

PROGRAMM 02/2026

August bis Dezember

Kurse | Seminare | Begegnungen



KATHOLISCHE
FAMILIENBILDUNGSSTÄTTE
Euskirchen – Haus der Familie



KATHOLISCHES
BILDUNGSWERK
Kreis Euskirchen



Foto: © E. Spiller

VORWORT

Wenn in der zweiten Jahreshälfte das Programmheft erscheint, steht der Herbst und Winterbeginn vor der Tür. Wetterbedingt werden Aktivitäten draußen eher geringer als zur Frühlings- und Sommerszeit. Eine Zeit der Ernte, der Ruhe und Vorbereitung auf die Zeit der Feste im Herbst/Winter beginnt.

In dieser Zeit laden wir Sie ein, in unserem Programm Veranstaltungen zu finden, die Ihnen die Möglichkeit geben, neue Kenntnisse und Fähigkeiten in Ihren Alltag einzubringen. Sie können allein oder als Paar zusammen indisch kochen und dabei andere Kochtechniken kennenlernen. Oder Sie nehmen zur Stärkung des Familienalltags am Resilienztraining teil.

Wenn Sie Familie im Werden sind, laden wir Sie zu unseren Kursen während der Schwangerschaft ein. Sie können anschließend in den Eltern-Kind-Kursen unterwegs sein und erleben in gestalteter Umgebung für die Kinder Gemeinschaft, Informationen zum Elternsein, Anregungen für die Kinder und sich in der Gestaltung der Jahreszeiten.

In den Herbstferien bieten wir besondere Veranstaltungen für Eltern und Kinder an. Ihre Aufmerksamkeit lenken wir auf eine Veranstaltung, die Ihre Gesundheit und gleichzeitig den Schutz der Umwelt fördert: »Pflanzenbetont genießen – Hülsenfrüchte als Herzstück einer gesunden und nachhaltigen Ernährung« am 17.11.2026

Stöbern Sie gerne in unserem Programm auch online unter www.fbs-euskirchen.de. Hier finden Sie aktuelle Ergänzungen unseres Angebotes im laufenden Halbjahr!

Das Team im Haus der Familie heißt Sie herzlich willkommen!

**Im Namen des Teams
Anne Schmidt-Keusgen**

WIR ÜBER UNS

Katholische Familienbildungsstätte Euskirchen – Haus der Familie
Katholisches Bildungswerk im Kreis Euskirchen



Die beiden katholischen Bildungseinrichtungen sind staatlich anerkannte Einrichtungen der Erwachsenenbildung nach dem 1. Weiterbildungsgesetz des Landes Nordrhein-Westfalen, in Trägerschaft des Bildungswerkes der Erzdiözese Köln e. V. Die Einrichtungen sind Mitglieder im Verbund Qualitätsmanagement und nach DIN EN ISO 9001 zertifiziert.

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 ÜBER UNS



Katholische Familienbildungsstätte Haus der Familie
Herz-Jesu-Vorplatz 5 | 53879 Euskirchen

Telefon 02251 95711-20
E-Mail info@fbs-euskirchen.de
www.fbs-euskirchen.de

Kursanmeldungen
Sofern nicht anders angegeben
schriftlich an Haus der Familie
Herz-Jesu-Vorplatz 5 | 53879 Euskirchen
oder an info@fbs-euskirchen.de

Bürozeiten
Mo – Fr 09.00 – 12.00 Uhr

Bankverbindung
Bildungswerk der Erzdiözese Köln e.V.
Sparkasse KölnBonn
IBAN DE67 3705 0198 1900 6547 48
BIC COLSDE33

Kursbetrieb
07.09. – 19.12.2026 | Alle Kursangebote finden – soweit nichts anderes angegeben ist – im Haus der Familie statt.

Das Büro ist für den Publikumsverkehr geschlossen
03.08. – 21.08.2026
19.10. – 31.10.2026
22.12.2026 – 06.01.2027



Kath. Bildungswerk im Kreis Euskirchen
Geschäftsstelle Euskirchen/Rhein-Sieg l.rh
Kirchplatz 1 | 53340 Meckenheim

Telefon 02225 9220-22
E-Mail info@bildungswerk-euskirchen.de
www.bildungswerk-euskirchen.de

Kursanmeldungen für das Kath. Bildungswerk in der Regel beim örtlichen Kooperationspartner

Bürozeiten
09.00 – 12.00 Uhr

Bankverbindung
Bildungswerk der Erzdiözese Köln e.V.
Sparkasse KölnBonn
IBAN DE68 3705 0198 1900 6547 30
BIC COLSDE33

Hinweis zur Barrierefreiheit

Die Lehrküche sowie Teile des UG sind über den Eingang Kalkstraße barrierefrei zugänglich. Barrierefreies WC ist vorhanden. Bei Bedarf ist die kostenlose Anmeldung von Begleitpersonen möglich. Bitte sprechen Sie uns an, wenn Sie Fragen haben.

> WIR ÜBER UNS

Ihr Team für die beiden Bildungseinrichtungen



Leiterin

Anne Schmidt-Keusgen

Telefon 0155 60679208
schmidt-keusgen@fbs-euskirchen.de

Zuständigkeit: Bad Münstereifel,
Euskirchen, Mechernich-Kommern,
Weilerswist, Zülpich, Glaube –
Sinn – Werte, Kultur



Pädagogische Mitarbeiterin

Miriam Zavelberg

Telefon 02251 95711-60
zavelberg@fbs-euskirchen.de

Zuständigkeit: Glaube –
Sinn – Werte, Familie,
Gesundheit, Gesellschaft,
Qualifizierung, Persönliche
Entwicklung



Pädagogische Mitarbeiterin

Elena Schulz

Telefon 02251 95711-27
schulz@bildungswerk-euskirchen.de

Zuständigkeit: Integrationskurse mit
dem Bundesamt für Migration und
Flüchtlinge (BAMF), Hauswirtschaft



Verwaltungsteam

Haus der Familie

Gisela Kursch

Mo, Mi, Do und Fr
Telefon 02251 95711-24
kursch@fbs-euskirchen.de



Barbara Mechela-Trippe

Mo und Di am Vormittag
Telefon 02251 95711-20
info@fbs-euskirchen.de



Iris Roitzheim

Do
Telefon 02251 95711-20
info@fbs-euskirchen.de



Verwaltung Sprach- und Integrationskurse im Kreis Euskirchen (BAMF und ANN)

Daniela Tiersch

Mo – Do
Telefon 02251 95711-26
tiersch@bildungswerk-euskirchen.de



Verwaltung Bildungswerk

Sylke Krause

Mo – Do
Telefon 02225 9220-22
info@bildungswerk-euskirchen.de

Zuständigkeit: Verwaltung
Bildungswerk außer Sprach- und
Integrationskurse

Mitarbeiterinnen der Hauspflege

Ljudmila Gross

Irina Lazarev

Svetlana Rosin

> WIR ÜBER UNS

Katholische Erwachsenenbildungseinrichtungen im Kreisdekanat Euskirchen

Die Katholischen Erwachsenenbildungseinrichtungen in Trägerschaft des Bildungswerks der Erzdiözese Köln e.V. im Kreisdekanat Euskirchen sind Zweigstellen der Geschäftsstelle Euskirchen/Rhein-Sieg lrh. Sie arbeiten eng zusammen, unterstützen, ergänzen sich bei der Bildungsarbeit im Kreisdekanat Euskirchen.



Das Haus der Familie unterstützt Menschen in verschiedenen Lebenslagen mit Veranstaltungen in der Familienbildungsstätte und in Familienzentren. An Interessierte jeden Alters richten sich die Themen rund um Ehe und Partnerschaft, Schwangerschaft und Geburt, Leben mit Kindern, Gesundheit und Ernährung, Persönlichkeitsbildung, Gesellschaft und Religion. Es gibt Weiterbildungen für Kleinkindbetreuung, Betreuungskräfte im Offenen Ganztage und für Pflegeeltern.

Besondere Hinweise

Die Veranstaltungen sind für alle Personen offen. Programmänderungen bleiben vorbehalten. Die allgemeinen Geschäftsbedingungen finden Sie auf Seite 136.

Hinweis zu Ermäßigungen

Kursgebühr-Ermäßigungen sind möglich. Weitere Informationen ab Seite 133 oder sprechen Sie uns an.



Das Katholische Bildungswerk Euskirchen ist zuständig für das Kreisdekanat Euskirchen. Es unterstützt die Bildungsarbeit der Pfarreien, der kirchlichen Verbände und Institutionen sowie Kommunen. Das Programmangebot umfasst ein breites Themenspektrum. Das Katholische Bildungswerk versteht sich als Ansprechpartner für Haupt- und Ehrenamtliche. Es unterstützt seine Partner bei der Planung, der Suche nach Themen und Referenten und der administrativen Arbeit. Außerdem übernimmt es einen Teil der Honorarkosten und ist bei der Bewerbung behilflich.

Besuchen Sie uns auch auf Instagram



> INHALTSVERZEICHNIS

Highlight-Veranstaltungen

Leben mit Mehrwert	12
Menschheitsgeschichte zum Anfassen	12
Weihnachts-Werkstatt	13
Pflanzenbetont genießen	13
Angst verstehen – innere Sicherheit stärken	14
Stärkung des Familienalltags	14
Ein Notfallrucksack zur Selbstregulation	15

Glaube – Sinn – Werte

St. Kunibert in Sinzenich – Kirchenführung	18
Die Stammütter Jesu kennenlernen	18
Familien-Gottesdienste in St. Martin	19

Ehe und Partnerschaft

Indisch Kochen für Paare	22
Stärkung des Familienalltags	22
KEK-kompakt	23

Rund um die Geburt

Yoga in der Schwangerschaft	26
Yoga für Mütter mit Babys ab 3 Monaten	27
Elternschule im Marienhospital Euskirchen	28

Leben mit Kindern

Elterncafé im Siechhaus	32
Zähneputzen kann so viel mehr als nur Zahnpflege sein	33
Wickeln – Raum und Zeit für Begegnung und Entwicklung	34
Mein Kind spielt nicht ohne mich!	35
Abschied von der Windel	35
Stärkung des Familienalltags	36
Kontaktabbrüche in der Familie	36
Babynest – leichter Start mit Kind	37
Offener Treff – Elternstart NRW	38
Elternstart NRW	38
Eltern-Kind-Kurs in Orientierung an Emmi Pikler – Das erste Lebensjahr	39
Eltern-Kind-Kurs in Orientierung an Emmi Pikler – Das zweite, dritte Lebensjahr	39
kidix®-Eltern-Kind-Kurse: Kinderzeit, Elternzeit, gemeinsam erleben	40
Freiraum und Geborgenheit	41
Bewegung für Kleinkinder	42
Freude an Bewegung	43
Sandküche	44
Familienyoga	46
Wir schnitzen einen Bogen und treffen eine Zielscheibe	47
Herbst-Werkstatt	47
Weihnachts-Werkstatt	47
Menschheitsgeschichte zum Anfassen	48

> INHALTSVERZEICHNIS

Qualifizierung

Babysitting-Kurs	52
Betreuung von Kleinkindern	53
Fortbildungen Kindertagespflege	54
SchulTag Grundkurs	60
Schulungen für Pflegeeltern	61

Persönliche Entwicklung

Gesundes Sprechen	66
Körperpräsenz, Emotionen, Stimme	66
Lerne dein Handy kennen	67
Digitaler Personalausweis und Bund-ID	67

Kultur

Einstieg in die Aquarellmalerei	70
Einstieg in lebensnahe Skizzen & anatomisches Zeichnen	70

Gesundheit

Pflegekurs EduKation Demenz® (Angehörige)	74
Angst verstehen – innere Sicherheit stärken	74
MBSR – Achtsamkeitstraining	75
Ein Notfallrucksack zur Selbstregulation	75
Wahrnehmen und erleben, was gerade ist	76
Qigong Yangsheng	76
Wohltuende Auszeit auf der Matte mit Yin Yoga	77
Frauen – Zeit miteinander zu wachsen	77
Lachyoga	78
Yoga zur sanften Mobilisation	78
Faszienyoga	79
Hatha-Yoga mit Elementen des Ayur-Yoga	79
Yoga Nidra und heilsames Strömen	80
Pilates	80
Starker Rücken	81
Aerobic für Frauen	81

Haushalt und Familienkultur

Nähen für Anfänger und Fortgeschrittene	84
Nähworkshop »Kurz mal nähen«	85
Abendnähen Nähmaschinenpflege	86
Nähen für die Weihnachtszeit	87
Pflanzenbetonte Ernährung	88
Mit Ayurveda gut durch die Winterzeit	88
The Great Indian Festive Thali	89
Herbstgerichte	90
Indische Herbstküche	90
Vollwertig Brot und Brötchen backen	91
Tolle Knolle – die Süßkartoffel	91
Reihenkochkurse	92
Kochen und Klönen	94

> INHALTSVERZEICHNIS

Angebote in Familienzentren

Gemeinsam musizieren mit einfachen Instrumenten	98
Drumcircle	98
Sing Dich frei	99
Autobiographisches Schreiben – Wie war das denn früher?	99
Naturapotheke – Heilpflanzen für die Erkältungszeit	100
Tobis kleines Weihnachtswunder – Figuren-Theater	101
Kochen und backen mit Kindern ab 4 Jahren Kiefernweg Euskirchen	102
Yoga für Anfänger und Fortgeschrittene Gottfried-Disse-Straße Euskirchen	103
Deutsch im Alltag Frauenbergerstraße Euskirchen	104
Yoga für Anfänger und Fortgeschrittene Großbüllesheim	105
Fit mit Gymnastik Kleinbüllesheim	106
Väter! Zeit für Kinder Kleinbüllesheim	107
Fit mit Pilates Stotzheim	108
Kochen und Backen mit Schulkindern Stotzheim	109
Bunter Herbstwald Stotzheim	109
Gemeinsam schmeckt's besser Stotzheim	109
Sanftes Yoga Bad Münstereifel	111
Lego-Tag mit Papa, Onkel, Opa Bad Münstereifel	111
Eltern-Kind-Kurs Kommern	112
Qigong und Yoga Weilerswist	113
Kochkurse Weilerswist	115
Die Boote der Feen Niederelvenich	116
Hochsensible Kinder – Vertiefung Niederelvenich	116
Naturheilkundliche Hausapotheke Niederelvenich	117

Veranstaltungen des Bildungswerks im Kreis Euskirchen

Präventionsschulung Basis Plus	120
Literaturgesprächskreis der ev. Kirche Euskirchen	121
Fallbesprechung/Unterstützung von Hospizbegleiter*innen	121
Blick ins eigene Lebenshaus Haus Maria Rast	122
Dir Raum geben Haus Maria Rast	124
Frauenfrühstück mit religiösen Impulsen Haus Maria Rast	125
Leben mit Mehrwert Haus Maria Rast	126
Hölderlin oder Weshalb ein Denker zum Dichter wird	127
St. Kunibert in Sinzenich	127
A1 Sprachkurs für Geflüchtete	128
Ferien-Deutschkurs für Zugewanderte und Geflüchtete	128
575 Hauptkurs BAMF Allgemeiner Integrationskurs Haus der Familie Euskirchen	129
575 Modul 1 BAMF Allgemeiner Integrationskurs Haus der Familie Euskirchen	129
557 Modul 6 BAMF Allgemeiner Integrationskurs Haus der Familie Euskirchen	129

Sonstiges

Qualitätsmanagement Bildungsurlaub Geschäftsstellen Ermäßigungen	132–133
KÖB – Katholische öffentliche Büchereien	135
Allgemeine Geschäftsbedingungen	136
Digitale Veranstaltungen – Hinweis für Teilnehmende Datenschutzerklärung	139–142
Impressum Wegbeschreibung Anmeldeformulare	143–145

HIGHLIGHT-
VERANSTALTUNGEN

> HIGHLIGHT-VERANSTALTUNGEN

Leben mit Mehrwert

Was bedeutet ein Leben mit Mehrwert? –
Erfahren Sie mehr über den Mehrwert

Ein Leben mit Mehrwert bedeutet, die eigene Würde zu erkennen, daraus zu leben und das göttlich gegebene Charisma zu entfalten. Jeder trägt einzigartige Gaben in sich, die durch die Entscheidung zu täglichem Wachstum – spirituell, emotional und menschlich – zum Leuchten gebracht werden. Geführt von Gottes Liebe, sehen wir das Gute im Anderen und verbessern die Welt durch unseren Beitrag. Dabei gehen wir nicht allein, sondern in der Gemeinschaft mit Gott in unserer Glaubensgemeinschaft.

Sr. Regina-Maria Domberger
Teilnahme-Gebühr auf Anfrage | 1 x = 3 UE
Ort: Bildungsstätte Haus Maria Rast
Josef-Kentenich-Weg 1 | 53881 Euskirchen



Do 10.09.2026 | 10.00–12.15 Uhr
Veranstaltungs-Nr. 2618730030

Weitere Termine
auf Seite 126

Menschheitsgeschichte zum Anfassen

Anthropologische Ferienworkshops für Eltern
mit Vorschulkindern

Anthropologie ermöglicht es uns, unseren Körper, unsere Geschichte und unsere vielfältigen Kulturen besser zu verstehen – und das gilt nicht nur für Erwachsene, sondern auch für Kinder. Ein anthropologisches Bewusstsein öffnet damit ein helles, weites Fenster zur Welt. In einer speziell vorbereiteten, anregenden Umgebung entdecken wir die Entwicklungsgeschichte des Menschen.

Wir begeben uns auf eine chronologische Reise von den Anfängen der Menschheit und beleuchten dabei auf kindgerechte Art und Weise die entscheidenden Wendepunkte unserer Geschichte: der aufrechte Gang, die Nutzung der Hände, der Gebrauch von Werkzeugen, die Entdeckung des Feuers und die Idee von »Zuhause« und Sesshaftigkeit.

Die Termine sind unabhängig voneinander buchbar.

1. Termin: Steh auf!

Menschheitsgeschichte zum Anfassen

Mo 26.10.2026 | 15.00–16.00 Uhr
Hamdiye Müge Tuzcu Karakoc, Anthropologin
Teilnahme-Gebühr 5,00 € | 1 x = 1 UE
Ort: Kath. Familienbildungsstätte Euskirchen
Herz-Jesu-Vorplatz 5 | 53879 Euskirchen
Veranstaltungs-Nr. 2668620122

Weitere Termine
auf Seite 48

> HIGHLIGHT-VERANSTALTUNGEN



Foto: Oksana Slepko/shutterstock.com

Weihnachts-Werkstatt

Für Erwachsene mit Kindern von 4 bis 6 Jahren

Die Weihnachtszeit steht vor der Tür. In dieser Weihnachtswerkstatt können Ihre Kinder/Enkel kreativ werden, und ausprobieren, was sie schon alles allein oder mit Ihrer Unterstützung schaffen können. Verschiedene weihnachtliche Bastelideen sind vorbereitet und am Ende können Sie das eine oder andere Kunstwerk mit nach Hause nehmen.

Johanna Johann, Eltern-Kind-Kursleitung
Teilnahme-Gebühr 10,00 €, inkl. Material | 1 x = 2 UE
Ort: Kath. Familienbildungsstätte Euskirchen
Herz-Jesu-Vorplatz 5 | 53879 Euskirchen

Do 03.12.2026 | 14.30–16.00 Uhr
Veranstaltungs-Nr. 2668620127

Do 03.12.2026 | 16.30–18.00 Uhr
Veranstaltungs-Nr. 2668620128

Pflanzenbetont genießen

Hülsenfrüchte als Herzstück einer gesunden
und nachhaltigen Ernährung

Wie sieht eine Ernährung aus, die nicht nur gut für uns selbst, sondern auch für unseren Planeten ist? In diesem Vortrag erhalten Sie alltagstaugliche und wissenschaftlich fundierte Impulse für eine gesunde und nachhaltige Ernährungsweise.

Aktuelle Empfehlungen zeigen: Eine überwiegend pflanzliche Ernährung kann einen wichtigen Beitrag für Gesundheit und Umwelt leisten – ohne Verbote oder erhobenen Zeigefinger. Auch tierische Lebensmittel – einschließlich Fleisch und Wurst – können weiterhin ihren Platz haben, nur eben in bewussten und maßvollen Mengen.

Ein besonderer Fokus liegt auf den oft unterschätzten Hülsenfrüchten: Linsen, Bohnen und Co. sind wahre Nährstoffwunder und vielseitiger, als viele denken. Wir räumen mit Vorurteilen auf und zeigen, wie abwechslungsreich und vor allem lecker eine pflanzenbetonte Ernährung sein kann.

Di 17.11.2026 | 18.00–19.30 Uhr
Sabine Klein, Dipl. Ökotrophologin
Verbraucherzentrale NRW eV
gebührenfrei | 1 x = 2 UE
Ort: Kath. Familienbildungsstätte Euskirchen
Herz-Jesu-Vorplatz 5 | 53879 Euskirchen
Veranstaltungs-Nr. 2668660099

> HIGHLIGHT-VERANSTALTUNGEN

**Angst verstehen –
innere Sicherheit stärken**

Ein psychoedukativer Kurs für Erwachsene

In diesem Kurs lernen Sie, Angst als eine grundlegende menschliche Emotion zu verstehen und ihre Bedeutung im eigenen Leben zu erkennen. Wir beschäftigen uns mit typischen Mustern von Angst und Stress im Alltag, und entwickeln Strategien, um diese bewusster wahrzunehmen und zu bewältigen.

Sie lernen, einen bewussteren Umgang mit innerer Anspannung zu entwickeln. Durch eine Einführung in die Grundlagen emotionaler Selbstregulation erfahren Sie, wie Sie in herausfordernden Situationen gelassener und souveräner reagieren. Dabei stehen die Stärkung Ihrer inneren Sicherheit und die Förderung Ihrer Selbstwirksamkeit im Mittelpunkt.

Durch gezielte Übungen und Reflexionen gewinnen Sie neue Perspektiven im Umgang mit belastenden Situationen. Sie erlangen nicht nur theoretisches Wissen, sondern auch praktische Fähigkeiten, die Ihnen helfen, mit Ängsten bewusster umzugehen und Ihre innere Sicherheit zu stärken.

Mo 09.11. – Mo 23.11.2026**17.30–19.45 Uhr**Sarah Acker, Heilpraktikerin für Psychotherapie
Teilnahme-Gebühr 54,00 € | 3 x = 9 UEOrt: Kath. Familienbildungsstätte Euskirchen
Herz-Jesu-Vorplatz 5 | 53879 Euskirchen**Veranstaltungs-Nr. 2668740004****Stärkung des Familienalltags**

Resilienztraining

Das Resilienztraining für Eltern stärkt individuelle Ressourcen und legt einen besonderen Fokus auf (female) Empowerment, mentale Gesundheit und Selbstwirksamkeit. Viele Belastungen im Familienalltag treten insbesondere dann auf, wenn zwischen Care-Arbeit, beruflichen Anforderungen und eigenen Bedürfnissen jongliert wird. Das Training unterstützt Sie darin, achtsam im Umgang mit sich selbst und den Familienmitgliedern umzugehen, innere Antreiber zu identifizieren und diese gegen hilfreiche Gedanken einzutauschen sowie mithilfe einer bewährten Zeit- und Aufgabenmanagementmethode den Familienalltag stressfrei zu organisieren. Alle Familienmitglieder werden von diesem achtsamen, wertschätzenden Miteinander und dem gesunden Umgang mit Stress profitieren.

Der Kurs fokussiert sich auf Selbstreflexion, praktische Tools und die Übertragung in den Alltag. Die Teilnehmenden lernen, Emotionen bewusster wahrzunehmen, hinderliche Muster zu erkennen und neue Handlungsoptionen zu entwickeln. Durch Peer Coaching, gemeinsame Übungen und alltagsnahe Strategien entsteht ein hoher Praxisbezug, der die Selbstwirksamkeit stärkt und nachhaltige Veränderungen ermöglicht.

Fr 02.10. – Fr 27.11.2026**17.00–18.30 Uhr**

Liv Margarucci, Resilienztrainerin (ALH)

Teilnahme-Gebühr 75,00 € | 5 x = 10 UE

Ort: Kath. Familienbildungsstätte Euskirchen
Herz-Jesu-Vorplatz 5 | 53879 Euskirchen**Veranstaltungs-Nr. 2668610052**

> HIGHLIGHT-VERANSTALTUNGEN

**Ein Notfallrucksack
zur Selbstregulation**

Ein praxisnaher Workshop zur Stärkung der eigenen Selbstregulation

Selbstregulation ist die Fähigkeit, die eigenen Gefühle, Gedanken und Impulse zu steuern und an verschiedene Situationen anzupassen. Eine gute Selbstregulation ist nicht nur für das Erreichen von individuellen Zielen, sondern auch im Umgang mit herausfordernden Situationen förderlich. Sie ermöglicht es uns, flexibel und angemessen auf unterschiedliche Anforderungen zu reagieren, was sowohl im privaten als auch beruflichen Kontext von großer Bedeutung ist.

In unserem Workshop lernen Sie verschiedene Methoden aus dem Yin-Yoga, dem Yoga-Coaching, dynamischer Meditation, Atemübungen etc. kennen. Diese Techniken unterstützen Sie dabei, auch in stressigen Zeiten Ihre innere Balance zu bewahren. Durch Übungen und praktische Anleitungen erfahren Sie, wie Sie Selbstregulation gezielt fördern und in Ihren Alltag integrieren können.

Der Workshop bietet einen Einstieg in verschiedene Möglichkeiten zur Selbstregulation mit Zeit für Praxis, Austausch und Integration.



Foto: photographee.eu/shutterstock.com

Bitte beachten Sie

- bequeme (Sport)Kleidung tragen
- dicke Socken mitbringen

Sa 28.11.2026 | 10.00–13.00 Uhr

Claudia Müller-Altena

Teilnahme-Gebühr 22,00 € | 1 x = 4 UE

Ort: Kath. Familienbildungsstätte Euskirchen
Herz-Jesu-Vorplatz 5 | 53879 Euskirchen**Veranstaltungs-Nr. 2668660112**

**Bitte beachten Sie auch
unsere Veranstaltungen außer Haus
ab Seite 96**

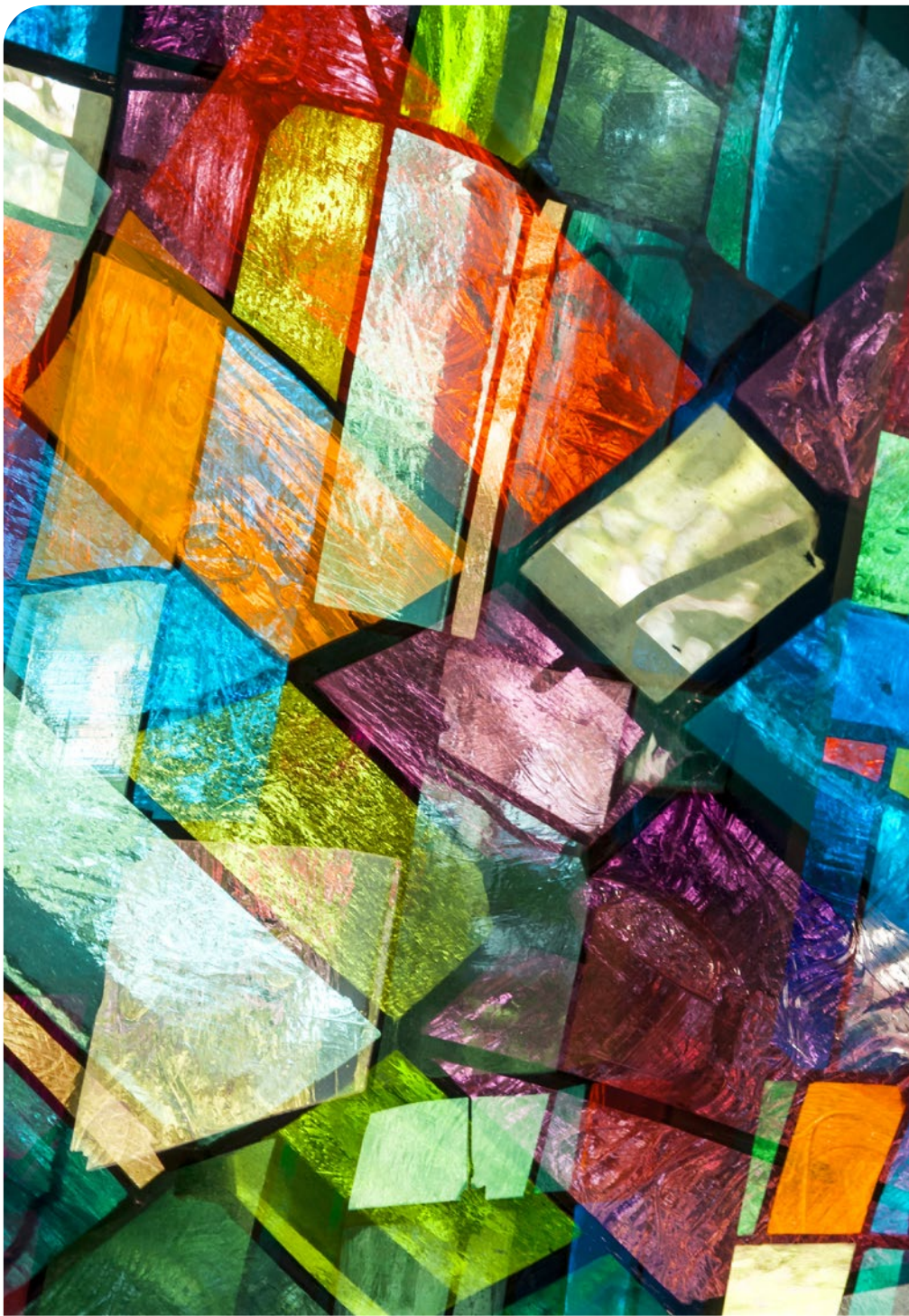


Foto: Markus Pfaff/shutterstock.com

GLAUBE – SINN – WERTE

Wenn es einen Ort gibt, der geradezu dafür prädestiniert ist, um sich mit Wertvorstellungen, mit Fragen des Glaubens und dem Sinn des Lebens auseinanderzusetzen, dann ist es das Leben mit Kindern. 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 aus der Perspektive des christlichen Glaubens.

> GLAUBE – SINN – WERTE

St. Kunibert in Sinzenich

Bereits der Blick aus der Ferne auf die Kirche St. Kunibert, lässt vermuten, dass das Gebäude aus einem Gebäude anderer Nutzung hervorgegangen sein könnte. Dafür spricht der Grundriss des Turmes und die Ausrichtung der Kirche. Sie ist nicht geostet.

Zwei Ausgrabungen erbrachten Hinweise auf römische Gebäude. Das ursprüngliche Kirchenschiff wurde um 1500 von der lokalen Adelsfamilie zu einem dreischiffigen Hallenbau umgebaut. Es gibt Wand- und Gewölbemalerei. Zur Ausstattung gehören qualitätsvolle Skulpturen. Für die Bedürfnisse des ehemaligen Franziskanerinnenklosters ergänzte die Stifterfamilie die Kirche um ein Oratorium.

Wenige Hinweise auf dieses Kloster lassen sich in der Nähe der Kirche finden. Ebenfalls nicht weit entfernt liegt der Friedhof einer Anfang des 19. Jahrhunderts gegründeten jüdischen Gemeinde.

So 08.11.2026 | 14.30 – 16.00 Uhr

Martin Vollberg

Teilnahme-Gebühr 5,50 € | 1 x = 2 UE

Die Gebühr bitte in bar bereithalten.

Ort: St. Kunibert

Kirchstraße 7 | 53909 Zülrich

Veranstaltungs-Nr. 2618770002



Fotos: Martin Vollberg

Die Stammütter Jesu kennenlernen

Ein anderer Einstieg in den Advent

Tamar, Rahab, Ruth und Batseba – die namentlich bekannten Frauen in der Ahnenreihe Jesu sind ungewöhnlich, unkonventionell und gerade deshalb bemerkenswert. Zu Beginn des Advents bietet der Abend eine Einführung in die Stammütter Jesu nach Matthäus, deren gedankliche Reihe bei Maria endet und uns so bis zur Krippe nach Bethlehem führt.

Do 26.11.2026 | 19.00 – 21.15 Uhr

Anne Schmidt-Keusgen

gebührenfrei | 1 x = 3 UE

Ort: Kath. Familienbildungsstätte Euskirchen

Herz-Jesu-Vorplatz 5 | 53879 Euskirchen

Veranstaltungs-Nr. 2668730011

> GLAUBE – SINN – WERTE

PASTORALE EINHEIT
EUSKIRCHEN

Familienmessen in Euskirchen

Mit kindgerechter Katechese

1. Samstag im Monat | 17.00 Uhr

St. Martin | Stotzheim

4. Sonntag im Monat | 11.00 Uhr

St. Matthias | Euskirchen

Kleinkindgottesdienst
in Stotzheim

2. Sonntag im Monat

Der Kleinkindgottesdienst ist ein Angebot für Kinder von 2 bis 5 Jahren, ihre älteren Geschwister und Eltern.

Zu Beginn unseres Treffens gibt es ein Eingangsritual mit Liedern und gemeinsamen Gestalten des Altars. Danach feiern wir zusammen den Gottesdienst und es gibt Zeit zum Spielen und Austauschen.

15.30 Uhr Ankunft

16.00 Uhr Gottesdienst

16.30 Uhr Stehcafé

Weitere Infos

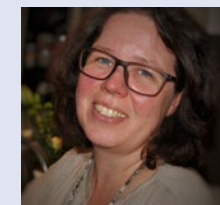
im Pastoralbüro und unter
www.katholisch-eu.de

Vielfältige
Engagementmöglichkeiten

- Organisationstalent?!
- Kreative Ideen?!
- Texteschreiber/in?!
- Projektarbeit?!
- Social Media Profi?!
- Sänger/in?!
- Flüchtlingshilfe?!
- Sinnsucher/in?!

usw. usw. ...

Bei uns im **Pastoralen Raum Euskirchen** gibt es jede Menge Möglichkeiten sich ehrenamtlich zu engagieren. Erzählen Sie mir, was Ihnen Spaß macht, oder was Sie gerne einmal ausprobieren möchten. Dann können wir gemeinsam überlegen, in welchem Bereich Sie sich engagieren möchten. Wir unterstützen Sie mit Beratung und Schulung. Melden Sie sich doch einfach mal bei mir! Sie erreichen mich telefonisch unter **02251 127707** oder per E-Mail unter **annette.kleinertz@erzbistum-koeln.de**



Annette Kleinertz
Engagementförderin



Foto: Light Field / 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? Welche Bedeutung hat der Glaube für unsere Beziehung? Soll ein traditionelles oder ein moderneres, flexibles Rollenmodell gelten? Wie verstehen wir Freiheit und Bindung? Und wie lassen sich die oft unterschiedlichen Vorstellungen in ein nachhaltiges Gleichgewicht bringen? Unser Bildungsangebot liefert Anregungen, wie gemeinsames Erleben möglich wird, die Basis von gelungenen Beziehungen.

> EHE UND PARTNERSCHAFT

Indisch Kochen für Paare

Gönnen Sie sich und Ihrer Partnerin oder Ihrem Partner einen besonderen Abend und entdecken Sie gemeinsam die faszinierende Welt der indischen Küche. In diesem Kochkurs erwerben Sie grundlegende Kenntnisse und Fertigkeiten in der Zubereitung indischer Speisen, erhalten neue Kochimpulse und lernen die Vielfalt der indischen Kulinarik praxisnah kennen. Die Veranstaltung dient der Weiterbildung im Bereich Ernährung und Haushaltsführung und bietet die gemeinschaftliche Erfahrung in der Gruppe sowie der Paare untereinander. Neben der Vermittlung von Wissen und praktischen Fähigkeiten gibt es Raum für Austausch, gemeinsames Lernen als Paar und neue Anregungen für den Alltag.

Bitte mitbringen

- eigene Schürze
- Vorratsdosen für das Mitnehmen von Speisen

Sa 14.11.2026 | 17.00 – 20.45 Uhr

Anindya Sengupta

Teilnahme-Gebühr 43,00 €,

Teilnahmegebühr pro Person

inkl. Lebensmittelumlage | 1 x = 5 UE

Ort: Kath. Familienbildungsstätte Euskirchen

Herz-Jesu-Vorplatz 5 | 53879 Euskirchen

Veranstaltungs-Nr. 2668640005

Stärkung des Familienalltags

Resilienztraining

Das Resilienztraining für Eltern stärkt individuelle Ressourcen und legt einen besonderen Fokus auf (female) Empowerment, mentale Gesundheit und Selbstwirksamkeit. Viele Belastungen im Familienalltag treten insbesondere dann auf, wenn zwischen Care-Arbeit, beruflichen Anforderungen und eigenen Bedürfnissen jongliert wird. Das Training unterstützt Sie darin, achtsam im Umgang mit sich selbst und den Familienmitgliedern umzugehen, innere Antriebe zu identifizieren und diese gegen hilfreiche Gedanken einzutauschen sowie mithilfe einer bewährten Zeit- und Aufgabenmanagementmethode den Familienalltag stressfrei zu organisieren. Alle Familienmitglieder werden von diesem achtsamen, wertschätzenden Miteinander und dem gesunden Umgang mit Stress profitieren.

Der Kurs fokussiert sich auf Selbstreflexion, praktische Tools und die Übertragung in den Alltag. Die Teilnehmenden lernen, Emotionen bewusster wahrzunehmen, hinderliche Muster zu erkennen und neue Handlungsoptionen zu entwickeln. Durch Peer Coaching, gemeinsame Übungen und alltagsnahe Strategien entsteht ein hoher Praxisbezug, der die Selbstwirksamkeit stärkt und nachhaltige Veränderungen ermöglicht.

Fr 02.10. – Fr 27.11.2026

17.00 – 18.30 Uhr

Liv Margarucci, Resilienztrainerin (ALH)

Teilnahme-Gebühr 75,00 € | 5 x = 10 UE

Ort: Kath. Familienbildungsstätte Euskirchen

Herz-Jesu-Vorplatz 5 | 53879 Euskirchen

Veranstaltungs-Nr. 2668610052

> EHE UND PARTNERSCHAFT

KEK-kompakt

KEK – Gesprächstraining für Paare

Paare in mehrjähriger Beziehung, die ihre Kommunikation verbessern und ihre Beziehung bewusst in den Blick nehmen wollen.

Maßgebliches Ziel des Kurses ist die Vermittlung von Zuhörer- und Sprecherfertigkeiten, die neue Erfahrungen miteinander im Gespräch möglich machen.

Glückliche Paare haben ein Geheimnis: Sie können »wert-schätzend« miteinander reden. Doch das »Wert-schätzende« ist oft leichter gesagt als getan! Im Alltagsstress kochen unsere Emotionen oft schneller hoch als uns lieb ist. Ein Wort gibt das andere und schon hängt der Haussegen schief.

Wie ein Paar in herausfordernden Situationen anders miteinander im Gespräch sein kann, wie Meinungsverschiedenheiten und Probleme fair für beide Seiten geklärt werden können, wie also ein wirklicher Dialog stattfinden kann, das ist Inhalt der Gesprächstrainingseinheiten des KEK-Kurses (Konstruktive Ehe und Kommunikation).

Jeweils vier Paare werden von zwei Trainer*innen betreut. Nach einführenden Informationen zu jeder Kurseinheit im Plenum trainiert jedes Paar räumlich getrennt von den anderen Paaren. Hierbei werden sie von ausgebildeten und supervidierten Trainer*innen gecoacht, die auf die Einhaltung der Regeln achten, ohne sich in den Inhalt des Gesprächs einzumischen.



Foto: ArtFamily/shutterstock.com



2 Einheiten

Fr 06./Sa 07.11.2026

Fr 17.30 – 20.00 Uhr und Sa 10.00 – 17.30 Uhr

und Fr 27./Sa 28.11.2026

Fr 17.30 – 20.00 Uhr und Sa 10.00 – 16.30 Uhr

Stefanie Giesing und Doris Menkenhagen

Die Teilnahme ist auf vier Paare begrenzt und kostet 320,00 €.

EFL-Beratungsstelle Euskirchen

Neustraße 43 | 53879 Euskirchen



Foto: Evgeny Atamanenko/shutterstock.com

RUND UM DIE GEBURT

Die Zeit der Schwangerschaft ist eine besondere Zeit. Wenn ein neues Leben beginnt, verändert sich vieles. Schon von den ersten Lebenstagen an, wenn das Kind noch nicht spürbar ist, braucht es den Schutz der Erwachsenen durch eine verantwortungsvolle Lebensweise. Mit unseren Angeboten rund um die Geburt möchten wir Frauen während der Schwangerschaft gut begleiten, unterstützen und auf die Geburt und das Leben mit Kind vorbereiten. Genauso groß wie der Respekt vor der Person des noch ungeborenen Kindes ist die Freude über das neue Leben. Eltern, Großeltern, Brüder und Schwestern sind in Hochstimmung. Ein Kind, das in eine Familie hinein geboren wird, verändert die Beziehungen untereinander. Damit die Freude ungetrübt bleibt, lohnt auch die Vorbereitung der Großeltern und Geschwister.

Dazu laden wir Sie herzlich ein!

> RUND UM DIE GEBURT

Yoga in der Schwangerschaft

Mit Schwangerschaftsyoga geben Sie sich und Ihrem Körper die Möglichkeit, sich langsam und bewusst auf die Geburt vorzubereiten. In einer Zeit, die von vielen Veränderungen geprägt ist, hilft Ihnen diese sanfte Praxis, innerlichen Ausgleich zu finden und achtsamer mit sich selbst und Ihrem ungeborenen Kind umzugehen. Durch gezielte Übungen stärken Sie nicht nur Ihr Selbstvertrauen, sondern können auch Ängste vor der Geburt reduzieren.

Im Kurs schaffen Sie sich wertvolle Momente, in denen Sie ganz bewusst in Kontakt mit Ihrem Baby treten. Sie lernen verschiedene Entspannungstechniken und Atemübungen kennen, die Sie auf Ihrem Weg zur Mutterschaft begleiten. Gleichzeitig bereiten körperliche Übungen Ihren Körper behutsam auf die Geburt vor und können eine unkomplizierte Rückbildung unterstützen.

Der Kurs wird von einer zertifizierten Kursleitung durchgeführt und kostet 150 €. Wir empfehlen Ihnen, sich bei Ihrer Krankenkasse zu erkundigen, ob und in welchem Umfang die Kosten für Schwangerschaftsyoga übernommen werden. Kundinnen des Jobcenters können die Kosten ebenfalls erstattet bekommen.



Foto: kubais/shutterstock.com

Bitte beachten Sie

- Anmeldung unter Angabe von Namen und Adresse bei der Dozentin: deine.seelenzeit@web.de
- Bitte kommen Sie in geeigneter Sportkleidung zum Kurs.
- Nehmen Sie ca. zwei Stunden vor der Yoga-Stunde keine größere Mahlzeit mehr zu sich.

Mo 14.09. – Mo 16.11.2026

17.15 – 18.15 Uhr

Juliane Müller-Wetzlar, Yogalehrerin
Teilnahme-Gebühr auf Anfrage | 10 x = 10 UE
Ort: Kath. Familienbildungsstätte Euskirchen
Herz-Jesu-Vorplatz 5 | 53879 Euskirchen

Veranstaltungs-Nr. 2668650006

> RUND UM DIE GEBURT

Yoga für Mütter mit Babys ab 3 Monaten

Entdecken Sie diese Möglichkeit, sich durch sanftes Yoga in Bewegung zu bringen – ganz entspannt und in Begleitung Ihres Babys.

Unser Kurs bietet Ihnen gezielte Übungen, die speziell auf die Bedürfnisse junger Mütter abgestimmt sind. Neben sanften Massagen und gezielten Dehnungen lernen Sie Haltungen kennen, die Ihre Beweglichkeit fördern und die Rückbildung unterstützen.

Darüber hinaus vermitteln wir Ihnen Techniken zur Steigerung Ihrer Achtsamkeit sowie Atem- und Entspannungsübungen, die Ihnen helfen, den Alltag mit mehr Gelassenheit zu meistern.

Bitte beachten Sie

- Bitte kommen Sie in geeigneter Sportkleidung zum Kurs.
- Nehmen Sie ca. zwei Stunden vor der Yoga-Stunde keine größere Mahlzeit mehr zu sich.

Juliane Müller-Wetzlar, Yogalehrerin
Teilnahme-Gebühr 46,20 € | 6 x = 6 UE
Ort: Kath. Familienbildungsstätte Euskirchen
Herz-Jesu-Vorplatz 5 | 53879 Euskirchen

Fr 11.09. – Fr 16.10.2026

11.00 – 12.00 Uhr

Veranstaltungs-Nr. 2668620097

Fr 06.11. – Fr 11.12.2026

11.00 – 12.00 Uhr

Veranstaltungs-Nr. 2668620098



Foto: C.Salmon/shutterstock.com

> RUND UM DIE GEBURT

Elternschule im Marien-Hospital Euskirchen

Sie erwarten ein Baby und bereiten sich voller Vorfreude gewissenhaft auf die Zeit nach der Geburt vor? Unsere Elternschule unterstützt werdende Eltern bei ihrem Start ins Familienglück. So bietet das Team unserer Elternschule in Kooperation mit der katholischen Familienbildungsstätte »Haus der Familie« ein vielfältiges Kurs- und Beratungsangebot.

Das Team unserer Geburtshilfe und Elternschule freut sich auf Sie!

Ort: Elternschule
Marien-Hospital Euskirchen
 Gottfried-Disse-Straße 40
 53879 Euskirchen

Fragen zu den Angeboten bitte jeweils an die Kursleitung



Hebammensprechstunde

vorgeburtliche Leistung

Termine nach telefonischer Vereinbarung

Hebammenteam des Marien Hospital

Ort: Kreißsaal

Anmeldung: 02251 90-1245

Kosten: keine

Crashkurs Geburtsvorbereitung

11./12.09. | 06./07.11.2026

Meike Lotz, Hebamme

Anmeldung

<https://lotzmeike.hebamio.de/kursliste>

Kosten: Abrechnung über die Krankenkasse/

Partnergebühr 100,00 €



Foto: Yarkovoy/shutterstock.com

> RUND UM DIE GEBURT

Geburtsvorbereitung

19./20.09. | 21./22.11.2026

Simone Bungenberg-Decker
 und Team Neues Leben, Hebammen

Anmeldung: <https://hebammenteamneuesleben.hebamio.de/kursliste>

Kosten: Abrechnung über die Krankenkasse/
 Partnergebühr 100,00 €

Geburtsvorbereitungen – Kompaktkurs Online mittwochs, an 4 Abenden

Claudia Frey, Hebamme

Termine und Anmeldung:

geburtsvorbereitung@marien-hospital.com

Kosten: Abrechnung über die Krankenkasse

Partnergebühr: 50,00 €

Stillambulanz

dienstags, nach Vereinbarung

Ort: Stillambulanz Station 1b, Beratung ist in

Präsenz, telefonisch und online möglich

Anmeldung: 02251 90-1320

Kosten: keine

Stillcafé/Elterncafé

Termine: www.stilllexikon.de

Rita Nöthen, IBCLC

Suchmaschine: Stillgruppe Euskirchen

Anmeldung: stillambulanz@marien-hospital.de

Kosten: in Präsenz 2,00 € | online kostenfrei

Babymassage

Termine auf Anfrage

Rita Nöthen

Anmeldung: r.noethen71@gmx.de

Kosten: 90,00 € für 6 Kurseinheiten

Kindernotfallkurs

Sa 26.09. | 14.11.2026 | 10.00–13.00 Uhr

www.heldenfuerkinder.de

(einmalig drei Stunden)

Dr. Kira Jungbluth

Anmeldung: info@heldenfuerkinder.de

Kosten: 49,00 €

Rückbildungsgymnastik dienstags bzw. donnerstags

Simone Bungenberg-Decker
 und Team Neues Leben

Anmeldung:

<https://hebammenteamneuesleben.hebamio.de/kursliste>

Ort: bei gutem Wetter im Freien
 sonst Elternschule

Kosten: Abrechnung über die Krankenkasse

donnerstags, 17.30–18.45 Uhr

Theresa Müller

Anmeldung:

<https://muellertheresa.hebamio.de/kursliste>

Kosten: Abrechnung über die Krankenkasse

Yoga in der Schwangerschaft montags, jeweils 17.00–18.15 Uhr

Dr. med. Stefanie Hülshoff Assistenzärztin
 in der Geburtshilfe, Yogalehrerin

Anmeldung: www.fyndery.de

(Euskirchen/Yoga in der Schwangerschaft)

Infos: female-vision.com

Kosten: 12,99 € pro Einheit

Postnatal Yoga montags, 18.30–19.30 Uhr

Dr. med. Stefanie Hülshoff Assistenzärztin
 in der Geburtshilfe, Yogalehrerin

Anmeldung: www.fyndery.de

(Euskirchen/postnatal)

Infos: female-vision.com

Kosten: 12,99 € pro Einheit



Foto: Elke Moorkamp

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 stärken Eltern für ihre Erziehungsaufgabe, sie weiten den Blick für das Wunder der Entwicklung und geben Anregung für die religiöse Erziehung. Sie ermuntern dazu, sich auszutauschen und zu lernen, offen zu sein für Neues und die Kinder auf ihren eigenen Wegen zu bestärken – ob in der Kita, in der Schule oder im familiären Alltag.

> FRAGEN IM FAMILIENALLTAG

Elterncafé im Siechhaus

Antje Borgelt, Pikler-Pädagogin i. A.
Teilnahme-Gebühr 5,00 €,
Gebühr bitte bar vor Ort | 1 x = 3 UE
Ort: Siechhaus Café
An der B 265 Siechhaus 1 | 53909 Zülpich



Vom Teilen und Dankesagen

Es gibt Situationen, in denen sich Kinder nicht so verhalten, wie es allgemein gesellschaftlich erwartet wird – sie wollen beim Spielen ihre Schaufel nicht teilen, sagen nicht »Danke«, wenn ihnen jemand ein Geschenk gibt, und winken anderen Kindern nicht zum Abschied, wenn sie wieder nach Hause fahren. Solche Situationen belasten: wir spüren vielleicht den Druck der Erwartung anderer Erwachsener oder wissen nicht, wie wir die Reaktion des Kindes einordnen sollen. Aber warum ist das so? Wie können wir mit diesen Erwartungen und dem Verhalten der Kinder umgehen? Und was können wir überhaupt von Kindern in welchem Alter erwarten – und was auch nicht?

In dieser Veranstaltung werden wir uns auf die Suche nach unseren eigenen Werten begeben und gleichzeitig einen Blick in die kognitive Entwicklung unserer Kinder werfen, um diesen Fragen auf den Grund zu gehen.



Fr 04.09.2026 | 09.00–11.15 Uhr
Veranstaltungs-Nr. 2668610038

Vom Mutter-Bild und Mutter-sein

Es gibt im Deutschen kaum ein Wort, das so sehr mit emotionaler Bedeutung gefüllt ist, wie »Mutter« – im positiven wie im negativen Sinne. Woher kommen diese Zuschreibungen und wie prägen Sie unser Leben als Mutter auch heute? Wir wollen an diesem Vormittag in die Geschichte schauen, in die Gegenwart und auch einen Blick in die Zukunft wagen. Letztlich geht es dabei um unser eigenes Rollenverständnis und wir werden uns auch fragen: Wie sehe ich mich? Wie kann, und vor allem, wie möchte ich Mutter sein?



Fr 06.11.2026 | 09.00–11.15 Uhr
Veranstaltungs-Nr. 2668610040

> FRAGEN IM FAMILIENALLTAG

Zähneputzen kann so viel mehr als nur Zahnpflege sein

Elterninformationsveranstaltung

Wie können Babys und Kleinkinder an die Zahnpflege herangeführt werden und wie kann eine klare und liebevolle Begleitung seitens der Eltern aussehen, ohne dass Kinder und Eltern das Zähneputzen als Herausforderung erleben? Dies wird Thema der Veranstaltung sein. Die Teilnehmenden sind herzlich eingeladen eigene Fragen einzubringen.

Auch werdende Eltern sind herzlich willkommen!

Fr 04.09.2026 | 18.00–19.30 Uhr

Renate Niemieć, Pikler®-Pädagogin
Teilnahme-Gebühr 10,00 € | 1 x = 2 UE
Ort: Digital

Veranstaltungs-Nr. 2668610013



Online-Veranstaltung

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



Foto: Oksana Kuzmina/shutterstock.com

Weiterer Termin

Anmeldung über

www.bildungsforum-rhein-erft.de



Mi 14.10.2026 | 18.00 – 19.30 Uhr

Renate Niemieć, Pikler®-Pädagogin
Teilnahme-Gebühr 16,00 € | 1 x = 2 UE
Ort: Digital

Veranstaltungs-Nr. 2671610045



Online-Veranstaltung

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

> FRAGEN IM FAMILIENALLTAG

Wickeln – Raum und Zeit für Begegnung und Entwicklung

Elterninformationsveranstaltung

Babys werden am Anfang ihres Lebens in der Rückenlage liegend gewickelt. Mit zunehmender Mobilität drehen sie sich auf dem Wickeltisch gerne auf den Bauch und zurück. Später ziehen sie sich hoch, möchten beim Wickeln nicht mehr Liegen oder überhaupt nicht mehr gewickelt werden. Wie Eltern auf die wachsende Aktivität und Eigeninitiative ihres Kindes feinfühlig und klar antworten, und so Raum für echte Begegnung und Entwicklung ermöglichen können, wird Thema dieser Veranstaltung sein.

Auch werdende Eltern sind herzlich willkommen.

Sa 05.09.2026 | 09.30–11.00 Uhr

Renate Niemiec, Pikler®-Pädagogin
Teilnahme-Gebühr 10,00 € | 1 x = 2 UE
Ort: Digital

Veranstaltungs-Nr. 2668610012**Online-Veranstaltung**

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

Weiterer Termin

Anmeldung über

www.bildungsforum-rhein-erft.de

**Fr 06.11.2026 | 18.00 – 19.30 Uhr**

Renate Niemiec, Pikler®-Pädagogin
Teilnahme-Gebühr 16,00 € | 1 x = 2 UE
Ort: Digital

Veranstaltungs-Nr. 2671610046**Online-Veranstaltung**

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



Foto: Africa Studio/shutterstock.com

> FRAGEN IM FAMILIENALLTAG

Mein Kind spielt nicht ohne mich!

Elterninformationsveranstaltung

Sobald ein Baby in der Welt angekommen ist, spielt es – zunächst mit seinen Händen und Füßen und später mit den unterschiedlichsten Spielmaterialien. Indem es alles ausprobiert und erforscht, was in seine Reichweite gelangt, lernt es ununterbrochen Neues und erlebt sich selbstwirksam. Manchmal gibt es jedoch Situationen, in denen das Kind nicht ohne die Mutter oder den Vater spielt und immer wieder dessen Anwesenheit und Teilnahme einfordert. Warum und wann Kinder dies tun und wie der Erwachsene einfühlsam solche Situationen begleiten kann, wird Thema des Elternabends sein. Die Eltern sind herzlich eingeladen, eigene Fragen zum Thema einzubringen.

Di 22.09.2026 | 18.00–19.30 Uhr

Renate Niemiec, Pikler®-Pädagogin
Teilnahme-Gebühr 10,00 € | 1 x = 2 UE
Ort: Kath. Familienbildungsstätte Euskirchen
Herz-Jesu-Vorplatz 5 | 53879 Euskirchen

Veranstaltungs-Nr. 2668610010**Abschied von der Windel**

Begleitung der Sauberkeitsentwicklung

Auf dem Weg zur Blasen- und Darmschließmuskulaturkontrolle durchlaufen Kleinkinder eine wichtige Phase ihrer sozialen und emotionalen Entwicklung, an deren Ende eine neue Fähigkeit beherrscht wird. Wann dieser Prozess einsetzt und wie lange er dauert, hängt von dem jeweiligen Entwicklungsstand des Kindes ab. Dabei kommt dem Erwachsenen eine sehr wichtige Rolle zu.

Wie man das Kind unterstützen und begleiten kann, ohne es zu überfordern oder einem Sauberkeitstraining zu unterziehen wird Thema der Veranstaltung sein. Dabei wird auch beleuchtet, inwiefern der Toilettengang mit der wachsenden Selbstständigkeit und dem Selbstbewusstsein des Kindes zusammenhängt. Die Eltern sind eingeladen ihre eigenen Fragen einzubringen.

Di 17.11.2026 | 18.00–20.15 Uhr

Renate Niemiec, Pikler®-Pädagogin
Teilnahme-Gebühr 10,00 € | 1 x = 3 UE
Ort: Kath. Familienbildungsstätte Euskirchen
Herz-Jesu-Vorplatz 5 | 53879 Euskirchen

Veranstaltungs-Nr. 2668610051

> FRAGEN IM FAMILIENALLTAG

Stärkung des Familienalltags

Resilienztraining

Das Resilienztraining für Eltern stärkt individuelle Ressourcen und legt einen besonderen Fokus auf (female) Empowerment, mentale Gesundheit und Selbstwirksamkeit. Viele Belastungen im Familienalltag treten insbesondere dann auf, wenn zwischen Care-Arbeit, beruflichen Anforderungen und eigenen Bedürfnissen jongliert wird. Das Training unterstützt Sie darin, achtsam im Umgang mit sich selbst und den Familienmitgliedern umzugehen, innere Antriebe zu identifizieren und diese gegen hilfreiche Gedanken einzutauschen sowie mithilfe einer bewährten Zeit- und Aufgabenmanagementmethode den Familienalltag stressfrei zu organisieren. Alle Familienmitglieder werden von diesem achtsamen, wertschätzenden Miteinander und dem gesunden Umgang mit Stress profitieren.

Der Kurs fokussiert sich auf Selbstreflexion, praktische Tools und die Übertragung in den Alltag. Die Teilnehmenden lernen, Emotionen bewusster wahrzunehmen, hinderliche Muster zu erkennen und neue Handlungsoptionen zu entwickeln. Durch Peer Coaching, gemeinsame Übungen und alltagsnahe Strategien entsteht ein hoher Praxisbezug, der die Selbstwirksamkeit stärkt und nachhaltige Veränderungen ermöglicht.

Fr 02.10. – Fr 27.11.2026

17.00–18.30 Uhr

Liv Margarucci, Resilienztrainerin (ALH)
Teilnahme-Gebühr 75,00 € | 5 x = 10 UE
Ort: Kath. Familienbildungsstätte Euskirchen
Herz-Jesu-Vorplatz 5 | 53879 Euskirchen
Veranstaltungs-Nr. 2668610052

Kontaktabbrüche in der Familie

Was macht mein Kind? Wo ist mein Vater?

Kontaktabbrüche innerhalb von Familien scheinen zuzunehmen. Ist das so? Und warum brechen Kinder den Kontakt zu ihren Eltern ab, Eltern zu ihren Kindern, Geschwister zueinander? Warum dürfen Kinder nicht mehr zu den Großeltern kommen? Wieso können manche Menschen nicht mehr auf Familienfeiern gehen? Gründe für Konflikte gibt es genügend: unterschiedliche Lebensweisen oder Werte, Streit zwischen Partnern, Verletzungen aus der Vergangenheit, Kränkungen, Erbangelegenheiten, Missverständnisse, u.a.. Muss es aber zum Abbruch kommen? Wie können Betroffene und Zurückgelassene damit umgehen? Der Vortrag zeigt auf, wie komplex die Ursachen und die Dynamiken bei familiären Verstrickungen sein können und wie Betroffene und Zurückgelassene damit umgehen können. Im darauffolgenden Gespräch können wir überlegen, ob und wie es Wieder-Annäherungen geben kann.

Kooperationsveranstaltung mit der Bundesinitiative Großeltern (BIGE) Großeltern, die keinen Kontakt zu ihren Enkeln haben.



Do 29.10.2026 | 17.00–20.00 Uhr

Dr. Charlotte Michel-Biegel,
Erziehungswissenschaftlerin
Teilnahme-Gebühr 10,00 €, für BIGE-Mitglieder Teilnahme-Gebühr 5,00 € | 1 x = 4 UE
Ort: Kath. Familienbildungsstätte Euskirchen
Herz-Jesu-Vorplatz 5 | 53879 Euskirchen
Veranstaltungs-Nr. 2668610053

> ELTERN-KIND-KURSE

Babynest – leichter Start mit Kind

Ein Kurs für Mütter/Väter mit ihren Babys und Kleinkindern von 8 Wochen bis 2 Jahren

Der Babynest-Kurs richtet sich an Eltern, die sich im Alltag mit Baby oder Kleinkind einen ruhigen, sicheren und unterstützenden Raum wünschen: einen Raum zum Durchatmen, zum Ankommen und zum Wohlfühlen – für Sie und Ihr Kind.

Die Treffen finden wöchentlich statt und orientieren sich an der Kleinkindpädagogik von Emmi Pikler: achtsam, feinfühlig und im Tempo des Kindes.

Für Sie als Eltern

- Anregungen für eine ruhige, liebevolle Versorgung
- Unterstützung beim Verstehen kindlicher Signale
- Impulse für Gelassenheit, Entlastung und Selbstfürsorge
- Lieder, kleine Rituale und einfache Spielideen für den Alltag

Für Ihr Kind

- Freies, selbstbestimmtes Spiel
- Einen sicheren Raum zum Bewegen und Entdecken
- Anregende Materialien zum Forschen
- Erste behutsame Begegnungen mit anderen Kindern

Bitte beachten Sie

Nach einem Gespräch in der esperanza-Beratung kann ein Gutschein ausgestellt werden. Mit Gutschein kostet der Kurs nur 1,00 € pro Termin.
Auskunft und Aushändigung des Gutscheins:
Frau Nücken-Kahlenbach
Telefon 02251 700014



Foto: Halfpoint/shutterstock.com

Der Kurs wird gemeinsam angeboten vom Katholischen Bildungswerk der Erzdiözese Köln e.V. und der Caritas-Schwangerschaftsberatungsstelle esperanza Euskirchen



Fr 04.09. – Fr 18.12.2026

09.30–11.45 Uhr

Ulrike Groth, Eltern-Kind-Kursleitung
Teilnahme-Gebühr 14,00 € | 14 x = 42 UE
(1,00 € pro Termin mit Esperanza-Gutschein)
Ort: Kath. Familienbildungsstätte Euskirchen
Herz-Jesu-Vorplatz 5 | 53879 Euskirchen
Veranstaltungs-Nr. 2668620109

> ELTERN-KIND-KURSE

Offener Treff – Elternstart NRW

für Eltern mit Kind im ersten Lebensjahr

Eltern haben in diesem offenen Treff die Möglichkeit, sich über zentrale Themen und Fragen rund um die frühe Kindheit auszutauschen, und voneinander und miteinander zu lernen. Themen im Kurs sind unter anderem Stillberatung, Schlafen, Regulation, das Tragen des Kindes, die Einführung von Beikost sowie die kindliche Entwicklung. Darüber hinaus können auch besondere Herausforderungen thematisiert werden, wie etwa die Betreuung von Frühchen, Kinder mit Herzfehlern oder anderen Krankheitsbildern oder Befürchtungen, die im ersten Lebensjahr eines Kindes auftreten können.

Anmeldung

bis jeweils Dienstag, 12.00 Uhr,
für den nächsten Mittwoch

Mi 16.09. – Mi 09.12.2026**09.00–10.00 Uhr**

Cindy Fisseler,
Familienkinderkrankenschwester
gebührenfrei | 11 x = 11 UE
Ort: Kath. Familienbildungsstätte Euskirchen
Herz-Jesu-Vorplatz 5 | 53879 Euskirchen
Veranstaltungs-Nr. 2668620131



Mütter und Väter in NRW können mit einem Kind im ersten Lebensjahr an einem Kurs »Elternstart NRW« einmalig kostenfrei teilnehmen, ebenso bei jedem weiteren neugeborenen Kind. Das Angebot gilt auch für Pflege- und Adoptiveltern. Die Finanzierung übernimmt das Familienministerium NRW.

Elternstart NRW

Das erste Lebensjahr

Im Kursangebot ElternStart NRW gibt es Informationen und Austausch über die frühkindliche Entwicklung, über den Alltag und den Umgang mit einem Säugling, die Eltern-Kind-Beziehung und den Umgang mit der neuen und auch anstrengenden Familiensituation. Sie erfahren mehr über die Zusammenhänge zwischen Spiel und kindlicher Entwicklung und bekommen Ideen, wie Sie Ihr Kind entwicklungsgerecht begleiten können.

Mo 14.09. – Mo 12.10.2026**10.45–12.15 Uhr**

Natalie Hoppe, kidix®-Kursleitung
gebührenfrei | 5 x = 10 UE
Ort: Kath. Familienbildungsstätte Euskirchen
Herz-Jesu-Vorplatz 5 | 53879 Euskirchen
Veranstaltungs-Nr. 2668620115

Di 15.09.2026 | 17.30–19.00 Uhr

Ort: Online

Di 22.09. – 13.10.2026 | 09.00–10.30 Uhr

Ort: Kath. Familienbildungsstätte Euskirchen
Herz-Jesu-Vorplatz 5 | 53879 Euskirchen
Renate Niemic, Pikler®-Pädagogin
gebührenfrei | 5 x = 10 UE
Veranstaltungs-Nr. 2668620119

**Blended Learning
Veranstaltung**

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

> ELTERN-KIND-KURSE

Die Eltern-Kind-Kurse »**Das erste Lebensjahr bzw. Das zweite Lebensjahr und Das dritte Lebensjahr**« orientieren sich an dem pädagogischen Ansatz der ungarischen Kinderärztin Dr. Emmi Pikler (1902–1984). Sie bieten einen Raum der frühkindlichen Bildung und der Elternbildung.

Pikler® heißt

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

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

Emmi Pikler

Im Kursraum gibt es für die Kinder eine Spielumgebung mit Pikler®-Bewegungselementen. Während die Kinder spielen, haben die Eltern Zeit zum Zuschauen und Zeit für Information und Gespräch. Mit zum Kurs gehören Wiegenlieder und Kinderlieder, an denen Eltern und Kinder Freude haben. Die Eltern-Kind-Kursleitung hat eine Zertifikatsfortbildung absolviert, die das Bildungswerk der Erzdiözese Köln e.V. in Kooperation mit der Pikler® Gesellschaft Berlin e.V. durchführt.



Ort: Kath. Familienbildungsstätte Euskirchen
Herz-Jesu-Vorplatz 5 | 53879 Euskirchen

Das erste Lebensjahr**Di 10.11. – Di 08.12.2026****09.00–10.30 Uhr**

Renate Niemic, Pikler®-Pädagogin
Teilnahme-Gebühr 37,00 € | 5 x = 10 UE
Veranstaltungs-Nr. 2668620120

Das zweite, dritte Lebensjahr**Fr 11.09. – Fr 04.12.2026****09.00–10.30 Uhr**

Verena Rizzo, Eltern-Kind-Kursleitung
Teilnahme-Gebühr 65,00 € | 9 x = 18 UE
Veranstaltungs-Nr. 2668620121

Di 15.09. – Di 08.12.2026**10.45–12.15 Uhr**

Renate Niemic, Pikler®-Pädagogin
Teilnahme-Gebühr 72,00 € | 10 x = 20 UE
Veranstaltungs-Nr. 2668620118

Mi 23.09. – Mi 09.12.2026**09.00–10.30 Uhr**

Antje Borgelt, Pikler-Pädagogin i.A.
Teilnahme-Gebühr 72,00 € | 10 x = 20 UE
Veranstaltungs-Nr. 2668620111

Mi 23.09. – Mi 09.12.2026**11.00–12.30 Uhr**

Antje Borgelt, Pikler-Pädagogin i.A.
Teilnahme-Gebühr 72,00 € | 10 x = 20 UE
Veranstaltungs-Nr. 2668620112

> ELTERN-KIND-KURSE

kidix®-Eltern-Kind-Kurse

Kinderzeit, Elternzeit, gemeinsam erleben
für Mütter, Väter und Kinder

Kidix® ist ein Kurs für Eltern mit ihren Kindern in den ersten drei Lebensjahren und wird von einer qualifizierten Kidix®-Kursleitung durchgeführt. Die Kinder haben Raum zum freien Entdecken, Bewegen und Spielen in einer liebevoll vorbereiteten Umgebung mit abwechslungsreichen Materialien – ergänzt durch ausgewählte Pikler®-Bewegungselemente, die zur sicheren und selbstständigen Erkundung anregen. Während die Kinder ihren Interessen folgen, haben die Eltern Zeit zum Zuschauen, zum Wahrnehmen ihres Kindes und für fachliche Impulse sowie für Austausch in der Gruppe.

Zudem erleben Eltern und Kinder gemeinsame Momente mit Liedern, kleinen Ritualen und Spielanregungen, die Freude, Nähe und Verbundenheit stärken. Kidix® verbindet pädagogische Qualität mit einer Atmosphäre, in der Kinder sich frei entwickeln dürfen, Eltern Unterstützung finden und Familien miteinander wachsen können.

Das Kidix®-Konzept wurde von der Landesarbeitsgemeinschaft für katholische Erwachsenen- und Familienbildung NRW (LAG KEFB) entwickelt und entspricht den Qualitätsstandards anerkannter Familienbildung.

Weitere Informationen finden Sie unter:
www.kidix-eltern-kind-kurs.de



Foto: Barbara Bechtloff

Kidix®
Eltern-Kind-Kurs

Ort: Kath. Familienbildungsstätte Euskirchen
Herz-Jesu-Vorplatz 5 | 53879 Euskirchen

Mo 14.09. – Mo 07.12.2026

09.00–10.30 Uhr

Natalie Hoppe, kidix®-Kursleitung
Teilnahme-Gebühr 79,00 € | 11 x = 22 UE

Veranstaltungs-Nr. 2668620117

Sa 19.09. – Sa 05.12.2026

09.00–10.30 Uhr

Katharina Fischer, kidix®-Kursleitung
Teilnahme-Gebühr 65,00 € | 9 x = 18 UE

Veranstaltungs-Nr. 2668620132

Mo 02.11. – Mo 07.12.2026

10.45–12.15 Uhr

Natalie Hoppe, kidix®-Kursleitung
Teilnahme-Gebühr 44,00 € | 6 x = 12 UE

Veranstaltungs-Nr. 2668620116

> ELTERN-KIND-KURSE

Freiraum und Geborgenheit

Eltern-Kind-Kurs für Eltern mit Kindern mit
Beeinträchtigung

Wenn ein Kind beeinträchtigt auf die Welt kommt, hat jede Familie eigene Herausforderungen und besondere Entwicklungsaufgaben. Suchen Sie einen Ort, an dem Sie und Ihr Kind sich wohlfühlen und gemeinsam eine schöne Zeit haben? Möchten Sie mit anderen Eltern sprechen, die ähnliche Situationen erleben? Haben Sie viele Fragen zu den besonderen Bedürfnissen und der Entwicklung Ihres Kindes? Dann sind Sie in unserer Gruppe genau richtig!

Unsere Gruppe wird von einer Pikler-Pädagogin und einer Familienkinderkrankenschwester gemeinsam geleitet und bietet:

- Ein sicheres und einfühlsames Umfeld für Kinder mit unterschiedlichen Beeinträchtigungen, z. B.: ehemalige Frühgeborene, Kinder mit Trisomie 21 und angeborenen Fehlbildungen ...
- Zeit zum Spielen und entwicklungsgerechtes Bewegungsmaterial
- Soziale Interaktion und spielerisches Lernen in Orientierung an der Pädagogik von Emmi Pikler
- Austausch mit anderen Eltern und Unterstützung durch erfahrene Fachkräfte
- Die Möglichkeit, neue Kontakte und Freundschaften zu knüpfen

Kommen Sie vorbei! Wir freuen uns darauf, Sie in unserer Gruppe willkommen zu heißen!

Die Gruppe findet in Kooperation der Kath. Familienbildungsstätte Euskirchen – Haus der Familie und dem Familienzentrum Blayer Straße Zülpich statt. Die Teilnahmegebühren werden über das Land NRW finanziert.



Mi 23.09. – Mi 09.12.2026

14.00–15.00 Uhr

Cindy Fisseler,
Familienkinderkrankenschwester
Isabel Heimbach-Focker, Pikler®-Pädagogin
gebührenfrei | 10 x = 10 UE

Ort: Familienzentrum Zülpich Blayer Straße
Kettenweg 27 | 53909 Zülpich

Veranstaltungs-Nr. 2668620137

> ELTERN-KIND-KURSE

Bewegung für Kleinkinder

Für Eltern mit Kindern von 1 bis 2,5 Jahren

Kinder haben einen natürlichen Bewegungsdrang. Fördern Sie diesen und sorgen Sie für ausreichende Bewegung für Ihr Kind! In dieser Bewegungsstunde können sich die Kinder in einer Bewegungslandschaft ausprobieren, die zum Spielen, Klettern und Balancieren einlädt. Währenddessen haben die Eltern Zeit zum Zuschauen und erhalten fachliche Impulse sowie Raum für Austausch in der Gruppe. Die Angebote orientieren sich an der Entwicklung und den Interessen der Kinder. Der Schwerpunkt liegt auf der motorischen Entwicklung, die zugleich Grundstein für die geistige, soziale und sprachliche Entwicklung ist. Die Kinder turnen und bewegen sich und sollten daher bewegungsfreundliche Kleidung tragen. Zum Ende der Stunde gibt es ein kindgerechtes Cooldown.

Bitte beachten Sie

Die Kinder sollten sicher laufen können, um an dem Kurs teilzunehmen.

Vera Beckers, Eltern-Kind-Kursleitung
Teilnahme-Gebühr 46,00 € | 11 x = 11 UE
Ort: Kath. Familienbildungsstätte Euskirchen
Herz-Jesu-Vorplatz 5 | 53879 Euskirchen

Do 17.09. – Do 10.12.2026

15.00 – 16.00 Uhr

Veranstaltungs-Nr. 2668620105

Do 17.09. – Do 10.12.2026

16.15 – 17.15 Uhr

Veranstaltungs-Nr. 2668620106

Fr 18.09. – Fr 11.12.2026

09.00 – 10.00 Uhr

Veranstaltungs-Nr. 2668620107

Fr 18.09. – Fr 11.12.2026

10.15 – 11.15 Uhr

Veranstaltungs-Nr. 2668620108

> ELTERN-KIND-KURSE

Freude an Bewegung

In Anlehnung an Elfriede Hengstenberg

»Wir alle kennen diese ursprünglichen Regungen der Kinder, die immer wieder darauf hinauslaufen, alleine probieren zu wollen. Wir sollten nur noch mehr darum wissen, dass diese unermüdliche Überwindung von Widerständen aus eigener Initiative dem Kind jene Spannkraft verleiht, die wir ihm zu erhalten wünschen, und dass die Freude an der Auseinandersetzung mit Schwierigkeiten darauf beruht, dass es selbständig beobachten, forschen und überwinden durfte.«

(Elfriede Hengstenberg)

In einem Raum, der mit Pikler- und Hengstenberg-Bewegungselementen ausgestattet ist, bekommen Kinder ihrem Interesse folgend die Möglichkeit, ihr Gleichgewicht in eigenem Zeitmaß zu erforschen. Sie erleben dabei die Möglichkeiten und Grenzen ihres Körpers und lernen ihn zunehmend besser kennen und einzuschätzen, denn für die Entwicklung nahezu aller Fertigkeiten und Fähigkeiten ist die Bewegung von besonderer Bedeutung. Die Eltern, als sicherer Hafen, sitzen am Rand und schauen ihrem Kind bei der Bewältigung seiner selbst gestellten Aufgaben zu. Was können sie beim Zuschauen über ihr Kind erfahren?

Bitte beachten Sie

Bitte keine Geschwisterkinder mitbringen, der Fokus soll auf dem teilnehmenden Kind liegen.



Foto: Renate Niemiec

Für Eltern mit Kindern von 3,5 bis 5 Jahren

Mo 14.09. – Mo 07.12.2026

15.30 – 16.30 Uhr

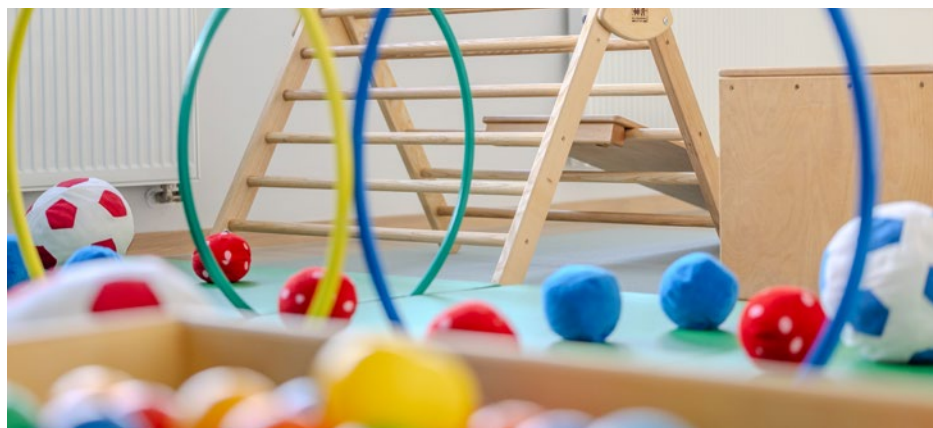
Renate Niemiec, Pikler®-Pädagogin
Teilnahme-Gebühr 60,00 € | 10 x = 10 UE
Ort: Kath. Familienbildungsstätte Euskirchen
Herz-Jesu-Vorplatz 5 | 53879 Euskirchen
Veranstaltungs-Nr. 2668620113

Für Eltern mit Kindern von 5,5 bis 8 Jahren

Mo 14.09. – Mo 07.12.2026

16.45 – 17.45 Uhr

Renate Niemiec, Pikler®-Pädagogin
Teilnahme-Gebühr 60,00 € | 10 x = 10 UE
Ort: Kath. Familienbildungsstätte Euskirchen
Herz-Jesu-Vorplatz 5 | 53879 Euskirchen
Veranstaltungs-Nr. 2668620114



Fotos: © E. Spilles

> ELTERN-KIND-KURSE

Sandküche

Angebot für Eltern mit Kindern von
1,5 bis 10 Jahren – Anmeldung erforderlich

Für die Kinder ist der Garten mit Sand in Kübeln, Gefäßen und vielen Kleinmaterialien ausgestattet. Es sind Arbeitstische mit Sieben, Löffeln und Kellen, Teekannen, Milchkännchen und anderem Material aus Holz und Metall vorbereitet. Die Kinder können im Stehen oder Sitzen ihr Sandspiel aufnehmen und auf kreative Weise die vielfältigen Möglichkeiten, die der Sand zulässt, nutzen. Die Lust am Tun und das Experimentieren stehen im Vordergrund, Anleitungen oder Erklärungen sind nicht nötig, die Kinder spielen konzentriert und vertieft. Eltern bleiben als sicherer Hafen für ihr Kind dabei, können über die lange Konzentrationsdauer und das kreative Spiel ihres Kindes staunen und Ideen für zu Hause mitnehmen.

Bitte beachten Sie

Bitte melden Sie sich ab, wenn Sie nicht können, oft haben wir eine Warteliste.

Ort: Kath. Familienbildungsstätte Euskirchen
Herz-Jesu-Vorplatz 5 | 53879 Euskirchen

Mi 26.08.2026 | 15.00–17.15 Uhr

Julia Assenmacher
Sabine Vicktor, Eltern-Kind-Kursleitung
Teilnahme-Gebühr 12,00 € | 1 x = 3 UE
Veranstaltungs-Nr. 2668620060

Do 27.08.2026 | 10.30–12.00 Uhr

Renate Niemiec, Pikler®-Pädagogin
Teilnahme-Gebühr 8,50 € | 1 x = 2 UE
Veranstaltungs-Nr. 2668620089



Foto: Renate Niemiec

Do 27.08.2026 | 15.00–17.15 Uhr

Renate Niemiec, Pikler®-Pädagogin
Carola Marzusch, Eltern-Kind-Kursleitung
Teilnahme-Gebühr 12,00 € | 1 x = 3 UE
Veranstaltungs-Nr. 2668620061

Fr 28.08.2026 | 10.30–12.00 Uhr

Renate Niemiec, Pikler®-Pädagogin
Teilnahme-Gebühr 8,50 € | 1 x = 2 UE
Veranstaltungs-Nr. 2668620090

Fr 28.08.2026 | 15.00–17.15 Uhr

Verena Rizzo, Eltern-Kind-Kursleitung
Renate Niemiec, Pikler®-Pädagogin
Teilnahme-Gebühr 12,00 € | 1 x = 3 UE
Veranstaltungs-Nr. 2668620062

> ELTERN-KIND-KURSE

Sandküche

Angebot für Eltern mit Kindern von
1,5 bis 10 Jahren – Anmeldung erforderlich

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 mit verschiedenen Bewegungselementen ausgestattet. 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.

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.



Foto: © E. Spilles

N. N.

Teilnahme-Gebühr 12,00 € | 1 x = 3 UE
Ort: Kath. Familienbildungsstätte Euskirchen
Herz-Jesu-Vorplatz 5 | 53879 Euskirchen

Mo 19.10.2026 | 15.00–17.15 Uhr

Veranstaltungs-Nr. 2668620123

Di 20.10.2026 | 15.00–17.15 Uhr

Veranstaltungs-Nr. 2668620124

Mi 21.10.2026 | 15.00–17.15 Uhr

Veranstaltungs-Nr. 2668620125

Sandküchen im Januar

voraussichtlich 07. und 08.01.2027

Weitere Infos

www.fbs-euskirchen.de

> ELTERN-KIND-KURSE

Familienyoga

Eine gemeinsame Yoga-Auszeit für Kinder und ihre Liebingsmenschen ab 4 Jahren

In diesem Workshop steht die gemeinsame Zeit zwischen Erwachsenen und Kindern im Mittelpunkt. Er bietet eine Mischung aus Bewegung, Kreativität und Entspannung; mit angeleiteten gemeinsamen Yoga-Übungen sowie einem kreativen Angebot. Snacks und selbstgemachte Limo oder Kakao runden den Nachmittag ab.

Durch die gemeinsamen Übungen lernen Sie, den Alltagsstress für eine Weile hinter sich zu lassen und sich ganz auf das Hier und Jetzt zu konzentrieren. Die Yogastunde fördert nicht nur die Beweglichkeit, sondern auch die Achtsamkeit und das Bewusstsein für den eigenen Körper. Das kreative Angebot regt die Fantasie an und stärkt die Feinmotorik – bei Kindern und Erwachsenen gleichermaßen. Gleichzeitig bietet der Workshop eine wunderbare Gelegenheit, die Verbindung zwischen Ihnen und Ihrem Kind zu vertiefen.

Bitte beachten Sie

- Anmeldung jeweils ein Erwachsener mit einem Kind anmeldet. So können die gemeinsamen Übungen sinnvoll umgesetzt werden.
- Bitte kommen Sie in geeigneter Sportkleidung zum Kurs.
- Nehmen Sie ca. zwei Stunden vor der Yoga-stunde keine größere Mahlzeit mehr zu sich.



Foto: Olga Danylenko/shutterstock.com

Juliane Müller-Wetzlar, Yogalehrerin
Teilnahme-Gebühr 28,50 € | 1 x = 3 UE
Ort: Kath. Familienbildungsstätte Euskirchen
Herz-Jesu-Vorplatz 5 | 53879 Euskirchen

Sa 10.10.2026 | 15.00 – 17.15 Uhr
Veranstaltungs-Nr. 2668620100

Sa 05.12.2026 | 15.00 – 17.15 Uhr
Veranstaltungs-Nr. 2668620101

> ELTERN-KIND-KURSE

Wir schnitzen einen Bogen und treffen eine Zielscheibe

Familien-Ferienaktion für Eltern mit Kindern ab 5 Jahren

An diesem Nachmittag laden wir Sie und Ihre Kinder zu einem spannenden und lehrreichen Workshop ein, bei dem wir gemeinsam einfache Flitzebögen basteln. Diese fördern nicht nur die Kreativität und Feinmotorik, sondern die Herstellung erfordert auch ein gewisses Maß an Geschick und Konzentration. Unter fachkundiger Anleitung lernen die Teilnehmenden Grundkenntnisse im Holzschnitzen.

Bitte beachten Sie, dass sich bei diesem Angebot jeweils ein Erwachsener mit einem Kind anmeldet. Diese Begleitung ist sowohl aus Sicherheitsgründen als auch zur Unterstützung der Kinder während des Workshops sinnvoll.

Fr 21.08.2026 | 14.00 – 16.15 Uhr

Ingo Esser, Waldpädagoge
Teilnahme-Gebühr 8,00 € | 1 x = 3 UE
Ort: Obstwiese am Siechhaus
Siechhaus an der B 265 | 53909 Zülrich
Veranstaltungs-Nr. 2668620079

Herbst-Werkstatt

Für Erwachsene mit Kindern von 3 bis 5 Jahren

An diesem Nachmittag laden wir Sie ein, gemeinsam kreativ zu werden. Die Kursleitung bietet jahreszeitliche, altersgerechte Bastel- oder/und Malprojekte an, die die Fantasie anregen, und Kreativität und Feinmotorik fördern. Am Ende des Nachmittags dürfen Sie die selbstgestalteten Dekorationen mit nach Hause nehmen – als schöne Erinnerung an die gemeinsame Erfahrung.

Carola Marzusch, Eltern-Kind-Kursleitung
Teilnahme-Gebühr 14,00 €, inkl. Material | 1 x = 3 UE
Ort: Kath. Familienbildungsstätte Euskirchen
Herz-Jesu-Vorplatz 5 | 53879 Euskirchen

Mi 11.11.2026 | 15.00 – 17.15 Uhr
Veranstaltungs-Nr. 2668620092

Do 12.11.2026 | 15.00 – 17.15 Uhr
Veranstaltungs-Nr. 2668620093

Weihnachts-Werkstatt

Für Erwachsene mit Kindern von 4 bis 6 Jahren

Die Weihnachtszeit steht vor der Tür. In dieser Weihnachtswerkstatt können Ihre Kinder/Enkel kreativ werden, und ausprobieren, was sie schon alles allein oder mit Ihrer Unterstützung schaffen können. Verschiedene weihnachtliche Bastelideen sind vorbereitet und am Ende können Sie das eine oder andere Kunstwerk mit nach Hause nehmen.

Johanna Johann, Eltern-Kind-Kursleitung
Teilnahme-Gebühr 10,00 €, inkl. Material | 1 x = 2 UE
Ort: Kath. Familienbildungsstätte Euskirchen
Herz-Jesu-Vorplatz 5 | 53879 Euskirchen

Do 03.12.2026 | 14.30 – 16.00 Uhr
Veranstaltungs-Nr. 2668620127

Do 03.12.2026 | 16.30 – 18.00 Uhr
Veranstaltungs-Nr. 2668620128

> ELTERN-KIND-KURSE

Menschheitsgeschichte zum Anfassen

Anthropologische Ferienworkshops
für Eltern mit Vorschulkindern

Anthropologie ermöglicht es uns, unseren Körper, unsere Geschichte und unsere vielfältigen Kulturen besser zu verstehen – und das gilt nicht nur für Erwachsene, sondern auch für Kinder. Ein anthropologisches Bewusstsein öffnet damit ein helles, weites Fenster zur Welt. In einer speziell vorbereiteten, anregenden Umgebung entdecken wir die Entwicklungsgeschichte des Menschen.

Wir begeben uns auf eine chronologische Reise von den Anfängen der Menschheit und beleuchten dabei auf kindgerechte Art und Weise die entscheidenden Wendepunkte unserer Geschichte: der aufrechte Gang, die Nutzung der Hände, der Gebrauch von Werkzeugen, die Entdeckung des Feuers und die Idee von »Zuhause« und Sesshaftigkeit.

Bitte beachten Sie

Die Termine sind unabhängig voneinander buchbar.

Hamdiye Müge Tuzcu Karakoc, Anthropologin
Teilnahme-Gebühr 5,00 € | 1 x = 1 UE
Ort: Kath. Familienbildungsstätte Euskirchen
Herz-Jesu-Vorplatz 5 | 53879 Euskirchen

Steh auf!

6 Millionen Jahre sind eine Ewigkeit her, aber noch nicht ganz so lange wie die Dinosaurier. Seitdem hat sich für den Menschen einiges verändert, mit dem aufrechten Gang fing es an. Wie ist es, auf allen Vieren zu stehen? Und wie auf zwei Beinen? Wie machen es die verschiedenen Tiere? Wir machen ein paar spielerische Übungen zum Erleben der Füße und Tanzen.

Mo 26.10.2026 | 15.00–16.00 Uhr
Veranstaltungs-Nr. 2668620122

Wer hat Hände?

Spielen, Malen, Schreiben,... In diesem Workshop setzen wir uns mit der Bedeutung der Hände auseinander. Welche Lebewesen haben Hände und welche nicht? Was können wir alles mit unseren Händen machen? Am Ende werden wir mit Fingerfarben malen.

Di 27.10.2026 | 15.00–16.00 Uhr
Veranstaltungs-Nr. 2668620133



Foto: xpixel/shutterstock.com

> ELTERN-KIND-KURSE

Die ersten Werkzeuge

Die ersten Werkzeuge waren ein wesentlicher Entwicklungsschritt der Menschheit. Sie zeigen uns, wie die Menschen begannen, ihre Intelligenz aktiv zu nutzen und für die Zukunft zu planen. Welche Werkzeuge nutzen wir im Alltag? Welche finden sich in der Natur? Und ist der Mensch das einzige Lebewesen, das Werkzeuge nutzt? Diesen Fragen werden wir uns spielerisch annähern.

Mi 28.10.2026 | 15.00–16.00 Uhr
Veranstaltungs-Nr. 2668620134

Die Entdeckung des Feuers

Wahrscheinlich haben die Menschen das Feuer zum ersten Mal durch einen Blitzeinschlag gesehen und es so entdeckt. Sie lernten, wie heiß es ist, und sahen gleichzeitig, wie es die Umgebung erhellt. Was bedeutet es, im Wald zu leben, ohne Feuer? Und was machen wir heute alles mit Wärme und Licht? Am Ende werden wir gemeinsam kleine Kerzen zum Mitnehmen herstellen.

Do 29.10.2026 | 15.00–16.00 Uhr
Veranstaltungs-Nr. 2668620135



Foto: Maria Symchych/shutterstock.com

Wir bauen ein Haus

Heutzutage werden auf der Welt immer noch viele verschiedene Arten von Häusern gebaut, abhängig von Klima und Materialien. Wie fühlt es sich wohl an, mitten im Wald zu leben – tagsüber und nachts, bei gutem Wetter oder Regen? Ist es schöner, in einem Haus zu leben oder in der Natur? Gemeinsam werden wir kleine Häuser aus unterschiedlichen Materialien bauen.

Fr 30.10.2026 | 15.00–16.00 Uhr
Veranstaltungs-Nr. 2668620136



Foto: YanLev/shutterstock.com

QUALIFIZIERUNG

Unsere Qualifizierungsangebote vermitteln Kompetenzen für die Arbeits- und Erwerbswelt. Persönliche Kompetenzen (die sogenannten Schlüsselkompetenzen) wie Kommunikation oder die Prävention sexualisierter Gewalt betreffen darüber hinaus alle Lebensbereiche. Unsere speziellen Qualifizierungsangebote beziehen sich insbesondere auf pädagogische Arbeitsfelder.

> BABYSITTING

Babysitting in Familien

Ein Ausbildungskurs mit Zertifikat für Jugendliche (13 Jahre bis 18 Jahre)

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

In sechs Modulen wird alles Wichtige vermittelt, um die Tätigkeit mit Professionalität, Freude und Verständnis zu gestalten:

- pädagogische Grundlagen und respektvoller Umgang mit Kindern
- Altersgerechte Betreuung von der Säuglingszeit an in den Entwicklungsbereichen Bewegung, Spiel und Sprache
- Gesundheitsförderung: Ernährung, Pflege und Notfälle
- Betreuung gestalten und verantworten: Rechte und Pflichten beim Babysitten, die richtige Bewerbung, Kennenlernphase zwischen Babysitter, Kind und Eltern, gemeinsame Absprachen für ein gelingendes Miteinander

Neben den Modulen braucht es eine Hospitation in einer Kindertageseinrichtung – es empfiehlt sich, ein Familienzentrum im örtlichen Umfeld zu wählen, um dort ggf. direkt ins Netzwerk eingebunden zu werden

Nach Absolvierung aller Kurstermine und der Hospitation (einmalig 4 Unterrichtsstunden) wird ein Zertifikat ausgestellt. Die Chancen, als Babysitter/in zu arbeiten, lassen sich – zusammen mit einer aussagekräftigen Bewerbung – durch das Zertifikat »Babysitting in Familien« steigern.



Foto: 2xSamara.com/shutterstock.com

Bitte beachten Sie

- Die Teilnehmer/innen erklären sich bereit, mit eigenem Videobild sowie Ton teilzunehmen.
- Minderjährige brauchen die Einverständniserklärung der Eltern zur Anmeldung.



6 Termine

Fr 06.11. | 13.11. | 20.11. | 27.11. | 04.12. 11.12.2026 | 18.00 – 20.15 Uhr

Gabriele Kaufmann, Eltern-Kind-Kursleiterin nach Emmi Pikler

Anmeldung: online oder per Mail: info@bildungsforum-bonn.de
Anmeldeschluss:

bis Dienstag vor dem ersten Termin

Veranstaltungs-Nr. 2666630013

> FORTBILDUNG

Betreuung von Kleinkindern

Dieser Einführungskurs in die Pädagogik Emmi Piklers (1902–1984) informiert über Bedürfnisse und Bedingungen für ein gesundes Aufwachsen von Säuglingen und Kleinkindern.

Emmi Piklers Forschungen und Praxiserfahrungen zeigen, wie die frühkindliche Entwicklung kompetent unterstützt und begleitet werden kann, so dass auch Kinder, die früh außerhalb der Familie betreut werden, physisch und psychisch gesund bleiben können. Die Betreuungssituation von Kleinkindern erfordert eine gute Vorbereitung, damit sich die Kinder in sicheren, stabilen Beziehungen geborgen fühlen und zufrieden sein können – die Voraussetzung für eine freie Spiel- und Bewegungsentwicklung. Der Einführungskurs zielt auf eine gesundheitsfördernde pädagogische Weiterentwicklung der Betreuungsformen für Kleinkinder.

Fr 12.02.2027

- Einführung
- Grundlagen der Pikler Pädagogik

Fr 26.02. und 12.03.2027

- Selbstständige Bewegungsentwicklung
Äußere Bedingungen, die die freie Bewegungsentwicklung ermöglichen

Fr 09.04. und 23.04.2027

- Selbstständige Spielentwicklung
Gestaltung des Spiel- und Bewegungsraumes

Fr 14.05.2027

- Anforderungen an den Außenspielbereich
- Zuschauen, Verstehen und Begleiten der kindlichen Aktivitäten

Fr 22.05.2027

- Pflege 1: Beziehung und Kommunikation
- Gestaltung von Pflegesituationen

Fr 05.06.2027

- Pflege 2: Fortsetzung

Fr 18.06.2027

- Gestaltung der Eingewöhnungszeit
- Zuschauen, Verstehen und Gestalten kindlicher Aktionen

Fr 02.07.2027

- Elternbildung in Orientierung an Emmi Pikler
- Veränderungsprozesse in der eigenen Praxis

Bitte beachten Sie

- Detailinformationen zu den Kursinhalten und zur Terminplanung entnehmen Sie dem gesonderten Flyer, den Sie im Haus der Familie anfordern können.
- Begrenzung auf 12 Teilnehmer/innen
- Sie erhalten ein differenziertes Teilnahmezertifikat.
- Bildungsscheck 2.0 kann beantragt werden
- Zur Vertiefung werden zweitägige Teamfortbildungen in den Kindertageseinrichtungen, der Anschluss an eine regionale Arbeitsgruppe, ein- bis dreitägige Fortbildungstage und die Weiterbildung zur/m Pikler®-Pädagogin/en angeboten (<https://www.pikler-verband.org/pikler-ausbildung/pikler-kurse>)



Fr 12.02. – Fr 02.07.2027

09.00 – 16.30 Uhr

Renate Niemiec, Pikler®-Pädagogin

Isabel Heimbach-Focker, Pikler®-Pädagogin

Antje Borgelt, Pikler-Pädagogin i.A.

Teilnahme-Gebühr 600,00 € | 10 x = 80 UE

Ort: Kath. Familienbildungsstätte Euskirchen

Herz-Jesu-Vorplatz 5 | 53879 Euskirchen

Veranstaltungs-Nr. 2768250002

In Zusammenarbeit mit der
Pikler Gesellschaft Berlin e. V.

> KINDERTAGESPFLEGE

Raum für Fragen in der Eingewöhnungszeit

Fortbildung Kindertagespflege

Die Eingewöhnungszeit bei den Tageseltern ist sowohl für die Kinder und deren Eltern wie auch die Tageseltern eine sehr intensive und herausfordernde Zeit. Doch auf den Anfang kommt es an! Die Grundlage dafür, ob ein Kind sich in der Kindertagespflege wohlfühlt, Freude am Spiel, Bewegung und anderen Kindern entwickelt, wird bereits in den ersten Begegnungen mit der Tagesmutter/dem Tagesvater gelegt.

Diese Fortbildung gibt die Möglichkeit aktuelle Fragen aus der Eingewöhnungspraxis anhand konkreter Fragen und Fallbeispielen aus der je eigenen Praxis zu besprechen.



**Do 03.09.2026
17.30–19.45 Uhr**

Renate Niemiec, Pikler®-Pädagogin
Teilnahme-Gebühr 25,00 € | 1 x = 3 UE
Ort: Digital

Veranstaltungs-Nr. 2668250022



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

Esssituation in der Kindertagespflege

Fortbildung Kindertagespflege

Wie gestalten sich Mahlzeiten in der Kindertagespflege stressfrei und bedürfnisorientiert? In dieser Fortbildung für Tagespflegepersonen geht es um die Organisation, Vorbereitung und Ablauf der Essenssituationen wie Frühstück, Mittagessen und Nachmittagssnack. Welche Schwierigkeiten gibt es in Gruppen mit einer großen Altersspanne? Wie integriere ich gemeinsame Mahlzeiten im Tagesablauf?

Auch pädagogische Themen, wie die Zubereitung der Mahlzeiten, Begleitung und Ansprache beim Essen, das Decken und Abräumen des Tisches, finden ihren Raum.



Mi 09.09.2026 | 17.00–20.15 Uhr

Isabel Heimbach-Focker, Pikler®-Pädagogin
Teilnahme-Gebühr 25,00 € | 1 x = 4 UE
Ort: Kath. Familienbildungsstätte Euskirchen
Herz-Jesu-Vorplatz 5 | 53879 Euskirchen

Veranstaltungs-Nr. 2668250026

> KINDERTAGESPFLEGE

Feste und Rituale – Jahreskreis in der Kindertagespflege

Fortbildung Kindertagespflege

Feste im Jahreskreis sind wichtige Momente, die mit Kindern gemeinsam gestaltet werden können. In der Kindertagespflege können Feste und Rituale zudem ein wertvolles Element darstellen, das den Alltag bereichert und die Kinder in ihrer Entwicklung unterstützt. Sie schaffen Sicherheit und Vertrautheit, indem sie bestimmte Abläufe wiederholen und besondere Momente hervorheben. Dies hilft den Kleinen, sich in der Zeit zu orientieren und Zeiten bewusst zu erleben.

Rituale und Feste können je nach Anlass kreativ mit den Kindern gestaltet und gemeinsam erlebt werden. Die Fortbildung gibt dazu praxisnahe Ideen und Anregungen zur Umsetzung.



Fr 11.09.2026 | 17.00–20.15 Uhr

Isabel Heimbach-Focker, Pikler®-Pädagogin
Teilnahme-Gebühr 25,00 € | 1 x = 4 UE
Ort: Kath. Familienbildungsstätte Euskirchen
Herz-Jesu-Vorplatz 5 | 53879 Euskirchen

Veranstaltungs-Nr. 2668250021



Foto: Spill Photography/shutterstock.com

> KINDERTAGESPFLEGE

Herausforderndes Verhalten begleiten

Fortbildung Kindertagespflege

»Wenn Kinder aufhören zu kooperieren, dann wurde entweder ihre Kooperationsbereitschaft überstrapaziert oder ihre Integrität verletzt. Es geschieht niemals, weil sie nicht kooperieren wollen.«

(Jesper Juul, 1997)

In dieser Veranstaltung wollen wir uns ansehen, was wichtig ist, um herausforderndes Verhalten bei Kleinkindern richtig zu verstehen. Wir werden nach Wegen und Handlungsoptionen suchen, wie wir sowohl das jeweilige Kind als auch uns selbst im Alltag der Kindertagespflege gut unterstützen können, um die Situation wieder zu entspannen. Um diesem anspruchsvollen Thema gerecht zu werden, nehmen wir uns Zeit, weshalb die Fortbildung zwei Termine umfasst.



Teil I

Sa 10.10.2026 | 09.00 – 13.00 Uhr

Antje Borgelt, Pikler-Pädagogin i.A.

Teilnahme-Gebühr 35,00 € | 1 x = 5 UE

Ort: Digital

Veranstaltungs-Nr. 2668250024



Online-Veranstaltung

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

Teil II

Do 19.11.2026 | 19.00 – 21.15 Uhr

Antje Borgelt, Pikler-Pädagogin i.A.

Teilnahme-Gebühr 21,00 € | 1 x = 3 UE

Ort: Digital

Veranstaltungs-Nr. 2668250028



Online-Veranstaltung

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

> KINDERTAGESPFLEGE

Dokumentation, Sprachförderung und -entwicklung in der Kindertagespflege

Fortbildung Kindertagespflege

Welche Rolle spielt die Kindertagespflegeperson beim Spracherwerb der ihr anvertrauten Kinder?

In den ersten drei Lebensjahren lernen Kinder die Sprache durch ihre Bezugspersonen. Welche Komponenten der Sprache gibt es? Wie kommt das Kind vom Laut zum Wort und schließlich in den Dialog? Wir besprechen die Entwicklungsschritte im kindlichen Spracherwerb vom ersten bis zum dritten Lebensjahr.

Sprachstörungen zählen zu den häufigsten Entwicklungsstörungen. Wie werden sie frühzeitig erkannt? Der Einsatz des BaSiK Bogens U3 von Renate Zimmer in der KTP wird thematisiert ebenso wie unterschiedliche und kreative Möglichkeiten Sprache mit praktischen Übungen zu fördern.



**GUT QUALIFIZIERT
FÜR DIE KINDERTAGESPFLEGE**

Fr 16.10.2026 | 17.00 – 20.15 Uhr

Isabel Heimbach-Focker, Pikler®-Pädagogin

Teilnahme-Gebühr 25,00 € | 1 x = 4 UE

Ort: Kath. Familienbildungsstätte Euskirchen

Herz-Jesu-Vorplatz 5 | 53879 Euskirchen

Veranstaltungs-Nr. 2668250020

Praxisaustausch Kindertagespflegepersonen im Kreis Euskirchen

Themen

- Diskussion sowie Vorträge über aktuelle pädagogisch und beruflich relevante Themen, die im Laufe des Jahres gewünscht werden.
- Problemsituationen in der Tagespflege
- Kollegialer Austausch

Die Veranstaltung findet online sowie an einzelnen Terminen im Haus der Familie statt. Nähere Informationen auf Nachfrage.

Di 10.11.2026 | 19.00 – 21.15 Uhr

Anna Wiebe

gebührenfrei | 1 x = 3 UE

Ort: Digital

Veranstaltungs-Nr. 2668250019



Online-Veranstaltung

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

> KINDERTAGESPFLEGE

Kindliche Entwicklung im Kleinkindalter

Fortbildung Kindertagespflege

In den ersten Lebensjahren passiert ganz schön viel. Laufen, Sprechen, Spielen: alles muss von Grund auf erlernt werden. Das ist für Kinder sowohl aufregend wie auch anstrengend. In diesem Seminar erhalten Sie einen Einblick über die kindliche Entwicklung im Kleinkindalter. Wir sprechen über die altersgerechte motorische und sozial-emotionale Entwicklung und wie sich das Spielverhalten je nach Alter verändert.

In der Fortbildung werden zudem Möglichkeiten aufgezeigt, wie Sie erkennen können, ob Kinder in der Entwicklung Unterstützung benötigen oder nicht.



Sa 14.11.2026 | 09.30–12.45 Uhr

Kletterbaum – gemeinsam wachsen,
Ergotherapeutinnen
Teilnahme-Gebühr 27,00 € | 1 x = 4 UE
Ort: Kath. Familienbildungsstätte Euskirchen
Herz-Jesu-Vorplatz 5 | 53879 Euskirchen
Veranstaltungs-Nr. 2668250012

Musikalische Früherziehung in der Kindertagespflege

Fortbildung Kindertagespflege

Kinder lieben es mit ihrem Körper Geräusche zu erzeugen. Ob zu Liedern und Fingerspielen zu klatschen, stampfen, klopfen, schnalzen; es gibt viele Möglichkeiten. Kinder haben schon früh ein Gefühl für Rhythmus und Musik, bewegen sich gerne im Takt oder musizieren.

Wie können wir die Kinder unterstützen und wie führen wir sie an Instrumente heran? Welche Instrumente eignen sich und wann werden sie sinnvoll in der KTP eingesetzt? Eine günstige Alternative ist die Herstellung nachhaltiger Instrumente. Wie begleiten wir Lieder mit Instrumenten?

In dieser Fortbildung dürfen die Teilnehmenden ein Instrument mitbringen.



Fr 27.11.2026 | 17.00–20.15 Uhr

Isabel Heimbach-Focker, Pikler®-Pädagogin
Teilnahme-Gebühr 25,00 € | 1 x = 4 UE
Ort: Kath. Familienbildungsstätte Euskirchen
Herz-Jesu-Vorplatz 5 | 53879 Euskirchen
Veranstaltungs-Nr. 2668250027

> KINDERTAGESPFLEGE

Die vorbereitete Spielumgebung – Einladung zum Spiel und Entlastung im Alltag

Fortbildung Kindertagespflege

Eine ansprechend vorbereitete Spielumgebung lädt die Kinder zum Spielen ein, so wie ein schön gedeckter Tisch uns Erwachsene zum Essen und Genießen einlädt. Dieser Einladung können Kinder kaum widerstehen. Ist die Spielumgebung der Entwicklung und den Interessen der Kinder entsprechend gestaltet, beugt sie Konflikten vor und entlastet die Kindertagespflegeperson ganz konkret im Alltag.

Die Fortbildung findet in Präsenz statt, damit die Teilnehmenden direkt tätig werden können.



Sa 12.12.2026 | 09.00–13.00 Uhr

Antje Borgelt, Pikler-Pädagogin i.A.
Teilnahme-Gebühr 34,00 € | 1 x = 5 UE
Ort: Kath. Familienbildungsstätte Euskirchen
Herz-Jesu-Vorplatz 5 | 53879 Euskirchen
Veranstaltungs-Nr. 2668250023

Erste Hilfe in Bildungs- und Betreuungseinrichtungen für Kinder

Für Tagespflegepersonen, Eltern und Pflegepersonen

Damit ein sicheres Handeln in Notfallsituationen gewährleistet werden kann, muss alle zwei Jahre eine Erste-Hilfe-Schulung in Bildungs- und Betreuungseinrichtungen durchgeführt werden. Dieser Kurs deckt sowohl das Erlernen der Erste-Hilfe-Maßnahmen bei Erwachsenen als auch bei Kindern ab: Zusätzlich zu Notfällen im Erwachsenenalter werden ausgewählte Notfall- und Krankheitsbilder von Kindern unterrichtet.

Die Kursgebühr kann über einen Gutschein der Berufsgenossenschaft abgerechnet werden. Bitte geben Sie bei Anmeldung an, ob Sie einen Gutschein beantragen und bringen diesen zum Kurstermin mit.

Sa 23.01.2027 | 09.00–16.30 Uhr

Rühr und Skorupa GbR
Teilnahme-Gebühr 55,00 € | 1 x = 9 UE
Ort: Kath. Familienbildungsstätte Euskirchen
Herz-Jesu-Vorplatz 5 | 53879 Euskirchen
Veranstaltungs-Nr. 2768250001



Foto: gcpics/shutterstock.com

> SCHULTAG

SchulTag Grundkurs

Qualifizierte Betreuung für Schulkinder

Betreuung in der Schule soll ein pädagogisches Angebot sein, das den Lern- und Lebensraum »Schule« für Kinder erweitert und bereichert. Um dies zu erreichen, ist eine Qualifizierung der Betreuungskräfte an Grundschulen unerlässlich. Die Qualifizierung dient auch als Nachweis der pädagogischen Kompetenz der Betreuungskräfte gegenüber den Eltern, Lehrern und dem Trägerverein und ist ein Schritt zur öffentlichen Anerkennung dieser Arbeit.

Aufgrund jahrelanger Erfahrung im Bereich von pädagogischen Qualifizierungsmaßnahmen bzw. in der Zusammenarbeit mit Schulen haben sich Erwachsenenbildung und Jugendhilfe im Erzbistum Köln zusammengeschlossen und gemeinsam einen Zertifikatskurs aus folgenden Themenfeldern entwickelt:

- Organisation des Betreuungsangebots (A)
- Pädagogische Gestaltung (B)
- Soziale Kompetenz und Kooperation (C)

Ziel ist es, mit diesem Zertifikatskurs über 94 Unterrichtsstunden die Qualität der Betreuung an Grundschulen zum Wohl der Kinder zu fördern. Dabei werden die berufsbezogenen Interessen und Perspektiven der Betreuungskräfte berücksichtigt, vernetzt und weiterentwickelt.

Neben der Vertiefung theoretischer Kenntnisse werden in praktischen Übungseinheiten immer wieder Situationen aus der Betreuung durchgespielt, lösungsorientiert betrachtet und konkrete und kreative Handlungsideen entwickelt.

Der Grundkurs schließt ab mit der Vergabe eines gesonderten Zertifikats. Ein Zertifikat erhält wer mindestens 90 Prozent der Einheiten anwesend war. Bitte beachten Sie die genauen Termine und/oder die Online-Einheiten.

Die differenzierte Terminplanung zum Kurs entnehmen Sie unserem aktuellen Flyer.

Bitte beachten Sie

Die Veranstaltung kann über den Bildungsscheck 2.0 ermäßigt werden.



Mo 14.09. – Mo 24.05.2027

08.15 – 11.30 Uhr

Marco Thiemann, Lehrer, Musikpädagoge

Dr. Mark Heidrich, Dipl. Soziologe,

Familientherapeut

Mark T. Speitel, Rechtsanwalt

Ulrike Krell, Dipl. Sozialarbeiterin

Gabi Wimmer, Dipl. Sozialpädagogin

Pia Rohloff, Jugendreferentin

Sarah-Luise Kind

Ursula Siegler, Erlebnispädagogin

Kerstin Martin, Einrichtungsleitung OGS

Angela Ehlert, Coach, Mediatorin, Trainerin

Teilnahme-Gebühr 600,00 € | 23 x = 94 UE

Ort: Kath. Familienbildungsstätte Euskirchen

Herz-Jesu-Vorplatz 5 | 53879 Euskirchen

Veranstaltungs-Nr. 2668250025



**Blended Learning
Veranstaltung**

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

> QUALIFIZIERUNGEN FÜR PFLEGEELTERN

Vollzeitpflegeschulung

Zielgruppe

Ehepaare/Paare/Alleinerziehende, die sich für die Aufnahme eines Pflegekindes interessieren

Ziel:

Bewerber erfahren, auf was sie sich einlassen, was von ihnen erwartet wird und welche Hilfen sie bekommen. Durch die Auseinandersetzung mit dem sehr facettenreichen Thema wird den Bewerbern die Möglichkeit der Reflexion geboten, um zu einer besseren Selbsteinschätzung zu gelangen.

Inhalte

- Motivation für diese Aufgabe
- Das Herkunftssystem
- Entwicklungsmöglichkeiten
- Rechtliche Rahmenbedingungen
- Veränderungen im Familiensystem

Anmeldung und Auskunft

DKSB Euskirchen

Telefon 02251 81310-0

info@kinderschutzbund-eusk.de

Bei dieser Veranstaltung handelt es sich um eine Kooperation mit dem Kinderschutzbund und dem Kreis Euskirchen.

**Di 10.11. | Sa 21.11. | Di 24.11. | Di 01.12.
und Fr 04.12.2026 | 18.00 – 21.00 Uhr**

Larissa Hündgen

gebührenfrei | 5 x = 24 UE

Ort: Kath. Familienbildungsstätte Euskirchen

Herz-Jesu-Vorplatz 5 | 53879 Euskirchen

Veranstaltungs-Nr. 2668690010

Bereitschaftspflege-Elternseminar

In dieser Veranstaltung stehen spezifische Themen der Arbeit von Bereitschaftspflegefamilien im Mittelpunkt. Gleichzeitig bietet das Treffen eine Plattform für den moderierten Austausch untereinander, um von den Erfahrungen und Perspektiven anderer lernen zu können.

Anmeldung nicht erforderlich.

Elena Riso

Antje Olbricht

gebührenfrei | 1 x = 3 UE

Ort: Kath. Familienbildungsstätte Euskirchen

Herz-Jesu-Vorplatz 5 | 53879 Euskirchen

Do 03.09.2026 | 19.00 – 21.15 Uhr

Veranstaltungs-Nr. 2668690005

Do 26.11.2026 | 19.00 – 21.15 Uhr

Veranstaltungs-Nr. 2668690006



> QUALIFIZIERUNGEN

Aus der Praxis für die Praxis

Dozentinnen und Dozenten, die Eltern-Kind-Kurse leiten, erhalten die Möglichkeit, sich mit den Herausforderungen und Fragestellungen ihres beruflichen Alltags auseinanderzusetzen. In einem strukturierten Rahmen können sie Erfahrungen austauschen und sich gegenseitig unterstützen.

Darüber hinaus werden aktuelle Entwicklungen aus der pädagogischen Praxis aufgegriffen, Informationen zu relevanten Theorien sowie zu aktuellen Trends und Tendenzen im Bildungsbereich geteilt.

Dieser Austausch fördert nicht nur die fachliche Kompetenz, sondern auch die pädagogische Handlungsfähigkeit im Umgang mit den vielfältigen Anforderungen in Eltern-Kind-Kursen.



Foto: Elke Moorkamp

Di 13.10. – Mo 14.12.2026

18.00 – 20.15 Uhr

Renate Niemiec, Pikler®-Pädagogin

gebührenfrei | 2 x = 6 UE

Ort: Digital sowie

Kath. Familienbildungsstätte Euskirchen

Herz-Jesu-Vorplatz 5 | 53879 Euskirchen

Veranstaltungs-Nr. 2668690011



**Blended Learning
Veranstaltung**

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

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





Fotomapush/shutterstock.com

PERSÖNLICHE ENTWICKLUNG

Wer bin ich, wie lebe ich sinnvoll, wie gestalte ich mein Leben mit anderen? Welche Werte sind mir wichtig? 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 aufmerksam mit sich selbst und anderen umzugehen. Sie helfen, den eigenen Lebensstil, die Beziehungen zu Partnern und Kindern und zu Gott zu gestalten. Und sie regen an, sich die Frage, was ein gelingendes Leben ausmacht, immer wieder neu zu stellen.

> KOMMUNIKATION

Gesundes Sprechen

Sprecher-Impulsworkshop

Im beruflichen und privaten Alltag wird die Stimme zumeist intensiv gefordert. Oft sind es Spannungen oder undurchlässige Stellen im Körper, die Ihre Stimme daran hindern, in vollem Glanz und Volumen sich selbst, den eigenen Körper und den Raum zu durchdringen.

Haben Sie Lust zu untersuchen, woher Sie Ihre Stimme nehmen? Haben Sie Lust herauszufinden, ob Sie das noch entspannter tun können? Über Atmen, Tönen und Sprechen lädt die Dozentin an diesem Nachmittag ein, Ihre Stimme in Ihrem Körper spielerisch zu entdecken und gibt Ihnen mit einfachen Praxisübungen das Werkzeug an die Hand, um Ihre Stimme im weiteren Alltag entspannter und kraftvoller einzusetzen.

Fr 25.09.2026 | 16.30–19.45 Uhr

Elisa Mc Clellan, SchauspielerIn/Sprecherin
Teilnahme-Gebühr 35,00 € | 1 x = 4 UE
Ort: Kath. Familienbildungsstätte Euskirchen
Herz-Jesu-Vorplatz 5 | 53879 Euskirchen
Veranstaltungs-Nr. 2668660118

Körperpräsenz, Emotionen, Stimme

Schauspiel-Impulsworkshop

Körper, Ausdruck und Gefühle sind eng miteinander verbunden. Diese Verbindung zeigt sich in unserem Körper beispielsweise in Situationen, in denen wir nervös, positiv aufgeregt, gestresst oder angespannt sind. Auch unsere Stimme wird durch Emotionen beeinflusst. Doch dieser Zusammenhang kann gezielt genutzt werden, um Körper, Emotionen und Stimme bewusst in Balance zu bringen. So ist es beispielsweise beim Vorlesen wünschenswert, dass die Stimme eine breite Palette von Gefühlen transportiert, um die Zuhörer/innen zu fesseln und die Geschichte lebendig werden zu lassen.

In dieser Veranstaltung laden wir Sie ein, diese Zusammenhänge durch schauspielerische und stimmbildnerische Impulse und angeleitete Körperübungen zu erkunden. Ob im pädagogischen Kontext, im beruflichen Alltag oder im privaten Umfeld – lernen Sie Ihre Ausdrucksfähigkeit zu stärken, Ihre Emotionen zu vermitteln und Körper und Stimme gezielt einzusetzen, um sie in Balance zu bringen.

Fr 09.10.2026 | 16.30–19.45 Uhr

Elisa Mc Clellan, SchauspielerIn/Sprecherin
Teilnahme-Gebühr 35,00 € | 1 x = 4 UE
Ort: Kath. Familienbildungsstätte Euskirchen
Herz-Jesu-Vorplatz 5 | 53879 Euskirchen
Veranstaltungs-Nr. 2668660119

> ÄLTER WERDEN

Parkinson – Themen und Gespräche

Parkinsonsgemeinschaft Eifel e. V.

Der Nachmittag mit unterschiedlichen Themen/Schwerpunkten richtet sich an Parkinson-Erkrankte sowie deren Angehörige.

Mo 02.11.2026 | 16.00–18.15 Uhr

Ulrike Ahrens
gebührenfrei | 1 x = 3 UE
Ort: Kath. Familienbildungsstätte Euskirchen
Herz-Jesu-Vorplatz 5 | 53879 Euskirchen
Veranstaltungs-Nr. 2668750008

Lerne dein Handy kennen

Smartphone-Kurs für Senioren

In einer kleinen Lerngruppe vermittelt Ihnen dieser Kurs die wichtigsten Funktionen und Einstellungen, die Sie für den Alltag benötigen. Sie erfahren nicht nur, wie Sie diese selbstständig anwenden, sondern auch, wie Sie Ihre persönlichen Daten besser schützen können. So können Sie sicherer im Umgang mit Ihrem Smartphone werden.

Unser Angebot richtet sich an Nutzer von Android-Geräten. Leider können Nutzer mit anderen Betriebssystemen (Apple o.ä.) nicht teilnehmen, da sich die Bedienung deutlich unterscheidet.

Do 08.10.2026 | 14.00–16.15 Uhr

und Fr 09.10.2026 | 10.00–12.15 Uhr
Florine Calleen
Teilnahme-Gebühr 49,00 € | 2 x = 6 UE
Ort: Kath. Familienbildungsstätte Euskirchen
Herz-Jesu-Vorplatz 5 | 53879 Euskirchen
Veranstaltungs-Nr. 2668750007

Digitaler Personalausweis und Bund-ID

Wie aktiviere ich ihn und was kann ich damit machen?

Ob neuer Ausweis, Führerschein, Rentenkonto, Nutzung von Serviceportalen von Kommunen, dem Land NRW oder einer Bundesbehörde – mit dem Digitalen Ausweis und der Bund-ID wird das Beantragen und Bearbeiten wesentlich erleichtert. Man muss nicht mehr selbst vor Ort sein, was meist viel Zeit spart.

Der Umgang mit der App »Digitaler Ausweis« des Bundes und der Bund-ID wird Ihnen (mit Handy-Erfahrung) in anschaulicher, leicht verständlicher Form in dieser Veranstaltung in Kooperation mit dem Seniorenportal Euskirchen erklärt.

Da die Teilnehmerzahl auf 20 begrenzt ist, ist eine Anmeldung erforderlich.



Mo 19.10.2026 | 17.00–18.30 Uhr

Reinhard Bunke
gebührenfrei | 1 x = 2 UE
Ort: Kath. Familienbildungsstätte Euskirchen
Herz-Jesu-Vorplatz 5 | 53879 Euskirchen
Veranstaltungs-Nr. 2668750009



Foto: Thomas Bethge/shutterstock.com

KULTUR

Ein gutes Buch lesen und sich mit anderen darüber austauschen, ein Kunstwerk bestaunen und miteinander ergründen, mit bekannten Künstlerinnen und Künstlern diskutieren, seine eigenen Erfahrungen ins Wort oder Bild zu bringen: In unseren Literaturkursen, Lesungen und Ausstellungen finden Menschen jeden Alters und jeder Herkunft oftmals überraschende und inspirierende Zugänge zu Kunst, Lebens- und Glaubensfragen. Kultur ist nicht nur für alle da – sie geht auch jeden an.

> KULTUR

Einstieg in die Aquarellmalerei

Die Veranstaltung lädt Sie ein, die Kunst des Aquarellmalens (wieder) zu entdecken. Ob Sie bereits erste Erfahrungen gesammelt haben oder ganz neu einsteigen möchten – hier können Sie kompetent begleitet auf Ihrem Level einsteigen. Gemeinsam experimentieren wir mit Techniken und Methoden. Im Fokus liegen der Prozess und die Entfaltung der eigenen Kreativität.

Nach einer Einführung in die Grundlagen der Aquarellmalerei und ersten praktischen Übungen haben Sie die Möglichkeit, Ihre eigenen Ideen umzusetzen, egal ob abstrakte Kompositionen, landschaftliche Motive oder persönliche Ausdrucksformen. Die Veranstaltung schließt mit einer kleinen Ausstellung, bei der Sie Ihre Werke präsentieren und gemeinsam reflektieren können.

Bitte bringen Sie eine Schürze oder ein altes Hemd mit. Das benötigte Material wird gestellt und ist im Kurspreis enthalten.

Sa 26.09.2026 | 13.00 – 17.00 Uhr

Magdalena Wach, Kunstpädagogin

Teilnahme-Gebühr 30,00 € | 1 x = 5 UE

Ort: Kath. Familienbildungsstätte Euskirchen

Herz-Jesu-Vorplatz 5 | 53879 Euskirchen

Veranstaltungs-Nr. 2668770002

Einstieg in lebensnahe Skizzen und anatomisches Zeichnen

In dieser Veranstaltung lernen Sie, wie Sie lebendige und realistische Zeichnungen anfertigen können. Wir beginnen mit den Grundlagen des Skizzierens und der anatomischen Zeichnung. Von der ersten schnellen Skizze bis hin zur detaillierten Darstellung – Sie werden Schritt für Schritt in die Welt des Zeichnens eingeführt. So fördert der Workshop nicht nur Ihre künstlerischen Fähigkeiten, sondern auch Ihre kreativen Ausdrucksmöglichkeiten.

Er richtet sich an alle, die ihre zeichnerischen Fähigkeiten verbessern möchten. Egal, ob Sie Anfänger sind oder bereits über Vorkenntnisse verfügen. Durch praxisnahe Methoden und angeleitete Übungen entwickeln Sie ein besseres Verständnis für Proportionen, Perspektive und Ausdruck. Die Veranstaltung endet mit einer kleinen Ausstellung, in der Sie Ihre Werke präsentieren und gemeinsam reflektieren.

Sa 17.10.2026 | 13.00 – 17.00 Uhr

Magdalena Wach, Kunstpädagogin

Teilnahme-Gebühr 30,00 € | 1 x = 5 UE

Ort: Kath. Familienbildungsstätte Euskirchen

Herz-Jesu-Vorplatz 5 | 53879 Euskirchen

Veranstaltungs-Nr. 2668770003

> KULTUR

Tobis kleines Weihnachtswunder

Figuren-Theater für Eltern mit Kindern

ab 3 Jahren

Der kleine Hund Tobi ist glücklich. Es ist kurz vor Weihnachten und er darf heute das erste Mal mit seinem Herrchen zum Weihnachtsmarkt in die große Stadt. So etwas hat Tobi noch nie erlebt. Überall gibt es neue Dinge zu entdecken und es riecht einfach nur herrlich.

Doch als plötzlich alle Menschen zusammenlaufen, um eine Blaskapelle zu sehen, verlieren sich die beiden. Da hilft weder Bellen noch Jaulen... Herrchen ist nicht mehr da. Und zu allem Unglück wird es dunkel und es beginnt zu schneien. Oh, welch ein Unglück für einen kleinen Hund!

Doch die Rettung ist schon unterwegs: »Also, ich bin Betty die Gans und wenn Du jetzt noch lange hier im Schnee rumsitzt, bekommste ganz sicher 'nen Schnupfen!«

So beginnt eine ganz ungewöhnliche Weihnachtsgeschichte mit vielen neuen Freunden, einem großen Zirkus und einem glücklichen Happy End nicht nur für Tobi.

Für Kinder ab 3 Jahren. Die liebevoll gestaltete, kindgerechte Inszenierung führt spielerisch ans Theater heran und weckt nicht nur die Vorfreude auf Weihnachten, sondern fördert auch Fantasie und die Auseinandersetzung mit den kleinen und großen Fragen des Lebens.



Foto: Seifenblasen-Figurentheater



Fr 20.11.2026 | 15.00 – 16.00 Uhr

Christian Schweiger,

Seifenblasen-Figurentheater

gebührenfrei | 1 x = 1 UE

Ort: Forum St. Matthias

Franziskanerplatz 1 | 53879 Euskirchen

Veranstaltungs-Nr. 2668620104



Foto: Chinnapong/shutterstock.com

GESUNDHEIT

Körper, Geist und Seele in ein Gleichgewicht zu bringen – das ist das Ziel von Gesundheitsbildung. Unsere Veranstaltungen nehmen stets die gesamte Familie und alle beteiligten Menschen in den Blick. Sie bieten Information über die unterschiedlichen Gesundheitsangebote. 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.

> GESUNDHEITSWISSEN

Pflegekurs EduKation Demenz®

Angehörigenschulung

Das Leben mit einem Angehörigen, der an Demenz erkrankt ist, fordert in vielfältiger Weise heraus und kann sehr belastend sein. Dieses Seminar will Ihnen helfen, die Demenzerkrankung besser zu verstehen, gut mit der/m Betroffenen zu kommunizieren und wird Ihnen Entlastungsstrategien aufzeigen. EduKation demenz® heißt »Entlastung durch Förderung der Kommunikation bei Demenz« und wurde von Prof. Dr. Sabine Engel auf der Basis langjähriger Erfahrung mit dementiell Erkrankten und deren Angehörigen entwickelt. Es ist die einzige wissenschaftlich evaluierte Angehörigenschulung in Deutschland. Menschen, die den Kurs absolviert haben, waren nachweislich in der Lage, durch einfühlsame Kommunikation Konfliktsituationen besser zu bewältigen und konnten so ihr persönliches Belastungsempfinden deutlich reduzieren.

Der Kurs in 10 Einheiten bietet eine Mischung aus Information, Raum für Austausch in der Gruppe und Erarbeitung von Strategien für den geeigneten Umgang mit der/m dementiell erkrankten Angehörigen. Er richtet sich an Personen, die in einer akuten Betreuungssituation sind.

BARMER

Mi 23.09. – Mi 09.12.2026

18.00 – 20.15 Uhr

Lydia Preuss, Heilpädagogin
gebührenfrei | 10 x = 30 UE

Skript zum Kurs für 7,00 € bei der Referentin
Ort: Kath. Familienbildungsstätte Euskirchen
Herz-Jesu-Vorplatz 5 | 53879 Euskirchen

Veranstaltungs-Nr. 2668750006

Angst verstehen – innere Sicherheit stärken

Ein psychoedukativer Kurs für Erwachsene

In diesem Kurs lernen Sie, Angst als eine grundlegende menschliche Emotion zu verstehen und ihre Bedeutung im eigenen Leben zu erkennen. Wir beschäftigen uns mit typischen Mustern von Angst und Stress im Alltag, und entwickeln Strategien, um diese bewusster wahrzunehmen und zu bewältigen.

Sie lernen, einen bewussteren Umgang mit innerer Anspannung zu entwickeln. Durch eine Einführung in die Grundlagen emotionaler Selbstregulation erfahren Sie, wie Sie in herausfordernden Situationen gelassener und souveräner reagieren. Dabei stehen die Stärkung Ihrer inneren Sicherheit und die Förderung Ihrer Selbstwirksamkeit im Mittelpunkt.

Durch gezielte Übungen und Reflexionen gewinnen Sie neue Perspektiven im Umgang mit belastenden Situationen. Sie erlangen nicht nur theoretisches Wissen, sondern auch praktische Fähigkeiten, die Ihnen helfen, mit Ängsten bewusster umzugehen und Ihre innere Sicherheit zu stärken.

Mo 09.11. – Mo 23.11.2026

17.30 – 19.45 Uhr

Sarah Acker, Heilpraktikerin für Psychotherapie
Teilnahme-Gebühr 54,00 € | 3 x = 9 UE
Ort: Kath. Familienbildungsstätte Euskirchen
Herz-Jesu-Vorplatz 5 | 53879 Euskirchen

Veranstaltungs-Nr. 2668740004

> GESUNDHEITSWISSEN

MBSR – Achtsamkeitstraining

Für mehr Gelassenheit im Alltag und Beruf

Das von Prof. Dr. Jon Kabat-Zinn entwickelte MBSR-Programm (Mindfulness Based Stress Reduction) ist eine effektive Selbsthilfemethode zur Stressbewältigung. Um einen stresserhöhten Kreislauf verlassen zu können, bedarf es in allererster Linie Ihrer Entscheidung, das eigene Leben mit Qualität anzureichern. Die Fürsorge für sich selbst und der Wille zur Selbstverantwortung bilden die Motivation, um Selbstwirksamkeit in Ihr Leben einzuladen. Angewandte Achtsamkeit ist von zentraler Bedeutung, um die ursprüngliche Lebensenergie und Widerstandsfähigkeit bewusst werden zu lassen und neu zu aktivieren. Durch Achtsamkeitstraining können neue Freiräume in Körper und Geist entdeckt und erkannt werden, um die eigene Handlungsfähigkeit wiederherzustellen.

Bitte beachten Sie

- Geeignet für Menschen mit akutem Stress oder zur Stressprophylaxe, zur Burnout-Prophylaxe oder gegen Schmerzen.
- Acht wöchentliche Kurstermine
- Einen Tag der Achtsamkeit am Samstag, 28.11.2026
- Audioanleitungen zu allen im Kurs erlernten Übungen und ein umfangreiches Kursbuch
- Bitte eigene Matte und Kissen mitbringen.

Di 20.10. – 08.12.2026 18.00 – 21.00 Uhr

Sa 28.11.2026 10.00 – 16.00 Uhr

Ingrid Kaster, Integrative Soziotherapeutin
Teilnahme-Gebühr 326,00 € | 9 x = 39 UE
Ort: Kath. Familienbildungsstätte Euskirchen
Herz-Jesu-Vorplatz 5 | 53879 Euskirchen

Veranstaltungs-Nr. 2668660113

Ein Notfallrucksack zur Selbstregulation

Ein praxisnaher Workshop zur Stärkung der eigenen Selbstregulation

Selbstregulation ist die Fähigkeit, die eigenen Gefühle, Gedanken und Impulse zu steuern und an verschiedene Situationen anzupassen. Eine gute Selbstregulation ist nicht nur für das Erreichen von individuellen Zielen, sondern auch im Umgang mit herausfordernden Situationen förderlich. Sie ermöglicht es uns, flexibel und angemessen auf unterschiedliche Anforderungen zu reagieren, was sowohl im privaten als auch beruflichen Kontext von großer Bedeutung ist.

In unserem Workshop lernen Sie verschiedene Methoden aus dem Yin-Yoga, dem Yoga-Coaching, dynamischer Meditation, Atemübungen etc. kennen. Diese Techniken unterstützen Sie dabei, auch in stressigen Zeiten Ihre innere Balance zu bewahren. Durch Übungen und praktische Anleitungen erfahren Sie, wie Sie Selbstregulation gezielt fördern und in Ihren Alltag integrieren können.

Der Workshop bietet einen Einstieg in verschiedene Möglichkeiten zur Selbstregulation mit Zeit für Praxis, Austausch und Integration.

Bitte beachten Sie

- Bequeme (Sport)Kleidung tragen und dicke Socken mitbringen.

Sa 28.11.2026 | 10.00 – 13.00 Uhr

Claudia Müller-Altena
Teilnahme-Gebühr 22,00 € | 1 x = 4 UE
Ort: Kath. Familienbildungsstätte Euskirchen
Herz-Jesu-Vorplatz 5 | 53879 Euskirchen

Veranstaltungs-Nr. 2668660112

> GESUNDHEITSWISSEN

**Wahrnehmen und erleben,
was gerade ist**

Workshop zur Achtsamkeit
und Selbstwahrnehmung

Die Veranstaltung bietet die Gelegenheit, das eigene Erleben und die Selbstwahrnehmung in den Mittelpunkt zu rücken: Wie geht es mir gerade? Was nehme ich bei mir wahr? Wie bin ich in Kontakt mit mir und mit dem, was ich in diesem Moment tue? Sind Veränderungen meines eigenen Zustandes für mich wahrnehmbar und wie ist meine Antwort darauf? In angeleiteten Selbstversuchen werden wir uns diesen Fragen annähern und sie erforschen.

Bitte mitbringen

- Decke
- dünnes Tuch
- warme Socken

Sa 22.08.2026 | 09.30–12.45 Uhr

Renate Niemiec, Pikler®-Pädagogin
Teilnahme-Gebühr 35,00 € | 1 x = 4 UE
Ort: Kath. Familienbildungsstätte Euskirchen
Herz-Jesu-Vorplatz 5 | 53879 Euskirchen
Veranstaltungs-Nr. 2668660135

> ENTSPANNUNG UND ...

Qigong Yangsheng

Innere Ruhe und Energie für den Alltag
mit gesundheitsfördernden Übungen der
Traditionellen Chinesischen Medizin

Qigong Yangsheng nach dem Lehrsystem von Prof. Jiao Guorui gibt uns eine Vielzahl von Übungen an die Hand, die Sie sowohl im Sitzen als auch im Stehen oder Gehen praktizieren können. Langsame, harmonische Bewegungen, in Achtsamkeit durchgeführt, können Beschwerden bessern, tragen zur Kräftigung bei und fördern die Gelassenheit. Übungen aus den »8 Brokaten«, gekennzeichnet durch anmutige Schlichtheit und tiefgreifende Wirkungen, werden ergänzt durch Übungen der »15 Ausdrucksformen«.

Der Kurs führt sowohl in das bewegte als auch das stille Qigong ein, das uns in tiefe Entspannung führen kann. Qigong Yangsheng meint eine harmonische Lebensgestaltung und lädt uns ein, die eigene Lebenskraft zu aktivieren und zu pflegen, uns selbst mit einem Lächeln zu begegnen und uns in der gegenwärtigen Lebenssituation respektvoll anzunehmen. »Qigong Yangsheng ist ein Dialog mit der Lebenskraft.«

Bitte beachten Sie

- bitte bequeme Kleidung tragen
- leichte Hallenschuhe oder rutschfeste Socken mitbringen

Do 10.09. – Do 10.12.2026**19.00 – 20.30 Uhr**

Dieter Renner, QiGong-Lehrer
Teilnahme-Gebühr 62,40 € | 12 x = 24 UE
Ort: Kath. Familienbildungsstätte Euskirchen
Herz-Jesu-Vorplatz 5 | 53879 Euskirchen
Veranstaltungs-Nr. 2668660127

> ... BEWEGUNG

**Wohltuende Auszeit auf der Matte
mit Yin Yoga**

Yin Yoga ist ein sanfter, passiver Yoga-Stil für Körper, Seele und Geist. In einer Welt, die oft von Hektik und Stress geprägt ist, bietet er eine Möglichkeit, zur inneren Ruhe zu finden und sich selbst wieder mehr Aufmerksamkeit zu schenken. Achtsame Bewegungen und bewusste Atmung ermöglichen es, nach einem anstrengenden Tag abzuschalten und loszulassen. In dieser Einführung ins Yin Yoga lassen wir uns ohne aktive Muskelkraft und bei Bedarf mit entsprechenden Hilfsmitteln in die jeweilige Position hinein sinken und verweilen dort für mehrere Minuten. Durch das lange Verweilen in den Positionen ohne Krafteinsatz wirkt die Dehnung tief in das Fasziengewebe. Das Gewebe wird dabei spürbar weicher und geschmeidiger; die Faszien werden gedehnt und genährt. Yin Yoga ist dabei mehr als nur eine körperliche Übung. Sie lernen durch die angeleiteten Übungen, loszulassen und sich auf den Moment einzulassen. Der Kurs fördert nicht nur die körperliche Flexibilität, sondern auch die mentale und emotionale Entspannung.

Bitte beachten Sie

- Bitte bringen Sie ggf. ein Handtuch zum Abdecken der Matte mit.
- Nehmen Sie ca. zwei Stunden vor der Yoga-stunde keine größere Mahlzeit mehr zu sich.

Mi 16.09. – Mi 09.12.2026**17.00 – 18.30 Uhr**

Astrid Günther, Yogatrainerin
(Yin-Yoga Ausbildung)
Teilnahme-Gebühr 75,60 € | 9 x = 18 UE
Ort: Kath. Familienbildungsstätte Euskirchen
Herz-Jesu-Vorplatz 5 | 53879 Euskirchen
Veranstaltungs-Nr. 2668660014

**Frauen –
Zeit miteinander zu wachsen**

In unserer heutigen oft hektischen Welt ist es wichtig, innehalten zu lernen. Wir kommen in unserem Körper an, werden langsamer, kommen zur Ruhe und erkennen unseren eigenen Rhythmus. Die Veranstaltung richtet sich an Frauen, die sich selbst begegnen möchten und miteinander wachsen wollen. Sie bietet bewegte wie auch stille Impulse und Methoden, die uns dabei unterstützen, im Alltag präsenter zu sein, u.a. Rituale zur Jahreszeiten, Verbindung mit den Kräften der Natur, Kräftigung und Stärkung des Frau sein und Im-Leben-Stehten. Durch sie lernen wir, achtsamer mit uns selbst und unserer Umgebung umzugehen. Sie helfen uns, Stress abzubauen, neue Kraft und Klarheit zu finden und ein tieferes Verständnis für unsere eigenen Bedürfnisse zu entwickeln. So schaffen wir uns einen Raum, in dem wir uns nicht nur bewegen und entspannen, sondern auch wachsen und uns weiterentwickeln können.

Bitte mitbringen

- ausreichend Trinken
- bequeme Kleidung (Zwiebellook)
- warme Socken
- Decke

Monika Dransmann-Loick

Teilnahme-Gebühr 13,80 € | 1 x = 3 UE
Ort: Kath. Familienbildungsstätte Euskirchen
Herz-Jesu-Vorplatz 5 | 53879 Euskirchen

Mo 05.10.2026 | 18.00 – 20.15 Uhr**Veranstaltungs-Nr. 2668660130****Mo 02.11.2026 | 18.00 – 20.15 Uhr****Veranstaltungs-Nr. 2668660131**

> ENTSPANNUNG UND BEWEGUNG

Lachyoga

Lachen kann jeder – auch ohne Grund. Warum sollte man das tun? Weil Lachen glücklich macht und sich positiv auf unsere Gesundheit auswirkt. Aus einem anfänglich absichtlichen Lachen wird ein spontanes und unser Gehirn unterscheidet nicht zwischen künstlichem und echtem Lachen. Der physiologische und psychologische Effekt auf Körper, Seele und Geist ist der gleiche.

Der Kurs bietet eine Einführung in diese Methode, die der Arzt Madan Kataria gemeinsam mit seiner Frau Madhuri, einer Yogalehrerin, entwickelte. Es werden Atem- und Bewegungstechniken aus dem Yoga mit Lachübungen kombiniert. Nutzen Sie die alte Volksweisheit, dass »Lachen die beste Medizin ist« und beenden Sie lachend Ihren Tag.

Bitte beachten Sie

- Bitte bringen Sie ggf. ein Handtuch zum Abdecken der Matte mit.
- Nehmen Sie ca. zwei Stunden vor der Yogastunde keine größere Mahlzeit mehr zu sich.

Monika Dransmann-Loick

Ort: Kath. Familienbildungsstätte Euskirchen
Herz-Jesu-Vorplatz 5 | 53879 Euskirchen

Mo 14.09. | 21.09. | 28.09.

und 12.10.2026 | 17.30 – 19.00 Uhr

Teilnahme-Gebühr 36,80 € | 4 x = 8 UE

Veranstaltungs-Nr. 2668660122

Mo 09.11. | 16.11. | 23.11. | 30.11.

und 07.12.2026 | 17.30 – 19.00 Uhr

Teilnahme-Gebühr 46,00 € | 5 x = 10 UE

Veranstaltungs-Nr. 2668660132

Yoga zur sanften Mobilisation

Im Zusammenspiel von fließendem Atem und Bewegungsabläufen werden alle großen Gelenke und die Wirbelsäule mobilisiert und geschmeidig gehalten. Der Atemfluss führt in die innere Ruhe und alle Anspannungen im Körper können sanft gelockert werden. Vorkenntnisse sind nicht erforderlich.

Bitte beachten Sie

- Bitte bequeme Kleidung und warme Strümpfe mitbringen.
- Nehmen Sie ca. zwei Stunden vor der Yogastunde keine größere Mahlzeit mehr zu sich.

Mi 09.09. – Mi 09.12.2026

10.15 – 11.45 Uhr

Alexandra Gattung, Yogatherapeutin

Teilnahme-Gebühr 112,80 € | 12 x = 24 UE

Ort: Kath. Familienbildungsstätte Euskirchen

Herz-Jesu-Vorplatz 5 | 53879 Euskirchen

Veranstaltungs-Nr. 2668660124



Foto: Mama mia/shutterstock.com

> ENTSPANNUNG UND BEWEGUNG

Faszienyoga

Der Kurs verbindet altes Yogawissen mit den Erkenntnissen der Faszienforschung. Unser Körpernetz braucht verschiedene Impulse um geschmeidig und genährt zu bleiben oder wieder zu werden. Wir mobilisieren sanft die Gelenke und dehnen die Faszienstrukturen. Im ruhigen Atem geführte, fließende Bewegungsabläufe und kraftvolle Impulse erhalten die Geschmeidigkeit und Kraft des Körpers und entspannen den Geist. Für Geübte und sportliche Anfänger.

Bitte beachten Sie

- Bitte bequeme Kleidung, warme Strümpfe und Wasser mitbringen.
- Nehmen Sie ca. zwei Stunden vor der Yogastunde keine größere Mahlzeit mehr zu sich.

Do 10.09. – Do 10.12.2026

10.00 – 11.30 Uhr

Alexandra Gattung, Yogatherapeutin

Teilnahme-Gebühr 112,80 € | 12 x = 24 UE

Ort: Kath. Familienbildungsstätte Euskirchen

Herz-Jesu-Vorplatz 5 | 53879 Euskirchen

Veranstaltungs-Nr. 2668660123

Hatha-Yoga mit Elementen des Ayur-Yoga

Zur Ruhe kommen, Körper und Geist harmonisieren, indem wir Körper wie Geist kräftigen und gleichzeitig entspannen. All das üben wir in diesen Yogastunden.

In den Übungen verbinden wir Kraft, Stabilität und Flexibilität durch sowohl statische als auch fließende Yogaübungen. Der Atem führt unsere Bewegungen. Achtsamkeitsübungen, sanfte Mobilisationen und Dehnungen fließen in einfache, dann kraftvollere Haltungen für Füße, Beine, Hüften, Beckenboden, Rumpf, Schultergürtel und Arme hinein.

Die Kursleiterin orientiert sich an den Fähigkeiten und Bedürfnissen der Teilnehmenden. Sie arbeitet mit Elementen aus der Ayur-Yogatherapie. So werden alle Yogaübungen an die Teilnehmenden angepasst und bei Einschränkungen oder Beschwerden machbare Varianten gefunden.

Bitte beachten Sie

- Bitte bringen Sie ggf. ein Handtuch und etwas zu trinken mit.
- Nehmen Sie ca. zwei Stunden vor der Yogastunde keine größere Mahlzeit mehr zu sich.

Mi 09.09. – Mi 09.12.2026

19.00 – 20.30 Uhr

Christine Jotzo-Steffens

Teilnahme-Gebühr 112,80 € | 12 x = 24 UE

Ort: Kath. Familienbildungsstätte Euskirchen

Herz-Jesu-Vorplatz 5 | 53879 Euskirchen

Veranstaltungs-Nr. 2668660121

> ENTSPANNUNG UND BEWEGUNG

Yoga Nidra und heilsames Strömen

Yoga Nidra ist eine Technik der Tiefenentspannung, die es ermöglicht, sowohl den Geist als auch den Körper in einen Zustand der Ruhe und Erholung zu führen. Yoga Nidra fördert nicht nur die Entspannung und Regeneration, sondern stärkt auch die Kreativität und unterstützt das Immunsystem. Durch die angeleiteten Übungen können Teilnehmer lernen, Stress abzubauen und ihre innere Balance zu finden.

Unser Kurs beginnt mit einem sanften Bewegungsflow, der als Einstimmung dient, und führt dann in die Yogatechnik ein.

Bitte beachten Sie

- Bitte bequeme Kleidung tragen und dicke Socken mitbringen.

Sa 26.09.2026 | 10.00–13.00 Uhr

Claudia Müller-Altena

Teilnahme-Gebühr 22,00 € | 1 x = 4 UE

Ort: Kath. Familienbildungsstätte Euskirchen
Herz-Jesu-Vorplatz 5 | 53879 Euskirchen

Veranstaltungs-Nr. 266866011

Pilates

Der Kurs bietet eine Einführung in das Körpertraining nach Joseph Pilates, ein sanftes Trainingsprogramm für Körper und Geist. Es kräftigt die Muskulatur, stärkt den Rücken, optimiert die Körperhaltung und entspannt bei Stress.

Gerade Frauen, die durch die Doppelbelastung in Familie und Beruf besonders gefordert sind, profitieren von dieser Methode, um für die Anforderungen des Alltags gewappnet zu sein. Beckenboden-, Bauch- und Rückenmuskeln stehen im Mittelpunkt des Trainings.

Langsame, fließende und kontrollierte Bewegungen werden mit der Atmung kombiniert. Eine bewusste, konzentrierte Ausführung der Übungen fordert außerdem den Geist. Durch den Einsatz von Kleingeräten wird das Mattentraining abwechslungsreich gestaltet.

Bitte mitbringen

- ggf. ein Handtuch zum Abdecken der Matte
- ggf. Kissen/Decke

Antje Grütjen, Pilatetrainerin

Teilnahme-Gebühr 39,60 € | 11 x = 11 UE

Ort: Kath. Familienbildungsstätte Euskirchen
Herz-Jesu-Vorplatz 5 | 53879 Euskirchen

Mo 07.09. – Mo 30.11.2026

10.15–11.00 Uhr

Veranstaltungs-Nr. 2668660117

Mo 07.09. – Mo 30.11.2026

11.15–12.15 Uhr

Veranstaltungs-Nr. 2668660120

> ENTSPANNUNG UND BEWEGUNG

Starker Rücken

Ganzheitliche Bewegungsschule

Im Vordergrund stehen der Respekt und die Fürsorge für den eigenen Körper. Allen Teilnehmenden wird ermöglicht, abgestimmt auf das eigene Bewegungsvermögen und die persönliche Befindlichkeit, von der angenehmen und fördernden ganzheitlichen Bewegungsschulung zu profitieren. In diesem Kurs bringt ein stets ausgewogenes gymnastisches Übungsprogramm jede/n an ihre/seine persönlich erreichbaren Möglichkeiten und überfordert nicht. Spürbar werden bestehende Rückenbeschwerden verringert. Durch individuelle Anleitung und Ratschläge für den Alltag entwickelt sich ein neues Körperbewusstsein, das Körper und Geist in Einklang bringt. Dabei lernen die Teilnehmenden, auf Risiken achtzugeben.

Bitte mitbringen

- ggf. ein Handtuch zum Abdecken der Matte

Iris Reuter, Übungsleiterin

Teilnahme-Gebühr 42,00 € | 12 x = 12 UE

Ort: Kath. Familienbildungsstätte Euskirchen
Herz-Jesu-Vorplatz 5 | 53879 Euskirchen

Für Frauen und Männer

Di 08.09. – Di 08.12.2026

09.15–10.00 Uhr

Veranstaltungs-Nr. 2668660125

Für Frauen

Di 08.09. – Di 08.12.2026

10.15–11.00 Uhr

Veranstaltungs-Nr. 2668660126

Aerobic für Frauen

Sport verbindet

Dieser Kurs richtet sich an Frauen verschiedener Länder. Das Training ist abwechslungsreich und ganzheitlich gesundheitsfördernd: Die verschiedenen angeleiteten Übungen sorgen dafür, dass alle Körperpartien angesprochen werden. Zusätzlich hilft die Bewegung zu rhythmischer Musik ein gutes Körpergefühl zu entwickeln, Stress abzubauen und das allgemeine Wohlbefinden zu steigern, um den Alltag besser bewältigen zu können.

Bitte beachten Sie

- Bitte bringen Sie ggf. ein Handtuch zum Abdecken der Matte mit.
- Nehmen Sie ca. zwei Stunden vorher keine größere Mahlzeit mehr zu sich.

Maria Scheiwe

Teilnahme-Gebühr 42,60 € | 12 x = 12 UE

Ort: Kath. Familienbildungsstätte Euskirchen
Herz-Jesu-Vorplatz 5 | 53879 Euskirchen

Di 08.09. – Di 08.12.2026

18.00–19.00 Uhr

Veranstaltungs-Nr. 2668660091

Di 08.09. – Di 08.12.2026

19.15–20.15 Uhr

Veranstaltungs-Nr. 2668660092





Foto: marcin juda/shutterstock.com

HAUSHALT UND FAMILIENKULTUR

Ein Haushalt gleicht einem kleinen Unternehmen: Es gilt, mit begrenzten zeitlichen und finanziellen Ressourcen klar zu kommen und darüber hinaus das »operative Geschäft« zu erledigen, sprich Kochen, Backen, Nähen sowie Haus und Wäsche in Ordnung halten. Einen Haushalt zu managen bedeutet jedoch noch mehr: Wie findet man den Haushaltsführungsstil, der zu einem passt? Wie lässt sich ein harmonischer Lebensraum gestalten, in dem ein familiäres Miteinander stattfinden kann? Unsere Angebote zu diesem Thema liefern Hintergrundwissen und viele praktische Tipps für den Alltag.

> TEXTILES HANDWERK

Nähen für Anfänger und Fortgeschrittene

Lernen Sie den Umgang mit Ihrer Nähmaschine und erstellen bereits erste Näharbeiten. Egal, ob Sie für das Baby/Kind ein einzigartiges Stück nähen wollen oder ein Teil für sich selbst, eine Decke, ein Kissen für die Wohnung ... Sie erhalten eine Anleitung im Umgang mit Schnittmustern und Hilfen für die Weiterarbeit über das Nähen bis zur Fertigstellung.

Bitte schon zum ersten Termin mitbringen

- Stecknadeln, Schere
- Kreide, Maßband
- Stoffe, Nähgarn
- ggf. Schnittmuster

Kirstin Nobis, Hauswirtschaftsmeisterin
Ort: Kath. Familienbildungsstätte Euskirchen
Herz-Jesu-Vorplatz 5 | 53879 Euskirchen

Mo 07.09. – Mo 12.10.2026
09.30 – 11.45 Uhr

Teilnahme-Gebühr 46,50 € | 5 x = 15 UE
Veranstaltungs-Nr. 2668660107

Mo 02.11. – Mo 14.12.2026

09.30 – 11.45 Uhr

Teilnahme-Gebühr 65,10 € | 7 x = 21 UE
Veranstaltungs-Nr. 2668660108

Zugang über Kalkstraße

Nähen für Anfänger und Fortgeschrittene

Wer nähen kann, ist klar im Vorteil

Eine neu gekaufte Hose kürzen, einen defekten Reißverschluss austauschen, vorhandene Kleidungsstücke nach dem Motto »Aus alt mach neu« verändern – das zu können, kann viel Geld sparen. Oder Sie wollen Teile Ihrer Garderobe selbst gestalten. Unter fachkundiger Anleitung werden modische Kleidungsstücke nach Schnittmustern gefertigt, egal ob es sich um einen aus dem Internet selbst ausgedruckten Schnitt oder einen Fertigschnitt handelt. Anfänger erwerben Grundkenntnisse des Nähens und üben verschiedene Verarbeitungstechniken. Sie lernen, selbst zuzuschneiden und den Schnitt auf Ihre Maße anzupassen. Fortgeschrittene vertiefen ihre Nähfertigkeiten. Sie entscheiden selbst, was Sie nähen möchten. Die Kursleiterin achtet dabei jeweils auf den Schwierigkeitsgrad. Seide oder Strickstoffe sind mit den vorhandenen Overlockmaschinen leicht zu nähen. Auch Information über Handhabung und Wartung Ihrer Arbeitsgeräte gibt es im Kurs. Es stehen Nähmaschinen zur Verfügung, eigene Maschinen können gerne mitgebracht werden.

Bitte schon zum ersten Termin mitbringen

- Stecknadeln, Schere, Kreide, Maßband
- Stoffe, Nähgarn, ggf. Schnittmuster

Do 17.09. | 01.10. | 15.10. | 29.10.
12.11. | 26.11. und 03.12.2026
18.15 – 20.30 Uhr

Gabriele Jülich

Teilnahme-Gebühr 65,10 € | 7 x = 21 UE
Ort: Kath. Familienbildungsstätte Euskirchen
Herz-Jesu-Vorplatz 5 | 53879 Euskirchen
Veranstaltungs-Nr. 2668660087

> TEXTILES HANDWERK

»Kurz mal nähen«

Der Nähkurs »Kurz mal Nähen« richtet sich an Erwachsene jeden Alters – ganz gleich, ob erste Näherfahrungen gesammelt werden oder bereits Routine vorhanden ist. In entspannter Atmosphäre können eigene kleine Projekte umgesetzt, Grundlagen aufgefrischt und neue Techniken ausprobiert werden.

Der Kurs bietet Raum, um Omas alte Nähmaschine wieder in Betrieb zu nehmen, die Funktionen einer neuen Nähmaschine oder Overlock kennenzulernen und praktische Tipps für den kreativen Alltag zu erhalten. Auch wer bisher noch wenig Erfahrung mit der Nähmaschine hat, kann in diesem Kurs den Umgang damit Schritt für Schritt erlernen und ausprobieren. Gemeinsam nähen, voneinander lernen und sich austauschen stehen dabei im Mittelpunkt.

»Kurz mal Nähen« ist der ideale Samstagvormittag für alle, die kreativ sein und in netter Gesellschaft ihre Freude am Nähen entdecken oder vertiefen möchten

Bitte mitbringen

- Stecknadeln, Schere
- Kreide, Maßband
- Stoffe, Nähgarn
- ggf. Schnittmuster

Kirstin Nobis, Hauswirtschaftsmeisterin
Teilnahme-Gebühr 24,00 € | 1 x = 6 UE
Ort: Kath. Familienbildungsstätte Euskirchen
Herz-Jesu-Vorplatz 5 | 53879 Euskirchen

Sa 19.09.2026 | 10.00 – 15.00 Uhr
Veranstaltungs-Nr. 2668660134

Sa 28.11.2026 | 10.00 – 15.00 Uhr
Veranstaltungs-Nr. 2668660136

Sa 05.12.2026 | 10.00 – 15.00 Uhr
Veranstaltungs-Nr. 2668660137

Sa 12.12.2026 | 10.00 – 15.00 Uhr
Veranstaltungs-Nr. 2668660138

Foto: FabrikaSimf/shutterstock.com



> TEXTILES HANDWERK

Abend-Nähen

Lernen Sie den Umgang mit Ihrer Nähmaschine und erstellen bereits erste Näharbeiten. Egal, ob Sie für das Baby/Kind ein einzigartiges Stück nähen wollen oder ein Teil für sich selbst, eine Decke, ein Kissen für die Wohnung... Sie erhalten eine Anleitung im Umgang mit Schnittmustern und Hilfen für die Weiterarbeit über das Nähen bis zur Fertigstellung.

Bitte schon zum ersten Termin mitbringen

- Stecknadeln, Schere
- Kreide, Maßband
- Stoffe, Nähgarn
- ggf. Schnittmuster

Kirstin Nobis, Hauswirtschaftsmeisterin
Teilnahme-Gebühr 46,50 € | 5 x = 15 UE
Ort: Kath. Familienbildungsstätte Euskirchen
Herz-Jesu-Vorplatz 5 | 53879 Euskirchen

Fr 02.10. – Fr 13.11.2026
19.00 – 21.15 Uhr
Veranstaltungs-Nr. 2668660105

Fr 20.11. – Fr 18.12.2026
19.00 – 21.15 Uhr
Veranstaltungs-Nr. 2668660106

Nähmaschinenpflege

In diesem Kurs lernen Sie, wie Sie Ihre Nähmaschine richtig einstellen, fädeln und pflegen. Sie lernen die verschiedenen Sticharten kennen und erfahren, wann Sie welche Technik einsetzen.

Auch die Overlockmaschine hat keine Geheimnisse mehr für Sie! Sie lernen, wie Sie Stoffe professionell versäubern, Nähte versäubern und gleichzeitig dehnbare Stoffe verarbeiten.

Bitte mitbringen

- Nähmaschine oder Overlock
- 2 Stoffe 40 x 90 cm, gerne auch upgecycelt
- verschiedene Qualitäten von Stoffresten

Geben Sie gerne bei der Anmeldung an, welche Maschine Sie haben und gegebenenfalls welche Probleme auftreten.

Sa 10.10.2026 | 10.00 – 13.00 Uhr
Kirstin Nobis, Hauswirtschaftsmeisterin
Teilnahme-Gebühr 17,00 € | 1 x = 4 UE
Ort: Kath. Familienbildungsstätte Euskirchen
Herz-Jesu-Vorplatz 5 | 53879 Euskirchen
Veranstaltungs-Nr. 2668660103



Foto: NikMerkulov/shutterstock.com

Zugang über Kalkstraße

> TEXTILES HANDWERK

Nähen für die Weihnachtszeit

Adventskalender, Weihnachtsbäume oder Geschenktaschen

Einen Adventskalender, Weihnachtsbäume oder Geschenktaschen – wir nähen für die Weihnachtszeit. Benötigt wird ca. 1 m Stoff und Garn. Schnittmuster werden gestellt. Unter fachkundiger Anleitung entstehen wunderbare Einzelstücke.

Bitte mitbringen

- Stecknadeln, Schere
- Kreide, Maßband
- Stoffe, Nähgarn
- ggf. Schnittmuster

Sa 07.11.2026 | 10.00 – 16.30 Uhr
Kirstin Nobis, Hauswirtschaftsmeisterin
Teilnahme-Gebühr 31,00 € | 1 x = 8 UE
Ort: Kath. Familienbildungsstätte Euskirchen
Herz-Jesu-Vorplatz 5 | 53879 Euskirchen
Veranstaltungs-Nr. 2668660104



Foto: VRDII/shutterstock.com

Zugang über Kalkstraße

> PRAXISWERKSTATT KÜCHE

Pflanzenbetont genießen

Hülsenfrüchte als Herzstück einer gesunden und nachhaltigen Ernährung

Wie sieht eine Ernährung aus, die nicht nur gut für uns selbst, sondern auch für unseren Planeten ist? In diesem Vortrag erhalten Sie alltagstaugliche und wissenschaftlich fundierte Impulse für eine gesunde und nachhaltige Ernährungsweise. Aktuelle Empfehlungen zeigen: Eine überwiegend pflanzliche Ernährung kann einen wichtigen Beitrag für Gesundheit und Umwelt leisten – ohne Verbote oder erhobenen Zeigefinger. Auch tierische Lebensmittel – einschließlich Fleisch und Wurst – können weiterhin ihren Platz haben, nur eben in bewussten und maßvollen Mengen. Ein besonderer Fokus liegt auf den oft unterschätzten Hülsenfrüchten: Linsen, Bohnen & Co. sind wahre Nährstoffwunder und vielseitiger, als viele denken. Wir räumen mit Vorurteilen auf und zeigen, wie abwechslungsreich und vor allem lecker eine pflanzenbetonte Ernährung sein kann.

Di 17.11.2026 | 18.00–19.30 Uhr

Sabine Klein, Dipl. Ökotrophologin
Verbraucherzentrale NRW eV
gebührenfrei | 1 x = 2 UE
Ort: Kath. Familienbildungsstätte Euskirchen
Herz-Jesu-Vorplatz 5 | 53879 Euskirchen
Veranstaltungs-Nr. 2668660099

Vorankündigung: Bohnen, Linsen und Co

Kochen mit kleinen Kraftpaketen

Do 21.01.2027 | 18.00–21.00 Uhr

Kerstin Ising | Teilnahme-Gebühr 17,50 €, zuzüglich Lebensmittelumlage
Veranstaltungs-Nr. 2768660001

Mit Ayurveda gut durch die Winterzeit

Für viele ist der Winter mit Antriebsschwäche, Lustlosigkeit und Müdigkeit oder stressigen Vorbereitungen für die Advents- und Weihnachtszeit verbunden. Zum Jahreswechsel kommen dann die guten Vorsätze, die dann häufig nicht zur nachhaltigen Veränderung führen. Dabei hat die Winterzeit auch ganz anderes zu bieten und kann eine Möglichkeit sein, gut für sich und seine Gesundheit zu sorgen. Wenn wir dem jahreszeitlichen Rhythmus folgen, können wir im Winter, ähnlich der Natur, neue Kräfte sammeln und uns stärken. Das Seminar wird eine kurze Einführung in die Grundlagen und Kernaussagen der altindischen Heilkunst des Ayurveda geben. Dieses alte System der Gesundheitsprophylaxe wird zunehmend von der westlichen Wissenschaft bestätigt. Im Anschluss werden wir diese Empfehlungen in eine alltagstaugliche Winter-routine einfließen lassen und gemeinsam ein schmackhaftes, vitalstoffreiches und frisches Mittagessen kochen.

Bitte beachten Sie

- keine Vorkenntnisse erforderlich
- Bitte Behältnisse mitbringen, falls etwas übrigbleiben sollte.
- Falls es Lebensmittelallergien gibt, diese bitte bei der Anmeldung mit angeben.

Sa 21.11.2026 | 10.00–15.00 Uhr

Alexandra Gattung, Yogatherapeutin
Teilnahme-Gebühr 58,00 €, inkl. Lebensmittelumlage | 1 x = 6 UE
Ort: Kath. Familienbildungsstätte Euskirchen
Herz-Jesu-Vorplatz 5 | 53879 Euskirchen
Veranstaltungs-Nr. 2668660116

> PRAXISWERKSTATT KÜCHE

The Great Indian Festive Thali

Das traditionelle indische Tellergericht

Indien ist geprägt von einer vielfältigen Esskultur, in der Speisen eine bedeutende kulturelle und gesellschaftliche Rolle einnehmen. Das sogenannte »Thali« (übersetzt: Teller oder Platte) vereint verschiedene Komponenten einer Mahlzeit und vermittelt einen umfassenden Einblick in die kulinarischen Traditionen Indiens.

Im Rahmen dieses Kochkurses erwerben Sie Kenntnisse über die Zusammensetzung und Zubereitung eines traditionellen Thali. Dabei werden verschiedene Speisen – sowohl vegetarische als auch nicht-vegetarische – unter Verwendung überwiegend regional verfügbarer Zutaten sowie typischer indischer Gewürze zubereitet. Ergänzend erhalten Sie Einblicke in die kulturellen Hintergründe sowie die traditionelle Anrichteweise dieser Gerichte.

Ziel der Veranstaltung ist die Vermittlung von Wissen und praktischen Fähigkeiten im Bereich Ernährung, Haushaltsführung und interkultureller Esskultur. Der Kurs unterstützt die eigenständige Umsetzung der erlernten Inhalte im Alltag und fördert den Austausch innerhalb der Gruppe.

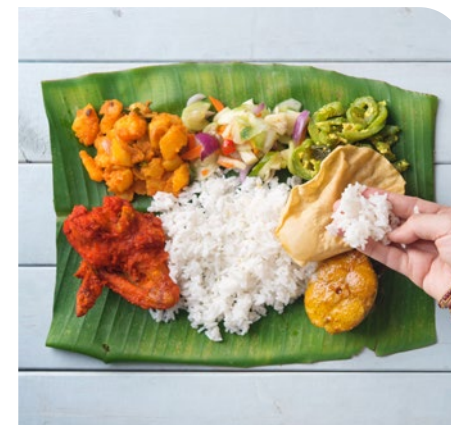


Foto: szefei/shutterstock.com

Bitte mitbringen

- eigene Schürze
- Vorratsdosen für das Mitnehmen von Speisen

Sa 12.09.2026 | 17.00–20.45 Uhr

Anindya Sengupta
Teilnahme-Gebühr 37,25 €, inkl. Lebensmittelumlage | 1 x = 5 UE
Ort: Kath. Familienbildungsstätte Euskirchen
Herz-Jesu-Vorplatz 5 | 53879 Euskirchen
Veranstaltungs-Nr. 2668660094

Zugang über Kalkstraße

> PRAXISWERKSTATT KÜCHE

Herbstgerichte

Saisonal kochen mit System

Entdecken Sie die Vielfalt der herbstlichen Küche und erweitern Sie gezielt Ihre Kochkompetenzen. In diesem praxisorientierten Kurs lernen Sie den fachgerechten Umgang mit saisonalen Zutaten wie Kürbis, Wurzelgemüse und Pilzen und erwerben grundlegende Techniken für eine ausgewogene, nachhaltige Ernährung. Neben der gemeinsamen Zubereitung verschiedener Gerichte vermittelt der Kurs fundiertes Wissen zu Lebensmittelauswahl, Nährstoffen und strukturierter Mahlzeitenplanung. So stärken Sie Ihre Fähigkeiten für eine gesunde und eigenständige Alltagsverpflegung.

Bitte mitbringen

- Behältnisse für Lebensmittel

Mi 23.09.2026 | 18.00 – 21.00 Uhr

Ulrike Pfenning-Kutsch,
Hauswirtschaftsmeisterin
Teilnahme-Gebühr 15,00 €,
zuzüglich Lebensmittelumlage | 1 x = 4 UE
Ort: Kath. Familienbildungsstätte Euskirchen
Herz-Jesu-Vorplatz 5 | 53879 Euskirchen

Veranstaltungs-Nr. 2668660076

Indische Herbstküche

Erntegenuss für Energie und Wohlbefinden

Der Herbst ist die Zeit der Ernte – eine Fülle an Getreide, Gemüse und Obst bietet vielfältige Möglichkeiten für eine ausgewogene Ernährung. In diesem Kochkurs lernen Sie, wie sich saisonale und regionale Lebensmittel mit traditionellen indischen Zubereitungsarten kombinieren lassen. Ziel der Veranstaltung ist die Vermittlung von Kenntnissen und praktischen Fertigkeiten im Bereich Ernährung und Haushaltsführung. Sie erhalten Einblicke in die gesundheitsbewusste Zubereitung von Speisen, erlernen authentische Rezepte und erweitern Ihre Kompetenzen für eine ausgewogene Alltagsküche.

Die Veranstaltung fördert den Austausch in der Gruppe und unterstützt die Anwendung des Erlernten im eigenen Haushalt.

Bitte mitbringen

- eigene Schürze
- Vorratsdosen für das Mitnehmen von Speisen

Sa 24.10.2026 | 17.00 – 20.45 Uhr

Anindya Sengupta
Teilnahme-Gebühr 37,25 €,
inkl. Lebensmittelumlage | 1 x = 5 UE
Ort: Kath. Familienbildungsstätte Euskirchen
Herz-Jesu-Vorplatz 5 | 53879 Euskirchen
Veranstaltungs-Nr. 2668660093

> PRAXISWERKSTATT KÜCHE

Vollwertig Brot und Brötchen backen

In diesem praxisorientierten Kochkurs erwerben die Teilnehmenden grundlegende Kenntnisse und Fertigkeiten in der Herstellung vollwertiger Backwaren. Vermittelt werden Techniken zur Verarbeitung verschiedener Bio-Mehle sowie die Unterschiede und Anwendungsmöglichkeiten von Hefe- und Backpulverteigen. Unter fachlicher Anleitung stellen die Teilnehmenden eigenständig saftige Brötchen, kernige Baguettes und Bagels her. Ergänzend werden Kenntnisse zur Zubereitung ausgewählter vegetarischer Brotaufstriche vermittelt. Ziel des Kurses ist es, grundlegende Backtechniken zu erlernen, Rohstoffe bewusst einzusetzen und die Ergebnisse eigenständig im Alltag umsetzen zu können.

Bitte mitbringen

- eigene Schürze
- Vorratsdosen (Nicht im Kurs verzehrte Lebensmittel können mitgenommen werden.)

Do 05.11.2026 | 17.00 – 21.00 Uhr

Kerstin Ising, Ökotrophologin
Teilnahme-Gebühr 22,00 €,
zuzüglich Lebensmittelumlage | 1 x = 5 UE
Ort: Kath. Familienbildungsstätte Euskirchen
Herz-Jesu-Vorplatz 5 | 53879 Euskirchen
Veranstaltungs-Nr. 2668660109

Tolle Knolle – die Süßkartoffel

Vielseitig und gesund

Die Süßkartoffel besticht durch ihren hohen Gehalt an Vitaminen, Mineralstoffen und Ballaststoffen, was sie zu einer ausgezeichneten Ergänzung für eine ausgewogene Ernährung macht. Ihre Verwendung in der Küche ist äußerst vielfältig – von herzhaften Gerichten bis hin zu süßen Kreationen. Diese Bandbreite an Einsatzmöglichkeiten bietet eine hervorragende Grundlage, um in pädagogischen Kontexten über gesunde Ernährung und nachhaltige Lebensmittelwahl zu sprechen.

Bitte mitbringen

- Behältnisse für Lebensmittel

Mi 18.11.2026 | 18.00 – 21.00 Uhr

Ulrike Pfenning-Kutsch,
Hauswirtschaftsmeisterin
Teilnahme-Gebühr 15,00 €,
zuzüglich Lebensmittelumlage | 1 x = 4 UE
Ort: Kath. Familienbildungsstätte Euskirchen
Herz-Jesu-Vorplatz 5 | 53879 Euskirchen
Veranstaltungs-Nr. 2668660085

Zugang über Kalkstraße

Zugang über Kalkstraße

> PRAXISWERKSTATT KÜCHE

Männerkochkurs

Gemeinsam Kochen verbindet

Beim gemeinsamen Kochen entstehen Begegnung, Austausch und Gemeinschaft. Der Männerkochkurs lädt Männer jeden Alters ein, neue Rezepte auszuprobieren, miteinander ins Gespräch zu kommen und Freude am gemeinsamen Tun zu erleben. In entspannter Atmosphäre werden einfache bis raffinierte Gerichte zubereitet und anschließend gemeinsam genossen. Dabei stehen nicht nur kulinarische Erfahrungen, sondern auch Gemeinschaft, Wertschätzung und gegenseitiger Austausch im Mittelpunkt.

Bitte mitbringen

- eigene Schürze
- Vorratsdosen für das Mitnehmen von Speisen

Di 08.09. | 13.10. | 10.11. und 15.12.2026
18.00 – 21.00 Uhr

Ulrike Pfennings-Kutsch,
 Hauswirtschaftsmeisterin
 Teilnahme-Gebühr 49,60 €,
 zuzüglich Lebensmittelumlage | 4 x = 16 UE
 Ort: Kath. Familienbildungsstätte Euskirchen
 Herz-Jesu-Vorplatz 5 | 53879 Euskirchen
Veranstaltungs-Nr. 2668660086

Männer lassen nichts anbrennen

Kochen lernen von Mann zu Mann

In der modernen Familienstruktur sehen sich Männer zunehmend in der Rolle, für sich selbst oder ihre Angehörigen kulinarische Mahlzeiten zuzubereiten. Unser Kurs vermittelt die notwendigen Fähigkeiten, um aus einer Auswahl an Grundrezepten alltagstaugliche Gerichte zuzubereiten. Die Teilnehmer werden angeleitet, eigenständig zu kochen und dabei verschiedene Speisekategorien zu berücksichtigen, darunter Fleischgerichte, Beilagen, Salate und Desserts. Praktische Tipps zur effizienten Vor- und Zubereitung, wie etwa das Schneiden von Zwiebeln ohne Tränenfluss, runden das Angebot ab.

Bitte mitbringen

- eigene Schürze
- Vorratsdosen für das Mitnehmen von Speisen

Mi 09.09. | 28.10. und 25.11.2026
18.00 – 21.00 Uhr

Thomas Gießler
 Teilnahme-Gebühr 46,80 €,
 zuzüglich Lebensmittelumlage | 3 x = 12 UE
 Ort: Kath. Familienbildungsstätte Euskirchen
 Herz-Jesu-Vorplatz 5 | 53879 Euskirchen
Veranstaltungs-Nr. 2668660095



Foto: Africa Studio/shutterstock.com

> PRAXISWERKSTATT KÜCHE

Männer am Herd

Kochkurs

Gemeinsames Kochen in der Küche fördert den Austausch und die Weiterbildung. Unter der Anleitung einer erfahrenen Dozentin werden praktische Zubereitungstechniken vermittelt und individuelle Rezeptvorschläge für zukünftige Kochsessions entwickelt. Die Zutatenauswahl orientiert sich dabei an saisonalen Produkten, um Frische und Qualität zu gewährleisten. Dieser Ansatz verbindet kulinarische Bildung mit nachhaltigem Konsum.

Bitte mitbringen

- eigene Schürze
- Vorratsdosen für das Mitnehmen von Speisen

Katharina Gerhardt
 Teilnahme-Gebühr 49,60 €,
 zuzüglich Lebensmittelumlage | 4 x = 16 UE
 Ort: Kath. Familienbildungsstätte Euskirchen
 Herz-Jesu-Vorplatz 5 | 53879 Euskirchen

Mo 21.09. | 19.10. | 16.11. und 14.12.2026
18.00 – 21.00 Uhr
Veranstaltungs-Nr. 2668660096

Do 24.09. | 22.10. | 19.11. und 17.12.2026
18.00 – 21.00 Uhr
Veranstaltungs-Nr. 2668660097

Frauenkochkurs

»Die Mittwochsfrauen«

Entdecken Sie die faszinierende Welt der kulinarischen Kunst und erweitern Sie Ihr kulinarisches Repertoire in einem inspirierenden und motivierenden Umfeld. Gemeinsam mit Gleichgesinnten entwickeln Sie kreative Rezepte, tauschen sich aus und sammeln wertvolle praktische Erfahrungen, die Ihre Leidenschaft für das Kochen bereichern. Unsere erfahrene Dozentin begleitet Sie mit professionellem Know-how und gibt Ihnen wertvolle Tipps und Tricks an die Hand. Sie vermittelt Ihnen bewährte Techniken und moderne Methoden, die Ihre Kochkünste auf ein neues Level heben und Ihnen helfen, Ihre kulinarischen Fähigkeiten gezielt zu erweitern. Ob Grundlagen oder fortgeschrittene Techniken – in diesem Kurs finden Sie die perfekte Mischung aus Theorie und Praxis, um Ihre kulinarischen Ziele zu erreichen.

Bitte mitbringen

- eigene Schürze
- Vorratsdosen für das Mitnehmen von Speisen

Mi 30.09. | 21.10. | 11.11. und 16.12.2026
18.00 – 21.00 Uhr

Katharina Gerhardt
 Teilnahme-Gebühr 49,60 €,
 zuzüglich Lebensmittelumlage | 4 x = 16 UE
 Ort: Kath. Familienbildungsstätte Euskirchen
 Herz-Jesu-Vorplatz 5 | 53879 Euskirchen
Veranstaltungs-Nr. 2668660098

Zugang über Kalkstraße

> PRAXISWERKSTATT KÜCHE

Asiatische Küche

Kochkurs für Landfrauen

Der Kochkurs bietet eine Einführung in die asiatische Küche. In Kooperation mit dem Rhein. Landfrauenverband, Kreisverband Euskirchen Eifel.

Mi 14.10.2026 | 18.00 – 21.00 Uhr

Ulrike Pfenning-Kutsch,
Hauswirtschaftsmeisterin
Teilnahme-Gebühr 10,00 €,
zuzüglich Lebensmittelumlage | 1 x = 4 UE
Ort: Kath. Familienbildungsstätte Euskirchen
Herz-Jesu-Vorplatz 5 | 53879 Euskirchen
Veranstaltungs-Nr. 2668660078



Zugang über Kalkstraße

Kochen und Klönen

Kleine saisonale und regionale Gerichte

Das gemeinsame Zubereiten und Genießen eines kleinen Gerichtes stehen bei diesem Kurs im Vordergrund.

Dazu werden Grundlagen über die Ernährung und den Stoffwechsel vermittelt. Die Rezepte werden saisonal und regional ausgewählt, und mit vereinten Kräften das Gericht zubereitet und verspeist. Wir freuen uns auf Ihre Teilnahme!

Bitte mitbringen

- eigene Schürze
- Vorratsdosen für das Mitnehmen von Speisen

Kirstin Nobis, Hauswirtschaftsmeisterin
Teilnahme-Gebühr 11,00 €,
inkl. Lebensmittelumlage | 1 x = 3 UE
Ort: Kath. Familienbildungsstätte Euskirchen
Herz-Jesu-Vorplatz 5 | 53879 Euskirchen

Di 29.09.2026 | 10.00 – 12.15 Uhr**Veranstaltungs-Nr. 2668660100****Di 03.11.2026 | 10.00 – 12.15 Uhr****Veranstaltungs-Nr. 2668660101****Di 01.12.2026 | 10.00 – 12.15 Uhr****Veranstaltungs-Nr. 2668660102**

Foto: bonchan/shutterstock.com

Foto: Monkey Business, shutterstock.com

**MEHR VOM GLAUBEN WISSEN**

Theologie im Fernkurs studieren

Chancen

- Erwerb einer theologischen Sprach-, Reflexions- und Handlungskompetenz
- argumentative Auseinandersetzung mit Glaubensfragen und Verständnis des Glaubens in seiner Bedeutung für heute
- Austausch mit Theologinnen und Theologen sowie mit den Mitstudierenden
- individuelle Studienzeitplanung (maximal fünf Jahre Studium)
- mögliche Qualifizierung für kirchliche Berufe in Schule und Gemeinde

Studierende

- Interessierte, Glaubende, Suchende, Zweifelnde ...
- Voraussetzung: idealerweise ein mittlerer Bildungsabschluss

Module und Begleitmaterialien

- »Grundkurs Theologie« und »Aufbaukurs Theologie«
- Lehrbriefe und eLearning-Plattform
- Studienwochenenden, Studienwochen, Begleitzirkel

Das Fernstudium Theologie kann mit und ohne Prüfung belegt werden.**Organisatorische Hinweise**

Der »Fernkurs Theologie« ist durch die Zentralstelle für Fernunterricht zertifiziert, er wird im Auftrag der Deutschen Bischofskonferenz angeboten und ist ein Arbeitsbereich der Domschule Würzburg (www.fernkurs-wuerzburg.de).

Informationen für Interessierte im Erzbistum Köln

André Gerth | Fachbereich Erwachsenen- und Familienbildung | Theologie im Fernkurs
Telefon 0221 1642 1865 | andre.gerth@erzbistum-koeln.de



Foto: Tatiiana Gordievskaja/shutterstock.com

ANGEBOTE IN FAMILIENZENTREN

Familienzentren sind nicht nur Orte für qualifizierte Kinderbetreuung sondern sie sind auch Informations- und Lebensort für Familien. Sie stehen für die Beratung von Eltern zu verschiedensten Aspekten des Familienlebens sowie für Elternbildung.

> ST. MARTIN EUSKIRCHEN



Kath. Familienzentrum St. Martin

Gemeinsam musizieren mit einfachen Instrumenten

Für Eltern mit Kindern von 2,5 bis 4 Jahren

Kinder und Erwachsene musizieren in diesem Kurs gemeinsam. Im Vordergrund stehen dabei kindgerechte Bewegungs- und Spiellieder, an denen auch Erwachsene teilhaben können. Durch Geschichten, Spiele und Rhythmen erleben sie ihren Körper und entwickeln ihre Stimme und Musikalität. Dabei lernen sie einfache Instrumente wie Rasseln, Triangeln, Klanghölzer und die afrikanische Djembé-Trommel kennen und zur Liedbegleitung einzusetzen.

Fr 04.09. – Fr 11.12.2026

15.30–16.15 Uhr

Marco Thiemann, Lehrer, Musikpädagoge

Teilnahme-Gebühr 52,00 € | 13 x = 13 UE

Ort: Kath. Kindergarten Herz-Jesu

Schillingstraße 35 | 53879 Euskirchen

Veranstaltungs-Nr. 2668620110

Drumcircle

Trommeln lernen für Anfänger und Fortgeschrittene im Bereich Perkussion und Rhythmik

Verschiedene Traditionen wie Afro, Latin oder Samba werden zu einmaligen Klängen verbunden. Zentrales Instrument ist die Djembé, die westafrikanische Handtrommel, auf der zunächst die grundlegende Schlagtechnik und einfache Rhythmen erlernt werden. Beim Ensemblespiel kommen weitere Perkussionsinstrumente zur rhythmischen Liedbegleitung zum Einsatz. Eine andere Spielform wird das improvisierte Session-Spiel sein, bei dem sich jeder nach den eigenen Fähigkeiten einbringen kann. Im Zusammenspiel mit den anderen Teilnehmern wird dabei eine ganzheitliche rhythmisch-musikalische Erfahrung ermöglicht, die nicht nur technisches Können, sondern auch Kreativität und Ausdrucksfähigkeit fördert.

Bitte beachten Sie

- Einstieg ist jederzeit und auf jedem Niveau möglich!
- Bitte bringen Sie eigene Trommeln (bevorzugt Djembés) sowie weitere Perkussionsinstrumente und eventuell erlernte Instrumente mit.
- Im Kurs können Djembés zur Verfügung gestellt werden.

Fr 04.09. – Fr 11.12.2026

16.25–17.25 Uhr

Marco Thiemann, Lehrer, Musikpädagoge

Teilnahme-Gebühr 71,50 € | 13 x = 13 UE

Ort: Kath. Kindergarten Herz-Jesu

Schillingstraße 35 | 53879 Euskirchen

Veranstaltungs-Nr. 2668660004

> ST. MARTIN EUSKIRCHEN

Sing Dich frei

Heilsames Singen

Das Seminar richtet sich an Menschen, die die beruhigenden Kräfte des Singens und Tönens erleben wollen. Auch wenn Sie denken, Nicht-sänger zu sein, können Sie lernen, bewusst mit dem Klang der eigenen Stimme zu arbeiten und die ausgleichende Wirkung des Singens in sich zu entdecken.

Die hier wie Mantras gesungenen Lieder stammen zum Großteil von Dr. Karl Adamek, der als Pionier der Singforschung das Heilsame Singen entwickelt hat. Seine wissenschaftlichen Untersuchungen belegen: der gezielte Einsatz des Klangs der eigenen Stimme kann Vitalität, Lebensfreude und Kommunikationsfähigkeit bedeutend steigern. Zugleich fördert diese Arbeit nachweislich die physischen und psychischen Selbstheilungskräfte. Heilsames Singen kann als bewährte Anti-Burnout-Methode, zur Unterstützung bei der Bewältigung von Krisen und zur Steigerung der Lebensqualität genutzt werden. Mit Atem- und Körperübungen lernen wir zu Beginn jeder Einheit, den Körper als Resonanzraum unserer Stimme wahrzunehmen und uns einzuschwingen. Ein weiterer Teil des Angebotes sind spirituelle Gesänge und Lieder etwa aus der Spirituellen Nacht der Lieder oder aus Taizé.

Ein Einstieg in den Kurs ist jederzeit möglich.

Fr 04.09. – Fr 11.12.2026

17.30–19.00 Uhr

Marco Thiemann, Lehrer, Musikpädagoge

Teilnahme-Gebühr 130,00 € | 13 x = 26 UE

Ort: Kath. Kindergarten Herz-Jesu

Schillingstraße 35 | 53879 Euskirchen

Veranstaltungs-Nr. 2668740002

Autobiographisches Schreiben – Wie war das denn früher?

Geschichten aus dem Leben

Schreibwerkstatt für Großeltern und Eltern

Erinnerungen wecken – für unsere Kinder und Enkelkinder festhalten

Wer die Vergangenheit nicht kennt, weiß nicht, wer er ist, sagt man. Tauchen Sie in dieser Schreibwerkstatt mit professioneller Hilfe in eine lang zurückliegende Zeit ein. Es gibt so viele Episoden und Erlebnisse, die es wert sind, für Sie selbst und die nachfolgenden Generationen festgehalten zu werden, bevor diese im Keller der Vergangenheit verstauben. Retten Sie sie vor dem Vergessen. Erinnerungen aufzuschreiben, hilft den Jüngeren, die Geschichten der Familie lebendig zu halten und sich darüber zu identifizieren. Mit spielerischen Schreib Anregungen und durch gemeinsamen Austausch von Erfahrungen wollen wir diese Schätze wieder hervorholen. So können wir sie als Geschichten auf Papier bewahren. Sie werden unterstützt, Ihr Thema zu finden und zu formulieren. Vorkenntnisse sind keine erforderlich, nur die Lust und Freude, sich auf Vergangenes einzulassen und es aufzuschreiben.

Sylvia Ludwig, Poesiepädagogin

Teilnahme-Gebühr 30,00 € | 4 x = 12 UE

Ort: Kath. Kindergarten St. Martin

Hofpfad 25 | 53879 Euskirchen

Di 08.09. | Di 22.09. | Di 06.10. und Di 13.10.2026 | 16.30–18.45 Uhr
Veranstaltungs-Nr. 2668640006

Di 03.11. | Di 17.11. | Di 01.12. und Di 08.12.2026 | 16.30–18.45 Uhr
Veranstaltungs-Nr. 2668640007

> ST. MARTIN EUSKIRCHEN

Naturapotheke – Heilpflanzen für die Erkältungszeit

Zahlreiche Heilpflanzen und daraus hergestellte haltbare Zubereitungen sowie Sofort-Anwendungen sind große Helfer in der Erkältungszeit. Sie lindern Beschwerden wie Husten, Schnupfnase, Fieber und allgemeines Krankheitsgefühl.

Heilpflanzen wie Thymian, Spitzwegerich, Meerrettich, Lindenblüten, Baumharze und Co. werden im Detail besprochen und daraus entstehende Rezepturen unter Anleitung direkt in die Praxis umgesetzt – natürlich zum Mitnehmen. Ein Fokus des Kurses wird auf die Zubereitung von heilkräftigen Tees und Salben gelegt. Aber auch Tinkturen (alkoholische Pflanzenauszüge) dürfen in der Kräuterapotheke nicht fehlen, wenn es um die Behandlung von Erkältungen geht.

Thematisiert werden außerdem hilfreiche Anwendungen wie Inhalation und Auflagen mit Heilpflanzen.

Alle Teilnehmenden nehmen drei unter Anleitung hergestellte Produkte sowie gesundheitsförderndes Wissen rund um Heilpflanzen und Zubereitungen wie Tinkturen, Salben und Tee mit. Ein Skript mit den Rezepten des Kurses wird digital zur Verfügung gestellt.

Bitte mitbringen

- bequeme Kleidung
- Decke, kleines Kopfkissen
- dicke Socken



Foto: Valentina_G/shutterstock.com

Fr 25.09.2026 | 14.00–16.30 Uhr

Petra Hölters, Naturerlebnispädagogin,
zertifizierte Phytotherapeutin
gebührenfrei | 1 x = 3 UE

Ort: Kath. Kindergarten St. Matthias
Gottfried-Disse-Straße 5 | 53879 Euskirchen

Veranstaltungs-Nr. 2668660063

> ST. MARTIN EUSKIRCHEN

Tobis kleines Weihnachtswunder – Figuren-Theater

Figuren-Theater für Eltern mit Kindern
ab 3 Jahren

Der kleine Hund Tobi ist glücklich. Es ist kurz vor Weihnachten und er darf heute das erste Mal mit seinem Herrchen zum Weihnachtsmarkt in die große Stadt. So etwas hat Tobi noch nie erlebt. Überall gibt es neue Dinge zu entdecken und es riecht einfach nur herrlich.

Doch als plötzlich alle Menschen zusammenlaufen, um eine Blaskapelle zu sehen, verlieren sich die beiden. Da hilft weder Bellen noch Jaulen ... Herrchen ist nicht mehr da. Und zu allem Unglück wird es dunkel und es beginnt zu schneien. Oh, welch ein Unglück für einen kleinen Hund!

Doch die Rettung ist schon unterwegs: »Also, ich bin Betty die Gans und wenn Du jetzt noch lange hier im Schnee rumsitzt, bekommste ganz sicher 'nen Schnupfen!« So beginnt eine ganz ungewöhnliche Weihnachtsgeschichte mit vielen neuen Freunden, einem großen Zirkus und einem glücklichen Happy End nicht nur für Tobi.



Foto: Seifenblasen-Figurentheater

Die liebevoll gestaltete, kindgerechte Inszenierung führt spielerisch ans Theater heran und weckt nicht nur die Vorfreude auf Weihnachten, sondern fördert auch Fantasie und die Auseinandersetzung mit den kleinen und großen Fragen des Lebens.

Fr 20.11.2026 | 15.00–16.00 Uhr

Christian Schweiger,
Seifenblasen-Figurentheater
gebührenfrei | 1 x = 1 UE

Ort: Forum St. Matthias
Franziskanerplatz 1 | 53879 Euskirchen

Veranstaltungs-Nr. 2668620104

> KIEFERNWEG EUSKIRCHEN



Städt. Familienzentrum Kiefernweg

Kontakt

Nicole Gehlen

Telefon 01511 0150545

Ort der Veranstaltungen

Kiefernweg 11 | 53879 Euskirchen
(wenn nicht anders angegeben)

Anmeldung

gebührenpflichtige Veranstaltungen
an info@fbs-euskirchen.de
andere bitte direkt ans Familienzentrum

Kochen und backen mit Kindern ab 4 Jahren

Gesunde Ernährung lecker zubereitet – sich
einfach gesund ernähren, worauf kommt es an?

Kinder sind von Natur aus neugierig und begeistert, wenn sie in den Alltag eingebunden werden – auch in der Küche. Beim Schneiden und Zerkleinern von Obst und Gemüse entdecken sie beispielsweise die Vielfalt der Farben, Formen und Geschmäcker. Ob sie nun Kuchen verzieren, eine Pizza mit frischen Zutaten belegen oder Teigtaschen füllen – jede Tätigkeit fördert ihre Feinmotorik und das Verständnis, wie das Essen auf den Teller kommt. An diesen Nachmittagen erleben Sie, was Sie Ihren Kleinen zutrauen können, wie Sie sie einbeziehen können und was ihnen besonders gut schmeckt. Unser Koch- und Backangebot orientiert sich an den Jahreszeiten.

Bitte beachten Sie

- Kinder können nur in Begleitung eines Erwachsenen teilnehmen.
- Wir bitten bei der Anmeldung mögliche Allergien oder Unverträglichkeiten anzugeben.
- Der Veranstalter dieses Kurses ist das Haus der Familie. Sie nehmen als Privatperson teil und haben während des Kurses selbst die Aufsichtspflicht über Ihr Kind.

**Mi 16.09. | 23.09. | 30.09. | 07.10.
und 14.10.2026 | 14.30–16.45 Uhr**

Kerstin Ising, Ökotrophologin
gebührenfrei | 5 x = 15 UE

Veranstaltungs-Nr. 2668620099

> GOTTFRIED-DISSE-STRASSE EUSKIRCHEN



Städt. Familienzentrum Gottfried-Disse-Straße

Kontakt

Martina Kellershoff

Telefon 02251 89123

Ort der Veranstaltungen

Gottfried-Disse-Straße 32
53879 Euskirchen
(wenn nicht anders angegeben)

Anmeldung

gebührenpflichtige Veranstaltungen
an info@fbs-euskirchen.de
andere bitte direkt ans Familienzentrum

Yoga für Anfänger und Fortgeschrittene

Entspannung für Körper, Geist und Seele

Mit Yoga können Sie Ihren Körper erspüren, dehnen und stärken. Mit wirbelsäulengerechten Ausgleichsübungen, Atemachtsamkeit und kleinen Entspannungsphasen zwischendurch kommen Sie zur Ruhe und können sich von den Anforderungen des Alltags erholen und neue Kraft schöpfen.

Bitte beachten Sie

- Bitte kommen Sie in geeigneter Sportkleidung zum Kurs und bringen ggf. eine Decke/Matte mit.
- Nehmen Sie ca. zwei Stunden vor der Yogastunde keine größere Mahlzeit mehr zu sich.

Elke Carpus, Yogalehrerin

Teilnahme-Gebühr 56,00 € | 10 x = 20 UE

Di 08.09. – Di 24.11.2026

17.45–19.15 Uhr

Veranstaltungs-Nr. 2668660128

Di 08.09. – Di 24.11.2026

19.30–21.00 Uhr

Veranstaltungs-Nr. 2668660129

> FRAUENBERGERSTRASSE EU



AWO Familienzentrum
Frauenbergerstrasse

Ort der Veranstaltungen

AWO Kita
Frauenbergerstrasse 150b | 53879
Euskirchen
Anmeldung
im Familienzentrum
Telefon 02251 7939864

Deutsch im Alltag

Für Eltern mit Kindern

Sie möchten üben, deutsch zu sprechen?
Lernen, sich im Alltag gut zu verständigen?
Wir bieten Termine am Samstagvormittag an,
an denen Sie die deutsche Sprache besser
kennenlernen und so leichter den Weg in den
Alltag finden werden. Eine Kinderbetreuung ist
an diesen Vormittagen möglich!

gefördert durch Land NRW

**Sa 12.09. | 26.09. | 17.10. | 31.10. | 21.11.
05.12.2026 | 10.00 – 12.30 Uhr**

Susanne Krichi
Laura Murselaj
gebührenfrei | 6x = 18 UE
Ort: AWO Kita Frauenbergerstrasse
Frauenberger Straße 150b | 53879 Euskirchen
Veranstaltungs-Nr 2668820003

> GROSSBÜLLESHEIM



Städt. Familienzentrum
Großbüllesheim

Kontakt

Saskia Wassong
Telefon 02251 51914

Ort der Veranstaltungen

Feldgartenstraße 33 | 53881 Euskirchen
(wenn nicht anders angegeben)

Anmeldung

gebührenpflichtige Veranstaltungen
an info@fbs-euskirchen.de
andere bitte direkt ans Familienzentrum

> GROSSBÜLLESHEIM

**Yoga für Anfänger
und Fortgeschrittene**

Entspannung für Körper, Geist und Seele

Dieser Kurs bietet Ihnen die Möglichkeit, Ihren Körper bewusster wahrzunehmen, zu dehnen und zu stärken. Durch gezielte, wirbelsäulengerechte Ausgleichsübungen fördern Sie nicht nur Ihre körperliche Beweglichkeit, sondern lernen auch Raum für innere Ruhe und Entspannung zu schaffen. Die bewusste Atemachtsamkeit während der angeleiteten Übungen hilft Ihnen, Stress abzubauen und körperlich wie mental gestärkt in den Alltag zurückzukehren.

Bitte beachten Sie

- Bitte kommen Sie in geeigneter Sportkleidung zum Kurs und bringen, wenn möglich, eine leichte Decke mit.
- Nehmen Sie ca. zwei Stunden vor der Yogastunde keine größere Mahlzeit mehr zu sich.

Janna Quirini, Yogalehrerin
Teilnahme-Gebühr 50,00 € | 10 x = 20 UE

Di 08.09. – Di 24.11.2026

18.30 – 20.00 Uhr

Veranstaltungs-Nr. 2668660088

Di 08.09. – Di 24.11.2026

20.15 – 21.45 Uhr

Veranstaltungs-Nr. 2668660089



Foto: Seifenblasen-Figurentheater

**Rosa-Luise und die verschwundenen
Weihnachtspäckchen**

Figuren-Theater

Hochbetrieb im Postamt von Güllenburg. Heute ist Heiliger Abend und Briefträger Krause hat alle Hände voll zu tun. Ein ganzes Postamt voller Weihnachtspakete wartet darauf verteilt zu werden. Doch – oh Schreck – plötzlich sind alle Pakete weg! Mit Hilfe seines Schweinchens Rosa-Luise macht er sich auf die Suche. Und was die beiden finden, ist so ganz anders als erwartet ...

Ein turbulenter Weihnachtskrimi mit Menschen, Tischfiguren, Handpuppen und viel Musik für alle kleinen Spürnasen ab 3 Jahren. Die liebevoll gestaltete, kindgerechte Inszenierung führt spielerisch ans Theater heran und weckt nicht nur die Vorfreude auf Weihnachten, sondern fördert auch Fantasie und die Auseinandersetzung mit den kleinen und großen Fragen des Lebens.

Di 15.12.2026 | 15.00 – 16.00 Uhr

Christian Schweiger,
Seifenblasen-Figurentheater
gebührenfrei | 1 x = 1 UE

Veranstaltungs-Nr. 2668620020

> KLEINBÜLLESHEIM



Städt. Familienzentrum
Kleinbüllesheim

Kontakt

Martina Lamb
Telefon 02251 781022

Ort der Veranstaltungen

Osloer Straße 10 | 53881 Euskirchen
(wenn nicht anders angegeben)

Anmeldung

gebührenpflichtige Veranstaltungen
an info@fbs-euskirchen.de
andere bitte direkt ans Familienzentrum

Fit mit Gymnastik

Ein Kurs für mehr Fitness und Wohlbefinden

Regelmäßige körperliche Aktivität ist ein entscheidender Baustein für ein gesundes und ausgeglichenes Leben. Durch gezieltes Training können wir nicht nur unsere körperliche Fitness steigern, sondern auch unser psychisches Wohlbefinden fördern. Die wöchentlichen Sporteinheiten bieten die Einführung in eine ausgewogene Mischung aus Bewegung, Kräftigung, Ausdauer und Dehnung. Diese Kombination stärkt nicht nur den Körper, sondern trägt auch dazu bei, Stress abzubauen und die Konzentration zu verbessern. Abschließend werden entspannende Techniken vermittelt, die helfen, den Alltag gelassener zu meistern und die Regeneration zu fördern.

Bitte mitbringen

- eigene Matte und Handtuch

Mo 07.09. – Mo 23.11.2026

19.30 – 21.00 Uhr

Markéta Melder, Übungsleiterin

Teilnahme-Gebühr 38,50 € | 11 x = 22 UE

Veranstaltungs-Nr. 2668660090

> KLEINBÜLLESHEIM

Väter! Zeit für Kinder

Ein Vater-Kind-Kurs

Der Kurs bietet einen Raum mit altersgerechten Spielangeboten für die Kinder. Für Väter bietet diese Umgebung eine besondere Gelegenheit, die Aktivitäten ihrer Kinder aus einer neuen Perspektive zu erleben – abseits des gewohnten Alltags. Im geschützten Raum des Kurses können Sie die Eltern-Kind-Beziehung vertiefen und gleichzeitig ein besseres Verständnis für die Zusammenhänge zwischen Spiel und kindlicher Entwicklung gewinnen.

Durch die Kursleitung sowie den Austausch mit anderen Vätern erhalten Sie dabei Impulse zu Fragen des Familienalltags, der Erziehung und der Begleitung kindlicher Entwicklung.

Sa 12.09. – Sa 19.12.2026

10.00 – 11.30 Uhr

Dr. rer. nat. Per Hoffmann

Teilnahme-Gebühr 22,00 € | 11 x = 22 UE

Veranstaltungs-Nr. 2668620094



Foto: 4_PW_production/shutterstock.com

> STOTZHEIM



Städt. Familienzentrum Stotzheim

Kontakt

Katharina Pollmann | 02251 860143

Ort der Veranstaltungen

Siriusstr. 16 | 53881 Euskirchen-Stotzheim
(wenn nicht anders angegeben)

Anmeldung

gebührenpflichtige Veranstaltungen
an info@fbs-euskirchen.de
andere bitte direkt ans Familienzentrum

Fit mit Pilates

Dieser Kurs hilft Ihnen, Ihren gesamten Körper zu mobilisieren und insbesondere Ihre Körpermitte zu stärken und zu trainieren. Die Bewegungen in den angeleiteten Übungen werden hierbei mit der Atmung kombiniert. Sie lernen zunächst die Grundlagen des Pilatesstrainings kennen, die sich in Intensität und Schwierigkeit Stück für Stück weiter aufbauen. Zu jeder Kurseinheit gehören eine Aufwärm- und eine Entspannungsphase, in der entsprechende Techniken vermittelt werden.

Bitte beachten Sie

- Einstieg in den laufenden Kurs ist möglich.
- Bitte eigene Matte und Handtuch mitbringen.

Di 08.09. – Di 01.12.2026

17.00 – 18.30 Uhr

Birgit Rau, Pilatestrainerin

Teilnahme-Gebühr 55,00 € | 11 x = 22 UE

Veranstaltungs-Nr. 2668660115

> STOTZHEIM

Kochen und Backen mit Schulkindern

Kinderkurs für 6 bis 10-Jährige – Sich einfach gesund ernähren, worauf kommt es an?

Kinder sind von Natur aus neugierig und begeistert, wenn sie in den Alltag eingebunden werden – auch in der Küche. Beim Schneiden und Zerkleinern von Obst und Gemüse entdecken sie beispielsweise die Vielfalt der Farben, Formen und Geschmäcker. Ob sie nun Kuchen verzieren, eine Pizza mit frischen Zutaten belegen oder Teigtaschen füllen – jede Tätigkeit fördert ihre Feinmotorik und das Verständnis, wie das Essen auf den Teller kommt.

Unser Koch- und Backangebot orientiert sich an den Jahreszeiten. Es werden Kindermesser genutzt.

Wir bitten bei der Anmeldung mögliche Allergien oder Unverträglichkeiten anzugeben.

**Fr 18.09. | 16.10. | 13.11. und
11.12.2026 | 16.30 – 18.00 Uhr**

Kerstin Ising, Ökotrophologin
gebührenfrei | 4 x = 8 UE

Veranstaltungs-Nr. 2668620096

Bunter Herbstwald

Waldfamiliientag für Eltern mit Kindern
von 4 bis 6 Jahren

Der Wald im Herbst ist bunt und vielfältig. Was gibt es wohl alles zu entdecken? Finden wir es heraus!

Fr 09.10.2026 | 14.00 – 16.15 Uhr

Ingo Esser, Waldpädagoge

Teilnahme-Gebühr 5,00 € | 1 x = 3 UE

Ort: Hardtburg Stotzheim Parkplatz
53881 Euskirchen-Stotzheim

Veranstaltungs-Nr. 2668620138

Gemeinsam schmeckt's besser

Kochkurs für Senioren

In diesem Kurs lernen Sie, einfache und leckere Gerichte für den Alltag zuzubereiten, denn gesundes Essen muss nicht teuer und aufwendig sein. Beim gemeinsamen Kochen kommt auch der Austausch untereinander nicht zu kurz.

Sa 10.10. | 14.11. und Sa 05.12.2026

11.00 – 13.15 Uhr

Katharina Gerhardt

gebührenfrei | 3 x = 9 UE

Veranstaltungs-Nr. 2668660139

> STOTZHEIM

Tobis kleines Weihnachtswunder

Figuren-Theater für Eltern mit Kindern
ab 3 Jahren

Der kleine Hund Tobi ist glücklich. Es ist kurz vor Weihnachten und er darf heute das erste Mal mit seinem Herrchen zum Weihnachtsmarkt in die große Stadt. So etwas hat Tobi noch nie erlebt. Überall gibt es neue Dinge zu entdecken und es riecht einfach nur herrlich.

Doch als plötzlich alle Menschen zusammenlaufen, um eine Blaskapelle zu sehen, verlieren sich die beiden. Da hilft weder Bellen noch Jaulen ... Herrchen ist nicht mehr da. Und zu allem Unglück wird es dunkel und es beginnt zu schneien. Oh, welch ein Unglück für einen kleinen Hund!

Doch die Rettung ist schon unterwegs: »Also, ich bin Betty die Gans und wenn Du jetzt noch lange hier im Schnee rumsitzt, bekommste ganz sicher 'nen Schnupfen!«



Foto: Seifenblasen-Figurentheater

So beginnt eine ganz ungewöhnliche Weihnachtsgeschichte mit vielen neuen Freunden, einem großen Zirkus und einem glücklichen Happy End nicht nur für Tobi.

Die liebevoll gestaltete, kindgerechte Inszenierung führt spielerisch ans Theater heran und weckt nicht nur die Vorfreude auf Weihnachten, sondern fördert auch Fantasie und die Auseinandersetzung mit den kleinen und großen Fragen des Lebens.

Mi 16.12.2026 | 10.30 – 11.30 Uhr

Christian Schweiger,
Seifenblasen-Figurentheater
gebührenfrei | 1 x = 1 UE

Veranstaltungs-Nr. 2668620021

> ST. CHRYSANTHUS UND DARIA BAD MÜNSTEREIFEL



Kath. Familienzentrum
St. Chrysanthus und Daria

Anmeldung

im Familienzentrum
kita-bam@erzbistum-koeln.de
kita-arloff@erzbistum-koeln.de

Sanftes Yoga

Für Anfänger und Fortgeschrittene

In diesem Yogakurs steht stehen sanfte, gezielte Übungen im Mittelpunkt. So wird nicht nur die physische, sondern auch die psychische Gesundheit unterstützt.

Eine Teilnahme ist unabhängig von Vorwissen möglich. Die angeleiteten Übungen sind so gestaltet, dass sie sowohl für Einsteiger als auch für erfahrene Teilnehmer geeignet sind oder durch Alternativübungen ersetzt werden können.

Bitte mitbringen

- bequeme Kleidung, Matte und Decke

Mi 02.09. – Mi 02.12.2026

18.00 – 19.00 Uhr

Felicitas Fuchs, Yogalehrerin

Teilnahme-Gebühr 84,00 € | 12 x = 12 UE

Ort: Kath. Familienzentrum St. Chrysanthus
Kapuzinergasse 13 | 53902 Bad Münstereifel

Veranstaltungs-Nr. 2668660114

Lego-Tag mit Papa, Onkel, Opa

Beim gemeinsamen Bauen mit Lego-Steinen entsteht eine besondere Form des intergenerationalen Lernens – sei es durch den Austausch von Ideen, die Weitergabe von Erfahrungen oder das gemeinsame Erleben von Erfolgserlebnissen. Der Tag bietet Gelegenheit, wieder einmal bewusst Zeit füreinander zu haben, Kreativität und deren Umsetzbarkeit auszuprobieren. Es geht nicht darum, perfekte Ergebnisse zu erzielen, sondern darum, gemeinsam zu gestalten und sich gegenseitig zu inspirieren.

Sa 26.09.2026 | 10.00 – 15.00 Uhr

Jörn Fritschle

gebührenfrei | 1 x = 6 UE

Ort: Kath. Kindergarten BAM-Arloff
Weiherstraße 20

53902 Bad Münstereifel-Arloff

Veranstaltungs-Nr. 2668620126

> ST. SEVERINUS KOMMERN



Kath. Familienzentrum St. Severinus

Kontakt

Claudia Korth-Kreimendahl
Telefon 02443 6126

Anmeldung Eltern-Kind-Kurs

im Haus der Familie
info@fbs-euskirchen.de
Telefon 02251 9571120

Eltern-Kind-Kurs

Die Kinder spielen, entdecken und erforschen selbstständig ihre Umwelt im vorbereiteten Raum. Sie nehmen erste Kontakte zu anderen Kindern und Erwachsenen auf.

Eltern informieren sich und tauschen sich aus zu Erziehungs-, Entwicklungs- und Familienfragen.

Durch angeleitete Beobachtung und Gespräche verstehen Eltern ihr Kind und seine Bedürfnisse besser und erhalten Anregungen für den Alltag in der Familie.

Anmeldung

Telefon 02251 9571120

Mo 07.09. – Mo 07.12.2026

09.30 – 11.00 Uhr

Sabine Vicktor, Eltern-Kind-Kursleitung
Teilnahme-Gebühr 64,40 € | 12 x = 24 UE
Ort: Kath. Pfarrheim Kommern
Kirchberg 14 | 53894 Mechernich-Kommern
Veranstaltungs-Nr. 2668620103

> ST. MAURITIUS WEILERSWIST



Kath. Familienzentrum St. Mauritius

Anmeldung

Helene Kürten
kuerthen.helene@gmx.de

Ort der Veranstaltungen

Kath. Jugendheim St. Mauritius
Triftstraße 14
53919 Weilerswist
(wenn nicht anders angegeben)

Stuhl-Yoga

Stuhlyoga ist eine Variante des Yogas für ältere Menschen, für alle, die eine Verletzung oder körperliche Einschränkung haben oder die zwischendurch im Büro Yoga machen möchten.

Bitte beachten Sie

- Nehmen Sie ca. zwei Stunden vor der Yoga-stunde keine größere Mahlzeit mehr zu sich.

Mo 07.09. – Mo 07.12.2026

11.00 – 12.00 Uhr

Tanja Jansen
Teilnahme-Gebühr 45,00 € | 10 x = 10 UE
Kath. Jugendheim St. Mauritius
Triftstraße 14 | 53919 Weilerswist
Veranstaltungs-Nr. 2668660146

**Mo 14.09. | 28.09. | 05.10. | 19.10.
26.10. | 02.11. | 16.11. | 23.11. | 30.11.
und Mo 07.12.2026 | 17.15 – 18.15 Uhr**

Joram Schirmaier
Teilnahme-Gebühr 45,00 € | 10 x = 10 UE
Kath. Jugendheim St. Mauritius
Triftstraße 14 | 53919 Weilerswist
Veranstaltungs-Nr. 2668660147

Mo 07.09. – Mo 07.12.2026

09.30 – 10.30 Uhr

Tanja Jansen
Teilnahme-Gebühr 45,00 € | 10 x = 10 UE
Ort: Pfarrzentrum Lommersum
Walramstraße 12 | 53919 Weilerswist
Veranstaltungs-Nr. 2668660145

> ST. MAURITIUS WEILERSWIST

Yoga

Verschiedene Yoga-Übungen helfen Verspannungen zu lösen. Das Körperbewusstsein wird verbessert und wir können neue Kraft tanken. Spezielle Atemtechniken intensivieren die Entspannung. Der Kurs ist für alle Altersstufen geeignet.

Bitte beachten Sie

- Bitte bringen Sie, wenn möglich, eine eigene Matte und ggf. Kissen/Decke mit.
- Nehmen Sie ca. zwei Stunden vor der Yoga-stunde keine größere Mahlzeit mehr zu sich.

Di 08.09. – Di 08.12.2026

10.00–11.00 Uhr

Sandra Richter

Teilnahme-Gebühr 50,00 € | 11 x = 11 UE

Veranstaltungs-Nr. 2668660144

Yoga für Fortgeschrittene

Bitte beachten Sie

- Nehmen Sie ca. zwei Stunden vor der Yoga-stunde keine größere Mahlzeit mehr zu sich.

**Mo 14.09. | 28.09. | 05.10. | 19.10.,
26.10. | 02.11. | 16.11. | 23.11. | 30.11.
und 07.12.2026 | 18.30–19.30 Uhr**

Joram Schirmaier

Teilnahme-Gebühr 45,00 € | 10 x = 10 UE

Veranstaltungs-Nr. 2668660148

Qigong

In der Gesundheitsförderung haben die langsamen, fließenden Bewegungsübungen seit langem ihren festen Platz. Balance und Beweglichkeit werden auf körperlicher, seelischer und geistiger Ebene geübt. Die gelenkfreundliche und »energie-optimale« Bewegungsweise verbindet Ruhe und Bewegung.

Alle Übungen und Methoden haben gemeinsam, dass sie positiv auf den ganzen Organismus wirken und nicht auf bestimmte Krankheitsbilder oder Beschwerden hin geübt werden.

Mo 07.09. – Mo 07.12.2026

16.00–17.00 Uhr

Michaela Lindemann

Teilnahme-Gebühr 50,00 € | 11 x = 11 UE

Kath. Jugendheim St. Mauritius

Triftstraße 14 | 53919 Weilerswist

Veranstaltungs-Nr. 2668660142

Do 03.09. – Do 10.12.2026

11.00–12.00 Uhr

Michaela Lindemann

Teilnahme-Gebühr 45,00 € | 10 x = 10 UE

Ort: Pfarrzentrum Lommersum

Walramstraße 12 | 53919 Weilerswist

Veranstaltungs-Nr. 2668660143

> ST. MAURITIUS WEILERSWIST

Gerichte rund um die Kartoffel

Bitte mitbringen

- Küchenhandtuch
- Schürze

Do 15.10.2026 | 16.00–19.00 Uhr

Petra Wiedenau

Teilnahme-Gebühr 10,00 € | 1 x = 4 UE

Veranstaltungs-Nr. 2668660140

Wir backen Kuchen und Gebäck für die Weihnachtszeit

Bitte mitbringen

- Küchenhandtuch
- Schürze

Do 26.11.2026 | 16.00–19.00 Uhr

Petra Wiedenau

Teilnahme-Gebühr 10,00 € | 1 x = 4 UE

Veranstaltungs-Nr. 2668660141



Foto: Ivonne Wierink/shutterstock.com

> ST. JOHANNES UND SEBASTIANUS ZÜLPICH



Kath. Familienzentrum
St. Johannes und Sebastianus

Anmeldung

im Familienzentrum
Telefon 02252 2829

Ort der Veranstaltungen

Ort: Kath. Familienzentrum
Wilhelm-Falkenberg-Straße 60
53909 Zülpich
(wenn nicht anders angegeben)

Die Boote der Feen

Waldfamilienstag für Eltern mit Kindern
von 4 bis 6 Jahren

Die heimischen Wälder halten viele spannende Dinge bereit! Wir lernen den Wald und seine vielfältigen Materialien kennen und bauen jeder ein Bötchen, das wir auf dem Wasser zur Reise zu den Feen losschicken können. Dieses waldpädagogische Angebot richtet sich an Eltern mit Kindern von 4 bis 6 Jahren.

Fr 04.09.2026 | 14.00 – 16.15 Uhr

Ingo Esser, Waldpädagoge
gebührenfrei | 1 x = 3 UE
Ort: Harzburg Stotzheim Parkplatz
53881 Euskirchen-Stotzheim
Veranstaltungs-Nr. 2668620102

Hochsensible Kinder – Vertiefung

Online-Veranstaltung

Hochsensibilität ist im Kontext der Neurodivergenz nach wie vor ein zentrales und vielschichtiges Thema, insbesondere wenn es um Kinder geht. In unserer schnelllebigen, oft überstimulierenden Welt stellt die Hochsensibilität sowohl für Betroffene als auch für ihr Umfeld eine besondere Herausforderung dar. Um diesen komplexen Aspekt der menschlichen Wahrnehmung und Verarbeitung besser zu verstehen, lohnt es sich, sich intensiver mit dem Thema auseinanderzusetzen.

Dieser Abend richtet sich an alle, die bereits über ein Grundwissen oder Erfahrungen mit der Hochsensibilität verfügen. Er bietet die Möglichkeit, sich gezielt mit fundierten Texten zu beschäftigen, wozu im Alltag oft keine Zeit bleibt, und sich auszutauschen.

Do 01.10.2026 | 19.30 – 21.00 Uhr

Antje Borgelt, Pikler-Pädagogin i. A.
gebührenfrei | 1 x = 2 UE
Ort: Digital

Veranstaltungs-Nr. 2668610009



Online-
Veranstaltung

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

> ST. JOHANNES UND SEBASTIANUS ZÜLPICH

Naturheilkundliche Hausapotheke

Erste Hilfe aus der Natur bei kleinen
Beschwerden des Alltags

Schnupfen, Fieber, kleine Wunden, Verspannungen und vieles mehr. Es müssen nicht gleich immer Antibiotika und Co. sein. Wer hätte für die erste Hilfe und für die kleinen Beschwerden des Alltags nicht gern sanfte Hilfe für sich und die Kinder parat?

In diesem Online-Vortrag werden Sie verschiedene Mittel und Zubereitungen aus der Heilpflanzenkunde, der Aromatherapie, der Bachblüten-Therapie und der Homöopathie für Ihre Hausapotheke kennenlernen. Wir sprechen über geeignete Dampfbäder, und es werden diverse Gerätschaften wie z. B. Inhalator und Augenbadewanne näher erklärt.

Di 03.11.2026 | 19.00 – 21.15 Uhr

Dr. Christine Richter
gebührenfrei | 1 x = 3 UE
Ort: Digital

Veranstaltungs-Nr. 2668610054



Online-
Veranstaltung

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



Foto: Seifenblasen-Figurentheater

Joshi und der Weihnachtsstern

Figuren-Theater für Eltern mit Kindern
ab 4 Jahren

Joshi ist ein ganz normales kleines Schaf, das mal wieder nicht ins Bett will. Und heute schon gar nicht, denn es passieren die absonderlichsten Dinge! Da ist die dicke Frau auf dem Esel, dann der seltsame Stern und schließlich die Könige, die mitten in der Nacht durch die Wüste ziehen! Zusammen mit einem alten und zwei neuen Freunden geht Joshi der Sache auf den Grund. Und was finden sie? Na, was schon, ein Baby! Die Weihnachtsgeschichte aus der Sicht eines kleinen Schafes.

Die liebevoll gestaltete, kindgerechte Inszenierung führt spielerisch ans Theater heran und weckt nicht nur die Vorfreude auf Weihnachten, sondern fördert auch Fantasie und die Auseinandersetzung mit den kleinen und großen Fragen des Lebens.

Do 17.12.2026 | 10.30 – 11.30 Uhr

Christian Schweiger,
Seifenblasen-Figurentheater
gebührenfrei | 1 x = 1 UE
Veranstaltungs-Nr. 2668620023



Foto: Matyas Rehak/shutterstock.com

VERANSTALTUNGEN DES BILDUNGSWERKS IM KREIS EUSKIRCHEN

> EUSKIRCHEN

Kath. Bildungswerk Euskirchen

Anne Schmidt-Keusgen
Telefon 02225 922020

Kursanmeldungen

für das Kath. Bildungswerk
in der Regel beim örtlichen
Kooperationspartner

Präventionsschulung Basis Plus

Die Präventionsschulung Basis Plus ist für alle haupt-, ehren-, und nebenamtlich tätigen Personen in der Katholischen Erwachsenen- und Familienbildung, die über einen längeren Zeitraum regelmäßig Kontakt zu Kindern, Jugendlichen bzw. schutz- und hilfebedürftigen Erwachsenen haben oder die Veranstaltungen mit Übernachtung durchführen.

Personen mit regelmäßigem/intensivem Kontakt

- Mitarbeiter/innen in Einrichtungen,
- Honorarkräfte,
- Kinderbetreuerinnen und Kinderbetreuer,
- Katechet/innen (wenn Katechese in Privaträumen und wenn eine Übernachtung mit den Minderjährigen stattfindet)
- Praktikant/innen, Freiwilligendienstleistende,
- Mehraufwandsentschädigungskräfte,
- Jugendleiter/innen in gemeindlichen oder verbandlichen Strukturen
- Kinder- bzw. Jugendchorleiter/innen;



Foto: Anetlanda/shutterstock.com

Ziel dieser Qualifikationsmaßnahme

- umfangreiche Information über die verschiedenen Formen von Kindeswohlgefährdung und speziell über sexualisierte Gewalt gegen Heranwachsende
- Sensibilisierung zur Reflexion des eigenen professionellen Handelns
- Weiterentwicklung einer Kultur der Achtsamkeit in der Einrichtung
- Kennenlernen von Interventionsempfehlungen für konkrete Verdachtsfälle
- Kennenlernen präventiver Maßnahmen

Die Teilnahme an der Fortbildung wird durch ein Zertifikat bestätigt.

Sa 07.11.2026 | 09.30 – 17.00 Uhr

Heinz Amann-Nießen

Teilnahme-Gebühr 30,00 € | 1 x = 8 UE

Ort: Kath. Familienbildungsstätte Euskirchen
Herz-Jesu-Vorplatz 5 | 53879 Euskirchen

Veranstaltungs-Nr. 2618250002

> EUSKIRCHEN

Literaturgesprächskreis der evangelischen Kirche Euskirchen

Geplante Themen der Veranstaltung

Mo 13.07.2026

Ayelet Gundar-Goshen

»Löwen wecken«

Mo 10.08.2026

200. Geburtstag Johann Peter Hebel

»Kalendergeschichten«

Mo 14.09.2026

Bernhard Schlink

»Das späte Leben«

Mo 14.12.2026

Weihnachtsgeschichten und Gedichte

Mo 13.07. – Mo 14.12.2026

16.00 – 17.30 Uhr

Heidrun Brenig

Teilnahme-Gebühr 15,80 € | 4 x = 8 UE

Ort: Ev. Kirchengemeinde Euskirchen
Kölner Straße 41 | 53879 Euskirchen

Veranstaltungs-Nr. 2618760003

Servicezentrum Demenz und Hospiz

Monika Stoffers

Fallbesprechung/Unterstützung von Hospizbegleiter*innen

Hospizarbeit heißt mit Einfühlung, Sensibilität und hoher Fachlichkeit dem sterbenden Menschen in seiner Ganzheitlichkeit zu begegnen, mit Respekt seine Wünsche zu beachten, seine Intimität zu schützen und ein helfendes Netz, um ihn und seine Familie zu spannen, damit bis zuletzt ein würdevolles Leben in Geborgenheit möglich ist.

Der ambulante Hospizdienst begleitet und unterstützt schwerkranke Menschen, Angehörige und Trauernde auf vielfältige Weise. Wünsche und Bedürfnisse der Betroffenen stehen im Zentrum des Handelns. Die qualifizierten ehrenamtlichen Hospizbetreuer können sich fachlich in den Fallbesprechungen weiterbilden.

Ort: Café Insel der Caritas

Frauenberger Str. 2–4 | 53879 Euskirchen



Di 22.09.2026 | 10.00 – 12.15 Uhr

Maria Zemp

Teilnahme-Gebühr auf Anfrage | 1 x = 3 UE

Veranstaltungs-Nr. 2618790004

Do 08.10.2026 | 18.00 – 20.15 Uhr

Wolfgang Pütz

Teilnahme-Gebühr auf Anfrage | 1 x = 3 UE

Veranstaltungs-Nr. 2618790007

> EUSKIRCHEN

Bildungsstätte Haus Maria Rast

M. Antonia Segebarth



Blick ins eigene Lebenshaus

Wenn du in dir selbst nicht zuhause bist, bist du nirgendwo zuhause

Wie sieht Ihr eigenes Lebenshaus aus? Sind Sie bei sich selbst zu Hause?

In der Stille des eigenen Herzens beginnt unser spirituelles Zuhause. Unser inneres Leben, wie ein Haus auf festen Fundamenten, ruht auf Werten.

Die je eigene gestaltete Haustür symbolisiert, was mir wichtig ist, öffnet Räume für Wachstum und Begegnung mit Gott. Dieses innere Haus ist Schutz-, Kraft- und Sehnsuchtsraum, in dem Gott Platz einnehmen darf. Raum für sich, Gott und andere zu schaffen, macht das Haus, zu einem wertschätzenden Platz des Miteinanders.

Sr. Regina-Maria Domberger
Teilnahme-Gebühr auf Anfrage | 1 x = 2 UE
Ort: Bildungsstätte Haus Maria Rast
Josef-Kentenich-Weg 1 | 53881 Euskirchen

Di 18.08.2026 | 10.30–12.00 Uhr
Veranstaltungs-Nr. 2618730050

Di 25.08.2026 | 10.30–12.00 Uhr
Veranstaltungs-Nr. 2618730054

Di 06.10.2026 | 10.30–12.00 Uhr
Veranstaltungs-Nr. 2618730058

Mein Lebenshaus

Die 5 Säulen der Identität

Lernen Sie Ihr Lebenshaus kennen.
Es basiert auf fünf Säulen:
Leiblichkeit, soziales Netzwerk, Arbeit, Freizeit
und materielle Sicherheit.

Diese Säulen sind nicht nur weltlich, sondern berühren auch unsere spirituelle Existenz, da wir als Einheit von Körper, Seele und Geist geschaffen sind.

Unser Leib verdient Achtsamkeit, und Gemeinschaft spiegelt die göttliche Liebe wider. Arbeit ist Berufung und Mitgestaltung der Schöpfung, Freizeit dient Erholung und Wachstum, und materielle Sicherheit ermöglicht Fokus auf das Wesentliche.

Wie ist Gott unser Fundament?
Wie können wir gemeinsam wachsen im Glauben, in der Liebe und Hoffnung, wodurch unser Lebenshaus zu einem Ort der Freude und Erfüllung wird?

Mi 19.08.2026 | 15.30–18.00 Uhr
Sr. Regina-Maria Domberger
Teilnahme-Gebühr auf Anfrage | 1 x = 3 UE
Ort: Bildungsstätte Haus Maria Rast
Josef-Kentenich-Weg 1 | 53881 Euskirchen
Veranstaltungs-Nr. 2618730052

> EUSKIRCHEN

Im Leben zuhause

Was kann das für Menschen bedeuten?

Unser Zuhause ist mehr als nur ein physischer Ort, es ist ein Symbol für unser inneres Wesen und unsere spirituelle Haltung. Wie ein Hausschlüssel, der Türen öffnet, laden wir Menschen ein, unsere Gedanken und Herzen zu öffnen. Bereit zu sein, ganz da zu sein – das sind die Grundpfeiler eines wahrhaftigen Zuhauses, das von Gottesliebe und Nächstenliebe geprägt ist.

Die Mindmap unseres Lebenshauses ist bunt und vielfältig. Begriffe wie »schöner Wohnen« erhalten eine tiefere Bedeutung, wenn wir sie in den Kontext unseres Glaubens stellen. Ein schönes Zuhause ist nicht nur ästhetisch ansprechend, sondern auch ein Ort der Gastfreundschaft und des Mitgefühls. Es ist ein Ort der seelischen Geborgenheit, an dem wir uns gegenseitig stärken und gemeinsam im Glauben wachsen.

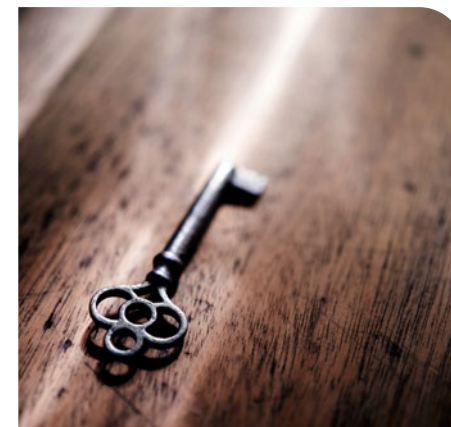


Foto: optimarc/shutterstock.com

Lasst uns unser Lebenshaus mit offenen Türen und Herzen gestalten, bereit zu sein, ganz da zu sein – für uns selbst, für unsere Mitmenschen und für Gott. Denn in diesem Zuhause finden wir nicht nur Geborgenheit, sondern auch den Mut, unseren Glauben in die Welt hinauszutragen.

Mo 05.10.2026 | 10.30–12.00 Uhr
Sr. Regina-Maria Domberger
Teilnahme-Gebühr auf Anfrage | 1 x = 2 UE
Ort: Bildungsstätte Haus Maria Rast
Josef-Kentenich-Weg 1 | 53881 Euskirchen
Veranstaltungs-Nr. 2618730057

> EUSKIRCHEN

Dir Raum geben

Teil I

In der Hektik des Alltags vergessen wir oft, uns selbst und anderen den notwendigen Raum zu geben. Dieser Raum der Stille ist essenziell, um Gott zu begegnen und Kraft zu finden. Erfahren Sie, wie Sie in Ihrem Leben Raum geben können für Begegnung.

Der Raum der Stille dient auch der Begegnung mit Mitmenschen, fördert Zuhören, Mitgefühl und Vergebung. Besonders wichtig ist es, generationenübergreifend Raum zu schaffen, um voneinander zu lernen. Indem wir einander Raum geben, schaffen wir Vertrauen und wachsen gemeinsam im Glauben.

Sr. Regina-Maria Domberger
Teilnahme-Gebühr auf Anfrage | 1 x = 2 UE
Ort: Bildungsstätte Haus Maria Rast
Josef-Kentenich-Weg 1 | 53881 Euskirchen

Mi 19.08.2026 | 10.30 – 12.00 Uhr
Veranstaltungs-Nr. 2618730051

Mi 26.08.2026 | 10.30 – 12.00 Uhr
Veranstaltungs-Nr. 2618730055

Dir Raum geben

Teil II

In der Hektik des Alltags vergessen wir oft, uns selbst und anderen den notwendigen Raum zu geben, sich Zeit zu nehmen, runterzukommen, einen Rückzugsort zu haben. Der Stille Raum zugeben, ist essenziell, um Gott zu begegnen und Kraft zu finden. Aus dem Herzensraum wird ein Hörraum.

Erfahren Sie, wie Sie in Ihrem Leben Raum geben können für Begegnung, des Innehaltens, der Nähe und des Blickkontakts. Der Raum der Stille dient auch der Begegnung mit Mitmenschen, fördert Zuhören, füreinander Dasein, Vergeben, Wertschätzung. Indem wir einander Raum geben, schaffen wir Vertrauen und wachsen gemeinsam im Glauben.

Sr. Regina-Maria Domberger
Teilnahme-Gebühr auf Anfrage | 1 x = 2 UE
Ort: Bildungsstätte Haus Maria Rast
Josef-Kentenich-Weg 1 | 53881 Euskirchen

Do 20.08.2026 | 10.30 – 12.00 Uhr
Veranstaltungs-Nr. 2618730053

Do 27.08.2026 | 10.30 – 12.00 Uhr
Veranstaltungs-Nr. 2618730056

> EUSKIRCHEN

Dir Raum geben

In der Hektik des Alltags vergessen wir oft, uns selbst und anderen den notwendigen Raum zu geben. Dieser Raum der Stille ist essenziell, um Gott zu begegnen und Kraft zu finden. Erfahren Sie, wie Sie in Ihrem Leben Raum geben können für Begegnung.

Der Raum der Stille dient auch der Begegnung mit Mitmenschen, fördert Zuhören, Mitgefühl und Vergebung. Besonders wichtig ist es, generationenübergreifend Raum zu schaffen, um voneinander zu lernen. Indem wir einander Raum geben, schaffen wir Vertrauen und wachsen gemeinsam im Glauben.

Mi 07.10.2026 | 10.30 – 12.00 Uhr
Sr. Regina-Maria Domberger
Teilnahme-Gebühr auf Anfrage | 1 x = 2 UE
Ort: Bildungsstätte Haus Maria Rast
Josef-Kentenich-Weg 1 | 53881 Euskirchen
Veranstaltungs-Nr. 2618730059

Frauenfrühstück
mit religiösen Impulsen

Das Frauenfrühstück bietet eine Auszeit vom Alltag, um in Gemeinschaft zu frühstücken und sich von religiösen Impulsen inspirieren zu lassen. In einer vertrauensvollen Atmosphäre können Frauen innehalten, Kraft schöpfen und neue Perspektiven entdecken. Das Programm fördert spirituelles Wachstum und den Austausch untereinander, mit dem Ziel, sich auf das Wesentliche zu besinnen und gemeinsam neue Wege zu gehen.

Marie-Jeannette Wagner
Teilnahme-Gebühr auf Anfrage | 1 x = 3 UE
Ort: Bildungsstätte Haus Maria Rast
Josef-Kentenich-Weg 1 | 53881 Euskirchen

Di 01.09.2026 | 10.00 – 12.15 Uhr
Veranstaltungs-Nr. 2618730026

Mi 02.09.2026 | 10.00 – 12.15 Uhr
Veranstaltungs-Nr. 2618730027

Di 24.11.2026 | 10.00 – 12.15 Uhr
Veranstaltungs-Nr. 2618730028

Mi 25.11.2026 | 10.00 – 12.15 Uhr
Veranstaltungs-Nr. 2618730029

> EUSKIRCHEN

Leben mit Mehrwert

Was bedeutet ein Leben mit Mehrwert? – Erfahren Sie mehr über den Mehrwert. Ein Leben mit Mehrwert bedeutet, die eigene Würde zu erkennen, daraus zu leben und das göttlich gegebene Charisma zu entfalten. Jeder trägt einzigartige Gaben in sich, die durch die Entscheidung zu täglichem Wachstum – spirituell, emotional und menschlich – zum Leuchten gebracht werden. Geführt von Gottes Liebe, sehen wir das Gute im Anderen und verbessern die Welt durch unseren Beitrag. Dabei gehen wir nicht allein, sondern in der Gemeinschaft mit Gott in unserer Glaubensgemeinschaft.

Sr. Regina-Maria Domberger
Teilnahme-Gebühr auf Anfrage | 1 x = 3 UE
Ort: Bildungsstätte Haus Maria Rast
Josef-Kentenich-Weg 1 | 53881 Euskirchen

Do 10.09.2026 | 10.00–12.15 Uhr
Veranstaltungs-Nr. 2618730030

Mi 30.09.2026 | 10.00–12.15 Uhr
Veranstaltungs-Nr. 2618730031

Di 20.10.2026 | 10.00–12.15 Uhr
Veranstaltungs-Nr. 2618730032

Di 27.10.2026 | 10.00–12.15 Uhr
Veranstaltungs-Nr. 2618730033

Do 12.11.2026 | 10.00–12.15 Uhr
Veranstaltungs-Nr. 2618730034

Do 19.11.2026 | 10.00–12.15 Uhr
Veranstaltungs-Nr. 2618730035

Do 26.11.2026 | 10.00–12.15 Uhr
Veranstaltungs-Nr. 2618730036

Di 01.12.2026 | 10.00–12.15 Uhr
Veranstaltungs-Nr. 2618730037

Mi 02.12.2026 | 10.00–12.15 Uhr
Veranstaltungs-Nr. 2618730038

Fr 04.12.2026 | 10.00–12.15 Uhr
Veranstaltungs-Nr. 2618730039

Di 08.12.2026 | 10.00–12.15 Uhr
Veranstaltungs-Nr. 2618730040

Mi 09.12.2026 | 10.00–12.15 Uhr
Veranstaltungs-Nr. 2618730041

Do 10.12.2026 | 10.00–12.15 Uhr
Veranstaltungs-Nr. 2618730042

Fr 11.12.2026 | 10.00–12.15 Uhr
Veranstaltungs-Nr. 2618730043

Di 15.12.2026 | 10.00–12.15 Uhr
Veranstaltungs-Nr. 2618730044

Mi 16.12.2026 | 10.00–12.15 Uhr
Veranstaltungs-Nr. 2618730045



Foto: PopTika/shutterstock.com

> WEILERSWIST

Ökumenischer Frauenkreis
Helene Bethmann

Hölderlin

Oder weshalb ein Denker zum Dichter wird

Friedrich Hölderlin zählt zu den faszinierendsten Gestalten der deutschen Geistesgeschichte. Seine Texte liegen an der Grenze zwischen Denken und Dichten – tief philosophisch, voller Sprachkraft und getragen vom Versuch, das Ganze der Welt zu erfassen.

Doch weshalb wurde aus dem philosophisch geschulten Denker ein Dichter? Was kann die Poesie, was der Begriff nicht vermag? In dieser Veranstaltung zeigt sich Hölderlins Werk aus einer neuen Perspektive. Wir verfolgen seine geistige Entwicklung von der philosophischen Ausbildung im Tübinger Stift bis zu seiner radikal poetischen Sprache.

Mo 16.11.2026 | 18.00–20.15 Uhr

Dr. Uwe Beyer
Teilnahme-Gebühr auf Anfrage | 1 x = 3 UE
Ort: Quartiersbüro des Caritasverbandes für das Kreisdekanat Euskirchen e. V.
Heinrich-Rosen-Allee 6 | 53919 Weilerswist
Veranstaltungs-Nr. 2618760002

> ZÜLPICH

Kath. Bildungswerk Euskirchen
Anne Schmidt-Keusgen
Telefon 02251 9571127

St. Kunibert in Sinzenich

Bereits der Blick aus der Ferne auf die Kirche St. Kunibert, lässt vermuten, dass das Gebäude aus einem Gebäude anderer Nutzung hervorgegangen sein könnte. Dafür spricht der Grundriss des Turmes und die Ausrichtung der Kirche. Sie ist nicht geostet. Zwei Ausgrabungen erbrachten Hinweise auf römische Gebäude. Das ursprüngliche Kirchenschiff wurde um 1500 von der lokalen Adelsfamilie zu einem dreischiffigen Hallenbau umgebaut. Es gibt Wand- und Gewölbemalerei. Zur Ausstattung gehören qualitätsvolle Skulpturen. Für die Bedürfnisse des ehemaligen Franziskanerinnenklosters ergänzte die Stifterfamilie die Kirche um ein Oratorium. Wenige Hinweise auf dieses Kloster lassen sich in der Nähe der Kirche finden. Ebenfalls nicht weit entfernt liegt der Friedhof einer Anfang des 19. Jahrhunderts gegründeten jüdischen Gemeinde.

So 08.11.2026 | 14.30–16.00 Uhr

Martin Vollberg
Teilnahme-Gebühr 5,50 € | 1 x = 2 UE
Die Gebühr bitte in bar bereithalten.
Ort: St. Kunibert
Kirchstraße 7 | 53909 Zülpich
Veranstaltungs-Nr. 2618770002

> INTEGRATIONS- UND SPRACHKURSE

Zentrum für
Migration und Flüchtlinge
Birgit Urbanus

A1 Sprachkurs für Geflüchtete

Ort: Zentrum für Migration und Flüchtlingshilfe
Café International
In den Herrenbenden 1 | 53879 Euskirchen



Kurs montags und mittwochs vormittags
Mi 02.09. – Mi 14.10.2026
10.00–11.30 Uhr
Marlies Rokitta-Liedmann
gebührenfrei | 13 x = 26 UE
Veranstaltungs-Nr. 2618820015

Kurs dienstags vormittags
Di 08.09. – Di 29.09.2026
10.00–12.15 Uhr
Ute Moyse
gebührenfrei | 4 x = 12 UE
Veranstaltungs-Nr. 2618820010

Kurs donnerstags vormittags
Do 10.09. – Do 01.10.2026
10.00–12.15 Uhr
Ute Moyse
gebührenfrei | 4 x = 12 UE
Veranstaltungs-Nr. 2618820012

Kurs montags und mittwochs vormittags
Mo 02.11. – Mi 16.12.2026
10.00–11.30 Uhr
Marlies Rokitta-Liedmann
gebührenfrei | 14 x = 28 UE
Veranstaltungs-Nr. 2618820016

Kurs dienstags vormittags
Di 03.11. – Di 15.12.2026
10.00–12.15 Uhr
Ute Moyse
gebührenfrei | 7 x = 21 UE
Veranstaltungs-Nr. 2618820011

Kurs donnerstags vormittags
Do 05.11. – Do 17.12.2026
10.00–12.15 Uhr
Ute Moyse
gebührenfrei | 7 x = 21 UE
Veranstaltungs-Nr. 2618820013

Ferien-Deutschkurs für Zugewanderte und Geflüchtete



Mo 17.08. – Fr 28.08.2026
10.00–12.15 Uhr
Ute Moyse
gebührenfrei | 10 x = 30 UE
Ort: Kath. Familienbildungsstätte Euskirchen
Herz-Jesu-Vorplatz 5 | 53879 Euskirchen
Veranstaltungs-Nr. 2618820006

> INTEGRATIONS- UND SPRACHKURSE

Kath. Bildungswerk Euskirchen
Elena Schulz
Telefon 02251 9571127

BAMF Allgemeiner Integrationskurs Haus der Familie Euskirchen

Ort: Kath. Familienbildungsstätte Euskirchen
Herz-Jesu-Vorplatz 5 | 53879 Euskirchen

575 Hauptkurs
Mo 05.10. – Mo 14.06.2027
08.30–12.45 Uhr
Nasim Nasibolboka
Teilnahme-Gebühr auf Anfrage
Veranstaltungs-Nr. 2618810053

575 Modul 1
Mo 05.10. – Fr 13.11.2026
08.30–12.45 Uhr
Nasim Nasibolboka
Teilnahme-Gebühr auf Anfrage | 20 x = 100 UE
Veranstaltungs-Nr. 2618810054

575 Modul 2
Mo 16.11. – Fr 11.12.2026
08.30–12.45 Uhr
Nasim Nasibolboka
Teilnahme-Gebühr auf Anfrage | 20 x = 100 UE
Veranstaltungs-Nr. 2618810055

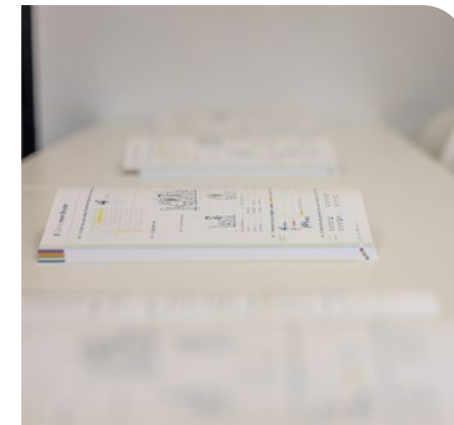


Foto: © E. Spilles

575 Modul 3
Mo 14.12. – Mo 25.01.2027
08.30–12.45 Uhr
Nasim Nasibolboka
Teilnahme-Gebühr auf Anfrage | 20 x = 100 UE
Veranstaltungs-Nr. 2618810056

557 Modul 6
Fr 25.09. – Do 05.11.2026
08.30–12.45 Uhr
Maryam Hosseini
Ilona Szoboszlai
Teilnahme-Gebühr auf Anfrage | 20 x = 100 UE
Veranstaltungs-Nr. 2618810025

557 Modul OK
Fr 06.11. – Do 03.12.2026
08.30–12.45 Uhr
Maryam Hosseini
Ilona Szoboszlai
Teilnahme-Gebühr auf Anfrage | 20 x = 100 UE
Veranstaltungs-Nr. 2618810026



Foto: Andrii Yalanskyi/shutterstock.com

SONSTIGES

> 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/unseres Bildungswerks!

> BILDUNGSURLAUB

Bildungsurlaub

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

> GESCHÄFTSSTELLEN

Kath. Bildungswerk im Kreis Euskirchen

Geschäftsstelle Euskirchen/Rhein-Sieg l.rh
Kirchplatz 1 | 53340 Meckenheim | Telefon 02225 9220-22
E-Mail info@bildungswerk-euskirchen.de | www.bildungswerk-euskirchen.de

Caritas-Verband

mit Beratungsstelle nach § 218 für werdende Mütter in Not und Konfliktsituationen
Wilhelmstraße 52 | 53879 Euskirchen | Telefon 02251 70000

Verband der Katholischen Kirchengemeinden im Rhein-Sieg-Kreis u. Euskirchen

Kurhausstr. 3 | 53773 Hennef | gvb-eu@erzbistum-koeln.de

Katholische Ehe-, Familien-, Lebensberatungsstelle

Neustraße 43 | 53879 Euskirchen | Telefon 02251 51070

> ERMÄSSIGUNGEN

Euskirchen-Pass

Der Euskirchen-Pass wird auf Antrag vom Bürgerbüro der Stadt Euskirchen für Euskirchener Bürger ausgestellt, soweit deren Familieneinkommen eine bestimmte Einkommensgrenze nicht überschreitet oder Leistungen nach den Bestimmungen des Zwölften Buches – Sozialgesetzbuch – SGB XII oder Leistungen nach dem Bürgergeld-Gesetz bezogen werden. Beziehen von Leistungen nach dem Asylbewerberleistungsgesetz (AsylbLG) kann ebenfalls auf Antrag ein Euskirchen-Pass ausgestellt werden, wenn sie der Stadt Euskirchen im Rahmen des Verteilungsverfahrens zugewiesen wurden. Als Inhaber/in eines Euskirchen-Passes haben Sie gegen Vorlage dieses Dokuments die Möglichkeit, an verschiedenen Freizeitmaßnahmen vergünstigt teilzunehmen und können mehrere Bildungs- und Kulturangebote zu ermäßigten Entgelten nutzen.

So wird der Beitrag/die Kursgebühr für Weiterbildungsangebote im Haus der Familie um 50 Prozent ermäßigt:

Antrag und weitere Informationen
Bürgerbüro Stadt Euskirchen | An der Vogelrute 1 | 53879 Euskirchen
Telefon 02251 14-520 oder 14-521 | buergerbuero@euskirchen.de

Gültigkeit

Der Euskirchen-Pass ist ein Jahr gültig. Bei gleichbleibenden Voraussetzungen kann die Gültigkeit auf Antrag verlängert werden.

> ERMÄSSIGUNGEN

Bildungs- und Teilhabepaket

Weitere Informationen

auf der Seite des Ministeriums für Arbeit, Gesundheit und Soziales NRW

<https://www.mags.nrw/grundsicherung-bildungs-teilhabepaket>

Weitere Ermäßigungen

Weitere Ermäßigungen sind ggf. auf Antrag möglich, bitte sprechen Sie uns an.

Förderung von berufsbezogener Weiterbildung in NRW

Bildungsscheck 2.0

Ab dem 1. Februar 2026 steht die neue Förderung, finanziert aus Mitteln des Landes Nordrhein-Westfalen sowie des Europäischen Sozialfonds, zur Verfügung. Weiterbildungsinteressierte erhalten eine Förderung von 50 Prozent (maximal 500,00 €) der Weiterbildungsausgaben. Mit dieser Förderung unterstützt die Landesregierung die berufliche Weiterbildung von Personen mit Wohnsitz in Nordrhein-Westfalen. Der Bildungsscheck 2.0 kann pro Person einmal im Kalenderjahr beantragt werden.

Aktuelle Informationen sowie den Link zum Antrag finden Sie unter www.mags.nrw/bildungsscheck

Die Ausgabe von individuellen Bildungsschecks NRW für Beschäftigte endete zum 30.06.2024. Bereits ausgegebene Bildungsschecks NRW können noch bis März 2029 erstattet werden.

> KÖB – KATHOLISCHE ÖFFENTLICHE BÜCHEREIEN



Diese Büchereien werden von den katholischen Kirchengemeinden der Stadt getragen und sind offen für alle Interessierten in ihrem Einzugsbereich.

Was sie – unter anderem – bieten

- ortsnahe Grundversorgung mit Literatur und Informationen aller Art
- mehr als nur Bücher
- lesefördernde Aktivitäten für alle Altersstufen
- Angebote mit christlichem Profil
- Orte der Begegnung
- Bildung und Kultur vor Ort
- ein Forum zum Gespräch über Literatur
- Brücken zu Glaubenserfahrungen
- eventuell thematische Angebotsschwerpunkte
- Dienste für hausgebundene und kranke Menschen
- kostenlose Ausleihe
- ein ehrenamtliches Betätigungsfeld für motivierte Bürgerinnen und Bürger, Christinnen und Christen und vieles mehr.

Adressen und Öffnungszeiten

Bitte beachten Sie ggf. abweichende Öffnungszeiten in den Ferien!

Euskirchen

KÖB St. Martin

Franziskanerplatz 3
So 10.30–12.30 Uhr
Mi 16.00–18.00 Uhr
Fr 10.00–11.00 Uhr

KÖB St. Stephanus

Markt 3
So 10.00–12.00 Uhr
Do 16.00–18.00 Uhr
Leitung: Gerda Eßer

KÖB St. Michael

Großbüllesheimer Straße 11
So 10.00–12.00 Uhr
Mi 16.00–18.00 Uhr
Leitung: Team

KÖB St. Martinus

Geschwister-Burch-Str. 2a
1. u. 3. So/Monat
10.00–11.30 Uhr
Fr 15.00–18.00 Uhr
Leitung: Margret Reians

KÖB St. Martin

Venusstraße 27
Mo 17.00–18.00 Uhr
Fr 15.00–17.00 Uhr
1. Sa/Monat 10.00–11.00 Uhr
Leitung: Kerstin Schneider

St Brictius

Alte Landstraße 41
So 10.30–12.30 Uhr
Mi 16.00–18.00 Uhr

St. Peter und Paul

Palmerheimer Str. 5
Mi 17.30–19.00 Uhr

Bad Münstereifel

KÖB St. Stephanus

Stephanusstraße 2
Di 15.00–16.30 Uhr
Fr 15.00–16.30 Uhr
Leitung: Gisela Schneider

KÖB St. Thomas

Eifeldomstraße 38
So 10.30–12.30 Uhr
Fr 15.00–17.00 Uhr
Leitung: Ulla Corzelius

Mechernich

KÖB St. Severinus

Kirchberg 14 (Kirchberghaus)
So 10.30–12.30 Uhr
Mi 15.00–17.30 Uhr
Leitung: Karoline Schommer

KÖB St. Stephanus

Pastoratsweg 6
Sa 10.00–12.00 Uhr
Leitung: Johanna Linden

Weilerswist

KÖB St. Mauritius

Mauritiusgasse 11
So 10.00–12.30 Uhr
Di 09.30–11.00 Uhr
Mi 16.30–18.30 Uhr
Leitung: Renate Engels

> 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 Kostenersatzung entsteht dadurch nicht.

Anmeldung für Veranstaltungen mit Kooperationspartnern

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

Online-Anmeldung

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

Zahlungsweise

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

SEPA-Lastschrifteinzug

Das Lastschrifteinzugsverfahren wird mit der Gläubiger-Identifikationsnummer DE50SEU00000304425 bzw. DE50BEU00000304425 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.

> ALLGEMEINE GESCHÄFTSBEDINGUNGEN

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

Paypal/Kreditkarte

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

Banküberweisung

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

Ratenzahlung

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

Rücktritt/Stornierungsgebühren

Die Pflicht zur Entrichtung des 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.

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.

> ALLGEMEINE GESCHÄFTSBEDINGUNGEN

In Bezug auf etwaige Erstattungsmöglichkeiten der Krankenkassen bitten wir Sie, sich an ihre jeweilige Krankenkasse zu wenden. Auf Wunsch stellen wir Ihnen nach Beendigung Ihres Kurses eine Bescheinigung über die Teilnahme und die Zahlung des Teilnahmebetrags aus.

Teilnahmebetrag und Sachkosten

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

Wechsel der Kursleitung

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

Terminänderung

Die Bildungseinrichtung behält sich Terminänderungen vor.

Mindestteilnehmerzahl

Veranstaltungen werden in der Regel ab 10 Personen durchgeführt.

Mindestalter der Teilnehmer/innen

Das Mindestalter zur Teilnahme an den Veranstaltungen beträgt 16 Jahre.

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

> DATENSCHUTZ

Datenschutz-Informationspflichten gemäß § 15 KDG

Verantwortlicher

Bildungswerk der Erzdiözese Köln e.V.
Marzellenstr. 32 | 50668 Köln
Telefon +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.
- 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.

> DATENSCHUTZ

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:

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.

> DATENSCHUTZ

Aufbewahrungsfristen/ Regelfristen für die Löschung der Daten

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

Automatisierte Entscheidungsfindung oder Profiling

Wir führen keine automatisierte Entscheidungsfindung oder Profiling durch.

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

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

Widerrufsrecht bei Einwilligung, § 8 Abs. 6 KDG

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

Recht zur Beschwerde bei einer Aufsichtsbehörde

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

Katholisches Datenschutzzentrum (KDSZ)
Körperschaft des öffentlichen Rechts
Brackeler Hellweg 144
44291 Dortmund
Telefon: 0231 138985-0
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.

> IMPRESSUM

Träger

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

Einrichtung

Katholische Familienbildungsstätte Euskirchen
Haus der Familie
Herz-Jesu-Vorplatz 5
53879 Euskirchen

Katholisches Bildungswerk Kreis Euskirchen

Redaktion

Anne Schmidt-Keusgen

Satz

Barbara Schwerdtfeger

Druck

Siebengebirgsdruck GmbH & Co. KG
Karlstraße 30 | 53604 Bad Honnef

WEGBESCHREIBUNG

Mit dem Auto

Anfahrt Ecke Kölner Straße/Wilhelmstraße oder Ecke Am Bollwerk/Kalkstraße
(jeweils nur Ein- und Ausstieg)

Zahlungspflichtige Parkmöglichkeiten in den umliegenden Straßen/
Parkhaus Am Kahlenturm/Parkhaus Veybachcenter

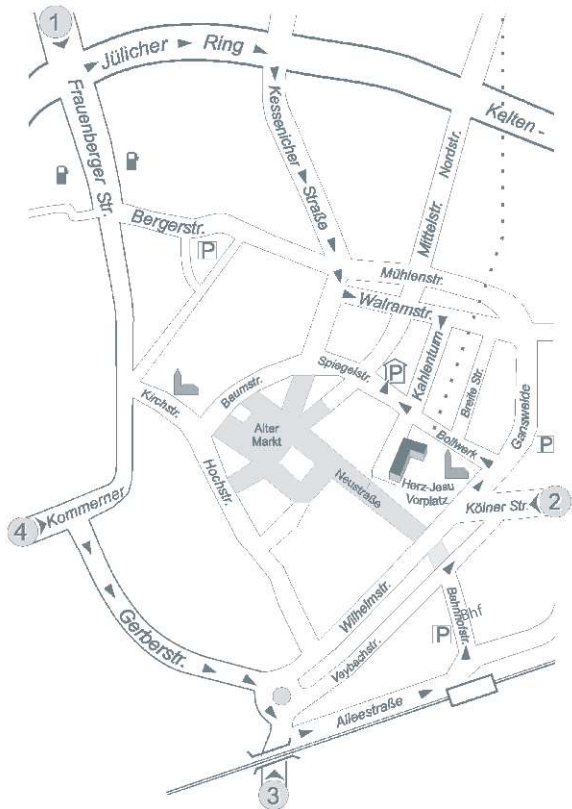
Mit der Bahn

5 bis 10 min Fußweg zum Bhf. Euskirchen
(Strecken Richtung Bonn/Bad Münstereifel/Köln/Kall)

Katholische Familienbildungsstätte Euskirchen
Haus der Familie
Herz-Jesu-Vorplatz 5
53879 Euskirchen

Telefon 02251 95711-20

info@fbs-euskirchen.de
www.fbs-euskirchen.de



Verbindliche Anmeldung

Kath. Familienbildungsstätte Euskirchen
Haus der Familie
Herz-Jesu-Vorplatz 5
53879 Euskirchen
Tel: 02251 95711-20



Name, Vorname: _____

Straße: _____

PLZ, Ort: _____

Telefon: _____

E-Mail: _____

ggf. Kinder (Name, Vorname und Geburtsdatum): _____

Mit dieser verbindlichen Anmeldung verpflichte ich mich zur Zahlung der Kursgebühr.
Die Teilnahmebedingungen habe ich gelesen und erkenne sie an. Sie werden
benachrichtigt, falls eine Veranstaltung voll ist oder ausfällt. Bitte haben Sie Verständnis
dafür, dass unvollständig ausgefüllte Anmeldungen nicht bearbeitet werden können.

Veranstaltungs-Nr.	Titel der Veranstaltung

Ihre Daten werden elektronisch gespeichert und nur für interne Zwecke verwendet.

Datum: _____ Unterschrift: _____

☐ **Zusendung des Newsletters der Kath. Familienbildungsstätte Euskirchen**

Bitte SEPA-Lastschriftmandat nicht vergessen!





Wiederkehrendes SEPA-Lastschriftmandat:

Katholische Familienbildungsstätte Euskirchen, Herz-Jesu-Vorplatz 5, 53879 Euskirchen
Gläubiger-Identifikationsnummer: DE50SEU00000304425

Die Mandatsreferenz wird separat mitgeteilt.

Ich ermächtige die Katholische Familienbildungsstätte Euskirchen, Zahlungen von meinem Konto mittels Lastschrift einzuziehen. Zugleich weise ich mein Kreditinstitut an, die von der Katholischen Familienbildungsstätte Euskirchen 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 (falls nicht identisch mit der angemeldeten Person auf der Vorderseite)

Name, Vorname: _____

Straße / Hausnummer: _____

PLZ / Ort: _____

Name des Kreditinstituts: _____

BIC _ _ _ _ _ | _ _ _ _

IBAN DE _ _ | _ _ _ _ | _ _ _ _ | _ _ _ _ | _ _ _ _ | _ _ _ _

Ort, Datum und Unterschrift _____

☐ **Wiederkehrendes SEPA-Lastschriftmandat bereits erteilt.**





Katholische Familienbildungsstätte Haus der Familie Euskirchen

Herz-Jesu-Vorplatz 5 | 53879 Euskirchen
Telefon 02251 95711-20
info@fbs-euskirchen.de | www.fbs-euskirchen.de

Katholisches Bildungswerk im Kreis Euskirchen

Kirchplatz 1 | 53340 Meckenheim
Telefon 02225 9220-22
info@bildungswerk-euskirchen.de
www.bildungswerk-euskirchen.de