

# forum

Katholisches Forum für  
Erwachsenen- und Familienbildung  
Krefeld und Viersen

# Programm

September  
bis  
Dezember  
2024

# Kreis Viersen

---

Krefeld



Kirche im  
Bistum Aachen

FAMILIEN. BEGLEITEN. STÄRKEN.



# FAMILIEN. BEGLEITEN. STÄRKEN.

Besuchen Sie uns auch auf:



FBS\_Krefeld\_Viersen



fbs\_krefeld\_viersen

**Krefeld:** Felbelstr. 25, 47799 Krefeld | Tel. 02151 6294-0

**Viersen:** Rektoratstr. 25 | 41747 Viersen | Tel. 02162 50199-0

info@forum-krefeld-viersen.de | [www.forum-krefeld-viersen.de](http://www.forum-krefeld-viersen.de)

Öffnungszeiten:

Krefeld+Viersen: Montag bis Freitag 9.00 - 12.00 Uhr

Krefeld: Montag+Dienstag+Mittwoch 14.00 - 17.00 Uhr

Viersen: Montag bis Donnerstag 14.00 - 17.00 Uhr

(Kassenschluss 16.30 Uhr)

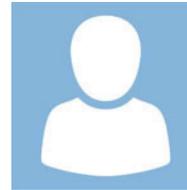


Es gelten unsere AGB.



**Ruth Walter**

Geschäftsführerin  
Telefon: 02151 6294-0  
walter@forum-krefeld-viersen.de



**Gabi Rinass-Goertz**

stellvertretende Leiterin  
Telefon: 02151 6294-12  
rinass-goertz@forum-krefeld-viersen.de



**Barbara von der Heyde**

Assistentin der Geschäftsleitung  
Telefon: 02151 6294-13  
vonderheyde@forum-krefeld-viersen.de



**Michaela Drosten**

Social Media Beauftragte  
Telefon: 0152 09584271  
drosten@forum-krefeld-viersen.de

**Verwaltung Krefeld, Telefon: 02151 6294-0**



**Ingrid Ederle**  
ederle@forum-krefeld-viersen.de



**Eliza Zipari**  
zipari@forum-krefeld-viersen.de

**Verwaltung Viersen, Telefon: 02162 50199-0**



**Alexandra Eickholt**  
eickholt@forum-krefeld-viersen.de



**Silvana Monaco-Cam**  
monaco-cam@forum-krefeld-viersen.de

Das Forum FBS - Katholisches Forum für Erwachsenen-und Familienbildung Krefeld und Viersen  
Eine vom Land staatlich anerkannte Einrichtung der Weiterbildung nach dem Weiterbildungsgesetz (WbG) des Landes Nordrhein-Westfalen mit den beiden Standorten Krefeld und Viersen.

Adressen FBS - Katholisches Forum Krefeld-Viersen  
Rektoratstraße 25, 41747 Viersen  
Tel. 02162 50199-0

FBS - Katholisches Forum Krefeld-Viersen  
Felbelstraße 25, 47799 Krefeld  
Tel. 02151 6294-0

E-Mail: [info@forum-krefeld-viersen.de](mailto:info@forum-krefeld-viersen.de)  
Internet: <https://www.forum-krefeld-viersen.de>



Bankverbindung Sparkasse Krefeld: IBAN: DE02 3205 0000 0059 3189 07, BIC: SPKRDE33

Der Träger Die Mitglieder des Katholischen Forums für Erwachsenen- und Familienbildung Krefeld und Viersen e.V.:  
die Regionalvikare der Regionen Krefeld und Kempen-Viersen, Regionale Pastoralräte der Regionen Krefeld und Kempen-Viersen, Regionale  
Katholikenräte der Regionen Krefeld und Kempen-Viersen, Kath. Frauengemeinschaft Deutschlands Stadtverband Krefeld und Regionalver-  
band Kempen-Viersen, Kath. Frauengemeinschaft Deutschlands Dekanat Viersen, Regionale Caritasverbände Krefeld und Kempen-Viersen,  
Kath. Elternschaft Deutschlands im Bistum Aachen, die Gemeinschaften von Gemeinden der Regionen Krefeld und Kempen-Viersen, ein  
Beauftragter des Bischöflichen Generalvikariats Aachen, Sozialdienst kath. Frauen Ortsvereine Viersen und Krefeld, Kath. Verein für Soziale  
Dienste (SKM) Kempen-Viersen und Krefeld  
Vorsitzender: NN  
stellvertr. Vorsitzender: Harald Hüller

Schutzkonzept Das Katholische Forum verfügt über ein Schutzkonzept.

Das Katholische Forum Krefeld-Viersen ist zertifiziert durch den Gütesiegelverbund Weiterbildung e.V.



**Geist - Seele**  
Viersen

**Welt - Wissen**  
Viersen

**Fachbereichsleiter:**

Jörg Spiekermann

**Telefon:**

02151 6294-14

**E-Mail:**

[spiekermann@forum-krefeld-viersen.de](mailto:spiekermann@forum-krefeld-viersen.de)

**Sprechstunde:**

nach Vereinbarung



Ausgehend von einem christlichen Menschenbild möchten wir Sie darin bestärken, sich zu den vielen Fragen einer komplexen Welt eine differenzierte Meinung und Haltung zu bilden.

Mit unseren Veranstaltungen möchten wir:

- Raum für den Austausch vielfältiger Lebens- und Glaubensfragen bieten
- ermutigen, Zeitfragen kritisch zu stellen
- Anregungen zur Gestaltung des Lebens in Familie und Gesellschaft geben



**Geist - Seele**  
Viersen

**Welt - Wissen**  
Viersen

**Kurs-Nr.**      **Wo?**

**Wann?**                      **Gebühren**

**Seelensnack - Ein spiritueller Start in die Woche!**

Herzlich laden wir Sie zu unserem neuen Angebot „Seelensnack“ ein, einem wöchentlichen Treffen, das Ihre Seele nährt und Ihnen hilft, mit positiver Energie und innerer Balance in die Woche zu starten. Unser Leben ist so hektisch und schnell, 30-40 Minuten nur für Sie zum Innehalten, Gedanken fließen lassen, Anregungen aufnehmen und gestärkt werden.

**Was erwartet Sie?**

In einem warmen und einladenden Raum treffen wir uns, um gemeinsam eine spirituelle Reise zu unternehmen. Eine liebevoll gestaltete Mitte und passende Musik schaffen eine beruhigende Atmosphäre, die zum Verweilen und Nachdenken einlädt. Jedes Treffen steht unter einer anderen Überschrift und bietet Raum für persönliche Reflexion und kurzem Austausch, angereichert durch inspirierende Texte, Musik und Gedanken, die Sie mit in Ihren Alltag nehmen können. Dieses Angebot schenken wir Ihnen. Aufgrund der Planung bitten wir jedoch um eine Anmeldung. Wir freuen uns darauf, gemeinsam mit Ihnen die Woche auf eine spirituelle und erfüllende Weise zu beginnen. Seien Sie dabei und lassen Sie uns gemeinsam Kraft und Inspiration schöpfen!

24-11-960	Viersen	FBS- Kath. Forum, Rektoratstraße 25	<b>Seelensnack - Dankbarkeit</b>	1x	<b>immer: 8.00 - 8.45 Uhr Mo, 26.08.2024</b>	gebührenfrei
24-11-961			<b>Seelensnack - Hoffnung</b>	1x	<b>Mo, 09.09.2024</b>	
24-11-962			<b>Seelensnack - Liebe</b>	1x	<b>Mo, 23.09.2024</b>	
24-11-963			<b>Seelensnack - Vergebung</b>	1x	<b>Mo, 07.10.2024</b>	
24-11-964			<b>Seelensnack - Vertrauen</b>	1x	<b>Mo, 04.11.2024</b>	
24-11-965			<b>Seelensnack - Frieden</b>	1x	<b>Mo, 18.11.2024</b>	
24-11-966			<b>Seelensnack - Mut</b>	1x	<b>Mo, 02.12.2024</b>	

## Geist - Seele Viersen

## Welt - Wissen Viersen



Kurs-Nr.	Wo?		Wann?	Gebühren
24-11-504	Viersen	Treffpunkt: Parkplatz an der Grillwiese gegenüber Stadion Hoher Busch, Josef-Kaiser-Allee	<b>Achtsamkeitswanderung auf den Süchtelner Höhen</b> Achtsamkeit ist das Verweilen im Hier und Jetzt. Dies lässt sich am besten in der Natur erleben, da hier nicht so viele störende Reize aus dem Umfeld auf uns einwirken. Bei einer achtsam geführten Wanderung über die Süchtelner Höhen nutzen wir das Gehen zur Entspannung und die Natur zur Inspiration. Bei meditativen Pausen legen wir unsere Aufmerksamkeit ganz bewusst auf die verschiedensten Naturelemente in Kombination mit spirituellen, inspirierenden Texten. So lernen wir in uns selbst hinein zu spüren aber auch die uns umgebende Natur an besonderen Kraftplätzen wahr zu nehmen. Neben schweigsamen Etappen haben wir während der Wanderung ebenso Zeit und Raum die Gruppe näher kennen zu lernen, zu erzählen und die gemachten Eindrücke miteinander zu teilen.	1x <b>Mi, 11.09.2024 10.00 - 11.30 Uhr</b> € 12,00
24-11-550	Viersen - Dülken	Café Kultur zur Narrenmühle, Lange Straße 167	In Kooperation mit der Gleichstellungsstelle der Stadt Viersen und dem Verein Euregia Frauenwege zwischen Rhein und Maas e.V. <b>Shirin Ebadi und Narges Mohammadi: Zwei iranische Friedensnobelpreisträgerinnen</b> Shirin Ebadi und Narges Mohammadi: Zwei iranische Frauen, die für Ihren entschlossenen und mutigen Einsatz für Frauen- und Menschenrechte im Iran einerseits 2003 und 2023 den Friedensnobelpreis bekamen und andererseits zugleich Exil und Haft dafür in Kauf nehmen mussten, sind Vorbild und Ansporn für viele Frauen. Ein Einblick in das Leben und Wirken dieser beiden eindrucksvollen Frauen.	1x <b>Mi, 11.09.2024 19.00 - 21.15 Uhr</b> gebührenfrei



## Geist - Seele Viersen

## Welt - Wissen Viersen

Kurs-Nr.	Wo?			Wann?	Gebühren
24-11-555	Viersen	FBS - Kath. Forum, Rektoratstraße 25	<b>Belgisches Bierseminar: ein erfrischender Abend</b> Die Familienbildungsstätte bietet ein Seminar über die faszinierende Welt des belgischen Bieres an: Belgien ist weltweit bekannt für seine reiche Biertradition und die außergewöhnliche Vielfalt an Biersorten. Dieses Seminar bietet den Teilnehmenden die Möglichkeit, in diese Tradition einzutauchen und das Besondere an belgischem Bier aus erster Hand zu erfahren. Sie bekommen an diesem Abend einen unterhaltsamen und erfrischenden Überblick über die belgische Bierlandschaft. Dabei darf natürlich auch probiert werden.	1x <b>Mi, 11.09.2024 19.30 - 21.45 Uhr</b>	€ 9,50 zzgl. Lebensmittel- umlage € 10,00
24-11-155	Online		<b>Galileo, Darwin, die Kirche, ich - wie Naturwissenschaft und Glaube zusammengehen</b> „Der erste Trunk aus dem Becher der Naturwissenschaft macht atheistisch, aber auf dem Grund des Bechers wartet Gott“, so soll der Quantenphysiker Werner Heisenberg gesagt haben. Als Neurobiologin und ehemalige Nonne im Dominikaner-Orden spricht Dr. Joanna Maria Otto über die Konflikte und die Verbindung zwischen Naturwissenschaft und Religion und behandelt dabei folgende drei Themen aus diesem Spannungsfeld: Der Konflikt um das Weltbild, also der Fall Galileo Galilei und der Umgang der Kirche mit wissenschaftlichen Fakten. Die Frage nach der Evolution im Gegensatz zu einem Glauben an die Schöpfung. Die Frage danach, ob Glaube und Wissen im Gegensatz zu einander stehen. .	1x <b>Di, 17.09.2024 19.30 - 21.45 Uhr</b>	gebührenfrei

## Geist - Seele Viersen

## Welt - Wissen Viersen



Kurs-Nr.	Wo?			Wann?	Gebühren
24-11-212	Krefeld	Treffpunkt: HBF	<p><b>Pilgertour auf dem Jakobsweg von Bonn bis Buschhoven</b> Diese Erlebnistour verbindet eine besinnliche Wanderung mit spirituellen, kulturellen und landschaftlich reizvollen Orten. Die Anfahrt erfolgt mit der Bahn von Krefeld bis Bonn-Duisdorf. Dann folgt die Tour auf dem Jakobsweg von Lessenich (romantische Kirche) über Gielsdorf (Kirche St. Jakobus und Stele) – Kottenforst / Eiserner Mann – Buschhoven (Wallfahrtskirche St. Katharina) bis Bahnhof Kottenforst. Die Route führt größtenteils durch ein zusammenhängendes Waldgebiet und beträgt 16,5 km, kann aber auf Wunsch und nach Absprache auf 12 km verkürzt werden. Unterwegs werden einfache Übungen zur Meditation und zur Selbsterfahrung angeboten. In Buschhoven besteht eine Einkehrmöglichkeit.</p>	1x <b>Sa, 21.09.2024 8.15 - 19.00 Uhr</b>	€ 9,00 zzgl. Fahrkarte
24-11-680A	Viersen	FBS - Kath. Forum, Rektoratstraße 25	<p><b>„Du bist das Salz in meiner Suppe“ - Eheseminar am Herd</b> In der Partnerschaft und Ehe kommt es auf viele große und kleine Zutaten an, ein Zuviel oder Zuwenig kann deutliche Auswirkungen haben. So ist es auch beim Kochen! Daher werden wir beim gemeinsamen Zubereiten eines Drei-Gang-Menüs über Ehe, Kommunikation, Erwartungen und das Sakrament der Ehe ins Gespräch kommen: Wie kann eine Zutatenliste für die eigene Partnerbeziehung aussehen? Wie sorgen wir für eine Ehe, die uns „schmeckt“? Auch bereits beziehungserfahrene Paare sind willkommen.</p>	1x <b>Sa, 21.09.2024 11.00 - 16.15 Uhr</b>	€ 24,00 je Paar zzgl. Lebensmittelumlage
24-11-680B				1x <b>Sa, 09.11.2024 11.00 - 16.15 Uhr</b>	€ 20,00 je Paar



**Geist - Seele  
Viersen**

**Welt - Wissen  
Viersen**

<b>Kurs-Nr.</b>	<b>Wo?</b>			<b>Wann?</b>	<b>Gebühren</b>
24-11-259	Krefeld FBS - Kath. Forum, Felbelstraße 25	<b>Modernisierte Sklavenarbeit in der „Fabrik Asien“ - zum Beispiel anhand der Herstellung der Apple-iPhones</b> „Fairer Handel“ setzt sich ein für menschenwürdige Arbeit und auskömmliche Löhne in Produktion und Handel mit Ländern des globalen Südens, für den Schutz der Menschenrechte, Transparenz und ein Lieferkettengesetz. Während zum Beobachtungsspektrum vieler NGOs traditionell die Textil- und Nahrungsmittelbranchen gehören, stehen die Digitalkonzerne und globalen neuen Produktionsketten der E-Mobilität oft nicht so sehr im Fokus. Der Autor Dr. Rügemer wirft einen kritischen Blick auf Ausbeutung, Billiglöhne und Zwangsarbeit - oft junge Frauen betreffend- in der „Fabrik Asien“ und lädt zu Austausch und Diskussion ein.	1x	<b>Mi, 25.09.2024 19.00 - 21.15 Uhr</b>	gebührenfrei
24-11-225	Krefeld Treffpunkt: Parkplatz am Zoo, Uerdinger Straße/ Ecke Violstraße	<b>Exkursion zum Schloss Dyck in Jüchen mit Führung durch den Schlosspark</b> Zum Herbstbeginn machen wir gemeinsam eine Exkursion zum Schloss Dyck, eines der bedeutendsten Wasserschlosser des Rheinlandes in Jüchen im Rheinkreis Neuss. Im Rahmen einer einstündigen Führung „Kurzer Weg und lange Achsen - Der englische Landschaftsgarten“ erleben wir den Zauber einer eindrucksvollen Parklandschaft. Danach besteht die Möglichkeit den Park weiter zu entdecken und im Restaurant der alten Remise eine Pause einzulegen.	1x	<b>Do, 26.09.2024 10.00 - 18.00 Uhr</b>	€ 67,50 (inkl. Bus, Eintritt und Führung)

**Geist - Seele  
Viersen**

**Welt - Wissen  
Viersen**



Kurs-Nr.	Wo?			Wann?	Gebühren
24-11-169	Krefeld	FBS - Kath. Forum, Felbelstraße 25	<b>Autorenlesung mit Manfred Deselaers: Die Wunde von Auschwitz berühren - ein deutscher Priester erzählt</b> Seit 33 Jahren lebt der aus dem Bistum Aachen stammende Priester Manfred Deselaers in Auschwitz. Sein Einsatz für Versöhnung zwischen den Menschen ist seine Berufung. In seinem neuen Buch teilt er seine Gedanken über Verantwortung, Gott und das Leid und erzählt aus seinem Leben. Er ist überzeugt: »Wir können nicht alles Böse und alles Leid Gott in die Schuhe schieben, denn wir sind es, die für das, was in der Welt geschieht, verantwortlich sind.« Mit Beginn des Ukraine-Kriegs hat sein Einsatz für Versöhnung und gegen Hass neu an Aktualität gewonnen. Was ihm in diesen Zeiten Hoffnung gibt, erzählt er in seinem Buch. Im Anschluss an die Lesung gibt es die Möglichkeit zu Fragen und Austausch mit dem Autor und untereinander.	1x <b>So, 29.09.2024 19.00 - 21.15 Uhr</b>	gebührenfrei
24-11-154	Online		<b>Kloster auf Zeit? - Neue Ideen für eine alte Lebensform</b> In ihrem Vortrag „Kloster auf Zeit?“ erklärt die ehemalige Nonne Joanna Maria Otto, was solche Angebote von vielen Klöstern bedeuten, und berichtet von ihrer eigenen Erfahrung aus vier Jahren Klosterleben. Im zweiten Teil entfaltet sie ihre Gedanken darüber, ob ein solches Konzept ein Modell für ein modernes Klosterleben sein könnte und wie dieses Leben gestaltet sein müsste.	1x <b>Mi, 09.10.2024 19.30 - 21.45 Uhr</b>	gebührenfrei



## Geist - Seele Viersen

## Welt - Wissen Viersen

Kurs-Nr.	Wo?			Wann?	Gebühren
24-11-501	Viersen - Bockert	Treffpunkt: Kirche St. Peter, Pastor- Lennartz-Platz 1	In Kooperation mit der St. Matthias Wallfahrtsbruderschaft Viersen-Helenabrunn <b>Ökumenisch unterwegs - Pilgern von Viersen-Bockert nach Mönchengladbach-Hehn</b> In Viersen-Bockert an der Kirche St. Peter beginnt die Wanderung auf dem alten Pilgerweg über Bockert - Rasseln - Winkeln - Hardter Wald nach Mönchengladbach-Hehn zur Gnadenkapelle Heiligenpesch neben der Pfarr- und Wallfahrtskirche Hehn. In der Kirche Mariä Heimsuchung und der Marienkapelle gibt es jeweils eine kurze Führung und Meditation. Danach besuchen wir die an der Kirche liegenden Grotten: Die Lourdes Grotte und die Grotte der 14 Nothelfer. Der Rückweg beginnt um ca. 15.30 Uhr, Ankunft in Viersen ca. 17.30 Uhr. Gehzeit einer Strecke: ca. 2 Std. (8 km).	1x <b>Sa, 19.10.2024 12.00 - 17.30 Uhr</b>	gebührenfrei
24-11-452	Viersen	FBS - Kath. Forum, Rektoratstraße 25	<b>Der Jude Jesus</b> Jesus hatte jüdische Vorfahren, lebte in einer jüdischen Umwelt und Familie, war also Jude. Was bedeutet es für uns, Jesus als Juden zu begreifen? Welche Bedeutung hatte das sogenannte Alte Testament für das Leben Jesu? Wie ist die Lehre Jesu und sein Leben im Kontext des Judentums zu sehen? Wie hat sich das Christentum in seinem Verhältnis zum Judentum entwickelt? Nach einem Einführungsvortrag wollen wir uns diesen Fragen in einer gemeinsamen Diskussion stellen.	1x <b>Mi, 13.11.2024 19.30 - 21. Uhr</b>	gebührenfrei

## Geist - Seele Viersen

## Welt - Wissen Viersen



Kurs-Nr.	Wo?			Wann?	Gebühren
24-11-357D	Viersen	FBS - Kath. Forum, Rektoratstraße 25	<b>Patientenverfügung, Betreuungsverfügung und Vorsorgevollmacht</b> Sind Sie ausreichend auf unvorhergesehene Situationen vorbereitet? Eine Patientenverfügung, Betreuungsverfügung und Vorsorgevollmacht sind wichtige Dokumente, die sicherstellen, dass Ihre Wünsche und Bedürfnisse auch dann berücksichtigt werden, wenn Sie selbst nicht mehr in der Lage sind, Entscheidungen zu treffen. Erfahren Sie, welche rechtlichen und praktischen Aspekte dabei zu beachten sind und wie Sie Ihre persönlichen Vorstellungen und Wünsche in diesen Dokumenten festhalten können.	1x <b>Do, 14.11.2024 19.00 - 21.15 Uhr</b>	€ 9,00
24-11-180	Viersen	FBS - Kath. Forum, Rektoratstraße 25	<b>Veeh-Harfe® - Workshop mit Advents- und Weihnachtsliedern</b> Gemeinsam in die zauberhafte Welt der Advents- und Weihnachtsklänge eintauchen – unsere Familienbildungsstätte lädt herzlich zu einem besonderen Workshop ein: Erleben Sie die harmonischen Töne der Veeh Harfe® und entdecken Sie die Schönheit der festlichen Musik ohne jegliche musikalische Vorkenntnisse. In diesem Workshop werden Ihnen die Grundlagen des Veeh Harfenspiels vermittelt, während Sie sich in die stimmungsvolle Atmosphäre der Advents- und Weihnachtszeit hineinversetzen. Die Instrumente sowie die Noten werden von uns gestellt, sodass Sie sich voll und ganz auf das Spielerische und Spirituelle konzentrieren können. Ob Sie bereits musikalische Erfahrung haben oder nicht, spielt keine Rolle – jeder ist herzlich willkommen! Der Fokus liegt auf Entspannung und dem gemeinsamen Erleben von Musik. Unter der fachkundigen Anleitung unserer erfahrenen Dozentin werden Sie Schritt für Schritt in die Welt der Veeh Harfe® eingeführt.	1x <b>Sa, 07.12.2024 13.00 - 17.15 Uhr</b>	€ 62,00 inkl. Leihgebühr Tisch-/Veehharfe bei eigener Veehharfe (mind. 25 Saiten) beträgt die Gebühr € 37,00



## Geist - Seele Viersen

## Welt - Wissen Viersen

Kurs-Nr.	Wo?			Wann?	Gebühren
24-11-471	Viersen	FBS - Kath. Forum, Rektoratstraße 25	In Kooperation mit der niederrheinischen Islam-Akademie <b>Basiswissen Islam - Modul 1</b> Praxisnahes Wissen für jedermann über den Islam: Im ersten Modul geht es um die Geschichte des Islam und um sein heiliges Buch, den Koran sowie dessen Entstehung, Inhalt und Auslegung. Bei Interesse folgt 2025 das zweite Modul zur Bedeutung des Pilgers und Fastens im Islam sowie sein Verhältnis zu anderen Religionen. Auch ein gemeinsamer Moscheebesuch ist vorgesehen.	2x <b>Mo, 04. + 11.11.2024 19.30 - 21.00 Uhr</b>	€ 16,00
24-11-681	Viersen	FBS - Kath. Forum, Rektoratstraße 25	<b>Nachtreffen zum Eheseminar mit gemeinsamem Kochen</b> Liebe Paare, die Familienbildungsstätte hat für Euch ein besonderes Nachtreffen der Ehevorbereitungskurse im Programm! Dieses Treffen bietet die perfekte Gelegenheit, gemeinsam auf die ersten Monate des Ehelebens zurückzublicken und Eure Erfahrungen auszutauschen. Wie beim letzten Mal bereiten wir zunächst gemeinsam ein leckeres Drei-Gänge-Menü zu. Beim Essen nehmen wir uns Zeit, um in gemütlicher Runde über die erste Zeit Eures gemeinsamen Ehelebens seit dem Vorbereitungskurs zu sprechen. Welche Herausforderungen habt Ihr gemeistert, welche schönen Momente erlebt? Welche Erwartungen erfüllten sich und was kam vielleicht auch unerwartet? Woran seid Ihr gemeinsam gewachsen? Was wünscht Ihr Euch für die nächsten Jahre?	1x <b>Sa, 23.11.2024 11.00 - 16.15 Uhr</b>	€ 24,00 je Paar zzgl. € 20,00 Lebensmittel- umlage je Paar
24-11-226	Exkursion	Treffpunkt: Krefeld, Parkplatz am Zoo, Uerdinger Straße / Ecke Viol- straße	<b>Exkursion zum Weihnachtsmarkt in Münster</b> Wenn der Prinzipalmarkt im goldenen Glanz erstrahlt, Giebelhäuser und Kirchen dezent beleuchtet und die Geschäfte festlich dekoriert sind, beginnt in Münster die wohl schönste Zeit, der Advent. Sechs Weihnachtsmärkte laden mit rund 300 Ständen zum Bummeln ein und wir haben auch die Gelegenheit, die schöne Innenstadt zu entdecken.	1x <b>Di, 10.12.2024 9.30 - 19.45 Uhr</b>	€ 55,00 (inkl. Busfahrt)

Geist - Seele  
Viersen

Welt - Wissen  
Viersen



Kurs-Nr.	Wo?			Wann?	Gebühren
24-11-925	Viersen	FBS - Kath. Forum, Rektoratstraße 25	<b>Spanisch für Fortgeschrittene</b> Für alle, die schon tiefergehende Spanischkenntnisse haben und diese pflegen bzw. ausbauen möchten. Der Kurs erfordert daher einige Jahre Vorerfahrung.	7x Fr, 08.11. - 20.12.2024 10.45 - 12.15 Uhr	€ 89,50

Workshops in **Niederländisch für Fortgeschrittene** werden in Willich und Viersen angeboten, sind aber noch in der Planung. Schauen Sie doch auf unsere Homepage: [www.forum-krefeld-viersen.de](http://www.forum-krefeld-viersen.de) oder rufen Sie uns an: 02162 50199-0!

## Familie - Kinder

Kreis Viersen

**Fachbereichsleiterin:**

Janine Relvas da Silva

**Telefon:**

02162 50199-23

**E-Mail:**

relvas\_da\_silva@forum-krefeld-viersen.de

**Sprechstunde:**

nach Vereinbarung



Miteinander Dinge entdecken macht Eltern und Kindern Freude.

Unsere Eltern-Kind-Angebote bieten von den ersten Lebensmonaten des Kindes eine Fülle an gemeinsamen Aktivitäten an.

Sie können mit Ihrem Kind Neues ausprobieren, können neue Seiten an Ihrem Kind kennenlernen, wecken Neugier und Sie lernen eine Vielfalt an Spielen und Liedern kennen. Sie finden auf den folgenden Seiten neben den Eltern-Kind-Kursen für Babys und Kleinkinder kreative, musische und natur-pädagogische Themen, sowie Angebote zur Sprach- und Bewegungsförderung. Entdecken Sie, was Ihnen und Ihrem Kind Freude macht.

## Was ist „Elternstart NRW“?

„Elternstart NRW“ ist ein Familienbildungsangebot für Mütter und Väter mit einem Kind im ersten Lebensjahr und ermöglicht Ihnen die kostenlose Teilnahme an einem „Elternstart NRW-Kurs“.

Das Programm „Elternstart NRW“ wird von der Landesregierung NRW gefördert.

Themen sind zum Beispiel die frühkindliche Entwicklung, die Eltern-Kind-Beziehung und der Umgang mit neuen und auch anstrengenden Familiensituationen. Mütter und Väter tauschen sich untereinander aus und eine pädagogische Fachkraft moderiert Gespräche über den Alltag und den Umgang mit dem Säugling.

Ziel von „Elternstart NRW“ ist kein Lernen nach einem festen Lehrplan. Die Kursleitungen greifen vielmehr die Fragen auf, die die Mütter und Väter mitbringen.

„Elternstart NRW“ wird als klassischer Kurs mit fünf Termine à 90 Minuten angeboten und auch als offener Treff.

Alle Kurse, die in der Kursnummer ein **E** haben, sind solche Elternstartkurse mit fünf Terminen à 90 Minuten und für Sie gebührenfrei!

Hierzu gehören z.B.:

- PEKiP®
- Wahrnehmung und Bewegung
- Babymassage





## Familie - Kinder Mini-Entdecker-Kurse Kreis Viersen

Kurs-Nr.    Wo?

Wann?

Gebühren

24-23-022E



Viersen -  
Dülken

Inkl. Familien-  
zentrum  
St. Christophorus,  
Eintrachtstraße 58

### Elternstart NRW mit Elementen aus der Babymassage nach Leboyer

Die Babymassage bietet verschiedene Vorteile. Babys, die regelmäßig massiert werden

- wachsen und gedeihen besser
- entwickeln eine bessere Muskelkoordination
- entwickeln mehr Hirnzellen (lernen leichter)
- erkranken seltener an Infektionen
- sind zufriedener und ausgeglichener
- leiden tendenziell weniger an Bauchschmerzen/Drei-Monatskoliken.

5x

Do, 07.11. -  
05.12.2024  
16.00 - 17.30 Uhr

Info & An-  
meldung im  
Familien-  
zentrum,  
Tel.: 02161  
1023908  
oder per  
Mail:  
kita-duelken  
@caritas-  
viersen.de



## PEKiP®

Das Prager Eltern-Kind-Programm (PEKiP®) versteht sich als Entwicklungsbegleitung für das ganze erste Lebensjahr Ihres Kindes. Die Bewegungs-, Sinnes- und Spielanregungen, die Ihnen dort gegeben werden, wurden vom Prager Psychologen Dr. Jaroslav Koch für Babys im ersten Lebensjahr entwickelt. In der PEKiP®-Gruppe werden Sie Gelegenheit haben, sich mit viel Ruhe Ihrem Kind zu widmen, es zu beobachten, seine Einzigartigkeit zu entdecken, seine natürliche Entwicklung zu verfolgen und diese unter Anleitung mit Spielen und Anregungen angemessen zu begleiten. Die Spiele sind auf den jeweiligen Entwicklungsstand Ihres Kindes und auf seine momentane Stimmungslage abgestimmt, so dass es weder über- noch unterfordert wird.

Die Angebote für Ihr Kind sind so gestaltet, dass es dabei selbst aktiv wird. Die Eltern kommen während der Treffen und an Elternabenden über Alltags- und Entwicklungsfragen ins Gespräch. Die Kinder werden im geheizten Raum ausgezogen, damit sie in ihrer Bewegungsfreiheit nicht durch Kleidung und Windeln eingeengt werden. Wir bitten die Eltern, leichte, bequeme Kleidung anzuziehen und für ihre Kinder eine wasserdichte Unterlage mitzubringen.

Die Gruppen werden so zusammengestellt, dass die Kinder vom Alter maximal drei Monate auseinander sind.





## Familie - Kinder Mini-Entdecker-Kurse Kreis Viersen

Kurs-Nr.	Wo?			Wann?	Gebühren
24-23-071F	Viersen	FBS - Kath. Forum, Rektoratstraße 25	<b>PEKiP®</b> Geburtsdatum Februar - April 2024	7x Fr, 30.08. - 11.10.2024 9.00 - 10.30 Uhr	€ 69,50
24-23-071G				7x Fr, 08.11. - 13.12.2024 9.00 - 10.30 Uhr	€ 69,50



## Wahrnehmung und Bewegung

Die Entwicklung in den ersten Lebensjahren ist so rasant wie in keinem anderen Lebensabschnitt. Bereits im ersten Lebensjahr lernt das Kind sich zu drehen, zu krabbeln und sich aufzurichten. Es lernt, gezielt zu greifen, Dinge zu untersuchen und Neues aus-zuprobieren. Es nimmt Kontakt zu anderen Kindern und Erwachsenen auf. Diese Entwicklung zu beobachten und unter Anleitung spielerisch zu begleiten, wird Kursinhalt sein. Über die Entwicklungsangebote für die Kinder hinaus können die Eltern intensive Kontakte knüpfen. In Gesprächen und bei Elternabenden lernen Sie andere Familien kennen, die sich durch die Geburt ihres Kindes in ähnlichen Lebenssituationen befinden.

Themen wie:

- ◆ mein Kind will nicht schlafen
- ◆ mein Kind schreit viel
- ◆ mein Kind hat Allergien
- ◆ was soll mein Kind essen
- ◆ wie und wo bleibt Zeit für mich
- ◆ ich fühle mich überfordert

werden im Kurs besprochen. Die Kinder werden im warmen Raum ausgezogen, damit sie in ihrer Bewegungsfreiheit nicht durch Kleidung und Windeln eingeengt werden. Die Eltern sollten leichte Kleidung tragen.



## Familie - Kinder Mini-Entdecker-Kurse Kreis Viersen

Kurs-Nr.	Wo?		Wann?	Gebühren	
24-23-160A	Viersen	FBS - Kath. Forum, Rektoratstraße 25	<b>Wahrnehmung und Bewegung für Eltern mit Kindern ab 12 Monaten</b>	7x Di, 27.08. - 08.10.2024 9.00 - 10.30 Uhr	€ 56,00
24-23-160B				8x Di, 29.10. - 17.12.2024 9.00 - 10.30 Uhr	€ 64,00
24-23-173C	Viersen	FBS - Kath. Forum, Rektoratstraße 25	<b>Wahrnehmung und Bewegung Geburtsdatum Dezember 2023 - Februar 2024</b>	8x Mi, 30.10. - 18.12.2024 9.00 - 10.30 Uhr	€ 68,00
24-23-177D	Viersen	FBS - Kath. Forum, Rektoratstraße 25	<b>Wahrnehmung und Bewegung Geburtsdatum September - November 2023</b>	8x Mi, 30.10. - 18.12.2024 10.30 - 12.00 Uhr	€ 68,00
24-23-169E	Viersen	FBS - Kath. Forum, Rektoratstraße 25 	<b>Elternstart NRW mit Elementen aus Wahrnehmung und Bewegung Geburtsdatum März - Mai 2024</b>	5x Do, 22.08. - 19.09.2024 10.30 - 12.00 Uhr	gebührenfrei
24-23-169F				10x Do, 26.09. - 19.12.2024 10.30 - 12.00 Uhr	€ 84,00
24-23-180	Viersen - Dülken	Inkl. Familien- zentrum St. Christophorus, Eintrachtstraße 58	<b>Wahrnehmung und Bewegung ab 7 Monaten</b>	6x Di, 03.09. - 08.10.2024 9.00 - 10.30 Uhr	Inmfo und Anmeldung im Familien- zentrum, Tel.: 02162 1023908
24-23-181				8x Di, 29.10. - 17.12.2024 9.00 - 10.30 Uhr	



## Familie - Kinder Mini-Entdecker-Kurse Kreis Viersen

Kurs-Nr.	Wo?		Wann?	Gebühren
24-23-184	Viersen - Süchteln	Inkl. Familienzentrum St. Clemens, Anne-Frank-Frank-Straße 122	7x Fr, 30.08. - 11.10.2024 9.00 - 10.30 Uhr	Info und Anmeldung im Familienzentrum, Tel.: 02162 814556
24-23-185			7x Fr, 08.11. - 20.12.2024 9.00 - 10.30 Uhr	

### Offener Treff

24-23-160E	Viersen	FBS - Kath. Forum, Rektoratstraße 25	 <b>Elternstart NRW Stillcafé Offener Treff für Eltern mit Kindern im ersten Lebensjahr</b> Das Elternsein stellt die meisten Mütter und Väter vor völlig neue Herausforderungen. Der „Elternstart NRW“ bietet Raum für einen Austausch mit anderen Eltern. Das Stillcafé spricht dazu ganz speziell stillende Mütter und (werdende) Mütter mit Stillwunsch an. Hier erhalten Sie wertvolle Tipps und Ratschläge einer erfahrenen Kursleiterin für den neuen Familienalltag mit Baby: - stillende Mütter treffen andere stillende Mütter - sie können sich über Alltagsangelegenheiten und Stillen im Alltag austauschen - sie können sich gegenseitig unterstützen bei Fragen rund um das Thema Stillen - auch schwangere Frauen mit Stillwunsch sind herzlich willkommen Die Teilnahme ist kostenfrei und bedarf keiner Anmeldung.	5x Di, 27.08. - 17.12.2024 10.30 - 12.00 Uhr	gebührenfrei
------------	---------	---	---	---	--------------



## Familie - Kinder Mini-Entdecker-Kurse Kreis Viersen

Kurs-Nr.    Wo?

Wann?

Gebühren

**Für alle Kurse in Willich gilt:  
Info, Anmeldung und Gebühreninfo:  
Familienbüro Willich, Frau Genz und Frau Juntermanns-Leusch,  
Tel.: 02154 481508 oder Mail: [familienbuero.willich@caritas-viersen.de](mailto:familienbuero.willich@caritas-viersen.de)**



**FRÜHE CHANCEN WILL-ICH!**  
NETZWERK Frühe Hilfen für Familien

24-23-207	Willich - Anrath	Kinderschutzbund, Neersener Str. 41	In Kooperation mit den Familienzentren Willich und dem Kinderschutzbund Willich <b>Wahrnehmung und Bewegung im 1. Lebensjahr</b>	10x	<b>Mo, 30.09. + 16.12.2024</b> 9.00 - 10.30 Uhr	s.o.
24-23-211	Willich - Wekeln	KRUMM, Hülsdonkstraße 203	In Kooperation mit den Familienzentren Willich <b>Wahrnehmung und Bewegung im 1. Lebensjahr</b>	2x	<b>Di, 01.10. + 08.10.2024</b> 9.00 - 10.30 Uhr	s.o.
24-23-212				7x	<b>Di, 29.10. + 08.10.2024</b> 9.00 - 10.30 Uhr	
24-23-220	Willich - Wekeln	KRUMM, Hülsdonkstraße 203	In Kooperation mit den Familienzentren Willich <b>Wahrnehmung und Bewegung im 1. Lebensjahr</b>	3x	<b>Mi, 25.09. - 09.10.2024</b> 9.00 - 10.30 Uhr	s.o.
24-23-220A				9x	<b>Mi, 30.10. - 18.12.2024</b> 9.00 - 10.30 Uhr	

**Familie - Kinder  
Mini-Entdecker-Kurse**  
Kreis Viersen



Kurs-Nr.    Wo?

Wann?

Gebühren

**Für alle Kurse in Willich gilt:**  
**Info, Anmeldung und Gebühreninfo:**  
**Familienbüro Willich, Frau Genz und Frau Juntermanns-Leusch,**  
**Tel.: 02154 481508 oder Mail: familienbuero.willich@caritas-viersen.de**



**FRÜHE CHANCEN WILL-ICH!**  
NETZWERK Frühe Hilfen für Familien

24-23-224	Willich - Wekeln	KRUMM, Hülsdonkstraße 203	In Kooperation mit den Familienzentren Willich <b>Wahrnehmung und Bewegung ab dem 1. Lebensjahr</b>	9x	<b>Mi, 30.10. - 18.12.2024 10.30 - 12.00 Uhr</b>	s.o.
24-23-227	Willich - Wekeln	KRUMM, Hülsdonkstraße 203	In Kooperation den Familienzentren Willich <b>Wahrnehmung und Bewegung im 1. Lebensjahr</b>	2x	<b>Do, 06.09. + 10.10.2024 9.00 - 10.30 Uhr</b>	s.o.
24-23-228				9x	<b>Do, 31.10. + 19.12.2024 9.00 - 10.30 Uhr</b>	
24-23-216	Willich - Wekeln	KRUMM, Hülsdonkstraße 203	In Kooperation den Familienzentren Willich <b>Wahrnehmung und Bewegung im 1. Lebensjahr</b>	9x	<b>Do, 31.10. - 19.12.2024 10.30 - 12.00 Uhr</b>	s.o.



## Familie - Kinder Mini-Entdecker-Kurse Kreis Viersen

Kurs-Nr. Wo?

Wann?

Gebühren

**Für alle Elternstart-NRW Kurse in Kempen gilt:**

**Info und Anmeldung:**

**Frau Müller, Stadt Kempen / Amt für Kinder, Jugend und Familie,  
Familienbüro und Koordinierungsstelle Frühe Hilfen, Schorndorfer Straße 17, 47906 Kempen,  
Tel.: 02152 917-3037 oder [sandra.mueller@kempen.de](mailto:sandra.mueller@kempen.de)**

**\*50% der Gesamtgebühr übernimmt die Stadt Kempen bei Teilnehmer\*innen, die in Kempen wohnen**



24-23-235A	Kempen	Haus für Familien, „Campus“, Spülwall 11	In Kooperation mit der Stadt Kempen / Amt für Kinder, Jugend und Familie, Familienbüro und Koordinierungsstelle Frühe Hilfen <b>Wahrnehmung und Bewegung Geburtsmonat Mai und Juni 2024</b>	2x	<b>Mo, 30.09. + 07.10.2024 9.00 - 10.30 Uhr</b>	€ 14,00*
24-23-240				8x	<b>Mo, 28.10. - 09.12.2024 9.00 - 10.30 Uhr</b>	€ 58,50*
24-23-255A	Kempen	Haus für Familien, „Campus“, Spülwall 11	In Kooperation mit der Stadt Kempen / Amt für Kinder, Jugend und Familie, Familienbüro und Koordinierungsstelle Frühe Hilfen <b>Wahrnehmung und Bewegung Geburtsmonat Mai und Juni 2024</b>	7x	<b>Mo, 28.10. - 09.12.2024 10.30 - 11.00 Uhr</b>	€ 58,50*
24-23-247E	Kempen	Haus für Familien, „Campus“, Spülwall 11 	In Kooperation mit der Stadt Kempen / Amt für Kinder, Jugend und Familie, Familienbüro und Koordinierungsstelle Frühe Hilfen <b>Elternstart NRW mit Elementen aus Wahrnehmung und Bewegung Geburtsdatum Juli und August 2024</b>	5x	<b>Do, 31.10. - 28.11.2024 9.00 - 10.30 Uhr</b>	s.o.
24-23-245A	Kempen	Haus für Familien, „Campus“, Spülwall 11	<b>Wahrnehmung und Bewegung Geburtsdatum Juli und August 2024</b>	2x	<b>Do, 05. + 12.12.2024 9.00 - 10.30 Uhr</b>	€ 14,00*

## Familie - Kinder Mini-Entdecker-Kurse Kreis Viersen



Kurs-Nr.    Wo?

Wann?

Gebühren

**Für alle Elternstart NRW - Kurse in Kempen gilt:**

**Info, Anmeldung und Gebühreninfo:**

**Frau Müller, Stadt Kempen / Amt für Kinder, Jugend und Familie,**

**Familienbüro und Koordinierungsstelle Frühe Hilfen, Schorndorfer Straße 17, 47906 Kempen,**

**Tel.: 02152 917-3037 oder [sandra.mueller@kempen.de](mailto:sandra.mueller@kempen.de)**

**\*50% der Gesamtgebühr übernimmt die Stadt Kempen, bei Teilnehmer\*innen, die in Kempen wohnen**



24-23-249A	Kempen	Haus für Familien, „Campus“, Spülwall 11	In Kooperation mit der Stadt Kempen / Amt für Kinder, Jugend und Familie, Familienbüro und Koordinierungsstelle Frühe Hilfen <b>Wahrnehmung und Bewegung</b> <b>Geburtsmonat Januar und Februar 2024</b>	7x	<b>Do, 31.10. - 12.12.2024 10.30 - 12.00 Uhr Uhr</b>	€ 53,50*
24-23-256A	Kempen	Haus für Familien, „Campus“, Spülwall 11	In Kooperation mit der Stadt Kempen / Amt für Kinder, Jugend und Familie, Familienbüro und Koordinierungsstelle Frühe Hilfen <b>Wahrnehmung und Bewegung</b> <b>Geburtsmonat November und Dezember 2023</b>	8x	<b>Fr, 23.08. - 11.10.2024 9.00 - 10.30 Uhr</b>	€ 60,50*
24-23-256B				6x	<b>Fr, 08.11. - 13.12.2024 9.00 - 10.30 Uhr</b>	€ 46,00*



## Familie - Kinder Zwergen-Akademie Kreis Viersen

Kurs-Nr.	Wo?			Wann?	Gebühren
24-23-553	Viersen	Kath. Forum - FBS, Rektoratstraße 25	<b>Fit für die KiTa (Hinführung zum Kindergarten) für Eltern mit Kindern ab 2 Jahren</b> Ihr Kind steht kurz vor dem Eintritt in den Kindergarten? Der Kurs bereitet sowohl Ihr Kind als auch Sie auf diesen wichtigen Schritt vor. In einer liebevollen und spielerischen Umgebung unterstützen wir Ihr Kind dabei, sich an den Kindergartenalltag zu gewöhnen und erste Freundschaften zu knüpfen. Sie als Eltern soll der Kurs unterstützen, dem Loslösungsprozess Ihres Kindes gelassen(er) und beruhigt(er) entgegenzusehen. *Für eine mögliche Ratenzahlung sprechen Sie uns gerne an.	15x Di + Fr, 29.10. - 20.12.2024 9.45 - 12.00 Uhr	€ 240,00*
24-23-387	Viersen	Kath. Forum - FBS, Rektoratstraße 25	<b>Musik-Zwerge für Eltern mit Kindern von 1 bis 2 Jahren</b> Spaß an Klängen, Geräuschen, Tönen hat jedes Kind. Kinder experimentieren hier mit Triangeln, Rasseln, Klang-Röhren, Handtrommeln, Zimbeln etc., erfahren die Bedeutung von laut-leise, schnell-langsam, klingend-dumpf, lernen hinzuhören und erleben rhythmische Bewegung. Und natürlich singen wir viel.	7x Fr, 23.08. - 11.10.2024 9.00 - 9.45 Uhr	€ 28,00
24-23-388				6x Fr, 08.11. - 13.12.2024 9.00 - 9.45 Uhr	€ 24,00
24-23-388D	Viersen	Viersen, Familienzentrum St. Elisabeth, Berliner Höhe 14, Tel.: 02162 15763	<b>Musik-Zwerge für Eltern mit Kindern ab 3 Jahren</b> Hier wird spielerisch die Freude an Musik und Bewegung geweckt. Hier dürfen die Kinder sich ausprobieren und bekommen einen Einblick in die Welt der Musik.	8x Mi, 30.10. - 18.12.2024 9.15 - 10.00 Uhr	Info und Anmeldung im Familien- zentrum
24-23-388F			<b>Musik-Zwerge für Eltern mit Kindern ab 4 Jahren</b> Dieser Kurs bietet Raum, das musikalische Verständnis auf eine lustvolle und interaktive Weise durch spielerische Aktivitäten zu erweitern.	8x Mi, 30.10. - 18.12.2024 10.00 - 10.45 Uhr	
24-23-388G			<b>Musik-Zwerge für Eltern mit Kindern ab 5 Jahren</b> Der Kurs baut auf den Grundlagen der musikalischen Früherziehung auf und bieten eine umfassendere Einführung in die Welt der Musik.	8x Mi, 30.10. - 18.12.2024 10.45 - 11.30 Uhr	

# Familie - Kinder Zwergen-Akademie Kreis Viersen



Kurs-Nr.    Wo?

Wann?

Gebühren

**Für alle Kurse in Willich gilt:**

**Info, Anmeldung und Gebühreninfo:**

**Familienbüro Willich, Frau Genz und Frau Juntermanns-Leusch,**

**Tel.: 02154 481508 oder Mail: familienbuero.willich@caritas-viersen.de**



**FRÜHE CHANCEN WILL-ICH!**  
NETZWERK Frühe Hilfen für Familien

24-23-390D	Willich - Wekeln	KRUMM, Hülsdonkstraße 203	In Kooperation mit den Familienzentren Willich <b>Musik-Zwerge für Eltern mit Kindern von 1 ½ bis 2 ½ Jahren</b> Tauchen Sie gemeinsam mit Ihrem Kind in die wunderbare Welt der Musik ein! Unser Musikkurs bietet Ihnen die Möglichkeit, die musikalischen Sinne Ihres Kindes frühzeitig zu fördern. In einer liebevollen und spielerischen Atmosphäre entdecken die Kinder zusammen mit Ihnen die Freude am gemeinsamen Musizieren.	6x	<b>Mi, 13.11. - 18.12.2024 15.15 - 16.00 Uhr</b>	s.o.
24-23-391F				6x	<b>Mi, 13.11. - 18.12.2024 16.15 - 17.00 Uhr</b>	
24-23-837	Willich - Anrath	Treffpunkt: Theodor-Heuss- Park, Neersener Straße	<b>Spiel und Spaß im Park für Familien mit Kindern von 3 bis 6 Jahren</b> Gemeinsam werden wir auf Entdeckungreise durch den Park gehen, wobei die Kinder spielerisch mehr über die Natur erfahren. Zwischendurch machen wir verschiedene (Bewegungs-)Spiele und erfinden neue Spiele, die für Spaß und gute Laune sorgen, die Kreativität fördern, die Fantasie anregen und die Bindung zwischen Eltern und Kindern stärken. Und wenn am Abend alle schmutzig, müde und glücklich sind, dann wissen wir, es war ein guter Tag!	1x	<b>Fr, 20.09.2024 16.00 - 17.30 Uhr</b>	s.o.



## Familie - Kinder Zwergen-Akademie Kreis Viersen

Kurs-Nr.	Wo?		Wann?	Gebühren
	Viersen - Süchteln	Familienzentrum St. Irmgardis, Ostring 29, Tel.: 02162 70343		Info und Anmeldung im Familienzentrum
24-23-712J		<b>In Kooperation mit dem Familienzentrum St. Irmgardis</b> <b>Die Tanzbären -</b> Für Kinder, die Freude an Bewegung und Tanz haben. In spielerischer Atmosphäre lernen die Kleinen erste Tanzschritte, rhythmische Bewegungen und kreative Ausdrucksformen.		
		<b>Tanz und Bewegung für Kinder von 2 bis 3 Jahren</b>	6x <b>Fr, 06.09. - 11.10.2024</b> <b>10.00 - 10.45 Uhr</b>	
23-23-712K		<b>Tanz und Bewegung für Kinder von 4 bis 6 Jahren</b>	6x <b>Fr, 08.11. - 20.12.2024</b> <b>10.00 - 10.45 Uhr</b>	
24-23-019D	Viersen - Dülken	Inkl. Familienzentrum St. Christophorus, Eintrachtstraße 58, Tel.: 02162 1023908		Info und Anmeldung im Familienzentrum
		<b>In Kooperation mit dem Inkl. Familienzentrum St. Christophorus</b> <b>movee - Turnkurs</b> <b>Bewegungsangebot für Eltern mit (Geschwister-) Kindern von 0 bis 6 Jahren</b> Gemeinsam mit Mama, Papa oder einer anderen Bezugsperson erleben die Kinder eine abwechslungsreiche und spielerische Bewegungsstunde, die ihre motorischen Fähigkeiten fördern und ihnen gleichzeitig viel Spaß bereiten.	7x <b>Mi, 06.11. - 18.12.2024</b> <b>16.00 - 17.00 Uhr</b>	

## Familie - Kinder Abenteuerland für Maxis Kreis Viersen



Kurs-Nr.	Wo?		Wann?	Gebühren
24-23-824F	Viersen	Treffpunkt: Haupteingang Stadion Hoher Busch (gegenüber Grillwiese), Josef-Kaiser-Allee	In Kooperation mit den Familienzentrum Sr. Christophorus und „Tierische Erlebnisse“ <b>Mit Esel Oskar durch den Wald - Ein Erlebnispaziergang mit Esel &amp; Co.</b> Mit einem Esel spazieren gehen ist ein aufregendes Erlebnis. Nach dem Putzen und der Vermittlung über das Verhalten, Herkunft und Fütterung des Esels geht es los auf einen ca. 3-stündigen Spaziergang durch den Wald. Abwechselnd darf jeder auf Oskar reiten. Außerdem wird ein Zaubergesicht gebastelt aus Ton, balanciert und es gibt eine Waldralley, Zeit zum Spielen und zum Picknick bleibt auch noch. Hund Emely und Zwergziege „Herr Schröder“ sind auch dabei und dürfen an der Leine geführt werden.	1x <b>Fr, 13.09.2024 10.00 - 13.00 Uhr</b> Info und Anmeldung im Familienzentrum St. Christophorus, Tel.: 02162 1023908
24-23-913	Viersen	FBS - Kath. Forum, Rektoratstraße 25	<b>Gemeinsam Kochen macht Spaß! Heiße Herbstgerichte vom Feuerwehrmann Sam für Eltern mit Kindern von 3 bis 6 Jahren</b> Der Herbst ist da und was gibt es Besseres, als sich mit leckeren, wärmenden Gerichten auf die gemütliche Jahreszeit einzustimmen? Wir laden Euch herzlich ein gemeinsam mit Euren Eltern Feuerwehrmann Sams feurige und herbstliche Köstlichkeiten zu zaubern. Das gemeinsame Kochen fördert die Kreativität, Teamarbeit und Freude am gesunden Essen bei Kindern und Eltern.	1x <b>Mi, 11.09.2024 15.30 - 17.45 Uhr</b> € 12,00 plus Lebensmittelumlage € 3,50
24-23-912	Viersen	FBS - Kath. Forum, Rektoratstraße 25	<b>Gemeinsam Kochen macht Spaß! Weihnachtlicher Festschmaus, wie beim Raben Socke für Eltern mit Kindern von 3 bis 6 Jahren</b> Wir laden Euch herzlich ein zu einem ganz besonderen Kochkurs in der Vorweihnachtszeit. Taucht gemeinsam mit Euren Eltern in die zauberhafte Welt der Weihnachtsbäckerei ein und erlebt unvergessliche Momente in der Küche. Einfache und sichere Küchenaktivitäten sowie gemeinschaftliche Erlebnisse fördern spielerisch die Feinmotorik, Ernährungskompetenz und Familienbindung.	1x <b>Mi, 20.11.2024 15.30 - 17.45 Uhr</b> € 12,00 plus Lebensmittelumlage € 3,50

**Mehr Details zu den Veranstaltungen auf [www.forum-krefeld-viersen.de](http://www.forum-krefeld-viersen.de) - einfach Kursnummer eingeben!**



## Familie - Kinder Abenteuerland für Maxis Kreis Viersen

Kurs-Nr.	Wo?		Wann?	Gebühren	
auf Abruf	Viersen	FBS - Kath. Forum, Rektoratstraße 25	1x	nach Vereinbarung	Anmeldung: Stadt Viersen, Frau Nicola Nilles, Tel.: 02162 101450
					
24-23-900H	Tönisvorst	Familienzentrum Drei-Käse-Hoch, Brucknerstraße 16, Tel.: 02156 7242	1x	Mo, 16.09.2023 15.00 - 18.00 Uhr	Info und Anmeldung im Familien- zentrum

# Schöne **Erlebnisse** verschenken

für Menschen,  
die schon alles haben  
Experimentierfreudige  
Stubenhocker und Couchpotatoes  
Wissbergierige und Alltagsphilosophen  
Lebenslustige  
Hobbyisten  
Kunstbegeisterte  
Kulturstrolche  
Neugierige  
Bewegungsmuffel und Nimmermüde  
Besserwisser  
Löwenmütter und Überväter  
Karrieretypen  
Kind und Kegel....

Die Gutscheine sind im Büro des Kath. Fourms erhältlich!





## Familie - Kinder Abenteuerland für Maxis Kreis Viersen

Kurs-Nr.	Wo?			Wann?	Gebühren
24-23-839D	Nettetal	Treffpunkt: Wanderparkplatz Groote Heide	In Kooperation mit dem Familienzentrum Bongartzstift <b>Lebensraum Wald für Väter mit Kindern ab 4 Jahren</b> Die kleinen Naturforscher werden mit allen Sinnen mehr über die Natur, Tiere und Pflanzen lernen und erfahren, wie wichtig es ist, unseren Lebensraum zu schützen. Durch spannende Aktivitäten, Spiele und kreative Projekte werden die Kinder auf unterhaltsame Weise für Umweltthemen sensibilisiert.	1x <b>Sa, 07.09.2024 9.00 - 13.00 Uhr</b>	Info & Anmeldung: Familienzentrum Bongartzstift Tel.: 02153 2080 oder kitabo@web.de
24-23-840A	Nettetal - Lobberich	Treffpunkt: Parkplatz Breyeller Straße/ Am Fenlandring (gegenüber Möbel Busch)	In Kooperation mit dem NABU <b>Biber - die genialen Baumeister für Eltern mit Kindern ab 5 Jahren</b> Hier haben die Möglichkeit, mehr über das Leben und Verhalten dieser faszinierenden Tiere zu erfahren. Gemeinsam werden wir uns mit Themen wie dem Lebensraum der Biber, ihren Nahrungs- und Baumaterialien sowie ihren beeindruckenden Bauwerken beschäftigen.	1x <b>Fr, 01.11.2024 10.30 - 12.45 Uhr</b>	€ 16,00
24-23-839A	Niederkrüchten - Elmpf	Treffpunkt: Weibersbrunner Platz, Lilienstraße Ecke Dilborner Straße	In Kooperation mit dem Familienzentrum Abenteuerland <b>Lebensraum Wald für Eltern mit Kindern von 4 bis 6 Jahren</b>	1x <b>Mo, 04.11.2024 15.00 - 17.15 Uhr</b>	Info und Anmeldung, Familienzentrum Abenteuerland Tel.:02163 990266

Für Väter

## Familie - Kinder Abenteuerland für Maxis Kreis Viersen



Kurs-Nr.    Wo?

Wann?

Gebühren

### Angebote in den Herbstferien

24-23-976C	Viersen	wird bekannt- gegeben	<p><b>Intuitives Bogenschießen für Eltern mit Kindern von 8 bis 14 Jahren</b></p> <p>Du wolltest schon immer mal Robin Hood sein und mit Pfeil und Bogen schießen?!</p> <p>Erfahrungen mit Kraft, Spannung und dem Umgang mit Pfeil und Bogen machen, andererseits erfahren wie entspannend Konzentration, das Loslassen und die Ruhe wirken können oder auch nur mal vom Alltag abschalten. Alles ohne Leistungsdruck. Geschossen wird Outdoor, daher bitte entsprechende Kleidung mitbringen.</p> <p>Bei starkem Regen, Sturm oder Gewitter fällt der Kurs aus.</p>	1x	<b>Sa, 19.10.2024 10.30 - 12.00 Uhr</b>	€ 21,00
24-23-955D	Viersen	FBS - Kath. Forum, Rektoratstraße 25	<p><b>Handlettering in den Herbstferien für Kinder von 11 bis 14 Jahren</b></p> <p>Möchtest du die Kunst der schönen Buchstaben erlernen und dabei deiner Fantasie freien Lauf lassen? In unserem Handlettering-Kurs lernst du die Welt der kreativen Schriftgestaltung kennen und damit die Grundlagen des schönen, kreativen und künstlerischen Schreibens. Du erhältst Vorschläge für verschiedene Karten zu besonderen Anlässen, wie Geburtstage, kannst aber auch eigene Projekte gestalten oder verschönern und deine Ideen einfach ausprobieren.</p>	2x	<b>Mo + Di, 21. + 22.10.2024 14.00 - 15.30 Uhr</b>	€ 25,50 zzgl. Material- kosten € 9,50

## Familie - Kinder Abenteuer Erziehung

### **Fachbereichsleiterin:**

Ursula Grotenburg

### **Telefon:**

02151 6294-20

### **E-Mail:**

[grotenburg@forum-krefeld-viersen.de](mailto:grotenburg@forum-krefeld-viersen.de)

### **Sprechstunde:**

nach Vereinbarung



In diesem Fachbereich finden Sie eine Vielzahl von Themen, die sich mit der Entwicklung des Kindes und mit der Erziehung von Kindern beschäftigen. Eltern, Erzieher\*innen, Lehrer\*innen und anderen Bezugspersonen bieten wir hier vielfältige Möglichkeiten, ihr Wissen zu erweitern, sich auszutauschen und neue Aspekte des großen Themenspektrums „Erziehung“ kennenzulernen.

Diese Inhalte werden von uns und unseren erfahrenen Fachreferent\*innen angeboten und finden in unseren Häusern in Krefeld, Felbelstraße und Viersen, Rektoratstraße statt, aber auch in Kindertageseinrichtungen, Familienzentren, Pfarren etc. All diese Themen können dort auf Anfrage ab einer Gruppenstärke von ca. 8 Erwachsenen von uns für Sie organisiert werden. Bitte sprechen Sie uns an!

Wir sind Kooperationspartner vieler Einrichtungen in Ihrer Nähe, wie Sie diese finden und welche Angebote es dort vor Ort gibt, teilen wir Ihnen gerne per Mail oder telefonisch mit. Als Kooperationspartner bieten wir eine Reihe von Angeboten aus dem Familienbildungsbereich an. Gerne planen wir für Ihre Einrichtung zielgruppenspezifische Angebote und führen sie bei Ihnen durch.



## Familie - Kinder Solo mit Kind und Abenteuer Erziehung Kreis Viersen

Kurs-Nr.	Wo?			Wann?	Gebühren
24-24-002	Nettetal	Familienzentrum Bongartzstift, Mühlenstraße 20, Tel.: 02153 2080 oder Mail: kitabo@web.de	<b>Samstagsfrühstück für Getrennt- und Alleinerziehende</b> Beim Samstagsfrühstück bieten wir einen geschützten Raum zum Erzählen, Lachen, Genießen und geben auf Wunsch bedarfsgerechte und speziell an Getrennt- und Alleinerziehende gerichtete Informationen, Erziehungsfragen können miteinander und einer pädagogischen Fachkraft besprochen werden. Nach dem gemeinsamen Frühstück, gibt's Angebote für die Kleinen unter pädagogischer Aufsicht im Familienzentrum. Für die Erwachsenen ist dann die Zeit zum ungestörten Gespräch und dem gegenseitigen Kennenlernen.	2x <b>14.09. + 09.11.2024 10.00 - 13.00 Uhr</b>	Info und Anmeldung im Familien- zentrum,
24-24-003	Willich - Wekeln	KRUMM, Hülsdonkstraße 203	<b>Samstagsfrühstück für Getrennt- und Alleinerziehende Info und Anmeldung:</b> Familienbüro Willich, Frau Genz und Frau Juntermanns-Leusch, Tel.: 02154 481508 oder mail familienbuero-willich@caritas-viersen.de	4x <b>Sa, 07.09. 05.10., 02.11., 07.12.2024 10.00 - 12.15 Uhr</b>	s. Info
24-25-060H	Viersen	FBS - Kath. Forum, Rektoratstraße 25	<b>Erste Hilfe bei Kindern Notfälle meistern: Erste Hilfe für Kinder – Wissen für Familien</b> Ein Angebot für Eltern, Großeltern und andere Betreuungspersonen. In dem Kurs wird ein Einblick in die häufigsten Notfallsituationen mit Kindern gegeben. Es wird gezeigt, wie man richtig reagieren sollte im Fall von Verletzungen, Verbrennungen, Verätzungen, Stromunfällen, Sturz, Gehirnerschütterung, Aufnahme von giftigen Stoffen, Verschlucken von Gegenständen, Pseudokrampfanfällen, Fieberkrämpfen und Atemstillstand (Wiederbelebung).	2x <b>Mi, 04. + 11.09.2024 19.30 - 21.45 Uhr</b>	€ 28,00



## Familie - Kinder Abenteuer Erziehung Kreis Viersen

Kurs-Nr.	Wo?		Wann?	Gebühren
24-25-041J	Viersen - Dülken	Kita Familien- zentrum MUC St. Ulrich, An St. Ulrich 1, Tel.: Tel.: 0178 3193748 oder familienzentrum@ st-cornelius-und- peter.de	<b>Endlich Schulkind! - Aber wird es nun leichter? Wir kommen in die Schule!</b> Endlich Schulkind! Viel Freude, aber auch Zweifel und Fragen. Auf jeden Fall ein bedeutendes Erlebnis und eine große Verän- derung für jedes Kita-Kind, aber genauso auch für seine Familie. Wie ein guter Start von der Kita in die Schule gelingen kann und wie Sie ihr Kind bei diesem Übergang liebevoll begleiten können, wird Inhalt dieses Seminars sein.	1x <b>Di 17.09.2024 19.00 - 21.15 Uhr</b> Info und Anmeldung im Familien- zentrum
24-25-012F	Viersen - Dülken	Familienzentrum Heesstraße 57, Tel.: 02162 4490	<b>„Schlaf schön, mein Kind!“ Oder: Wie kann das Zubettgehen gelingen?</b> Nach einem langen Tag sehnen sich viele Eltern abends nach ein bisschen Ruhe und Zeit für sich. Aber Kinder sind mitunter sehr kreativ, das Zubettgehen hinaus zu zögern. Welche Rituale hier wirkungsvoll unterstützen können, soll im Vortrag angeregt und im Austausch mit anderen Eltern besprochen werden.	1x <b>Mi, 18.09.2024 10.00 - 12.15 Uhr</b> Info und Anmeldung im Familien- zentrum
24-25-020H	Viersen - Süchteln	Familienzentrum St. Irmgardis, Ostring 29, Tel.: 02162 70343	<b>„Ups – peinlich, oder ganz normal?“ Von der kindlichen Sexualität</b> Mein Kind entdeckt sich und seinen Körper, immer wieder in den unterschiedlichsten Entwicklungsphasen seines Lebens. Aber: Wie gehe ich damit um? Was lasse ich zu? Wann sollte ich mich einmischen? Und muss ich mein Kind schützen? Wir sprechen darüber!	1x <b>Mo, 23.09.2024 19.30 - 21.45 Uhr</b> Info und Anmeldung im Familien- zentrum

## Familie - Kinder Abenteuer Erziehung Kreis Viersen



Kurs-Nr.	Wo?		Wann?	Gebühren
24-25-011H	Viersen - Dülken Inkl. Familienzentrum St. Christophorus, Eintrachtstraße 58 , Tel.: 02162 1023908	<b>„Lieben heißt auch Grenzen setzen – Wie viel Nein muss sein?“</b> Wie setze ich sinnvoll Grenzen? Wie bleibe ich glaubwürdig in der Einhaltung der Grenzen? .... Nicht das eine Patentrezept, aber Hinweise für gutes Gelingen werden Sie in diesem Vortrag mit Austausch erfahren.	1x <b>26.09.2024 14.00 - 16.15 Uhr</b>	Info und Anmeldung im Familienzentrum
24-25-026C	Viersen - Süchteln Familienzentrum St. Irmgardis, Ostring 29, Tel.: 02162 70343	<b>Schöne Gefühle - blöde Gefühle</b> Für ihre Gefühlswelt haben Kinder zunächst kein Vokabular. Sie müssen erst lernen, wie „man“ das nennt, was sie als Gefühl in sich bemerken. Dabei können wir ihnen helfen und wir können sie darin bestärken, ihrem Bauch zu trauen, wenn sich etwas komisch anfühlt. In diesem Vortrag mit Gespräch geht es zum einen um die Gefühle. Zum anderen geht es aber auch um Hilfestellungen, die wir unseren Kindern mit auf den Weg geben können, wenn sie komische oder blöde Gefühle haben. Wann dürfen oder müssen sie sich wehren. Wie kann dieses „sich wehren“ aussehen?	1x <b>Mo, 14.10.2024 19.30 - 21.45 Uhr</b>	Info und Anmeldung im Familienzentrum
24-25-016C	Viersen - Süchteln Familienzentrum St. Irmgardis, Ostring 29, Tel.: 02162 70343	<b>Gewaltfreie Kommunikation mit Kindern - Was brauch' ich und was brauchst du?...</b> Von Giraffen und Wölfen- Die Grundlagen der „gewaltfreien Kommunikation“ und wie wir sie im Alltag mit unseren Kindern umsetzen können...	1x <b>Mo, 04.11.2024 19.30 - 21.45 Uhr</b>	Info und Anmeldung im Familienzentrum



## Familie - Kinder Abenteuer Erziehung Kreis Viersen

Kurs-Nr.	Wo?		Wann?	Gebühren
24-25-014B	Viersen - Dülken	Familienzentrum Heesstraße 57, Tel.: 02162 4490	<b>Geschwister - Verbindung fürs Leben Zwischen Kriegsbeil und Friedenspfeife</b> Es sind die Menschen, zu denen wir die längste Beziehung unseres Lebens aufbauen können – Geschwister begleiten uns ein Leben lang! Trotzdem gibt es zwischen Geschwistern auch Streit, gerade im Kindesalter gehört dieser auch dazu. Geschwister zanken miteinander, verbünden sich 5 Minuten später aber wieder schnell gegen die Eltern... Wie gehen wir damit um? Wie können wir diese wertvollen Beziehungen stärken und fördern?	1x <b>Do, 07.11.2024 19.30 - 21.45 Uhr</b> Info und Anmeldung im Familien- zentrum
24-25-060A	Viersen - Dülken	Familienzentrum Heesstraße 57, Tel.: 02162 4490	<b>Erste Hilfe bei Kindern</b> Ein Angebot für Eltern, Großeltern und andere Betreuungspersonen. In dem Kurs wird ein Einblick in die häufigsten Notfallsituationen mit Kindern gegeben. Es wird gezeigt, wie man richtig reagieren sollte im Fall von Verletzungen, Verbrennungen, Verätzungen, Stromunfällen, Sturz, Gehirnerschütterung, Aufnahme von giftigen Stoffen, Verschlucken von Gegenständen, Pseudokrapp-Anfällen, Fieberkrämpfen und Atemstillstand (Wiederbelebung).	2x <b>Mi, 18.09.2024 10.00 - 12.15 Uhr</b> Info und Anmeldung im Familien- zentrum

# Familie - Kinder Abenteuer Erziehung Kreis Viersen



Kurs-Nr.    Wo?

Wann?

Gebühren

**Für alle Kurse in Willich gilt:**

**Info, Anmeldung und Gebühreninfo: Familienbüro Willich, Frau Genz und Frau Juntermanns-Leusch,  
Tel.: 02154 481508 oder Mail: familienbuero.willich@caritas-viersen.de**

24-25-060K	Willich - Wekeln	KRUMM, Hülsdonkstraße 203	<p><b>Erste Hilfe bei Kindern</b> Ein Angebot für Eltern, Großeltern und andere Betreuungspersonen. In dem Kurs wird ein Einblick in die häufigsten Notfallsituationen mit Kindern gegeben. Es wird gezeigt, wie man richtig reagieren sollte im Fall von Verletzungen, Verbrennungen, Verätzungen, Stromunfällen, Sturz, Gehirnerschütterung, Aufnahme von giftigen Stoffen, Verschlucken von Gegenständen, Pseudokrapp-Anfällen, Fieberkrämpfen und Atemstillstand (Wiederbelebung).</p>	2x	<b>Di, 05. + 12.11.2024 19.30 - 21.45 Uhr</b>	s.o.
24-25-055A	Willich - Anrath	Familienzentrum Furthstraße 15	<p><b>Bedürfnisorientierte Erziehung – mein Kind respektvoll erziehen und liebevoll unterstützen!</b> Auf die Bedürfnisse des Kindes eingehen, das Kind liebevoll begleiten und auf Augenhöhe kommunizieren, das sind die Ziele der bedürfnisorientierten Erziehung. Aber es geht nicht nur um die Bedürfnisse des Kindes, sondern um den wertschätzenden Umgang mit den Bedürfnissen aller an der Erziehung Beteiligter! Wie das gelingen kann und welche Haltung dahinter steht, erfahren Sie in diesem Eltern-Workshop! ..</p>	1x	<b>Di, 19.11.2024 19.30 - 21.45 Uhr</b>	s.o.
24-25-068C	Willich - Wekeln	Kita Bullerbü, Hülsdonkstraße 206	<p><b>Abschied von der Windel - Die Sauberkeitsentwicklung beim Kind - Impulsveranstaltung für Eltern nach QEKK</b> Das Trockenwerden und der damit verbundene Abschied von der Windel gehört zu den großen Entwicklungsschritten im Kleinkindalter und wird von vielen Eltern herbeigesehnt. Sie erhalten in dieser Veranstaltung Informationen über die ersten Anzeichen der Sauberkeitsentwicklung bis hin zur Windelfreiheit. Außerdem besprechen wir, wie wir unsere Kinder auf ihren Weg von der Windel zum selbstständigen Gang zur Toilette begleiten und dabei ihre Eigenständigkeit unterstützen können.</p>	1x	<b>Mi, 27.11.2024 19.30 - 21.45 Uhr</b>	s.o.



## Familie - Kinder Abenteuer Erziehung Kreis Viersen

Kurs-Nr.	Wo?		Wann?	Gebühren
24-25-070F	Kempen Familienzentrum Regenbogen, Straelener Str. 47, Tel.: 02152 516534	<b>Gesunde Ernährung für Kinder</b> Wie sieht ein Frühstück aus, mit dem Ihr Kind gut in den Tag starten kann? Was essen Kinder gerne und ist gesund? Und wie kann es gelingen, das Essen für Kinder jeden Tag gesund, vollwertig und lecker zu gestalten? Nicht nur diese Fragen werden beantwortet, sondern alle Aspekte der gesunden Kinderernährung werden unter die Lupe genommen.	1x <b>Mi, 25.09.2024 19.30 - 21.45 Uhr</b>	Info und Anmeldung im Familien- zentrum
24-25-037B	Kempen Familienzentrum Schlösschen, Helmeskamp 9, Tel.: 02845 8417	<b>„Nun hör mir doch mal zu!“ Wie wir in Familien sprechen und wie es vielleicht besser geht</b> Alle Familienmitglieder sprechen miteinander und das soll ja auch so sein. Aber, noch wichtiger, wir sollten uns auch wirklich zuhören! Gerade in der Kommunikation zwischen Eltern und Kindern erscheint das oft nicht so. Woran liegt das und wie können wir das ändern?	1x <b>Di, 05.11.2024 19.30 - 21.45 Uhr</b>	Info und Anmeldung im Familien- zentrum
24-25-0111	Kempen Familienzentrum Christ-König, Concordienplatz 15 Tel.: 02152 2148	<b>„Lieben heißt auch Grenzen setzen – Wie viel Nein muss sein?“</b> Wie setze ich sinnvoll Grenzen? Wie bleibe ich glaubwürdig in der Einhaltung der Grenzen? Wie gehe ich mit herausfordernden Verhalten von meinen Kindern um? ... Nicht das eine Patentrezept, aber Hinweise für gutes Gelingen werden Sie in diesem Vortrag mit Austausch erfahren.	1x <b>Do, 14.11.2024 19.30 - 21.45 Uhr</b>	Info und Anmeldung im Familien- zentrum



## Familie - Kinder Abenteuer Erziehung Kreis Viersen

Kurs-Nr.	Wo?		Wann?	Gebühren
24-25-020D	Nettetal Familienzentrum Bongartzstift, Mühlenstraße 20, Tel.: 02153 2080	<b>„Upps – peinlich, oder ganz normal?“ Von der kindlichen Sexualität</b> Mein Kind entdeckt sich und seinen Körper, immer wieder in den unterschiedlichsten Entwicklungsphasen seines Lebens. Aber: Wie gehe ich damit um? Was lasse ich zu? Wann sollte ich mich einmischen? Und muss ich mein Kind schützen? Wir sprechen darüber!	1x <b>Mo, 16.09.2024 19.30 - 21.45 Uhr</b>	Info und Anmeldung im Familien- zentrum
24-25-018H	Nettetal Familienzentrum Bongartzstift, Mühlenstraße 20, Tel.: 02153 2080	<b>„Ich will das nicht!“ - Wenn Kinder trotzig werden ...</b> Plötzlich tun sie nicht mehr, was wir möchten. Sie werfen sich auf den Boden, schreien, schütteln den Kopf und rufen: „Nein, das will ich nicht!“ Warum Kinder trotzig werden, wo die Wutanfälle herkommen und vor allem, wie wir Eltern damit umgehen können, wird in diesem Seminar ausführlich besprochen.	1x <b>Mo, 30.09.2024 19.30 - 21.45 Uhr</b>	Info und Anmeldung im Familien- zentrum
24-25-012B	Nettetal Familienzentrum Bongartzstift, Mühlenstraße 20, Tel.: 02153 2080	<b>„Schlaf schön, mein Kind!“ Baby- und Kleinkindschlaf verstehen - Wie das Zubettgehen gelingen kann</b> Nach einem langen Tag sehnen sich viele Eltern abends nach ein bisschen Ruhe und Zeit für sich. Aber Kinder sind mitunter sehr kreativ, das Zubettgehen hinaus zu zögern. Welche Rituale hier wirkungsvoll unterstützen können, soll im Vortrag angeregt und im Austausch mit anderen Eltern besprochen werden.	1x <b>Mo, 28.10.2024 18.30 - 20.45 Uhr</b>	Info und Anmeldung im Familien- zentrum
24-25-071J	Nettetal - Kalden- kirchen Familienzentrum Brigittenheim, Kirchplatz 7. Tel.: 02157 5934	<b>Seminar für Babysitter - Jugendliche ab 14 Jahren</b> Du möchtest Babysitten? Gute Idee, dann machen wir dich fit! Mit theoretischem Wissen rund ums Kind, praktischen Übungen und Tipps, Maßnahmen zur Ersten Hilfe und versicherungstechnischem Knowhow. Und zum Schluss erhältst Du natürlich ein Babysitter-Diplom!	1x <b>Sa, 16.11.2024 9.30 - 16.15 Uhr</b>	Info und Anmeldung im Familien- zentrum



## Familie - Kinder Abenteuer Erziehung Kreis Viersen

Kurs-Nr.	Wo?		Wann?	Gebühren
24-25-060J	Nettetal	Familienzentrum Bongartzstift, Mühlenstraße 20, Tel.: 02153 2080	<b>Erste Hilfe bei Kindern</b> Ein Angebot für Eltern, Großeltern und andere Betreuungspersonen. In dem Kurs wird ein Einblick in die häufigsten Notfallsituationen mit Kindern gegeben. Es wird gezeigt, wie man richtig reagieren sollte im Fall von Verletzungen, Verbrennungen, Verätzungen, Stromunfällen, Sturz, Gehirnerschütterung, Aufnahme von giftigen Stoffen, Verschlucken von Gegenständen, Pseudokrapp-Anfällen, Fieberkrämpfen und Atemstillstand (Wiederbelebung).	2x <b>Do, 21. + 28.11.2024 19.30 - 21.45 Uhr</b> Info und Anmeldung im Familien- zentrum
24-25-002M	Niederkrüchten - Elmpt	DRK-Familien- zentrum Abenteuer- land, Florianstraße 1, Tel.: 02163 990266	<b>Der Rote Faden® Für Mütter/Väter mit Kindern von 2 bis 10 Jahren</b> Für eine Erziehung ohne Machtkämpfe - Kindergeschrei, Trödeln, Wutausbrüche..., oftmals sehr stressige Situationen! Es gibt Möglichkeiten in diesen Situationen anders zu reagieren, sich nicht auf einen Machtkampf einzulassen. Es gibt Wege, stressfreier zu handeln! Dieser Kurs zur Verbesserung Ihrer Erziehungskompetenz lebt vom Austausch und Miteinander, deshalb ist eine kontinuierliche Teilnahme an den 5 Treffen erforderlich.	5x <b>Mo, 16.09. - 14.10.2024 19.30 - 21.45 Uhr</b> Info und Anmeldung im Familien- zentrum
24-25-031B	Niederkrüchten - Elmpt	DRK-Familien- zentrum Abenteuer- land, Florianstraße 1, Tel.: 02163 990266	<b>Wackelzahnpubertät - Oder wie aus dem Kleinkind ein Schulkind wird!</b> In der Pubertät wirbeln die Hormone alles durcheinander, aber schon vorher im Leben gibt es Umbrüche und Neuentwicklungen. So auch in der Phase, in der Kinder in der Regel die ersten Milchzähne verlieren und in die Schule kommen. In der sogenannten „Wackelzahnpubertät“ erleben wir eine Wachstumsphase, in der es oft für Kinder wie Eltern nicht leicht ist. Was passiert da genau und wie gehen wir damit um, das wollen wir erläutern und uns austauschen!	1x <b>Do, 14.11.2024 19.30 - 21.45 Uhr</b> Info und Anmeldung im Familien- zentrum



## Familie - Kinder Abenteuer Erziehung Kreis Viersen

Kurs-Nr.	Wo?		Wann?	Gebühren
24-25-012D	Niederkrüchten - Elmpf	DRK-Familienzentrum Abenteuerland, Florianstraße 1, Tel.: 02163 990266	<b>„Schlaf schön, mein Kind!“ Oder: Wie kann das Zubettgehen gelingen?</b> Nach einem langen Tag sehnen sich viele Eltern abends nach ein bisschen Ruhe und Zeit für sich. Aber Kinder sind mitunter sehr kreativ, das Zubettgehen hinaus zu zögern. Welche Rituale hier wirkungsvoll unterstützen können, soll im Vortrag angeregt und im Austausch mit anderen Eltern besprochen werden.	1x <b>Mi, 06.11.2024 19.00 - 21.15 Uhr</b> Info und Anmeldung im Familienzentrum
24-25-002O	Tönisvorst	Familienzentrum Drei-Käse-Hoch, Brucknerstraße 16, Tel.: 02156 7242	<b>Der Rote Faden® Für Mütter/Väter mit Kindern von 2 bis 10 Jahren</b> Für eine Erziehung ohne Machtkämpfe - Kindergeschrei, Trödeln, Wutausbrüche..., oftmals sehr stressige Situationen! Es gibt Möglichkeiten in diesen Situationen anders zu reagieren, sich nicht auf einen Machtkampf einzulassen. Es gibt Wege, stressfreier zu handeln! Dieser Kurs zur Verbesserung Ihrer Erziehungskompetenz lebt vom Austausch und Miteinander, deshalb ist eine kontinuierliche Teilnahme an den 5 Treffen erforderlich.	5x <b>Di, 03.09. - 01.10.2024 10.00 - 16.15 Uhr</b> Info und Anmeldung im Familienzentrum
24-25-068B	Online		<b>Von Windeln und Töpfchen - Die Sauberkeitsentwicklung beim Kind</b> Irgendwann wird jedes Kind trocken ... Nur wann? Und wie funktioniert das eigentlich? Wenn Sie erfahren möchten, wie Sie Ihr Kind beim Sauber- und Trockenwerden unterstützen können, sind Sie an diesem Abend richtig. Es geht unter anderem um diese Fragen: - Wann ist der richtige Zeitpunkt und wie können Eltern ihn erkennen? - Welche Signale sendet das Kind und wie sollten Eltern darauf reagieren? - Wie können Eltern ihr Kind in dieser Entwicklung unterstützen? Angesprochen werden aber auch Fragen der körperlichen Entwicklung und der angemessene Umgang mit „Problemen“ in diesem Bereich.	1x <b>Di, 17.09.2024 18.00 - 20.15 Uhr</b> Info und Anmeldung sowie Gebühreninfo im Familienzentrum Schlösschen, Tel.: 02845 8417



## Familie - Kinder Abenteuer Erziehung Kreis Viersen

Kurs-Nr.	Wo?		Wann?	Gebühren
24-25-031C	Online	<p><b>Wackelzahnpubertät - Oder wie aus dem Kleinkind ein Schulkind wird!</b></p> <p>In der Pubertät wirbeln die Hormone alles durcheinander, aber schon vorher im Leben gibt es Umbrüche und Neuentwicklungen. So auch in der Phase, in der Kinder in der Regel die ersten Milchzähne verlieren und in die Schule kommen. In der sogenannten „Wackelzahnpubertät“ erleben wir eine Wachstumsphase, in der es oft für Kinder wie Eltern nicht leicht ist. Was passiert da genau und wie gehen wir damit um, das wollen wir erläutern und uns austauschen!</p> <p><b>Info, Anmeldung sowie Gebühreninfo</b></p> <p>Familienbüro Willich, Frau Genz und Frau Juntermanns-Leusch, Tel.: 02154 481508 oder mail familienbuero-willich@caritas-viersen.de</p>	1x <b>Do, 10.10.2024 19.30 - 21.45 Uhr</b>	s. Info

## Fitness - Entspannung

Kreis Viersen

### **Fachbereichsleiterin:**

Sonja Bußmann

### **Telefon:**

02162 50199-15

### **E-Mail:**

bussmann@forum-krefeld-viersen.de

### **Sprechstunde:**

nach Vereinbarung



Gesundheit bedeutet körperliches und seelisches Wohlbefinden im ganzheitlichen Sinne. Sie ist damit auch eine wichtige Voraussetzung für die sich ständig ändernden Lebens- und Arbeitswirklichkeiten und damit auch von großer Bedeutung für Familien.

Mit unseren Veranstaltungen möchten wir:

- den selbstverantwortlichen Umgang mit Gesundheit, aber auch mit Krankheit stärken
- Eltern und Kinder zu einer gesunden Lebensführung befähigen
- Ausgleich zur täglichen Hektik bieten, um wieder zu einem inneren Gleichgewicht zu gelangen
- Anregungen zu einer aktiven Gestaltung des Familienlebens geben

## **Hinweis:**

Unsere Veranstaltungen/Kurse sind keine medizinischen oder therapeutischen Behandlungen und ersetzen diese auch nicht. Ihre Teilnahme geschieht stets auf eigene Verantwortung. Daher empfehlen wir vor allem Personen mit geschwächter körperlicher oder psychischer Konstitution, die Teilnahme zuvor mit behandelnden Ärzten abzuklären.

## **Kostenerstattung für Gesundheitsangebote:**

Seit einigen Jahren erstatten Krankenkassen unter bestimmten Voraussetzungen einen Teil der Kursgebühr von Gesundheitskursen. Die von den Krankenkassen festgelegten Kriterien für diese Teilerstattung beziehen sich auf ausgesuchte Kurse und Ausbildungen. Diese sind aber nicht immer identisch mit den Qualitätskriterien unseres QM-zertifizierten Hauses. Alle unsere Kursleitungen haben sehr gute fachliche Qualifikationen und bilden sich kontinuierlich weiter, so dass wir stets ein wirkungsvolles und vielfältiges Angebot präsentieren, auch wenn eine Bezuschussung durch die Krankenkasse nicht immer möglich ist. Ob Ihre Krankenkasse Ihnen eine Bezuschussung gewährt, klären Sie bitte persönlich im Vorfeld der Anmeldung.

## Fitness - Entspannung

### Kreis Viersen



Kurs-Nr.	Wo?	Wann?	Gebühren
24-31-400B	Viersen FBS - Kath. Forum, Rektoratstraße 25	<b>Rund um den Beckenboden für Frauen</b> Ziel dieses Workshops ist es, seinen eigenen Beckenboden und dessen Funktionen kennen zu lernen. So können Sie einer Vielzahl von Problemen vorbeugen, wie Inkontinenz, häufigem Harndrang und Organsenkungen. Wir arbeiten theoretisch und praktisch, das heißt Sie lernen neben der Anatomie auch verschiedene Anspannungsformen des Beckenbodens und praktische Alltagstipps. Ich möchte die Relevanz des Beckenbodens hervorheben und wie wichtig ist es, frühzeitig präventiv zu arbeiten, sodass wir lange beschwerdefrei leben können.	1x Sa, 19.10.2024 10.00 - 16.00 Uhr € 32,00
24-31-410D	Viersen FBS - Kath. Forum, Rektoratstraße 25	<b>Mind &amp; Body - Achtsamkeitstraining und Körperkräftigung</b> <b>Altersempfehlung: 30-60 Jahre</b> Ein ganzheitliches Training von Körper und Geist fördert nachhaltig Ihre Gesundheit. Sie stärken Ihren Körper und trainieren Ihre Achtsamkeit bzgl. des (körper-)eigenen Befindens.	7x Mo, 28.10. - 09.12.2024 19.00 - 20.30 Uhr € 74,50
24-31-479D	Viersen FBS - Kath. Forum, Rektoratstraße 25	<b>Fit in den Tag</b> Ein Angebot für alle Frauen und Männer, die etwas für ihre Fitness tun wollen: - Schulung der Kondition und Koordination - Kräftigung der Muskulatur - Förderung der Beweglichkeit	8x Mi, 30.10. - 18.12.2024 9.00 - 9.45 Uhr € 25,50
24-31-480D	Viersen FBS - Kath. Forum, Rektoratstraße 25	<b>Funktionsgymnastik für Frauen und Männer</b> Die Gymnastik ist abgestimmt auf die Bedürfnisse des weiblichen Organismus zur Wiedergewinnung und Erhaltung der Beweglichkeit, Dehnfähigkeit und Ausdauer. Außerdem werden verschieden Formen der körperlichen und geistigen Entspannung eingesetzt.	8x Mi, 30.10. - 18.12.2024 10.00 - 10.45 Uhr € 25,50

Mehr Details zu den Veranstaltungen auf [www.forum-krefeld-viersen.de](http://www.forum-krefeld-viersen.de) - einfach Kursnummer eingeben!



## Fitness - Entspannung

### Kreis Viersen

Kurs-Nr.	Wo?		Wann?	Gebühren
23-31-481D	Viersen	FBS - Kath. Forum, Rektoratstraße 25	<b>Gymnastik für ältere Damen und Herren</b> Die Gymnastik will zu altersgerechter, sportlicher Bewegung mit Gleichgesinnten führen. Ziele des Kurses sind: - Schulung des Gleichgewichtes - Stärkung der Muskulatur, vor allem des Rückens und Beckenbodens - Kräftigung von Herz und Kreislauf - Beweglichkeit bis ins hohe Alter	8x <b>Mi, 30.10 - 18.12.2024 11.00 - 11.45 Uhr</b> € 25,50
24-31-505D	Viersen - Dülken	Pfarrheim Herz-Jesu, Kreyenbergstr. 2 a	<b>Seniorengymnastik</b> Im Mittelpunkt stehen Förderung bzw. Erhaltung der Beweglichkeit und Koordination, Kräftigungs- und Dehnübungen mit dem Theraband, dem Ball etc. Das alles passiert mit Spaß und einem Abschlusstanz.	8x <b>Mi, 30.10. - 18.12.2024 15.00 - 15.45 Uhr</b> € 61,00

## Fitness - Entspannung

### Kreis Viersen



Kurs-Nr.	Wo?		Wann?	Gebühren	
24-31-675C	Viersen	Kath. Forum - FBS, Rektoratstraße 25	<b>Bewusstheit durch Bewegung nach der Feldenkrais-Methode</b> Für alle Menschen, die an Bewegung und Körperwahrnehmung interessiert sind, unabhängig von Alter und körperlicher Verfassung.	6x Di, 03.09. - 08.10.2024 9.00 - 10.00 Uhr	€ 43,00
24-31-675D				8x Di, 29.10. - 17.12.2024 9.00 - 10.00 Uhr	€ 57,00
24-31-650G	Viersen	FBS - Kath. Forum, Rektoratstraße 25	<b>Sanftes Yoga: Deine Oase der Ruhe</b> Die vielleicht beste Art den Tag abzuschließen. In dieser ruhigen und bewussten Stunde üben wir einfache, klassische und sanfte Körperbewegungen. Der Fokus liegt auf einer gesunden Ausrichtung und den elementaren Yoga-Prinzipien. Durch Förderung von Beweglichkeit und Flexibilität, sowie der Stärkung von Muskeln und Geist, kannst Du energiegeladener und entspannter in den Feierabend. Perfekt für Anfänger, Interessierte und Fortgeschrittene, die es etwas ruhiger mögen.	6x Mo, 09.09. - 14.10.2024 9.00 - 10.30 Uhr	€ 56,00
24-31-653D	Viersen	FBS - Kath. Forum, Rektoratstraße 25	<b>Hatha-Yoga leicht gemacht</b> „Je mehr Du Deinen Körper belebst, desto bewusster wirst Du in Deinem Selbst!“ Yoga, ein Jahrtausende altes System, regt mit gezielten Übungen Kreislauf, Nerven, Drüsen, innere Organe und Muskeln an.	8x Di, 29.10. - 17.12.2024 10.30 - 12.00 Uhr	€ 73,00
24-31-654C	Viersen	FBS - Kath. Forum, Rektoratstraße 25	<b>Hatha-Yoga</b>	6x Di, 10.09. - 15.10.2024 18.00 - 19.30 Uhr	€ 64,00
24-31-654D				8x Di, 29.10. - 17.12.2024 18.00 - 19.30 Uhr	€ 75,00

Mehr Details zu den Veranstaltungen auf [www.forum-krefeld-viersen.de](http://www.forum-krefeld-viersen.de) - einfach Kursnummer eingeben!



## Fitness - Entspannung

### Kreis Viersen

Kurs-Nr.	Wo?		Wann?	Gebühren
24-31-740H	Viersen	FBS - Kath. Forum, Rektoratstraße 25	<b>Latino-Tanz-Fitness</b> Erwachsene haben Spaß an Bewegung, vor allem mit peppiger Musik. Nach lateinamerikanischen Rhythmen, wie Cha-Cha-Cha, Rumba, Samba wird sich bewegt, so dass sich nach und nach die Fitness und die Koordination verbessern.	7x Sa, 02.11. - 14.12.2024 17.15 - 18.00 Uhr € 28,00
24-31-740I				9x Sa, 02.11. - 14.12.2024 18.00 - 18.45 Uhr € 54,00
24-31-705C	Brüggen - Bracht	St. Mariä Himmel- fahrt - Pfarrheim, Bischof-Dingel- stadt-Platz 1	<b>Gymnastik für Frauen in Bracht</b> Abwechslungsreiches Körpertraining zur Steigerung der allgemeinen Leistungsfähigkeit. Muskelkraft, Ausdauer und Beweglichkeit werden verbessert, Koordination und Konzentration gefördert.	6x Di, 03.09. - 08.10.2024 8.30 - 9.15 Uhr € 37,50
24-31-705D				8x Di, 29.10. - 17.12.2024 8.30 - 9.15 Uhr € 48,00
24-31-706C				6x Di, 03.09. - 08.10.2024 9.30 - 10.15 Uhr € 37,50
24-31-705D				8x Di, 29.10. - 17.12.2024 9.30 - 10.15 Uhr € 48,00

## Fitness - Entspannung

### Kreis Viersen



Kurs-Nr.	Wo?		Wann?	Gebühren	
24-31-734C	Grefrath Kloster „Unserer lieben Frau“, Hauptstraße 87	<p><b>Gymnastik - Bewegung hält fit, bis ins hohe Alter!</b>  <b>Fit wie ein Turnschuh: Gymnastik im Kloster</b>                      Tauchen Sie ein in eine Welt voller Bewegung und Entspannung im Herzen des Klosters! Unser Kurs „Fit wie ein Turnschuh: Gymnastik im Kloster“ bietet Ihnen die perfekte Mischung aus Dehnung, Kräftigung und Entspannung. Durch dynamische Übungen stärken wir Ihre gesamte Muskulatur und fördern gleichzeitig die Gesundheit von Herz und Kreislauf. Jeder Kursabend ist ein kleines Fitness-Abenteuer, bei dem auch der Spaß nicht zu kurz kommt!</p>	6x	Do, 29.08. - 10.10.2024 18.30 - 19.15 Uhr	€ 27,50
24-31-734D			98	Do, 31.10. - 19.12.2024 18.30 - 19.15 Uhr	€ 36,50
24-31-750B	Kempen Pfarrheim St. Josef, Eibenweg 1	<p><b>Meditatives Tanzen</b>                      „Meine Seele ist eine leidenschaftliche Tänzerin“ –                      Mechtild von Magdeburg                      Tanz ist eine elementare Weise, unser Leben mit allen Höhen und Tiefen zum Ausdruck zu bringen. Erstarrtes kommt ins Fließen und Überschäumendes findet einen Rhythmus. In einer Gruppe tanzend, fühlt sich die Tänzerin oder der Tänzer von ihr getragen und in ihr aufgehoben. Gleichzeitig sind sie aber auch auf sich konzentriert. So ermöglicht Tanzen, sich für Neues, Fremdes zu öffnen und durch die Gruppe Verbindendes zu erleben. Zur Ruhe zu kommen, Kraft zu schöpfen und in Einklang mit sich und den Mit-Tanzenden zu sein, wird als bestärkende Erfahrung mit in den Alltag genommen. Die Schritte und Gebärden sind einfach zu lernen. Tanzerfahrung und ein bestimmtes Alter sind nicht erforderlich.</p> <p><b>Info und Anmeldung:</b>                      Kursleitung: Angela Langjahr, Tel.: 02151 736468</p>	4x	Mi, 04.09., 09.10., 06.11. und 11.12.2024 10.00 - 11.00 Uhr	€ 24,50

**Fortbildung - Qualifizierung  
Engagement und Ehrenamt  
in Kirche und Gesellschaft  
Kreis Viersen**

**Fachbereichsleiterin:**

Gabi Rinass-Goertz

**Telefon:**

02151 6294-12

**E-Mail:**

[rinass-goertz@forum-krefeld-viersen.de](mailto:rinass-goertz@forum-krefeld-viersen.de)

**Sprechstunde:**

nach Vereinbarung

Sich ehrenamtlich zu engagieren macht Spaß und ist eine Herausforderung. Wenn Sie sicherer im Umgang mit Gruppen oder Einzelnen werden wollen oder wenn Sie sich für eine Aufgabe qualifizieren wollen, finden Sie hier entsprechende Angebote.



## Fortbildung - Qualifizierung Engagement und Ehrenamt in Kirche und Gesellschaft Kreis Viersen

Kurs-Nr.	Wo?		Wann?	Gebühren
24-41-002A	Viersen Pfarrheim St. Marien, Pastor-Grünig- Platz 1	<b>Lektorenschulung „Verkünden ist mehr als Vorlesen“</b> Sie sind Lektor/Lektorin. Sie schätzen die Liturgie als Ort der Begegnung mit Gott und mit den Menschen. Sie wissen, dass Gott sein Wort mit Kraft ausstattet, und möchten in Ihrem Dienst diese Kraft erleben und weitergeben. Damit Gottes Botschaft die Herzen erreicht und der Funke überspringt, beschäftigen wir uns an diesem Tag mit dem Zusammenhang von Körper und Stimme, mit dem liturgischen Raum und vor allem mit den Texten, die wir verkünden. Jede/r Teilnehmer/in wird dazu angeleitet, ausdrucksstark, authentisch und in Kommunikation mit der Gemeinde zu verkünden.	1x <b>Sa, 05.10.2024 9.00 - 17.00 Uhr</b>	gebührenfrei

## Fortbildung - Qualifizierung Krefeld und Viersen

### Die Angebote aus diesem Fachbereich finden Sie im Krefelder Teil!

**Fachbereichsleiterin:**  
Carmen Killeit

**Telefon:**  
02162 50199-18

**E-Mail:**  
killeit@forum-krefeld-viersen.de

**Sprechstunde:**  
nach Vereinbarung



**Fachbereichsassistentin:**  
Roswitha Metker

**Telefon:**  
02162 50199-30

**E-Mail:**  
metker@forum-krefeld-viersen.de

**Sprechstunde:**  
nach Vereinbarung



Schön, dass Sie sich für unsere Fortbildungsangebote interessieren. In diesem Bereich finden Sie Fortbildungen und Qualifizierungen für pädagogische Arbeitsfelder. Wir bieten aktuell u.a. Qualifizierungen von Kindertagespflegepersonen nach dem kompetenzorientierten Qualifizierungshandbuch Kindertagespflege (QHB), Qualifizierungen im Kita-Bereich und für den offenen Ganztags an. Darüber hinaus haben wir ein buntes Portfolio an Fortbildungen, was wir kontinuierlich weiterentwickeln.

Alle aktuellen Fortbildungsthemen und Themen Ihrer Wahl sind als Teamfortbildung buchbar, in Ihren Räumlichkeiten oder in unseren Seminarräumen in Krefeld und Viersen.

Konkrete Inhaltswünsche, Termin und Uhrzeit erfolgen nach individueller Absprache. Melden Sie sich hierzu sehr gern bei uns.

**Hier ein Auszug möglicher Themen (weitere Themen nach Absprache möglich):**

- Teamcoaching, Teamentwicklung, Supervision
- Kinderschutz
- Stressprävention
- Kommunikation
- Partizipation
- bedürfnisorientierte Pädagogik
- Nachhaltigkeitsbildung
- Resilienz
- Sprachentwicklung
- Diversity
- Kritikresilienz – konstruktiver Umgang mit Kritik
- Selbstfürsorge in pädagogischen Kontexten
- Gewaltsensibilisierung
- gewaltfreie Kommunikation
- Konfliktmanagement
- Mit Eltern kooperieren
- Inklusionsthemen

Die hier genannten Angebote sind von einer Gebührenermäßigung gemäß unseren AGB ausgeschlossen.  
Die staatliche Förderung durch Bildungsscheck wird anerkannt.

## Kreativität - Kochen

**Fachbereichsleiterin:**

Barbara Gehrman

**Telefon:**

02162 50199-13

**E-Mail:**

gehrmann@forum-krefeld-viersen.de

**Sprechstunde:**

nach Vereinbarung



Kreatives Schaffen, Gestalten und auch Kochen dienen dem persönlichen Ausgleich und sind Gegenpol zu den alltäglichen Anforderungen, die Beruf und Familie an den Einzelnen stellen. Sie sind aber auch immerwährend Bestandteil der Persönlichkeit, die vielseitig gefördert wird.

Mit unseren Veranstaltungen möchten wir:

- Die Fantasie und die eigenen kreativen Fähigkeiten durch experimentelles, selbstbestimmtes Lernen wecken
- Handwerkliche Techniken und Gestaltungsgrundlagen vermitteln, die in der Familie weitergegeben werden können
- Anregungen bieten, das Familienleben aktiv und kreativ zu gestalten
- Einen Gegenpol zur Schnelligkeit und Konsumorientiertheit unserer Zeit bieten

## Kreativität - Kochen

### Kreis Viersen



Kurs-Nr.	Wo?		Wann?	Gebühren
24-51-035	Viersen	FBS - Kath. Forum, Rektoratstraße 25	<b>Farbenfroh - Malen mit Acrylfarben</b> Lassen Sie Ihrer Kreativität freien Lauf! Erlernen Sie die Grundlagen der Malerei mit Acrylfarben sowie verschiedene Maltechniken und setzen Sie Ihre Ideen mit fachkundiger Unterstützung um. Im Kurs kann entspannt gemalt sowie mit Strukturpaste oder Schütttechniken vielseitig experimentiert werden. Das Malen mit Acrylfarbe, ob als Anfänger*in oder Fortgeschrittener, macht vom ersten Tag an Freude.	5x <b>Mo, 02.09. - 30.09.2024 19.00 - 21.15 Uhr</b> € 60,00
24-51-029A	Viersen	FBS - Kath. Forum, Rektoratstraße 25	<b>Selfie-Foto-Workshop: Meistere die Kunst des Selfies!</b> Hast du schon das eine oder andere Selfie mit deinem Smartphone gemacht und warst mit dem Ergebnis nicht ganz zufrieden? Dann ist dieser Workshop genau das Richtige für dich! Tauche mit uns in die Selfie-Welt ein und lerne in diesem Workshop die theoretischen Grundlagen und praktischen Tipps für großartige Selfies. Unter der Anleitung der Fotografin Rebekka Litgen erhältst du: - Einführung in die Kamerafunktionen deines Smartphones - Verschiedene Selfie-Methoden - Tipps zum Lichtsetting, Posing und Ausdruck für beeindruckende Selfies - Hilfe bei der Bildauswahl - Empfehlungen für Apps & Tools zur Nachbearbeitung, zum Teilen und Drucken deiner Fotos Voraussetzung: Du kennst die Kamerafunktion deines Handys und hast bereits einige Selfies gemacht, warst jedoch nicht zufrieden mit den Ergebnissen. Schnell anmelden: Die Teilnehmeranzahl ist auf 5 Personen begrenzt. Bitte gib bei der Anmeldung den Hersteller deines Handys an.	1x <b>Sa, 26.10.2024 10.00 - 13.00 Uhr</b> € 40,00



## Kreativität - Kochen

### Kreis Viersen

Kurs-Nr.	Wo?			Wann?	Gebühren
24-51-174	Viersen	FBS - Kath. Forum, Rektoratstraße 25	<b>Farbenspiel: So bringst du deine Farben zum Strahlen!</b> Sie kennen es sicherlich: Der Schrank platzt aus allen Nähten, und trotzdem scheint nichts zum Anziehen dabei zu sein. Der gelbe Pullover sieht toll aus, aber irgendwie passt die Farbe doch nicht so recht zu Ihnen. Wenn Sie Klarheit über Ihren Farbtyp gewinnen möchten, ist dieser Kurs ideal für Sie. Sie lernen, welche Farben Ihre Ausstrahlung unterstreichen und welche Sie besser meiden sollten. Die Beratung ist individuell und persönlich und umfasst Theorie und Praxiselemente.	1x <b>Sa, 12.10.2024 10.00 - 15.00 Uhr</b>	€ 42,00
24-51-176	Viersen	FBS - Kath. Forum, Rektoratstraße 25	<b>Stil-Ikone: Dein Weg zu einem neuen Look!</b> Sie haben Ihre Farbpalette gefunden, aber irgendetwas an diesem Kleidungsstück wirkt immer noch nicht stimmig. Die Hose macht in Kombination mit den Sneakern lange Beine, während sie mit den Boots zu kurz wirkt. In diesem Kurs zeige ich Ihnen, welche Schnitte Ihre Figur optimal zur Geltung bringen und welche Sie lieber meiden sollten. Wie Sie das Optimale aus sich herausholen und sich dabei rundum wohlfühlen. Bringen Sie doch gerne ein paar Kleidungsstücke mit, auch die berüchtigten Schrankleichen sind herzlich willkommen. Gemeinsam nehmen wir sie unter die Lupe und finden heraus, was wirklich zu Ihnen passt.	1x <b>Sa, 26.10.2024 10.00 - 15.00 Uhr</b>	€ 42,00

# Kreativität - Kochen

## Kreis Viersen



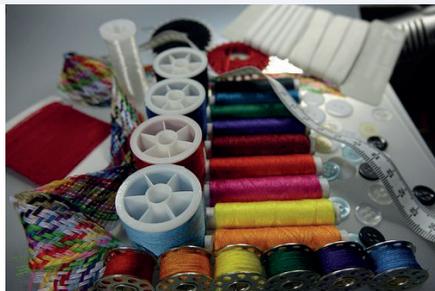
Kurs-Nr.	Wo?			Wann?	Gebühren
24-51-076	Viersen	FBS - Kath. Forum, Rektoratstraße 25	<b>Kreativ-Treff Nadelspiel: Gemeinsam Häkeln und Stricken</b> Sie lieben es mit Wolle und Nadeln kreativ zu sein? Egal ob Anfänger oder Fortgeschrittene - unser Kreativ Treff „Nadelspiel“ bietet die perfekte Gelegenheit, gemeinsam zu häkeln und zu stricken. Unsere erfahrene Kursleitung steht Ihnen mit Rat und Tat zur Seite, teilt wertvolle Stricktipps und unterstützt Sie bei all Ihren Projekten.	3x <b>Mi, 06. - 20.11.2024 18.00 - 19.30 Uhr</b>	€ 38,50
24-51-038	Kempen	Familienzentrum Regenbogen, Straelener Str. 47, Tel.: 02152 516534	<b>Workshop Adventskranz selber machen</b> Um das Zuhause in der Adventszeit gemütlich zu gestalten, gehört für viele Familien der Adventskranz einfach dazu. In diesem Workshop haben Sie die Gelegenheit Ihren eigenen Kranz von Grund auf selbst zu gestalten - vom Wickeln verschiedener Grünarten, über die Kerzen (die Sie bitte selber mitbringen) bis hin zur Farbgestaltung und Dekoration (Ihre Wünsche bzgl. der Farbgestaltung schreiben Sie bitte mit auf das Anmeldeformular). Ihrer Kreativität sind dabei (fast) keine Grenzen gesetzt. Die Kursleiterin steht Ihnen bei der Umsetzung - wenn gewünscht - gerne mit hilfreichen Tipps zur Seite.	1x <b>Mi, 27.11.2024 14.00 - 16.15 Uhr</b>	Info und Anmeldung im Familien- zentrum
24-51-077	Viersen	FBS - Kath. Forum, Rektoratstraße 25	<b>Makramee - Engel</b> Erleben Sie die Kunst des Makramee und kreieren Sie Ihren eigenen Engel! In unserem Kurs lernen Sie, wunderschöne Makramee- Engel , Engelanhänger für den Schlüsselbund oder zauberhafte Weihnachtsdeko zu gestalten.	1x <b>Sa, 30.11.2024 11.00 - 13.15 Uhr</b>	€ 16,00 zzgl. Lebensmittel- umlage
24-51-070	Viersen	FBS - Kath. Forum, Rektoratstraße 25	<b>Workshop Kreativität (Makramee/Stricken/Häkeln)</b> Du suchst nach einer kreativen Idee für den nächsten Geburtstag, Junggesellinnenabschied oder eine gemeinsame Zeit mit guten Freundinnen? Kontakt: Barbara Gehrman, Tel.: 02162 5019913	1x <b>nach Vereinbarung</b>	3 UStd. € 96,00



## Kreativität - Kochen

### Kreis Viersen

Kurs-Nr.	Wo?		Wann?	Gebühren
24-51-127	Viersen	FBS - Kath. Forum, Rektoratstraße 25	8x <b>Di, 29.10. - 17.12.2024</b> 8.30 - 11.30 Uhr	€ 102,50
24-51-131			8x <b>Mi, 30.10. - 18.12.2024</b> 19.00 - 21.15 Uhr	€ 96,00
24-51-135			8x <b>Do, 31.10. - 19.12.2024</b> 15.00 - 18.00 Uhr	€ 102,50
24-51-139			8x <b>Do, 31.10. - 19.12.2024</b> 19.00 - 21.15 Uhr	€ 96,00
24-51-173	Viersen - Dülken	Pfarrzentrum St. Cornelius, Moselstraße 6	8x <b>Mo, 28.10. - 16.12.2024</b> 19.00 - 22.00 Uhr	€ 102,50



## Kreativität - Kochen

### Kreis Viersen



Kurs-Nr.	Wo?		Wann?	Gebühren	
24-51-307A	Viersen	FBS - Kath. Forum, Rektoratstraße 25	<b>Tapas, Mezédés, Antipasti und Co</b> Neue Rezepte aus der bunten Palette beliebter Vorspeisen und Häppchen werden zubereitet und verkostet.	1x <b>Mi, 03.09.2024</b> <b>18.00 - 21.45 Uhr</b>	€ 16,00 zzgl. Lebensmittelumlage
24-51-307			1x <b>Mi, 04.09.2024</b> <b>18.00 - 21.45 Uhr</b>		
24-51-402	Viersen	Treffpunkt: Viersen - Parkplatz am Steinlabyrinth, Aachener Weg	<b>Pilzlehrwanderung</b> Kommt mit ins faszinierende Reich der Fadenwespen. Bei dieser Pilzlehrwanderung begeben wir uns auf die Suche, wo man im Wald überall Pilze finden kann. Dabei geht es nicht alleine um essbare Pilze sondern auch um ihre Aufgabe in der Natur, ihre speziellen Fähigkeiten und Lebensweise. Wir bestimmen die wesentlichen Unterscheidungsmerkmale und Bestandteile der Pilze und schauen uns diese bei unseren Funden gemeinsam an. Auch wird der Umgang mit Büchern und Bestimmungsschlüsseln für eigene Funde erklärt und geübt. Für Anfänger geeignet. <b>WICHTIG:</b> Es erfolgt keine Verzehrfreigabe der Pilze!	1x <b>Fr, 20.09.2024</b> <b>16.00 - 19.00 Uhr</b>	€ 18,50
24-51-308	Viersen	FBS - Kath. Forum, Rektoratstraße 25	<b>Die Levante Küche</b> Viel Gemüse, wenig Fleisch und eine Vielfalt an Gewürzen charakterisieren die Küche des östlichen Mittelmeerraums der Levante. Als Levante-Küche wird die Essenstradition von Syrien, Libanon, Jordanien, Israel und Palästina als neuer Food-Trend gefeiert.	1x <b>Mi, 09.10.2024</b> <b>18.00 - 21.45 Uhr</b>	€ 16,00 zzgl. Lebensmittelumlage
24-51-311	Viersen	FBS - Kath. Forum, Rektoratstraße 25	<b>Türkisch Kochen und mit Gästen genießen</b> Die türkische Küche ist vielseitig und beinhaltet Merkmale der mediterranen, der arabischen, der indischen sowie der armenischen Küche. Lernen Sie Gerichte wie Gözleme, Künefe, Köfte und vieles mehr kennen.	1x <b>Mi, 30.10.2024</b> <b>19.00 - 22.45 Uhr</b>	€ 16,00 zzgl. Lebensmittelumlage



## Kreativität - Kochen Kreis Viersen

Kurs-Nr.	Wo?			Wann?	Gebühren
24-51-309	Viersen	FBS - Kath. Forum, Rektoratstraße 25	<b>Menü mit Wild</b> In der Küche geht es heute wild zu , Es wird das Beste von Reh, Hirsch Wildschwein und Co. zubereitet.	1x <b>Mi, 06.11.2024 18.00 - 21.45 Uhr</b>	€ 16,00 zzgl. Lebensmittel- umlage
24-51-310	Viersen	FBS - Kath. Forum, Rektoratstraße 25	<b>Weihnachtsmenü</b> Freuen Sie sich auf ein leckeres und abwechslungsreiches Weihnachtsmenü, welches Sie ohne Stress und Hektik zubereiten werden.	1x <b>Mi, 27.11.2024 18.00 - 21.45 Uhr</b>	€ 16,00 zzgl. Lebensmittel- umlage

## Kreativität - Kochen

### Kreis Viersen



Kurs-Nr.	Wo?			Wann?	Gebühren
24-51-403	Online	<b>Beikosteinführung</b> Die schrittweise Einführung der Brei-Mahlzeiten. In diesem Kurs geht es darum, wie die Babys langsam die Milchmahlzeiten durch einen entsprechenden Brei ersetzen. Thema sind auch die richtigen Zutaten und die Richtige Zubereitung von selbstgekochtem Brei.	1x	<b>Mo, 09.09.2024</b> <b>19.30 - 21.00 Uhr</b>	€ 9,50
24-51-404	Online	<b>Übergang von der B(rei)kost zur Familienkost</b> Vom Brei zum Familientisch. Für Eltern mit Kindern ab ca. 9 Monaten. In diesem Kurs geht es darum, wie der Übergang zur Familienkost entspannt funktionieren kann, was das Kind essen darf und was lieber noch nicht. Die Ernährungspyramide dient als hilfreiches Modell. Es gibt eine Auswahl an kinderfreundlichen Gerichten und Raum für einen individuellen Austausch.	1x	<b>Mi, 16.10.2024</b> <b>19.30 - 21.00 Uhr</b>	€ 9,50
24-51-405	Online	<b>Vegane und vegetarische Ernährung bei Kindern</b> Der Kurs informiert über die Bedeutung und mögliche Umsetzung einer veganen oder vegetarischen Ernährung für Kinder. Neben Grundlagen einer ausgewogenen Ernährung lernen die Teilnehmenden, wie Versorgung mit allen Nährstoffen gelingen kann.	1x	<b>Fr, 18.10.2024</b> <b>19.30 - 21.00 Uhr</b>	€ 9,50



## Kreativität - Kochen

### Kreis Viersen

Kurs-Nr.	Wo?		Wann?	Gebühren
24-51-500	nach Vereinbarung	<b>Gesunde Ernährung in der Familie für Kitas und Familienzentren - Ein abrufbares Angebot</b> Gesunde Ernährung muss nicht teuer sein, aber sie kann trotzdem sehr abwechslungsreich sein. Angeboten werden z.B. Gerichte aus der internationalen Küche und Gerichte der Saison. Praxiskurs in der Küche - Zubereitung gesunder Mahlzeiten.	1x <b>nach Vereinbarung</b> <b>1x 4 UStd.</b>	nach Vereinbarung
24-51-700	nach Vereinbarung	<b>Kostenlose Ernährungsberatung</b> Wir bieten eine kostenlose, individuelle Einzelberatung zur Ernährungsumstellung, um Ihre Gesundheit und Ihr Gewicht positiv zu beeinflussen. Eine Ernährungsumstellung ist keine Diät. Es geht darum sich gesunde Ernährungsgewohnheiten anzueignen. Sie erhalten Tipps, Empfehlungen und Anregungen von einer Ökotrophologin, die auf Ihre persönlichen Bedürfnisse abgestimmt sind.	1x <b>nach Vereinbarung</b>	gebührenfrei

# Kreativität - Kochen

## Kreis Viersen



**Kurs-Nr.**  
23-51-600

**Wo?**

Viersen Kath. Forum - FBS,  
Rektoratstraße 25

### **Kochen mit Freunden und Bekannten**

Möchten Sie gerne mit Freunden, Bekannten oder Kollegen kochen oder backen und haben nicht die richtigen Räumlichkeiten?

Die Küche in der FBS - Kath. Forum bietet alles, was das Herz rund um das Thema Kochen und Backen verlangt. Wir stellen das perfekte Menü oder z.B. einen Backnachmittag nach Ihren Wünschen und Vorstellungen zusammen.

Ansprechpartnerin Barbara Gehrman,  
Tel. 02162 50199-13

1x

**Wann?**

**nach Vereinbarung**

**Gebühren**

€ 16,00 für  
5 UStd. zzgl.  
Lebensmittel-  
umlage  
je Teil-  
nehmer\*in



## Folgen Sie uns auf:



FBS\_Krefeld\_Viersen



fbs\_krefeld\_viersen

Ihre Anregungen, Wünsche, Lob oder Kritik können Sie uns gerne persönlich, schriftlich oder telefonisch übermitteln. Wir setzen uns mit Ihnen in Verbindung.

FBS - Kath. Forum Krefeld-Viersen

Felbelstraße 25  
47799 Krefeld  
Tel.: 02151 6294-0

Rektoratstraße 25  
41747 Viersen  
Tel.: 02162 50199-0

[info@forum-krefeld-viersen.de](mailto:info@forum-krefeld-viersen.de)





**Bitte ausfüllen, unterschreiben und zurücksenden an  
(oder per Mail als Scan oder Bild an: [info@forum-krefeld-viersen.de](mailto:info@forum-krefeld-viersen.de)):**

FBS - Katholisches Forum  
Felbelstraße 25  
47799 Krefeld

Gläubiger-Identifikationsnummer: DE69ZZZ00000321737  
Mandatsreferenz:00000\_\_\_\_\_ (wird vom Forum ausgefüllt)

### **SEPA - Lastschriftmandat**

Ich ermächtige das Katholische Forum Krefeld-Viersen, Zahlungen von meinem Konto mittels Lastschrift einzuziehen. Zugleich weise ich mein Kreditinstitut an, die vom Katholischen Forum Krefeld-Viersen auf mein Konto gezogene Lastschrift einzulösen.

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

Vorname, Name: \_\_\_\_\_

Straße, Hausnummer: \_\_\_\_\_

Postleitzahl/Ort: \_\_\_\_\_

IBAN: \_\_\_\_\_

Kreditinstitut: \_\_\_\_\_

BIC: \_\_\_\_\_

Datum, Ort, Unterschrift: \_\_\_\_\_

# ANMELDUNG

**ANMELDUNG** - bitte an das Katholische Forum - FBS,  
Felbelstraße 25, 47799 Krefeld  
oder an das Katholische Forum - FBS,  
Rektoratstraße 25, 41747 Viersen  
info@forum-krefeld-viersen.de

Name  Vorname  Geb.-datum

Straße, Hausnr.

PLZ, Ort

Tel. (Festnetz/Mobil)  E-Mail

Bei Eltern-Kind-Kursen: Vorname des Kindes  Geb.-datum des Kindes

Ich akzeptiere die allgemeinen Geschäftsbedingungen und melde mich verbindlich für folgende Veranstaltung/en an:

Kurs-Nr.  Titel  Gebühr

Kurs-Nr.  Titel  Gebühr

Datum  Unterschrift

Ich willige ein, dass das Katholische Forum für Erwachsenen- und Familienbildung Krefeld-Viersen personenbezogene Daten zur Erfüllung vertraglicher Pflichten (§ 6 KDVG) oder zur Durchführung vorvertraglicher Maßnahmen erhebt und verarbeitet.  
Dieses Einverständnis kann ich jederzeit widerrufen.

Ich bin damit einverstanden, über Angebote des Forums informiert zu werden.  
Dieses Einverständnis kann ich jederzeit widerrufen.

**Bitte beachten Sie:**

Diese Anmeldung ist verbindlich.

Ich wünsche Lastschrift.

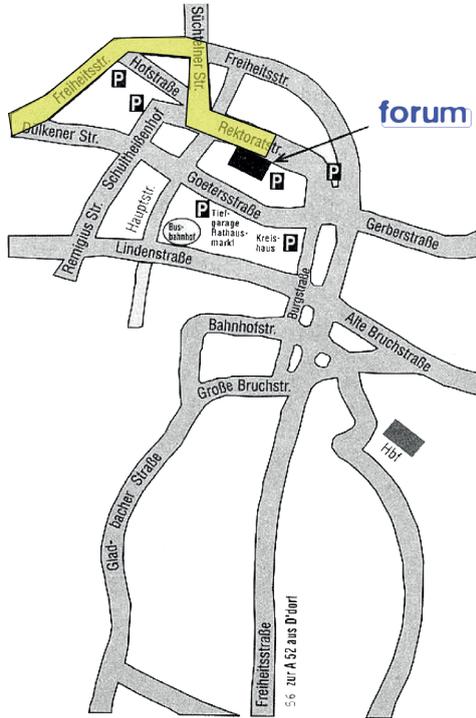
Um die Kursgebühr von Ihrem Konto einzuziehen, benötigen wir von Ihnen ein gültiges SEPA-Lastschriftmandat. Dieses Mandat erhalten Sie von uns separat per Post und wir bitten um Rücksendung mit Unterschrift.

Ich zahle bar vor Kursbeginn während der Öffnungszeiten.

Ich zahle mit EC-Karte während der Öffnungszeiten.

Weitere Infos (Gebührenermäßigung o.ä.) entnehmen Sie bitte unseren AGB.

## Anfahrt Viersen, KBV-Haus, Rektoratstraße 25

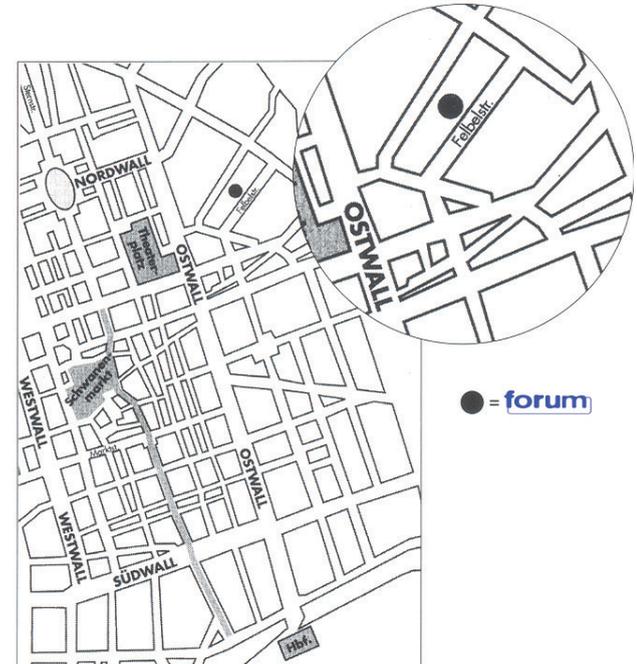


### Parkmöglichkeiten:

Parkplätze an der Rektoratstraße, kostenlos, jedoch mit Parkscheibe

Tiefgarage unter dem Rathausmarkt: (Fußweg ca. 3-4 Minuten), jedoch kostenpflichtig

## Anfahrt Krefeld, Kath. Forum, Felbelstraße 25 (barrierefreier Zugang)



### Parkmöglichkeiten:

kostenlos in der Tiefgarage des Forums, Felbelstraße

## **Videüberwachung**

Unser Krefelder Haus wird vor/hinter wie auch im Haus videüberwacht. Die Aufnahmen werden nach 7 Tagen automatisch gelöscht. Mit Buchung unserer Angebote und Betreten unserer dortigen Räumlichkeiten erklären Sie sich automatisch hiermit einverstanden.

## **Datenschutz**

Im Rahmen der Anmeldung werden personenbezogene Daten gespeichert. Diese Daten unterliegen den Vorschriften des Datenschutz-gesetzes. Das Katholische Forum für Erwachsenen- und Familienbildung Krefeld und Viersen unterliegt der Anordnung über den Kirchlichen Datenschutz (KDO) des Bistums Aachen sowie den hierzu ergangenen Verordnungen zur Durchführung der Anordnung über den Kirchlichen Datenschutz (KDO-DVO) in ihren jeweils geltenden Fassungen. Das Kath. Forum hat einen Datenschutzbeauftragten ([info@dk-buero.de](mailto:info@dk-buero.de)).

## Gebühren

Die Höhe der in der Kursausschreibung genannten Gebühren gilt vorbehaltlich der bisherigen Zuschüsse und Unterstützungen von Partnern. Sollten sich diese kurzfristig ändern, können die Gebühren während des laufenden Jahres angepasst werden. Umlagen für Kursmaterialien entnehmen Sie bitte dem Ausschreibungstext.

## Gebührenermäßigung

Auf Anfrage gewährt das Kath. Forum in einigen Kursen mit einer Mindestkursgebühr von € 50,00 eine Ermäßigung in Höhe von z.Zt. € 30,00 (unter dem Vorbehalt der zur Verfügung stehenden Mittel), wenn der/die Teilnehmer\*in aus Familien stammten aus Gebieten mit unterdurchschnittlicher Sozial- und Infrastruktur, -Bezug von Leistungen aus dem Zweiten Sozialgesetzbuch (SGB II) erhält, -unter das zwölfte Sozialgesetzbuch (SGB XII) oder Asylbewerberleistungsgesetz (AsylbLG) fallen, -aus Familien stammten mit Beziehungsbeziehungen von Arbeitslosengeld I und Kurzarbeiter, -aus Familien stammten mit Bezug von Bildung- und Teilhabeleistungen, -aus Familien stammten mit Wohngebindbezug gemäß WÖGG -aus Familien stammten, die einen Kinderzuschlag gemäß § 6a BKGG erhalten, -Ein-Eltern-Familie ist, -aus Familien mit drei und mehr Kindern stammten, -aus Familien mit Einwanderungsgeschichte stammten, -aus Familien stammten, in denen Menschen mit längerfristigen, physischen oder psychischen Beeinträchtigungen leben, -vom Strafvollzug betroffene Familien etc.

Um die Ermäßigung zu bekommen, muss ein Antrag ausgefüllt und unterschrieben werden.

Liegen bei Beantragung einer Gebührenermäßigung die Kriterien für deren Ermäßigung zwar vor, es existieren jedoch zu diesem Zeitpunkt keine verfügbaren Fördermittel mehr, kann die Ermäßigung **nicht gewährt** werden und dem Teilnehmenden ist zu diesem Zeitpunkt ein kostenfreier Rücktritt von seiner Anmeldung möglich. Eine nachträgliche Ermäßigung ist nicht möglich. Von der Ermäßigung ausgenommene Veranstaltungen sind in der Kursbeschreibung gekennzeichnet und/oder in der Kursverwaltung hinterlegt. Fragen Sie daher immer vor der Anmeldung nach.

## Teilnahmebescheinigungen/Zertifikate

Werden Teilnahmebescheinigungen/Zertifikate in Farb-/Sonderdruck gewünscht, erheben wir eine Gebühr i.H.v. 10,00 € je Bescheinigung. Die gleiche Gebühr wird im Falle einer erneuten Ausstellung der Bescheinigung fällig. Die Gebühren sind im Voraus zu entrichten.

## Haftung

Für Unfall, Diebstahl, Verlust oder Beschädigung von Gegenständen der Teilnehmer\*innen, Garderobe etc. kann keine Haftung übernommen werden.

## Besondere Hinweise

Ihr Widerrufsrecht erlischt vorzeitig, wenn der Vertrag von beiden Seiten auf Ihren ausdrücklichen Wunsch vollständig erfüllt ist, bevor Sie Ihr Widerrufsrecht ausgeübt haben. WhatsApp ist kein öffentliches Kommunikationsmittel des Kath. Forums ist. Jede kursbezogene Information wird daher ausschließlich über die Verwaltung unseres Hauses an die Kursteilnehmer\*innen übermittelt. Da WhatsApp kein sicheres Medium ist, ist die berufliche Nutzung daher aufgrund des KDG (Kirchliches Datenschutzgesetz) untersagt. Sollten es dennoch genutzt werden, dann nicht im Rahmen der o.g. Maßgabe, sondern ausschließlich privat und selbst voll haftend.

## Rücktritt und Kündigung durch den/ die Teilnehmer\*in

Eine Stornierung Ihrerseits ist über den Widerruft hinaus bis 7 Tage vor Kursbeginn **ausschließlich schriftlich** möglich. Nach Ablauf dieser Frist wird die Kursgebühr in voller Höhe fällig. Bei einem Rücktritt während des laufenden Kurses oder wenn einzelne Einheiten eines Kurses nicht wahrgenommen werden, kann keine Gebühr erstattet werden. Das gilt auch für den Krankheitsfall. Hieron abweichende Regelungen entnehmen Sie bitte der jeweiligen Kursausschreibung. Bei Veranstaltungen mit Übernachtungen in Jugendhäusern, Hotels, Bildungshäusern etc. sind vom/von der Teilnehmer\*in bei Rücktritt/Abmeldung nach Ablauf der Anmeldefrist die dem katholischen Forum entstehenden Kosten für die gebuchte Unterkunft und Verpflegung zu erstatten. Diese Kosten entfallen nur dann, wenn eine Ersatz-Teilnehmer\*in benannt wird.

Bei Bildungsveranstaltungen mit 80 und mehr Unterrichtsstunden ist eine Stornierung über den Widerruft hinaus ausschließlich schriftlich bis 21 Tage vor Kursbeginn möglich. Danach wird die Gebühr in voller Höhe fällig. Dies gilt auch bei einem Rücktritt während des laufenden Kurses, wenn einzelne Einheiten eines Kurses nicht wahrgenommen werden und auch im Krankheitsfall.

## Kursdurchführung/Kursausfall

Ist die für das jeweilige Angebot spezifische Mindestteilnehmer\*innenanzahl nicht erreicht, behalten wir uns eine Kursabsage vor.

Bei einigen Angeboten gibt es die Möglichkeit, auch wenn die Mindest-Teilnehmer\*innenanzahl nicht erreicht wurde, durch Aufzählung auf die reguläre Kursgebühr oder durch Termin-kürzungen bei gleicher Gebühr den Kurs dennoch durchzuführen. Hierüber werden Sie von uns informiert.

Die Gebühr für Kurse und/oder Einzeltermine, die vom Kath. Forum abgesetzt werden, wird erstattet bzw. es wird ein Ersatztermin angeboten. Das Kath. Forum behält sich vor, in Ausnahmefällen den Kursort zu ändern, wie auch die Dozentin/den Dozenten zu wechseln. Dies führt nicht zu einer Gebührenerstattung.

Alle Veranstaltungen, auch im Bereich der Aus- und Weiterbildung, die nicht ausdrücklich als Online- oder Hybridveranstaltungen ausgeschrieben sind, sind somit Präsenzveranstaltungen. Eine Zuschaltung online/hybrid ist hier auch im Verhinderungs- oder Krankheitsfall nicht gestattet. Die Nichtteilnahme an Präsenzterminen führt daher zu Fehlzeiten.

## Allgemeine Geschäftsbedingungen

### Anmeldeverfahren

Grundsätzlich ist eine Anmeldung für Kurse und Einzelveranstaltungen notwendig, es sei denn in der Kursausschreibung ist es anders beschrieben. Sie können sich per Post, E-Mail, telefonisch und persönlich anmelden. Anmeldungen sind sofort verbindlich. Es erfolgt keine Anmeldebestätigung. Sie werden jedoch benachrichtigt, wenn es zu Terminverschiebungen oder einem Kursausfall kommt. Für einzelne Veranstaltungen außerhalb unserer Stammbüro gibt es ein anderes Anmelde- und Zahlungsverfahren. Darauf wird aber in der Kursausschreibung deutlich hingewiesen. Zur Abwicklung des Anmeldeverfahrens ist die Barzahlung der Kursgebühr oder die Erteilung eines schriftlichen Abbuchungsauftrages gemäß SEPA-Verfahren notwendig.

Mit der Anmeldung werden die AGB anerkannt.

### Lastschriftinzug – Vorbankündigung

Das Katholische Forum zieht die Gebühr nach Erteilung des Sepa-Lastschriftmandats frühestens 7 Tage nach Kursbeginn ein.

### Widerrufsbelehrung

Sie können Ihre Vertragserklärung innerhalb von 14 Tagen ohne Angabe von Gründen in Textform (z.B. Brief, E-Mail) widerrufen. Die Frist beginnt nach Erhalt dieser Belehrung in Textform, jedoch nicht vor Vertragsschluss und auch nicht vor Erfüllung unserer Informationspflichten gemäß Art. 246 § 2 in Verbindung mit § 1 Abs. 1 und 2 EGBGB sowie unserer Pflichten gem. § 312 g Abs. 1 Satz 1 BGB in Verbindung mit Art. 246 § 3 EGBGB. Zur Wahrung der Widerrufsfrist genügt die rechtzeitige Absendung des Widerrufs. Der Widerruf ist zu richten an: Katholisches Forum, Fabelstraße 25, 47799 Krefeld, Tel. 02151 62940, info@forum-krefeld-versen.de

### Widerrufsfolgen

Im Falle eines wirksamen Widerrufs sind die beiderseits empfangenen Leistungen zurück zu gewähren und gegebenenfalls gezogene Nutzungen, wie beispielsweise Zinsen, herauszugeben. Können Sie uns die empfangene Leistung sowie Nutzungen, beispielsweise Gebrauchsverträge, nicht oder teilweise nicht oder nur in verschlechtertem Zustand zurückgewähren beziehungsweise herausgeben, müssen Sie uns insoweit Wertersatz leisten. Dies kann dazu führen, dass Sie die vertraglichen Zahlungsverpflichtungen für den Zeitraum bis zum Widerruf gleichwohl erfüllen müssen. Verpflichtungen zur Erstattung von Zahlungen müssen innerhalb von 30 Tagen erfüllt werden. Die Frist beginnt für Sie mit der Absendung Ihrer Widerrufserklärung, für uns mit deren Empfang.

### Verbraucherstreitbeilegungsgesetz

Das Katholische Forum Krefeld-Versen beteiligt sich nicht am Verbraucherschlichtungs-Verfahren nach dem Verbraucherstreitbeilegungsverfahren.

# „Hand-in-Hand“ - Fonds

## *Wie hoch ist die Förderung?*

- bis 50,00 € Kursgebühr Ermäßigung: 100 %
- ab 50,00 € Kursgebühr Ermäßigung: 50 %

## *Wann gilt die Förderung?*

- wenn eine Fördergrundlage vorliegt - Sprechen Sie uns an!

## *Was wird gefördert?*

- Angebote unseres Hauses, in denen wir Veranstalter sind und die nicht im Fachbereich Weiterbildung für die Arbeitswelt angesiedelt sind
- auch Reihenkurse können gefördert werden

## *Wann entfällt die Förderung?*

- wenn der Fördergrund nicht mehr gegeben ist
- bei 50%-Nichtteilnahme am Kurs
- wenn der „Topf“ leer ist

# „Hand in Hand“ - Bildung für alle

Mit unserem Fonds „Hand in Hand“ ermöglichen wir allen Teilnehmenden, die sich Bildung nicht oder nur schwer leisten können, bei unserem Kurs-angeboten mitzumachen.

Sprechen Sie uns einfach an, wir helfen Ihnen gerne weiter!

Sie möchten unseren „Hand in Hand“-Fonds unterstützen?

Dann spenden Sie gerne auf unser Konto:  
Sparkasse Krefeld - Kath. Forum

IBAN: DE02 3205 0000 0059 3189 07

oder in bar vor Ort oder runden Sie Ihre Kursgebühr auf.  
Vielen Dank!

Ihr Team

FBS - Kath. Forum Krefeld-Viersen



## Folgen Sie uns auf:



FBS\_Krefeld\_Viersen



fbs\_krefeld\_viersen

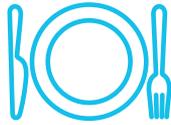
Ihre Anregungen, Wünsche, Lob oder Kritik können Sie uns gerne persönlich, schriftlich oder telefonisch übermitteln. Wir setzen uns mit Ihnen in Verbindung.

FBS - Kath. Forum Krefeld-Viersen

Felbelstraße 25  
47799 Krefeld  
Tel.: 02151 6294-0  
Rektoratstraße 25  
41747 Viersen  
Tel.: 02162 50199-0

[info@forum-krefeld-viersen.de](mailto:info@forum-krefeld-viersen.de)





## Kreativität - Kochen Krefeld

Kurs-Nr.  
23-51-500

Wo?

FBS - Kath. Forum,  
Felbelstraße 25

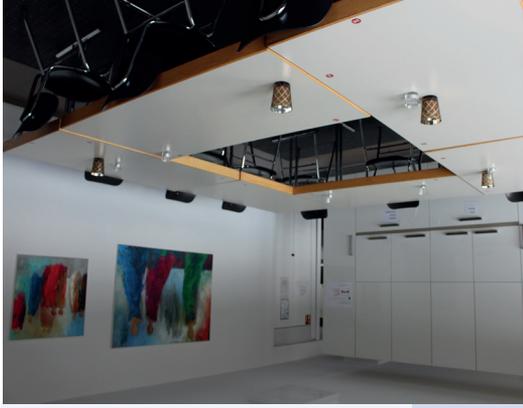
Krefeld

**Kochen mit Freunden und Bekannten:**  
Möchten Sie gerne mit Freunden, Bekannten oder Kollegen kochen oder backen und haben nicht die richtigen Räumlichkeiten? Die Küche in der FBS - Kath. Forum bietet alles, was das Herz rund um das Thema Kochen und Backen verlangt. Wir stellen das perfekte Menü oder z.B. einen Backnachmittag nach Ihren Wünschen und Vorstellungen zusammen.  
Ansprechpartnerin Barbara Gehrmann,  
Tel. 02162 50199-13



Wann?  
nach Verein-  
barung  
1x

Gebühren  
€ 16,00 für  
5 UStd. zzgl.  
Lebens-  
mittelumlage  
je Teilneh-  
mer\*in





## Kreativität - Kochen Krefeld

Kurs-Nr.	Wo?	Übergang von der Breitekosten zur Familienkosten	Übergang von der Breitekosten zur Familienkosten
24-51-404	Online	<p>Vom Brei zum Familienritisch. Für Eltern mit Kindern ab ca. 9 Monaten. In diesem Kurs geht es darum, wie der Übergang zur Familienkost entspannt funktionieren kann, was das Kind essen darf und was lieber noch nicht. Die Ernährungspyramide dient als hilfreiches Modell. Es gibt eine Auswahl an kinderfreundlichen Gerichten und Raum für einen individuellen Austausch.</p>	<p>Der Kurs informiert über die Bedeutung und mögliche Umsetzung einer veganen oder vegetarischen Ernährung für Kinder. Neben Grundlagen einer ausgewogenen Ernährung lernen die Teilnehmer:innen, wie Versorgung mit allen Nährstoffen gelingen kann.</p>
24-51-405	Online	<p>Vegane und vegetarische Ernährung bei Kindern</p>	<p>Der Kurs informiert über die Bedeutung und mögliche Umsetzung einer veganen oder vegetarischen Ernährung für Kinder. Neben Grundlagen einer ausgewogenen Ernährung lernen die Teilnehmer:innen, wie Versorgung mit allen Nährstoffen gelingen kann.</p>
24-51-500	nach Vereinbarung	<p><b>Gesunde Ernährung in der Familie für Kitas und Familienzentren - Ein abrufbares Angebot</b></p> <p>Gesunde Ernährung muss nicht teuer sein, aber sie kann trotzdem sehr abwechslungsreich sein. Angeboten werden z.B. Gerichte aus der internationalen Küche und Gerichte der Saison.</p> <p>Praktikurs in der Küche - Zubereitung gesunder Mahlzeiten.</p>	<p><b>Kostenlose Ernährungsberatung</b></p> <p>Wir bieten eine kostenlose, individuelle Einzelberatung zur Ernährungsberatung, um Ihre Gesundheit und Ihr Gewicht positiv zu beeinflussen.</p> <p>Eine Ernährungsberatung ist keine Diät. Es geht darum sich gesunde Ernährungsgewohnheiten anzueignen. Sie erhalten Tipps, Empfehlungen und Anregungen von einer Ökotrophologin, die auf Ihre persönlichen Bedürfnisse abgestimmt sind.</p>
24-51-700	nach Vereinbarung	<p><b>Kostenlose Ernährungsberatung</b></p> <p>Wir bieten eine kostenlose, individuelle Einzelberatung zur Ernährungsberatung, um Ihre Gesundheit und Ihr Gewicht positiv zu beeinflussen.</p> <p>Eine Ernährungsberatung ist keine Diät. Es geht darum sich gesunde Ernährungsgewohnheiten anzueignen. Sie erhalten Tipps, Empfehlungen und Anregungen von einer Ökotrophologin, die auf Ihre persönlichen Bedürfnisse abgestimmt sind.</p>	<p><b>Kostenlose Ernährungsberatung</b></p> <p>Wir bieten eine kostenlose, individuelle Einzelberatung zur Ernährungsberatung, um Ihre Gesundheit und Ihr Gewicht positiv zu beeinflussen.</p> <p>Eine Ernährungsberatung ist keine Diät. Es geht darum sich gesunde Ernährungsgewohnheiten anzueignen. Sie erhalten Tipps, Empfehlungen und Anregungen von einer Ökotrophologin, die auf Ihre persönlichen Bedürfnisse abgestimmt sind.</p>

Wann? Gebühren

Mi, 16.10.2024  
19.30 - 21.00 Uhr  
€ 9,50

Fr, 18.10.2024  
19.30 - 21.00 Uhr  
€ 9,50

nach Vereinbarung  
1x 4 UStd.  
nach Vereinbarung

nach Vereinbarung  
1x  
gebührenfrei



## Kreativität - Kochen Krefeld

Kurs-Nr.	Wo?		Wann?	Gebühren
24-51-174	Krefeld FBS - Kath. Forum, Felbeisstraße 25	<p><b>Farbenspiel: So bringst du deine Farben zum Strahlen!</b> Sie kennen es sicherlich: Der Schrank platz aus allen Nähten, gelbe Pullover sieht toll aus, aber irgendwie passt die Farbe doch nicht so recht zu Ihnen. Wenn Sie Klarheit über Ihren Farbtyp gewinnen möchten, ist dieser Kurs ideal für Sie. Sie lernen, welche Farben Ihre Ausstrahlung unterstreichen und welche Sie besser meiden sollten. Die Beratung ist individuell und persönlich und umfasst Theorie und Praxisselemente.</p>	Sa, 16.11.2024 10.00 - 15.00 Uhr	€ 42,00
24-51-177	Krefeld FBS - Kath. Forum, Felbeisstraße 25	<p><b>Stil-Ikone: dein Weg zu einem neuen Look!</b> Sie haben Ihre Farbpalette gefunden, aber irgendetwas an diesem Kleidungsstück wirkt immer noch nicht stimmig. Die Hose macht in Kombination mit den Sneakern lange Beine, während sie mit den Boots zu kurz wirkt. In diesem Kurs zeige ich Ihnen, welche Schritte Ihre Figur optimal zur Geltung bringen und welche Sie lieber meiden sollten. Wie Sie das Optimaler aus sich herausholen und sich dabei rundum wohlfühlen.</p>	Sa, 23.11.2024 10.00 - 15.00 Uhr	€ 42,00
24-51-403	Online	<p><b>Beikosteneinführung</b> Die schrittweise Einführung der Brei-Mahlzeiten. In diesem Kurs geht es darum, wie die Babys langsam die Milchmahlzeiten durch einen entsprechenden Brei ersetzen. Thema sind auch die richtigen Zutaten und die richtige Zubereitung von selbstgekochtem Brei.</p>	Mo, 09.09.2024 19.30 - 21.00 Uhr	€ 9,50



## Kreativität - Kochen Krefeld

Kurs-Nr.	Wo?	Wann?	Gebühren
24-51-122B	Krefeld FBS - Kath. Forum, Felbeisstraße 25	<b>Nadel und Faden - interkultureller Nähtreff für Anfänger*innen und Fortge- schrittene mit geringen Vorkenntnissen</b> Sie kommen zuhause mit einem Nähprojekt nicht weiter, dann kommen Sie spontan zu uns ins Haus. Lernen Sie in unserem Nähtreff mit Nadel, Faden und tollen Stoffen, je nach eigenem Wunsch und Fertigkeit unter fachkundiger Anleitung modische Kleidung anzufertigen. Bitte mitbringen: Zubehör wie: Schere, Stecknadeln, Maßband und Handmaß, Kreide, Nähgarn, Stoff, Schmitze, evtl eigene Nähmaschine Anmeldung nicht erforderlich.	6x seit Mi, 24.07.2024 16.30 - 19.30 Uhr je Termin € 2,50
24-51-108	Krefeld FBS - Kath. Forum, Felbeisstraße 25	<b>Nähkurs - Patchwork für Anfänger*innen und Fortgeschrittene</b> Lassen Sie sich von der Vielfalt des Patchworks inspirieren und lernen Sie die Techniken zur Herstellung von Quilts kennen.	10x Di, 17.10. - 17.12.2024 19.00 - 21.15 Uhr € 106,50
24-51-113	Krefeld FBS - Kath. Forum, Felbeisstraße 25	<b>Nähkurs - Patchwork für Anfänger*innen und Fortgeschrittene</b>	10x Mi, 16.10. - 18.12.2024 10.00 - 12.15 Uhr € 106,50
24-51-118	Krefeld FBS - Kath. Forum, Felbeisstraße 25	<b>Nähkurs - Patchwork für Anfänger*innen und Fortgeschrittene</b>	10x Do, 17.10. - 19.12.2024 19.00 - 21.15 Uhr € 106,50
24-51-121	Krefeld FBS - Kath. Forum, Felbeisstraße 25	<b>Workshop: Patchwork Weihnachten</b> Lassen Sie sich von der Vielfalt des Patchworks inspirieren mit weihnachtlichen Projekten	2x Sa, 09.11. + So, 10.11.2024 10.00 - 16.30 Uhr € 64,00

## Kreativität - Kochen



**Fachbereichsleiterin:**  
Barbara Gehrmann

**Telefon:**

02162 50199-13

**E-Mail:**

gehmann@forum-krefeld-viersen.de

**Sprechstunde:**

nach Vereinbarung

Kreatives Schaffen, Gestalten und auch Kochen dienen dem persönlichen Ausgleich und sind Gegenpol zu den alltäglichen Anforderungen, die Beruf und Familie an den Einzelnen stellen. Sie sind aber auch immerwährend Bestandteil der Persönlichkeit, die vielseitig gefördert wird.

Mit unseren Veranstaltungen möchten wir:

- Die Fantasie und die eigenen kreativen Fähigkeiten durch experimentelles, selbstbestimmtes Lernen wecken
- Handwerkliche Techniken und Gestaltungsgrundlagen vermitteln, die in der Familie weitergegeben werden können
- Anregungen bieten, das Familienleben aktiv und kreativ zu gestalten
- Einen Gegenpol zur Schnelllebigkeit und Konsumorientiertheit unserer Zeit bieten



## Fortbildung - Qualifizierung Präventionsschulungen Krefeld und Viersen

präventi  
n  
im Bistum  
Aachen

### Präventionskurse - Vertiefungsschulungen

Der Schutz von Kindern, Jugendlichen und schutzbedürftigen Erwachsenen in Einrichtungen liegt uns am Herzen. Bei uns finden Sie verschiedene Kursformate zur Prävention und Intervention (sexuellisierter) Gewalt, die zur Schaffung eines sicheren und respektvollen Umfelds beitragen. Unser Ziel ist es, für die verschiedenen Facetten und Dynamiken von (sexuellisierter) Gewalt zu sensibilisieren und Handlungsstrategien für Prävention und Intervention zu vermitteln.

Für Teilnehmer\*innen aus Einrichtungen in katholischer Trägerschaft im Bistum Aachen sind alle Angebote kostenfrei. Sie sind komplett durch Mittel des Bistums Aachen finanziert. Für alle Anderen ist eine Teilnahme gegen Gebühr möglich.

Hierzu finden Sie die aktuellen Angebote auf unserer Homepage unter: [www.forum-krefeld-viersen.de](http://www.forum-krefeld-viersen.de) oder rufen Sie uns an. Krefeld: 02151 6294-0 oder Viersen: 02162 50199-0.

Alle Formate sind auch als Inhouseveranstaltung durchführbar.

Fachbereichsleiterin für Präventionsschulungen: Gabi Rinass-Goertz, Telefon: 02151 6294-12 oder [rinass-goertz@forum-krefeld-viersen.de](mailto:rinass-goertz@forum-krefeld-viersen.de)



## Fortbildung - Qualifizierung Krefeld und Viersen

Kurs-Nr. Wo?

24-42-250

nach Vereinbarung

oder

24-42-310

**Buchung einer Inhouse-Fortbildung**  
Alle aktuellen Fortbildungsthemen und Themen Ihrer Wahl sind als Teamfortbildung buchbar, in Ihren Räumlichkeiten oder in unseren Seminarräumen in Krefeld und Viersen. Konkrete Inhaltswünsche, Termin und Uhrzeit erfolgen nach individueller Absprache. Melden Sie sich hierzu sehr gern bei uns.  
Hier ein Auszug möglicher Themen (weitere Themen nach Absprache möglich):  
Teambuilding, Teamcoaching, Teamentwicklung, Supervision - AntBias, Intersektionalität, Diversität, Alltagsrassismus - Partizipation - bedürfnisorientierte Pädagogik - Nachhaltigkeitsbildung - Resilienz - Psychohygiene - Sprachentwicklung - sonderpädagogischer Förderbedarf, Entwicklungsbegleitung - Umgang mit herausforderndem Verhalten, BTHG, FASD - Gender, Familienkonstellationen - Kritikresilienz, konstruktiver Umgang mit Kritik - Stressprävention, Stressbewältigung - Selbstfürsorge als unverzichtbares Werkzeug in pädagogischen Berufen, Belastungen lernen - Achtsamkeit im Alltag - Gewaltsensibilisierung - gewaltfreie Kommunikation - Konfliktmanagement - Zusammenarbeit mit Eltern - Kommunikation - Kinderschutz - Inklusionsthemen

Wann?

1x  
nach Vereinbarung

ab € 800,00 bei  
8 UStd. und ein  
Team bis  
18 Personen

Gebühren

## Fortbildung - Qualifizierung Krefeld und Viersen

Kurs-Nr.

24-42-061M

Wo?

Krefeld  
FBS - Kath. Forum,  
Felbeisstraße 25

Selbstsürsorge als unverzichtbares Werkzeug in pädagogischen Berufen

Belastungen im pädagogischen Kontext erkennen und bewältigen lernen

Pädagogische Berufe sind von Natur aus anspruchsvoll und erfordern ein hohes Maß an Engagement, Geduld und Empathie. Gerade in den letzten Jahren haben sich die Belastungen und Herausforderungen weiter verschärft.

Nicht zuletzt die Pandemie hat das pädagogische Umfeld stark verändert und neue Stressoren eingeführt. Themen wie Fachkräftemangel, hoher Arbeitsaufwand, steigende Verwaltungsaufgaben oder Elternarbeit sind präsenter denn je und fordern eine hohe emotionale Belastbarkeit und Ausdauer.

Ziel des Vorkshops ist es, die Belastungen in Ihrem Alltag zu identifizieren und wirksame Strategien zu entwickeln, um nicht nur einen besseren Umgang mit Ihren alltäglichen Stressfaktoren zu gewährleisten, sondern Ihnen auch praktische Werkzeuge an die Hand zu geben, um aktiv auf die eigene mentale Gesundheit zu schützen.

1x

Wann?

Sa, 30.11.2024  
9.00 - 16.00 Uhr

Gebühren

€ 80,00





## Fortbildung - Qualifizierung Krefeld und Viersen

Kurs-Nr.

Wo?

24-42-141D

Viersen

FBS - Kath. Forum,  
Rektoratstraße 25

**Fortbildung Kindertagespflege: Kamishibai, Erzähl-**

**theater, Geschichtensäckchen**  
**Entdecke die zauberhafte Welt der Sprachförderung für**  
**die Allerkleinsten**

mit dem Kamishibai-Erzähltheater, den Geschichtensäck-

chen oder der Erzählschiene

Mit dem Einsatz des Kamishibai-Erzähltheater, den

Geschichtensäckchen oder der Erzählschiene gibt es in

der Kindertagespflege eine kreative und unkomplizierte

Methode, um den Spracherwerb bei den allerjüngsten Kin-

dem spielerisch zu fördern und gut in den pädagogischen

Alltag zu integrieren. Mithilfe von Geschichten, einfachen

Märchen, Liedern oder Reimen, die beispielsweise in einem

Beutel versteckt sind, kann Sprache auf fantasievolle Weise

vermittelt werden. Selbst die kleinsten Kinder sind mit

Freude und Konzentration dabei.

24-42-122B

Krefeld

FBS - Kath. Forum,  
Feldbeisstraße 25

**Fortbildung Kindertagespflege: Kollegiale Beratung**

Dieses Gruppenangebot unterstützt Kindertagespflegeper-

sonen beim Austausch, der Vernetzung und der praxis-

orientierten Reflexion des beruflichen Alltags. Die kollegiale

Beratung dient der Erweiterung der beruflichen Handlungs-

kompetenz als Kindertagespflegeperson. Nach einer kurzen

Einführung in die Methode können unter Anleitung der

Referentin in der Gruppe Situationen aus dem beruflichen

Alltag besprochen, neue Sichtweisen entdeckt und Lösun-

gen gefunden werden.

Wann?

Gebühren

1x

Sa, 23.11.2024  
9.00 - 16.00 Uhr

€ 96,00

1x

Mi, 27.11.2024  
18.00 - 20.15 Uhr

€ 37,50

## Fortbildung - Qualifizierung Krefeld und Viersen



Gebühren

Wann?

Kurs-Nr.

Wo?

24-42-002	Krefeld	FBS - Kath. Forum, Felbelstraße 25	<p><b>Fortbildung zur Kursleitung für Kindermassage</b> Erlernt wird die Kindermassage unter Berücksichtigung des jeweiligen Entwicklungsstandes des Kindes. Die Fortbildung ist geeignet für Kursleiterinnen im Eltern-Kind-Bereich, Erzieherinnen, Kindertagespflegerinnen und Interessierten aus weiteren pädagogischen und medizinischen Berufsfeldern.</p>	2x	<p>Sa, 09.11.2024 9.00 - 19.00 Uhr</p> <p>und So, 10.11.2024 9.00 - 16.00 Uhr</p>	€ 170,00
24-42-141C	Krefeld	FBS - Kath. Forum, Felbelstraße 25	<p><b>Fortbildung Kindertagespflege: Das kleine Kreativatelier</b> Malen, Matschen und Gestalten mit Kindern unter 3 Jahren Die Fähigkeit kreativ zu sein, ist in jedem Menschen angeborn. Das kreative Gestalten ist gerade bei kleinen Kindern entscheidend für ihre Entwicklung. Beim Gestalten mit Kindern unter 3 Jahren, liegt der Fokus auf der Experimentierfreude mit unterschiedlichen Materialien und weniger auf ein perfektes Endprodukt. Ich möchte Ihnen viele Impulse geben, die Sie dazu anregen, die Kinder beim kreativen Arbeiten und beim Spielen mit den entstandenen Werken zu begleiten. Inhalt: • Die Kreativitätsförderung bei Kleinkindern • Die Phasen des Malens bei Kindern • Materialkunde • Ganz viel Spaß beim eigenen Experimentieren mit Farben und unterschiedlichen Materialien</p>	1x	<p>Sa, 09.11.2024 9.00 - 16.00 Uhr</p>	<p>€ 96,00 zzgl. € 5,00 Materialkosten</p>



## Fortbildung - Zertifizierung Krefeld und Viersen

Kurs-Nr. Wo?

24-42-061S

Krefeld

FBS - Kath. Forum,  
Felbelstraße 25

Lampenflieber? Entspannt bleiben, wenn's drauf ankommt!

1x

Mo, 06.11.2024  
18.00 - 21.00 Uhr

€ 30,00

Wann?

Gebühren

Viele von uns reagieren vor anderen Menschen mit Nervosität, Unsicherheit und Anspannung. Das muss nicht zwangsläufig problematisch sein. Denn ein gewisses Maß an Lampenflieber kann die Leistungsfähigkeit sogar steigern. Herausfordernd wird es allerdings dann, wenn dieser Zustand entweder zu lange andauert oder aber als zu intensiv erlebt wird. Im Rahmen der Veranstaltung wird es darum gehen, wie wir auch in solchen Stresssituationen einen optimalen Zugriff auf die eigenen Fähigkeiten haben können. Praktischer Nutzen: Es werden praktisch erprobte und wissenschaftlich fundierte Tools erlernt, die dabei helfen, Lampenflieber und Auftrittsstress nachhaltig zu reduzieren. Alle vorgestellten Methoden werden ausprobiert und am eigenen Leib erfahren. Die Praxisbeispiele sind dabei so konzipiert, dass sie später selbst, also auch ohne professionelle Hilfe, angewendet werden können.



Gebühren

Wann?

## Fortbildung - Qualifizierung Krefeld und Viersen

Kurs-Nr.	Wo?	Wann?	Gebühren
24-42-270	Krefeld FBS - Kath. Forum, und Online Felbelstraße 25	04.11. - 15.11.2024	Gesamtgebühr € 800,00
25-42-270		09.01. - 04.04.2025	

In Kooperation mit dem LVR **Kompetenzprofil Inklusion**  
Alle Kinder haben einen Anspruch auf inklusive, chancen-  
gerechte und hochwertige Bildung.  
Inklusion ist ein Prozess, der, neben den notwendigen  
Rahmenbedingungen, eine ganzheitliche Betrachtung  
und kontinuierliche Reflexion erfordert. Kindertagesstätten  
stehen vor zahlreichen Herausforderungen und mitunter  
neuen Aufgaben, die individuellen Bedürfnisse jedes Kindes  
und jeder Familie zu berücksichtigen und einen anregenden  
Raum für alle zu schaffen.  
Dieser Zertifikatskurs begleitet Fachkräfte auf ihrem Weg in  
eine inklusive Pädagogik, gibt einen umfassenden Einblick  
in Grundlagen und verschiedene Ansätze und zeigt praxis-  
erprobte Methoden auf:  
Der Kurs umfasst insgesamt 8 Unterrichtseinheiten (UE),  
zusätzlich sind 20 Unterrichtseinheiten für Selbstlernphasen  
vorgesehen. Hierfür erhalten Sie zu Kursbeginn ein Lern-  
tagebuch.  
Die Gebühr für diesen Kurs ist nicht ermäßigbar. Ein  
Bildungsscheck kann eingelöst werden. Ratenzahlung nach  
Vereinbarung möglich.

Fortsetzung in 2025 mit Kursnummer 25-42-270



## Fortbildung - Qualifizierung Krefeld und Viersen

Kurs-Nr.	Wo?	Resilienz - Stärkung der Widerstandskraft:	Kindertagespflege: Qualifizierung für sozialpädagogische Fachkräfte	24-42-061T	24-42-530A		
		<p>Der berufliche und private Alltag stellt jeden Tag große Anforderungen an uns. Stress entsteht, wenn wir uns diesen Herausforderungen nicht gewachsen fühlen.</p> <p>Was uns stresst, und wie wir mit Stress umgehen, ist sehr individuell und hat viel damit zu tun, welche Werte und Glaubenssätze wir haben.</p> <p>In diesem 8-wöchigen Kurs lernen wir viel über uns selbst und über unsere Stressfaktoren. Wir lernen unsere Ressourcen kennen und wie wir sie bei der Bewältigung von stressigen Situationen einsetzen.</p>	<p><b>Kindertagespflege: Qualifizierung für sozialpädagogische Fachkräfte</b></p> <p>Für sozialpädagogische Fachkräfte gibt es die Möglichkeit, sich in einem verkürzten Umfang als Kindertagespflegeperson nach dem QHB (Kompetenzorientiertes Qualifizierungshandbuch Kindertagespflege, Bildung, Erziehung und Betreuung von Kindern unter drei) zu qualifizieren. Grundlage ist das QHB mit insgesamt 300 Unterrichtseinheiten, das auf 80 Unterrichtseinheiten komprimiert wurde. Der vorliegende Kurs orientiert sich an dem Curriculum des Landesverbandes Kindertagespflege NRW dazu.</p> <p>In dieser Qualifizierung im Umfang von 80 Unterrichtseinheiten erhalten Sie alle notwendigen Grundlagen für die Tätigkeit in der Kindertagespflege wie z.B. Informationen zum Aufbau einer Kindertagespflegestelle, zu frühpädagogischen Themen, zur Bildungs- und Erziehungspartnerschaft mit Eltern.</p> <p>Der erfolgreiche Abschluss dieser Grundqualifizierung ermöglicht die Beantragung einer Pflegeerlaubnis bei Ihrem zuständigen Jugendamt (nach erfolgreicher Eignungsfeststellung).</p>	<p>FBS - Kath. Forum, Febelstraße 25</p>	<p>FBS - Kath. Forum, Rektoratstraße 25 und Online</p>	<p>MI, 30.10. - 18.12.2024 18.00 - 21.00 Uhr</p> <p>8x</p> <p>€ 280,00</p>	<p>30.10. - 18.12.2024 gesamt 80 UStd.</p> <p>10x</p> <p>€ 1.800,00</p>
Wann?	Gebühren						

Fortbildung - Qualifizierung Krefeld und Viersen	Kurs-Nr.	Wo?	Wann?	Gebühren
<p>In Kooperation mit dem kath. Forum Mönchengladbach - Heinsberg</p> <p><b>Zertifizierte Weiterbildung zur Praxisanleitung</b></p> <p>Das Berufsprofil der Erzieher*innen hat sich in den letzten Jahren gewandelt. Die Bedeutung der Praxis für eine qualifizierte Ausbildung wird besonders hervorgehoben. Daher ist es wichtig, angehende Erzieher*innen intensiv und qualifiziert am ‚Lernort Praxis‘ zu begleiten.</p> <p>Die Weiterbildung verdeutlicht die Aufgaben und Kompetenzen der Praxisanleiter*innen und stärkt diese mit dem Ziel, dass alle Teilnehmenden am Ende einen Leitfaden für die Praxisanleitung in der eigenen Einrichtung entwickelt haben. Die Weiterbildung umfasst vier Module:</p> <p>Modul 1: Rolle und Rahmenbedingungen (1 Tag)                      Modul 2: Phasen des Ausbildungsprozesses (2 Tage)                      Modul 3: Kommunikation, Gesprächsführung, schriftliches Sprachhandeln (2 Tage)                      Modul 4: Abschied und Abschluss (1 Tag)</p>	<p>24-42-230</p>	<p>Krefeld                      FBS - Kath. Forum,                      Felbelstraße 25</p>	<p>6x                      29.10. - 26.11.2024                      9.00 - 16.15 Uhr</p>	<p>€ 620,00</p>





## Fortbildung - Qualifizierung Krefeld und Viersen

Kurs-Nr.	Wo?	Wann?	Gebühren
24-42-061K	Krefeld FBS - Kath. Forum, Felbelstraße 25	1x MI, 09.10.2024 17.30 - 20.30 Uhr	€ 54,00 zzgl. € 10,00 Mate- rialkosten
24-42-007	Viersen FBS - Kath. Forum, Rektoratstraße 25	1x Sa, 12.10.2024 9.00 - 16.00 Uhr	€ 105,00 zzgl. € 25,00 Leih- gebühr Harfe

**Entdecke die Magie von Sketchnotes - Dein Geheimrezept für mehr Erfolg im Alltag**  
Sketchnotes sind viel mehr als nur hübsche Zeichnungen. Ob in Meetings, Vorlesungen, Workshops oder beim Lernen - mit Sketchnotes wirst du zum Meister der Visualisierung und erzielst spielerisch mehr Erfolg.  
Sketchnotes bringen Kreativität, Struktur und Effizienz in perfekte Harmonie. Erfasse Informationen auf eine völlig neue Weise. Kein mühsames Mitschreiben mehr - dank Sketchnotes hast du alle wichtigen Inhalte im Handumdrehen parat.  
In Meetings punktest du als visueller Star! Fessele dein Publikum, indem du komplexe Sachverhalte in ansprechende Grafiken verwandest. Vergiss trockene Präsentationen - mit Sketchnotes machst du Eindruck!

**Schnupperkurs Veeh-Harfe zum Musizieren in der Arbeit mit Menschen jeder Altersgruppe**  
Für Musikinteressierte, Eltern, Senioren und für Betreuungspersonal in Kindertagesstätten, Behinderten- und Seniorenrichtungen.  
Lernen Sie die Veeh-Harfe kennen, ein Saitenzupfinstrument, das ohne Notenkenntnisse gespielt werden kann. Dadurch wird das Musizieren für Menschen (mit und ohne Einschränkungen) jeden Alters und auch ohne musikalische Vorbildung möglich!  
Nach einer kurzen Einführung in die Spielweise mit Hilfe von Unterlegnoten zupfen wir schon gemeinsam die ersten Melodien. Das Instrument und Notenmaterial werden gestellt.  
Anmeldeschluss: 01.10.2024

## Fortbildung - Qualifizierung Krefeld und Viersen



Gebühren

Wann?

Wo?

Kurs-Nr.

24-42-061V	Krefeld	FBS - Kath. Forum, Felbelstraße 25	<p><b>Wenn kleine Kinder beißen... Impulse zum Umgang mit kindlichen Emotionen</b></p> <p>Im Alltag der Betreuung von Kleinkindern kommt es immer wieder vor, dass ein Kind beißt oder gebissen wird. Da ist die Betroffenheit der Beteiligten oftmals sehr groß. In dieser Fortbildung betrachten wir das Beißen auf dem Hintergrund der kindlichen Entwicklung und ergünden mögliche Ursachen. Wir entwickeln Ideen, wie wir in den konkreten Situationen handeln können und wie wir mit Eltern dazu ins Gespräch gehen können. Gern können Sie Ihre Fallbeispiele einbringen.</p>	24-42-141H	Viersen	FBS - Kath. Forum, Rektoratstraße 25	<p><b>Fortbildung Kindertagespflege: Gesunde, leckere Kleinkindkost</b></p> <p><b>Gesunde, leckere Kleinkindkost – mit Rezepten, Infos und aktivem Kochen</b></p> <p>Tagespflegepersonen tragen Verantwortung für die gute Versorgung mit Nahrung und Getränken, zusätzlich allerdings auch für die Entwicklung des Essverhaltens. Wie kann unter diesem Aspekt eine sinnvolle Mahlzeitengestaltung in der Kindertagespflege gelingen?</p> <p>Erfahren Sie praktische Tipps und Tricks für die Speiseplanung. Stellen Sie gemeinsam gesunde Mahlzeiten her, die lecker und nährstoffreich sind und nur geringen Zeitaufwand erfordern. Die praktische Zubereitung und Verkostung ausgewählter Rezepte lässt Raum für Infos, fachliche Impulse und Gelegenheiten für Ihre Fragen, Beiträge und den Austausch mit anderen.</p>
			<p>1x</p> <p>Sa, 05.10.2024 10.00 - 16.00 Uhr</p> <p>€ 62,50</p>	1x <p>Di, 08.10.2024 17.15 - 21.00 Uhr</p> <p>€ 27,50 zzgl. € 8,00 Lebensmittelumlage</p>			



## Fortbildung - Qualifizierung Krefeld und Viersen

Kurs-Nr.	Wo?	Wann?	Gebühren
24-42-061R	Viersen FBS - Kath. Forum, Rektoratstraße 25	1x DI, 24.09.2024 18.00 - 21.00 Uhr	€ 30,00
24-42-061U	Krefeld FBS - Kath. Forum, Feldstraße 25	1x Mo, 30.09.2024 9.00 - 16.00 Uhr	€ 80,00

**Lampenfeiber? Entspannt bleiben, wenn's drauf ankommt!**

Viele von uns reagieren vor anderen Menschen mit Nervosität, Unsicherheit und Anspannung. Das muss nicht zwangsläufig problematisch sein. Denn ein gewisses Maß an Lampenfeiber kann die Leistungsfähigkeit sogar steigern. Herausfordernd wird es allerdings dann, wenn dieser Zustand entweder zu lange andauert oder aber als zu intensiv erlebt wird. Im Rahmen der Veranstaltung wird es darum gehen, wie wir auch in solchen Stresssituationen einen optimalen Zugriff auf die eigenen Fähigkeiten haben können. Praktischer Nutzen:  
Es werden praktisch erprobte und wissenschaftlich fundierte Tools erlernt, die dabei helfen, Lampenfeiber und Auftrittsstress nachhaltig zu reduzieren. Alle vorgestellten Methoden werden ausprobiert und am eigenen Leib erfahren. Die Praxisbeispiele sind dabei so konzipiert, dass sie später selbst, also auch ohne professionelle Hilfe, angewendet werden können.

**Wertschätzende/gewaltfreie Kommunikation mit Kindergarten- und Grundschulkindern**

Die Gewaltfreie Kommunikation nach Marshall B. Rosenberg bietet eine bewährte Methode, um Konflikte zu lösen, Empathie zu fördern und die zwischenmenschlichen Beziehungen zu stärken. Ziel des Seminars ist es, pädagogische Fachkräfte dabei zu unterstützen, im täglichen Umgang mit Kindern die gewaltfreie Kommunikation natürlich umzusetzen, zu integrieren. Die Teilnehmer\*innen sollen durch die Vermittlung der Techniken der GfK in der Lage sein, die Konflikte im Alltag zu reduzieren und so das soziale Miteinander zu stärken.

## Fortbildung - Qualifizierung Krefeld und Viersen



Gebühren

Wann?

Kurs-Nr.

Wo?

24-42-141G

FBS - Kath. Forum,  
Feldstraße 25

Krefeld

**Fortbildung Kindertagespflege: Gesunde, leckere Klein-  
Kindkost**

Tagespflegepersonen tragen Verantwortung für die gute Versorgung mit Nahrung und Getränken, zusätzlich aller- dings auch für die Entwicklung des Essverhaltens. Wie kann unter diesem Aspekt eine sinnvolle Mahlzeitengestaltung in der Kindertagespflege gelingen?  
Erfahren Sie praktische Tipps und Tricks für die Speisepla- nung. Stellen Sie gemeinsam gesunde Mahlzeiten her, die lecker und nährstoffreich sind und nur geringen Zeitaufwand erfordern. Die praktische Zubereitung und Verkostung aus- gewählter Rezepte lässt Raum für Infos, fachliche Impulse und Gelegenheiten für Ihre Fragen, Beiträge und den Aus- tausch mit anderen.

1x

MI, 11.09.2024  
17.15 - 21.00 Uhr

€ 27,50 zzgl.  
€ 8,00 Lebensmittel-  
umlage

24-42-061L

FBS - Kath. Forum,  
Rektoratstraße 25

Viersen

**Selbstfürsorge als unverzichtbares Werkzeug in pädä-  
gogischen Berufen**

Belastungen im pädagogischen Kontext erkennen und bewältigen lernen Pädagogische Berufe sind von Na- tur aus anspruchsvoll und erfordern ein hohes Maß an Engagement, Geduld und Empathie. Gerade in den letzten Jahren haben sich die Belastungen und Herausforderun- gen weiter verschärft. Nicht zuletzt die Pandemie hat das pädagogische Umfeld stark verändert und neue Stressoren eingeführt. Themen wie Fachkräftemangel, hoher Arbeits- aufwand, steigende Verwaltungsaufgaben oder Elternarbeit sind präsenter denn je und fordern eine hohe emotionale Belastbarkeit und Ausdauer. Ziel des Workshops ist es, die Belastungen in Ihrem Alltag zu identifizieren und wirksame Strategien zu entwickeln, um nicht nur einen besseren Um- gang mit Ihren alltäglichen Stressfaktoren zu gewährleisten, sondern Ihnen auch praktische Werkzeuge an die Hand zu geben, um aktiv auf die eigene mentale Gesundheit zu schützen.

1x

Sa, 21.09.2024  
9.00 - 16.00 Uhr

€ 85,00



## Fortbildung - Qualifizierung Krefeld und Viersen

Kurs-Nr.

Wo?

24-42-301

Viersen

FBS - Kath. Forum,  
Rektoratstraße 25

**Qualifizierung zur Fachkraft im offenen Ganztag - Aufbauteil**  
Der Qualitätsanspruch in der Betreuung von Grundschulkindern steigt für die Mitarbeiter\*innen kontinuierlich an. Um den Herausforderungen im pädagogischen Alltag, sowie in der Zusammenarbeit mit Eltern und Lehrenden, gerecht zu werden, bedarf es einer qualifizierten Bildung. Die Qualifizierung zur Fachkraft im offenen Ganztag bietet eine umfassende Auseinandersetzung mit wichtigen pädagogischen Themen und Herausforderungen. Hier können die notwendigen Kompetenzen und Fachkenntnisse für die Betreuung und Bildung von Schulkindern erlangt und vertieft werden.  
Diese beruhsbegleitende 160 Unterrichtsstunden-Qualifizierung besteht aus zwei aufeinander aufbauenden Teilen und entspricht den Qualitätsanforderungen im offenen Ganztag.  
Hier handelt es sich um den Aufbauteil der Qualifizierung zur Fachkraft für den offenen Ganztag, dem der erfolgreichen Abschluss des Basisteils vorangegangen sein muss.  
Teil 2 Beruhsbegleitende Aufbauprüfung zur Fachkraft für den offenen Ganztag  
Die Aufbauprüfung umfasst 80 Unterrichtsstunden und endet bei erfolgreicher Teilnahme mit dem Zertifikat „Fachkraft im offenen Ganztag“

Wann?

03.09. - 16.12.2024  
gesamt 80 UStd.

16x

Gebühren

€ 800,00

## Fortbildung - Qualifizierung Krefeld und Viersen



Gebühren

Wann?

alle Module € 490,00  
 Modul 1: € 147,00  
 Modul 2: € 196,00  
 Modul 3: € 147,00  
**gesamt 36 USD.**  
 03.09. - 10.12.2024

9x

Kurs-Nr.

24-42-062

Wo?

Krefeld  
 FBS - Kath. Forum,  
 Feibelstraße 25

### Zertifikatskurs: Mit Eltern kooperieren

Innerhalb der Betreuung von Kindern ist die Zusammenarbeit mit Eltern ein zentraler Bestandteil und für das Wohlergehen und die Entwicklung des Kindes von zentraler Bedeutung.  
 Der Zertifikatskurs widmet sich den Herausforderungen, Grundsätzen und Gellingsbedingungen für eine professionelle Haltung hierzu.  
 24-42-062A  
 Im ersten Modul des Kurses stehen die Grundsätze und Gellingsbedingungen der Erziehungs- und Bildungspartnerschaft im Fokus. (Di, 03., 10. + 17.09.2024,  
 17.30 - 20.30 Uhr)

24-11-062B  
 Im zweiten Modul stehen die Grundlagen und Techniken von Kommunikation im Vordergrund. (Mo, 04. + 11.11.2024,  
 17.30 - 20.30 Uhr und Sa 30.11.2024, 9.00 - 16.00 Uhr)

24-42-062B  
 Das dritte Modul widmet sich den Herausforderungen der Zusammenarbeit. (Mi, 04.12. + Fr, 06.12. + Di 10.12.024,  
 jeweils 17.30 - 20.30 Uhr)



Kurs-Nr.

24-42-260A

Wo?

Krefeld  
FBS - Kath. Forum,  
und  
Felbeistraße 25  
Kath. Forum,  
Mönchen-  
gladbach  
Betrather Str. 22  
sowie  
Online

## Fortbildung - Qualifizierung Krefeld und Viersen

### Qualifizierung im Rahmen der Personalverordnung für Kindererziehungseinrichtungen

Zertifikats-Fortbildung in Kindheitspädagogik und Entwicklungs-  
psychologie im Umfang von insgesamt 160 Zeitstunden zum  
Einsatz auf Fachkräftstunden, bei Vorliegen der weiteren Voraus-  
setzungen. Die Verantwortung zum Personaleinsatz liegt beim  
Träger und wird von diesem beim Landesjugendamt beantragt.

Der Kurs ist vom Ministerium für Kinder, Familie, Flüchtlinge und  
Integration des Landes NRW anerkannt und findet in Kooperation  
mit dem LVR statt.  
Die Qualifizierung richtet sich ebenso an Interessierte, die ihre  
Kenntnisse im Bereich der Kindheitspädagogik und im beruf-  
lichen Handlungsfeld der Erzieher\*in auffrischen oder vertiefen  
wollen.

Wir arbeiten kompetenzorientiert und die Verzahnung von Theo-  
rie und Praxis sind elementare Bestandteile.

Weitere Informationen zum Kurs und den Zielgruppen nach  
Personalverordnung finden Sie auf unserer Homepage.

Bei inhaltlichen Fragen wenden Sie sich bitte an:  
Ricarda Polnik beim Kath. Forum Mönchengladbach-Heinsberg  
unter Tel. 02161 980652 oder ricarda.polnik@bistum-aachen.de  
oder an  
Carmen Killeit beim Kath. Forum Krefeld-Viersen unter  
02162 5019918 oder killeit@forum-krefeld-viersen.de

Wann?

02.09. - 17.12.2024  
gesamt 160 UStd.

Gebühren

20x € 1.820,00

Alle aktuellen Fortbildungsthemen und Themen Ihrer Wahl sind als Teamfortbildung buchbar, in Ihren Räumlichkeiten oder in unseren Seminarräumen in Krefeld und Viersen.  
Konkrete Inhaltswünsche, Termin und Uhrzeit erfolgen nach individueller Absprache. Melden Sie sich hierzu sehr gern bei uns.

### **Hier ein Auszug möglicher Themen (weitere Themen nach Absprache möglich):**

- Teamcoaching, Teamentwicklung, Supervision
- Kinderschutz
- Stressprävention
- Kommunikation
- Partizipation
- bedürfnisorientierte Pädagogik
- Nachhaltigkeitsbildung
- Resilienz
- Sprachentwicklung
- Diversity
- Kritikresilienz – konstruktiver Umgang mit Kritik
- Selbstfürsorge in pädagogischen Kontexten
- Gewaltsensibilisierung
- gewaltfreie Kommunikation
- Konfliktmanagement
- Mit Eltern kooperieren
- Inklusionsthemen

Die hier genannten Angebote sind von einer Gebührenermäßigung gemäß unseren AGB ausgeschlossen.  
Die staatliche Förderung durch Bildungsscheck wird anerkannt.

## Fortbildung - Qualifizierung

Schon, dass Sie sich für unsere Fortbildungsangebote interessieren. In diesem Bereich finden Sie Fortbildungen und Qualifizierungen für pädagogische Arbeitsfelder. Wir bieten aktuell u.a. Qualifizierungen von Kindertagespflegepersonen nach dem kompetenzorientierten Qualifizierungshandbuch Kindertagespflege (QHB), Qualifizierungen im Kita-Bereich und für den offenen Ganzttag an. Darüber hinaus haben wir ein buntes Portfolio an Fortbildungen, was wir kontinuierlich weiterentwickeln.

**Fachbereichsleiterin:**  
Carmen Killeit

**Telefon:**  
02162 50199-18

**E-Mail:**  
killeit@forum-krefeld-viersen.de

nach Vereinbarung



**Fachbereichsassistentin:**  
Roswitha Metker

**Telefon:**  
02162 50199-30

**E-Mail:**  
metker@forum-krefeld-viersen.de

nach Vereinbarung



Kurs-Nr.	Wo?	Beschreibung	Wann? Gebühren
24-31-400D	Krefeld FBS - Kath. Forum, Felbelstraße 25	<p><b>Rund um den Beckenboden für Frauen</b></p> <p>Ziel dieses Workshops ist es, seinen eigenen Beckenboden und dessen Funktionen kennen zu lernen. So können Sie einer Vielzahl von Problemen vorbeugen, wie Inkontinenz, häufigem Harndrang und Organsenkungen. Wir arbeiten theoretisch und praktisch, das heißt Sie lernen neben der Anatomie auch verschiedene Anspannungsformen des Beckenbodens und praktische Alltags-tips. Ich möchte die Relevanz des Beckenbodens hervorheben und wie wichtig ist es, frühzeitig präventiv zu arbeiten, sodass wir lange beschwerdefrei leben können.</p>	<p>1x Sa, 23.11.2024 10.00 - 16.00 Uhr € 32,00</p>

**Fitnes - Entspannung**  
Krefeld





## Fitness - Entspannung Krefeld

Kurs-Nr.	Wo?	Gebühren	Wann?
24-31-263C	Krefeld FBS - Kath. Forum, Felbelstraße 25	€ 27,00	Mo., 02.09. - 30.09.2024 12.30 - 13.15 Uhr
			5x
24-31-265B	Krefeld Familienzentrum Am Kempfschen Weg 51, Tel.: 02151 788454		Mi., 04.09. - 09.10.2024 19.30 - 21.00 Uhr
			Info und Anmeldung im Familien- zentrum
			6x
24-31-266	Krefeld Familienzentrum Lieftrauen, Straße 97, Tel.: 02151 24358		Mo., 09.09. - 09.12.2024 14.45 - 16.15 Uhr
			Info und Anmeldung im Familien- zentrum

**Power Pause: Business-Yoga für mehr Energie und Fokus**  
Bringen Sie mehr Balance in Ihren Arbeitstag mit unserem Business-Yoga-Kurs! Speziell entwickelt für Erwachsene, die vorwiegend sitzend arbeiten, bietet dieser Kurs gezielte Übungen zur Verbesserung der Körperhaltung, Reduzierung von Verspannungen und Förderung der Entspannung. Business-Yoga hilft Ihnen, Stress abzubauen, neue Energie zu tanken und Ihre Konzentration zu steigern. Gönnen Sie sich eine Auszeit vom Bürostress und erleben Sie, wie Sie mit einfachen Yoga-Übungen mehr Wohlbefinden und Ausgeglichenheit erreichen können.

**Entspannung als Selbstfürsorge!**  
Erleben Sie die Magie der Entspannung. Gönnen Sie sich eine Auszeit mit einem wohltuenden Mix aus Anspannung und Entspannung. Kommen Sie mit Achtsamkeit, bewusster Atmung und meditativer Bewegung wieder zu mehr Ruhe und Gelassenheit. Lernen Sie dabei einfache Entspannungsverfahren kennen, die Sie sofort in Ihren Alltag integrieren können. Unser Kursleiter Bobby Kaczor freut sich auf Sie und einen inspirierenden Austausch!

**Entspannung und Balance: Yoga für Eltern**  
Täuchen Sie ein in die Welt des Yoga und finden Sie Ihre innere Ruhe und Gelassenheit. Gönnen Sie sich eine Auszeit vom stressigen Alltag und tanken Sie neue Energie in unserem Yoga Kurs für Eltern. In einer entspannten Atmosphäre lernen Sie klassische Yoga-Übungen kennen, die Ihnen helfen, Körper und Geist in Einklang zu bringen. Der Kurs richtet sich an Eltern, die sich eine wohltuende Auszeit gönnen möchten, um Stress abzubauen und neue Kraft zu schöpfen.

Kurs-Nr.	Wo?	Krefeld	Wann?	Gebühren
24-31-254F	FBS - Kath. Forum, Felbelstraße 25	Krefeld	<p>Mi, 18.09. - 18.12.2024 16.30 - 17.30 Uhr</p> <p>Do, 19.09. - 19.12.2024 14.00 - 15.00 Uhr</p>	<p>€ 84,00</p> <p>€ 78,00</p>
24-31-254G			<p>13x</p>	
24-31-253	FBS - Kath. Forum, Felbelstraße 25	Krefeld	<p>Mo, 28.10. - 16.12.2024 10.30 - 12.00 Uhr</p>	<p>€ 64,00</p>
24-31-258	FBS - Kath. Forum, Felbelstraße 25	Krefeld	<p>Mo, 28.10. - 16.12.2024 16.30 - 18.00 Uhr</p>	<p>€ 88,00</p>
24-31-262	FBS - Kath. Forum, Felbelstraße 25	Krefeld	<p>Mo, 28.10. - 16.12.2024 18.00 - 19.30 Uhr</p>	<p>€ 88,00</p>

**Fitness - Entspannung**  
Krefeld



**Qi Gong und Tai Chi**  
Im ersten Teil arbeiten wir uns mit Übungen aus dem Qi Gong vor. Den Hauptteil der Stunde werden Tai Chi Übungen aus dem Yang-Stil der „Peking-Form“ geübt und erlernt. Atem-, Dehn- und Entspannungsübungen ergänzen das Angebot. Der Kurs eignet sich für Anfänger und Fortgeschrittene.

**Yoga-Gymnastik**  
Die Konzentration soll gefördert und das Körpergefühl geweckt werden. Wir wollen neue Energie spüren und Entspannung und Ausgeglichenheit erreichen.

**Yoga für Senioren ab 60 - Flexibilität im Alter**  
Langsame, sanfte und schonende Anleitung der Yoga Altersstufen muss nicht sein!

**Yoga - Entspannung und neue Kraft**  
Entspannung und neue Kraft unterstützt durch Yogaübungen und die Erfahrung in einer motivierenden Gruppe.

Ruhe. Eine Tiefenentspannung beendet die Einheit. Atemübungen und kleinen Meditationen kommen wir zur Stuhl als Hilfsmittel für mehr Sicherheit und falls längeres Körper ausgiebig gedehnt. Eventuell nehmen wir einen werden mobilisiert, die Muskulatur gekräftigt und der ganze andere Möglichkeiten der Ausführung gezeigt. Gelenke der eigenen Haltung ankommen. Es werden stets auch Posen lassen uns je nach Bedürfnis und Befindlichkeit in Langsame, sanfte und schonende Anleitung der Yoga Altersstufen muss nicht sein!



## Fitness - Entspannung Krefeld

Kurs-Nr.	Wo?	Krefeld	
24-31-202D	FBS - Kath. Forum, Felbelstraße 25	<b>Modern Line Dance</b> Line Dance ist eine moderne Art des Tanzens. Die Schrittfolgen sind schnell zu erlernen und fordern auf zum Mittanz. Getanzt wird zu Pop- und Rockrhythmen, zu älteren und neueren Weithits. Wir tanzen in Reihe, neben - und hintereinander. Vorkenntnisse sind nicht erforderlich.	
24-31-203D		1x	Fr, 06.09.2024 17.30 - 19.00 Uhr € 11,00
24-31-203D		1x	Fr, 11.10.2024 17.30 - 19.00 Uhr € 11,00
24-31-202F		1x	Fr, 08.11.2024 17.30 - 19.00 Uhr € 11,00
24-31-203F		1x	Fr, 13.12.2024 17.30 - 19.00 Uhr € 11,00

Gebühren

Wann?



## Fitness - Entspannung Krefeld

Kurs-Nr.	Wo?	Wann?		Gebühren
24-31-150G	Krefeld Montessori Grund- schule, Minkweg 28-30	8x	MI, 30.10. - 18.12.2024 18.00 - 18.45 Uhr	€ 40,00
24-31-150H	Krefeld Montessori Grund- schule, Minkweg 28-30	8x	MI, 30.10. - 18.12.2024 19.15 - 20.00 Uhr	€ 40,00
24-31-154	Krefeld Montessori Grund- schule, Minkweg 28-30	7x	Fr, 08.11. - 20.12.2024 14.15 - 15.00 Uhr	€ 35,00
24-31-154A	Krefeld Montessori Grund- schule, Minkweg 28-30	7x	Fr, 08.11. - 20.12.2024 15.00 - 15.45 Uhr	€ 35,00

**Wassergymnastik am Abend**  
Spaß im Wasser mit gelenkschonender Gymnastik, die das Herz-Kreislauf-System stärkt und so der Vorbeugung von Krankheiten und Unterstützung von Nachsorgebehandlungen dient. Die Wassertiefe ist variabel. Die Wassertemperatur beträgt 27° Celsius. Bitte parken Sie außerhalb des Schulgeländes.

**Wassergymnastik am Nachmittag**



## Fitness - Entspannung Krefeld

Kurs-Nr.	Wo?	Krefeld		Wann?	Gebühren
24-31-053	Krefeld	FBS - Kath. Forum, Felbelstraße 25	<b>Mit Power ins Wochenende</b> An kleine Step-Aerobic-Kombinationen schließen sich abwechselungreiche Gymnastikübungen für den ganzen Körper an. Geeignet für alle Altersgruppen.	Fr, 11.10. - 14.12.2024 9.00 - 9.45 Uhr	€ 41,00
24-31-057	Krefeld	FBS - Kath. Forum, Felbelstraße 25	<b>Wer rastet der rostet - Gymnastik für Frauen ab 65</b> Sie können Ihr Wohlbefinden durch Verbesserung der Beweglichkeit und Stärkung der Muskulatur steigern. Übungen aus der Wirbelsäulengymnastik und sanfte Dehnübungen werden in diesem Kurs vermittelt.	Fr, 11.10. - 13.12.2024 10.00 - 10.45 Uhr	€ 41,00
24-31-059C	Krefeld	FBS - Kath. Forum, Felbelstraße 25	<b>Ausgleichsgymnastik am Morgen</b> Mit viel Schwung trainieren wir alle wichtigen Muskelpartien, kräftigen Bauch, Beine und Po. Durch gezielte Wirbelsäulengymnastik und wohltuende Entspannungsübungen arbeiten wir gegen die Beschwerden des Alltags.	Di, 29.10. - 17.12.2024 10.00 - 10.45 Uhr	€ 34205
24-31-048	Krefeld	FBS - Kath. Forum, Felbelstraße 25	<b>Ausdauergymnastik für Frauen</b> Durch gezielte Übungen z.B. für Bauch, Beine, Rücken werden die allgemeine Fitness und das Leistungsvermögen der Einzelnen geschult und verbessert. Die Übungen dienen der Vorbeugung von Osteoporose und dem Herz-Kreislauftraining.	Do, 31.10. - 19.12.2024 19.00 - 20.00 Uhr	€ 49,00

## Fitnes - Entspannung

Krefeld



Gebühren

Wann?

Kurs-Nr.	Wo?	Fit und Aktiv ab 70	Body-Shape	Pilates	Kraft-Ausdauertraining für Frauen	Beweglichkeit - Konditionsaufbau - Entspannung für Frauen
24-31-021	Krefeld FBS - Kath. Forum, Felbelstraße 25	Hier finden Sie ein ganzheitliches Fitnessstraining für Senioren mit vielseitigen funktionellen Übungen zum Aufbau eines ausgewogenen Muskelapparates. Dehn-, Entspannungs- und Atemübungen runden das Training ab. Es wird trainiert in lockerer Atmosphäre. Ein Einstieg ist jederzeit möglich.	Wir trainieren für einen schönen, straffen Körper von Kopf bis Fuß mit Ausdauer-, Kraft-, Koordinations-, Dehn-, Entspannungs- und Atemübungen. Sehr effektives Training. Spaß ist auch dabei. Ein Einstieg ist jederzeit möglich.	Geeilte, effektive Übungen für eine starke Muskulatur und einen mobilen Rücken. Nach den neuesten Erkenntnissen der modernen Rückenschule. Blockaden werden gelöst und die Beweglichkeit wird gesteigert. Ein Einstieg ist jederzeit möglich.	Nach einem Aufwärmprogramm trainieren wir mit gezielten Übungen am Stepper die Ausdauerleistung. Sie werden auf eine angenehme Weise gefordert und spüren die positive Wirkung von mehr Kondition auch im Alltag.	Übungen aus dem Pilates kräftigen die gesamte Muskulatur und formen den Körper. Ihre Ausdauer wird durch Übungen aus Aerobic und Step-Aerobic langsam aufgebaut. Entspannungsstunden lassen Sie zufrieden nach Hause gehen.
24-31-025	Krefeld FBS - Kath. Forum, Felbelstraße 25					
24-31-029	Krefeld FBS - Kath. Forum, Felbelstraße 25					
24-31-033	Krefeld FBS - Kath. Forum, Felbelstraße 25					
24-31-037	Krefeld FBS - Kath. Forum, Felbelstraße 25					



## Fitness - Entspannung Krefeld

Kurs-Nr.	Wo?	Krefeld	
24-31-065	Krefeld	FBS - Kath. Forum, Felbelstraße 25	<p><b>Tae Bo - Workout für Anfängerinnen</b> <b>Stressabbau und besseres Körpergefühl</b></p> <p>Machen Sie mit bei unserem dynamischen Tae Bo-Kurs und erleben Sie eine intensive Kombination aus Kampfsporttechniken und Aerobic! In diesen energiegeladenen Stunden fördern Sie Ihre Ausdauer, Kraft und Beweglichkeit. Tae Bo hilft Ihnen nicht nur, fit zu werden, sondern auch Stress abzubauen und ein besseres Körpergefühl zu entwickeln. Dieser Kurs richtet sich an alle Erwachsenen, die Spaß an Bewegung haben und sich in einer motivierenden Gruppe auspowern möchten.</p>
24-31-017	Krefeld	FBS - Kath. Forum, Felbelstraße 25	<p><b>Antara® für Fortgeschrittene</b></p> <p>Dieses moderne Training verbindet wissenschaftliche Erkenntnisse über Körperhaltung, Stabilisation und Rücken-Gesundheit mit Bewegung und Training. Genau wie bei Pilates spielt die tiefste Muskelschicht des Rumpfes eine zentrale Rolle. Die Kursleiterin ist ausgebildete Antara®-Trainerin.</p>
24-31-016B	Krefeld	FBS - Kath. Forum, Felbelstraße 25	<p><b>Rückenschule nach KDDR</b></p> <p>Ein Angebot mit abwechslungsreichen Gymnastikübungen, das mit viel Schwung einen guten Start in den Tag garantiert. Der Kurs ist als Gesundheitskurs anerkannt. Nach Rücksprache übernehmen Krankenkassen einen Teil der Gebühren.</p>
Wann?	Gebühren	MI, 04.09. - 06.11.2024 17.30 - 19.00 Uhr	10x € 92,00
		DI, 29.10. - 10.12.2024 9.30 - 10.30 Uhr	7x € 50,00
		DI, 29.10. - 10.12.2024 10.35 - 11.35 Uhr	7x € 50,00

## Hinweis:

Unsere Veranstaltungen/Kurse sind keine medizinischen oder therapeutischen Behandlungen und ersetzen diese auch nicht. Ihre Teilnahme geschieht stets auf eigene Verantwortung. Daher empfehlen wir vor allem Personen mit geschwächter körperlicher oder psychischer Konstitution, die Teilnahme zuvor mit behandelnden Ärzten abzuklären.

## **Kostenerstattung für Gesundheitsangebote:**

Seit einigen Jahren erstatten Krankenkassen unter bestimmten Voraussetzungen einen Teil der Kursgebühren von Gesundheitskursen. Die von den Krankenkassen festgelegten Kriterien für diese Teilerstattung beziehen sich auf ausgesuchte Kurse und Ausbildungen. Diese sind aber nicht immer identisch mit den Qualitätskriterien unseres QM-zertifizierten Hauses. Alle unsere Kursleitungen haben sehr gute fachliche Qualifikationen und bilden sich kontinuierlich weiter, so dass wir stets ein wirkungsvolles und vielfältiges Angebot präsentieren, auch wenn eine Bezuschussung durch die Krankenkasse nicht immer möglich ist. Ob Ihre Krankenkasse Ihnen eine Bezuschussung gewährt, klären Sie bitte persönlich im Vorfeld der Anmeldung.

## Fitness - Entspannung Krefeld



**Fachbereichsleiterin:**  
Ursula Grottenburg

**Telefon:**  
02151 6294-20

**E-Mail:**

[grottenburg@forum-krefeld-viersen.de](mailto:grottenburg@forum-krefeld-viersen.de)

**Sprechstunde:**

nach Vereinbarung

Gesundheit bedeutet körperliches und seelisches Wohlbefinden im ganzheitlichen Sinne. Sie ist damit auch eine wichtige Voraussetzung für die sich ständig ändernden Lebens- und Arbeitswirklichkeiten und damit auch von großer Bedeutung für Familien.

Mit unseren Veranstaltungen möchten wir:

- den selbstverantwortlichen Umgang mit Gesundheit, aber auch mit Krankheit stärken
- Eltern und Kinder zu einer gesunden Lebensführung befähigen
- Ausgleich zur täglichen Hektik bieten, um wieder zu einem inneren Gleichgewicht zu gelangen
- Anregungen zu einer aktiven Gestaltung des Familienlebens geben



## Familie - Kinder Abenteuer Erziehung Krefeld

Kurs-Nr.	Wo?	Gebühren	Wann?	Info und Anmeldung im Familienzentrum
24-25-013D	Krefeld		Mi, 30.10.2024 19.00 - 21.15 Uhr	1x Info und Anmeldung im Familienzentrum
24-25-043B	Krefeld		Do, 21.11.2024 19.00 - 21.15 Uhr	1x Info und Anmeldung im Familienzentrum
24-25-011G	Krefeld		Mo, 25.11.2024 14.30 - 16.45 Uhr	1x Info und Anmeldung im Familienzentrum
24-25-049H	Krefeld		Di, 10.12.2024 14.15 - 16.30 Uhr	1x Info und Anmeldung im Familienzentrum

Familienzentrum  
Am Kempischen Weg 51,  
Tel.: 02151 788454

**Wenn Kinder morgens „trödeln“**  
... oder sich nicht anziehen wollen, kann das den familiären Alltag richtig durcheinander bringen. An diesem Abend versuchen wir auf verschiedene Gründe für dieses Phänomen zu schauen und begleitende Handlungsalternativen für einen guten Start in den Tag zu finden.

Familienzentrum  
Am Kempischen Weg 51,  
Tel.: 02151 788454

**Motivation und Konzentration bei Kindern**  
„Das Kind kann keine 2 Minuten still sitzen“, ja, das ist bei vielen Kindern so. Aber Kinder sitzen manchmal problemlos stundenlang vor ansprechenden Bastelarbeiten oder spannenden Bilderbüchern. Wie kann das sein und wie funktioniert Konzentration bei Kindern? Wie motiviere ich ein Kind? Wie fördere ich Konzentration? Dieser Themenabend mit Gespräch zeigt Möglichkeiten auf, die Lust am Lernen beim Kind zu unterstützen und zu erhalten, Motivation und Konzentration inklusive.

Familienzentrum  
Liebtrauen, Geldernsche Straße 97,  
Tel.: 02151 24358

**„Lieben heißt auch Grenzen setzen – Wie viel Nein muss sein?“**  
Wie setze ich sinnvolle Grenzen? Wie bleibe ich glaubwürdig in der Einhaltung der Grenzen? ... Nicht das eine Patentrezept, aber Hinweise für gutes Gelingen werden Sie in diesem Vortrag mit Austausch erfahren.

Stadt Familienzent-  
rum Viktoria-  
straße 96,  
Tel.: 02151 360952

**Frühkindliche Medienutzung**  
Immer früher kommen Kinder mit digitalen Medien in Berührung. Die Familie ist dabei zumeist der Ort, an dem Kinder erste Erfahrungen mit Medien machen. Wir laden Sie ein zu einer spannenden Entdeckungsreise in kindliche Medienwelten. Dabei geben wir Ihnen wertvolle Tipps, wie Sie Ihre Kinder im Umgang um wichtige Fragen wie: Wann ist ein Kind reif für Computer und Internet? Wie viel Fernsehen darf sein? Welche Medien gehören überhaupt ins Kinderzimmer – und welche nicht?



## Familie - Kinder Abenteuer Erziehung Krefeld

Kurs-Nr.	Wo?	Gebühren
24-25-066F	Krefeld Kita Gerber- straße 45, Tel.: 02151 395290	Info und An- meldung im Familien- zentrum
24-25-023F	Krefeld - Inrath Familienzentrum St. Elisabeth, Inrath Straße 574, Tel.: 02151 753465	Info und Anmeldung im Familien- zentrum
24-25-042A	Krefeld Familienzentrum Liebtrauen, Geldernsche Straße 97, Tel.: 02151 24358	Info und Anmeldung im Familien- zentrum
24-25-048C	Krefeld Stadt, Kita Cäcilienstraße 6, Tel.: 02151 5652128	Info und Anmeldung im Familien- zentrum

**Natur- und Hausmittel bei Kinderkrankheiten**  
Die naturheilkundliche Behandlung sowie alte Hausmittel bieten viele Möglichkeiten, die Krankheitssymptome der Kinder zu lindern. Mit phytotherapeutischen Mitteln (rein pflanzliche Präparate), Wickel, Einreibungen, Massagen und Tees werden die Selbstheilungskräfte aktiviert. Bei dieser Veranstaltung werden gängige Natur- und Hausmittel sowie ihre Wirkweisen vorgestellt. Selbstverständlich hat jede Therapie ihre Grenzen und ersetzt nicht den ggf. notwendigen Besuch des Arztes.

**Beißen, kratzen, schlagen.. - Und dann?**  
Kinder setzen das, was sie wollen, oft mit „aggressiven“ Mitteln um. Da wird geschubst, gebissen, geboxt... Was ist noch kindlich normal, was schon gelernt und gezielt eingesetzt? Wie gehen wir mit diesem Verhalten um und wie steuern wir dagegen?

**„Wie Sprache entsteht und was Sprache bewegt“**  
Wie verläuft Sprachentwicklung? Was können Eltern tun, um diese Entwicklung zu fördern? Wie und warum hängen Sprache und Bewegung zusammen? Welche Sprach-Störungen gibt es und welche benötigen besondere Aufmerksamkeit?

**Spiele, zappeln, zocken, klickern**  
**Medienerziehung - in der Familie mit kleinen Kindern**  
Unsere Kinder werden mit elektronischen Medien groß. Unsere Kinder sind neugierig und völlig unvoreingenommen. Was sich bewegt, was Töne von sich gibt - all das ist hoch interessant. Wie können wir unseren Kindern einen „vernünftigen“ Umgang mit neuen Medien beibringen? Ab wann sind welche Medien sinnvoll? Was gehört ab wann ins Kinderzimmer? Diese und andere Fragen werden in diesem Vortrag mit Gespräch behandelt.

Wann?  
Do, 10.10.2024  
9.30 - 11.45 Uhr

1x  
Do, 10.10.2024  
19.30 - 21.45 Uhr

1x  
Mo, 28.10.2024  
14.30 - 16.45 Uhr

1x  
Mo, 28.10.2024  
15.15. - 17.30 Uhr



Gebühren

Wann?

## Familie - Kinder Abenteuer Erziehung Krefeld

Kurs-Nr.	Wo?	Krefeld	
24-25-035A	Krefeld	Familienzentrum Liebtrauen, Geldernsche Straße 97, Tel.: 02151 24358	<p><b>Geht es auch ohne Schreien? Wege aus der „Brüllfalle“</b></p> <p>Zimmer aufräumen, Zähne putzen, ins Bett gehen... funktioniert das bei Ihnen auch zu oft nur nachdem Sie laut geworden sind - zu laut? Geht es auch ohne Schreien und Androhungen? Wir suchen gemeinsam, auch mit Hilfe des Films: „Wege aus der Brüllfalle“, nach praktischen Handlungsalternativen.</p>
24-25-022A	Krefeld	Familienzentrum Liebtrauen, Geldernsche Straße 97, Tel.: 02151 24358	<p><b>Gebt den Kindern Wurzeln und Flügel</b>endlich Schulkind! Viel Bei diesem Vortrag mit Gespräch geht es um die Wurzeln, die Kinder brauchen. Dieses Bild steht für eine verlässliche Bindung an die Eltern/Betreuungspersonen. Und es geht auch um die Flügel, damit Kinder wachsen dürfen und sich prächtig entwickeln und vor allem lebenspraktische Kreativität entwickeln können. Damit „Flügel“ wachsen können, brauchen Kinder neben der sicheren Basis Freiräume, in denen sie sich und die Welt geschützt entdecken können.</p>
24-25-026B	Krefeld	Stadt Kita Cacilien- straße 6, Tel.: 02151 5652128	<p><b>Schöne Gefühle - blöde Gefühle</b></p> <p>Für ihre Gefühlswelt haben Kinder zunächst kein Vokabular. Sie müssen erst lernen, wie „man“ das nennt, was sie als Gefühl in sich bemerken. Dabei können wir ihnen helfen und wir können sie dann bestärken, ihrem Bauch zu trauen, wenn sich etwas komisch anfühlt. In diesem Vortrag mit Gespräch geht es zum einen um die Gefühle. Zum anderen geht es aber auch um Hilfestellungen, die wir unseren Kindern mit auf den Weg geben können, wenn sie sich wehren. Wie kann dieses „sich wehren“ aussehen? komische oder blöde Gefühle haben. Wann dürfen oder müssen sie sich wehren?</p>



## Familie - Kinder Abenteuer Erziehung Krefeld

Kurs-Nr.	Wo?	Gebühren
24-25-070C	Krefeld Kita Gerber- straße 45, Tel.: 02151 395290	Info und An- meldung im Familien- zentrum
24-25-070H	Krefeld Kita Gerber- straße 45, Tel.: 02151 395290	Info und Anmeldung im Familien- zentrum
24-25-070I	Krefeld Kita Gerber- straße 45, Tel.: 02151 395290	Info und Anmeldung im Familien- zentrum

Wann?	Gebühren
D, 17.09.2024 14.00 - 16.15 Uhr	1x
D, 29.10.2024 14.00 - 16.15 Uhr	1x
D, 03.12.2024 14.00 - 16.15 Uhr	1x

**Gesunde Ernährung für Kinder: Kleinkindernahrung**  
Wie kann es gelingen, dass Essen für Kinder  
lecker zu gestalten- inklusive Tipps für die Brotdose!  
Kleinkindernahrung- Wie kann es gelingen, dass Essen für Kinder  
vollwertig und lecker zu gestalten- inklusive Tipps für die Brotdose:  
- Wie Kinder Essen erleben und erlernen  
- Was essen Kinder gerne? Und was ist gesund?  
- Kinderprodukte? Sinnvoll oder einfach nur Marketing?  
- Wie kann es gelingen, dass Essen für Kinder Tag für Tag voll  
wertig und schmackhaft zu gestalten?  
- Wie sieht ein gesundes Frühstück bei Kindern aus, mit dem  
Kinder gut in den Tag starten?  
- Los geht's - Küchenpraxis

### Gesunde Ernährung für Kinder: Stressfrei Essen am Familientisch

- Zeit, um sich auf das Essen einzustellen  
- Rituale einbauen  
- Stillitzen?  
- Mit Essen spielt man doch!  
- Das kann ich schon alleine  
- Vertraue deinem Kind- dein Kind wird essen, was du isst

**Gesunde Ernährung für Kinder: Wählerisches Essverhalten-**  
Hilfe mein Kind mag kein Gemüse & emotionaler Hunger  
Wählersch? Was bedeutet das überhaupt? Wählerisches Essen-  
ein normaler Entwicklungsschritt - Superfaster? Wir machen den  
Test! - Mein Kind isst nicht! Wirklich nichts? Kinder dürfen unter-  
schiedlich sein - Der Gemüse Druck - Loben und Nörgeln -  
Mögliche Gründe, für das Ablehnen bestimmter Nahrungsmittel -  
Umsetzung für ein selbstbestimmtes Essverhalten



Gebühren

Wann?

## Familie - Kinder Abenteuer Erziehung Krefeld

Kurs-Nr.	Wo?
24-25-002G	Krefeld
24-25-002L	Krefeld
24-25-002K	Krefeld
24-25-002I	Krefeld
24-25-001C	Krefeld

Info und Anmeldung im jeweiligen Zentrum	Info und Anmeldung im Familienzentrum
Mi, 11.09. - 09.10.2024 9.30 - 11.45 Uhr Do, 10.10. - 14.11.2024 19.30 - 21.45 Uhr	Mi, 11.09. - 09.10.2024 9.30 - 11.45 Uhr Do, 07.11. - 05.12.2024 13.45 - 16.00 Uhr Do, 07.11. - 05.12.2024 14.15 - 16.30 Uhr
5x	5x
5x	5x
5x	2x

Der Rote Faden® für Mütter/Väter mit Kindern von 2 bis 10 Jahren	Der Rote Faden® - Erziehung von Anfang an?
Für eine Erziehung ohne Machtkämpfe - Kindergeschrei, Trödeln, Wutausbrüche..., oftmals sehr stressige Situationen! Es gibt Möglichkeiten in diesen Situationen anders zu reagieren, sich nicht auf einen Machtkampf einzulassen. Es gibt Wege, stressfreier zu handeln! Dieser Kurs zur Verbesserung Ihrer Erziehungskompetenz lebt vom Austausch und Miteinander, deshalb ist eine kontinuierliche Teilnahme an den 5 Treffen erforderlich.	Ein Baby schreiben lassen? Lieber nicht, oder? Aber dann verwohnt Du doch dein Kind? Oder nicht? Das müssen wir klären! Und uns mit Erziehung von Anfang an beschäftigen, für Sie und Ihr Kind!



## Familie - Kinder Abenteuer Erziehung Krefeld

Kurs-Nr.	Wo?	Gebühren	Wann?
24-25-014C	Krefeld - Traar St. Josef, An der Elfrather Mühle 270	Info und Anmeldung im Familien- zentrum, Tel.: 02151 560309 oder 02151 562203	Mi, 04.09.2024 19.30 - 21.45 Uhr 1x
24-25-063A	Krefeld FBS - Kath. Forum, Felbelstraße 25	€ 28,00	Sa, 07.09.2024 10.00 - 15.00 Uhr 1x
24-25-060I	Krefeld Familienzentrum Bunte Stroche, Apellweg 16-18, Tel.: 0159 06834312	Info und Anmeldung im Familien- zentrum	Di, 01. + 08.10.2024 19.30 - 21.45 Uhr 2x

**Geschwister - Verbindung fürs Leben**  
Es sind die Menschen, zu denen wir die längste Beziehung unse-  
res Lebens aufbauen können – Geschwister begleiten uns ein  
Leben lang! Trotzdem gibt es zwischen Geschwistern auch Streit,  
gerade im Kindesalter gehört dieser auch dazu. Geschwister  
zanken miteinander, verbünden sich 5 Minuten später aber wieder  
schnell gegen die Eltern...  
Wie gehen wir damit um? Wie können wir diese wertvollen Be-  
ziehungen stärken und fördern?

**Erste Hilfe bei Kindern am Samstag kompakt!**  
Das kompakte Angebot am Wochenende! Ein Angebot für Eltern,  
Großeltern und andere Betreuungspersonen. An einem Samstag  
wird ein Einblick in die häufigsten Notfallsituationen mit Kindern  
gegeben. Es wird gezeigt, wie man richtig reagieren sollte im Fall  
von Verletzungen, Verbrennungen, Verätzungen, Stromunfällen,  
Sturz, Gehirnerschütterung, Aufnahme von giftigen Stoffen, Ver-  
schlucken von Gegenständen, Pseudokramp-Anfällen, Fieber-  
krämpfen und Atemstillstand (Wiederbelebung).

**Erste Hilfe bei Kindern**  
Ein Angebot für Eltern, Großeltern und andere Betreuungsperso-  
nen. In dem Kurs wird ein Einblick in die häufigsten Notfallsituatio-  
nen mit Kindern gegeben. Es wird gezeigt, wie man richtig reagie-  
ren sollte im Fall von Verletzungen, Verbrennungen, Verätzungen,  
Stromunfällen, Sturz, Gehirnerschütterung, Aufnahme von giftigen  
Stoffen, Verschlucken von Gegenständen, Pseudokramp-Anfällen,  
Fieberkrämpfen und Atemstillstand (Wiederbelebung).



Gebühren

Wann?

## Familie - Kinder Solo mit Kind und Abenteuer Erziehung Krefeld

Kurs-Nr.	Wo?	Krefeld	Info und Anmeldung in jeweiligen Familienzen- trum	1x	1x	1x	4x	24-24-002	Krefeld	FBS - Kath. Forum, Felbelstraße 25	Beim Samstagbrunch bieten wir euch einmal im Monat einen geschützten Raum zum Erzählen, Lachen, Genießen und geben auf Wunsch bedarfsgerechte und speziell an Getrennt- und Allein-erziehende gerichtete Informationen, Erziehungsfragen und möchten besprochen werden, Wir unterstützen Vernetzungen und möchten neue Freundschaften fördern. Setzt euch bei uns an den gemachten Tisch :- ) und ihr könnt entspannt das Frühstück genießen. Nach dem gemeinsamen Frühstück, gibt's Action für die Kleinen unter pädagogischer Aufsicht draußen oder drinnen. Für die Erwachsenen ist dann Zeit zum ungestörten Gespräch! Offenes Angebot: Aber wir bitten um kurze Voranmeldung, damit wir wissen, wie viele Brötchen wir einkaufen!	1x	1x	1x	1x
24-25-0411	Krefeld	Stadt, Familienzentrum Viktoriastraße 96, Tel.: 02151 360952	Endlich Schulkind! - Aber wird es nun leichter? Auf jeden Fall ein bedeutendes Erlebnis und eine große Veränderung für jedes Kita-Kind, aber genauso auch für seine Familie. Wie ein guter Start von der Kita in die Schule gelingen kann und wie Sie ihr Kind bei diesem Übergang liebevoll begleiten können, wird Inhalt dieses Seminars sein.	MI, 04.09.2024 14.15 - 16.30 Uhr	Mo, 09.09.2024 15.00 - 17.15 Uhr	MI, 25.09.2024 15.00 - 17.15 Uhr	Sa, 21.09., 12.10., 16.11. und 14.12.2024 10.00 - 13.00 Uhr	24-24-002	Krefeld	FBS - Kath. Forum, Felbelstraße 25	Beim Samstagbrunch bieten wir euch einmal im Monat einen geschützten Raum zum Erzählen, Lachen, Genießen und geben auf Wunsch bedarfsgerechte und speziell an Getrennt- und Allein-erziehende gerichtete Informationen, Erziehungsfragen und möchten besprochen werden, Wir unterstützen Vernetzungen und möchten neue Freundschaften fördern. Setzt euch bei uns an den gemachten Tisch :- ) und ihr könnt entspannt das Frühstück genießen. Nach dem gemeinsamen Frühstück, gibt's Action für die Kleinen unter pädagogischer Aufsicht draußen oder drinnen. Für die Erwachsenen ist dann Zeit zum ungestörten Gespräch! Offenes Angebot: Aber wir bitten um kurze Voranmeldung, damit wir wissen, wie viele Brötchen wir einkaufen!	1x	1x	1x	1x
24-25-041C		Stadt, Kita Stecken-dorfer Straße 60a, Tel.: 02151 25608	Wir kommen in die Schule! Auf jeden Fall ein bedeutendes Erlebnis und eine große Veränderung für jedes Kita-Kind, aber genauso auch für seine Familie. Wie ein guter Start von der Kita in die Schule gelingen kann und wie Sie ihr Kind bei diesem Übergang liebevoll begleiten können, wird Inhalt dieses Seminars sein.	MI, 25.09.2024 15.00 - 17.15 Uhr	Mo, 09.09.2024 15.00 - 17.15 Uhr	MI, 25.09.2024 15.00 - 17.15 Uhr	Sa, 21.09., 12.10., 16.11. und 14.12.2024 10.00 - 13.00 Uhr	24-25-0411	Krefeld	Stadt, Familienzentrum Viktoriastraße 96, Tel.: 02151 360952	Endlich Schulkind! - Aber wird es nun leichter? Auf jeden Fall ein bedeutendes Erlebnis und eine große Veränderung für jedes Kita-Kind, aber genauso auch für seine Familie. Wie ein guter Start von der Kita in die Schule gelingen kann und wie Sie ihr Kind bei diesem Übergang liebevoll begleiten können, wird Inhalt dieses Seminars sein.	1x	1x	1x	1x
24-25-041L		Stadt, Kita Christian-Roos-Strasse 4, Tel.: 02151 395436	Wir kommen in die Schule! Auf jeden Fall ein bedeutendes Erlebnis und eine große Veränderung für jedes Kita-Kind, aber genauso auch für seine Familie. Wie ein guter Start von der Kita in die Schule gelingen kann und wie Sie ihr Kind bei diesem Übergang liebevoll begleiten können, wird Inhalt dieses Seminars sein.	MI, 25.09.2024 15.00 - 17.15 Uhr	Mo, 09.09.2024 15.00 - 17.15 Uhr	MI, 25.09.2024 15.00 - 17.15 Uhr	Sa, 21.09., 12.10., 16.11. und 14.12.2024 10.00 - 13.00 Uhr	24-25-041C		Stadt, Kita Stecken-dorfer Straße 60a, Tel.: 02151 25608	Wir kommen in die Schule! Auf jeden Fall ein bedeutendes Erlebnis und eine große Veränderung für jedes Kita-Kind, aber genauso auch für seine Familie. Wie ein guter Start von der Kita in die Schule gelingen kann und wie Sie ihr Kind bei diesem Übergang liebevoll begleiten können, wird Inhalt dieses Seminars sein.	1x	1x	1x	1x

## Familie - Kinder Abenteuer Erziehung



**Fachbereichsleiterin:**  
Ursula Grotenburg  
**Telefon:**  
02151 6294-20  
**E-Mail:**  
grotenburg@forum-krefeld-viersen.de  
**Sprechstunde:**  
nach Vereinbarung

In diesem Fachbereich finden Sie eine Vielzahl von Themen, die sich mit der Entwicklung des Kindes und mit der Erziehung von Kindern beschäftigen. Eltern, Erzieher\*innen, Lehrer\*innen und anderen Bezugs-  
personen bieten wir hier vielfältige Möglichkeiten, ihr Wissen zu erweitern, sich auszutauschen und neue  
Aspekte des großen Themenspektrums „Erziehung“ kennenzulernen. Diese Inhalte werden von uns und  
unseren erfahrenen Fachreferent\*innen angeboten und finden in unseren Häusern in Krefeld, Felbelstraße  
und Viersen, Rektoratstraße statt, aber auch in Kindertageseinrichtungen, Familienzentren, Pfarren etc.  
All diese Themen können dort auf Anfrage ab einer Gruppenstärke von ca. 8 Erwachsenen von uns für Sie  
organisiert werden. Bitte sprechen Sie uns an!  
Wir sind Kooperationspartner vieler Einrichtungen in Ihrer Nähe, wie Sie diese finden und welche An-  
gebote es dort vor Ort gibt, teilen wir Ihnen gerne per Mail oder telefonisch mit.  
Als Kooperationspartner bieten wir eine Reihe von Angeboten aus dem Familienbildungsbereich an.  
Gerne planen wir für Ihre Einrichtung zielgruppenspezifische Angebote und führen sie bei Ihnen durch.



## Familie - Kinder Abenteuerland für Maxis Krefeld

### Angebote in den Herbstferien

24-23-941C	Krefeld	FBS - Kath. Forum, Felbeisstraße 25
24-23-942C	Krefeld	FBS - Kath. Forum, Felbeisstraße 25

MI - Fr, 16. - 18.10.2024 10.00 - 16.00 Uhr	3x	<b>Robotik mit Lego Mindstorms EV3-Robotern Workshop für Kinder zwischen 8 und 12 Jahren</b> In dem dreitägigen Workshop werden dem Kindern Grundkennt- nisse der Robotik vermittelt. Auf spielerisch-intelligente Weise werden die Lego Mindstorms EV3-Roboter gebaut. Dabei lernen die Kinder spielerisch das Programmieren und den kreativen Umgang mit Technik, die uns überall im Alltag begegnen. Am Ende der Ver- anstaltung werden die Roboter den Eltern und anderen Interes- sierten präsentiert. Das Material wird gestellt, bitte nichts mitbringen aber einen Mittags-Snack!
Sa, 19.10.2024 10.00 - 16.00 Uhr	1x	<b>Wir zusammen: Robotik mit Lego Mindstorms EV3-Robotern ein Samstag für Eltern und Kinder zwischen 8 und 12 Jahren</b> In dem Workshop werden Kinder und Eltern gemeinsam die Robotik entdecken. Immer ein Elternteil und ein Kind bauen Lego Mindstorms EV3-Roboter und erkunden spielerisch das Program- mieren und den kreativen Umgang mit Technik. Dabei kommt es auf das gemeinsame Tun und Erleben an! Das Material wird gestellt, bitte nichts mitbringen aber einen Mittags-Snack!



## Familie - Kinder Abenteuerland für Maxis Krefeld

Kurs-Nr.	Wo?	Wann?		Gebühren
24-23-985B	Krefeld Städt. Kita Kreuzweg 49	8x Mo, 02.09. - 04.11.2024 15.00 - 15.45 Uhr	8x Di, 05.11. - 17.12.2024 9.30 - 11.00 Uhr	Info und Anmeldung in der Kita Kreuzweg, Tel.: 02151 571484
24-23-902B	Krefeld - Fischeln Familienzentrum Krützboomweg 1	1x 10.10.2024 14.15 - 16.30 Uhr	Info und Anmeldung in der Kita Krützboom- weg, Tel.: 02151 3659548	
24-23-980O	Krefeld - Traar Kita St. Josef, Am Egelberg 29	6x Do, 31.10.2024 19.30 - 21.45 Uhr	Info, Anmel- dung sowie Gebührenin- fo in der Kita St. Josef, Tel.: 02151 300841	

Kurs-Nr.	Wo?	Familie - Kinder Zwergenakademie Krefeld	Wann?	Gebühren
24-23-580C	Krefeld - St. Josef, An der Eifrräher Mühle 270	Fit für die Kita * für eine mögliche Ratenzahlung rufen Sie uns gerne an: Tel.: 02151 6294-0	11x Do + Fr, 05.09. - 11.10.2024 8.45 - 11.45 Uhr	€ 107,00*
24-23-580D	Krefeld - Hülis Ökumenische Be- gungungsstätte „O“, Leuther Straße 19	Musik- und Spielgruppe für Eltern mit Kindern von 1 bis 3 Jahren Diese neue Gruppe, eine Kombination aus den Musikzwerger und des Eltern-Kind-Kurses, richtet sich besonders an Kleinkinder von 12 Monate bis zum Kita-Eintritt (max. 3 Jahre). Der Schwerpunkt liegt hierbei auf der musikalischen Frühzie- lung, ähnlich wie bei den Musikzwerger.	15x Do + Fr, 07.11. - 20.12.2024 8.45 - 11.45 Uhr	€ 255,50*
24-23-502C	Krefeld - Hülis Ökumenische Be- gungungsstätte „O“, Leuther Straße 19	Musik- und Spielgruppe für Eltern mit Kindern von 1 bis 3 Jahren Diese neue Gruppe, eine Kombination aus den Musikzwerger und des Eltern-Kind-Kurses, richtet sich besonders an Kleinkinder von 12 Monate bis zum Kita-Eintritt (max. 3 Jahre). Der Schwerpunkt liegt hierbei auf der musikalischen Frühzie- lung, ähnlich wie bei den Musikzwerger.	6x Di, 03.09. - 08.10.2024 15.30 - 16.15 Uhr	€ 27,50
24-23-502D	Krefeld - Hülis Ökumenische Be- gungungsstätte „O“, Leuther Straße 19	Musik- und Spielgruppe für Eltern mit Kindern von 1 bis 3 Jahren Diese neue Gruppe, eine Kombination aus den Musikzwerger und des Eltern-Kind-Kurses, richtet sich besonders an Kleinkinder von 12 Monate bis zum Kita-Eintritt (max. 3 Jahre). Der Schwerpunkt liegt hierbei auf der musikalischen Frühzie- lung, ähnlich wie bei den Musikzwerger.	7x Di, 05.11. - 17.12.2024 15.30 - 16.15 Uhr	€ 32,00
24-23-503C	Krefeld - Hülis Ökumenische Be- gungungsstätte „O“, Leuther Straße 19	Musik- und Spielgruppe für Eltern mit Kindern von 1 bis 3 Jahren Diese neue Gruppe, eine Kombination aus den Musikzwerger und des Eltern-Kind-Kurses, richtet sich besonders an Kleinkinder von 12 Monate bis zum Kita-Eintritt (max. 3 Jahre). Der Schwerpunkt liegt hierbei auf der musikalischen Frühzie- lung, ähnlich wie bei den Musikzwerger.	6x Di, 03.09. - 08.10.2024 16.15 - 17.00 Uhr	€ 27,50
24-23-503D	Krefeld - Hülis Ökumenische Be- gungungsstätte „O“, Leuther Straße 19	Musik- und Spielgruppe für Eltern mit Kindern von 1 bis 3 Jahren Diese neue Gruppe, eine Kombination aus den Musikzwerger und des Eltern-Kind-Kurses, richtet sich besonders an Kleinkinder von 12 Monate bis zum Kita-Eintritt (max. 3 Jahre). Der Schwerpunkt liegt hierbei auf der musikalischen Frühzie- lung, ähnlich wie bei den Musikzwerger.	7x Di, 05.11. - 17.12.2024 15.30 - 16.15 Uhr	€ 32,00
24-23-508C	Krefeld - Hülis Ökumenische Be- gungungsstätte „O“, Leuther Straße 19	Musik- und Spielgruppe für Eltern mit Kindern von 1 bis 3 Jahren Diese neue Gruppe, eine Kombination aus den Musikzwerger und des Eltern-Kind-Kurses, richtet sich besonders an Kleinkinder von 12 Monate bis zum Kita-Eintritt (max. 3 Jahre). Der Schwerpunkt liegt hierbei auf der musikalischen Frühzie- lung, ähnlich wie bei den Musikzwerger.	6x Fr, 30.08. - 11.10.2024 9.00 - 10.30 Uhr	€ 55,00
24-23-508D	Krefeld - Hülis Ökumenische Be- gungungsstätte „O“, Leuther Straße 19	Musik- und Spielgruppe für Eltern mit Kindern von 1 bis 3 Jahren Diese neue Gruppe, eine Kombination aus den Musikzwerger und des Eltern-Kind-Kurses, richtet sich besonders an Kleinkinder von 12 Monate bis zum Kita-Eintritt (max. 3 Jahre). Der Schwerpunkt liegt hierbei auf der musikalischen Frühzie- lung, ähnlich wie bei den Musikzwerger.	7x Fr, 08.11. - 20.12.2024 8.00 - 10.30 Uhr	€ 64,00





## Familie - Kinder Zwergenakademie Krefeld

Kurs-Nr.	Wo?	Wann?	Gebühren
24-23-400C	Krefeld - St. Josef, An der Efttrather Mühle 270	<b>Kidix® Eltern-Kind-Kurs für Eltern mit Kindern von 1-3 Jahren</b> Kidix® ist das neue Eltern-Kind-Kurskonzept für alle katholischen Familienbildungsvereine in NRW. Der Kurs wird durchgeführt von ausgebildeten Kursleitungen mit Kidix®-Zertifikat.	Info und Anmeldung in der Kita St. Josef, Tel.: 02151 560309
24-23-570C	Krefeld - Raphaelstein, Hülser Straße 471	<b>Fit für die Kita für Eltern mit Kindern ab 18 Monaten</b> In dem Kurs für Kinder, die im Folgejahr in die Kita gehen, lernen Kinder und Eltern, sich behutsam voneinander zu lösen. Nach dem Begrüßungskreis gibt es Freispiel, angeleitetes Spiel, Angebote zu Schwerpunktthemen, gemeinsames Frühstück, die Möglichkeit zum Besuch des Außengeländes und einen Schlusskreis. In der Eingewöhnungsphase (individuell ca. 4 bis 8 Wochen zu Kursbeginn) erfolgt die Ablösung von den Eltern in kleinen, unterschiedlich gestapelten Schritten, zugeschnitten auf die Bedürfnisse des einzelnen Kindes. Die Gesamtdauer am Morgen kann in der Einführungsphase variieren und wird mit den Eltern persönlich abgesehen. In der Eingewöhnungsphase sind Sie als Elternteil dabei. Der Kurs wird von einer pädagogischen Fachkraft geleitet.	Info und Anmeldung: Frau Leitung Gaffga 0152 36315200 oder nicole@gaffga.de
24-23-570D		<b>Mo + Di, 04.11. - 17.12.2024</b> 10.00 - 12.15 Uhr 15x	€ 196,00*
		<b>Mo + Di, 02.09. - 08.10.2024</b> 10.00 - 12.15 Uhr 13x	€ 157,50*
		<b>Di, 03.09. - 08.10.2024</b> 9.30 - 11.00 Uhr 7x	
		<b>Di, 05.11. - 17.12.2024</b> 9.30 - 11.00 Uhr 8x	

Kurs-Nr.	Wo?	 Familie - Kinder Zwergenakademie Krefeld	Wann?	Gebühren
24-23-512C	Krefeld - Linn Pfarzentrum St. Margareta, Kirchgasse 2a	Eltern-Kind-Kurs	8x Di, 27.08. - 08.10.2024 10.30 - 12.00 Uhr	€ 72,50
24-23-512D	Krefeld - Linn Pfarzentrum St. Margareta, Kirchgasse 2a	Eltern-Kind-Kurs	8x Di, 05.11. - 17.12.2024 10.30 - 12.00 Uhr	€ 72,50
24-23-513C	Krefeld - Uerdingen Irmgardishaus, Stübweg 15	Eltern-Kind-Kurs	8x Mi, 28.08. - 09.10.2024 9.30 - 10.00 Uhr	€ 68,00
24-23-513D	Krefeld - Uerdingen Irmgardishaus, Stübweg 15	Eltern-Kind-Kurs	8x Mi, 06.11. - 18.12.2024 9.30 - 11.00 Uhr	€ 68,00
23-23-452D				



## Familie - Kinder Zwergenakademie Krefeld

Kurs-Nr.	Wo?	Gebühren	
24-23-501C	Krefeld - Hüls Ökumenische Be- gungungsstätte“O“, Leuther Straße 19	6x	Mo, 02.09. - 07.10.2024 10.30 - 11.30 Uhr € 36,50
24-23-501D	Krefeld - Hüls Ökumenische Be- gungungsstätte“O“, Leuther Straße 19	7x	Mo, 04.11. - 16.12.2024 10.30 - 11.30 Uhr € 42,50
24-23-509C	Krefeld - Hüls Ökumenische Be- gungungsstätte“O“, Leuther Straße 19	6x	Fr, 30.08. - 11.10.2024 10.30 - 11.30 Uhr € 36,50
24-23-509D	Krefeld - Hüls Ökumenische Be- gungungsstätte“O“, Leuther Straße 19	7x	Fr, 08.11. - 20.12.2024 10.30 - 11.30 Uhr € 42,50
24-23-510C	Krefeld - Rappahelsheim, Hülser Straße 471	7x	Mi, 04.09. - 09.10.2024 10.00 - 11.30 Uhr € 64,00
24-23-510D	Krefeld - Rappahelsheim, Hülser Straße 471	8x	Mi, 06.11. - 18.12.2024 10.00 - 11.30 Uhr € 72,50
24-23-511C	Krefeld - Linn FamZentrum St. Margareta, Kirchgasse 2a	8x	Di, 27.08. - 08.10.2024 8.45 - 10.15 Uhr € 72,50
24-23-511D	Krefeld - Linn FamZentrum St. Margareta, Kirchgasse 2a	8x	Di, 05.11. - 17.12.2024 8.45 - 10.15 Uhr € 72,50

# Familie - Kinder Zwergenakademie Krefeld



Gebühren

Wann?

Kurs-Nr. Wo?

## Eltern-Kind-Kurse (Spiegelgruppen)

Eltern-Kind-Kurse begleiten die Entwicklung der Kinder mit altersentsprechenden Spiel-, Bewegungs- und musikalischen Angeboten. Die Kinder machen Materialerfahrung und erweitern ihre Sinneserfahrungen. Eltern können ihr Kind in seinem Spiel- und Sozialverhalten beobachten und lernen, es so besser zu verstehen. Außerdem bietet der Kurs den Eltern einen Rahmen, um sich miteinander auszutauschen. Sie erhalten Informationen und besprechen Fragen zur Erziehung und Entwicklung der Kinder. Dieses Angebot richtet sich gezielt an Eltern mit Kindern im Kita-Alter. So können beispielsweise auch Geschwisterkinder im Kurs teilnehmen, so dass die Zeit bewusst als Familie wahrgenommen und genutzt werden kann, was wiederum den Zusammenhalt und die Bindung zueinander stärken kann. Kommen Sie gerne dazu und genießen die gemeinsame Zeit im Kurs.

24-23-029D	Krefeld - Elfrath	Familienzentrum Neuhofsweg 25	Eltern-Kind-Kurs	Mo, 04.11. - 16.12.2024 9.30 - 11.00 Uhr	7x	Info und Anmeldung im Familienzentrum, Tel.: 02151 473149
24-23-500C	Krefeld - Hüls	Ökumenische Begegnungsstätte "O" Leuther Straße 19	Eltern-Kind-Kurs für Eltern mit Kindern ab 12 Monaten	Mo, 02.09. - 07.10.2024 9.15 - 10.15 Uhr	6x	€ 36,50
24-23-500D				Mo, 04.11. - 16.12.2024 9.15 - 10.15 Uhr	7x	€ 42,50



## Familie - Kinder Mini-Entdecker-Kurse Krefeld

Kurs-Nr.	Wo?	Gebühren	Wann?
24-23-005E	Krefeld Stadt, Kita Feld- straße, Feldstraße 30		Fr, 08.11. - 06.12.2024 9.30 - 11.00 Uhr Info und An- meldung in der Kita, Tel.: 02151 316786
24-23-006E	Krefeld FBS - Kath. Forum, Feldstraße 25		Fr, 08.11. - 06.12.2024 12.00 - 13.30 Uhr Info und Anmeldung in der FBS, Tel.: 02151 6294-0
24-23-010B	Krefeld FBS - Kath. Forum, Feldstraße 25	€ 25,50	Sa + So, 05. + 06.10.2024 9.30 - 11.00 Uhr
24-23-010E	Krefeld FBS - Kath. Forum, Feldstraße 25	gebührenfrei	Mo, 09.09. - 07.10.2024 12.00 - 13.30 Uhr

Für Väter



24-23-005E



24-23-006E



24-23-010E

## Was ist „Elternstart NRW“?

„Elternstart NRW“ ist ein Familienbildungsangebot für Mütter und Väter mit einem Kind im ersten Lebensjahr und ermöglicht Ihnen die kostenlose Teilnahme an einem „Elternstart NRW-Kurs“.

Das Programm „Elternstart NRW“ wird von der Landesregierung NRW gefördert. Themen sind zum Beispiel die frühkindliche Entwicklung, die Eltern-Kind-Beziehung und der Umgang mit neuen und auch anstrengenden Familiensituationen. Mütter und Väter tauschen sich untereinander aus und eine pädagogische Fachkraft moderiert Gespräche über den Alltag und den Umgang mit dem Säugling.

Ziel von „Elternstart NRW“ ist kein Lernen nach einem festen Lehrplan. Die Kursleitungen greifen vielmehr die Fragen auf, die die Mütter und Väter mitbringen.

„Elternstart NRW“ wird als klassischer Kurs mit fünf Termine à 90 Minuten angeboten und auch als offener Treff.

Alle Kurse, die in der Kursnummer ein **E** haben, sind solche Elternstartkurse mit fünf Terminen à 90 Minuten und für Sie gebührenfrei!

- Hierzu gehören z.B.:
- PEKiP®
  - Wahrnehmung und Bewegung
  - Babymassage





**Fachbereichsleiterin:**  
Sonja Bulsmann

**Telefon:**

02162 50199-15

**E-Mail:**

[bussmann@forum-krefeld-viersen.de](mailto:bussmann@forum-krefeld-viersen.de)

**Sprechstunde:**

nach Vereinbarung

Miteinander Dinge entdecken macht Eltern und Kindern Freude.  
Unsere Eltern-Kind-Angebote bieten von den ersten Lebensmonaten des Kindes eine Fülle an gemeinsamen Aktivitäten an.  
Sie können mit Ihrem Kind Neues ausprobieren, können neue Seiten an Ihrem Kind kennenlernen, wecken Neugier und Sie lernen eine Vielfalt an Spielen und Liedern kennen. Sie finden auf den folgenden Seiten neben den Eltern-Kind-Kursen für Babys und Kleinkinder kreative, musische und natur-pädagogische Themen, sowie Angebote zur Sprach- und Bewegungsförderung. Entdecken Sie, was Ihnen und Ihrem Kind Freude macht.



Gebühren

Wann?

€ 55,00 (inkl. Busfahrt)

Di, 10.12.2024  
9.30 - 19.45 Uhr

1x

Welt - Wissen  
Krefeld

Geist - Seele  
Krefeld



**Exkursion zum Weihnachtsmarkt in Münster**  
Wenn der Prinzipalmarkt im goldenen Glanz erstrahlt, Giebelhäuser und Kirchen dezent beleuchtet und die Geschäfte festlich dekoriert sind, beginnt in Münster die wohl schönste Zeit, der Advent.  
Sechs Weihnachtsmärkte laden mit rund 300 Ständen zum Bummeln ein und wir haben auch die Gelegenheit, die schöne Innenstadt zu entdecken.

Kurs-Nr.

24-11-226

Wo?

Treffpunkt:  
Parkplatz am Zoo,  
Urdinger Straße/  
Ecke Violstraße

Krefeld



## Geist - Seele Krefeld

## Welt - Wissen Krefeld

Kurs-Nr. Wo?

24-11-160A

Krefeld -  
Inrath  
Treffpunkt:  
vor der Grabes-  
kirche,  
Hülser Straße 576

**Besuch der Grabeskirche St. Elisabeth von Thüringen**  
Bei der Besichtigung werden sowohl die Grabeskirche selbst als auch Möglichkeiten und Formen der Urnenbeisetzung vorgestellt.

24-11-159

Krefeld  
Stadtoase,  
Schroersstraße 9

In Kooperation mit der Stadtoase Krefeld  
**Spot, Satire, Ironie an missbrauchter Macht in biblischer Überlieferung**  
„Rosse und Reiter wart er ins Meer.“ - Seismographisch reagieren biblische Schriften auf angemessene Macht herrschender Menschen. In totalitären Systemen ist Spott oft die einzige und letzte Waffe der Ohnmächtigen. An diesem Abend gehen wir biblischen Spuren nach und entdecken ihre große Aktualität für unsere Zeit in Gesellschaft und Kirche.  
**Anmeldung und Information:** Stadtoase Krefeld,  
Tel: 02151 755862 oder per e-mail: [info@stadtoase-krefeld.de](mailto:info@stadtoase-krefeld.de)

24-11-112

Krefeld  
FBS - Kath. Forum,  
Felbeisstraße 25

Jeden ersten Mittwoch im Monat verwehnen wir Sie mit einem Frühstück, stellen Ihnen ein wechselndes Thema vor und geben Ihnen in geselliger Runde Gelegenheit zu Austausch und Diskussion dazu. Die Themen sind sehr weit gefasst: Von Politik über Geschichte und Umwelt bis hin zu Fragen der persönlichen Lebensgestaltung.  
Hans-Dieter Hüsch, der Kabarettist vom Niederrhein, und der in Dresden geborene Schriftsteller und Dichter Erich Kästner: Die beiden Humoristen und Literaten, deren jeweiliges Werk unvergessen und einflussreich bleibt, werden in dieser Lesung gegenüber gestellt.

**Frauenfrühstück: Hüsch trifft Kästner - eine humoristische Lesung**

1x  
Mi, 04.12.2024  
9.30 - 11.45 Uhr

€ 9,50

1x  
Di, 19.11.2024  
17.00 - 18.30 Uhr

gebührenfrei

1x  
Di, 03.12.2024  
18.30 - 21.30 Uhr

s. Info

Wann?

Gebühren

Kurs-Nr.	Wo?	Geist - Seele Krefeld	Welt - Wissen Krefeld	Wann? Gebühren	
24-11-111	FBS - Kath. Forum, Felbelstraße 25 Krefeld	<p><b>Frühstück: Eine Flussfahrt auf dem Mekong - Reisebericht aus Laos und Kambodscha</b></p> <p>Jeden ersten Mittwoch im Monat verwöhnen wir Sie mit einem Frühstück, stellen Ihnen ein wechselndes Thema vor und geben Ihnen in geselliger Runde Gelegenheit zu Austausch und Diskussion dazu. Die Themen sind sehr weit gefasst: Von Politik über Geschichte und Umwelt bis hin zu Fragen der persönlichen Lebensgestaltung.</p> <p>Zu jedem Termin können neue Teilnehmerinnen einsteigen. Wir bekommen von Frau Lindemann-Deegen Eindrücke aus erster Hand von ihrer Reise durch die erstaunlichen und oft noch wenig bekannten Landschaften entlang des Mekong.</p>	<p><b>EPL – Ein Gesprächs- und Kommunikationstraining für Paare</b></p> <p>In einer Partnerschaft geht es um Gemeinsamkeiten und Rück-sichtnahme. Um eine gesunde Mischung aus sich mitteilen und dem anderen zuhören. Um gemeinsame Ziele und noch viel mehr. Das ist eine Menge, manchmal auch ein bisschen zu viel, aber Paarkommunikation kann man lernen! Im EPL-Gesprächs-training werden zunächst grundlegende Gesprächs- und Pro-blemlösefertigkeiten eingeübt. Mit diesen Fertigkeiten spricht dann jedes Paar für sich über wichtige Themen seiner Partnerschaft. Jedes Paar wird von Trainerinnen und Trainern unterstützt, hierbei die entsprechenden Gesprächs- und Problem-lösefertigkeiten anzuwenden. Eingeladen sind vor allem Paare, die am Beginn ihrer Beziehung stehen. Das Training umfasst 6 Einheiten an einem Wochenende.</p>	<p>Mi, 06.11.2024 9.30 - 11.45 Uhr € 9,50</p> <p>1x</p>	<p>Sa + So, 09. + 10.11.2024 10.00 - 17.00 Uhr</p> <p>1x</p> <p>q wird noch bekannt- gegeben</p>
24-11-382	FBS - Kath. Forum, Felbelstraße 25 Krefeld	<p><b>EPL – Ein Gesprächs- und Kommunikationstraining für Paare</b></p> <p>In einer Partnerschaft geht es um Gemeinsamkeiten und Rück-sichtnahme. Um eine gesunde Mischung aus sich mitteilen und dem anderen zuhören. Um gemeinsame Ziele und noch viel mehr. Das ist eine Menge, manchmal auch ein bisschen zu viel, aber Paarkommunikation kann man lernen! Im EPL-Gesprächs-training werden zunächst grundlegende Gesprächs- und Pro-blemlösefertigkeiten eingeübt. Mit diesen Fertigkeiten spricht dann jedes Paar für sich über wichtige Themen seiner Partnerschaft. Jedes Paar wird von Trainerinnen und Trainern unterstützt, hierbei die entsprechenden Gesprächs- und Problem-lösefertigkeiten anzuwenden. Eingeladen sind vor allem Paare, die am Beginn ihrer Beziehung stehen. Das Training umfasst 6 Einheiten an einem Wochenende.</p>	<p><b>EPL – Ein Gesprächs- und Kommunikationstraining für Paare</b></p> <p>In einer Partnerschaft geht es um Gemeinsamkeiten und Rück-sichtnahme. Um eine gesunde Mischung aus sich mitteilen und dem anderen zuhören. Um gemeinsame Ziele und noch viel mehr. Das ist eine Menge, manchmal auch ein bisschen zu viel, aber Paarkommunikation kann man lernen! Im EPL-Gesprächs-training werden zunächst grundlegende Gesprächs- und Pro-blemlösefertigkeiten eingeübt. Mit diesen Fertigkeiten spricht dann jedes Paar für sich über wichtige Themen seiner Partnerschaft. Jedes Paar wird von Trainerinnen und Trainern unterstützt, hierbei die entsprechenden Gesprächs- und Problem-lösefertigkeiten anzuwenden. Eingeladen sind vor allem Paare, die am Beginn ihrer Beziehung stehen. Das Training umfasst 6 Einheiten an einem Wochenende.</p>	<p>Sa + So, 09. + 10.11.2024 10.00 - 17.00 Uhr</p> <p>1x</p> <p>q wird noch bekannt- gegeben</p>	





Kurs-Nr. Wo?

24-11-154

Online

**Kloster auf Zeit? - Neue Ideen für eine alte Lebensform**  
In ihrem Vortrag „Kloster auf Zeit“ erklärt die ehemalige Nonne Joanna Maria Otto, was solche Angebote von vielen Klöstern bedeuten, und berichtet von ihrer eigenen Erfahrung aus vier Jahren Klosterleben. Im zweiten Teil entfaltet sie ihre Gedanken darüber, ob ein solches Konzept ein Modell für ein modernes Klosterleben sein könnte und wie dieses Leben gestaltet sein müsste.

24-11-158A

Krefeld -  
Inrath

Stadtsoase,  
Schroersstraße 9

**Wege gewaltlosen Widerstands aus buddhistischer und christlicher Perspektive**  
**Im Gespräch mit dem Buddhisten Werner Heidenreich und dem Christen Dr. Stefan Voges**

„Auch wenn wir nicht die Macht haben, einen Krieg zu beenden, müssen wir nicht zu Kriegern werden.“ (W. Heidenreich).  
Biblische Gewaltfreiheit muss wieder stärker ins Zentrum gerückt werden – so eine der Forderungen von Pax Christi, der internationalen katholischen Friedensbewegung. Der engagierte Buddhist Werner Heidenreich und Dr. Stefan Voges, Geistlicher Beirat von Pax Christi, suchen im Gespräch Wege einer gewaltlosen Friedfertigkeit. Denn: Krieg zu führen stellt das Gegenteil von dem dar, was die Menschheit heute so dringlich braucht: ein gemeinsames Handeln, um die Grundlagen unseres Lebens in der Zukunft zu sichern.  
**Anmeldung und Information:** Stadtsoase Krefeld,  
Tel: 02151 755862 oder per e-mail: info@stadtsoase-krefeld.de

1x  
DI, 05.11.2024  
18.30 - 21.30 Uhr  
s. Info

19.30 - 21.45 Uhr  
gebührenfrei

gebührenfrei

Wann? Gebühren

Kurs-Nr.	Wo?	Geist - Seele Krefeld	Welt - Wissen Krefeld	Wann? Gebühren
24-11-169	Krefeld FBS - Kath. Forum, Felbelstraße 25	<p><b>Autorenlesung mit Manfred Deselaers: Die Wunde von Auschwitz berühren - ein deutscher Priester erzählt</b></p> <p>Seit 33 Jahren lebt der aus dem Bistum Aachen stammende Priester Manfred Deselaers in Auschwitz. Sein Einsatz für Versöhnung zwischen den Menschen ist seine Berufung. In seinem neuen Buch teilt er seine Gedanken über Verantwortung, Gott und das Leid und erzählt aus seinem Leben. Er ist überzeugt: »Wir können nicht alles Böse und alles Leid Gott in die Schuhe schieben, denn wir sind es, die für das, was in der Welt geschieht, verantwortlich sind.« Mit Beginn des Ukrainekriegs hat sein Einsatz für Versöhnung und gegen Hass neu an Aktualität gewonnen. Was ihm in diesen Zeiten Hoffnung gibt, erzählt er in seinem Buch. Im Anschluss an die Lesung gibt es die Möglichkeit zu Fragen und Austausch mit dem Autor und untereinander.</p>	<p><b>Frauenfrühstück: Erfinderrinnen</b></p> <p>Jeden ersten Mittwoch im Monat verwöhnen wir Sie mit einem Frühstück, stellen Ihnen ein wechselndes Thema vor und geben Ihnen in geselliger Runde Gelegenheit zu Austausch und Diskussion dazu. Die Themen sind sehr weit gefasst: Von Politik über Geschichte und Umwelt bis hin zu Fragen der persönlichen Lebensgestaltung.</p> <p>Zu jedem Termin können neue Teilnehmerinnen einsteigen. Wir werfen einen Blick auf Erfinderrinnen: Was haben Monopoly und Kaffeefilter, Scheibenwischer und Spülmaschine mit der ersten Funksteuerung gemeinsam? Sie wurden allesamt von Frauen erfunden! Diese und einige andere Erfindungen und deren Erfinderrinnen werden hier vorgestellt.</p>	1x So, 29.09.2024 19.00 - 21.15 Uhr gebührenfrei
24-11-110	Krefeld FBS - Kath. Forum, Felbelstraße 25	<p><b>Frauenfrühstück: Erfinderrinnen</b></p> <p>Jeden ersten Mittwoch im Monat verwöhnen wir Sie mit einem Frühstück, stellen Ihnen ein wechselndes Thema vor und geben Ihnen in geselliger Runde Gelegenheit zu Austausch und Diskussion dazu. Die Themen sind sehr weit gefasst: Von Politik über Geschichte und Umwelt bis hin zu Fragen der persönlichen Lebensgestaltung.</p> <p>Zu jedem Termin können neue Teilnehmerinnen einsteigen. Wir werfen einen Blick auf Erfinderrinnen: Was haben Monopoly und Kaffeefilter, Scheibenwischer und Spülmaschine mit der ersten Funksteuerung gemeinsam? Sie wurden allesamt von Frauen erfunden! Diese und einige andere Erfindungen und deren Erfinderrinnen werden hier vorgestellt.</p>	1x Mi, 02.10.2024 9.30 - 11.45 Uhr € 9,50	





# Geist - Seele Krefeld

## Welt - Wissen Krefeld

Kurs-Nr.

Wo?

24-11-284A

Krefeld

FBS - Kath. Forum,  
Felbelstraße 25

In Zusammenarbeit mit dem Eritreischen Verein Krefeld u. Umgebung e.V.:  
**Eritreische Küche und Kultur - gemeinsam kochen und genießen**  
Beim gemeinsamen Kochen und Genießen landestypischer eritreischer Gerichte entdecken wir einiges über die vielseitige Kultur und die abwechslungsreiche Küche dieses afrikanischen Landes. Im Anschluss erleben wir eine traditionelle Kaffezeremonie und erfahren mehr über deren Bedeutung in der Gastfreundlichkeit des Landes.

Sa, 28.09.2024  
16.30 - 21.45 Uhr

1x

€ 8,00 plus  
Lebensmittel-  
umlage  
€ 8,00

24-11-39A

Krefeld

FBS - Kath. Forum,  
Felbelstraße 25

**Hallo sagen mit den Händen - Ein DGS-Schnupperkurs!**  
Dieser Schnupperkurs bietet Ihnen einen ersten Einblick in die Deutsche Gebärdensprache (DGS). Vorkenntnisse sind nicht erforderlich, sodass alle teilnehmen können. Die Interesse an dieser faszinierenden Sprache haben. Und darum geht es:  
Einführung in die grundlegende Verständigung mit der DGS.  
Erlernen erster Gebärden und des Fingeralphabets. Bedeutung und Einsatz von natürlicher Mimik und Gestik in der nonverbalen Kommunikation.

Sa, 28.09.2024  
10.00 - 12.30 Uhr

1x

€ 16,00

24-11-203A

Krefeld

Treffpunkt:  
Rathaus,  
von-der-Leyen-  
Platz 1

**Musikalischer Stadtpaziergang - Krefelder Musikanekdoten**  
Krefeld war schon früh eine Stadt mit musikbegeisterten Bürgern. Die Stadtgeschichte ist daher voll von musikalischen Anekdoten.  
Johannes Brahms fühlte sich sehr wohl in Krefeld, Alma Mahler aber so gar nicht. Carl Wilhelm komponierte hier ein Stück, das Udo Jürgens als Vorlage für eines seiner skandalträchtigsten Lieder diente. Eine Krefelderin inspirierte Felix Mendelssohn angeblich zu einer speziellen Arie und ohne Bandonneon wäre der Tango undenkbar. Einige der vielen Krefelder Musikanekdoten hören Sie bei diesem Stadtpaziergang.

So, 29.09.2024  
15.00 - 16.30 Uhr

1x

€ 8,00

**Geist - Seele**  
Krefeld

**Welt - Wissen**  
Krefeld



Gebühren

Wann?

Kurs-Nr.

Wo?

24-11-206

Krefeld -  
Inrath

Treffpunkt:  
Stadtoase,  
Schroersstraße

In Kooperation mit der Stadtoase

**Männer-Rad-Tour von Krefeld nach Geldern**

Männer haben ihre eigene Spiritualität. Diese leben und erleben wir an einem Wochenende unterwegs mit dem Fahrrad, weitgehend auf asphaltierten Feld- und Radwegen sowie ruhigen Nebenstraßen: Natur und Bewegung, Gespräch, Begegnung und Gebet. Wir fahren ca. 45-50 km pro Tag. Wie in den letzten Jahren ist unser Ziel ein Ort und ein Ansprechpartner, der versucht, in den gegenwärtigen Umbruchzeiten auch von Kirche die Menschen ansprechende Wege zu gehen.

In diesem Jahr starten wir in der Stadtoase Krefeld und radeln auf schönen Nebenstrecken nach Geldern. Dort steht uns als Ansprechpartner Pfarrer Christian Oiding am späten Nachmittag zur Verfügung. Pfr. Oiding ist auch einer breiteren Öffentlichkeit dadurch bekannt geworden, dass er intensiv mit den neuen Medien arbeitet und es ihm gelingt, in Schulseisorge an einem großen Gymnasium, im Internet (z.B. <https://visionvonhoehnung.de>, <https://www.katholisch.de/suche?suche=suchbegriff=christian+oliding&contenttypeid=6&sort=score>) und auch in der Gemeindearbeit Jugendliche und jüngeren Erwachsene zu erreichen. Am Sonntagmorgen feiern wir in der Gruppe Gottesdienst und radeln auf anderen Wegen zurück nach Krefeld.

Weil wir in Geldern in einem Hotel übernachten (preiswertere kirchliche Häuser gibt es dort nicht), schließt die Teilnahmegebühr diesmal nicht das Abendessen mit ein.

**Anmeldung, Info und Bezahlung:** Stadtoase Krefeld, [info@stadtoase-krefeld.de](mailto:info@stadtoase-krefeld.de) oder Tel. 02151 755862

2x

Sa + So, 28. +  
29.09.2024  
8.45 - 18.00 Uhr

€ 90,00  
(inkl. Übernachtung in Einzelzimmern und Frühstück)



# Geist - Seele Krefeld

# Welt - Wissen Krefeld

Kurs-Nr.

Wo?

24-11-259

Krefeld

FBS - Kath. Forum,  
Febelstraße 25

24-11-225

Krefeld

Treffpunkt:  
Parkplatz am Zoo,  
Uerdinger Straße/  
Ecke Violstraße

**Modernisierte Sklavarbeit in der „Fabrik Asien“ - zum Beispiel anhand der Herstellung der Apple-Phones**  
„Fairer Handel“ setzt sich ein für menschenwürdige Arbeit und auskömmliche Löhne in Produktion und Handel mit Ländern des globalen Südens, für den Schutz der Menschenrechte, Transparenz und ein Lieferkettengesetz. Während zum Beobachtungsspektrum vieler NGOs traditionell die Textil- und Nahrungsmittelbranchen gehören, stehen die Digitalkonzerne und globalen neuen Produktionsketten der E-Mobilität oft nicht so sehr im Fokus. Der Autor Dr. Rügemeier wirft einen kritischen Blick auf Ausbeutung, Billiglöhne und Zwangsarbeit - oft junge Frauen betreffend- in der „Fabrik Asien“ und lädt zu Austausch und Diskussion ein.

**Exkursion zum Schloss Dyck in Jüchen mit Führung durch den Schlosspark**  
Zum Herbstbeginn machen wir gemeinsam eine Exkursion zum Schloss Dyck, eines der bedeutendsten Wasserschlosser des Rheinlandes in Jüchen im Rheinkreis Neuss.  
Im Rahmen einer einstündigen Führung „kurzer Weg und lange Achsen - Der englische Landschaftsgarten“ erleben wir den Zauber einer eindrucksvollen Parklandschaft. Danach besteht die Möglichkeit den Park weiter zu entdecken und im Restaurant der alten Remise eine Pause einzulegen.

Gebühren

Wann?

Mi, 25.09.2024  
19.00 - 21.15 Uhr  
1x

gebührenfrei

Do, 26.09.2024  
10.00 - 18.00 Uhr  
1x

€ 67,50  
(inkl. Bus,  
Eintritt und  
Führung)



Gebühren

Wann?

Welt - Wissen  
Krefeld

Geist - Seele  
Krefeld

Wo?

Kurs-Nr.

24-11-212	Krefeld	Treffpunkt: HBF	<p><b>Pilgertour auf dem Jakobsweg von Bonn bis Buschhoven</b></p> <p>Diese Erlebnistour verbindet eine besinnliche Wanderung mit spirituellen, kulturellen und landschaftlich reizvollen Orten. Die Anfahrt erfolgt mit der Bahn von Krefeld bis Bonn-Duisdorf. Dann folgt die Tour auf dem Jakobsweg von Lessenich (romanische Kirche) über Gielsdorf (Kirche St. Jakobus und Stele) – Kottenforst / Eiserner Mann – Buschhoven (Wallfahrtskirche St. Katharina) bis Bahnhof Kottenforst. Die Route führt größtenteils durch ein zusammenhängendes Waldgebiet und beträgt 16,5 km, kann aber auf Wunsch und nach Absprache auf 12 km verkürzt werden. Unterwegs werden einfache Übungen zur Meditation und zur Selbsterfahrung angeboten. In Buschhoven besteht eine Einkhehrmöglichkeit.</p>	1x	Sa, 21.09.2024 8.15 - 19.00 Uhr	€ 9,00 zzgl. Fahrkarte
24-11-253A	Krefeld	FBS - Kath. Forum, Felbeisstraße 25	<p><b>Die Hohen jüdischen Herbstfeiertage kulinarisch und kulturell entdecken</b></p> <p>Nurit Chaskiel, Mitglied der jüdischen Gemeinde zu Köln, lädt dazu ein, gemeinsam ein jüdisches Festtagsgericht zuzubereiten, wie es im Oktober zu den Hohen jüdischen Herbstfeiertagen Rosch ha-Schana (jüdisches Neujahrfest - 03./04.10.2024), Jom Kippur (Versöhnungstag - 12.10.2024) und Sukkot (Laubhüttenfest 17.-22.10.2024) üblich ist. Beim anschließenden gemütlichen Beisammensein erfahren wir mehr über die kulturellen Hintergründe der Feste und die damit verbundenen familiären Traditionen.</p>	1x	So, 22.09.2024 11.00 - 16.15 Uhr	€ 22,50



## Geist - Seele Krefeld

## Welt - Wissen Krefeld

Kurs-Nr. Wo?

24-11-201A

Krefeld

Treffpunkt:  
Rathaus,  
von-der-Leyen-Platz

**Sonntägliche Fahrradtour zu Krefelder Frauen**  
Auf zwei Rädern „erfahren“ wir die Spuren von Krefelderinnen, die mit ihrem Engagement und ihren Biographien die Stadtgeschichte Krefelds geprägt haben. Wer waren diese Geschäftsfrauen, Künstlerinnen, Politikerinnen, Sportlerinnen, Mütter und Ehefrauen?

24-11-155

Online

**Galileo, Darwin, die Kirche, ich - wie Naturwissenschaft und Glaube zusammengehen**

„Der erste Trunk aus dem Becher der Naturwissenschaft macht atheistisch, aber auf dem Grund des Bechers wartet Gott“, so soll der Quantenphysiker Werner Heisenberg gesagt haben. Als Neurobiologin und ehemalige Nonne im Dominikaner-Orden spricht Dr. Joanna Maria Otto über die Konflikte und die Verbindung zwischen Naturwissenschaft und Religion und behandelt dabei folgende drei Themen aus diesem Spannungsfeld: Der Konflikt um das Weltbild, also der Fall Galileo Galilei und der Umgang der Kirche mit wissenschaftlichen Fakten. Die Frage nach der Evolution im Gegensatz zu einem Glauben an die Schöpfung. Die Frage danach, ob Glaube und Wissen im Gegensatz zu einander stehen.

1x  
Di, 17.09.2024  
19.30 - 21.45 Uhr

gebührenfrei

1x  
So, 15.09.2024  
14.00 - 16.15 Uhr

€ 9,00

Wann? Gebühren



Gebühren

Wann?

Welt - Wissen  
Krefeld

Geist - Seele  
Krefeld

Kurs-Nr. Wo?

€ 24,00

Mo, 9., 16.  
und 23.09.2024  
19.30 - 21.00 Uhr

3x

**Baswissen Islam - Modul 2**  
Praxisnahes Wissen für jedermann über den Islam: Im zweiten Modul sind die Rituale und Gebete des Islam ebenso Thema wie die Bedeutung des Fastens, der Pilgerreise sowie das Gottes- und Menschenbild des Islams. Außerdem geht es um das Verhältnis des Islams zu anderen Religionen.

FBS - Kath. Forum,  
Feldstraße 25

Krefeld

24-11-171A

€ 7,00 zzgl.  
Veräußerungs-  
bühr der Jüd.  
Gemeinde  
€ 2,50

So, 15.09.2024  
12.00 - 13.30 Uhr

1x

**Besuch des Jüdischen Gemeindezentrums**  
Die neue Synagoge der Jüdischen Gemeinde Krefeld wurde im September 2008 eingeweiht. Die Führung stellt Baugeschichte und Architektur des neuen Gemeindezentrums vor und macht mit der Symbolsprache der neuen, der dritten Synagoge in Krefeld bekannt. Dabei kann auch deutlich werden, dass Synagogen für Jüdinnen und Juden eine andere Bedeutung haben als Kirchen für Christinnen und Christen.  
Für die Einlasskontrolle benötigen Sie Ihren Personalausweis.

Synagoge,  
Wiedstraße 17

Krefeld

24-11-252B

gebührenfrei

So, 15.09.2024  
12.00 - 18.00 Uhr

1x

**Stadt-Land-Spielt! - Tage des Gesellschaftsspiels**  
In Kooperation mit dem Brettspielclub Eiswürfel Krefeld  
„Komm und spiel mit!“ - Bei „Stadt-Land-Spielt!“ dreht sich alles um das Gesellschaftsspiel. Familien, Kinder, Jugendliche und erwachsene Spielbegeisterte sind herzlich eingeladen, Spiele aller Art in freundlicher Umgebung nach Herzenslust und ohne Zeitdruck auszuprobieren. Ziel ist es, Menschen jeglicher Couleur beim gemeinsamen Spielen zusammenzubringen. Gemeinsam lachen, scherzen, gewinnen oder verlieren - Spielen macht das möglich. Nicht nur bewährte Klassiker, sondern auch viele neue Brettspiele für Kinder, Familien und Erwachsene, die die Verlagspartner bzw. der Krefelder Brettspielclub Eiswürfel zur Verfügung stellen, können ausgeliehen und getestet werden. Warum also nicht öfters zum Brettspiel greifen? Die kompetente Clubmitglieder der Eiswürfel stehen Spielereklärer unterstützend zur Seite.

FBS - Kath. Forum,  
Feldstraße 25

Krefeld

24-11-330



## Geist - Seele Krefeld

## Welt - Wissen Krefeld

Kurs-Nr. Wo?

24-11-051F	Krefeld	FBS - Kath. Forum, Felbelstraße 25	In Kooperation mit OGT Fliegenpilz	Fr, 06.09.2024 8.15 - 10.30 Uhr	1x	gebührenfrei
24-11-051G			Jeden ersten Freitag im Monat außerhalb der Schulferien treffen sich die Eltern der Kompass-Grundschule zu einem gemütlichen Frühstück im Café Klatsch in der Familienbildungsstätte. Dabei können sich alle Eltern in geselliger Runde kennenlernen und zu gemeinsamen Themen und Erfahrungen austauschen.	11.10.2024 8.15 - 10.30 Uhr	1x	gebührenfrei
24-11-051H				08.11.2024 8.15 - 10.30 Uhr	1x	gebührenfrei
24-11-051I				06.12.2024 8.15 - 10.30 Uhr	1x	gebührenfrei
24-11-003	Krefeld	FBS - Kath. Forum, Felbelstraße 25	<b>Repair-Café</b> Was macht man mit einem Stuhl, an dem ein Bein kaputt ist? Mit einem Toaster, der nicht mehr funktioniert? Das Spielzeug rollt nicht mehr.... Wegwerfen? Keinesfalls! - Reparieren Sie es im Repair Café. Repair Café ist gemeinsam kaputte Sachen reparieren, fachkundige Beratung, nette Begegnung, viel Inspiration und bürgerliches Engagement mit Nachhaltigkeit.	Sa, 07.09.2024 10.00 - 13.00 Uhr Sa, 30.11.2024 10.00 - 13.00 Uhr	1x 1x	Es wird um eine freiwillige Spende gegeben.
24-11-004						
24-11-282	Krefeld	FBS - Kath. Forum, Felbelstraße 25	<b>Empowerment Workshop Ein Gesprächsraum für Mütter mit nicht-„weißer“ Hautfarbe und Kinder</b> In diesem Workshop treffen sich einmal im Monat „schwarze“ Frauen und Kinder in einem geschützten Gesprächsraum, um gemeinsam kreativ und im Austausch miteinander ihre Erfahrungen und Erlebnisse zu reflektieren. Sie tauschen sich zu unterschiedlichen Themen aus und arbeiten gemeinsam an einem Kunstprojekt. Sie werden angeleitet von Jutta Weber, Kinder- und Jugendärztin und Psychotherapeutin aus Krefeld, und der Sonderpädagogin Wambui Kamande.	Sa, 07.09.2024 11.00 - 13.15 Uhr Sa, 05.10.2024 11.00 - 13.15 Uhr	1x 1x	gebührenfrei gebührenfrei
24-11-283						

 Krefeld Welt - Wissen	Geist - Seele Krefeld	Kurs-Nr. Wo?	Wann? Gebühren	Wo? Krefeld	Kurs-Nr. Wo?
	<p><b>Frauenfrühstück: Name und Identität</b></p> <p>Jeden ersten Mittwoch im Monat verbringen wir Sie mit einem Frühstück, stellen Ihnen ein wechselndes Thema vor und geben Ihnen in geselliger Runde Gelegenheit zu Austausch und Diskussion dazu. Die Themen sind sehr weit gefasst: Von Politik über Geschichte und Umwelt bis hin zu Fragen der persönlichen Lebensgestaltung.</p> <p>Zu jedem Termin können neue Teilnehmerinnen einsteigen. Wir widmen uns unseren Namen: Welche Namen haben wir und wie haben sie uns und unsere Identität geprägt? Was verbinden wir mit Ihnen und was nicht?</p>	<p>24-11-109</p> <p>FBS - Kath. Forum, Felbelsstraße 25</p>	<p>Mi, 04.09.2024                      9.30 - 14.45 Uhr                      € 9,50</p>	<p>24-11-357A</p> <p>FBS - Kath. Forum, Felbelsstraße 25</p>	<p>24-11-357A</p> <p>FBS - Kath. Forum, Felbelsstraße 25</p>
	<p><b>Patientenverfügung, Betreuungsvollmacht und Vorsorgevollmacht</b></p> <p>Sind Sie ausreichend auf unvorhergesehene Situationen vorbereitet? Eine Patientenverfügung, Betreuungsvollmacht und Vorsorgevollmacht sind wichtige Dokumente, die sicherstellen, dass Ihre Wünsche und Bedürfnisse auch dann berücksichtigt werden, wenn Sie selbst nicht mehr in der Lage sind, Entscheidungen zu treffen. Erfahren Sie, welche rechtlichen und praktischen Aspekte dabei zu beachten sind und wie Sie Ihre persönlichen Vorstellungen und Wünsche in diesen Dokumenten festhalten können.</p>	<p>24-11-357A</p> <p>FBS - Kath. Forum, Felbelsstraße 25</p>	<p>Mi, 04.09.2024                      19.30 - 21.00 Uhr                      € 9,00</p>	<p>24-11-357A</p> <p>FBS - Kath. Forum, Felbelsstraße 25</p>	<p>24-11-357A</p> <p>FBS - Kath. Forum, Felbelsstraße 25</p>



## Geist - Seele Krefeld

## Welt - Wissen Krefeld

Kurs-Nr.  
Wo?

24-11-204A

Krefeld

Treffpunkt:  
Wasserturm,  
Gutenbergstraße 27

### Von Brunnen zu Brunnen - Mit dem Rad zu Krefelder Wasserstellen

Auf einer Radtour durch Krefeld können Sie die zahlreichen geschichtstächtigen Brunnen Krefelds kennenlernen. Jede dieser Wasserstellen entstand in unterschiedlichen historischen Zusammenhängen. Sie tragen Namen wie Märchenbrunnen, Fördchen- oder Puppenbrunnen. Lernen Sie auf dieser Radtour bekannte und unbekannte Brunnen und ihre Geschichte(n) kennen.

1x

So, 01.09.2024  
14.00 - 16.15 Uhr

€ 9,00

Gebühren

Wann?

24-11-353

Krefeld

Pax Christi,  
Glockenspitze 265

### Gedächtnistraining

Fit im Kopf bleiben mit abwechslungsreichen, spielerischen Übungen. Die zwölf Trainingsziele des Ganzheitlichen Gedächtnistrainings garantieren vielseitige, anregende Stunden. In einer fröhlichen Gruppe stärken wir gemeinsamen Konzentration und Merkfähigkeit, aber auch Denkflexibilität, Phantasie und Kreativität. Die Wahrnehmung mit allen Sinnen wird angeregt, Assoziationen helfen beim Einprägen und Abrufen von Informationen. Der Wortschatz und das logische Denken werden geschult. Auch Bewegung, Koordination und Entspannung gehören dazu. Bei allem dem geht es nicht um Leistung, sondern nur um die Freude, die Ihr Gehirn aktiv hält.

5x

Mo, 02.09. bis  
30.09.2024  
10.00 - 11.30 Uhr

€ 40,00

24-11-354

Krefeld -  
Lindental

St. Michael,  
Am Konnerzfeld 29

### Frauengesprächskreise

Informationen und Anmeldung bei Koordinatorin  
Regina Monderkamp, Tel.: 02151 972353

4x

Mo, 02.09.,  
07.10., 04.11. und  
02.12.2024  
15.30 - 17.00 Uhr

gebührenfrei

Kurs-Nr.	Wo?	Wann?	Gebühren
24-11-967	Krefeld FBS-Kath. Forum, Felbelstraße 25	immer: Mo, 02.09.2024 8:00 - 8:45 Uhr	gebührenfrei
24-11-968		1x Mo, 16.09.2024	
24-11-969		1x Mo, 30.09.2024	
24-11-970		1x Mo, 28.10.2024	
24-11-971		1x Mo, 11.11.2024	
24-11-972		1x Mo, 25.11.2024	
24-11-973		1x Mo, 09.12.2024	

**Seelensnack - Ein spiritueller Start in die Woche!**  
 Herzlich laden wir Sie zu unserem neuen Angebot "Seelensnack" ein, einem wöchentlichen Treffen, das Ihre Seele nährt und Ihnen hilft, mit positiver Energie und innerer Balance in die Woche zu starten. Unser Leben ist so hektisch und schnell, 30-40 Minuten nur für Sie zum Innehalten, Gedanken fließen lassen, Anregungen aufnehmen und gestärkt werden.

**Was erwartet Sie?**  
 In einem warmen und einladenden Raum treffen wir uns, um gemeinsam eine spirituelle Reise zu unternehmen. Eine liebevoll gestaltete Mitte und passende Musik schaffen eine beruhigende Atmosphäre, die zum Verweilen und Nachdenken einlädt. Jedes Treffen steht unter einer anderen Überschrift und bietet Raum für persönliche Reflexion und kurzem Austausch, angereichert durch inspirierende Texte, Musik und Gedanken, die Sie mit in Ihren Alltag nehmen können.

Dieses Angebot schenken wir Ihnen. Aufgrund der Planung bitten wir jedoch um eine Anmeldung.  
 Wir freuen uns darauf, gemeinsam mit Ihnen die Woche auf eine spirituelle und erfüllende Weise zu beginnen. Seien Sie dabei und lassen Sie uns gemeinsam Kraft und Inspiration schöpfen!

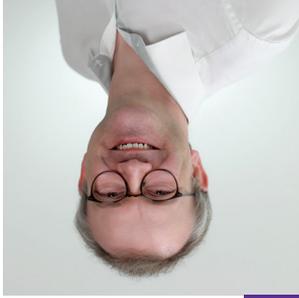
**Geist - Seele**  
 Krefeld

**Welt - Wissen**  
 Krefeld



Geist - Seele  
Krefeld

Welt - Wissen  
Krefeld



**Fachbereichsleiter:**  
Jörg Spiekermann

**Telefon:**

02151 6294-14

**E-Mail:**

[spiekermann@forum-krefeld-viersen.de](mailto:spiekermann@forum-krefeld-viersen.de)

**Sprechstunde:**

nach Vereinbarung

Ausgehend von einem christlichen Menschenbild möchten wir Sie darin bestärken, sich zu den vielen Fragen einer komplexen Welt eine differenzierte Meinung und Haltung zu bilden.

Mit unseren Veranstaltungen möchten wir:

- Raum für den Austausch vielfältiger Lebens- und Glaubensfragen bieten
- ermutigen, Zeitfragen kritisch zu stellen
- Anregungen zur Gestaltung des Lebens in Familie und Gesellschaft geben



**Ingrid Ederle**

ederle@forum-krefeld-viersen.de



**Barbara von der Heyde**

Assistentin der Geschäftsleitung

Telefon: 02151 6294-13

vonderheyde@forum-krefeld-viersen.de



**Eliza Zipari**

zipari@forum-krefeld-viersen.de



**Ruth Walter**

Geschäftsführerin

Telefon: 02151 6294-0

walter@forum-krefeld-viersen.de



**Alexandra Eickholt**

eickholt@forum-krefeld-viersen.de

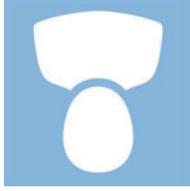


**Michaela Drost**

Social Media Beauftragte

Telefon: 0152 09584271

drost@forum-krefeld-viersen.de



**Gabi Rinass-Goertz**

stellvertretende Leiterin

Telefon: 02151 6294-12

rinass-goertz@forum-krefeld-viersen.de



**Silvana Monaco-Cam**

monaco-cam@forum-krefeld-viersen.de

**Verwaltung Viersen, Telefon: 02162 50199-0**

**Verwaltung Krefeld, Telefon: 02151 6294-0**

# FAMILIEN. BEGLEITEN. STÄRKEN.



Besuchen Sie uns auch auf:



FBS\_Krefeld\_Viersen



fbs\_krefeld\_viersen

**Krefeld:** Felbelstr. 25, 47799 Krefeld | Tel. 02151 6294-0  
**Viersen:** Rektoratstr. 25 | 41747 Viersen | Tel. 02162 50199-0  
info@forum-krefeld-viersen.de | [www.forum-krefeld-viersen.de](http://www.forum-krefeld-viersen.de)

Öffnungszeiten:

Krefeld+Viersen: Montag bis Freitag 9.00 - 12.00 Uhr  
Krefeld: Montag+Dienstag+Mittwoch 14.00 - 17.00 Uhr  
Viersen: Montag bis Donnerstag 14.00 - 17.00 Uhr  
(Kassenschluss 16.30 Uhr)

Es gelten unsere AGB.



FAMILIEN. BEGLEITEN. STÄRKEN.



Kreis Viersen

Krefeld

September  
bis  
Dezember  
2024

Programm

Katholisches Forum für  
Erwachsenen- und Familienbildung  
Krefeld und Viersen

forum