden
- Ein Tag der Ruhe und des Miteinanders
- Ein Tag zum Genießen der Natur
- Ein Tag, der Impulse für die Arbeit mit Kindern und deren Eltern bietet.

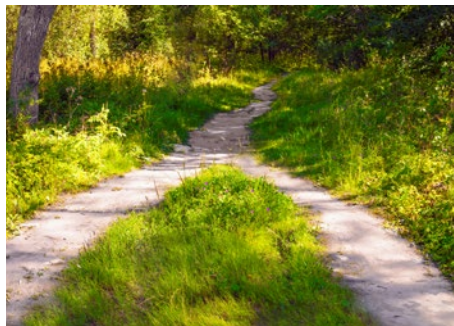


Foto: Master Hands/shutterstock.com

Wanderstrecke etwa 10 bis 12 km, bitte an gutes Schuhwerk (Wanderschuhe) und geeignete Kleidung denken. Wir machen kleine Pausen, dazu ein kleines Picknick mitbringen. Zum Abschluss besteht die Möglichkeit der Einkehr in einer Gaststätte.

So 19.04.2026 | 10.00 – 15.00 Uhr

Maria Kley-Auerswald, Montessori-Pädagogin

26,00 € | 1 x = 6 UStd.

Ort: Altenberger Dorn

Eugen-Heinrich-Platz 2 | 51519 Odenthal

Veranstaltungs-Nr. 2662740007

> GLAUBE – SINN – WERTE

Fülle. Schreiben von Weniger und Mehr.

Eine kreativ-biographische Schreibwerkstatt via Zoom



An diesem Samstag im Mai widmen wir uns schreibend dem, was unser Leben (er)füllt, wovon wir viel haben, wovon wir uns weniger wünschen, wovon wir gern mehr hätten. Dazu werfen wir Worte in die Waagschale und wagen ein paar Fragen: Was brauchen wir wirklich? Wann ist weniger mehr? Was ist uns von Wert? Wir schreiben über Kram und Krempel, suchen nach Reichtum und Raritäten, verkürzen und verdichten, lassen Leerstellen und schaffen Raum für Mehr.

Dabei üben wir uns im Genügen. Perfektion hat mal Pause. Was zählt, ist das, was wir zu erzählen haben. Unsere Geschichten. Jede einzelne: wertvoll! Anregungen des kreativen und biographischen Schreibens legen uns Spuren zu uns selbst. Inspiration finden wir in Handtaschen und Kleiderschränken, beim Blick in den Kalender, aus dem Fenster und ins eigene Herz. Individuell gestaltete Schreibzeit wechselt sich ab mit Gelegenheiten, in denen wir uns in der Gruppe digital begegnen und miteinander teilen, was geteilt werden will.

Vorab bekommen alle Teilnehmenden ein kleines Päckchen mit Materialien zugeschickt, das den digitalen Schreibtag analog ergänzt. Willkommen, dabei zu sein!

Referentin: Hanna Buiting, geboren 1992 in Essen, arbeitet nach ihrem Studium der Literatur- und Religionswissenschaft, einer Journalistenausbildung und einer Weiterbildung zur Schreibtherapeutin heute als freie Autorin und Referentin für kreatives und biographisches Schreiben. Ihre Liebe zu Worten gibt sie in ihren besonderen Schreibwerkstätten an andere weiter und eröffnet Räume, um schreibend der eigenen Lebensgeschichte auf die Spur kommen. Gemeinsam mit Mann und Tochter lebt sie im Bergischen Land.

Sa 09.05.2026 | 10.00 – 17.00 UhrHanna Buiting, Autorin, Journalistin
121,00 € inkl. Materialumlage | 1 x = 8 UStd.**Veranstaltungs-Nr. 2662740009****Online-Veranstaltung**

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



Foto: Peter Bernik/shutterstock.com

EHE UND PARTNERSCHAFT

Paare sind heutzutage mehr denn je gefordert, ihre Wünsche an das Beziehungsleben gleichberechtigt zu formulieren und in Übereinstimmung zu bringen. Welche Werte sind bindend? Soll ein traditionelles oder ein moderneres, flexibles Rollenmodell gelten? Wie viel Freiheit ist erlaubt? Und wie lassen sich die oft unterschiedlichen Vorstellungen in ein nachhaltiges Gleichgewicht bringen? Unser Bildungsangebot liefert Anregungen, wie sich Paargespräche führen lassen – und wie gemeinsames Erleben möglich wird, die Basis von gelungenen Beziehungen.

> ANgebote für Paare

Elternfrühstück

Eltern sein – Paar sein

Basismodul: Familie in Balance

»Gute, ausgeglichene Eltern zu sein, ist nicht unmöglich. Eltern müssen nur besonders geschickt und achtsam in Familienbeziehungen sein, um ihr eigenes Selbst zu bewahren und die eheliche Beziehung am Leben zu erhalten.«

Virginia Satir

Wenn Kinder kommen, ändert sich vieles im Leben eines Paares. Viele Lebensbereiche müssen neu organisiert und gestaltet werden. Zeit wird zu einem knappen Gut. Wie dies gelingen kann, wird Thema des Seminars sein. Ebenso die Frage, was Bindung schafft und wie Sie Ressourcen Ihrer Liebe reaktivieren können, damit Ihre Familie in Balance bleibt. Eingeladen sind Paare, die bislang noch kein Elternfrühstück besucht haben.



Foto: Alexandra Anschitz/shutterstock.com

Sa 28.02.2026 | 09.30 – 12.30 Uhr

Sigrun Benner, Monika Schell,
Ehe-, Familien- und Lebensberaterinnen

25,00 € pro Paar einschl. Frühstück

und Kinderbetreuung | 1 x = 4 UStd.

Ort: Kath. Familienbildungsstätte
Laurentiusstraße 4–12 | 51465 Bergisch Gladbach

Veranstaltungs-Nr. 2662640004

Mit Kinderbetreuung!



In Zusammenarbeit mit der Ehe-, Familien- und
Lebensberatungsstelle (EFL)

> ANgebote für Paare

Ich bin, wie ich bin.

Wie prägt die Herkunftsfamilie mein Leben
und beeinflusst meine Partnerschaft und mein
Elternsein?

Ich bin, wie ich bin, weil ich im Laufe meines Lebens
viele verschiedene Erfahrungen gemacht habe.
Vorlieben, Haltungen, Abneigungen, Gewohnheiten,
Überzeugungen, Marotten sind nicht einfach da. Sie
entwickeln sich.

Einen wesentlichen Anteil daran hat die Herkunftsfamilie. Die Prägungen der Kindheit tragen wir mit uns wie einen unsichtbaren Rucksack.

In diesem Seminar wollen wir einen tiefen Blick auf
die Prägungen der Herkunftsfamilie werfen. Denn
diese beeinflussen nicht nur unsere eigene Wahrnehmung und unsere Handlungen, sondern auch die Art und Weise, wie wir in Beziehungen agieren.

Das Seminar richtet sich an alle Paare, die mehr
über die Einflüsse der Herkunftsfamilie auf ihr Leben
und ihre Beziehungen erfahren möchten. Besonders hilfreich für alle, die ihre Partnerschaft und ihr Elternsein bewusster gestalten wollen.

An diesem Abend wollen wir

- Verstehen, wie unsere Kindheitserfahrungen unser heutiges Leben und unsere Partnerschaft prägen.
- Erkennen, welche »unsichtbaren Rucksäcke« wir mit uns tragen und wie diese uns manchmal im Weg stehen können.
- Neue Perspektiven gewinnen, um bewusstere Entscheidungen in Partnerschaften zu treffen und alte Muster zu hinterfragen.
- Reflektieren, wie wir uns selbst und unsere Beziehungen weiterentwickeln können, ohne die Belastungen aus der Vergangenheit mit uns zu schleppen.

Die Inhalte des Seminars werden durch eine abwechslungsreiche methodische Gestaltung vermittelt, in Paararbeit, im Austausch in der Gruppe und in Einzelarbeit.

Di 24.02.2026 | 19.00 – 21.15 Uhr

Monika Schell, Nina Tackenberg,
Ehe-, Familien- und Lebensberaterinnen
12,00 € pro Paar | 1 x = 3 UStd.

Ort: Kath. Familienbildungsstätte
Laurentiusstraße 4–12 | 51465 Bergisch Gladbach

Veranstaltungs-Nr. 2662640002

> ANGEBOTE FÜR PAARE

**Das machen wir doch richtig gut!
Oder?**

Warum wir uns in unserer Rolle als Paar und Eltern immer wieder verunsichern lassen

»Perfekte Eltern« – wer von uns strebt nicht danach, in dieser Rolle immer alles richtig zu machen? Aber warum fühlen wir uns so oft unsicher und hinterfragen unser Handeln? Muss es wirklich keine Fehler geben, um als Eltern gut zu sein?

An diesem Abend möchten wir uns bewusst mit dem Thema Begrenztheit auseinandersetzen. Wir gehen der Frage nach, woher die Vorstellung kommt, als Eltern perfekt zu sein, und was unser Bauchgefühl damit zu tun hat. Wir werfen einen Blick darauf, wie wir mit unseren Grenzen und Schwächen umgehen können – nicht um sie zu verdrängen, sondern um daraus Stärke zu ziehen.

Das Seminar richtet sich an alle, die ihre Rolle als Eltern und Paar reflektieren möchten – ganz gleich, ob Sie bereits Elternteil sind oder in einer Partnerschaft leben

Gemeinsam wollen wir

- Begrenztheit als Realität anerkennen und verstehen, wie wir damit umgehen können.
- Einen milden Blick auf uns selbst und unser Elternsein entwickeln.
- Mut aufbringen, uns mit den schmerzhaften Momenten auseinanderzusetzen.
- Lernen, zu schätzen, was bereits gut läuft und wie wir das nutzen können.

Das Seminar lebt von einem abwechslungsreichen methodischen Zugang: in Paararbeit, im Austausch in der Gruppe und in Einzelarbeit.

Es geht nicht darum, perfekt zu sein, sondern darum, die Chancen zu entdecken, die in der Akzeptanz von Unvollkommenheit liegen.

Di 10.03.2026 | 19.00 – 21.15 Uhr

Monika Schell, Nina Tackenberg,
Ehe-, Familien- und Lebensberaterinnen
12,00 € pro Paar | 1 x = 3 UStd.

Ort: Kath. Familienbildungsstätte
Laurentiusstraße 4–12 | 51465 Bergisch Gladbach

Veranstaltungs-Nr. 2662640003

> EFL



Katholische
Ehe-, Familien-
und Lebensberatung
Bergisch Gladbach

Informationen | Anmeldung

Kath. Ehe-, Familien- und Lebensberatungsstelle
Hauptstr. 227 | 51465 Bergisch Gladbach
Telefon 02202 34918
E-Mail info@efl-bergisch-gladbach.de

Ein KICK mehr Partnerschaft

Konstruktive Ehe und Kommunikation (KEK)
Gesprächstraining für Paare –
KEK-Kompakt-Kurs

Das Geheimnis zufriedener Paare ist das Gespräch. Wünsche mitteilen, Meinungsverschiedenheiten klären, den Alltag gemeinsam verbringen – nichts geht, ohne miteinander zu reden. Wie Partner miteinander sprechen, beeinflusst maßgeblich ihre Beziehung. Gut miteinander reden ist lernbar! Das Training richtet sich an Paare, die bereits in einer mehrjährigen Ehe bzw. Partnerschaft leben und ihre Kommunikation verbessern wollen. Das Programm vermittelt grundlegende Gesprächs- und Problemlösungsfertigkeiten.

Fr 24.04.2026 | 17.00 – 20.30 Uhr**Sa 25.04.2026 | 10.00 – 17.00 Uhr****So 26.04.2026 | 09.30 – 13.00 Uhr**

Sigrun Benner, Monika Schell,
Ehe-, Familien- und Lebensberaterinnen
Kosten pro Kurs: 240,00 € pro Paar
Ort: Kath. Beratungsstelle für Ehe-, Familien-
und Lebensfragen | Bergisch Gladbach

> EFL

Ein KICK mehr Partnerschaft

APL Gesprächstraining für Paare –
Auffrischkurs für Paare, die schon an einem
EPL- oder KEK-Kurs teilgenommen haben

Erinnern Sie sich noch an Ihren KEK Kurs?
Das Geheimnis zufriedener Paare ist das Gespräch:
Wünsche mitteilen, Meinungsverschiedenheiten
klären, den Alltag gemeinsam verbringen – nichts
geht, ohne miteinander zu reden. Wie Partner/innen
miteinander sprechen, beeinflusst maßgeblich ihre
Beziehung. Gut miteinander zu reden ist lernbar!

Im Auffrischkurs erwartet Sie:

- Wiederholung und Bewusstmachung der
Gesprächsregeln und der eigenen Erkenntnisse
aus dem KEK Kurs
- Impulse zur Selbstreflexion
- Absprache von »Notfallvereinbarungen«
- und die bewährten Paargespräche in Begleitung
der Trainer/-innen

Der APL Kurs wendet sich an Paare in mehrjähriger
Beziehung, die schon einen EPL- oder KEK Kurs
besucht haben und die Erkenntnisse vertiefen und
erweitern sowie im Alltag wieder wachrufen möch-
ten. Persönliche Themen besprechen die Paare nur
mit dem/der eigenen Partner/in, räumlich getrennt
von den anderen Paaren. Speziell ausgebildete
Kursleiter/innen begleiten und unterstützen das
Gespräch.

Information und verbindliche Anmeldung per Mail:
info@eefl-bergisch-gladbach.de (unter Angabe des
Namens, Adresse und Kontaktdaten)

Fr 27.02.2026 | 17.30 – 21.00 Uhr
Sa 28.02.2026 | 10.00 – 17.00 Uhr
So 01.03.2026 | 09.30 – 13.00 Uhr

Mathilde Miebach, Efl -Beraterin,
Kommunikationstrainerin
Vita Oliva, Kommunikationstrainerin
Kosten: 240,00 € pro Paar
Ort: Kath. Ehe-, Familien- und
Lebensberatungsstelle Bergisch Gladbach

Foto: ArtFamily/shutterstock.com





Foto: Brian A Jackson/shutterstock.com

PERSÖNLICHE ENTWICKLUNG

Das Wörtchen »ich« kann einem schier endlos zu denken geben. Wer bin ich? Wer könnte ich sein? Wann bin ich wirklich ich? Die Ausbildung von Identität ist ein Prozess, der nie endet und der in jeder Lebensphase neue Herausforderungen und Möglichkeiten mit sich bringt. Unsere Bildungsangebote vermitteln Kompetenzen, um achtsam mit sich selbst umzugehen. Sie helfen, den eigenen Lebensstil zu finden und Beziehungen zu Partnern und Kindern zu gestalten. Und sie regen an, aus dem Alltag auszuscheren und sich die Frage, was ein gelingendes Leben ist, immer wieder neu zu stellen.

> PERSÖNLICHE WEITERENTWICKLUNG

Lebensfreude und Glück

Empfehlungen gegen Sorgen, Stress und Ängste

Sowohl die momentan viele Menschen beunruhigende gesamtgesellschaftliche und wirtschaftliche Situation, als auch persönliche Sorgen und Ängste bergen die Gefahr in sich, die innere Balance zu verlieren, Dinge verzerrt, nicht realitätsgemäß zu sehen und damit die eigene Zuversicht und Lebensfreude zu unterlaufen.

Als Gegenpol zu dieser Haltung werden an diesem Abend auch auf praktischen Übungen basierende Hinweise zu einer realistischen und freudvolleren Sicht- und Lebensweise vorgestellt und in einem gemeinsamen Erfahrungsaustausch erarbeitet.

Do 26.02.2026 | 19.00 – 21.15 Uhr

Hannelore Gabor-Molitor, Dipl. Pädagogin,
Kommunikationstrainerin

18,00 € | 1 x = 3 UStd.

Ort: Kath. Familienbildungsstätte

Laurentiusstraße 4–12 | 51465 Bergisch Gladbach

Veranstaltungs-Nr. 2662740003

Konfliktfähigkeit, Schlagfertigkeit, Humor

Bausteine souveräner Kommunikation

Wesentliche erlernbare Fähigkeiten zur Konfliktlösung und Schlagfertigkeit angereichert mit einer Prise Humor als wertvollem »Kitt« gelingender Kommunikation bilden den Inhalt des Tagesseminars.

Situationsbeispiele aus dem beruflichen oder privaten Alltag der Teilnehmenden dienen als Ausgangspunkt zum Erwerb wichtiger Erkenntnisse im Hinblick auf eine erweiterte Verhaltensdimension mit dem Ziel einer zukünftig gelasseneren und souveränen Kommunikation.

Sa 28.02.2026 | 10.00 – 16.30 Uhr

Hannelore Gabor-Molitor, Dipl. Pädagogin,
Kommunikationstrainerin

48,00 € | 1 x = 8 UStd.

Ort: Kath. Familienbildungsstätte

Laurentiusstraße 4–12 | 51465 Bergisch Gladbach

Veranstaltungs-Nr. 2662740004

> PERSÖNLICHE WEITERENTWICKLUNG

»Freie Stickerei – Aufbruch ins Grüne«

Experimenteller Workshop

Zu Beginn des Frühlings widmen wir uns der hoffnungsfrohen Farbe Grün und begeben uns in Gedanken nach draußen in die wiedererwachende Natur: »Aufbruch ins Grüne« ist der eintägige Workshop überschrieben, in dem die Textilkünstlerin Nadja Hormisch zur Anwendung von freier Stickerei einlädt.

Die Kursteilnehmer/innen arbeiten mit Aquarellierungen, Collagetechniken und geeigneten Stickstichen an kleinen Werken, die viele unterschiedliche Grüntöne und vorfrühlingshafte Anmutungen beinhalten und die unverhohlene Vorfreude auf einen baldigen Neubeginn ausdrücken. Grün, die Farbe der Hoffnung, begleitet den innerlichen Aufbruch hin zu etwas Gutem, Hellen, Schönen. Entschleunigtes Arbeiten und kreatives In-sich-hineinhorchen fördert kunstvolle textile Bilder zu Tage. Es grünt so grün!

Vorkenntnisse sind nicht erforderlich.

Der Workshop ist sowohl für Anfänger/innen als auch für Fortgeschrittene geeignet.



Foto: Nadja Hormisch

Bitte mitbringen

Näh- und/oder Stickgarne (auch grüne!), Sticknadeln, Schere, kleine grüne Lieblings-Stoffstückchen, schöne grüne Papierschnipsel, evtl. kleine Ästchen oder andere Materialien aus der Natur, Klebestift. Blatt und Stift für Notizen.

Sa 07.03.2026 | 11.00 – 17.30 Uhr

Nadja Hormisch, Textilkünstlerin

49,00 € | 1 x = 8 UStd.

Ort: Kath. Familienbildungsstätte

Laurentiusstraße 4–12 | 51465 Bergisch Gladbach

Veranstaltungs-Nr. 2662660015

> PERSÖNLICHE WEITERENTWICKLUNG

Nach dem Arbeitsleben eine neue Balance finden

Zuversicht für die neue Lebensphase

Durch den Eintritt in den Ruhestand ergibt sich für viele Menschen eine gravierende Zäsur, da die häufig identitätsbildende und zentrale Bedeutung der eigenen Arbeit für die einzelne Person wegfällt. Der entstehende neue Freiraum kann ambivalente Gefühle hervorrufen, wie z. B. einerseits Freude über die neu gewonnene Freiheit und andererseits Angst vor dem Fall ins Leere.

Wie gelingt die Umstellung von der Erwerbstätigkeit in die neue Lebensphase? Wodurch kann die Lebenszufriedenheit aufrecht erhalten bleiben und eine Balance im Leben wieder hergestellt werden?

Mo 09.03.2026 | 19.00 – 21.15 Uhr

Hannelore Gabor-Molitor, Dipl. Pädagogin,
Kommunikationstrainerin

18,00 € | 1 x = 3 UStd.

Ort: Kath. Familienbildungsstätte
Laurentiusstraße 4–12 | 51465 Bergisch Gladbach

Veranstaltungs-Nr. 2662740001

»Schütze das Gute in dir bei allem, was du tust«

Die Kunst, gute Entscheidungen zu treffen

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

Sa 21.03.2026 | 10.00 – 15.00 Uhr

Ulrike Quillmann, Dipl. Sozialpädagogin

36,00 € | 1 x = 6 UStd.

Ort: Kath. Familienbildungsstätte
Laurentiusstraße 4–12 | 51465 Bergisch Gladbach

Veranstaltungs-Nr. 2662740005

> PERSÖNLICHE WEITERENTWICKLUNG

Trauma und familiäre Beziehungen

Verborgene Dynamiken verstehen

Trauma ist ein weitreichender Begriff mit vielen Facetten. Insbesondere frühe Bindungsverletzungen, die unbewusst und nachhaltig unser Leben beeinflussen, zählen hierzu. Sie erfahren oft nicht die nötige Beachtung oder werden nicht erkannt.

Bindungs- und transgenerationale Traumata führen jedoch zu Kompensationsstrategien, die wir unbewusst ins Erwachsenenalter übernehmen.

Trauma entsteht häufig in Beziehungen, aber heilt auch dort – weshalb es sich lohnt, sich damit auseinanderzusetzen, auch um Beziehungsschwierigkeiten zu vermeiden. Besonders relevant ist dies, wenn wir eine Familie haben oder gründen wollen.

Der erste Schritt in der Trauma-Arbeit ist das Verstehen der eigenen Erfahrungen und Reaktionen.

In diesem Workshop sind Sie eingeladen die komplexen Zusammenhänge zwischen Trauma und Beziehungen zu verstehen und ihre Auswirkungen innerhalb der Familie zu erkunden



Foto: Jirsak/shutterstock.com

Sa 14.03.2026 | 09.00 – 13.15 Uhr

Nina Steckel, Zertifizierte Familientherapeutin,
Coach (DVNLP)

66,00 € | 1 x = 5 UStd.

Ort: Kath. Familienbildungsstätte
Laurentiusstraße 4–12 | 51465 Bergisch Gladbach

Veranstaltungs-Nr. 2662740008

> PERSÖNLICHE WEITERENTWICKLUNG

Ich mag mich so, wie ich bin!

Die sieben Säulen der Selbstwertstärkung –
Vitamine für die Seele

Selbstachtung statt Selbstzweifel – ein Kurs zur
Stärkung des Selbstwertgefühls

Ein gesundes Selbstwertgefühl ist der Schlüssel
zu einem erfüllten Leben. Es beeinflusst, wie wir
denken, fühlen, handeln – und wie wir mit anderen
in Beziehung treten.

In diesem Kurs entdecken wir die sieben Säulen
der Selbstwertstärkung und lernen, wie wir unser
Selbstbild positiv verändern können.

Mit spielerischen Methoden, kreativen Impulsen
und viel Freude nähern wir uns dem Thema Selbst-
wert. Ziel ist es, das eigene Selbstvertrauen zu
stärken, hinderliche Denkmuster zu erkennen und
neue Wege im Umgang mit Herausforderungen zu
finden.

Inhalte des Kurses

- Die 7 Säulen der Selbstwertstärkung
- Praktische Übungen zur Selbstreflexion
- Kreative Methoden zur Stärkung des
Selbstbildes
- Austausch und gegenseitige Unterstützung
in der Gruppe
- Impulse für mehr Selbstachtung im Alltag

Ein Seminar für alle, die ihr Selbstwertgefühl
stärken und sich selbst mit mehr Wertschätzung
begegnen möchten.

»Auch eine schwere Tür hat nur einen kleinen
Schlüssel nötig«
Charles Dickens

Do 16.04.2026 | 18.30 – 21.45 Uhr

Friederike Hepner-Ramm, Dipl. Sozialpädagogin,
Resilienzberaterin

21,00 € | 1 x = 4 UStd.

Ort: Kath. Familienbildungsstätte
Laurentiusstraße 4–12 | 51465 Bergisch Gladbach

Veranstaltungs-Nr. 2662740006

> PERSÖNLICHE WEITERENTWICKLUNG

Mit der eigenen Lebensgeschichte Freundschaft schließen

Wege zur Akzeptanz und Versöhnung

Die Lebensgeschichte eines jeden Menschen
besteht aus Höhen und Tiefen, Freuden und Enttäu-
schungen, realisierten und unerreicht gebliebenen
Wünschen und Zielen. Über das Erreichte freuen
wir uns, sind erleichtert oder sogar stolz. Das
Unerreichte, Unerledigte nagt an uns manchmal
viel länger als uns lieb ist und beeinträchtigt sowohl
die Selbstzufriedenheit als auch die Freude in der
Gegenwart sowie Zuversicht für die Zukunft.

Dabei gibt es durchaus eine wertvolle Seite an dem
vermeintlich unerfüllt Gebliebenen, die es gilt auf-
zuspüren ebenso wie einen Weg zur Versöhnung mit
der eigenen Lebensgeschichte zu finden.

Mo 20.04.2026 | 19.00 – 21.15 Uhr

Hannelore Gabor-Molitor, Dipl. Pädagogin,
Kommunikationstrainerin

18,00 € | 1 x = 3 UStd.

Ort: Kath. Familienbildungsstätte
Laurentiusstraße 4–12 | 51465 Bergisch Gladbach

Veranstaltungs-Nr. 2662740002



Foto: STILLPIX/shutterstock.com

> PERSÖNLICHE WEITERENTWICKLUNG

Fülle. Schreiben von Weniger und Mehr.

Eine kreativ-biographische Schreibwerkstatt via Zoom



An diesem Samstag im Mai widmen wir uns schreibend dem, was unser Leben (er)füllt, wovon wir viel haben, wovon wir uns weniger wünschen, wovon wir gern mehr hätten. Dazu werfen wir Worte in die Waagschale und wagen ein paar Fragen: Was brauchen wir wirklich? Wann ist weniger mehr? Was ist uns von Wert?

Wir schreiben über Kram und Krempel, suchen nach Reichtum und Raritäten, verkürzen und verdichten, lassen Leerstellen und schaffen Raum für Mehr. Dabei üben wir uns im Genügen. Perfektion hat mal Pause. Was zählt, ist das, was wir zu erzählen haben. Unsere Geschichten. Jede einzelne: wertvoll!

Anregungen des kreativen und biographischen Schreibens legen uns Spuren zu uns selbst. Inspiration finden wir in Handtaschen und Kleiderschränken, beim Blick in den Kalender, aus dem Fenster und ins eigene Herz. Individuell gestaltete Schreibzeit wechselt sich ab mit Gelegenheiten, in denen wir uns in der Gruppe digital begegnen und miteinander teilen, was geteilt werden will.

Vorab bekommen alle Teilnehmenden ein kleines Päckchen mit Materialien zugeschickt, das den digitalen Schreibtag analog ergänzt. Willkommen, dabei zu sein!

Referentin: Hanna Buiting, geboren 1992 in Essen, arbeitet nach ihrem Studium der Literatur- und Religionswissenschaft, einer Journalistenausbildung und einer Weiterbildung zur Schreibtherapeutin heute als freie Autorin und Referentin für kreatives und biographisches Schreiben. Ihre Liebe zu Worten gibt sie in ihren besonderen Schreibwerkstätten an andere weiter und eröffnet Räume, um schreibend der eigenen Lebensgeschichte auf die Spur kommen. Gemeinsam mit Mann und Tochter lebt sie im Bergischen Land.

Sa 09.05.2026 | 10.00–17.00 Uhr

Hanna Buiting, Autorin, Journalistin
121,00 € inkl. Umlage | 1 x = 8 UStd.

Veranstaltungs-Nr. 2662740009



Online-
Veranstaltung

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

> PERSÖNLICHE WEITERENTWICKLUNG

Älter werden: Die Fülle feiern, Neues wagen

Ein Seminar für neugierige Frauen ab 60 Jahren

Die Lebensphase ab 60 erleben die meisten Menschen auch als eine Zeit der starken Veränderung und Neu-/Umorientierung. In unserer Gesellschaft wird selten offen darüber gesprochen.

Das Seminar lädt dazu ein in angenehmer, leichter Atmosphäre festzuhalten, was uns im bisherigen Leben geprägt und getragen hat und das loszulassen, was nicht mehr passt.

Wer bin ich heute, was macht mich aus?
Was begeistert mich und treibt mich um?
Welche Rollen sehe ich für mich als Ältere?

Wir wollen uns stärken für das, was vor uns liegt und Mut fassen für den weiteren, neuen Weg. Ob in der Gruppe oder allein für mich, ob in Ruhe oder beim Gehen in der Natur: es gilt zu entdecken, was sich wandeln will!



Foto: Monster Zudio/shutterstock.com

Fr 19.06.2026 | 09.30–16.30 Uhr

Sa 20.06.2026 | 10.00–16.00 Uhr

Ellen Anders, Kommunikationswirtin und Trainerin
Alexandra Wachendorfer, Dipl. Pädagogin,
Systemische Coachin, Beraterin
160,00 € | 2 x = 15 UStd.

Ort: Kath. Familienbildungsstätte
Laurentiusstraße 4–12 | 51465 Bergisch Gladbach

Veranstaltungs-Nr. 2662750001



Foto: Smart Creative/shutterstock.com

QUIF – QUALIFIZIERUNG IN DER FAMILIENBILDUNGSSTÄTTE

Etwas Neues zu lernen, in einer sympathischen Gruppe und mit einem guten Lehrer oder Lehrerin, ist ein ungemein befriedigender Vorgang. Die Qualifizierungskurse der Familienbildungsstätte bereiten die Teilnehmenden auf neue Berufe vor, etwa in der Kindertagespflege oder der Betreuung im offenen Ganztage. Sie schaffen die Grundlagen, um sich zum Beispiel einer Freiwilligenarbeit widmen zu können oder geben weiterführende Impulse für die berufliche Praxis. Eile und Hektik haben in unseren Kursen keinen Platz. Sie sind häufig langfristig angelegt und geben den Teilnehmenden Zeit, sich mit den Themen vertraut zu machen. Am Ende einiger Kurse gibt es ein Zertifikat.

> WERTSCHÄTZENDE KOMMUNIKATION

Versteh mich doch!

Wertschätzende Kommunikation mit Kindern

Einführung in die gewaltfreie Kommunikation für Eltern und alle, die mit Kindern leben und arbeiten

Jede Begegnung mit (unseren) Kindern ist – bewusst oder unbewusst – durch Kommunikation geprägt! Unser persönliches »Kommunikationsverhalten« wirkt sich dabei nicht nur auf die zwischenmenschliche Beziehung aus, sondern auch auf das kindliche Selbst(wert)gefühl.

Gegenseitiges Verstehen – das Wahrnehmen gegenseitiger Bedürfnisse – ist somit nicht nur die Basis für ein respektvolles Miteinander, sondern auch für die Persönlichkeitsentfaltung der Kinder, die wir auf dem Weg ins Leben begleiten. Mit Hilfe der von Marshall Rosenberg entwickelten Methode der Gewaltfreien Kommunikation (GFK), können wir die Momente des Alltags nutzen, um neue Wege einer wertschätzenden Kommunikation mit Kindern zu erproben.

Grundaspekte der Gewaltfreien Kommunikation (GKF)

- Einfühlsam hören und verstehen, was das Kind wirklich braucht.
- Achtsam erkennen und in Worte fassen, worum es mir als Erziehendem wirklich geht
- Kommunikationsübungen/Impulse für den Lebensalltag.

Do 15.01. und 22.01.2026 | 18.00 – 21.15 Uhr
Merle Wieschhoff, M.A., Kommunikationstrainerin
42,00 € | 2 x = 8 UStd.

Veranstaltungs-Nr. 2662610001



**Online-
Veranstaltung**

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

> KINDERTAGESPFLEGE/MONTESSORI



GUT QUALIFIZIERT
FÜR DIE KINDERTAGESPFLEGE

Praxisbegleitung in der Kindertagespflege

Perspektivenwechsel –
Supervision und Fallbesprechung

Dieses Angebot richtet sich an Tagespflegepersonen, die ihre berufliche Kompetenz weiterentwickeln, ihren Tagespflegealltag reflektieren und sich unter fachlicher Leitung mit Kolleginnen und Kollegen austauschen möchten.

Tagespflegepersonen sind in der Regel auf sich alleine gestellt, so dass sich hier die Möglichkeit bietet, sachkompetenten Input und Rat zu holen, voneinander zu lernen und miteinander Lösungsvorschläge zu erarbeiten, die im Alltag hilfreich sind. Das Angebot unterstützt neue TP in der Festigung ihrer Selbstständigkeit und hilft Erfahrenen, immer wieder auch die Perspektive zu wechseln und neue Sichtweisen zu entwickeln. Es bietet Raum für individuelle Fallbesprechungen.

Fachlich begleitet wird das Angebot von Silke Pescher, Counselor grad. BVPPT, Dipl. Sozialpädagogin.

Wegen einer Kostenbeteiligung wenden Sie sich bitte an die Fachberatung Ihres Jugendamtes.

Mi 04.02. – 04.11.2026 | 19.00 – 21.15 Uhr
Silke Pescher, Dipl. Sozialpädagogin
115,00 € | 5 x = 15 UStd.

Veranstaltungs-Nr. 2662250003



**Online-
Veranstaltung**

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

> KINDERTAGESPFLEGE/MONTESSORI

Sandküche – Ein lebendiges Spielangebot für Kinder ab 1,5 Jahren

Fortbildung für Eltern-Kind KursleiterInnen und Tagespflegepersonen

Idee und Ursprung der Sandküche ist das STRAND-GUT in Berlin, ein besonderer Spielraum. Während der Fortbildung wird die Sandküche im Sinne von Ute Strub nicht nur theoretisch kennengelernt, sondern auch praktisch erfahren. Es gibt eine ausführliche Anleitung zum Aufbau, zur Durchführung und zur Begleitung der Sandküche. Mit wenigen Mitteln lässt sich ein attraktiver und lebensnaher Spielort für Kinder gestalten.

Sa 21.02.2026 | 09.00 – 16.30 Uhr | Präsenz
Mi 20.05.2026 | 18.00 – 20.15 Uhr | online

Renate Niemiec, Pikler®-Pädagogin
 72,00 € | 2 x = 11 UStd.

Ort: Kath. Familienbildungsstätte
 Laurentiusstraße 4–12 | 51465 Bergisch Gladbach

Veranstaltungs-Nr. 2662250012



**Blended Learning
Veranstaltung**

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

Wenn die erste Spur entsteht – Kleinstkinder und ihre Malentwicklung

Seminar für Kindertagespflege und andere pädagogische Arbeitsfelder

Wenn ein Kleinstkind zum ersten Mal zum Stift greift, geschieht weit mehr, als es auf den ersten Blick erscheint. Das Malen ist dabei kein »Gestalten von Bildern«, sondern ein elementares Ausdrucksbedürfnis. Der Workshop – mit Impulsen aus der Neurobiologie, der frühkindlichen Entwicklung und den Erkenntnissen von Arno Stern – untersucht: Was passiert, wenn ein Kind seine ersten Spuren zieht? Warum geht es dabei nicht um das Ergebnis, sondern um das Erleben? Und wie können Erwachsenen diesen Prozess begleiten? Abgerundet wird der Tag durch das Herstellen eigener Farben und den Austausch über Materialien und die Aufbewahrung der gemalten Blätter – ganz praktisch und mit Raum für Fragen und eigene Beobachtungen.

Sa 28.03.2026 | 09.30 – 16.30 Uhr

Darja Nabersberg, MA. Psychologie, Lehrerin
 48,00 € | 1 x = 8 UStd.

Ort: Kath. Familienbildungsstätte
 Laurentiusstraße 4–12 | 51465 Bergisch Gladbach

Veranstaltungs-Nr. 2662250005

> KINDERTAGESPFLEGE/MONTESSORI

Zwischen Sprachen und Kulturen – Mehrsprachigkeit und interkulturelle Bildung

Spracherwerb und Mehrsprachigkeit
 in der Kindertagespflege

Wenn Kinder mit mehreren Sprachen aufwachsen, geschieht in ihrem Kopf Erstaunliches: Ihr Gehirn verknüpft Klänge, Bedeutungen und Erfahrungen – Sprache entsteht im Tun, im Spiel, im Zusammensein.

Im Sinne des § 19 KiBiz NRW wird Mehrsprachigkeit als wertvolle Ressource verstanden und interkulturelle Bildung als Teil des pädagogischen Alltags – nicht als Zusatz, sondern als gelebte Haltung.

In diesem praxisnahen Workshop erkunden wir gemeinsam

- Wie Sprache und Mehrsprachigkeit bei Kleinst- und Kleinkindern entstehen
- Was Kinder brauchen, um Sprache zu entwickeln – emotional, neurologisch und sozial
- Wie Kindertagespflegepersonen kulturelle Impulse der Kinder (Essen, Feiern, Lieder, Rituale) aufgreifen können
- Welche Haltung Vielfalt stärkt und wie sie im Alltag spürbar wird



Foto: Tatiana Gordievskaja/shutterstock.com

Ein interaktives Spiel ermöglicht es, selbst zu erleben, wie sich »Fremdsein« anfühlt – und was Kinder und ihre Eltern erfahren, die sprachlich erst ankommen. Im Austausch und mit Impulsen aus der Neurobiologie und der interkulturellen Kommunikation gehen wir gemeinsam auf die Suche nach konkreten Ideen für die individuelle Gestaltung im Täglichen.

Sa 25.04.2026 | 09.30 – 16.30 Uhr

Darja Nabersberg, MA., Psychologie, Lehrerin
 48,00 € | 1 x = 8 UStd.

Ort: Kath. Familienbildungsstätte
 Laurentiusstraße 4–12 | 51465 Bergisch Gladbach

Veranstaltungs-Nr. 2662250006

> KINDERTAGESPFLEGE/MONTESSORI

Verständnis über sexuelle Entwicklung U3 als Grundlage für Kinderschutz und Partizipation

Seminar für Kindertagespflegepersonen

In diesem Seminar setzen Sie sich mit der sexuellen Entwicklung von Kindern im Alter von 0 bis 3 Jahren auseinander. Ziel ist es, ein fundiertes Verständnis für die frühkindliche Sexualität zu entwickeln und die eigene pädagogische Haltung zu reflektieren – als Grundlage für einen sicheren und professionellen Umgang mit dem Thema im Alltag.

Wir thematisieren die Anforderungen, die sich aus der pädagogischen Konzeption ergeben: Kindeswohl, Kinderrechte und Partizipation. Auch der sensible und fachlich fundierte Austausch mit Eltern wird beleuchtet, um Handlungssicherheit und Kommunikationskompetenz zu stärken.

Mi 13.05.–20.05.2026 | 18.30– 21.45 Uhr

Andrea Laudenberg, Bildungs- und Kulturmanagerin, Train-the-Trainer QHB
50,00 € | 2 x = 8 UStd.

Ort: Kath. Familienbildungsstätte
Laurentiusstraße 4–12 | 51465 Bergisch Gladbach
Veranstaltungs-Nr. 2662250010

Gut vorbereitet für Gespräche im beruflichen und privaten Zusammenhang

Seminar für Kindertagespflegepersonen

Manchmal reagieren wir in Situationen impulsiv, weil Worte uns berühren oder verletzen. Die dahinterliegenden Gefühle und Bedürfnisse sind uns oft nicht bewusst. In dieser Fortbildung beschäftigen wir uns mit der Frage, wie wir unsere eigenen Bedürfnisse erkennen und in verschiedenen Kontexten klar kommunizieren können. Je geübter wir darin sind, desto leichter fällt es uns, auch die Perspektive unseres Gegenübers zu verstehen. Wir lernen Werkzeuge kennen, die uns helfen, auch in herausfordernden Situationen konstruktiv zu reagieren und zu kommunizieren – beruflich wie privat. Im Fokus stehen eine gute Selbstfürsorge, das Erkennen und Nutzen eigener Kraftquellen.

Mi 10.06.–17.06.2026 | 18.30– 21.45 Uhr

Andrea Laudenberg, Bildungs- und Kulturmanagerin, Train-the-Trainer QHB
50,00 € | 2 x = 8 UStd.

Ort: Kath. Familienbildungsstätte
Laurentiusstraße 4–12 | 51465 Bergisch Gladbach
Veranstaltungs-Nr. 2662250011

> KINDERTAGESPFLEGE/MONTESSORI

Infoabend Montessori-Diplomkurs

Basis Lehrgang für das Alter 3 bis 12 Jahre

Auf der Basis des Prinzips »Hilf mir, es selbst zu tun« , erfahren Sie pädagogische Ansätze mit Blick auf die Felder Krippe/Kita/Schule, sowie weitere pädagogische Handlungsfelder. Im Mittelpunkt stehen die Lern- und Entwicklungsbedürfnisse der Kinder in ihren heutigen Lebenswelten.

Der Lehrgang umfasst 250 UE, eingeschlossen Hospitationen in Schulen und Elementareinrichtungen. Er dauert ca. 18 Monate.

Inhalte

- Theorie und Praxis der Montessori Pädagogik
- Theoretische Grundlagen
- Sinnesentwicklung
- Lebenspraxis
- Mathematik
- Geometrie
- Sprache
- Kosmische Bildung
- Musik und Kunst

Der Lehrgang ist in Modulen aufgebaut. Er endet mit einem mündlichen Kolloquium. Nach erfolgreichem Abschluss erhalten sie anerkanntes Montessori Diplom.

Kursstart

Frühjahr/Frühsommer 2026

Flyer zum Download: www.fbs-gladbach.de

Mi 04.02.2026 | 19.00– 20.30 Uhr

Maria Kley-Auerswald, Montessori-Pädagogin

Infoabend: gebührenfrei | 1 x = 2 UStd.

Ort: Kath. Familienbildungsstätte
Laurentiusstraße 4–12 | 51465 Bergisch Gladbach

Veranstaltungs-Nr. 2662250004

Kooperation: Katholische Familienbildungsstätte mit Kooperative Montessori Deutschland e.V.

Die Kooperative ist ein offener und wissenschaftsfreundlicher Zusammenschluss von Pädagoginnen und Pädagogen, die für eine theoriefundierte und praxisorientierte Montessori-Pädagogik stehen. Sie befassen sich mit einer zeitgemäßen Interpretation einer Pädagogik »vom Kinde aus« und verfügen über jahrzehntelange Erfahrung in der Ausbildung von Pädagog/innen.

> SCHULTAG

**SchulTag Grundkurs**

Qualifizierte Betreuung für Schulkinder

Betreuung in der Schule ist ein pädagogisches Angebot, das den Lern- und Lebensraum »Grundschule« für Kinder erweitert und bereichert. Um dies zu erreichen ist eine angemessene Qualifizierung der Betreuungskräfte an Grundschulen unerlässlich. Außerdem ist sie auch ein Schritt zur öffentlichen Anerkennung ihrer Arbeit und dient als Nachweis ihrer pädagogischen Kompetenz gegenüber den Eltern, Lehrern und dem Trägerverein. Aufgrund jahrelanger Erfahrung im Bereich von pädagogischen Qualifizierungsmaßnahmen bzw. in der Zusammenarbeit mit Schulen haben sich Erwachsenenbildung und Jugendhilfe im Erzbistum Köln zusammengeschlossen, um die Betreuungsarbeit in Grundschulen qualitativ und kompetent zum Wohle des Kindes zu unterstützen. Dabei werden die berufsbezogenen Interessen und Perspektiven der Betreuungskräfte berücksichtigt und weiterentwickelt.

Weitere InformationenFlyer zum Download: www.fbs-gladbach.de

Der 100-stündige (einschl. 12 Selbstlerneinheiten) Zertifikatskurs beinhaltet die drei zentralen Themenfelder der Betreuung:

- Organisation des Betreuungsangebots
- Pädagogische Gestaltung
- Soziale Kompetenz und Kooperation

Neben der Vertiefung der theoretischen Kenntnisse werden in den Übungseinheiten immer wieder Situationen aus der Betreuung durchgespielt und konkrete, kreative Handlungsideen entwickelt.

Di 20.01. – 08.07.2026 | 18.00 – 21.15 Uhr

Hauptdozentin: Mechthild Sünder-Tegtmeyer, Pädagogin | 750,00 € | 20 x = 90 UStd.
Ort: Kath. Familienbildungsstätte
Laurentiusstraße 4–12 | 51465 Bergisch Gladbach
Veranstaltungs-Nr. 2662250001

**Blended Learning
Veranstaltung**

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

> SCHULTAG

SchulTag Aufbaukurs

Qualifizierte Betreuung für Schulkinder

Der Aufbaukurs ist wie der Grundkurs auch modular aufgebaut, das heißt, er setzt sich aus verschiedenen Bausteinen zusammen und umfasst insgesamt 120 Unterrichtsstunden (einschl. 12 Selbstlerneinheiten und 20 Ustd. für die Projektarbeit).

Inhaltlich setzt sich der Aufbaukurs aus drei
Schwerpunktbereichen zusammen:

- Projektarbeit
- Vertiefung von Grundkurssthemen
- Schwerpunktangebote in der Betreuung

Den Kern des Kurses bildet die Projektarbeit, die von allen Teilnehmenden im Kurs erstellt werden muss. Neben der Projektarbeit werden Themen aus dem Grundkurs aufgegriffen und vertieft. Wichtig ist, dass es hierbei nicht um Wiederholung geht, sondern um eine differenziertere Auseinandersetzung mit den Themen.

Ziel ist es kompetentes Handlungs- und Anwendungswissen mit einem hohen Praxisbezug zu vermitteln. Darüber hinaus werden vier Module angeboten, die ganz konkrete Schwerpunktangebote für die Betreuung behandeln. Die behandelten Themen können dabei von Kurs zu Kurs variieren.

Weitere InformationenFlyer zum Download: www.fbs-gladbach.de**Mo 12.01. – 13.07.2026 | 18.00 – 21.15 Uhr**

Hauptdozentin:
Mechthild Sünder-Tegtmeyer, Pädagogin,
750,00 € | 19 x = 88 UStd.

Ort: Kath. Familienbildungsstätte
Laurentiusstraße 4–12 | 51465 Bergisch Gladbach

Veranstaltungs-Nr. 2662250002

> SCHULTAG

SchulTag plus Einfach LOSTANZEN in der OGS

Tänze und kreative Bewegung für einen lebendigen pädagogischen Alltag

Kinder bewegen sich gerne zur Musik, sie sind lebendig, spontan und neugierig. Im OGS Alltag bleibt oft wenig Zeit für langes Planen und Vorberichten. In diesem Workshop erfahren Sie, wie Sie schnell, leicht und ohne viel zu üben, die Kinder in ein freudvolles und lebendiges Bewegen und Tanzen führen und sie dabei gleichzeitig in ihren sozialen Fähigkeiten und in ihrer Persönlichkeitsentwicklung fördern und unterstützen können.

Vom Bewegungsspiel zum Tanz – über die Grundlagen von Bewegen und Wahrnehmen, entwickeln wir Tänze die zum Mitmachen einladen.

Im Austausch miteinander werden wir die gemachten praktischen Erfahrungen und Impulse didaktisch einordnen und Wege aufzeigen, wie diese in das eigene pädagogische Arbeitsfeld integriert werden können.



Foto: BearFotos/shutterstock.com

Bitte mitbringen:

- bequeme Kleidung
- Turnschuhe, Turnschlappchen etc.
- Schreibzeug für evtl. Notizen

Fr 23.01.2026 | 09.00 – 15.30 Uhr

Bärbel Zastrow, Dipl. Sozialpädagogin,
Tanzpädagogin

40,00 € | 1 x = 8 UStd.

Ort: Kath. Familienbildungsstätte
Laurentiusstraße 4–12 | 51465 Bergisch Gladbach

Veranstaltungs-Nr. 2662250007

> SCHULTAG

SchulTag plus AD(H)S, Autismus und Co?

Umgang mit auffälligem Verhalten von Kindern

In der OGS sind Sie auch mit hyperaktiven, nach Aufmerksamkeit suchenden Kindern oder anderen auffälligen Verhaltensweisen konfrontiert. Eine ruhige Atmosphäre oder Routinen im OGS-Alltag können hierdurch deutlich gestört werden. In diesem Seminar wollen wir auch der Frage nachgehen, welche Krankheitsbilder AD(H)S und Autismus sind bzw. wie die Abgrenzung zu anderen auffälligen Verhaltensweisen zu sehen ist. Wir wollen uns intensiv Zeit nehmen, praxisnah und konkret über mögliche Umgangsformen mit diesen Kindern zu sprechen, aber auch die Grenzen des Machbaren zu erkennen.

Di 24.02.2026 | 08.30 – 11.45 Uhr

Ellen Anders, Kommunikationswirtin

20,00 € | 1 x = 4 UStd.

Ort: Kath. Familienbildungsstätte
Laurentiusstraße 4–12 | 51465 Bergisch Gladbach

Veranstaltungs-Nr. 2662250008

SchulTag plus Gemeinsam entscheiden lernen!

Demokratie im OGS-Alltag erfahrbar machen

Demokratie beginnt im Kleinen – und wird im Alltag des Offenen Ganztags lebendig. In dieser praxisnahen Fortbildung entdecken wir, wie Kinder Mitbestimmung erleben, Verantwortung übernehmen und sich als Teil einer Gemeinschaft erfahren können. Mit spielerischen Methoden, alltagsnahen Beispielen und kleinen Planspielen erproben wir Wege, wie Kinder ihre Stimme finden, Konflikte demokratisch lösen und Beteiligung auch in kurzen Betreuungsphasen gelingt.

Die Fortbildung bietet Raum für Austausch, Reflexion und das Entwickeln konkreter Ideen, um demokratische Werte im Ganztag gemeinsam mit Kindern lebendig werden zu lassen.

Do 25.06.2026 | 08.30 – 11.45 Uhr

Kamer Bilgin, Politologin, Philosophin
20,00 € | 1 x = 4 UStd.

Ort: Kath. Familienbildungsstätte
Laurentiusstraße 4–12 | 51465 Bergisch Gladbach

Veranstaltungs-Nr. 2662250009

> MIKIBU



MiKibU e.V. steht für
»Migrantenkinder bekommen Unterstützung«
und ist eine Initiative des Integrationsrates
der Stadt Bergisch Gladbach.

Seit 2009 werden Grundschulkinder mit Förderbedarf von ehrenamtlichen Mentor/innen vor allem beim Erlernen der deutschen Sprache, aber auch bei der Bewältigung aller anderen schulischen Aufgaben unterstützt. Ziel ist es, ihnen den Weg zur weiterführenden Schule zu ebnen, die beruflichen Chancen zu verbessern und die gesellschaftliche Integration zu erleichtern.

Zurzeit unterstützen 265 Mentoren an
15 Bergisch Gladbacher Grundschulen mehr
als 400 Kinder beim Lernen.

www.mikibu.de



Foto: Alexxndr/shutterstock.com

Fortbildung für Mentorinnen und Mentoren von MiKibU

Die folgenden Veranstaltungen sollen die Arbeit mit den Kindern erleichtern, sie dienen der Unterstützung der Mentor/innen sowie der Verbesserung der Förderqualität. Weitere Veranstaltungen werden zeitnah bekannt gegeben.

> MIKIBU

Fortbildung für Mentor/innen von MiKibU Souverän reagieren auf Stammtisch-Parolen und Polemik

In Ihrem privaten oder Berufsumfeld begegnen Sie gelegentlich Stammtisch-Parolen oder polarisierender Polemik. Diese Situationen können unangenehm sein und Gefühle von Sprachlosigkeit, Hilflosigkeit oder Ärger auslösen. Um nicht nur reaktiv, sondern aktiv und konstruktiv in solchen Momenten zu handeln, laden wir Sie zu unserem praxisorientierten Seminar ein. Sie lernen konstruktiv und sachlich zu argumentieren, so dass Sie effektiv auf provokante Aussagen reagieren können, Ihre persönlichen Grenzen wahren und das Gespräch sinnvoll lenken können, oder, wenn nötig beenden. Das Seminar bietet praktische Übungen zur Gesprächsführung, damit Sie auch unter Druck souverän bleiben können. Es richtet sich an alle, die in solchen herausfordernden Momenten sicherer auftreten möchten.

Mi 21.01.2026 | 15.00 – 17.15 Uhr

Ellen Anders, Kommunikationswirtin und Trainerin
1 x = 3 UStd.

Ort: Kath. Familienbildungsstätte
Laurentiusstraße 4–12 | 51465 Bergisch Gladbach
Veranstaltungs-Nr. 2662850001

Fortbildung für Mentor/innen von MiKibU Lernzeit leicht gemacht – Frischer Wind für die Hausaufgabenbetreuung

Sie sind als Mentoren auch in der Hausaufgabenbetreuung eingebunden. Immer wieder haben Sie Kinder dabei, die müde sind, denen es schwerfällt, sich zu konzentrieren. Sie wollen die Kinder unterstützen und sie motivieren.

In diesem Seminar lernen Sie Methoden und Möglichkeiten, die Kinder in dieser Situation kompetent zu unterstützen und bei den Hausaufgaben kompetent zu helfen. Situation Hausaufgabenbetreuung: kurze und Kürzest-Spiele, um das betreute Kind wieder aktiv und aus dem Mittagsloch zu kriegen; aufmunternde Worte und kommunikative Tricks, um die Kinder zu motivieren Ideen; um das Setting der Lernzeit förderlich zu gestalten; kreative Tipps zur Konzentrationsförderung

Do 22.01.2026 | 09.00 – 13.00 Uhr

Christina Plöbl, Kommunikationstrainerin
1 x = 5 UStd.

Ort: Kath. Familienbildungsstätte
Laurentiusstraße 4–12 | 51465 Bergisch Gladbach
Veranstaltungs-Nr. 2662850008

> MIKIBU

Fortbildung für Mentor/innen von MiKibU
»Ankommen und neue Heimat finden«
Wie verläuft eigentlich eine gelungene
Integration?

Sie unterstützen Kinder aus anderen Kulturen bei der Integration in die Schule und in die deutsche Gesellschaft. In diesem Seminar erfahren Sie, wie dieser langwierige Prozess verläuft und welche notwendigen Phasen und zeitliche Abläufe einer gelungenen Integration damit verbunden sind. Auf welche Weise beeinflussen aber auch die eigene Wahrnehmung und Vorannahmen diesen Weg? In einem Mix aus wissenschaftlichen Erkenntnissen, interaktiven Spielen und Übungen sowie einem gemeinsamen Austausch erhalten Sie Anregungen für Ihren schulischen Alltag mit den Kindern aus aller Welt.

Die Referentin Darja Nabersberg (MA) hat Pädagogik auf Lehramt in Russland und Psychologie und Germanistik in Köln studiert. Sie hat zweifache Migrationserfahrung.



Darja Nabersberg, MA., Psychologie, Lehrerin
1 x = 4 UStd.
Ort: Kath. Familienbildungsstätte
Laurentiusstraße 4–12 | 51465 Bergisch Gladbach

Di 03.02.2026 | 09.00–12.15 Uhr
Veranstaltungs-Nr. 2662850006
.....
Do 05.03.2026 | 09.00–12.15 Uhr
Veranstaltungs-Nr. 2662850007
.....

> MIKIBU

Fortbildung für Mentor/innen von MiKibU
Die Kinderrechte – und ihre Relevanz
in der Arbeit bei MiKibU

Vertrauen oder doch besser verbieten, diskutieren, verhandeln oder einfach gewähren lassen? Im Alltag mit Kindern laufen die Kinderrechte real immer mit. Wann ist ein Kind alt und reif genug, selbst zu entscheiden? Wann habe ich als Erwachsener die Aufgabe, aufzupassen, zu schützen, zu sorgen? Wie kann ich die Meinung eines Kindes einbeziehen, es teilhaben lassen?

Die Kinderrechtskonvention der Vereinten Nationen orientiert sich an den Grundbedürfnissen von Kindern und leitet daraus Rechte ab, die international für das Aufwachsen von Kindern gelten sollen als Basis eines humanen, förderlichen Umgangs. Es sind Rechte des Kindes auf Schutz, Rechte auf Bildung und Förderung und Rechte auf Beteiligung und Mitsprache. Die Kinderrechte verpflichten den Erwachsenen, sein Handeln am Wohl des Kindes auszurichten und verbieten Gewalt.

In diesem Seminar informieren wir über die Kinderrechte und filtern die heraus, die besonders im Förderalltag als Mentor/in bei MiKibU von Relevanz sind, die uns Orientierung geben, aber auch herausfordern können.

Di 10.02.2026 | 09.30–12.45 Uhr
Gerit Schrader, Kinder-, Jugend- und Familienberaterin
1 x = 4 UStd.
Ort: Kath. Familienbildungsstätte
Laurentiusstraße 4–12 | 51465 Bergisch Gladbach
Veranstaltungs-Nr. 2662850005
.....

> MIKIBU

Fortbildung für Mentor/innen von MiKibU (Sprache)-Lernen leicht gemacht: Monsterklatsche und Co.

Methoden und aktivierende Übungsformen

Erleben Sie, wie Sie durch die Einbeziehung aller Sinne das Lernen der neuen Sprache erleichtern. In diesem Workshop probieren Sie aktiv Methoden aus, die nachhaltig den neuen Wortschatz verankern, einen spielerischen Zugang zu Grammatik eröffnen und das Sprechen anregen.

Dieses Methodenrepertoire lässt sich unabhängig vom Alter Ihrer Zielgruppen einsetzen und variieren.

Do 26.02.2026 | 09.30–12.45 Uhr

Roswitha Sanders, Lehrerin

1 x = 4 UStd.

Ort: Kath. Familienbildungsstätte

Laurentiusstraße 4–12 | 51465 Bergisch Gladbach

Veranstaltungs-Nr. 2662850013



Foto:Fn Photo/shutterstock.com

> MIKIBU

Fortbildung für Mentor/innen von MiKibU Schützen und Stärken – Präventionsschulung

Kindeswohlgefährdung in all seinen Ausprägungen, wie Vernachlässigung, körperliche, psychische und auch sexuelle bzw. sexualisierte Gewalt gegen Kinder und Jugendliche ist ein sehr wichtiges, häufig schwieriges und emotional belastendes Thema: wie reagieren und was tun, wenn ich im Rahmen meiner ehrenamtlichen Tätigkeit als MiKibU-Mentor/in mit Verdachtsfällen konfrontiert werde?

Die Fortbildung möchte anregen, eigene Reaktionen, Gefühle und Fragen in Bezug auf das Thema »Kindeswohlgefährdung« gemeinsam zu reflektieren. Darüber hinaus geht es um die Vermittlung von rechtlichen Grundlagen sowie einem entsprechenden Hintergrundwissen.

Die Erfahrung zeigt, dass unsere Reaktions-, Gesprächs- und Handlungskompetenzen davon profitieren, wenn wir das »Unbegreifliche« – so weit wie möglich – »greifbar« machen.



Foto: Christian Schwier/fotolia

Je mehr Unsicherheiten wir im Umgang mit dem Thema reduzieren, desto besser kann es gelingen, Kinder zu schützen, zu ermutigen und zu stärken! Wie viel Nähe ich zulassen darf und wie viel Distanz ich einhalten muss, wird ebenfalls Thema der Fortbildung sein?

Mo 02.03. u. 23.03.2026 | 09.30–12.45 Uhr

Merle Wieschhoff, M.A., Kommunikationstrainerin
2 x = 8 UStd.

Ort: Kath. Familienbildungsstätte
Laurentiusstr. 4-12 | 51465 Bergisch Gladbach

Veranstaltungs-Nr. 2662590001

> MIKIBU

Fortbildung für Mentor/innen von MiKibU
Forum Praxisaustausch

Im Ehrenamtsalltag werden wir manchmal mit Situationen konfrontiert, die uns verunsichern, herausfordern und/oder mit Fragezeichen im Kopf zurücklassen.

Das Forum Praxis-Begleitung möchte einen fachlich begleiteten Raum schaffen, um Erlebtes zu reflektieren, voneinander zu lernen und neue Perspektiven zu entwickeln, die im Alltag hilfreich sind.

Das Treffen beginnt mit einem inhaltlichen Impuls zu den Themen des Ehrenamtsengagements – anschließend findet ein moderierter Austausch statt, in dessen Rahmen auch eigene Themen, Anliegen und Fragestellungen eingebracht werden können.

Mo 02.03.2026 | 14.30–17.45 Uhr

Merle Wieschhoff, M.A., Kommunikationstrainerin
1 x = 4 UStd.

Ort: Kath. Familienbildungsstätte
Laurentiusstraße 4–12 | 51465 Bergisch Gladbach

Veranstaltungs-Nr. 2662590004

Fortbildung für Mentor/innen von MiKibU
Wie lernt ein Kind lesen?

Maria Montessori hat die Kinder beobachtet und die vielen kleinen Stufen des Lebens gesehen, die ein Kind auf seinem Weg beschreitet. Auch auf dem Weg des Lesenlernens gibt es viele kleine Stufen.

Aus seiner langjährigen Praxis als Leiter der Montessori Grundschule in Köln in der Gilbachstraße heraus, wird Herr Elsner Möglichkeiten der Unterstützung beim Leseerwerb zeigen.

Mi 11.03.2026 | 09.30–12.45 Uhr

Johannes Elsner, Schulleiter i.R.

1 x = 4 UStd.

Ort: Kath. Familienbildungsstätte
Laurentiusstraße 4–12 | 51465 Bergisch Gladbach

Veranstaltungs-Nr. 2662850012

> MIKIBU

Fortbildung für Mentor/innen von MiKibU
Ich bin dann mal bei mir!

Vom achtsamen Umgang mit sich selbst

»Gönne Dich Dir selbst.

Sei wie für alle anderen auch für Dich selbst da.«

Bernhard von Clairvaux

Im Trubel des (Ehrenamts-)Alltags kommt das »Für-sich-selbst-da-sein« oft zu kurz – dabei wissen wir eigentlich, wie wichtig es ist, unsere inneren Ressourcen zu pflegen.

Die von Prof. Dr. Jon Kabat-Zinn entwickelte ganzheitliche Methode auch der Stressbewältigung durch Achtsamkeit (Mindfulness-Based Stress Reduction: MBSR) zeigt einen praxisnahen Weg der »Selbstfürsorge«. MBSR unterstützt uns auch dabei, im Alltagsstress innezuhalten und das Gedankenkarussell anzuhalten. Ziel ist es, den Herausforderungen unseres Lebens mit mehr Akzeptanz, Klarheit und Gelassenheit zu begegnen – und wie für alle anderen auch für uns selbst da zu sein.

Inhaltliche Stichworte

- Wie Einstellungen und Denkmuster Stress beeinflussen
- Konstruktiver Umgang mit Stress durch Achtsamkeit
- Im Körper beheimatet sein
- Achtsame Selbstfürsorge im Alltag

Seminarmethoden

- interaktive Kurzvorträge
- schriftliche Arbeitsunterlagen
- sanfte Körperübungen
- geleitete Achtsamkeitsmeditationen
- Erfahrungsaustausch und Reflexion

Mo 23.03.2026 | 14.00–18.00 Uhr

Merle Wieschhoff, M.A., Kommunikationstrainerin
1 x = 5 UStd.

Ort: Kath. Familienbildungsstätte
Laurentiusstr. 4-12 | 51465 Bergisch Gladbach

Veranstaltungs-Nr. 2662590003

> MIKIBU

Fortbildung für Mentor/innen von MiKibU Wertschätzende/Gewaltfreie Kommunikation nach M. Rosenberg

Jede Begegnung mit Kindern ist – bewusst oder unbewusst – durch Kommunikation geprägt! Unser persönliches »Kommunikationsverhalten« wirkt sich dabei nicht nur auf die zwischenmenschliche Beziehung aus, sondern auch auf das kindliche Selbst(wert)gefühl. Gegenseitiges Verstehen – das Wahrnehmen gegenseitiger Bedürfnisse – ist somit nicht nur die Basis für ein respektvolles Miteinander, sondern auch für die Persönlichkeitsentfaltung der Kinder, die wir auf dem Weg ins Leben begleiten. Mit Hilfe der Gewaltfreien Kommunikation (GfK), entwickelt von Marshall Rosenberg, können wir Beziehungen intensivieren und belastende Situationen positiv beeinflussen. Zahlreichen Herausforderungen können wir mit mehr Leichtigkeit, Klarheit und Intensität begegnen.

Mechthild Sünder-Tegtmeyer, Pädagogin,
GfK-Trainerin
2 x = 8 UStd.
Ort: Kath. Familienbildungsstätte
Laurentiusstraße 4–12 | 51465 Bergisch Gladbach

Grundkurs

In diesem Seminar lernen Sie Grundaspekte der GfK kennen, um diese in Ihre Arbeit als Mentor/in einfließen zu lassen. Neben theoretischem Input gibt es Möglichkeit, praktisch zu üben und Zeit für Austausch.

Di 24.03. und 16.04.2026 | 14.00–17.15 Uhr
Veranstaltungs-Nr. 2662850003

Vertiefungskurs

Das Vertiefungsseminar baut auf den Inhalten des Einführungsseminars auf, in dem Sie Grundkenntnisse der Gewaltfreien Kommunikation erworben haben. Die Haltung und die Technik der GfK werden noch mehr verinnerlicht und praxisorientiert angewendet. Sie lernen sich noch sicherer mit den 4-Schritten der GfK auszudrücken, diese im Konflikt und zur Selbstklärung einzusetzen und dem Gegenüber in Empathie zu begegnen. Situationen werden aufgegriffen, um die GfK in ihren Lebens- und MIKIBU-Alltag zu integrieren.

Di 26.05. – 29.05.2026 | 14.00–17.15 Uhr
Veranstaltungs-Nr. 2662850004

> MIKIBU



Foto: New Africa/shutterstock.com

Fortbildung für Mentor/innen von MiKibU Wie Kinder rechnen lernen – Und wie wir sie dabei unterstützen können

»Eigentlich« ist es als MiKibU-Mentor/in Ihr besonderes Ziel, Kindern beim Lesen-Lernen zu unterstützen. Aber die Praxis zeigt, dass Kinder auch Unterstützung beim Rechnen-Lernen benötigen und Sie ihnen auch dabei helfen möchten.

In diesem Seminar erhalten Sie Informationen, wie sie Kinder bei der Entwicklung der mathematischen Basiskompetenzen behilflich sein können. Dabei soll besonderes Augenmerk auf die Entdeckung von Regeln und Mustern gelegt werden. Außerdem bekommen Sie ein gewisses Handwerkszeug zum handelnden Umgang vermittelt.

Wertschätzende gewaltfreie Kommunikation nach M. Rosenberg

Fortbildung für Mentorinnen und Mentoren
der Lesepaten Overath

Fr 13.03. und 20.03.2026 | 09.30–12.45 Uhr
Mechthild Sünder-Tegtmeyer, Pädagogin,
GfK-Trainerin
2 x = 8 UStd.
Ort: Kath. Familienbildungsstätte
Laurentiusstr. 4–12 | 51465 Bergisch Gladbach
Veranstaltungs-Nr. 2662850002

Di 31.03.2026 | 09.30–12.45 Uhr
Tanja Faymonville, Lehrerin
1 x = 4 UStd.
Ort: Kath. Familienbildungsstätte
Laurentiusstraße 4–12 | 51465 Bergisch Gladbach
Veranstaltungs-Nr. 2662850014

> MIKIBU

Fortbildung für Mentor/innen von MiKibU Kultur- und differenzsensible Handlungskompetenz für Ehrenamtliche

Diese Schulung hat zum Ziel, die Teilnehmenden in der ehrenamtlichen Arbeit für die Herausforderungen förderlicher Unterstützung im Kontext von Migration und Interkulturalität fit zu machen.

Sie werden die wichtigsten Aspekte kultur- und differenzsensibler Handlungsfähigkeit kennenlernen, die für den Aufbau und die Pflege einer für beide Seiten fruchtbaren Zusammenarbeit wichtig sind. Hierzu gehören unter anderem Hintergrundinformationen und Grundbausteine einer wertschätzenden interkulturellen Kommunikation.

Fr 08.05.2026 | 09.00 – 13.00 Uhr

Dr. Mohammad Heidari, Islamwissenschaftler

1 x = 5 UStd.

Ort: Kath. Familienbildungsstätte

Laurentiusstraße 4–12 | 51465 Bergisch Gladbach

Veranstaltungs-Nr. 2662850010

Fortbildung für Mentor/innen von MiKibU Ängste bei Grundschulkindern verstehen und begleiten

Ängste gehören zur kindlichen Entwicklung dazu – doch gerade im Grundschulalter können Sorgen wie die Angst vor Ablehnung, Schulversagen oder Krankheiten besonders präsent sein.

Dieses Seminar soll dabei unterstützen, die Ängste von Grundschulkindern besser zu verstehen, zu erkennen und sensibel darauf einzugehen. Es zeigt praktische Ansätze, wie Kinder gestärkt, ihnen Mut gemacht und sie liebevoll durch ihre Herausforderungen begleiten werden können.

Mo 08.06.2026 | 09.30 – 12.45 Uhr

Anja Reinecke-Schäfer, Dipl. Pädagogin

1 x = 4 UStd.

Ort: Kath. Familienbildungsstätte

Laurentiusstraße 4–12 | 51465 Bergisch Gladbach

Veranstaltungs-Nr. 2662850009

> MIKIBU

Fortbildung für Mentor/innen von MiKibU Schritt für Schritt zum Leseglück

Wie kann ich Kinder möglichst gut beim Lesenlernen begleiten?

Lesen will gelernt sein und ist ein schrittweiser Prozess, der Zeit, Übung und Geduld benötigt. Leselust und Lesefrust liegen dabei leider oft nah beieinander.

Wie kann ich Kinder optimal begleiten, um die Freude am Lesen zu wecken und in der (manchmal beschwerlichen) Anfangszeit aufrechtzuerhalten? Damit Mentoren/ Mentorinnen und Kinder ein gutes Team bilden, ist es wichtig, Hürden und Stolpersteine auf dem Weg zum Lesevergnügen zu kennen und – wo möglich – vielleicht zu vermeiden. In diesem Seminar wollen wir den Lese-Lern-Prozess in seinen Schritten erarbeiten und an eigenen Beispielen für uns erfahrbar machen. Mehrsprachigkeit erfordert dabei nochmal einen besonderen Blick.



Foto: Daniel Jedzura/shutterstock.com

Im zweiten Teil des Seminars werden einzelne Methoden zum Lesetraining vorgestellt. Anhand von Beispielen benennen wir Kriterien für gute Leserliteratur. Ein kleiner Büchertisch steht Ihnen zum Stöbern zur Verfügung.

Fr 12.06.2026 | 09.30 – 12.45 Uhr

Dr. Katrin Hedke, Literaturpädagogin

1 x = 4 UStd.

Ort: Kath. Familienbildungsstätte

Laurentiusstraße 4–12 | 51465 Bergisch Gladbach

Veranstaltungs-Nr. 2662850011



Foto: A3family/shutterstock.com

FAMILIENBILDUNG IM FAMILIENZENTRUM, IN KITAS UND IN PFARRGEMEINDEN

Auf den folgenden Seiten finden Sie Angebote der Familienbildung, die wir in Kooperation mit Kitas, Familienzentren und Pfarrgemeinden in der Stadt Bergisch Gladbach und dem Kreisgebiet anbieten. Für Nachfragen und Ihre Anmeldung nehmen Sie bitte direkt Kontakt zu der jeweils angegebenen Ansprechperson auf.



> BERGISCHE GLADBACH – SCHILDGEN



Kath. Familienzentrum Schildgen

Altenberger-Dom-Str. 136
51467 Bergisch Gladbach
Telefon 02202 82358

Das Kath. Familienzentrum Schildgen
ist auch Schwerpunkt Einrichtung des
Kath. Familienzentrum Bergisch Gladbach West

Dazu gehören
Kindertagesstätte Herz Jesu
Caritas Kita Katterbach
Kath. Kita St. Clemens

Ort der Veranstaltungen
Altenberger-Dom-Str. 136
51467 Bergisch Gladbach

Anschlussangebot Begleitung erstes Lebensjahr

Christina Steinbüchel, Sozialarbeiterin B.A.

**Für Eltern mit ihren Oktober 2024
bis Januar 2025 geb. Babys**
Fr 16.01. – 03.07.2026 | 09.00 – 10.30 Uhr
123,00 € | 21 x = 43 UStd.
Veranstaltungs-Nr. 2662620022

**Für Eltern mit ihren September
bis November 2025 geb. Babys**
Fr 27.02. – 03.07.2026 | 10.45 – 12.15 Uhr
87,00 € | 15 x = 31 UStd.
Veranstaltungs-Nr. 2662620024

Elternstart NRW

Für Eltern mit ihren September
bis November 2025 geb. Babys

Fr 16.01. – 20.02.2026 | 10.45 – 12.15 Uhr
Christina Steinbüchel,
Sozialarbeiterin B.A.
gebührenfrei | 5 x = 10 UStd.
Veranstaltungs-Nr. 2662620023



> ODENTHAL/ALTENBERG

Amt für Familie und Jugend

Refrather Weg 28
51469 Bergisch Gladbach
Telefon 02202 136785

Katholische Familienbildungsstätte
in Kooperation mit dem Familien-Info-Team
des Rheinisch- Bergischen Kreis

Odenthaler Zwergencafé – Offener Treff

Für werdende Eltern und Familien mit
Kindern bis zu einem Jahr

Im Odenthaler Zwergencafé könnt Ihr in einer
gemütlichen Atmosphäre andere Eltern kennenler-
nen und Kontakte knüpfen, Euch austauschen zu
Fragen rund um Erziehung und den Familienalltag,
nach Wunsch Informationen und Beratungsmög-
lichkeiten erhalten und den Alltagsstress für zwei
Stunden hinter Euch lassen!



Foto: Jane Dunker

Der Besuch des Zwergencafés ist kostenfrei und
ohne Anmeldung möglich. Geschwisterkinder bis zu
zwei Jahren sind herzlich willkommen

Mi 14.01. – 16.12.2026 | 09.30 – 11.45 Uhr
Laura Rieks, Dipl. Sozialpädagogin und
Familienberaterin
Lebensmittelumlage 2,00 € pro Termin
Ort: Martin-Luther-Haus
Uferweg 1 | 51519 Odenthal
Veranstaltungs-Nr. 2662620052

> BERGISCH GLADBACH – HERMANN-LÖNS-VIERTEL/HAND

Hermann-Löns Forum

Willy-Brandt-Straße 20
51469 Bergisch Gladbach

Information und Anmeldung
für die Eltern-Baby-Kurse:
Kath. Familienbildungsstätte
info@fbs-gladbach.de
Telefon 02202 936390

Ort der Veranstaltungen
Hermann-Löns Forum
Willy-Brandt-Str. 20
51469 Bergisch Gladbach

Elterncafé Mamma Mia

Für junge Mütter und Väter mit ihren Kindern

- Treff für junge Schwangere, Mütter und Väter
- Babyspielplatz
- Kontakt und Gespräche bei Kaffee oder Tee
- Fragen rund um das Leben mit dem Kind

Es handelt sich um ein offenes Angebot.
Auch Eltern mit Kindern mit Beeinträchtigung sind
willkommen.

Rückfragen an Esperanza
Telefon 02202 1008701

Mi 14.01. – 16.12.2026 | 09.30 – 11.45 Uhr

Nicola Schröder, Kinderphysiotherapeutin
Lebensmittelumlage 2,00 € pro Termin
Kostenfrei | 39 x = 117 UStd.

Veranstaltungs-Nr. 2662620013



> BERGISCH GLADBACH – HERMANN-LÖNS-VIERTEL/HAND

Vinyasa Yoga

Im Vinyasa Yoga findet der Geist durch dynamische und fließende Bewegungsabläufe eine meditative Ruhe. Gleichzeitig wird der ganze Körper durch kraftvolle Asanas gestärkt, Atmung und Bewegung miteinander verbunden, um ein besseres Körpergefühl zu erlangen.

Bitte mitbringen

- eine möglichst rutschfeste Yogamatte
- Wasser
- bequeme Kleidung
- und eine Decke

Mo 12.01. – 13.07.2026 | 19.00 – 20.30 Uhr

Tanja Celetta, Yogalehrerin
159,60 € | 19 x = 38 UStd.

Veranstaltungs-Nr. 2662660027

Mi 14.01. – 15.07.2026 | 19.00 – 20.30 Uhr

Tanja Celetta, Yogalehrerin
159,60 € | 19 x = 38 UStd.

Veranstaltungs-Nr. 2662660028

Familienwochenende

»Alle reden mit! – Demokratie beginnt zu Hause«

Anfang Mai 2026 möchten wir Familien zu einem gemeinsamen Wochenende im Haus Altenberg einladen. Spielerisch und alltagsnah entdecken wir, wie Demokratie auch in der Familie gelebt werden kann – durch Zuhören, Mitreden und gemeinsame Entscheidungen.

Die Finanzierung wird derzeit noch geklärt; eine endgültige Rückmeldung steht aus.

Weitere Informationen ab Januar
in der Familienbildungsstätte oder direkt bei:
Hermann-Löns-Forum | Lena Peukert
E-Mail: lena.peukert@kja-lro.de
Telefon: 02202 70599919

Fr 01.05. – 03.05.2026 | 17.00 – 14.15 Uhr

Ort: Jugendbildungsstätte Haus Altenberg e. V.
Ludwig-Wolker Straße 12
51519 Odenthal-Altenberg

> BERGISCH GLADBACH – REFRATH/FRANKENFORST

**Kath. Familienzentrum
St. Maria Königin**

Im Hain 31
51427 Bergisch Gladbach
Telefon 02204 68051

Das Kath. Familienzentrum St. Maria Königin
ist auch Schwerpunkteinrichtung des
Kath. Familienzentrums in Refrath.

Dazu gehören
Kath. Kita St. Johann Baptist
Kath. Kita St. Elisabeth

Ort der Veranstaltungen
(falls nicht anders angegeben)
Kath. Familienzentrum St. Maria Königin
Im Hain 31 | 51427 Bergisch Gladbach



Foto: Evgeny Atamanenko/shutterstock.com

**Ein (Hefe-)Teig für kleine Hände –
selbst geformt und gebacken
schmeckt am besten**

Für Eltern oder Großeltern
mit ihren Kindern ab 3 bis 12 Jahren

Sa 17.01.2026 | 10.00 – 12.15 Uhr

Silvia Fröhning, Dipl. Oecotrophologin
1 x = 3 UStd.

Veranstaltungs-Nr. 2662620028

> BERGISCH GLADBACH – REFRATH/FRANKENFORST

Vinyasa Yoga

Im Vinyasa Yoga findet der Geist durch dynamische
und fließende Bewegungsabläufe eine meditative
Ruhe. Gleichzeitig wird der ganze Körper durch
kraftvolle Asanas gestärkt und du lernst, Bewegung
und Atmung zu verbinden und ein besseres Körper-
gefühl zu erlangen.

Bitte mitbringen

- eine möglichst rutschfeste Yogamatte
- Wasser
- bequeme Kleidung
- eine Decke

Astrid Lindbüchl, Yogalehrerin
Ort: Kath. Kita St. Johann Baptist Refrath
Kirchplatz 18 | 51427 Bergisch Gladbach

Di 13.01. – 24.03.2026 | 19.00 – 20.30 Uhr

92,40 € | 11 x = 22 UStd.

Veranstaltungs-Nr. 2662660025

Di 14.04. – 07.07.2026 | 19.00 – 20.30 Uhr

109,20 € | 13 x = 26 UStd.

Veranstaltungs-Nr. 2662660026

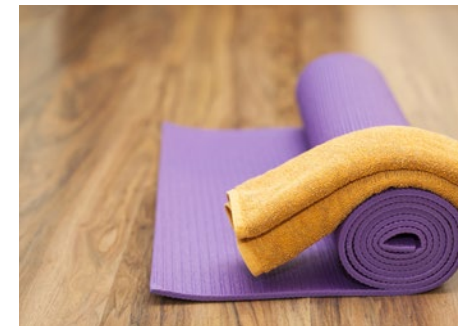


Foto: Chutima Chaohaiya/shutterstock.com

Sabine Schönenborn, Yogalehrerin
Ort: Kath. Kita St. Johann Baptist Refrath
Kirchplatz 18 | 51427 Bergisch Gladbach

Do 15.01. – 16.07.2026 | 18.30 – 20.00 Uhr

176,40 € | 21 x = 42 UStd.

Veranstaltungs-Nr. 2662660021

Do 15.01. – 16.07.2026 | 20.30 – 21.30 Uhr

117,60 € | 21 x = 21 UStd.

Veranstaltungs-Nr. 2662660022

> BERGISCH GLADBACH – REFRATH/FRANKENFORST

Schnitzen bis die Spähne fliegen

Für Eltern oder Großeltern
mit ihren Kindern ab 5 Jahren (nicht jünger)

Wir werden die Grundtechniken des Schnitzens kennenlernen und uns darin üben. Anschließend kann jede und jeder eigene Kunstwerke gestalten, wie z.B. Anhänger, Küchenquirle, Waldkbolde oder Zauberstäbe. Der Phantasie sind keine Grenzen gesetzt und wir unterstützen uns gegenseitig beim Verwirklichen der Ideen. Nebenbei erfahren wir etwas über das Leben der Bäume, den Wald und Holz als Werkstoff und erhalten am Ende ein eigenes Schnitz-Diplom.

Di 24.02.2026 | 15.00–17.15 Uhr

Petra Hölters, Naturerlebnispädagogin,
zertifizierte Phytotherapeutin
Treffpunkt vor der Kita
1 x = 3 UStd.

Veranstaltungs-Nr. 2662620031

Einmaleins für Hexen und Zauberer

Für Eltern oder Großeltern
mit ihren Kindern ab 3 Jahren

Kommt mit in den magischen Hexenwald und werdet selbst eine kleine Waldhexe oder -hexer! Um im nächsten Jahr bei der großen Walpurgisnachtfeier mitmachen zu dürfen, müssen sich alle Hexen und Hexer gut vorbereiten. Trainings in verschiedenen Zauberdisciplinen, wie Kräuterkunde, Besenbau und Zauberstabanfertigung müssen absolviert werden und natürlich werden dabei verschiedene Zaubersprüche ausprobiert.

Mo 23.03.2026 | 15.00–17.15 Uhr

Petra Hölters, Naturerlebnispädagogin,
zertifizierte Phytotherapeutin
Treffpunkt vor der Kita
1 x = 3 UStd.

Veranstaltungs-Nr. 2662620032



Foto: xpixel/shutterstock.com

> BERGISCH GLADBACH – REFRATH/FRANKENFORST

Elternabend

online oder in Präsenz zur Auswahl
Thema wird noch bekannt gegeben

Di 24.03.2026 | 14.30–16.15 Uhr

Bianca Ehlert, Erzieherin, Kleinkindpädagogin
1 x = 3 UStd.

Veranstaltungs-Nr. 2662610005

Wald erleben für die Kleinsten

Für Eltern oder Großeltern mit ihren Kindern
von 2 bis 3 Jahren

Heute sind die Kleinsten mal ganz unter sich und erkunden mit allen Sinnen den Wald. Eddy Eichhörnchen ist auch mit dabei und erzählt viele Geschichten über die Bewohner des Waldes. Was gibt es denn alles in der Box zu fühlen? Und kann man aus Erde Matschknödel formen? Das und noch viel mehr gibt es heute zu entdecken.

Di 14.04.2026 | 15.00–16.30 Uhr

Petra Hölters, Naturerlebnispädagogin,
zertifizierte Phytotherapeutin
Treffpunkt vor der Kita | 1 x = 2 UStd.

Veranstaltungs-Nr. 2662620030

Wir backen für den Muttertag

Leckere Kleinigkeiten als Geschenke für Mütter –
Für Väter und/oder Opas mit Kindern ab 4 Jahren

Gemeinsam können Papas oder Opas und Kinder tolle Geschenke zaubern, die als ein kleines Dankeschön den Mamas am Sonntag überreicht werden können. Packen wir es an!

Mehr wird hier nicht verraten, damit es eine Überraschung bleibt. Wer mehr wissen möchte, meldet sich gerne im Familienzentrum, da gibt es die genauen Details.

Bitte mitbringen

- Nudelholz/Teigroller
- 2 Marmeladengläser (ca. 450 ml) zum Verpacken

Sa 09.05.2026 | 14.00–17.00 Uhr

Silvia Fröhning, Dipl. Oecotrophologin
Materialkosten 5,00 € pro Familie
1 x = 4 UStd.

Veranstaltungs-Nr. 2662620029

> KÜRTEM



Familienzentrum Die Gute Hand

Kindertagesstätte | Jahnstr. 35
und Kinderhaus | Im Binsfeld 11
51515 Kürten
Telefon 02207 708365

KIDIX® – Eltern-Kind-Kurs

Ort: Familienzentrum Die Gute Hand
Kinderhaus | Im Binsfeld 11 | 51515 Kürten

Information und Gespräch zu allen Fragen des Klein-
kindalters. Gemeinsam die Freude an Kreisspielen
und Liedern entdecken.

Begleitend zu jedem Kurs wird ein Elternabend
durchgeführt, der in der Teilnahmegebühr enthalten
ist. Der Termin hierfür wird in der Gruppe abge-
stimmt.

Sophie Klein, Studentin der Sozialen Arbeit,
Eltern-Kind-Kursleiterin

Mi 07.01. – 25.03.2026 | 09.00–10.30 Uhr

72,00 € | 12 x = 24 UStd.

Veranstaltungs-Nr. 2662620002

Mi 15.04. – 01.07.2026 | 09.00–10.30 Uhr

81,00 € | 12 x = 27 UStd.

Veranstaltungs-Nr. 2662620035

Rebecca Radermacher, Eltern-Kind-Kursleiterin

Do 15.01. – 09.04.2026 | 09.00–10.30 Uhr

75,00 € | 12 x = 25 UStd.

Veranstaltungs-Nr. 2662620025

Do 15.01. – 09.04.2026 | 10.45–12.15 Uhr

75,00 € | 12 x = 25 UStd.

Veranstaltungs-Nr. 2662620042

> KÜRTEM

Backen mit »Erdbeerinchen und der Erdbeerfee«

Für Eltern oder Großeltern mit ihren Kindern
von 2 bis 3 Jahren

Gemeinsam lesen wir eine Geschichte von
»Erdbeerinchen« und backen im Anschluss ein
leckeres Haferflocken-Früchte-Quarktörtchen
mit einem leckeren Erdbeersalat.

Außerdem überrascht euch »Erdbeerinchen
die Erdbeerfee« mit einem ganz besonderen
Erfrischungsgetränk.

Fr 17.04.2026 | 14.30–17.00 Uhr

Daniela Pelzer, Kinderpflegerin
Natalie Dietrich, Sozialpädagogin
auf Anfrage im Familienzentrum
1 x = 3 UStd.

Ort: Familienzentrum Die Gute Hand
Jahnstraße 35 | 51515 Kürten

Veranstaltungs-Nr. 2662660050



Foto: Nataly Studio/shutterstock.com

> KÜRTEN

Elternstart NRW

Für Eltern mit ihren Juli bis September 2025
geborenen Babys

Mo 12.01. – 09.02.2026 | 11.00 – 12.30 Uhr

Anne Berger, Sonderpädagogin
gebührenfrei | 5 x = 10 UStd.

Ort: Calendula Kürten
Im Winkel 7 | 51515 Kürten

Veranstaltungs-Nr. 2662620040



Anschlussangebot

Begleitung im ersten Lebensjahr

Für Eltern mit ihren Juli bis September 2025
geborenen Babys

Mo 23.02. – 13.07.2026 | 11.00 – 12.30 Uhr

Anne Berger, Sonderpädagogin, Lehrerin
118,80 € | 18 x = 36 UStd.

Ort: Calendula Kürten
Im Winkel 7 | 51515 Kürten

Veranstaltungs-Nr. 2662620041

Elternstart NRW

Für Eltern mit ihren Oktober
bis Dezember 2025 geborenen Babys

Mo 02.02. – 09.03.2026 | 09.00 – 10.30 Uhr

Petra Köser, Erzieherin
gebührenfrei | 5 x = 10 UStd.

Ort: Calendula Kürten
Im Winkel 7 | 51515 Kürten

Veranstaltungs-Nr. 2662620026



Anschlussangebot

Das erste Lebensjahr

Für Eltern mit ihren Oktober
bis Dezember 2025 geborenen Babys

Mo 16.03. – 07.09.2026 | 09.00 – 10.30 Uhr

Petra Köser, Erzieherin
115,50 € | 17 x = 35 UStd.

Ort: Calendula Kürten
Im Winkel 7 | 51515 Kürten

Veranstaltungs-Nr. 2662620027



> KÜRTEN

Anschlussangebot

Begleitung im ersten Lebensjahr

Für Eltern mit ihren Dezember 2024
bis April 2025 geborene Babys

Fr 13.02. – 13.03.2026 | 10.45 – 12.15 Uhr

Sophie Klein, Studentin der Sozialen Arbeit,
Eltern-Kind-Kursleiterin
33,00 € | 5 x = 10 UStd.

Ort: Calendula Kürten
Im Winkel 7 | 51515 Kürten

Veranstaltungs-Nr. 2662620036

Anschlussangebot

Begleitung im ersten Lebensjahr

Für Eltern mit ihren Juni 2025
bis August geborene Babys

Fr 17.04. – 10.07.2026 | 09.00 – 10.30 Uhr

Sophie Klein, Studentin der Sozialen Arbeit,
Eltern-Kind-Kursleiterin
89,10 € | 12 x = 27 UStd.

Ort: Calendula Kürten
Im Winkel 7 | 51515 Kürten

Veranstaltungs-Nr. 2662620037

Elternstart NRW

Für Eltern mit ihren Dezember 2025
bis Februar 2026 geborenen Babys

Fr 17.04. – 22.05.2026 | 10.45 – 12.15 Uhr

Sophie Klein, Studentin der Sozialen Arbeit,
Eltern-Kind-Kursleiterin
gebührenfrei | 5 x = 10 UStd.

Ort: Calendula Kürten
Im Winkel 7 | 51515 Kürten

Veranstaltungs-Nr. 2662620038



Anschlussangebot

Begleitung im ersten Lebensjahr

Für Eltern mit ihren Dezember 2025 bis Februar
2026 geborenen Babys

Fr 29.05. – 10.07.2026 | 10.45 – 12.15 Uhr

Sophie Klein, Studentin der Sozialen Arbeit,
Eltern-Kind-Kursleiterin
46,20 € | 7 x = 14 UStd.

Ort: Calendula Kürten
Im Winkel 7 | 51515 Kürten

Veranstaltungs-Nr. 2662620039

> KÜR TEN



Familienzentrum St. Johann-Baptist Kürten

Bergstraße 16
51515 Kürten
Telefon 02268 7475

Turngruppe-Spiel-Spaß-Bewegung

Für Eltern mit ihren Kindern von 1 bis 6 Jahren –
Mitnahme von Geschwisterkind möglich

Mit unserem Angebot möchten wir in der Turnhalle
kreative Bewegungsspiele trainieren und motorische
Fähigkeiten spielerisch fördern.

Bei unserer Turngruppe darf die Bewegung in allen
Facetten ausgelebt werden.

Sa 17.01. – 28.02.2026 | 10.00 – 12.15 Uhr

Termine können einzeln besucht werden.

Natalie Glanz, Tagespflegeperson
Janine Pelzer, Pädagogische Fachkraft
4 x = 12 UStd.

Veranstaltungs-Nr. 2662620057

> KÜR TEN

So bunt ist unser Wald

Fortsetzung des offenen Bastel- und
Bewegungsangebot für Eltern mit ihren
Kindern von 1 bis 3 Jahren

Mit unserem offenen Angebot an zwei Terminen
im zweiten Halbjahr, möchten wir Kinder und ihre
Eltern für die Natur begeistern. Kinder möchten die
Umgebung mit allen Sinnen erforschen.
Wir erleben ganz entspannt die Natur und den
Umgang mit Naturmaterial. Wir möchten uns Zeit
für die »Kleinen« nehmen, zuhören wie Blätter
rauschen, den Boden erkunden, verschiedene
Untergründe beschreiten und spannende Angebote
gestalten.

Sa 09.05. – 18.07.2026 | 10.00 – 12.15 Uhr

(09.05. | 25.05. | 06.06. | 20.06. |
04.07. | 18.07.2026)

Termine können einzeln besucht werden.

Natalie Glanz, Tagespflegeperson
Janine Pelzer, Pädagogische Fachkraft
6 x = 18 UStd.

Veranstaltungs-Nr. 2662620056

Frühlingserwachen – Eine Bewegungslandschaft mit Biene, Ameise und Co.

Bewegungsangebot für Eltern
mit Kindern im Alter von 3 bis 6 Jahren

Es wird wieder sportlich! Doch nicht nur tolle
Bewegungserfahrungen stehen bei dieser Turn-
stunde im Mittelpunkt, sondern auch die Themen:
Farben und Insekten. Lasst uns gemeinsam den
Frühling entdecken!

Do 16.04.2026 | 15.30 – 17.00 Uhr

Angela Bosbach, Übungsleiterin
1 x = 2 UStd.

Veranstaltungs-Nr. 2662620058

> KÜR TEN

Musikmäuse an einem Sommernachmittag

Für Eltern und Großeltern mit ihren Kindern ab 2 Jahren

Kinder haben eine natürliche Freude am Musizieren, Singen, Experimentieren und an Bewegung. Auf spielerische Weise werden die Kinder an die Musik herangeführt und können gemeinsam mit ihren Eltern oder Großeltern nicht nur die eigene Stimme und ihren Körper entdecken. Klanghölzer, Rasseln, Glöckchen und andere Instrumente dürfen natürlich nicht fehlen.

Bitte mitbringen

Gerne können Hausschuhe oder dicke Socken mitgebracht werden.

Fr 12.06.2026 | 15.30 – 17.00 Uhr

Kathrin Benkel, Dipl. Pädagogin

1 x = 2 UStd.

Veranstaltungs-Nr. 2662620051



Foto: Barbara Bechtloff

Erzbistum
Köln



Möchten Sie
sich als
Kursleitung
(weiter)
qualifizieren?

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



Foto: Jane Dunker

www.mitarbeiterfortbildung.de



Foto: FBS

SONSTIGES

> BENACHBARTE EINRICHTUNGEN

Katholisches Bildungswerk

Laurentiusstr. 4–12 | 51465 Bergisch Gladbach
 Telefon 02202 9363950
 Telefax 02202 9363980
 E-Mail info@bildungswerk-gladbach.de
 Internet www.bildungswerk-gladbach.de

Thomas Morus Akademie

Overather Str. 51–53 | 51429 Bergisch Gladbach
 Telefon 02204 408472
 Telefax 02204 408420
 E-Mail akademie@tma-bensberg.de
 Internet www.tma-bensberg.de

Bildungswerk der Arbeiterwohlfahrt

Am Birkenbusch 59 | 51469 Bergisch Gladbach.
 Telefon 02202 245296 oder 245297
 Telefax 02202 245386
 E-Mail bildungswerk@awo-rhein-oberberg.de
 Internet www.bildungswerk-awo-rhein-oberberg.de

Deutsches Rotes Kreuz

Familienbildungsstätte Haus der Familie
 Franz-Heider-Str. 58 | 51469 Bergisch Gladbach
 Telefon 02202 9599016
 Telefax 02202 9599017
 E-Mail fbw@rhein-berg.drk.de

Familienbildungsstätte in Bensberg e. V.

Sattlerweg 8 | 51429 Bergisch Gladbach
 Telefon 02204 404450
 Telefax 02204 4044511
 E-Mail info@fivev.de
 Internet www.fibev.de

Volkshochschule Overath/Rösrath

Schulstr. 15 | 51491 Overath
 Telefon 02204 97230
 E-Mail pro@vhs-overath-roesrath.de
 Internet www.vhs-overath-roesrath.de

Volkshochschule Bergisch Land

Bürgerstr. 28 | 42929 Wermelskirchen
 Telefon 02196 947040
 Telefax 02196 9470450
 E-Mail zentrale@vhs-bergisch-land.de
 Internet www.vhs-bergisch-land.de

Volkshochschule Bergisch Gladbach

Haus Buchmühle
 Buchmühlenstr. 12 | 51465 Bergisch Gladbach
 Telefon 02202 142263
 Telefax 02202 142277
 E-Mail anmeldung@vhs-gl.de
 Internet www.vhs-gl.de

> QUALITÄTSMANAGEMENT



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 unserer Familienbildungsstätte!

Mit Dank und freundlichem Gruß
Bettina Goebel | Leiterin

> ALLGEMEINE GESCHÄFTSBEDINGUNGEN

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

Geltungsbereich

Die folgenden Allgemeinen Geschäftsbedingungen regeln das Verhältnis zwischen Ihnen als Teilnehmer/in einer Veranstaltung und der Bildungseinrichtung.

Abweichende Allgemeine Geschäfts- oder Veranstaltungsbedingungen haben keine Gültigkeit.

Anmeldung

Bitte nutzen Sie für die Anmeldung die 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 Teilnahmebetrags, 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 Kostenerstattung entsteht dadurch nicht.

Anmeldung für Veranstaltungen mit Kooperationspartnern

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

Online-Anmeldung

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

Zahlungsweise

Den Teilnahmebetrag können Sie durch SEPA-Lastschriftinzug, 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-Lastschriftinzug nicht zustimmen wollen, müssen Sie die Kursgebühr umgehend bezahlen.

> ALLGEMEINE GESCHÄFTSBEDINGUNGEN

SEPA-Lastschriftinzug

Das Lastschriftinzugsverfahren wird mit der Gläubiger-Identifikationsnummer DE50SGL00000304425 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 Lastschriftinzüge, 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 Teilnahmebetrags 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 Nichterscheinen oder vorzeitigem Beenden der Teilnahme ist die volle Teilnehmerbetrag zu zahlen. Für Veranstaltungen im Bereich der beruflichen Qualifikationen (z. B. Schultag und 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.

> ALLGEMEINE GESCHÄFTSBEDINGUNGEN

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 Programmbereichen 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.

> ALLGEMEINE GESCHÄFTSBEDINGUNGEN

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 Erziehungsberechtigten.

Haftung und Datenschutz

Die Bildungseinrichtung übernimmt keine Haftung bei Beschädigungen, Unglücksfällen, Verlusten, Verspätungen oder sonstigen Unregelmäßigkeiten.

Ihre persönlichen Daten werden unter Beachtung der geltenden Datenschutzbestimmungen des Kirchlichen Datenschutzgesetzes (KDG) elektronisch gespeichert. Eine Weitergabe der Daten an Dritte findet nur auf gesetzlicher Grundlage oder Ihre ausdrückliche Zustimmung statt.

Dies gilt für alle bei der Anmeldung aufgenommenen Daten sowie für eventuell erfasste Daten im Zusammenhang mit Befragungen. Die Einzelheiten entnehmen Sie bitte unserer Datenschutzerklärung. <https://bildung.erzbistum-koeln.de/bw-erzdioezese-koeln-ev/datenschutz/>

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

Digitale Kursangebote

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

Fundsachen

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

> DIGITALE VERANSTALTUNGEN

Digitale Veranstaltungen

Hinweis für Teilnehmende



Online-Veranstaltung

Diese Veranstaltungen werden ausschließlich online durchgeführt.



Blended Learning Veranstaltung

Diese Veranstaltungen werden teilweise als Präsenzveranstaltung und teilweise online durchgeführt.



Hybrid-Veranstaltung

Diese Veranstaltungen werden gleichzeitig als Präsenz- und als Online-Veranstaltung durchgeführt.

Für alle digital durchgeführten Veranstaltungen über den Dienstleister Zoom beachten Sie bitte folgenden Hinweis:

Zugang zur digitalen Veranstaltung über Zoom

Um an der Veranstaltung teilnehmen zu können, wird kurz vor dem Veranstaltungsbeginn ein Zugangs-Link über »Zoom« an die von Ihnen angegebene E-Mail-Adresse versendet. Über diesen Link

gelangen Sie auf die Plattform von Zoom und können dann an dieser Veranstaltung teilnehmen. Mit der Teilnahme erklären Sie sich mit der Weitergabe Ihrer E-Mail-Adresse einverstanden. Weiteres zur Verarbeitung entnehmen Sie der hier im Anschluss folgenden Datenschutzerklärung. Diese digitale Veranstaltung kann vom Moderator für interne Zwecke aufgezeichnet werden. In diesem Fall können Sie wunschgemäß Ihre Videofunktion deaktivieren und als Pseudonym/Nickname beitreten.

Technische Voraussetzungen zur Nutzung von digitalen Angeboten über Zoom:

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

Detailliertere Systemvoraussetzungen

erhalten Sie unter: <https://support.zoom.us>

Bitte prüfen Sie vor Buchung eines digitalen Kursangebotes ob Sie über die notwendigen technischen Voraussetzungen verfügen. Diese können Sie über die Internetseite <https://zoom.us/test> testen.

> DATENSCHUTZERKLÄRUNG

Datenschutz-Informationspflichten gemäß § 15 KDG

Verantwortlicher

Bildungswerk der Erzdiözese Köln e.V.
Marzellenstr. 32 | 50668 Köln
Tel. +49 221 1642-1219
E-Mail: info@bildungswerk-ev.de

Betrieblicher Datenschutz

Bildungswerk der Erzdiözese Köln e.V.
Marzellenstr. 32 | 50668 Köln
E-Mail: datenschutz@bildungswerk-ev.de

Datenkategorien

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

Zwecke und Rechtsgrundlage der Datenverarbeitung

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

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

> DATENSCHUTZERKLÄRUNG

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

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

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

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

Weitergabe an Dritte

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

Sollte die Verarbeitung auf Basis einer gemeinsamen Verantwortung gemäß § 28 KDG erfolgen, werden die Verantwortlichkeiten mit den Kooperations-/Vertragspartnern vertraglich geregelt und die Betroffenen rechtzeitig und transparent darüber informiert.

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

> DATENSCHUTZERKLÄRUNG

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

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

Geplante Datenübermittlung an Drittstaaten

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

Aufbewahrungsfristen/ Regelfristen für die Löschung der Daten

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

Automatisierte Entscheidungsfindung oder Profiling

Wir führen keine automatisierte Entscheidungsfindung oder Profiling durch.

> DATENSCHUTZERKLÄRUNG

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

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

Widerrufsrecht bei Einwilligung, § 8 Abs. 6 KDG

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

Recht zur Beschwerde bei einer Aufsichtsbehörde

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

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

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

> PARKMÖGLICHKEITEN

Parkmöglichkeiten in der Innenstadt

Parkplatz Buchmühle
Parkpalette (Zufahrt von Odenthaler Straße)
Parkhaus Marienberg
Parkhaus Bergischer Löwe
Parkhaus Loewen-City Center
Parkhaus Joh.-Wilhelm-Lindlar-Straße

> IMPRESSUM

Träger

Bildungswerk der Erzdiözese Köln e.V.
Marzellenstraße 32 | 50668 Köln

Einrichtung

Katholische Familienbildungsstätte Bergisch Gladbach
In Trägerschaft des Bildungswerks
der Erzdiözese Köln e. V.
Laurentiusstr. 4–12 | 51465 Bergisch Gladbach
Telefon 02202 936390 | Telefax 02202 93639-55

Redaktion

Bettina Goebel

Satz

Barbara Schwerdtfeger | Bonn

Druck

gronenberg gmbH & co. kg | Wiehl
www.gronenberg.de

> ANMELDUNG

Verbindliche Anmeldung (Bitte füllen Sie alle Felder vollständig aus)

Mit dieser verbindlichen Anmeldung verpflichte ich mich zur Zahlung der Kursgebühr. Eine schriftliche Abmeldung ist bis zu 7 Tage vor Kursbeginn möglich (außer Veranstaltungen mit Übernachtung). Die Teilnahmebedingungen habe ich gelesen und erkenne sie an. Katholische Familienbildungsstätte Bergisch Gladbach Laurentiusstr. 4–12 | 51465 Bergisch Gladbach IBAN: DE32 3705 0299 0311 0174 36 | BIC: COKSDE33XXX

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

Ich melde mich verbindlich zu folgenden Veranstaltungen an:

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

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

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



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

> ANMELDUNG

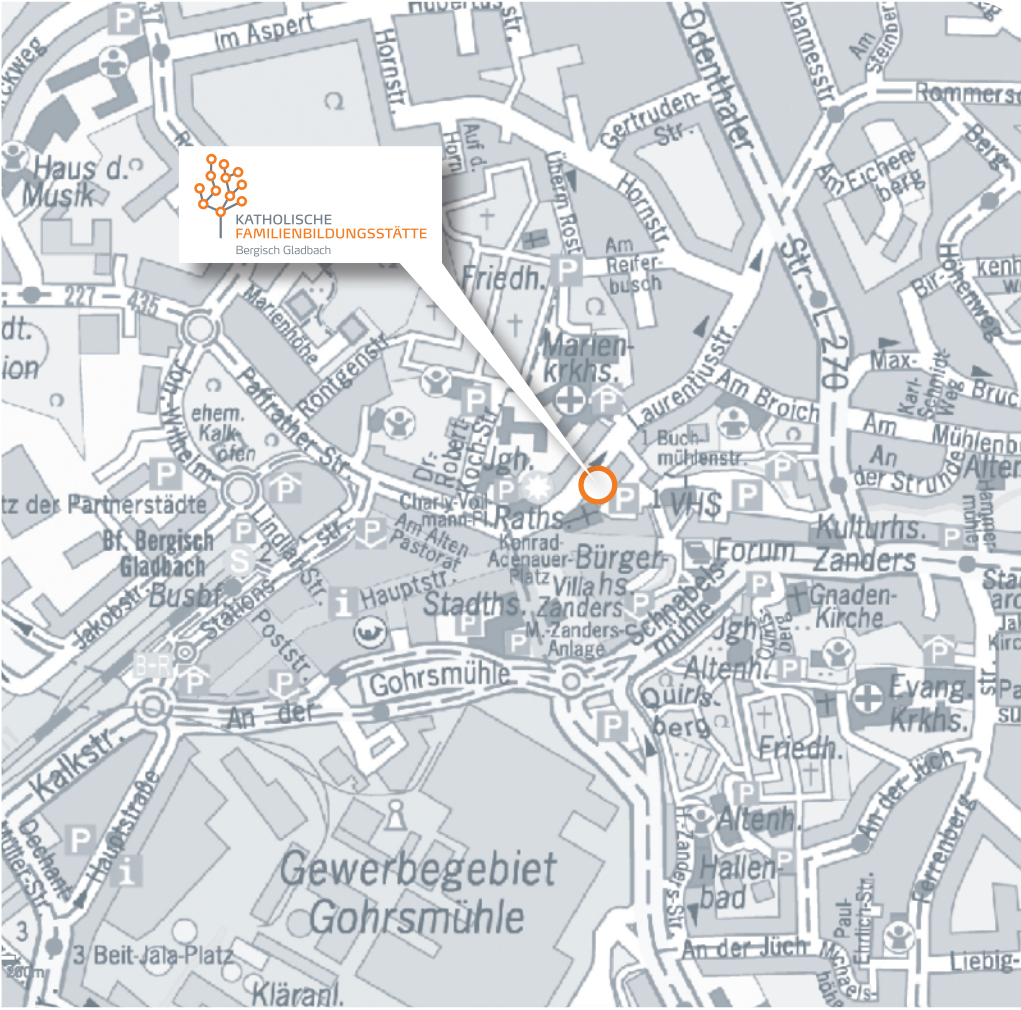
Wiederkehrendes SEPA-Lastschriftmandat mit späterer Mitteilung der Mandatsreferenz:
Katholische Familienbildungsstätte Bergisch Gladbach | Laurentiusstr. 4-12 | 51465 Bergisch Gladbach

Gläubiger-Identifikationsnummer DE50SGL00000304425
Mandatsreferenz wird separat mitgeteilt.

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

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

Kontoinhaber Name	Vorname
Straße, Hausnummer	Postleitzahl, Ort
Kreditinstitut	BIC
IBAN	
Datum/Ort	Unterschrift



Stadtplan: Rheinisch-Bergischer Kreis, Verm.- und Katasteramt, 2017



Besuchen Sie uns auch auf



Katholische Familienbildungsstätte Bergisch Gladbach

Laurentiusstraße 4–12 | 51465 Bergisch Gladbach

Telefon 02202 93639-0 | Telefax 02202 93639-55

info@fbs-gladbach.de | www.fbs-gladbach.de