

jfd

Jugend- und
Familiendienst e.V.



Familienbildung Weiterbildung

Jahresprogramm August 2025 - Juli 2026



Auch der Jugend- und Familiendienst e.V. lässt seine Fahrzeuge bei uns warten und bei Bedarf reparieren.

KFZ-Bockhöfer bietet Ihnen kompetenten Meister-Service für alle Marken – Schwerpunkt Mercedes-Benz.

Ihr Fahrzeug ist bei uns in besten Händen für

- Kundendienste
- Fehlerdiagnose
- Motor- und Getriebereparaturen
- Automatikgetriebe-Spülungen nach T. Eckart
- Karosserie- und Unfall-Instandsetzung
- Autoelektrik und Elektronik
- Klima-Service
- Abschlepp-Service während der Geschäftszeiten
- Hol- und Bringdienst
- TÜV/AU täglich

Ihre faire Alternative!

Fachwerkstatt aller Marken
Schwerpunkt Mercedes-Benz
Kanalstr. 2 48432 Rheine
Im Industriegebiet Kanalhafen Ost
www.kfz-bockhoefer.de



Kfz-Bockhöfer

Rheine-Kanalhafen



Montag – Freitag 8.00 – 18.00 Uhr und Samstag 9.00 – 12.00 Uhr
Tel: 05971 -8079221 Fax: 05971 - 8079220

Liebe Teilnehmerinnen und Teilnehmer,

liebe Bildungsinteressierte,

wir freuen uns sehr, Ihnen unser neues Bildungsprogramm für das Jahr 2025 vorzustellen! Auch in diesem Jahr haben wir für Sie einen ausgewogenen Mix aus bewährten Kursen und spannenden neuen Angeboten zusammengestellt.

Dank der erneuten Erweiterung unseres Teams, insbesondere durch eine neue Leitung im Bereich PEKiP, konnten wir unser bewährtes Kursangebot weiter ausbauen. Trotz der aktuellen Herausforderungen und anstehenden Kürzungen ist es uns gelungen, das Programm so zu gestalten, dass Ihr Geldbeutel geschont wird und Sie dennoch von hochwertigen Bildungsangeboten profitieren.

Unsere Schwerpunkte setzen wir bewusst auf Themen mit großer gesellschaftlicher Relevanz:

- Das Jahr der (schmelzenden) Gletscher 2025 – spannende Veranstaltungen rund um den globalen Klimawandel
- Demokratieförderung – Angebote, die das Verständnis und Engagement für unsere demokratischen Werte stärken

Darüber hinaus orientieren sich unsere beruflichen Weiterbildungen an den aktuellen Bedarfen in der pädagogischen und sozialen Arbeit. Sie erhalten praxisnahe Fortbildungen, die Sie optimal auf die Herausforderungen Ihres Berufsalltags vorbereiten.

Wir laden Sie herzlich ein, in unserem neuen Bildungsprogramm zu stöbern und die vielfältigen Möglichkeiten zu entdecken. Bitte beachten Sie, dass nicht alle Angebote ausführlich beschrieben sind – weiterführende Informationen finden Sie jederzeit auf unserer Homepage (www.jfd-rheine.de).

Wir freuen uns auf Sie!

Herzliche Grüße

Birgitt Overesch



Standorte der jfd-Bildungsstätte



jfd-Bildungsstätte

Wadelheimer Chaussee 195
48432 Rheine

Telefon: 05971 91448-0

E-Mail: bildungsstaette@jfd-rheine.de

Internet: www.jfd-rheine.de

Bürozeiten:

Mo. bis Fr. 8:30 – 12:30 Uhr
Di. bis Mi. 14:30 – 16:30 Uhr

In den Schulferien NRW nur vormittags geöffnet.



Bildungszentrum Bürgerhof Schotthock

Lingener Damm 137
48429 Rheine

Telefon: 05971 91448-190

E-Mail: buergerhof@jfd-rheine.de

Bürozeiten:

Mo. bis Fr. 8:30 – 12:00 Uhr
Mo., Di., Do. 14:30 – 16:30 Uhr

In den Schulferien NRW geschlossen.



Atrium Bildungshaus Mesum

Industriestraße 25
48432 Rheine-Mesum

Telefon: 05971 91448-195

E-Mail: atrium@jfd-rheine.de

Bürozeiten:

Mo. und Mi. 8:30 – 12:00 Uhr
Do. 8:30 – 14:00 Uhr

In den Schulferien NRW geschlossen.

Zu Ihrer Information:

Vom 23.12.2025 bis 05.01.2026 sind alle Standorte geschlossen.

Das Team der jfd-Bildungsstätte stellt sich vor:



Inga Kroening

Dipl. Pädagogin
❖ Fachbereichsleitung
jfd-Bildungsstätte
inga.kroening@jfd-rheine.de



Brunhilde Dierkes-Zumhasch

Dipl. Pädagogin
❖ Pädagogische Leitung Bildungszentrum Bürgerhof
Schotthock
brunhilde.dierkes-zumhasch@jfd-rheine.de



Nina Wienkamp

Sozialpädagogin B.A.
❖ Pädagogische Leitung Atrium Bildungshaus Mesum
nina.wienkamp@jfd-rheine.de



Karin Bockstette

pädagogische Mitarbeiterin
❖ Elterntainerin, Ehrenamt
karin.bockstette@jfd-rheine.de



Monique Braun

Pflegepädagogin
❖ PEKIP-Leitung i.A.
monique.braun@jfd-rheine.de



Heike Sommer-Strotmann

Heilpädagogin
❖ Themen rund um Inklusion
heike.sommer-strotmann@jfd-rheine.de



Lina-Sophie Nackat

Sozialarbeiterin B.A.
❖ MEDETO
lina-sophie.nackat@jfd-rheine.de



Anja Sudke

❖ Verwaltung
❖ Anmeldung jfd-Bildungsstätte Wadelheimer
Chaussee
anja.sudke@jfd-rheine.de



Angelika Laumann

❖ Anmeldung jfd-Bildungsstätte Wadelheimer Chaussee
angelika.laumann@jfd-rheine.de



Alice Krümpel

❖ Anmeldung jfd-Bildungsstätte Wadelheimer Chaussee
alice.kruempel@jfd-rheine.de



Martina Lübbers

❖ Anmeldung Bildungszentrum Bürgerhof Schotthock
martina.luebbers@jfd-rheine.de



Christiane Hembrock

❖ Anmeldung Atrium Bildungshaus Mesum und Bildungszentrum Bürgerhof Schotthock
christiane.hembrock@jfd-rheine.de

Allgemeines

Rund ums Kleinkind

8

Familie & Erziehung

15

Familienzentren - Angebote in Kooperation

17

Angebote für Kinder & Jugendliche

41

Angebote für Menschen mit Behinderungen

43

Nähen & Kreatives

46

Kochen

49

Bewegung & Gesundheitsbildung

51

Persönlichkeitsbildung

56

Weiterbildung für freiwilliges Engagement

62

Berufliche Bildung

64

MEDETO

83

Arbeit und Soziales

86

Referent:innen im jfd

87

Telefonisch erreichen Sie uns in der jfd-Bildungsstätte:

Montag bis Freitag 8.30-12.30 Uhr

Montag bis Donnerstag 14.30-16.30 Uhr



05971 91448-188

Anmeldebedingungen	7	Kochen	49-50
Rund ums Kleinkind	8-14	Allgemeine Kochkurse	49-50
Babymassage	8	Bewegung und Gesundheitsbildung	51-55
Elternstart NRW - Kurse	9	Rückbildungsgymnastik	51
PEKiP-Kurse	10	Rückenschule für Menschen in sitzenden Tätigkeiten.....	51
Krabbeltreff	11	Vital-Gymnastik	51
Spiel und Bewegung im ersten Lebensjahr	11	Wirbelsäulengymnastik und Rückenschule	52
Eltern-Kind-Gruppen	12	Yoga-Kurse	52-53
Café Krümel	12	Walkingkurse	53
Eltern-Kind-Café Miteinander	13	Fitness-Kurse	53
Eltern-Kind- und Vater-Kind Turnen im ETuS	13	Angebote in Kooperation mit Fit& Fight Rheine	55
Mini-Treff.....	13	Persönlichkeitsbildung	56-61
Wichtelgruppen.....	14	1. Gesundheit	56-58
Familie und Erziehung	15-16	2. Persönliche Interessen	58-59
Erste Hilfe bei Kindernotfällen.....	15	3. Blick in die Welt	60-61
Resilienz und Selbstfürsorge.....	15	Weiterbildung für freiwilliges Engagement	62-63
Trotzende Kleinkinder	15	Fortbildung Nachbarschaftshelfer:in	62
Umgang mit Emotionen.....	15	Seniorenlots:innen Schulung	62
Paarbeziehung trotz Elternschaft.....	16	Ehrenamtliche Patientenbegleitung.....	63
Trennungsgänge.....	16	Fortbildung Schlaganfallhelfer:in	63
AD(H)S – Vortrag.....	16	Ruhestand und dann?	63
Angebote in Kooperation	17-40	Berufliche Bildung	64-80
Familienzentrum- Angebote in Kooperation.....	17	Fördermöglichkeiten.....	64
Familienzentrum Janusz-Korczak-Kindergarten, Rheine.....	17-19	1. Kindertagespflege.....	64-66
Familienzentrum Jakobi, Rheine.....	20-21	2. Kinder von 0-6 Jahre	66-74
Familienzentrum Schotthock, Rheine	21	3. Lebenswelt Schule.....	74-79
Familienzentrum St. Elisabeth und Michael (CJD)	22	4. Medienkompetenz in der pädagogischen & sozialen Arbeit.....	80
Familienzentrum Rheine – Eschendorf.....	22	5. Erste-Hilfe und Hygiene-Schulungen	81
Familienzentrum Herz-Jesu / St. Konrad	23-24	MEDETO- Mediatoren für Demokratie und Toleranz	83-85
Familienzentrum Vielfalt.....	24-25	MEDETO- Trainings.....	83-84
Familienzentrum AWO Schotthock.....	25-26	Spiele in Gruppen	84
Familienzentrum K.E.K.S., Mesum	26-28	Stauen und ausprobieren - spannende Experimente für Gruppen	84
Familienzentrum DRK FZ Korallenriff.....	28-29	Konflikte mit Kindern gewaltfrei lösen.....	84
Familienzentrum Impuls	29-30	Mobbing wirksam bewältigen - No Blame Approach.....	84
Familienzentrum „Unsere kleine Farm“, Wetrtringen	31-32	Praxisworkshop zum Umgang mit Vorurteilen	85
Familienzentrum St. Petronilla, Wetrtringen	32-35	und gegen Diskriminierung.....	
Familienzentrum „Die Zwergenburg“, Metelen.....	35-36	Arbeit und Soziales	86
Familienzentrum „Kita Regenbogen“, Laer	36	Beratungsstelle Arbeit.....	86
Familienzentrum Outlaw, Steinfurt.....	36-37	Taschengeldbörse Rheine	86
Familienzentrum Kita Wichernwald, Nordwalde	38	Bürgertreff „rheine süd-west“.....	86
Familienzentrum Kita Weltenbummler, Lengerich.....	39-40	JobCafé für Frauen.....	86
Familienzentrum St. Cyriakus, Salzbergen.....	40	Minijob - Chancen - Risiken - Nebenwirkungen	86
Angebote für Kinder und Jugendliche	41-42	Referent:innen im jfd	87-88
Angebote für Menschen mit Behinderungen	43-45		
Kooperation CeBeeF.....	43		
Kreatives.....	43		
Spiel, Tanz und Bewegung	44		
Kochkurse	44		
Mobilitätsworkshop	44		
Nähen & Kreatives	46-48		
Nähkurse	46		
Kreativstube - Vermittlung handwerklicher Kulturtechniken.....	47		
Nähworkshops.....	47		
Fahrt zur Creativa.....	48		
Goldschmiede Kompattkurs	48		

Anmeldung

Mit Erscheinen dieses Programmheftes können Sie sich persönlich (an den Standorten Wadelheimer Chaussee, im Atrium Bildungshaus in Mesum und im Bürgerhof Schotthock) sowie in Textform oder über unsere Homepage zu unseren Veranstaltungen anmelden. Eine Anmeldung ist verbindlich und verpflichtet zur Entrichtung der Kursgebühren.

Ein Vertragsschluss kommt erst zustande, wenn der jfd die Teilnahme am Kurs telefonisch oder per Mail bestätigt hat.

Abmeldung

Sie können sich grundsätzlich schriftlich (per Mail oder Post) von einem Kurs abmelden. Bei einer Abmeldung bis spätestens 8 Tage vor Kursstart fallen keine Kursgebühren an. Bei einer Abmeldung 7-0 Tage vor Kursbeginn werden die vollen Kurskosten berechnet.

Ebenso wird bei Nichterscheinen die volle Kursgebühr fällig. Eine Erstattung für einzelne, nicht besuchte Einheiten ist nicht möglich.

Ggf. vorliegende Sonderregelungen zu Abmeldungen werden in der Kursaus-schreibung auf der Homepage vermerkt.

Rückerstattung

Sollte eine Veranstaltung abgesagt oder aus unvorhersehbaren Gründen nicht stattfinden können, so werden die Teilnehmer:innen unverzüglich benachrichtigt. In diesem Fall sind keine Kursgebühren fällig bzw. bereits gezahlte Gebühren werden selbstverständlich erstattet.

Zahlungsmodalitäten

Es gibt für Sie drei Möglichkeiten, die Kursgebühr zu entrichten:

1. Abbuchung von Ihrem Konto mittels Einzugsermächtigung – erteilt über Anmeldekarte/Anmeldebogen oder online Anmeldung
2. Barzahlung
3. Überweisung auf das unten angegebene Konto

Bankverbindung

Stadtparkasse Rheine

IBAN: DE26403500050000070581

BIC: WELADED1RHN

Öffnungszeiten

Generell sind die Standorte zu den Bürozeiten und zu den ausgeschriebenen Kursen geöffnet. In den Schulferien NRW finden keine Weiterbildungsveranstaltungen statt. Die Öffnungszeiten der Standorte können dann abweichen. Bitte entnehmen Sie diese der Homepage.

Beratung

Zu allen Kursen, Vorträgen und Weiterbildungen können Sie in der jfd-Bildungsstätte eine kompetente Bildungsberatung erhalten, so dass Sie das für Sie passende Angebot finden und buchen können. Bitte wenden Sie sich dazu an die pädagogischen Mitarbeiter:innen und an die Mitarbeiter:innen in den Anmeldebüros.

Barrierefreiheit

Die verschiedensten Menschen besuchen unsere Bildungsangebote. Dabei streben wir nach Möglichkeit stets eine Barrierefreiheit an. Diese umfasst beispielsweise den Veranstaltungsort, die Sprache, die Teilhabemöglichkeiten und die genutzten Materialien und Medien. Wir versuchen allen Interessierten eine Teilnahme und Zugang an unseren Bildungsangeboten zu ermöglichen. Bitte melden Sie sich bei uns, wenn Sie besondere Bedarfe haben. Wir können gemeinsam überlegen, ob und wie eine Teilnahme umsetzbar ist.

Veranstaltungsort

Bitte beachten Sie, dass die Kurse oder Angebote an den verschiedenen Standorten des Jugend- und Familiendienstes e.V. oder bei Kooperationspartnern durchgeführt werden.

Datenschutz

Der Schutz der personenbezogenen Daten ist uns ein wichtiges Anliegen. Die Transparenz über die Datenverarbeitung wird dabei als ein zentraler Punkt gesehen. Bitte lesen Sie deswegen unsere Bestimmungen zum Datenschutz in der Datenschutzerklärung und in dem Informationsschreiben für Kursteilnehmer:innen, diese können auf unserer Homepage oder an den Außenstellen eingesehen werden.

Zu allen Fragen rund um das Thema Datenschutz steht Ihnen darüber hinaus unser Datenschutz-beauftragter zur Verfügung (E-Mail: datenschutzbeauftragter@jfd-rheine.de)

Online-Angebote

Im Rahmen von Digitalisierung werden vermehrt auch Online-Angebote oder hybride Angebote (Teile in Präsenz/Online bzw. Teilnehmer:innen sind in Präsenz oder Online anwesend) durchgeführt. Dafür nutzt die jfd-Bildungsstätte das Videokonferenzsystem Zoom. Bitte entnehmen Sie die Informationen rund um Zoom und Datenschutz dem Informationsschreiben für Online-Meetings, Telefonkonferenzen und Online-Angebote via „ZOOM“. Dies kann auf unserer Homepage oder an den Außenstellen eingesehen werden. Darüber hinaus ist das Weitergeben des Zugangslinks an Dritte sowie ein Videomitschnitt der Online-Angebote untersagt.

Haftungsausschluss

1. Die Haftung des jfd für Schäden, die im Zusammenhang mit der Teilnahme an den Veranstaltungen des jfd entstehen, ist ausgeschlossen. Dies gilt auch für den Verlust oder die Beschädigung von Gegenständen, die die Teilnehmer:innen zu den Veranstaltungen mitbringt.
2. Ausgenommen von Absatz 1. sind Schäden aus der Verletzung des Lebens, des Körpers und der Gesundheit sowie Schäden aus der Verletzung einer wesentlichen Vertragspflicht des jfd. Wesentliche Vertragspflichten sind solche, deren Erfüllung die ordnungsgemäße Durchführung des Vertrages erst ermöglicht und auf die die Teilnehmer:innen grundsätzlich vertraut und auch vertrauen darf.
3. Ausgenommen von Abs. 1. sind weiterhin Schäden, die auf einer vorsätzlichen oder grob fahrlässigen Pflichtverletzung des jfd, seiner gesetzlichen Vertreter oder Erfüllungsgehilfen beruhen.
4. Bei Veranstaltungen, die Eltern gemeinsam mit ihren Kindern besuchen (z.B. Eltern-Kind-Kurse, Krabbeltreffs), geben die Eltern ihre Aufsichtspflicht nicht an die Mitarbeiter:innen des jfd ab, sondern bleiben selbst für die Aufsicht über ihre Kinder verantwortlich.

Beschwerdemanagement

Da uns die Zufriedenheit der Teilnehmer:innen am Herzen liegt, haben wir ein System entwickelt, um die Zufriedenheit abzufragen und nachzuhalten. Dazu können unsere „Rückmeldekarten“ genutzt werden. Zudem liegen an allen Außenstellen „Rückmeldebögen“ aus und auf der Homepage besteht zudem fachbereichsübergreifend die Möglichkeit, unter dem Button „Ihre Meinung ist uns wichtig!“ eine Rückmeldung an den jfd zu senden.

Wichtiger Hinweis:

In diesem Programmheft werden sowohl Kurse der Familienbildung als auch der Weiterbildung als Angebote der Erwachsenenbildung aufgeführt. Die Zuordnung erfolgt über die Kurssoftware, nicht förderfähige Kurse (z.B. Kinderkurse) werden ebenfalls erkennbar sein.

Familienbildung

Familienbildung basiert auf dem Anspruch moderner Menschen auf ein selbst bestimmtes Leben. Moderne Eltern hinterfragen Traditionen und bis dato tradiertes Handeln und Denken im Verhältnis zu einer sich radikal verändernden Welt. Sie reflektieren die eigene Situation und die ihrer Familie im Zusammenhang mit gesellschaftlichen Herausforderungen.

Verantwortungsbewusste Eltern haben das Bedürfnis und den Anspruch, den Kindern in ihrer Familie ein erfülltes Leben zu bieten, sie zum Glück zu befähigen und ihnen nicht zuletzt eine in jedweder Hinsicht lebenswerte Welt zu eröffnen.

In der Vereinbarung von persönlicher und beruflicher Selbstverwirklichung suchen moderne Eltern im Rahmen einer familiär geprägten Lebenswelt das eigene Glück.

Termin, Uhrzeit und Kursleitung können zu den Angaben im Heft aus organisatorischen Gründen abweichen. Nähere Informationen erfragen Sie unter 05971/ 91448-188 oder lesen Sie auf unserer Homepage.

Spielen, Lernen und sich Begegnen im ersten Lebensjahr

Mit der Geburt eines Kindes ändert sich die Situation für die ganze Familie. Mit den Angeboten für Eltern mit Kindern im ersten Lebensjahr möchten wir Mütter und Väter begleiten und sie bei der Gestaltung einer guten gemeinsamen Zeit unterstützen. In den Kursen werden oft Kontakte und Freundschaften geschlossen, die das Familienleben lange bereichern! Sie sind herzlich eingeladen, unsere Angebote kennenzulernen.

Die Familienbildung gibt in diesem Zusammenhang vielfältige Orientierungshilfen für Erwachsene, die mit Kindern leben: Von Eltern-Kind-Kursen über Informationsveranstaltungen, Kurse und Seminare zu Erziehungs-, Lebens- und Gesundheitsfragen bis hin zu Angeboten zur persönlichen, künstlerischen und kreativen Entfaltung. Familienbildung will Eltern helfen, sich ihrer Kompetenzen und Ressourcen und ihrer Ansprüche und Bedürfnisse zu vergewissern und Sicherheit, Stärke und Gelassenheit zu gewinnen.

Ziel ist die Entwicklung und Vermittlung von Fähigkeiten für eine eigene Lebensführung und der Aufbau von positiven und aktiven Gefühlen und Kompetenzen für die eigenverantwortliche Partizipation am gesellschaftlichen Leben.

Babymassage

Ort: jfd-Bildungsstätte Wadelheim

Kurs	Leitung	Tage	Uhrzeit	Umfang	Beginn	Kosten
B01.01-01	Karin Bockstette	Di	10:45-11:30	5Treffen=5UStd.	02.09.25	28,50 €
B01.01-02	Karin Bockstette	Di	10:45-11:30	5Treffen=5UStd.	28.10.25	28,50 €
B01.01-03	Karin Bockstette	Di	10:45-11:30	5Treffen=5UStd.	13.01.26	28,50 €
B01.01-04	Karin Bockstette	Di	10:45-11:30	5Treffen=5UStd.	24.02.26	28,50 €
B01.01-05	Karin Bockstette	Di	10:45-11:30	5Treffen=5UStd.	14.04.26	28,50 €
B01.01-06	Karin Bockstette	Di	10:45-11:30	5Treffen=5UStd.	02.06.26	28,50 €

Alter der Kinder bei Kursbeginn 6 - 10 Wochen.

In diesem Kurs über fünf Treffen erlernen Eltern Schritt für Schritt die Techniken der schwedisch-indischen Babymassage nach Leboyer und Schneider. Die Babymassage vertieft das Verhältnis zwischen Eltern und Kind, sie ist eine wortlose, liebevolle Verständigung mit dem Kind, die Geborgenheit und Nähe ausdrückt. Babymassage bedeutet für das Kind: Vergnügen und Freude, Verständigung, Nähe, Sanftheit, Entspannung und Ruhe, Lösung von Verkrampfungen und Verspannungen, Entwicklung des Körperbewusstseins. Babymassage kann aber auch helfen bei Blähungen und Dreimonatskoliken, bei Schlafstörungen und Unruhezuständen, für Frühgeborene, nach längerer Trennung von der Mutter (Klinikaufenthalt), nach längerer Krankheit.





Kostenlose Angebote für Eltern mit Kindern im ersten Lebensjahr. Alle Angebote mit diesem Logo können von Eltern mit Kindern bis zu einem Jahr kostenfrei genutzt werden: Das Land NRW fördert pro Kind fünf Treffen à 90 Minuten, z.B. für Baby-massage, Krabbeltreff oder Elterncafé. Nähere Informationen erhalten Sie unter Tel. 05971/91448-188 oder unter kursanmeldung@jfd-rheine.de. Sie sind herzlich eingeladen, unsere Angebote kennenzulernen!

Elternstart NRW - Wichtige Information zu Elternstart NRW

Aufgrund von Kürzungen stehen uns im Jahr 2025 weniger Mittel für die kostenfreien Elternstart NRW Kurse zur Verfügung. Daher können wir leider nur eine begrenzte Anzahl an Kursen anbieten, sobald das Budget ausgeschöpft ist, müssen wir die Angebote für dieses Jahr leider einstellen. Die Planung für 2026 ist noch offen. Informationen folgen im neuen Jahr.

Wir danken für Ihr Verständnis!

Elternstart NRW in Wadelheim

Ort: jfd-Bildungsstätte Wadelheim

Kurs	Leitung	Tage	Uhrzeit	Umfang	Beginn	Kosten
B01.01-07	Nina Wienkamp	Do	10:30-12:00	5Treffen=10UStd.	28.08.25	keine
B01.01-08	Monique Braun	Mi	08:45-10:15	5Treffen=10UStd.	03.09.25	keine
B01.01-09	Monique Braun	Mi	08:45-10:15	5Treffen=10UStd.	07.01.26	keine
B01.01-10	Nina Wienkamp	Do	10:30-12:00	5Treffen=10UStd.	08.01.26	keine

Elternstart NRW im Atrium

Ort: Atrium Bildungshaus, Rheine-Mesum

Kurs	Leitung	Tage	Uhrzeit	Umfang	Beginn	Kosten
B01.01-11	Melanie Selker	Fr	08:45-10:15	5Treffen=10UStd.	29.08.25	keine
B01.01-12	Melanie Selker	Fr	10:30-12:00	5Treffen=10UStd.	09.01.26	keine
B01.01-13	Nina Dirks	Mo	10:30-12:00	5Treffen=10UStd.	12.01.26	keine
B01.01-14	Nina Dirks	Mo	08:45-10:15	5Treffen=10UStd.	13.04.26	keine

B01.01-15 Melanie Selker Fr 08:45-10:15 5Treffen=10UStd. 17.04.26 keine

Elternstart NRW

Ort: Hebammenstube, Mühlenstiege 36, Wettringen

Kurs	Leitung	Tage	Uhrzeit	Umfang	Beginn	Kosten
B01.01-16	Simone Krümpel		08:45-10:15	5Treffen=10UStd.	Auf Anfrage	keine
Ort: Ev. Kiga Wersen, Kinderland Lotte-Büren, Noah-Kiga						
B01.01-17	Manuela Kastens		08:45-10:15	5Treffen=10UStd.	Auf Anfrage	keine
Ort: Kolpingfamilie Saerbeck						
B01.01-18	Silvia Weßeler		08:45-10:15	5Treffen=10UStd.	Auf Anfrage	keine
Ort: Hebammenpraxis Westerkappeln						
B01.01-19	Verena Matthesius		08:45-10:15	5Treffen=10UStd.	Auf Anfrage	keine

PEKiP-Kurse

Das Prager-Eltern-Kind-Programm (PEKiP) ist ein Konzept für die Gruppenarbeit mit Eltern und ihren Kindern im gesamten ersten Lebensjahr.

Ab der 6. Lebenswoche treffen sich Eltern mit ihren Babys in kleinen Gruppen einmal pro Woche für anderthalb Stunden. In dieser Zeit können sich die Eltern voll und ganz ihrem Kind widmen und gemeinsam eine schöne Zeit verbringen. Die PEKiP-Gruppe trifft sich in einem großen, warmen Raum, in dem Matten auf dem Boden liegen. Hier bewegen sich die nackten Säuglinge spontan und intensiv. Durch die Spiel- und Bewegungsanregungen werden sie motiviert, selbst aktiv zu werden und mit den anderen Kindern in der Gruppe Kontakt aufzunehmen.

In diesem Kurs haben Eltern auch die Möglichkeit, ihre Erfahrungen auszutauschen und Themen, die ihnen am Herzen liegen, zu besprechen.

Je nach Geburtsdatum der Babys, Anmeldungen und Raumbelegung können Termin, Uhrzeit und Kursleitung abweichen. Nähere Informationen erfragen Sie unter 05971 91448-188 oder erlesen Sie auf unserer Homepage.

Bitte eine Unterlage für das Kind mitbringen!

Rund ums Kleinkind

PEKiP in Wadelheim ab Sommer 2025

Ort: jfd-Bildungsstätte Wadelheim

Kurs	Leitung	Tage	Uhrzeit	Umfang	Beginn	Kosten
B01.01-20	Nina Wienkamp	Mi	10:30-12:00	7Treffen=14UStd.	27.08.25	50,40 €
B01.01-21	Nina Wienkamp	Do	08:45-10:15	7Treffen=14UStd.	28.08.25	50,40 €

PEKiP in Wadelheim ab Herbst 2025

Ort: jfd-Bildungsstätte Wadelheim

Kurs	Leitung	Tage	Uhrzeit	Umfang	Beginn	Kosten
B01.01-22	Nina Wienkamp	Do	10:30-12:00	9Treffen=18UStd.	02.10.25	64,80 €
B01.01-23	Nina Wienkamp	Mi	10:30-12:00	8Treffen=16UStd.	29.10.25	57,60 €
B01.01-24	Nina Wienkamp	Do	08:45-10:15	7Treffen=14UStd.	30.10.25	50,40 €

Krabbeltreff an PEKiP angelehnt in Wadelheim

Ort: jfd-Bildungsstätte Wadelheim

Kurs	Leitung	Tage	Uhrzeit	Umfang	Beginn	Kosten
B01.01-25	Monique Braun	Mo	08:45-10:15	6Treffen=12UStd.	01.09.25	43,20 €
B01.01-26	Monique Braun	Mo	10:30-12:00	6Treffen=12UStd.	01.09.25	43,20 €
B01.01-27	Monique Braun	Mi	08:45-10:15	9Treffen=18UStd.	08.10.25	64,80 €
B01.01-28	Monique Braun	Mo	08:45-10:15	8Treffen=16UStd.	27.10.25	57,60 €
B01.01-29	Monique Braun	Mo	10:30-12:00	8Treffen=16UStd.	27.10.25	57,60 €

PEKiP in Wadelheim ab Winter 2026

Ort: jfd-Bildungsstätte Wadelheim

Kurs	Leitung	Tage	Uhrzeit	Umfang	Beginn	Kosten
B01.01-30	Nina Wienkamp	Mi	10:30-12:00	12Treffen=24UStd.	07.01.26	86,40 €
B01.01-31	Nina Wienkamp	Do	08:45-10:15	12Treffen=24UStd.	08.01.26	86,40 €
B01.01-32	Monique Braun	Mo	08:45-10:15	10Treffen=20UStd.	12.01.26	72,00 €
B01.01-33	Monique Braun	Mo	10:30-12:00	10Treffen=20UStd.	12.01.26	72,00 €
B01.01-34	Monique Braun	Mi	08:45-10:15	7Treffen=14UStd.	11.02.26	50,40 €
B01.01-35	Nina Wienkamp	Do	10:30-12:00	7Treffen=14UStd.	12.02.26	50,40 €

PEKiP in Wadelheim ab Frühjahr 2026

Ort: jfd-Bildungsstätte Wadelheim

Kurs	Leitung	Tage	Uhrzeit	Umfang	Beginn	Kosten
B01.01-36	Monique Braun	Mo	08:45-10:15	13Treffen=26UStd.	13.04.26	93,60 €
B01.01-37	Monique Braun	Mo	10:30-12:00	13Treffen=26UStd.	13.04.26	93,60 €
B01.01-38	Monique Braun	Mi	08:45-10:15	14Treffen=28UStd.	15.04.26	100,80 €
B01.01-39	Nina Wienkamp	Mi	10:30-12:00	14Treffen=28UStd.	15.04.26	100,80 €

B01.01-40	Nina Wienkamp	Do	08:45-10:15	12Treffen=24UStd.	16.04.26	86,40 €
B01.01-41	Nina Wienkamp	Do	10:30-12:00	12Treffen=24UStd.	16.04.26	86,40 €

Für die ganz Kleinen bis zu einem Jahr bieten wir einen Kurs mit Eltern an. Uns ist wichtig, hier eine Situation zu schaffen, in der sich junge Eltern austauschen und durch diesen Erfahrungsaustausch und die Unterstützung der Fachkräfte ihre Elternkompetenz stärken können. Unter fachkundiger Begleitung werden Informationen und Wissen zur kindlichen Entwicklung und zur Erziehung vermittelt. Verschiedene Übungen und Spiele mit den Babys fördern die Bewegungsentwicklung und es werden verschiedene Materialerfahrungen gemacht.

Ziele des Kurses sind:

- ▶ vielfältige Anreize bieten, die dem Entwicklungsstand des Kindes und seinen Fähigkeiten entsprechen
- ▶ das Baby motivieren, aktiv zu werden und Neues auszuprobieren
- ▶ das Baby in seiner Eigenständigkeit achten und sich ihm vollständig zuzuwenden
- ▶ die Beziehung zwischen Elternteil und Baby vertiefen

Termin, Uhrzeit und Kursleitung können zu den Angaben im Heft aus organisatorischen Gründen abweichen. Nähere Informationen erfragen Sie unter 05971/ 91448-188 oder erlesen Sie auf unserer Homepage.



Krabbeltreffs

In unseren Krabbelgruppen erlernen Eltern, ihre Kinder im Alter von zwei Monaten bis zu einem Jahr positiv in ihrer Entwicklung zu begleiten. Uns ist wichtig, hier eine Situation zu schaffen, in der sich junge Eltern austauschen und durch die Unterstützung der Fachkräfte ihre Elternkompetenz stärken und im Umgang mit ihrem Kind mehr Sicherheit gewinnen können. Unter fachkundiger Begleitung werden Informationen und Wissen zur kindlichen Entwicklung und zur Erziehung vermittelt. Verschiedene Übungen und Spiele mit den Babys, je nach Entwicklungsstand z. B. Bewegungslieder und Fingerspiele, werden durchgeführt.

Je nach Geburtsdatum der Babys, Anmeldungen und Raumbelegung können Termin, Uhrzeit und Kursleitung abweichen. Nähere Informationen erfragen Sie unter 05971 91448-188 oder erlesen Sie auf unserer Homepage.

Bitte eine Unterlage für das Kind mitbringen!

Krabbeltreff in Wadelheim

Ort: jfd-Bildungsstätte Wadelheim

Kurs	Leitung	Tage	Uhrzeit	Umfang	Beginn	Kosten
B01.01-42	Nina Dirks	Mi	08:45-10:15	15Treffen=30UStd.	27.08.25	85,00 €
B01.01-43	Carmen Santos Cabral	Fr	10:30-12:00	6Treffen=12UStd.	29.08.25	36,40 €
B01.01-44	Carmen Santos Cabral	Fr	10:30-12:00	7Treffen=14UStd.	31.10.25	41,80 €
B01.01-45	Nina Dirks	Mi	08:45-10:15	12Treffen=24UStd.	07.01.26	68,80 €
B01.01-46	Carmen Santos Cabral	Fr	10:30-12:00	12Treffen=24UStd.	09.01.26	68,80 €
B01.01-47	Nina Dirks	Mi	08:45-10:15	14Treffen=28UStd.	15.04.26	79,60 €
B01.01-48	Carmen Santos Cabral	Fr	10:30-12:00	13Treffen=26UStd.	17.04.26	74,20 €

4 € Materialgeld ist in den Kosten enthalten.

Krabbeltreff im Atrium

Ort: Atrium Bildungshaus, Rheine-Mesum

Kurs	Leitung	Tage	Uhrzeit	Umfang	Beginn	Kosten
B01.01-49	Ann-Kathrin Witthake	Mi	10:30-12:00	15Treffen=30UStd.	27.08.25	85,00 €

B01.01-50	Melanie Selker	Fr	08:45-10:15	13Treffen=26UStd.	29.08.25	74,20 €
B01.01-51	Melanie Selker	Fr	10:30-12:00	13Treffen=26UStd.	29.08.25	74,20 €
B01.01-52	Nina Dirks	Mo	08:45-10:15	14Treffen=28UStd.	01.09.25	79,60 €
B01.01-53	Nina Dirks	Mo	10:30-12:00	14Treffen=28UStd.	01.09.25	79,60 €
B01.01-54	Ann-Kathrin Witthake	Mi	08:45-10:15	12Treffen=24UStd.	07.01.26	68,80 €
B01.01-55	Ann-Kathrin Witthake	Mi	10:30-12:00	12Treffen=24UStd.	07.01.26	68,80 €
B01.01-56	Melanie Selker	Fr	08:45-10:15	12Treffen=24UStd.	09.01.26	68,80 €
B01.01-57	Nina Dirks	Mo	08:45-10:15	10Treffen=20UStd.	12.01.26	58,00 €
B01.01-58	Melanie Selker	Fr	10:30-12:00	7Treffen=14UStd.	13.02.26	41,80 €
B01.01-59	Nina Dirks	Mo	10:30-12:00	5Treffen=10UStd.	23.02.26	31,00 €
B01.01-60	Nina Dirks	Mo	08:45-10:15	13Treffen=26UStd.	13.04.26	74,20 €
B01.01-61	Nina Dirks	Mo	10:30-12:00	13Treffen=26UStd.	13.04.26	74,20 €
B01.01-62	Ann-Kathrin Witthake	Mi	08:45-10:15	14Treffen=28UStd.	15.04.26	79,60 €
B01.01-63	Ann-Kathrin Witthake	Mi	10:30-12:00	14Treffen=28UStd.	15.04.26	79,60 €
B01.01-64	Melanie Selker	Fr	08:45-10:15	13Treffen=26UStd.	17.04.26	74,20 €
B01.01-65	Melanie Selker	Fr	10:30-12:00	13Treffen=26UStd.	17.04.26	74,20 €

4 € Materialgeld ist in den Kosten enthalten.

Spiel und Bewegung im ersten Lebensjahr

Ort: Hebammenstube, Mühlenstiege 36, Wettringen

Kurs	Leitung	Tage	Uhrzeit	Umfang	Beginn	Kosten
B01.01-66	Simone Krümpel	Mi	08:45-10:15	14Treffen=28UStd.	03.09.25	88,20 €
B01.01-67	Simone Krümpel	Mi	10:30-12:00	14Treffen=28UStd.	03.09.25	88,20 €
B01.01-68	Simone Krümpel	Mi	08:45-10:15	12Treffen=24UStd.	07.01.26	75,60 €
B01.01-69	Simone Krümpel	Mi	10:30-12:00	12Treffen=24UStd.	07.01.26	75,60 €
B01.01-70	Simone Krümpel	Mi	08:45-10:15	14Treffen=28UStd.	15.04.26	88,20 €
B01.01-71	Simone Krümpel	Mi	10:30-12:00	14Treffen=28UStd.	15.04.26	88,20 €

Für die ganz Kleinen bis zu einem Jahr bieten wir einen Kurs mit Eltern an. Uns ist wichtig, hier eine Situation zu schaffen, in der sich junge Eltern austauschen und durch diesen Erfahrungsaustausch und die Unterstützung der Fachkräfte ihre Elternkompetenz stärken können. Unter fachkundiger Begleitung werden Informationen und Wissen zur kindlichen Entwicklung und zur Erziehung vermittelt. Verschiedene Übungen und Spiele mit den Babys fördern die Bewegungsentwicklung und es werden verschiedene Materialerfahrungen gemacht.

Rund ums Kleinkind

Ziele des Kurses sind:

- ▶ vielfältige Anreize bieten, die dem Entwicklungsstand des Kindes und seinen Fähigkeiten entsprechen
- ▶ das Baby motivieren, aktiv zu werden und Neues auszuprobieren
- ▶ das Baby in seiner Eigenständigkeit achten und sich ihm vollständig zuzuwenden
- ▶ die Beziehung zwischen Elternteil und Baby vertiefen

Termin, Uhrzeit und Kursleitung können zu den Angaben im Heft aus organisatorischen Gründen abweichen. Nähere Informationen erfragen Sie unter 05971/ 91448-188 oder erlesen Sie auf unserer Homepage.

Eltern-Kind-Gruppen

In unseren Eltern-Kind-Gruppen können Kinder ab 1 Jahr zusammen mit ihren vertrauten Bezugspersonen in einem geschützten, überschaubaren Rahmen erste wichtige Erfahrungen mit Gleichaltrigen sammeln.

Dabei erlernen Eltern:

- vielfältige Erfahrungen für die körperliche, geistige und seelische Entwicklung zu ermöglichen
- Kinder in ihren unterschiedlichen Entwicklungsaufgaben zu unterstützen
- alters- und entwicklungsentsprechende Spielanregungen anzubieten.

Den Eltern wird genügend Raum für Austausch und Gespräch und zum Knüpfen von Kontakten und Freundschaften ermöglicht. Unter fachkundiger Begleitung werden Informationen und Wissen zur kindlichen Entwicklung und zur Erziehung vermittelt. Eltern erleben und beobachten ihr Kind im Umgang mit Gleichaltrigen und lernen, das Verhalten und die Bedürfnisse ihres Kleinkindes besser zu verstehen.

Wichtige Hinweise:

Bitte geben Sie bei der Anmeldung das Geburtsdatum Ihres Kindes an. Die Spielgruppen finden in den jeweils angegebenen Standorten statt, also in der jfd-Bildungsstätte Wadelheim, im Atrium Bildungshaus Mesum und dem ETuS, soweit keine Ausflüge oder Besichtigungen geplant sind.

Eltern-Kind-Gruppen in Wadelheim

Ort: jfd-Bildungsstätte Wadelheim

Kurs	Leitung	Tage	Uhrzeit	Umfang	Beginn	Kosten
B01.02-01	Nina Dirks	Mi	10:30-12:00	15Treffen=30UStd.	27.08.25	85,00 €
B01.02-02	Nina Dirks	Mi	10:30-12:00	12Treffen=24UStd.	07.01.26	68,80 €
B01.02-03	Nina Dirks	Mi	10:30-12:00	14Treffen=28UStd.	15.04.26	79,60 €

4 € Materialgeld ist in den Kosten enthalten.

Eltern-Kind-Gruppen im Atrium

Ort: Atrium Bildungshaus, Rheine-Mesum

Kurs	Leitung	Tage	Uhrzeit	Umfang	Beginn	Kosten
B01.02-04	Melanie Selker	Fr	10:30-12:00	13Treffen=26UStd.	29.08.25	74,20 €
B01.02-05	Nina Dirks	Mo	08:45-10:15	10Treffen=20UStd.	12.01.26	58,00 €
B01.02-06	Nina Dirks	Mo	10:30-12:00	10Treffen=20UStd.	12.01.26	58,00 €
B01.02-07	Nina Dirks	Mo	08:45-10:15	13Treffen=26UStd.	13.04.26	74,20 €
B01.02-08	Nina Dirks	Mo	10:30-12:00	13Treffen=26UStd.	13.04.26	74,20 €

4 € Materialgeld ist in den Kosten enthalten.

Café Krümel

In Kooperation mit der Schwangerschaftsberatungsstelle donum vitae e.V.

Ort: Bildungszentrum Bürgerhof Schotthock

Kurs	Leitung	Tage	Uhrzeit	Umfang	Beginn	Kosten
B01.02-09	Insa Richter	Di	10:00-11:30	7Treffen=14UStd.	02.09.25	keine
B01.02-10	Insa Richter	Di	10:00-11:30	14Treffen=28UStd.	06.01.26	keine

Entstanden aus einem Projekt ist das „Café Krümel“ nun zu einem regelmäßigen und beliebten Angebot in Kooperation mit der Schwangerschaftsberatungsstelle „donum vitae“ geworden.

Es ist ein offener Treff für Schwangere, Mütter und Väter mit ihren Kindern von 0-3 Jahren. Hierbei stehen der Kontaktaufbau, der Austausch über Erfahrungen untereinander und natürlich die Kinder selbst im Fokus. Unter erfahrener Anleitung von Insa Richter (donum vitae) werden Spielangebote für Kinder, aber auch Informationen rund um die Versorgung und Erziehung der Kinder geboten. Die Treffen finden 14-tägig statt, eine Anmeldung ist nicht notwendig!

Eltern-Kind-Café Miteinander In Kooperation mit der Schwangerschaftsberatungsstelle donum vitae e.V.

Ort: Atrium Bildungshaus, Rheine-Mesum

Kurs	Leitung	Tage	Uhrzeit	Umfang	Beginn	Kosten
B01.02-11	Insa Richter	Do	15:30-17:00	8Treffen=16UStd.	28.08.25	keine
B01.02-12	Insa Richter	Do	15:30-17:00	12Treffen=24UStd.	15.01.26	keine

Alle interessierten Eltern sind eingeladen, mit ihren kleinen Kindern ab 6 Monaten zu kommen. Alle 2 Wochen besteht die Möglichkeit, in lockerer Runde und kindgerechtem Ambiente zu spielen, Kontakte zu knüpfen und sich auszutauschen.

Spielgruppe „Entdeckungsreich“

Ort: MamiFit Wettringen

Kurs	Leitung	Tage	Uhrzeit	Umfang	Beginn	Kosten
B01.02-13	Simone Krümpel	Mo	08:30-10:00	8Treffen=16UStd.	01.09.25	76,00 €

Gemeinsam entdecken, spielen und wachsen - die Spielgruppe „Entdeckungsreich“ richtet sich an Eltern mit Kindern von 12-24 Monaten.

In geselliger Atmosphäre werden vielfältige altersgerechte Spiel- und Bewegungsanregungen geboten, die die motorische und soziale Entwicklung unterstützen.

Während die Kinder miteinander auf Entdeckungstour gehen, haben die Eltern die Möglichkeit zum Austausch, Kennenlernen und Teilen von Erfahrungen aus dem Familienalltag.

Angeleitet und durchgeführt wird der Kurs durch die Heilpädagogin Simone Krümpel.

Eltern-Kind-Turnen in Kooperation mit dem ETuS

Ort: ETuS

Kurs	Leitung	Tage	Uhrzeit	Umfang	Beginn	Kosten
B01.02-14	Melanie Selker	Do	10:00-11:15	14Treffen=14UStd.	28.08.25	63,00 €
B01.02-15	Melanie Selker	Do	10:00-11:15	12Treffen=12UStd.	08.01.26	54,00 €
B01.02-16	Melanie Selker	Do	10:00-11:15	12Treffen=12UStd.	16.04.26	54,00 €

Für Mitglieder des ETuS ist der Kurs gebührenfrei!

Nach einer Begrüßung mit musikalischen Bewegungsspielen verwandelt sich die Turnhalle in eine Bewegungslandschaft für unsere Jüngsten und ihre Eltern.

Kinder ab einem Jahr üben sich in Geschicklichkeit, sammeln Erfahrung beim Klettern, Springen, Rennen und Toben.

Bewegungserfahrungen mit verschiedenen Materialien und Kleingeräten üben ihre Geschicklichkeit und fördern ihr Selbstvertrauen. Bei allem steht natürlich der Spaß im Vordergrund. Abschließend beenden wir die Turnstunde mit einem gemeinsamen Lied.

Vater-Kind-Turnen im ETuS

Ort: Turnhalle Kardinal-von-Galen

Kurs	Leitung	Tage	Uhrzeit	Umfang	Beginn	Kosten
B01.02-17	Andrea Stienemann	Sa	10:00-11:30	4Treffen=8UStd.	13.09.25	24,00 €
B01.02-18	Andrea Stienemann	Sa	10:00-11:30	7Treffen=14UStd.	10.01.26	42,00 €

An jedem 2. Samstag im Monat können Väter die freie Zeit am Wochenende nutzen, um mit ihren 1,5- bis 3-jährigen Kindern zu turnen, herumzutollen und zu spielen.

Bewegung ist ein sehr wichtiger Teil der kindlichen Entwicklung, den es gerade in heutigen Zeiten zu fördern gilt.

In diesem Kurs wird erlernt, wie man Kleinkinder in ihrem Bewegungsdrang unterstützt und wie die Bewegungsfreude erhalten werden kann.

Mini-Treff (...für Eltern mit Kleinkindern)

Ort: jfd-Bildungsstätte Wadelheim

Kurs	Leitung	Uhrzeit	Umfang	Beginn	Kosten
B01.02-19	Nina Wienkamp	15:00-16:30		Auf Anfrage	keine
B01.02-20	Nina Wienkamp	15:30-17:00		Auf Anfrage	keine

In unseren Mini-Treffs haben Eltern die Möglichkeit, gemeinsam mit ihren Kindern mit anderen Familien zusammenzukommen. Mit diesen Treffs sprechen wir ehemalige Teilnehmer:innen aus den Krabbel- und Spielgruppen an, die sich nicht mehr einer festen Gruppe anschließen möchten, sondern ein offenes Treffen vorziehen.

Hier haben Eltern Ansprechpartner:innen, die in Fragen der Entwicklung und Erziehung der Kinder zur Seite stehen, hier können Eltern und Kinder die kleinkindgerechten Räume des jfd und den großzügigen Spielplatz nutzen. Im Mini-Treff können sie Kontakte pflegen und Informationen über familienunterstützende Angebote erhalten!

Wald- und Naturangebote

Die Angebote für Erwachsene mit Kindern – wie Waldkundler, Wipfel-, Forscher- und Wurzelgruppe sowie Waldsnoezeln - mit Natur-Coach Claudia Horstmann werden zeitnah auf der Homepage veröffentlicht.

www.jfd-rheine.de

Wichtelgruppen beim jfd ab 2026

Leider mussten wir unser Wichtelangebot für 2025–2026 aufgrund fehlender Anmeldungen pausieren.

Aber gute Nachrichten: Im Wichteljahr 2026–2027 starten wir einen neuen Versuch und möchten das Angebot an den Standorten Wadelheim und Mesum wieder aktivieren.

Anmeldungen sind ab Herbst 2025 möglich – wir freuen uns auf Ihre Anmeldung!

An den Standorten Wadelheim und Atrium Bildungshaus (Mesum) bietet der jfd betreute Spielgruppen für Kinder ab 1,5 Jahren an. In den Wichtel- bzw. Loslösegruppengruppen können Kleinkinder erste Trennungsversuche von den Eltern üben und sich in Kontakten zu Gleichaltrigen probieren – also eine perfekte Vorbereitung auf den Kindergarten im überschaubaren Rahmen.

In kleinen Gruppen erleben die Kinder dreimal in der Woche einen ruhigen, altersgerechten Vormittag. Beim freien Spiel entdecken sie ihre Umgebung und bauen erste soziale Kontakte zu anderen Kindern auf.

Ein gemeinsames Frühstück, Lieder, Fingerspiele und Reime gliedern den Vormittag überschaubar und fördern die Sprachentwicklung, die soziale Entwicklung in der Gemeinschaft und geben Sicherheit.

Die erste Zeit in der Wichtelgruppe dient der Eingewöhnung. In Begleitung einer Bezugsperson lernen die Kinder die Betreuungspersonen, die Umgebung und die anderen Kinder nach und nach kennen. Dies ist wichtig um sich stress- und sorgenfrei von ihren bisherigen Bezugspersonen lösen zu können. Begleitet wird dieser Ablösungsprozess von persönlichen Gesprächen zwischen den Gruppenleiter:innen und den einzelnen Eltern beim Bringen und Abholen des Kindes.

Zusätzlich bieten Elternabende die Möglichkeit, sich über die Entwicklung der Kinder und der gesamten Gruppe auszutauschen und verschiedene pädagogische Themen zu erörtern.

Die Standorte verfügen über altersgerechte Raumausstattung, Spielgeräte und die Möglichkeit, draußen zu spielen. Merkmale der Wichtelgruppen:

- für Kinder ab etwa 1,5 Jahren
- kleine Gruppen bis 10 Kinder
- drei Mal pro Woche stattfindend
- sanfte Eingewöhnung
- begleitende Elternabende
- zwei Betreuer:innen pro Gruppe (eine Erzieher:in, eine erfahrene Ergänzungskraft)
- angeglichen an das Kindergartenjahr ab August
- 2026 bis Juli 2027

Bei Interesse sprechen Sie uns gerne an!

Inga Kroening, Tel.: 05971 / 91448-180

Wadelheimer Wichtel

Ort: jfd-Bildungsstätte Wadelheim

Tag	Uhrzeit	Beginn	Kosten
Mo, Mi und Fr	08:00–12:30	08.2026	1.194,00 € in 12 Monatsraten á 99,50 €

Ansprechpartnerin: Inga Kroening

Mesumer Wichtel

Ort: Atrium Bildungshaus Mesum

Tag	Uhrzeit	Beginn	Kosten
Mo, Mi und Do	08:00–12:30	08.2026	1.194,00 € in 12 Monatsraten á 99,50 €

Ansprechpartnerin: Inga Kroening



Erste Hilfe bei Kindernotfällen

Ort: Atrium Bildungshaus, Rheine-Mesum

Kurs	Leitung	Tage	Uhrzeit	Umfang	Beginn	Kosten
B02.00-01	Karl-Heinz Rücker	Mi	19:30-21:45	1Treffen=3UStd.	27.08.25	15,00 €

Ort: jfd-Bildungsstätte Wadelheim

B02.00-02	Karl-Heinz Rücker	Mo	19:30-21:45	1Treffen=3UStd.	18.05.26	15,00 €
-----------	-------------------	----	-------------	-----------------	----------	---------

Ein Training für Eltern, Großeltern und Babysitter:innen

Jeder, der mit Kindern umgeht, kann mit Unfällen oder einer lebensbedrohlichen Situation konfrontiert werden, in der schnelles und effektives Handeln erforderlich wird.

Kursinhalte sind:

- ▶ Herz-Lungen-Wiederbelebung eines Säuglings und Kleinkindes in Theorie und Praxis (Reanimation)
- ▶ Stabile Seitenlage, Notruf, Rettungskette
- ▶ Erste Hilfe Maßnahmen bei kleineren Verletzungen wie z.B.: Verbrennungen, Prellungen, Nasenbluten, offene Wunden, Vergiftungen, Verätzungen, Aspiration von Fremdkörpern
- ▶ Psychologische Betreuung in Notfällen
- ▶ Präventionsmaßnahmen gegen den „Plötzlichen Säuglingstod“ & „Die optimale Schlafumgebung für ihr Baby“
- ▶ Unfallverhütung im Säuglings- und Kleinkindalter

Resilienz und Selbstfürsorge für Allrounder-Mamas Gelassenheit im Familienalltag

Ort: Atrium Bildungshaus, Rheine-Mesum

Kurs	Leitung	Tage	Uhrzeit	Umfang	Beginn	Kosten
B03.09-08	Nina Schmidt	Mi	19:00-21:15	1Treffen=3UStd.	08.10.25	keine

Der Berg an Aufgaben und Herausforderungen, denen Mütter im Alltag begegnen fühlt sich mitunter als nicht zu bewältigen an. Neben den Gefühlen nicht allem gerecht zu werden und ständig unter Stress zu stehen, schleicht sich das Gefühl von Müdigkeit und Erschöpfung ein.

In diesem Vortrag erfahren Sie, wie die Fähigkeit Krisen und Herausforderungen zu bewältigen, Ihre Resilienz stärkt und Sie im Alltag mehr Gelassenheit und Energie gewinnen können. Die Dozentin erläutert, welche Wirkung eine gestärkte Resilienz auf Ihr emotionales Gleichgewicht, Ihre Gesundheit und Ihre Beziehung zu Ihren Kindern hat.

Sie lernen praktische Strategien kennen, um Ihre Selbstfürsorge zu fördern, sich selbst mehr Aufmerksamkeit und Wertschätzung zu

schenken und so Ihre innere Balance zu bewahren. Denn nur, wenn Sie gut für sich sorgen, können Sie auch für Ihre Familie da sein.

Inhalt:

- ▶ Was ist Resilienz und wie kann sie im Alltag gefördert werden.
- ▶ Selbstfürsorge
- ▶ Wie können kleine Momente leicht in den Alltag integriert werden und warum dies so wichtig ist.
- ▶ Stressmanagement: Ideen, um den Alltag zu entschleunigen

Trotzende Kleinkinder - zwischen Neugier, Übermut und Ohnmacht

Ort: DRK FZ "Unsere kleine Farm", Knöpperskamp 6, Wettringen

Kurs	Leitung	Tage	Uhrzeit	Umfang	Beginn	Kosten
B03.12-04	Susanne Wissen	Di	19:00-21:15	1Treffen=3UStd.	04.11.25	keine

Im Trotzalter entwickelt sich das Autonomiebedürfnis des Kindes und nicht selten werden die Kleinen von der Heftigkeit der Gefühle überrumpelt und überfordert.

Was ist das Besondere an dieser Entwicklungsphase und warum ist es wichtig, dass die Kinder diese gut meistern? Welche Entwicklungsaufgaben muss mein Kind bewältigen und wie können Eltern es gut unterstützen und möglichst souverän begleiten?

Nach einem (kurzen) theoretischen Input ist Raum dafür, dass anhand von Beispielen aus dem Kreis der Eltern hilfreiche Ideen zum Umgang mit den Kindern überlegt werden können.

Umgang mit kindlichen Emotionen - Warum schreit oder weint mein Kind?

Ort: Kita St. Martin Wettringen, Haverkamp 1a, Wettringen

Kurs	Leitung	Tage	Uhrzeit	Umfang	Beginn	Kosten
B03.13-12	Susanne Wissen	Di	19:00-21:15	1Treffen=3UStd.	27.01.26	keine

Alle Eltern kennen das: Die emotionalen Ausbrüche bei Kindern. Häufig verunsichert dies die Eltern und wirft Fragen auf:

- ▶ Warum verhält sich mein Kind so?
- ▶ Habe ich was falsch gemacht?
- ▶ Wie kann ich meinem Kind in dieser Situation unterstützend zur Seite stehen?
- ▶ Wie kann ich meinem Kind dabei helfen, diese Gefühlsausbrüche in den Griff zu bekommen? Und dies, möglichst ohne dabei die Kontrolle über meine Gefühle zu verlieren und Ruhe zu bewahren?

Familie & Erziehung

Dieser Abend soll Zeit zum gemeinsamen Austausch bieten und eine (vielleicht) neue Perspektive auf die emotionalen Befindlichkeiten der Kinder und deren Gründe dafür eröffnen. Daraus schlussfolgernd lassen sich lösungsorientierte Möglichkeiten des konstruktiven Umgangs erarbeiten.

Paarbeziehung „trotz“ Elternschaft?!

Ort: DRK FZ "Unsere kleine Farm", Knöpperskamp 6, Wettringen

Kurs	Leitung	Tage	Uhrzeit	Umfang	Beginn	Kosten
B03.12-06	Lioba Zeine	Di	19:00-20:30	1Treffen=2UStd.	03.02.26	keine

Eine glückliche und erfüllende Beziehung zu führen ist manchmal gar nicht so einfach. Besonders dann, wenn das Leben sich grundlegend ändert, wie es der Fall ist, wenn ein neues Familienmitglied hinzukommt. Wo bisher ausreichend Raum für in-nige Zweisamkeit und Zeit nur für sich allein war, tritt jetzt die Notwendigkeit, die Bedürfnisse aller in Einklang zu bringen. Wie kann es gelingen, miteinander im Gespräch zu bleiben? Was ist sinnvoll, um aus typischen Krisensituationen wieder heraus zu finden oder sie erst gar nicht entstehen zu lassen?

Trennungsgängste

Ort: DRK FZ "Die Zwergenburg", Vechtestr. 15, Metelen

Kurs	Leitung	Tage	Uhrzeit	Umfang	Beginn	Kosten
B03.14-07	Nina Schmidt	Mo	15:00-16:30	1Treffen=2UStd.	09.03.26	keine

In diesem Vortrag erfahren Sie mehr über das Thema Angst und Trennungsgängste bei Kindern und wie Sie betroffene Kinder begleiten können.

AD(H)S - Vortrag für Eltern und Co.

Ort: Bildungszentrum Bürgerhof Schotthock

Kurs	Leitung	Tage	Uhrzeit	Umfang	Beginn	Kosten
B02.00-03	Andreas Kruse, Christiane Stilling	Do	19:00-20:30	1Treffen=2UStd.	26.03.26	10,00 €

Zielgruppe: Eltern, Großeltern, Erziehungsberechtigte und Co.

Thema: Kinder mit AD(H)S verstehen und begleiten - ein Vortrag mit anschließender Gesprächsrunde

Weitere interessante Vorträge und Kursreihen rund um das Thema Familie und Erziehung finden Sie in der Rubrik „Familienzentren – Angebote in Kooperation“!



PLUDRA

HeizölPlus • Schmierstoffe
Kraftstoffe • AdBlue® • Tankstellen



05976 94740

Familienzentrum Janusz-Korczak- Kindergarten



Turnen und Toben (Treffen der Wadelheimer Tages- pflegepersonen)

Ort: jfd-Bildungsstätte Wadelheim

Kurs	Leitung	Tage	Uhrzeit	Umfang	Beginn	Kosten
B03.01-10	Nina Wienkamp	Do	09:30-11:00	12Treffen=24UStd.	18.09.25	keine
B03.01-11	Nina Wienkamp	Do	09:30-11:00	24Treffen=48UStd.	08.01.26	keine

Der Kurs richtet sich an Tagespflegepersonen, die sich 1 x in der Woche außerhalb ihrer Räumlichkeiten treffen und den Tageskindern ein aktives Bewegungsangebot ermöglichen möchten. Der Fokus liegt hier auf der Unterstützung der Bewegungsfreude und der individuellen Förderung, denn gerade Kinder im Alter von 1,5 bis 2,5 Jahren sollen darin unterstützt werden, ihre körperlichen Fähigkeiten in ihrer ganzen Bandbreite zu entfalten.

Die Tagespflegepersonen haben die Möglichkeit, Bewegungslandschaften aufzubauen und je nach Entwicklungsstand gemeinsam mit den anderen Tagespflegepersonen die Kinder zu fördern und zu fordern. Auch der Austausch untereinander sowie der Kind-Kind-Kontakt stehen im Fokus dieser Treffen. Es kann auch unterjährig gestartet werden.

Vorsorgevollmacht und Patientenverfügung

Ort: jfd-Bildungsstätte Wadelheim

Kurs	Leitung	Tage	Uhrzeit	Umfang	Beginn	Kosten
B03.01-12	Dr. Sabine Schulte-Strotmann	Do	18:30-20:00	1Treffen=2UStd.	18.09.25	keine

Es kann jedem Menschen passieren, aufgrund körperlicher, geistiger oder seelischer Behinderung nicht mehr in der Lage zu sein, die eigenen Angelegenheiten selbst zu regeln.

Die Referentin wird darstellen, welche Möglichkeiten in Betracht kommen, vor allem durch rechtzeitige Erteilung einer Vorsorgevollmacht. Darüber hinaus soll auch besprochen werden, unter welchen Voraussetzungen eine Patientenverfügung erstellt werden kann und welche Bedeutung sie hat.



ANNETTE KAHLE

lust auf mode

Bahnhofstraße 21 und NEBENAN Bahnhofstraße 13 A
Montag - Freitag 9 - 13 Uhr und 14 - 18 Uhr Samstag 9 - 16 Uhr

Familienzentren - Angebote in Kooperation

Babysitter-Kurs

Ort: jfd-Bildungsstätte Wadelheim

Kurs	Leitung	Tage	Uhrzeit	Umfang	Beginn	Kosten
B03.01-13	Melanie Selker	Mo	09:30-12:30	3Treffen=12UStd.	20.10.25	25,00 €
Folgetermine: Di 21.& Mi 22.10.2025						

In diesem Kurs für Mädchen und Jungen ab 11 Jahren werden Grundinformationen zum Babysitten vermittelt, um den Jugendlichen Sicherheit und Kompetenz im Umgang mit den ihnen anvertrauten Schützlingen zu verleihen.

Es wird zum Beispiel um Spiel und Beschäftigung mit kleinen Kindern, Kinderpflege, Vermeidung von Gefahrensituationen und Erste Hilfe am Kleinkind gehen.

Im Anschluss an den Kurs erhalten alle Teilnehmer: innen eine Bestätigung, dass sie erfolgreich teilgenommen haben!

Erste Hilfe bei Kindernotfällen

Ort: jfd-Bildungsstätte Wadelheim

Kurs	Leitung	Tage	Uhrzeit	Umfang	Beginn	Kosten
B03.01-14	Karl-Heinz Rücker	Mi	19:30-21:45	1Treffen=3UStd.	29.10.25	15,00 €

Ein Training für Eltern, Großeltern und Babysitter:innen

Ausführliche Beschreibung siehe Seite 15.

Eltern-Kind-Kurs: Die Gefühlsdetektive - Starke Gefühle gelassen meistern

Ort: jfd-Bildungsstätte Wadelheim

Kurs	Leitung	Tage	Uhrzeit	Umfang	Beginn	Kosten
B03.01-15	Nina Schmidt	Mo	15:00-16:30	2Treffen=4UStd.	03.11.25	10,00 €
Folgetermin: 10.11.2025						

In diesem zweiteiligen Kurs erfahren Eltern und ihre Kinder im Kindergartenalter wie sie herausfordernde Situationen durch starke Gefühle entspannter bewältigen können.

Gemeinsam mit der Schildkröte Luna begeben sich die Eltern und Kinder als Gefühlsdetektive auf die Suche. Sie erfahren spielerisch mehr über die verschiedenen Gefühle und wie sie sich zeigen. Sie lernen auch, was es braucht, um sie bewältigen zu können. Der Kurs beinhaltet kreative Einheiten, kindgerechte Entspannungsübungen, aber auch aktive Phasen, sowie eine Zusammenfassung für die Eltern.

Zusatzinfo: Für Kinder ab 4 Jahre

Eltern-Kind-Aktion: Yoga Schnupperkurs (4-6 jährige)

Ort: jfd-Bildungsstätte Wadelheim

Kurs	Leitung	Tage	Uhrzeit	Umfang	Beginn	Kosten
B03.01-16	Nina Wienkamp	Do	15:00-16:30	2Treffen=4UStd.	06.11.25	10,00 €
Folgetermin: 13.11.2025						

Im Alltag ist das Familienleben von Stress und Hektik geprägt. An diesen 2 Treffen nehmen wir uns eine kleine Auszeit und werden gemeinsam spielerisch eine kleine Auszeit machen. Bewegung, Leichtigkeit, Freude und das Miteinander stehen im Fokus.

Bitte 2 Matten, 2 Decken und bequeme Kleidung mitbringen.

Machen Medien unsere Kinder einsam? (online)

Ort: online

Kurs	Leitung	Tage	Uhrzeit	Umfang	Beginn	Kosten
B03.01-18	Dr. Christiane Bohn	Mi	19:00-20:30	1Treffen=2UStd.	12.11.25	5,00 €

Online Vortrag für Eltern und Fachkräfte

An diesem Abend geht es um den Einfluss elektronischer Medien auf die kindliche Entwicklung, insbesondere auf die sozial-emotionale Entwicklung.

Den ganzen Tag am Smartphone? Verabredungen nur noch zum Spielen am Rechner oder der Konsole? Was machen die Medien mit unseren Kindern?

Nach einer kurzen Darstellung der kindlichen Entwicklung unter besonderer Berücksichtigung der sozialen und emotionalen Fähigkeiten betrachten wir gemeinsam den Einfluss von elektronischen Medien auf das Verhalten von Kindern und diskutieren auf Grundlagen aktueller Untersuchungen, welchen Einfluss Medien auf die Entwicklung von Kindern haben können.

Minijob - Chancen - Risiken - Nebenwirkungen (online)

Ort: online

Kurs	Leitung	Tage	Uhrzeit	Umfang	Beginn	Kosten
B03.01-19	Winfried Krake	Do	19:00-20:30	1Treffen=2UStd.	20.11.25	keine

Bei vielen Frauen ist der Minijob beliebt, denn er bietet die Möglichkeit, Familie und Beruf einfach unter einen Hut zu bekommen. Oft wird er aber auch nur als eine Übergangslösung angesehen, um irgendwann wieder in eine versicherungspflichtige Beschäftigung übergehen zu können. Wie das gelingt, welche

Familienzentren - Angebote in Kooperation

Besonderheiten es mit dem Elterngeld auf sich hat und welche Risiken aber auch im Minijob stecken, zeigt Winfried Krake an diesem Abend.

Eltern-Kind-Aktion: Kinder stark machen

Ort: jfd-Bildungsstätte Wadelheim

Kurs	Leitung	Tage	Uhrzeit	Umfang	Beginn	Kosten
B03.01-20	Nina Löchte	Mo	19:00-20:30	3Treffen=14UStd.	02.02.26	45,00 €
Folgetermine Workshop: 28.02. & 01.03.2026 von 10.00 - 15.00 Uhr						

Selbstbehauptungskurs für Kinder und Eltern im Vorschulbereich.

Die Sorge „Wie schütze ich mein Kind vor körperlichen Übergriffen oder sexueller Gewalt?“ beschäftigt viele Eltern. Vor allem wenn im Umfeld ein Übergriff bekannt geworden ist, zeigt sich oft das Problem, dass die Gefährdung von Kindern hauptsächlich durch Außenstehende gesehen wird. Die Angst vieler Eltern gilt dem Fremden. Dabei wird immer noch die Gefahr unterschätzt, die dem Kind im Nahbereich droht.

Dieses Kursangebot vermittelt Kindern, wie die Gefahr von Grenzverletzung durch eigenes verändertes Verhalten verringert werden kann, Gefahren einzuschätzen, den Gefühlen zu vertrauen und wo Hilfe zu erwarten ist. Ausführliche Informationen über den Inhalt, die Methoden und den Ablauf werden bei einem Elternabend am 02.02.2026 besprochen.

Resilienz und Selbstfürsorge für Allrounder-Mamas Gelassenheit im Familienalltag

Ort: jfd-Bildungsstätte Wadelheim

Kurs	Leitung	Tage	Uhrzeit	Umfang	Beginn	Kosten
B03.01-21	Nina Schmidt	Di	19:00-21:15	1Treffen=3UStd.	17.03.26	5,00 €

Der Berg an Aufgaben und Herausforderungen, denen Mütter im Alltag begegnen fühlt sich mitunter als nicht zu bewältigen an. Neben den Gefühlen nicht allem gerecht zu werden und ständig unter Stress zu stehen, schleicht sich das Gefühl von Müdigkeit und Erschöpfung ein.

In diesem Vortrag erfahren Sie, wie die Fähigkeit Krisen und Herausforderungen zu bewältigen, Ihre Resilienz stärkt und Sie im Alltag mehr Gelassenheit und Energie gewinnen können. Die Dozentin erläutert, welche Wirkung eine gestärkte Resilienz auf Ihr emotionales Gleichgewicht, Ihre Gesundheit und Ihre Beziehung zu Ihren Kindern hat. Sie lernen praktische Strategien kennen, um Ihre Selbstfürsorge zu fördern, sich selbst mehr Aufmerksamkeit und Wertschätzung zu schenken und so Ihre innere Balance

zu bewahren. Denn nur, wenn Sie gut für sich sorgen, können Sie auch für Ihre Familie da sein.

Inhalt:

- ▶ Was ist Resilienz und wie kann sie im Alltag gefördert werden.
- ▶ Selbstfürsorge
- ▶ Wie können kleine Momente leicht in den Alltag integriert werden und warum dies so wichtig ist.
- ▶ Stressmanagement: Ideen, um den Alltag zu entschleunigen

Eltern-Kind-Aktion: Insektenhotels bauen

Ort: jfd-Bildungsstätte Wadelheim

Kurs	Leitung	Tage	Uhrzeit	Umfang	Beginn	Kosten
B03.01-22	Melanie Selker	Do	14:30-16:45	1Treffen=3UStd.	19.03.26	8,00 €

Eltern und Kinder bauen ein Insektenhotel, das dann im eigenen Garten, auf Balkon oder Terrasse aufgehängt werden kann. Es werden kindgerechte Informationen zu heimischen Insekten gegeben und, wenn die Zeit es zulässt, wird noch eine Insektengeschichte gelesen.

Eltern-Infoabend: Spagat zwischen Freiheit und Grenzen

Ort: jfd-Bildungsstätte Wadelheim

Kurs	Leitung	Tage	Uhrzeit	Umfang	Beginn	Kosten
B03.01-23	Heike Sommer-Strotmann	Mi	19:30-21:00	1Treffen=2UStd.	15.04.26	5,00 €

Für Eltern von Kita-Kindern ist es oft eine Herausforderung: Einerseits wollen sie dabei unterstützen, selbständiger zu werden und Entscheidungsfreiräume geben. Andererseits brauchen Kinder angemessene und altersgemäße Grenzen und somit einen sicheren Rahmen. Insbesondere der Umgang mit wiederkehrenden Wutausbrüchen, wenn Kindern etwas nicht gelingt oder Bedürfnisse nicht (sofort) befriedigt werden, verunsichert viele Eltern und kann zu Ohnmachtsgefühlen führen. An diesem Abend werden beide Seiten beleuchtet und praktische Handlungsalternativen an die Hand gegeben.

Eltern-Kind-Aktion: Niedrigseilgarten

Ort: Walshagenpark Rheine

Kurs	Leitung	Tage	Uhrzeit	Umfang	Beginn	Kosten
B03.01-24	Marita Kraken	Fr	15:00-17:15	1Treffen=3UStd.	15.05.26	10,00 €

Aktionsnachmittag für Kinder mit Eltern, Großeltern oder einer anderen erwachsenen Begleitperson

Ausführliche Beschreibung siehe Seite 21.

Familienzentren - Angebote in Kooperation

Familienzentrum Jakobi



Eltern-Kind-Aktion: Spiel, Spaß und Sport für die Kleinsten von 1,5-3 Jahre

Ort: Familienzentrum Jakobi, Mittelstr. 105, Rheine

Kurs	Leitung	Tage	Uhrzeit	Umfang	Beginn	Kosten
B03.02-01	Melanie Selker	Do	14:30-16:00	1Treffen=2UStd.	09.10.25	5,00 €

Spielend werden die Kleinsten mit ihrer Begleitperson ganz leichte Turnübungen, Bewegungsabläufe und Gruppenspiele durchführen. Bitte etwas zu trinken und Stoppersocken / Sportschuhe mitbringen.

Familien-Kind-Aktion: Winterwanderung

Ort: Familienzentrum Jakobi, Mittelstr. 105, Rheine

Kurs	Leitung	Tage	Uhrzeit	Umfang	Beginn	Kosten
B03.02-02	Melanie Selker	Do	15:00-17:15	1Treffen=3UStd.	05.02.26	5,00 €

Gemeinsam machen sich die Familien des Familienzentrums auf eine beschauliche Wanderung. Wir wandern am Waldhügel. Auf dem Weg gibt es Stationen für kleine Spieleinheiten „Klein gegen Groß“. Beim Kindergarten erwartet die Gruppe dann warmer Punsch und Brezeln. Der genaue Treffpunkt wird zu gegebener Zeit mitgeteilt.



wohnen industrie gewerbe verwaltung sakral bildung

www.bauwerk-wettringen.de | bahnhofstraße 17, 48493 wettringen

Familienzentren - Angebote in Kooperation

Eltern-Kind-Aktion: Nistkästen bauen

Ort: Familienzentrum Jakobi, Mittelstr. 105, Rheine

Kurs	Leitung	Tage	Uhrzeit	Umfang	Beginn	Kosten
B03.02-03	Melanie Selker	Sa	10:00-12:15	1Treffen=3UStd.	07.03.26	5,00 €

Wer im Frühjahr die heimischen Vögel in seinem Garten bei der Aufzucht der Jungtiere beobachten möchte, der sollte frühzeitig eine entsprechende Brutstätte aufhängen. Väter und Kinder bauen und gestalten an diesem Vormittag gemeinsam einen Nistkasten. Es wird dazu ein Baukasten-Set genutzt, so dass auch noch genügend Zeit für die Gestaltung bleibt.

Trotz, Wut und andere große Gefühle - starke Gefühle selbstbewusst begleiten

Ort: Familienzentrum Jakobi, Mittelstr. 105, Rheine

Kurs	Leitung	Tage	Uhrzeit	Umfang	Beginn	Kosten
B03.02-04	Heike Sommer-Strotmann	Di	16:30-18:45	1Treffen=3UStd.	21.04.26	3,00 €

In der kindlichen Entwicklung erleben Eltern immer wieder die starken Gefühle ihrer Kinder. Es gibt Situationen, in denen Gefühle wie Trotz, Wut oder auch Angst uns als Eltern ganz schön herausfordern. Manchmal stehen wir hilflos daneben und probieren das eine oder andere aus. Oftmals kommt es dann zu einer Unzufriedenheit über die eigene Reaktion. Während dieses Abends wollen wir gemeinsam der Frage nachgehen, was hinter den starken Gefühlen der Kinder steckt und wie wir den Kindern helfen können, mit Gefühlen wie Trotz, Wut oder auch Angst umzugehen. Wir beleuchten Situationen dazu aus verschiedenen Perspektiven. Schlussendlich erarbeiten wir Tipps und Anregungen, wie Eltern ihren Alltag reflektieren und ihn ggf. verändern können.

Familienzentrum Schotthock



Deutsch als Fremdsprache

Ort: Ludgerusschule Schotthock, Ludgeristr. 17, Rheine

Kurs	Leitung	Tage	Uhrzeit	Umfang	Beginn	Kosten
B03.03-01	Brigitte Lau	Mo	10:00-11:30	10Treffen=20UStd.	08.09.25	97,00 €

Ein Kurs zur Verbesserung der Kenntnisse in der deutschen Spra-

che. Die Kursleitung ist eine erfahrene Sprachlehrerin, die den Kursinhalt nach Alltagssituationen und -themen ausrichtet. Bei entsprechender Förderung wird der Kurs kostenfrei angeboten

Erste Hilfe bei Kindernotfällen

Ort: Kita St. Bonifatius, Friedrich-Ebert-Ring 241, Rheine

Kurs	Leitung	Tage	Uhrzeit	Umfang	Beginn	Kosten
B03.03-02	Karl-Heinz Rucker	Mo	19:00-20:30	1Treffen=2UStd.	19.01.26	15,00 €

Ein Training für Eltern, Großeltern und Babysitter:innen

Ausführliche Beschreibung siehe Seite 15.

Eltern-Kind-Aktion: Ein Abend am Lagerfeuer

Ort: Kita St. Ludgerus, Bergstr. 6a, Rheine

Kurs	Leitung	Tage	Uhrzeit	Umfang	Beginn	Kosten
B03.03-03	Melanie Selker	Do	16:30-18:45	1Treffen=3UStd.	26.02.26	5,00 €

Eltern oder eine andere erwachsene Begleitperson und Kinder von etwa 3-6 Jahren werden an diesem Abend gemeinsam schnitzen! Am Lagerfeuer können sie einen Rohling bearbeiten und Stöcke schnitzen, die dann für das Grillen von Stockbrot oder Marshmallows genutzt werden. Eine praktische gemeinsame Aktion, bei der der Umgang mit dem Schnitzmesser erlernt wird! Kinderschnitzmesser sind vorhanden, Erwachsene bringen, falls vorhanden, eigene Schnitzmesser mit!

Für Familien des FZ ist das Angebot kostenfrei

Vater-Kind-Aktion: Niedrigseilgarten

Ort: Walshagenpark Rheine

Kurs	Leitung	Tage	Uhrzeit	Umfang	Beginn	Kosten
B03.03-04	Marita Kraken	Fr	15:00-17:15	1Treffen=3UStd.	24.04.26	5,00 €

An diesem Nachmittag treffen sich die Vater-Kind-Paare am Parkplatz beim Walshagenpark. Dort wartet ein Niedrigseilgarten auf die Gruppe. Ein mobiler Niedrigseilgarten besteht aus mehreren künstlichen Hindernissen und praktischen Übungen aus Seilen und Gurten, die in sicherer Absprunghöhe installiert werden. Nur gemeinsam und mit Gleichgewicht kann es die Gruppe schaffen, das Ende zu erreichen und damit den Schatz zu heben.

Für Familien des FZ ist das Angebot kostenfrei

Familienzentren - Angebote in Kooperation

Familienzentrum St. Elisabeth und Michael



Erste Hilfe in Bildungs- und Betreuungseinrichtungen

Ort: CJD Kita St. Michael, Bühnertstr. 17, Rheine

Kurs	Leitung	Tage	Uhrzeit	Umfang	Beginn	Kosten
B03.04-01	Ingo Busskamp	Sa	08:30-16:15	1Treffen=9UStd.	27.09.25	53,00 €

Für pädagogische Mitarbeitende in Kindertagespflege, Kindertagesstätten und OGS

Ausführliche Beschreibung siehe Seite 80.

Eltern-Kind-Aktion: In der Weihnachtsbäckerei

Ort: CJD Kita St. Michael, Bühnertstr. 17, Rheine

Kurs	Leitung	Tage	Uhrzeit	Umfang	Beginn	Kosten
B03.04-02	Margret Brebaum	Do	14:45-17:00	1Treffen=3UStd.	27.11.25	5,00 €

Wer liebt nicht den Duft von Weihnachtsbäckerei? Stimmen wir uns zusammen auf die bevorstehende Adventszeit ein und beginnen den Advent mit dem schönen Ritual gemeinsamen Plätzchenbackens. Kinder und Eltern werden zusammen altbekannte und beliebte Plätzchenrezepte abbacken und zum Vernaschen mit nach Hause nehmen.

Vater-Kind-Aktion: Nistkästen bauen

Ort: CJD Kita St. Michael, Bühnertstr. 17, Rheine

Kurs	Leitung	Tage	Uhrzeit	Umfang	Beginn	Kosten
B03.04-03	Melanie Selker	Sa	10:00-12:15	1Treffen=3UStd.	07.02.26	5,00 €

Ausführliche Beschreibung siehe Seite 21.

Erste Hilfe bei Kindernotfällen

Ort: Kita St. Elisabeth, Windthorststraße 15, Rheine

Kurs	Leitung	Tage	Uhrzeit	Umfang	Beginn	Kosten
B03.04-04	Karl-Heinz Rücker	Mo	19:30-21:45	1Treffen=3UStd.	23.03.26	15,00 €

Ausführliche Beschreibung siehe Seite 15.

Dips zur Grillsaison

Ort: Kita St. Elisabeth, Windthorststraße 15, Rheine

Kurs	Leitung	Tage	Uhrzeit	Umfang	Beginn	Kosten
B03.04-05	Margret Brebaum	Mi	15:00-16:30	1Treffen=2UStd.	13.05.26	3,00 €

Schnell gemacht und super leckere Dips, nicht nur zur Grillsai-

son. Es werden verschiedene Dips zubereitet, die anschließend in gemütlicher Runde genossen werden.

Familienzentrum Rheine - Eschendorf



Großeltern-Enkelkind-Aktion: Komm, lass uns gemeinsame Zeit verbringen

Ort: Kita St. Martin, Osningstr. 136, Rheine

Kurs	Leitung	Tage	Uhrzeit	Umfang	Beginn	Kosten
B03.05-01	Melanie Selker	Do	15:00-17:15	3Treffen=9UStd.	13.11.25	10,00 €

Folgetermine: 20. & 27.11.25

An drei Terminen kommen die Großeltern mit ihrem Enkelkind in die Kita und verbringen einen gemeinsamen Nachmittag. Unter Anleitung wird gebastelt, gesungen und geturnt.

Erste Hilfe in Bildungs- und Betreuungseinrichtungen

Ort: Kita St. Marien FZ Eschendorf, Osnabrückerstr. 339, Rheine

Kurs	Leitung	Tage	Uhrzeit	Umfang	Beginn	Kosten
B03.05-02	Ingo Busskamp	Mo	14:00-17:30	2Treffen=9UStd.	12.01.26	53,00 €

Folgetermin: 19.01.2026

Für pädagogische Mitarbeitende in Kindertagespflege, Kindertagesstätten und OGS

Ausführliche Beschreibung siehe Seite 80.

Die Schule kommt - Kinder beim Übergang von Kita zur Schule gut begleiten

Ort: Kita St. Martin, Osningstr. 136, Rheine

Kurs	Leitung	Tage	Uhrzeit	Umfang	Beginn	Kosten
B03.05-03	Heike Sommer-Strotmann	Mi	16:00-17:30	1Treffen=2UStd.	21.01.26	keine

Der Wechsel vom Kindergarten in die Grundschule ist für Kinder und Eltern mit vielen Veränderungen verbunden. Die Eltern setzen sich damit auseinander, ob ihr Kind „schulreif“ ist, und möchten, dass ihr Kind gut vorbereitet in den neuen Lebensabschnitt gehen kann. An diesem Nachmittag beschäftigen sich die Eltern damit, welche Fähigkeiten und Fertigkeiten besonders wichtig sind, um den Schulstart gut zu meistern und was sie selbst tun können, um ihr Kind zu unterstützen.

Familienzentren - Angebote in Kooperation

Erste Hilfe in Bildungs- und Betreuungseinrichtungen

Ort: Kita St. Marien FZ Eschendorf, Osnabrückerstr. 339, Rheine

Kurs	Leitung	Tage	Uhrzeit	Umfang	Beginn	Kosten
B03.05-04	Ingo Busskamp	Mo	14:00-17:30	2Treffen=9UStd.	09.03.26	53,00 €
Folgetermin: 16.03.2026						

Für pädagogische Mitarbeitende in Kindertagespflege, Kindertagesstätten und OGS

Ausführliche Beschreibung siehe Seite 80.

Eltern-Kind-Aktion: Experimente für Groß und Klein

Ort: Kita St. Marien FZ Eschendorf, Osnabrückerstr. 339, Rheine

Kurs	Leitung	Tage	Uhrzeit	Umfang	Beginn	Kosten
B03.05-05	Heike Sommer-Strotmann	Fr	15:00-17:15	1Treffen=3UStd.	24.04.26	3,00 €

Feuer, Wasser, Erde und Luft - diese vier Elemente werden wir an diesem Nachmittag in den Fokus nehmen und mit ihnen spannende Experimente entwickeln und beobachten. Der Kurs ist für Eltern mit Kindern ab 4 Jahren.

Mitzubringen sind: etwas zu trinken und ein kleiner Snack

Familienzentrum Herz-Jesu / St. Konrad



Turnen und Toben (Treffen der Eschendorfer Tagespflegepersonen)

Ort: Kita Herz-Jesu, Esperlohstr. 30, Rheine

Kurs	Leitung	Tage	Uhrzeit	Umfang	Beginn	Kosten
B03.06-01	Nicole Tornow	Fr	09:30-10:30	13Treffen=17UStd.	29.08.25	keine
B03.06-02	Nicole Tornow	Fr	09:30-10:30	25Treffen=33UStd.	09.01.26	keine

Der Kurs richtet sich an Tagespflegepersonen, die sich 1 x die Woche außerhalb ihrer Räumlichkeiten treffen und den Tageskindern ein aktives Bewegungsangebot ermöglichen möchten. Der Fokus liegt hier auf der Unterstützung der Bewegungsfreude und der individuellen Förderung, denn gerade Kinder im Alter von 1,5 bis 2,5 Jahren sollen darin unterstützt werden, ihre körperlichen Fähigkeiten in ihrer ganzen Bandbreite zu entfalten. Die Tagespflegepersonen haben die Möglichkeit Bewegungslandschaften aufzubauen und je nach Entwicklungsstand gemeinsam mit den

anderen Tagespflegepersonen die Kinder zu fördern und zu fördern. Auch der Austausch untereinander sowie der Kind-Kind-Kontakt stehen im Fokus dieser Treffen.

Die Schule kommt ! Duo Veranstaltung

Ort: Kita Herz-Jesu, Esperlohstr. 30, Rheine

Kurs	Leitung	Tage	Uhrzeit	Umfang	Beginn	Kosten
B03.06-03	Heike Sommer-Strotmann, Nina Wienkamp	Di	14:30-16:00	1Treffen=2UStd.	07.10.25	keine

Der Wechsel vom Kindergarten in die Grundschule ist für Kinder mit vielen Veränderungen verbunden. Die Eltern setzen sich damit auseinander, ob ihr Kind „schulreif“ ist und möchten, dass ihr Kind gut vorbereitet in den neuen Lebensabschnitt gehen kann. An diesem Nachmittag beschäftigen sich die Eltern damit, welche Fähigkeiten und Fertigkeiten besonders wichtig sind, um den Schulstart gut zu meistern und was sie selbst tun können, um ihr Kind zu unterstützen.

Die Kinder treffen sich währenddessen in der Turnhalle und können sich verschiedenen Aufgaben zum Thema Bewegung, Mengenverständnis, Sprachbildung und soziales Miteinander stellen. Eine Keksrunde darf natürlich nicht fehlen!

Bezahlen ist einfach.

Wenn man seine Finanzgeschäfte jederzeit und überall erledigen kann.

Mit Online-Banking.

sparkasse-rheine.de

Familienzentren - Angebote in Kooperation

Medienkonsum (online)

Ort: online

Kurs	Leitung	Tage	Uhrzeit	Umfang	Beginn	Kosten
B03.06-04	Dr. Christiane Bohn	Mi	19:00-20:30	1Treffen=2UStd.	19.11.25	keine

Online Vortrag für Eltern und Fachkräfte

An diesem Abend geht es um den Einfluss elektronischer Medien auf die kindliche Entwicklung, insbesondere auf die sozial-emotionale Entwicklung.

Den ganzen Tag am Smartphone? Verabredungen nur noch zum Spielen am Rechner oder der Konsole? Was machen die Medien mit unseren Kindern?

Nach einer kurzen Darstellung der kindlichen Entwicklung unter besonderer Berücksichtigung der sozialen und emotionalen Fähigkeiten betrachten wir gemeinsam den Einfluss von elektronischen Medien auf das Verhalten von Kindern und diskutieren auf Grundlagen aktueller Untersuchungen, welchen Einfluss Medien auf die Entwicklung von Kindern haben können.

Großeltern-Enkelkind-Backen

Ort: Kita St. Konrad, Am Pfarrhaus 6, Rheine

Kurs	Leitung	Tage	Uhrzeit	Umfang	Beginn	Kosten
B03.06-05	N.N.	Mo	14:30-17:30	1Treffen=4UStd.	24.11.25	keine

Wer liebt nicht den Duft von Weihnachtsbäckerei? Stimmen wir uns zusammen auf die bevorstehende Adventszeit ein und beginnen den Advent mit dem schönen Ritual gemeinsamen Plätzchenbackens. Kinder und Eltern werden zusammen altbekannte und beliebte Plätzchenrezepte abbacken und zum Vernaschen mit nach Hause nehmen.

Auszeit für mich: Eine Yoga Schnupperstunde für jedermann

Ort: Kita St. Konrad, Am Pfarrhaus 6, Rheine

Kurs	Leitung	Tage	Uhrzeit	Umfang	Beginn	Kosten
B03.06-06	Nina Wienkamp	Do	15:00-16:30	1Treffen=2UStd.	19.02.26	keine

In dieser Yoga Schnupperstunde gibt die Referentin für alle, die sich so gar nicht vorstellen können, was sie beim Yoga erwartet, einen kleinen Einblick in die Welt des Yoga.

Eltern-Kind-Aktion: Yoga Schnupperkurs (4-6jährige)

Ort: Kita St. Konrad, Am Pfarrhaus 6, Rheine

Kurs	Leitung	Tage	Uhrzeit	Umfang	Beginn	Kosten
B03.06-07	Nina Wienkamp	Mi	15:00-16:30	4Treffen=8UStd.	15.04.26	keine

Im Alltag ist das Familienleben von Stress und Hektik geprägt. An den Workshopnachmittagen nehmen wir uns eine kleine gemeinsame Auszeit. Der Wechsel zwischen Spannung und Entspannung sorgt für einen schönen Ausgleich. Durch kindgerechte, achtsame und kraftvolle Übungen wird man auf das Hier und Jetzt fokussiert und kommt gemeinsam zur Ruhe. Bewegung, Leichtigkeit, Freude und das Miteinander stehen im Fokus

Bitte 2 Matten, 2 Decken und bequeme Kleidung mitbringen.

Erste Hilfe in Bildungs- und Betreuungseinrichtungen

Ort: Herz-Jesu Roncalli Haus

Kurs	Leitung	Tage	Uhrzeit	Umfang	Beginn	Kosten
B03.06-08	Raymund Banken	EHT Mi	15:00-18:30	2Treffen=9UStd.	15.04.26	53,00 €

Folgetermin: 22.04.2026

Ausführliche Beschreibung siehe Seite 80.

Familienzentrum Vielfalt



Eltern-Kind-Aktion: Ausflug zum Salzsiedehaus

Ort: Salzsiedehaus, Salinenstr. 105, Rheine

Kurs	Leitung	Tage	Uhrzeit	Umfang	Beginn	Kosten
B03.07-01	N.N.	Di	15:00-17:15	1Treffen=3UStd.	16.09.25	3,00 €

Die Salzwerkstatt ist ein außerschulischer Lernort. Die museumspädagogischen Mitmach-Programme zur Salinengeschichte und Salzgewinnung bieten Familien die Gelegenheit zum ganzheitlichen, situationsbezogenen Lernen an einem besonderen historischen Ort. Das Programm ist auf Vorschulkinder ausgelegt.

Für die Familien des FZ werden die Kosten vom Familienzentrum übernommen.

Familienzentren - Angebote in Kooperation

Trotz und Wut - Was starke Gefühle mit Kindern und Eltern machen

Ort: Dreikönigskindergarten, Dreikönigsstr. 20-30, Rheine

Kurs	Leitung	Tage	Uhrzeit	Umfang	Beginn	Kosten
B03.07-02	Heike Sommer-Strotmann	Mi	19:00-21:15	1Treffen=3UStd.	29.10.25	keine

In der kindlichen Entwicklung erleben Eltern immer wieder die starken Gefühle ihrer Kinder. Es gibt Situationen, in denen Gefühle wie Trotz, Wut oder auch Angst uns als Eltern ganz schön herausfordern. Manchmal stehen wir hilflos daneben und probieren das eine oder andere aus. Oftmals kommt es dann zu einer Unzufriedenheit über die eigene Reaktion. Während dieses Abends wollen wir gemeinsam der Frage nachgehen, was hinter den starken Gefühlen der Kinder steckt und wie wir den Kindern helfen können, mit Gefühlen wie Trotz, Wut oder auch Angst umzugehen. Wir beleuchten Situationen dazu aus verschiedenen Perspektiven. Schlussendlich erarbeiten wir Tipps und Anregungen, wie Eltern Ihren Alltag reflektieren und ihn ggf. verändern können. Für Familien des FZ kostenfrei.

Eltern-Kind-Aktion: Yoga Schnupperkurs (4-6jährige)

Ort: Dreikönigskindergarten, Dreikönigsstr. 20-30, Rheine

Kurs	Leitung	Tage	Uhrzeit	Umfang	Beginn	Kosten
B03.07-03	Nina Wienkamp	Do	15:00-16:30	3Treffen=6UStd.	04.12.25	10,00 €

Im Alltag ist das Familienleben von Stress und Hektik geprägt. An den Workshopnachmittagen nehmen wir uns eine kleine gemeinsame Auszeit. Der Wechsel zwischen Spannung und Entspannung sorgt für einen schönen Ausgleich. Durch kindgerechte, achtsame und kraftvolle Übungen wird man auf das Hier und Jetzt fokussiert und kommt gemeinsam zur Ruhe.

Bitte 2 Matten, 2 Decken und bequeme Kleidung mitbringen. Für Familien des FZ kostenfrei.

Vater-Kind-Aktion: Ein Abend am Lagerfeuer

Ort: Dreikönigskindergarten, Dreikönigsstr. 20-30, Rheine

Kurs	Leitung	Tage	Uhrzeit	Umfang	Beginn	Kosten
B03.07-06	Melanie Selker	Do	16:30-18:45	1Treffen=3UStd.	26.03.26	5,00 €

Väter und Kinder von etwa 5-8 Jahren werden an diesem Abend gemeinsam schnitzen!

Am Lagerfeuer können sie einen Rohling bearbeiten und Stöcke schnitzen, die dann für das Grillen von Stockbrot oder Marsh-

mallows genutzt werden. Eine praktische gemeinsame Aktion, bei der der Umgang mit dem Schnitzmesser erlernt wird! Kinderschnitzmesser sind vorhanden, Erwachsene bringen, falls vorhanden, eigene Schnitzmesser mit!

Für Familien des FZ kostenfrei.

Erste Hilfe bei Kindernotfällen

Ort: Kita Johannes, Keltenstiege 5, Rheine

Kurs	Leitung	Tage	Uhrzeit	Umfang	Beginn	Kosten
B03.07-07	Karl-Heinz Rücker	Mi	19:00-21:15	1Treffen=3UStd.	29.04.26	15,00 €

Ein Training für Eltern, Großeltern und Babysitter:innen

Für Familien des FZ kostenfrei.

Ausführliche Beschreibung siehe Seite 15.

Familienzentrum AWO Schotthock



Eltern-Kind-Aktion: Ein Abend am Lagerfeuer

Ort: AWO Familienzentrum Ludgeristraße, Ludgeristr. 22, Rheine

Kurs	Leitung	Tage	Uhrzeit	Umfang	Beginn	Kosten
B03.08-01	Melanie Selker	Do	16:30-18:45	1Treffen=3UStd.	04.09.25	3,00 €

Kinder von etwa 5-8 Jahren und eine Begleitperson werden an diesem Abend gemeinsam schnitzen! Am Lagerfeuer können sie einen Rohling bearbeiten und Stöcke schnitzen, die dann für das Grillen von Stockbrot oder Marshmallows genutzt werden. Eine praktische gemeinsame Aktion, bei der der Umgang mit dem Schnitzmesser erlernt wird! Kinderschnitzmesser sind vorhanden, Erwachsene bringen, falls vorhanden, eigene Schnitzmesser mit! Für Familien des AWO-Familienzentrum Ludgeristrasse ist diese Aktion kostenfrei.

Deutsch als Fremdsprache

Ort: Ludgerusschule Schotthock, Ludgeristr. 17, Rheine

Kurs	Leitung	Tage	Uhrzeit	Umfang	Beginn	Kosten
B03.08-02	Brigitte Lau	Mo	10:00-11:30	10Treffen=20UStd.	12.01.26	keine

Ein Kurs zur Verbesserung der Kenntnisse in der deutschen Sprache. Die Kursleitung ist eine erfahrene Sprachlehrerin, die den Kursinhalt nach Alltagssituationen und -themen ausrichtet. Bei entsprechender Förderung wird der Kurs kostenfrei angeboten

Familienzentren - Angebote in Kooperation

Eltern-Kind-Aktion: Insektenhotels bauen

Ort: AWO Familienzentrum Ludgeristraße, Ludgeristr. 22, Rheine

Kurs	Leitung	Tage	Uhrzeit	Umfang	Beginn	Kosten
B03.08-03	Melanie Selker	Do	16:30-18:45	1Treffen=3UStd.	16.04.26	3,00 €

Ausführliche Beschreibung siehe Seite 19.

Für Familien des AWO-Familienzentrum Ludgeristrasse ist diese Aktion kostenfrei.

suchen oder „wilde“ Tiere zu erforschen. Die Väter erhalten viele tolle Ideen, was man mit Kindern in ihrem Naherholungsraum alles machen kann. Ausgangspunkt der Aktion ist der Bürgerhof Schotthock. Für Familien des AWO-Familienzentrum Ludgeristrasse ist diese Aktion kostenfrei.

Familienzentrum KEKS Mesum



Kontakt für Erwachsene und Kinder im Südkreis
Kath. FAMILIENZENTRUM

Abenteuersport im KEKS

Ort: Kita St. Josef, Nielandstraße 32, Rheine-Mesum

Kurs	Leitung	Tage	Uhrzeit	Umfang	Beginn	Kosten
B03.09-01	Marita Kraken	Mo	16:45-17:45	14Treffen=18UStd.	01.09.25	42,00 €

Ort: Kita St. Marien, Engelstr. 13, Rheine-Mesum

B03.09-02	Marita Kraken	Do	16:45-17:45	14Treffen=18UStd.	04.09.25	42,00 €
B03.09-03	Marita Kraken	Do	16:45-17:45	12Treffen=16UStd.	08.01.26	36,00 €

Ort: Kita St. Josef, Nielandstraße 32, Rheine-Mesum

B03.09-04	Marita Kraken	Mo	16:45-17:45	10Treffen=13UStd.	12.01.26	33,00 €
B03.09-05	Marita Kraken	Mo	16:45-17:45	13Treffen=17UStd.	13.04.26	39,00 €

Ort: Kita St. Marien, Engelstr. 13, Rheine-Mesum

B03.09-06	Marita Kraken	Do	16:45-17:45	12Treffen=16UStd.	16.04.26	36,00 €
-----------	---------------	----	-------------	-------------------	----------	---------

Angelehnt an die psychomotorische Förderung werden den Kindern viele verschiedene Spiele, Aufgaben und Herausforderungen angeboten. Jede Woche warten neue Bewegungsbaustellen.

Die Kinder lernen, miteinander zu spielen und können ihre Grenzen ausloten.

Je nach Entwicklungsstand werden die Kinder von der erfahrenen Übungsleiterin Marita Kraken gefordert und gefördert.

Die Schule kommt ! Duo Veranstaltung

Ort: Kita St. Marien, Engelstr. 13, Rheine-Mesum

Kurs	Leitung	Tage	Uhrzeit	Umfang	Beginn	Kosten
B03.09-07	Heike Sommer-Strotmann, Nina Wienkamp	Di	14:30-16:00	1Treffen=2UStd.	30.09.25	5,00 €

Ausführliche Beschreibung siehe Seite 23.

SENGER

LASS DICH NICHT BREMSEN!

Erreiche deine Ziele mit mehr Spaß und Style.

senger-mobility.de

Logos: Audi, Volkswagen, Skoda, SEAT, Cupra

Golf R: Kraftstoffverbrauch kombiniert: 8,2-7,8 l/100 km; CO₂-Emissionen kombiniert: 185-178 g/km; CO₂-Klasse: G

Vater-Kind-Aktion: Waldabenteuer

Ort: AWO Familienzentrum Ludgeristraße, Ludgeristr. 22, Rheine

Kurs	Leitung	Tage	Uhrzeit	Umfang	Beginn	Kosten
B03.08-04	Marita Kraken	Fr	15:00-17:15	1Treffen=3UStd.	29.05.26	3,00 €

Der Walshagenpark bietet so viele Möglichkeiten Abenteuer zu erleben.

Die Erlebnispädagogin Marita Kraken geht mit Kindern und ihren Vätern durch die Wildnis und gibt den Teams verschiedene Aufgaben, z.B. über Schluchten zu balancieren, verlorene Schätze zu

Familienzentren - Angebote in Kooperation

Resilienz und Selbstfürsorge für Allrounder-Mamas Gelassenheit im Familienalltag

Ort: Atrium Bildungshaus, Rheine-Mesum

Kurs	Leitung	Tage	Uhrzeit	Umfang	Beginn	Kosten
B03.09-08	Nina Schmidt	Mi	19:00-21:15	1Treffen=3UStd.	08.10.25	keine

Ausführliche Beschreibung siehe Seite 19.

Abenteuerliche Lesenacht für 5-6-Jährige

Ort: Atrium Bildungshaus, Rheine-Mesum

Kurs	Leitung	Tage	Uhrzeit	Umfang	Beginn	Kosten
B03.09-09	Nancy Rohling	Do	17:30-19:45	1Treffen=3UStd.	09.10.25	5,00 €

Magisch geht es an diesem Abend in der Kita Abenteuerland zu. In gemütlicher Runde werden spannende und altersgerechte Geschichten vorgelesen. Taucht ein in eine Zauberwelt voll von Helden und Bösewichten! Jeder bringt ein paar Snacks mit, so dass wir ein gemeinsames Buffet machen können. Bitte denkt auch an Decken und Stoppersocken!

Informationsabend: Rund um die Pflege

Ort: Pfarrheim, Im Klosterhook 8, Rheine-Mesum

Kurs	Leitung	Tage	Uhrzeit	Umfang	Beginn	Kosten
B03.09-10	Uwe Flüthmann	Mi	19:00-20:30	1Treffen=2UStd.	29.10.25	keine

Der Informationsabend rund um die Pflege bietet Gelegenheit, sich über verschiedene Aspekte der Pflege zu informieren. Dabei können Themen wie Pflegeleistungen, Pflegegrade, finanzielle Unterstützung und Entlastungsmöglichkeiten für pflegende Angehörige besprochen werden.

Vorsorgevollmacht und Patientenverfügung

Ort: Atrium Bildungshaus, Rheine-Mesum

Kurs	Leitung	Tage	Uhrzeit	Umfang	Beginn	Kosten
B03.09-11	Dr. Sabine Schulte-Strotmann	Do	18:30-20:00	1Treffen=2UStd.	06.11.25	keine

Ausführliche Beschreibung siehe Seite 17.

Eltern-Kind-Yoga

Ort: Atrium Bildungshaus, Rheine-Mesum

Kurs	Leitung	Tage	Uhrzeit	Umfang	Beginn	Kosten
B03.09-12	Nina Wienkamp	Do	15:00-16:30	2Treffen=4UStd.	20.11.25	10,00 €
Folgetermin: 27.11.2025						

Im Alltag ist das Familienleben von Stress und Hektik geprägt.

An diesen 2 Treffen nehmen wir uns eine kleine gemeinsame Auszeit. Bewegung, Leichtigkeit, Freude und das Miteinander stehen im Fokus.

Erste Hilfe bei Kindernotfällen

Ort: Atrium Bildungshaus, Rheine-Mesum

Kurs	Leitung	Tage	Uhrzeit	Umfang	Beginn	Kosten
B03.09-13	Karl-Heinz Rücker	Mo	19:30-21:45	1Treffen=3UStd.	23.02.26	15,00 €

Ein Training für Eltern, Großeltern und Babysitter:innen
Ausführliche Beschreibung siehe Seite 15.

Little Einstein

Ort: Kita St. Marien, Engelstr. 13, Rheine-Mesum

Kurs	Leitung	Tage	Uhrzeit	Umfang	Beginn	Kosten
B03.09-14	Heike Sommer-Strotmann	Mi	14:00-15:00	2x1Std.	25.02.26	5,00 €
B03.09-14B	Heike Sommer-Strotmann	Mi	14:00-15:00	2x1Std.	11.03.26	5,00 €

Forscherinnen und Forscher aufgepasst! Es erwarten Euch Experimente zu den spannenden Themen Wasser, Licht, Wärme und Energie! Für Kinder ab 5 Jahren.

Abenteuerliche Lesenacht für 5-6-Jährige

Ort: Atrium Bildungshaus, Rheine-Mesum

Kurs	Leitung	Tage	Uhrzeit	Umfang	Beginn	Kosten
B03.09-15	Nancy Rohling	Do	17:30-19:45	1Treffen=3UStd.	26.03.26	5,00 €

Ausführliche Beschreibung siehe Seite 27.

Eltern-Kind-Kurs: Walpurgisnacht

Ort: Kita St. Marien, Engelstr. 13, Rheine-Mesum

Kurs	Leitung	Tage	Uhrzeit	Umfang	Beginn	Kosten
B03.09-16	Nancy Rohling	Mo	16:00-18:15	1Treffen=3UStd.	20.04.26	5,00 €

Ende April ist die Walpurgisnacht und es geschehen magische Dinge. Rund um das Thema Hexen und Zaubersprüche werden Geschichten erzählt, gebastelt und ein Zauberspruch zubereitet.

Für Kinder ab 4 Jahre

Honig im Kopf - Umgang mit demenzten Menschen

Ort: Pfarrheim, Im Klosterhook 8, Rheine-Mesum

Kurs	Leitung	Tage	Uhrzeit	Umfang	Beginn	Kosten
B03.09-17	Uwe Flüthmann	Mi	19:00-20:30	1Treffen=2UStd.	22.04.26	keine

Wenn ein Mensch an Alzheimer oder einer anderen Form von

Familienzentren - Angebote in Kooperation

Demenz erkrankt, betrifft dies auch die Familie. Im Verlauf der Krankheit gehen vor allem pflegende Angehörige durch ein Wechselbad von Gefühlen. Deshalb werden an diesem Abend nicht nur Ursachen und Auswirkungen von Demenzen und ihren Phasen thematisiert, sondern vor allem auf den Umgang mit den betroffenen Menschen eingegangen. Ebenfalls angesprochen wird, wie man Kindern die Symptome von Demenz erklären kann. Und am Ende wird es noch Raum für den Austausch von Erfahrungen geben.

Ab nach draußen! Infoabend und Eltern-Kind-Aktion

Ort: Kita St. Marien, Engelstr. 13, Rheine-Mesum

Kurs	Leitung	Tage	Uhrzeit	Umfang	Beginn	Kosten
B03.09-18	Nina Wienkamp, Marita Kraken	Do/Sa	19:00-20:30	2Treffen=5UStd.	23.04.26	5,00 €

Folgetermin: 25.04.2026 Eltern-Kind-Aktion 15:00-17:15 Uhr

Beim ersten Termin geht es um die Bedeutung von Spiel und die vielen positiven Einflüsse auf die körperliche, seelische und mentale Entwicklung, die die Draußenzeit auf Kinder hat. Was sagen bekannte Pädagogen? Was sagen Studien und was sagen Eltern zu diesen Einflüssen? Beim zweiten Treffen werden dann gemeinsam viele schöne Abenteuer draußen erlebt, um direkt zu spüren und zu sehen, was dieses Draußensein mit uns macht.

DRK-Familienzentrum Korallenriff



Krabbeltreff

Ort: jfd-Bildungsstätte Wadelheim

Kurs	Leitung	Tage	Uhrzeit	Umfang	Beginn	Kosten
B03.10-01	Monique Braun	Di	08:45-10:15	6Treffen=12UStd.	02.09.25	36,40 €

Ausführliche Beschreibung siehe Seite 11.

PEKiP

Ort: jfd-Bildungsstätte Wadelheim

Kurs	Leitung	Tage	Uhrzeit	Umfang	Beginn	Kosten
B03.10-02	Monique Braun	Di	08:45-10:15	8Treffen=16UStd.	28.10.25	57,60 €
B03.10-03	Monique Braun	Di	08:45-10:15	11Treffen=22UStd.	13.01.26	79,20 €
B03.10-04	Monique Braun	Di	10:30-12:00	11Treffen=22UStd.	13.01.26	79,20 €
B03.10-05	Monique Braun	Di	08:45-10:15	13Treffen=26UStd.	14.04.26	93,60 €
B03.10-06	Monique Braun	Di	10:30-12:00	13Treffen=26UStd.	14.04.26	93,60 €

Das Prager-Eltern-Kind-Programm (PEKiP) ist ein Konzept für die Gruppenarbeit mit Eltern und ihren Kindern im gesamten ersten Lebensjahr. Ausführliche Beschreibung siehe Seite 9.

Je nach Geburtsdatum der Babys, Anmeldungen und Raumbellegung können Termin, Uhrzeit und Kursleitung abweichen. Nähere Informationen erfragen Sie unter 05971/ 91448-188 oder erlesen Sie auf unserer Homepage.

Bitte eine Unterlage für das Kind mitbringen!

Ein Abend am Lagerfeuer - Kinder mit Begleitperson

Ort: DRK Familienzentrum Korallenriff, Harumer Weg 25, Neuenkirchen

Kurs	Leitung	Tage	Uhrzeit	Umfang	Beginn	Kosten
B03.10-07	Melanie Selker	Do	16:30-18:45	1Treffen=3UStd.	25.09.25	keine

An diesem Abend werden Kinder von etwa 5-8 Jahren gemeinsam mit Mama, Papa, Oma, Opa oder Paten schnitzen!

Am Lagerfeuer können sie einen Rohling bearbeiten und Stöcke schnitzen, die dann für das Grillen von Stockbrot oder Marshmallows genutzt werden. Eine praktische gemeinsame Aktion, bei der der Umgang mit dem Schnitzmesser erlernt wird! Kinderschnitzmesser sind vorhanden, Erwachsene bringen, falls vorhanden, eigene Schnitzmesser mit!

Erste Hilfe bei Kindernotfällen

Ort: Villa Hecking, Alphons-Hecking-Platz 1, Neuenkirchen

Kurs	Leitung	Tage	Uhrzeit	Umfang	Beginn	Kosten
B03.10-08	Karl-Heinz Rucker	Mo	19:30-21:45	1Treffen=3UStd.	29.09.25	15,00 €
B03.10-09	Karl-Heinz Rucker	Mi	19:30-21:45	1Treffen=3UStd.	26.11.25	15,00 €
B03.10-10	Karl-Heinz Rucker	Mo	19:30-21:45	1Treffen=3UStd.	09.03.26	15,00 €
B03.10-11	Karl-Heinz Rucker	Mi	19:30-21:45	1Treffen=3UStd.	10.06.26	15,00 €

Ein Training für Eltern, Großeltern und Babysitter:innen

Ausführliche Beschreibung siehe Seite 15.

Fit und gesund mit basischer Ernährung - Basenfas-tenwoche

Ort: Villa Hecking, Alphons-Hecking-Platz 1, Neuenkirchen

Kurs	Leitung	Tage	Uhrzeit	Umfang	Beginn	Kosten
B03.10-12	Ursula Krehe, Maren Rotter	Mo	16:30-18:00	4x8UStd.	19.01.26	75,00 €
B03.10-13	Ursula Krehe, Maren Rotter	Mo	18:30-20:00	4x8UStd.	19.01.26	75,00 €

Folgetermine: 23., 26. & 29.01.2026

Familienzentren - Angebote in Kooperation

Oftmals ist unser Körper und Geist übersäuert und wir fühlen uns müde, ausgelaugt, schlecht gelaunt, haben Konzentrations-schwierigkeiten, Hautjucken, Schmerzen, Sodbrennen oder Verdauungsprobleme. Um wieder fit, gesünder und lebensfroh zu werden, müssen wir überschüssige Säuren loswerden. Zu diesem Zweck führen die Heilpraktikerinnen Ursula Krehe und Maren Rotter 2x jährlich ein Basenprogramm durch. Dieses besteht aus 4 Treffen. Bei dem ersten Termin wird über die Auswirkung des Säure-Basen Haushaltes im Körper gesprochen sowie Hintergrundwissen vermittelt, wie es zu einer Übersäuerung kommen kann, bzw. welche Nahrungsmittel sauer oder basisch verstoffwechselt werden. An diesem Tag wird eine Zusammenstellung der in der Basenwoche benötigten Basenprodukte angeboten, um einen extra Einkaufsgang zu ersparen und eine Preisersparnis zu erreichen. Dieses Paket ist nicht in der Kursgebühr inbegriffen. Ebenfalls an diesem Termin wird ein Skript ausgehändigt, welches die später folgende Basenwoche mit 3 Terminen beschreibt. In der Basenwoche selber treffen sich die Teilnehmenden zum Austausch und weiteren Informationen. Am letzten Tag der Basenwoche wird abschließend ein gemeinsames basisches Buffet zusammengestellt und besprochen, wie die basische Ernährung im Alltag integriert werden kann.

Eltern-Kind-Aktion: Konzentration durch Entspannung und Bewegung

Ort: DRK Familienzentrum Korallenriff, Harumer Weg 25, Neuenkirchen

Kurs	Leitung	Tage	Uhrzeit	Umfang	Beginn	Kosten
B03.10-14	Nina Wienkamp	Do	14:30-16:00	1Treffen=2UStd.	05.03.26	keine

Gerade nach einem langen Schultag kommen die Kinder oft nicht zur Ruhe, sie sind ausgelaugt und können sich nicht mehr konzentrieren. An diesem Nachmittag zeigt die Referentin spielerische Möglichkeiten um das Kind zur Ruhe zu bringen und dadurch neue Energie zu tanken. Eltern und Kinder können die Beispiele gleich zusammen ausprobieren.

Die Schule kommt - Kinder beim Übergang von Kita zur Schule gut begleiten

Ort: Villa Hecking, Alphons-Hecking-Platz 1, Neuenkirchen

Kurs	Leitung	Tage	Uhrzeit	Umfang	Beginn	Kosten
B03.10-15	Heike Sommer-Strotmann	Mi	19:00-20:30	1Treffen=2UStd.	29.04.26	keine

Der Wechsel vom Kindergarten in die Grundschule ist für Kinder

und Eltern mit vielen Veränderungen verbunden. Die Eltern setzen sich damit auseinander, ob ihr Kind „schulreif“ ist, und möchten, dass ihr Kind gut vorbereitet in den neuen Lebensabschnitt gehen kann. An diesem Nachmittag beschäftigen sich die Eltern damit, welche Fähigkeiten und Fertigkeiten besonders wichtig sind, um den Schulstart gut zu meistern und was sie selbst tun können, um ihr Kind zu unterstützen.

Eltern-Kind-Aktion: Kinder stark machen

Ort: Villa Hecking, Alphons-Hecking-Platz 1, Neuenkirchen

Kurs	Leitung	Tage	Uhrzeit	Umfang	Beginn	Kosten
B03.10-16	Nina Löchte	Do	19:00-20:30	3Treffen=14UStd.	28.05.26	45,00 €
Elternabend: 28.05.2026, Workshop: 13.&14.06.2026 10:00-15:00 Uhr						

Selbstbehauptungskurs für Eltern und Kinder im Vorschulbereich. Die Sorge „Wie schütze ich mein Kind vor körperlichen Übergriffen oder sexueller Gewalt?“ beschäftigt viele Eltern. Vor allem, wenn im Umfeld ein Übergriff bekannt geworden ist, zeigt sich oft das Problem, dass die Gefährdung von Kindern hauptsächlich durch Außenstehende gesehen wird. Die Angst vieler Eltern gilt dem Fremden. Dabei wird immer noch die Gefahr unterschätzt, die dem Kind im Nahbereich droht. Dieses Kursangebot vermittelt Kindern, wie die Gefahr von Grenzverletzung durch eigenes verändertes Verhalten verringert werden kann, Gefahren einzuschätzen, den Gefühlen zu vertrauen und wo Hilfe zu erwarten ist. Ausführliche Informationen über den Inhalt, die Methoden und den Ablauf werden bei einem Auftaktabend ohne Kinder mitgeteilt.

Familienzentrum Impuls



Erste Hilfe bei Kindernotfällen

Ort: Caritas-Kita Pustebblume, Industriestraße 26, Neuenkirchen

Kurs	Leitung	Tage	Uhrzeit	Umfang	Beginn	Kosten
B03.11-01	Karl-Heinz Rucker	Mi	19:00-20:30	1Treffen=2UStd.	12.11.25	15,00 €

Ein Training für Eltern, Großeltern und Babysitter:innen
Ausführliche Beschreibung siehe Seite 15.

Familienzentren - Angebote in Kooperation

Eltern-Kind-Angebot: Experimente für Groß und Klein (ab 5 Jahren)

Ort: Caritas Kita Abenteuerland, In der Welle 2, Neuenkirchen

Kurs	Leitung	Tage	Uhrzeit	Umfang	Beginn	Kosten
B03.11-02	Heike Sommer-Strotmann	Mi	15:00-17:15	1Treffen=3UStd.	19.11.25	keine

Für Kinder von 5-6 Jahren! Forscherinnen und Forscher aufgepasst! Ihr könnt selbst Experimente zu den spannenden Themen Wasser, Licht, Wärme und Energie durchführen. Zusammen mit Mama oder Papa lassen sich Naturgesetze prüfen und Überraschungen erleben!

Bei allem Stress gut zusammen sein (online)

Ort: online

Kurs	Leitung	Tage	Uhrzeit	Umfang	Beginn	Kosten
B03.11-03	Walburga Halbrügge-Schneider	Di	19:00-20:30	1Treffen=2UStd.	21.04.26	keine

Eine der größten Herausforderungen im Familienleben sind die Momente, in denen es knirscht und knatscht in Beziehungen: Wenn es mal so richtig stressig ist, wenn große Gefühle im Spiel sind, wenn Bedürfnisse und Wünsche verschiedener Personen nicht zusammenpassen, wenn es schon wieder so anstrengend ist, obwohl es schon hundertmal so war, ...

Wie es gelingen kann, trotzdem gut in Beziehung zu bleiben, ins Gespräch zu kommen. Was Eltern helfen kann gegen Ärger und schlechtes Gewissen. Und wie Familienzeit (wieder) Qualitätszeit werden kann. Darum soll es an diesem Abend gehen.

Eltern-Kind-Aktion: Basteln mit Alltagsmaterialien (ab 3 Jahre)

Ort: Caritas-Kita Pustebblume, Industriestraße 26, Neuenkirchen

Kurs	Leitung	Tage	Uhrzeit	Umfang	Beginn	Kosten
B03.11-04	Melanie Selker	Do	14:00-16:15	1Treffen=3UStd.	07.05.26	keine

„Alles nur Müll!“- Von wegen, wir basteln aus Alltagsmaterialien und Dingen, die wir eigentlich schon entsorgen wollten, tolle Sachen und geben ihnen somit eine neue Verwendung. Lasst euch überraschen.

Honig im Kopf - Umgang mit demenzen Menschen

Ort: Caritas-Kita Pustebblume, Industriestraße 26, Neuenkirchen

Kurs	Leitung	Tage	Uhrzeit	Umfang	Beginn	Kosten
B03.11-05	Uwe Flüthmann	Mi	19:00-20:30	1Treffen=2UStd.	20.05.26	keine

Ausführliche Beschreibung siehe Seite 27.

Nicht ohne dich - Trennungsjahren begegnen

Ort: Caritas-Kita Pustebblume, Industriestraße 26, Neuenkirchen

Kurs	Leitung	Tage	Uhrzeit	Umfang	Beginn	Kosten
B03.11-06	Nina Schmidt	Do	19:00-20:30	1Treffen=2UStd.	28.05.26	keine

Der Start in die Kita gelingt einigen Kindern leicht und mühelos und andere Kinder zeigen hingegen vermehrte Trennungs- und Verlustängste, wie weinen oder festklammern, wenn sie sich von ihren Eltern zur Eingewöhnung lösen müssen. In diesem Vortrag erfahren die Teilnehmer:innen wissenswertes über Trennungsjahre und wie man ihnen praktisch begegnen kann, um betroffenen Kindern und ihren Familien den Start in die Kita zu erleichtern.

Dips zur Grillsaison

Ort: Caritas Kita Abenteuerland, In der Welle 2, Neuenkirchen

Kurs	Leitung	Tage	Uhrzeit	Umfang	Beginn	Kosten
B03.11-07	Margret Brebaum	Do	14:30-16:00	1Treffen=2UStd.	11.06.26	keine

Schnell gemacht und super leckere Dips, nicht nur zur Grillsaison. Es werden verschiedene Dips zubereitet, die anschließend in gemütlicher Runde genossen werden.

DEITMAR
Heizung • Sanitär • Lüftung GmbH & Co.
www.deitmar.com
Am Schultenhof 1
48432 Rheine
Tel 05975 / 92970

Buderus



**PRIORITÄT
Darm**

*Wir testen Ihre
Darmgesundheit!*

Mehrere hundert Quadratmeter Oberfläche machen den Darm zur größten Angriffsfläche für Schadstoffe aus der Umwelt.

Bitte sprechen Sie uns an, damit wir ihre individuellen Bedürfnisse erfahren und so eine gezielte Beratung mit effektiven Behandlungsmethoden empfehlen können.

Eschendorf Apotheke
Frederik Schöning e. K.
Osnabrücker Straße 250
Telefon: 05971-98970
48429 Rheine

www.gerne-gesund-apotheke.de

 **Eschendorf
Gesundheitszentrum
Schotthock
Ems**



DRK-Familienzentrum „Unsere kleine Farm“ Wettringen

Entspannung für Körper und Geist: Autogenes Training einfach lernen

Ort: Praxis für Pilates, Yoga & Achtsamkeit, Schulstr. 1, Wettringen

Kurs	Leitung	Tage	Uhrzeit	Umfang	Beginn	Kosten
B03.12-01	Angela Gutting	Mi	16:30-17:30	8Treffen=8UStd.	03.09.25	50,00 €

Autogenes Training ist eine wirkungsvolle Entspannungsmethode, die sich flexibel und unkompliziert in den Alltag integrieren lässt - ganz gleich, wo Sie gerade sind. In diesem Kurs entdecken Sie die Grundlagen dieser bewährten Technik und lernen, sie gezielt anzuwenden. Im Mittelpunkt stehen zahlreiche praktische Übungen, die durch kurze, verständliche Theorieeinheiten ergänzt werden. Am Ende des Kurses sind Sie in der Lage, das autogene Training selbstständig durchzuführen, um Stress abzubauen, Ihre Gesundheit zu fördern und Ihre Lebensqualität zu verbessern.

Familien-Waldaktion

Ort: Parkplatz Rothenberge

Kurs	Leitung	Tage	Uhrzeit	Umfang	Beginn	Kosten
B03.12-02	Marita Kraken	Fr	17:30-19:45	1Treffen=3UStd.	10.10.25	5,00 €

Das Gebiet rund um die Villa Jordaan in Rothenberge bietet so viele Möglichkeiten, Abenteuer zu erleben.

Die Erlebnispädagogin Marita Kraken geht mit Kindern und ihren Familien durch den Wald und die Teams müssen verschiedene Aufgaben bewältigen. Die Familien erhalten so viele tolle Ideen, was man mit Kindern in ihrem Naherholungsraum alles machen kann.

Erste Hilfe bei Kindernotfällen

Ort: Heimathaus, Werninghook 1a, Wettringen

Kurs	Leitung	Tage	Uhrzeit	Umfang	Beginn	Kosten
B03.12-03	Karl-Heinz Rücker	Mo	19:30-21:45	1Treffen=3UStd.	27.10.25	10,00 €

Ein Training für Eltern, Großeltern und Babysitter:innen
Ausführliche Beschreibung siehe Seite 15.

Familienzentren - Angebote in Kooperation

Trotzende Kleinkinder - zwischen Neugier, Übermut und Ohnmacht

Ort: DRK FZ "Unsere kleine Farm", Knöpperskamp 6, Wettringen

Kurs	Leitung	Tage	Uhrzeit	Umfang	Beginn	Kosten
B03.12-04	Susanne Wissen	Di	19:00-21:15	1Treffen=3UStd.	04.11.25	keine

Im Trotzalter entwickelt sich das Autonomiebedürfnis des Kindes und nicht selten werden die Kleinen von der Heftigkeit der Gefühle überrumpelt und überfordert.

Was ist das Besondere an dieser Entwicklungsphase und warum ist es wichtig, dass die Kinder diese gut meistern? Welche Entwicklungsaufgaben muss mein Kind bewältigen und wie können Eltern es gut unterstützen und möglichst souverän begleiten?

Nach einem (kurzen) theoretischen Input ist Raum dafür, dass anhand von Beispielen aus dem Kreis der Eltern hilfreiche Ideen zum Umgang mit den Kindern überlegt werden können.

Weihnachtliches Eltern-Café - Kinder brauchen Bücher

Ort: DRK FZ "Unsere kleine Farm", Knöpperskamp 6, Wettringen

Kurs	Leitung	Tage	Uhrzeit	Umfang	Beginn	Kosten
B03.12-05	Nancy Rohling	Do	15:00-16:30	1Treffen=2UStd.	04.12.25	keine

Neben der Vorstellung besonders empfehlenswerter Bücher für Kinder bis ca. 6 Jahren wird darüber gesprochen, was am Vorlesen von Büchern eigentlich so gut ist. In gemütlicher Runde bei Keksen und Kaffee werden zudem folgende Fragen diskutiert: Was geben Geschichten, gelesen oder erzählt, unseren Kindern? Brauchen Kinder Märchen? Fast zu jedem Thema im Alltag mit Kindern gibt es mittlerweile Bücher und Bilderbücher. Aber können Geschichten helfen, Probleme zu lösen?

Nancy gibt Orientierungshilfen für die Auswahl von Kinderbüchern, z.B. zu bestimmten Themen oder für bestimmte Altersgruppen und liest vielleicht auch den Erwachsenen etwas vor.

Paarbeziehung „trotz“ Elternschaft?!

Ort: DRK FZ "Unsere kleine Farm", Knöpperskamp 6, Wettringen

Kurs	Leitung	Tage	Uhrzeit	Umfang	Beginn	Kosten
B03.12-06	Lioba Zeine	Di	19:00-20:30	1Treffen=2UStd.	03.02.26	keine

Ausführliche Beschreibung siehe Seite 16.

Familienaktion: Insektenhotels bauen

Ort: DRK FZ "Unsere kleine Farm", Knöpperskamp 6, Wettringen

Kurs	Leitung	Tage	Uhrzeit	Umfang	Beginn	Kosten
B03.12-07	Melanie Selker	Do	15:30-17:45	1Treffen=3UStd.	05.03.26	5,00 €

Ausführliche Beschreibung siehe Seite 19.

Familienaktion: Schnitzen am Lagerfeuer

Ort: DRK FZ "Unsere kleine Farm", Knöpperskamp 6, Wettringen

Kurs	Leitung	Tage	Uhrzeit	Umfang	Beginn	Kosten
B03.12-08	Melanie Selker	Do	16:30-18:45	1Treffen=3UStd.	21.05.26	5,00 €

Kosten pro Paar

Ausführliche Beschreibung siehe Seite 25.

**Familienzentrum
St. Petronilla
Wettringen**



Entspannung im Alltag - Yoga für Frauen

Ort: Pfarrzentrum Wettringen

Kurs	Leitung	Tage	Uhrzeit	Umfang	Beginn	Kosten
B03.13-01	Silvia Scheipers	Do	18:30-20:00	10Treffen=20UStd.	11.09.25	80,00 €
B03.13-02	Silvia Scheipers	Do	18:30-20:00	10Treffen=20UStd.	08.01.26	80,00 €
B03.13-03	Silvia Scheipers	Do	18:30-20:00	10Treffen=20UStd.	16.04.26	80,00 €

Dies ist ein Yoga-Kurs für Frauen. Yoga setzt bei drei Punkten an: Bewegung, Atmung und Meditation; es ist eine ideale Möglichkeit, innere Gelassenheit, Entspannung und Zufriedenheit zu gewinnen.

Entspannung im Alltag - (online) Yoga für zuhause

Ort: online

Kurs	Leitung	Tage	Uhrzeit	Umfang	Beginn	Kosten
B03.13-04	Silvia Scheipers	Di	18:30-19:45	12Treffen=12UStd.	09.09.25	80,40 €
B03.13-05	Silvia Scheipers	Di	18:30-19:45	11Treffen=11UStd.	13.01.26	73,70 €
B03.13-06	Silvia Scheipers	Di	18:30-19:45	12Treffen=12UStd.	14.04.26	80,40 €

Dies ist ein online-Yogakurs für zuhause.

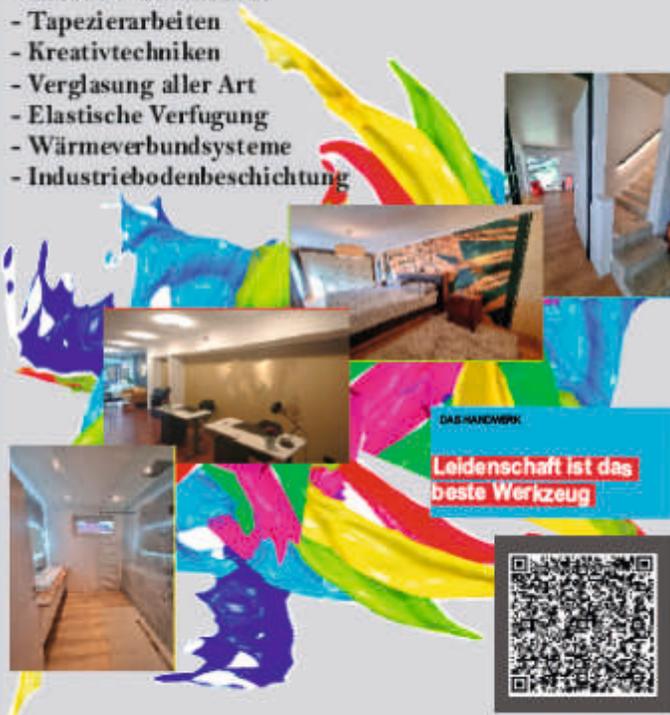
SP Malerfachbetrieb

Inhaber/Maler und Lackiermeister Peter Scholtysik



Fachunternehmen für kreative Wand und Bodengestaltung

- Fugenlose Bäder
- Bodenbelagsarbeiten
- Ausbau / Trockenbau
- Tapezierarbeiten
- Kreativtechniken
- Verglasung aller Art
- Elastische Verfugung
- Wärmeverbundsysteme
- Industriebodenbeschichtung



Leidenschaft ist das beste Werkzeug

AUSSTELLUNG

Münsterstr 45 48477 Hörstel - Riesenbeck
Beratung & Verkauf nur nach telefonischer Absprache

Tel.: 05454 / 31 50 932 0172 / 25 65 925

www.sp-malerfachbetrieb-scholtysik.de

0172 / 2565925

05454 / 31 50 932

info@pultec.de
Insta: pultec_design

PULTEC

Metall- und Felgenreparatur

Strahlen, Verdichten
Polieren, Pulver
Lackieren

Leasingrückkäufer unsere Erfolgsquote
bei Leasingrückgaben liegt bei 100%



Kratzer
Korrosion
Schrammen
Verfärbungen
Bordsteinschäden
Abnutzungsspuren

Wir reparieren alle Arten von typischen Felgenschäden

DAS HARDWERK

Leidenschaft ist das beste Werkzeug

AUSSTELLUNG

Münsterstr 45 48477 Hörstel - Riesenbeck
Beratung & Verkauf nur nach telefonische Absprache

www.pultec.de

Familienzentren - Angebote in Kooperation

Spiel und Abenteuersport Aktion für Grundschulkinder

Ort: Große Sporthalle Wettringen, Kirchstraße 19

Kurs	Leitung	Tage	Uhrzeit	Umfang	Beginn	Kosten
B03.13-07	Marita Kraken	Do Fr	09:00-12:30	2Treffen=9UStd.	23.10.25	12,00 €
B03.13-08	Marita Kraken	Do Fr	09:00-12:30	2Treffen=9UStd.	09.04.26	12,00 €

Wir werden in der Turnhalle eine abenteuerreiche Zeit verbringen. Spannende Parcours und eine Slagline warten auf Euch! Kooperative- und Ballspiele beenden die beweglichen Vormittage.

Wichtig: Bitte Sportbekleidung, Getränke und einen kleinen Snack zur Stärkung mitbringen!

Medien für Kids - Wie blicke ich noch durch?

Ort: Kita St. Martin Wettringen, Haverkamp 1a, Wettringen

Kurs	Leitung	Tage	Uhrzeit	Umfang	Beginn	Kosten
B03.13-09	Christian Althoff	Di	19:00-20:30	1Treffen=2UStd.	28.10.25	keine

Smartphones, Tablets, Laptops und neuerdings auch KI sind in den allermeisten Familien fester Bestandteil des Alltags. So erleben auch Kinder im Vorschulalter die digitalen Medien bereits als etwas ganz Normales, das gleichzeitig eine starke Faszination auf sie ausüben kann.

Für Eltern stellen sich dabei viele Fragen und Unsicherheiten. Was heute alles mit (digitalen) Medien möglich ist, auf was man bei der kindlichen Mediennutzung achten sollte, wo sich gute Anwendungen für Kinder finden lassen und welche kreativen Möglichkeiten es gibt, um mit digitalen Medien zu gestalten - das soll auf dem Elternabend vorgestellt und besprochen werden. Elternabend gefördert durch die Landesanstalt für Medien NRW.

(Groß-) Eltern-Kind-Aktion: Weihnachtskarten basteln

Ort: St. Monika Kindergarten, Frankostr. 6, Wettringen

Kurs	Leitung	Tage	Uhrzeit	Umfang	Beginn	Kosten
B03.13-10	Nina Dirks	Fr	15:00-17:15	1Treffen=3UStd.	14.11.25	7,50 €

Für Kinder von 3-5 Jahren.

In gemütlicher Runde werden bei Keksen und Kaffee weihnachtliche Karten gebastelt. Dabei entstehen tolle individuelle Unikate, die zu Weihnachten verschickt werden können.

Körperliebe & Doktorspiele Ein Abend zur kindlichen Sexualität im Kita-Alter

Ort: Kita St. Martin Wettringen, Haverkamp 1a, Wettringen

Kurs	Leitung	Tage	Uhrzeit	Umfang	Beginn	Kosten
B03.13-11	Serge Bischoff	Di	19:00-21:00	1Treffen=3UStd.	18.11.25	keine

Der Forschungsdrang von Kindern kennt meist keine Grenzen. Dabei macht die Neugier auch vor dem menschlichen Körper keinen Halt. Häufig beobachten Eltern bei ihren Kindern im Kita-Alter sogenannte Doktorspiele untereinander, welche sie vielleicht mit Fragen zurücklassen. Was hat es damit auf sich? Ist das, was ich gesehen oder gehört habe, normal? Wie sollte ich damit umgehen? Diese und weitere Fragen werden inhaltlich aufbereitet und gemeinsam besprochen.

Umgang mit kindlichen Emotionen - Warum schreit oder weint mein Kind?

Ort: Kita St. Martin Wettringen, Haverkamp 1a, Wettringen

Kurs	Leitung	Tage	Uhrzeit	Umfang	Beginn	Kosten
B03.13-12	Susanne Wissen	Di	19:00-21:15	1Treffen=3UStd.	27.01.26	keine

Alle Eltern kennen das: Die emotionalen Ausbrüche bei Kindern. Häufig verunsichert dies die Eltern und wirft Fragen auf:

- Warum verhält sich mein Kind so?
- Habe ich was falsch gemacht?
- Wie kann ich meinem Kind in dieser Situation unterstützend zur Seite stehen?
- Wie kann ich meinem Kind dabei helfen, diese Gefühlsausbrüche in den Griff zu bekommen? Und dies, möglichst ohne dabei die Kontrolle über meine Gefühle zu verlieren und Ruhe zu bewahren?

Dieser Abend soll Zeit zum gemeinsamen Austausch bieten und eine (vielleicht) neue Perspektive auf die emotionalen Befindlichkeiten der Kinder und deren Gründe dafür eröffnen. Daraus schlussfolgernd lassen sich lösungsorientierte Möglichkeiten des konstruktiven Umgangs erarbeiten.

Vorsorgevollmacht und Patientenverfügung

Ort: Heimathaus, Werninghook 1a, Wettringen

Kurs	Leitung	Tage	Uhrzeit	Umfang	Beginn	Kosten
B03.13-13	Dr. Sabine Schulte-Strotmann	Do	18:30-20:00	1Treffen=2UStd.	19.03.26	keine

Ausführliche Beschreibung siehe Seite 17.

Familienzentren - Angebote in Kooperation

Familienaktion: Schnitzen am Lagerfeuer

Ort: Kita St. Martin Wettringen, Haverkamp 1a, Wettringen

Kurs	Leitung	Tage	Uhrzeit	Umfang	Beginn	Kosten
B03.13-14	Melanie Selker	Do	16:30-18:45	1Treffen=3UStd.	23.04.26	5,00 €

Kosten pro Familie

Ausführliche Beschreibung siehe Seite 25.

Starke Frauen

Ort: Kita St. Martin Wettringen, Haverkamp 1a, Wettringen

Kurs	Leitung	Tage	Uhrzeit	Umfang	Beginn	Kosten
B03.13-15	Beate Horstmann	Do	20:00-22:00	4Treffen=8UStd.	*	25,00 €

Mit viel Spaß und intensivem Austausch können Frauen in diesem Workshop neue Seiten an sich entdecken und erkennen, wie viel Power in ihnen steckt. Die Teilnehmerinnen erfahren, wie sie selbstbewusster und sicherer werden. Nicht nur in Gefahrensituationen und bei Übergriffen, sondern auch in alltäglichen Konflikten zählen entschlossenes Handeln, die richtige Einstellung und die Überwindung der Angst.

Viele praktische Übungen helfen, die eigenen Stärken zu erkennen, auszubauen und diesen zu vertrauen.

* Kursbeginn wird noch bekannt gegeben.

DRK-Familienzentrum „Die Zwergenburg“ Metelen



Machen Medien unsere Kinder einsam? (online)

Ort: online

Kurs	Leitung	Tage	Uhrzeit	Umfang	Beginn	Kosten
B03.14-01	Dr. Christiane Bohn	Mi	19:00-20:30	1Treffen=2UStd.	15.10.25	keine

Online Vortrag für Eltern und Fachkräfte

An diesem Abend geht es um den Einfluss elektronischer Medien auf die kindliche Entwicklung, insbesondere auf die sozial-emotionale Entwicklung. Nach einer kurzen Darstellung dieser betrachten wir gemeinsam den Einfluss von elektronischen Medien auf das Verhalten von Kindern und diskutieren auf Grundlagen aktueller Untersuchungen, welchen Einfluss Medien

auf die Entwicklung von Kindern haben können.

Krabbeltreff

Ort: DRK FZ "Die Zwergenburg", Vechtestr. 15, Metelen

Kurs	Leitung	Tage	Uhrzeit	Umfang	Beginn	Kosten
B03.14-02	Karin Bockstette	Mi	15:00-16:30	5Treffen=10UStd.	05.11.25	15,00 €
B03.14-03	Karin Bockstette	Mi	15:00-16:30	5Treffen=10UStd.	14.01.26	15,00 €

Ausführliche Beschreibung siehe Seite 11.

Erste Hilfe bei Kindernotfällen

Ort: DRK FZ "Die Zwergenburg", Vechtestr. 15, Metelen

Kurs	Leitung	Tage	Uhrzeit	Umfang	Beginn	Kosten
B03.14-04	Karl-Heinz Rücker	Mo	19:30-21:45	1Treffen=3UStd.	24.11.25	5,00 €
B03.14-05	Karl-Heinz Rücker	Mi	19:30-21:45	1Treffen=3UStd.	25.03.26	5,00 €

Ein Training für Eltern, Großeltern und Babysitter:innen

Ausführliche Beschreibung siehe Seite 15.

Familienaktion: Insektenhotels bauen

Ort: DRK FZ "Die Zwergenburg", Vechtestr. 15, Metelen

Kurs	Leitung	Tage	Uhrzeit	Umfang	Beginn	Kosten
B03.14-06	Melanie Selker	Do	16:30-18:45	1Treffen=3UStd.	12.02.26	5,00 €

Ausführliche Beschreibung siehe Seite 19.

Trennungsgänge

Ort: DRK FZ "Die Zwergenburg", Vechtestr. 15, Metelen

Kurs	Leitung	Tage	Uhrzeit	Umfang	Beginn	Kosten
B03.14-07	Nina Schmidt	Mo	15:00-16:30	1Treffen=2UStd.	09.03.26	keine

Ausführliche Beschreibung siehe Seite 16.

Gemeinsam stark - ein Eltern-Kind-Workshop zur Selbstbehauptung

Ort: DRK FZ "Die Zwergenburg", Vechtestr. 15, Metelen

Kurs	Leitung	Tage	Uhrzeit	Umfang	Beginn	Kosten
B03.14-08	Jasmin Büers	Sa	09:00-14:00	1Treffen=6UStd.	25.04.26	30,00 €

Für Kinder von 5-7 Jahren

In diesem Workshop lernen Kinder gemeinsam mit einem Elternteil spielerisch und mit viel Freude, Konflikte gewaltfrei zu lösen, bei Beleidigungen ruhig zu bleiben und Streitigkeiten gelassener zu begegnen. Sie entdecken, wie wichtig es ist, auf die eigenen Gefühle zu hören, gezielt Hilfe zu holen und den Fokus auf das Positive zu richten. Gleichzeitig stärken sie ihr

Familienzentren - Angebote in Kooperation

Selbstvertrauen und entwickeln Strategien für ein harmonisches Miteinander - eine wertvolle Grundlage für den Alltag!

Die Eltern werden aktiv eingebunden: Sie üben gemeinsam mit ihrem Kind und erhalten wertvolle Impulse, um das Gelernte auch zu Hause weiter zu festigen und in den Alltag zu integrieren.

Wie kann eine Eingewöhnung gut gelingen?

Ort: DRK FZ "Die Zwergenburg", Vechtestr. 15, Metelen

Kurs	Leitung	Tage	Uhrzeit	Umfang	Beginn	Kosten
B03.14-09	Christa Telljohann	Di	18:00-21:15	1Treffen=4UStd.	30.06.26	35,00 €

Für pädagogische Fachkräfte in Kindertagespflege und Kita

Eingewöhnung braucht Bindung - und Bindung braucht Eingewöhnung. Bindung ist der Schlüssel zum Wohlbefinden und zur guten Entwicklung von Kindern. Für die Kleinsten ist es der erste große Übergang und muss gut vorbereitet und gestaltet werden, um die notwendige Bindung zum Kind aufbauen zu können.

Eltern-Kind-Aktion: Konzentrationsförderung durch Entspannung und Bewegung

Ort: Kita St. Marien, Gausepohl 17, 48629 Metelen

Kurs	Leitung	Tage	Uhrzeit	Umfang	Beginn	Kosten
B03.14-10	Nina Wienkamp	Do	15:00-16:30	1Treffen=2UStd.	19.03.26	keine

In Kooperation mit den Familienzentren Hand in Hand und Zwergenburg in Metelen. Für Eltern mit Kindern von 5-8 Jahren. Ausführliche Beschreibung siehe Seite 29.

Familienzentrum Kita Regenbogen Laer



Familienaktion: Schnitzen am Lagerfeuer

Ort: Familienzentrum Kita Regenbogen, Freisenbrock 15, Laer

Kurs	Leitung	Tage	Uhrzeit	Umfang	Beginn	Kosten
B03.15-01	Melanie Selker	Do	16:30-18:45	1Treffen=3UStd.	11.09.25	5,00 €

Kosten pro Kind

Ausführliche Beschreibung siehe Seite 29.

Eltern-Kind-Gruppe Für Kinder von 6 Monaten bis 2 Jahren

Ort: Familienzentrum Kita Regenbogen, Freisenbrock 15, Laer

Kurs	Leitung	Tage	Uhrzeit	Umfang	Beginn	Kosten
B03.15-02	Liane Watermann	Do	15:00-16:30	8Treffen=16UStd.	30.10.25	keine
B03.15-03	Liane Watermann	Do	15:00-16:30	12Treffen=24UStd.	08.01.26	keine

Bitte bringen Sie eine Unterlage für das Kind mit!

Für Kinder von 6 Monaten bis 2 Jahren bieten wir einen Kurs mit Eltern an.

Uns ist wichtig, hier eine Situation zu schaffen, in der sich junge Eltern austauschen und durch diesen Erfahrungsaustausch und die Unterstützung der Fachkräfte ihre Elternkompetenz stärken können.

Familienaktion: Nistkästen bauen

Ort: Familienzentrum Kita Regenbogen, Freisenbrock 15, Laer

Kurs	Leitung	Tage	Uhrzeit	Umfang	Beginn	Kosten
B03.15-04	Melanie Selker	Sa	10:00-12:15	1Treffen=3UStd.	24.01.26	5,00 €

Ausführliche Beschreibung siehe Seite 21.

Babymassage

Ort: Familienzentrum Kita Regenbogen, Freisenbrock 15, Laer

Kurs	Leitung	Tage	Uhrzeit	Umfang	Beginn	Kosten
B03.15-05	Karin Bockstette	Mi	15:00-15:45	5Treffen=5UStd.	25.02.26	15,00 €

Alter der Kinder bei Kursbeginn 6 - 10 Wochen.

In diesem Kurs über fünf Treffen erlernen Eltern Schritt für Schritt die Techniken der schwedisch-indischen Babymassage nach Leboyer und Schneider.

Familienzentrum Outlaw



Familienaktion: Nachtwanderung

Ort: Parkplatz Baumgarten Steinfurt, Baumgarten 2

Kurs	Leitung	Tage	Uhrzeit	Umfang	Beginn	Kosten
B03.16-01	Marita Kraken	Fr	18:00-20:15	1Treffen=3UStd.	24.10.25	5,00 €

Ausgestattet mit Taschenlampen erkunden Eltern mit ihren Kindern den Waldlehrpfad am Bagno. Treffen wir da etwa

Familienzentren - Angebote in Kooperation

Waldfeen, die uns den Weg weisen? Wen oder was hören wir denn alles im Dunkeln? Und wer hat die Rätselschätze dort versteckt?

Eltern-Café: Mit Kindern über den Tod sprechen „Wie findet die Oma denn jetzt den Weg in den Himmel?“

Ort: Kita Wemhöferstiege FZ Outlaw, Wemhöferstiege 32, Steinfurt

Kurs	Leitung	Tage	Uhrzeit	Umfang	Beginn	Kosten
B03.16-02	Birgit Wältring	Mi	15:00-17:00	1Treffen=3UStd.	12.11.25	keine

Unseren Kindern wünschen wir eine sorglose Kindheit, weit ab von Krankheit, Tod und Trauer. In unserem Alltag klammern wir diese Themen daher oft aus. Es ist aber unmöglich sie davor zu beschützen! Deshalb ist es ratsam, sich bereits vor einem bevorstehenden Verlust mit dem Thema auseinanderzusetzen.

Dieses Angebot richtet sich sowohl an Eltern und Interessierte, die etwas über den kindlichen Umgang mit dem Thema Tod erfahren möchten als auch an jene, die in einer bestimmte Trauersituation Unterstützung suchen.

Familienaktion: Nistkästen bauen

Ort: Kita Steintorfeldmark FZOutlaw, Steintorfeldmark 99, Steinfurt

Kurs	Leitung	Tage	Uhrzeit	Umfang	Beginn	Kosten
B03.16-03	Melanie Selker	Sa	10:00-12:15	1Treffen=3UStd.	17.01.26	5,00 €

Ausführliche Beschreibung siehe Seite 21.

Eltern-Café: Fit für die Schule - Was ist meine Aufgabe als Elternteil?

Ort: Kita Steintorfeldmark FZOutlaw, Steintorfeldmark 99, Steinfurt

Kurs	Leitung	Tage	Uhrzeit	Umfang	Beginn	Kosten
B03.16-04	Heike Sommer-Strotmann	Mi	15:00-16:30	1Treffen=2UStd.	04.02.26	keine

Der Schulstart ist ein aufregender Meilenstein für Kinder - und auch für Eltern! Doch wie können Sie Ihr Kind bestmöglich auf diesen neuen Lebensabschnitt vorbereiten? Welche Fähigkeiten sind wichtig? Und welche Rolle spielen Sie als Elternteil dabei?

In diesem Eltern-Café erhalten Sie wertvolle Planungstipps und Unterstützungshilfen, um den Übergang in die Schule entspannt und gut organisiert zu gestalten.



Umgang mit kindlicher Sexualität im Kitaalter Teamfortbildung

Ort: Kita Wemhöferstiege FZ Outlaw, Wemhöferstiege 32, Steinfurt

Kurs	Leitung	Tage	Uhrzeit	Umfang	Beginn
B03.16-05	Serge Bischoff	Mi	16:00-18:15	1Treffen=3UStd.	11.03.26

Der Forschungsdrang von Kindern kennt meist keine Grenzen. Dabei macht die Neugier auch vor dem menschlichen Körper keinen Halt.

In dieser Fortbildung werden Informationen zur kindlichen sexuellen Entwicklung inhaltlich aufbereitet und gemeinsam im Team besprochen. Darüber hinaus werden Methoden zur Kommunikation über Sexualität vorgestellt und erprobt, Mythen zu kindlicher Sexualität auf den Prüfstand gestellt und Handlungsfragen diskutiert.



Familienzentren - Angebote in Kooperation

Familienzentrum Kita Wichernwald Nordwalde



Familien-Workshop: Die Gefühlsdetektive - Starke Gefühle gelassen meistern

Ort: Kita Wichernwald, Wichernstraße 7, Nordwalde

Kurs	Leitung	Tage	Uhrzeit	Umfang	Beginn	Kosten
B03.17-01	Nina Schmidt	Mo	15:00-16:30	2Treffen=4UStd.	06.10.25	10,00 €
Folgetermin: 13.10.2025						

Ausführliche Beschreibung siehe Seite 18.

Familienaktion: Weihnachtliches musizieren (Kinder von 4-6 Jahren)

Ort: Kita Wichernwald, Wichernstraße 7, Nordwalde

Kurs	Leitung	Tage	Uhrzeit	Umfang	Beginn	Kosten
B03.17-02	Heike Sommer-Strotmann	Do	15:00-16:30	1Treffen=2UStd.	11.12.25	5,00 €

Wir bewegen uns musikalisch durch die Winter- und Weihnachtszeit.

An diesem Nachmittag lädt Heike Sommer-Strotmann die Kleinen und Großen ein, gemeinsam zu singen, zu springen und zu hüpfen und mit Orff-Instrumenten stimmungsvolle Winter- und Weihnachtslieder rhythmisch zu begleiten.

Familienaktion: Wir entspannen zusammen!

Ort: Kita Wichernwald, Wichernstraße 7, Nordwalde

Kurs	Leitung	Tage	Uhrzeit	Umfang	Beginn	Kosten
B03.17-03	Christa Telljohann	Fr	16:00-18:15	1Treffen=3UStd.	16.01.26	5,00 €

Ein besonderes Erlebnis für Erwachsene mit Kindern von 4-6 Jahren. Tauchen Sie gemeinsam mit Ihren Kindern in eine Welt der Achtsamkeit und Entspannung ein. Durch spielerische Entspannungsübungen, bewusste Atem- und Bewegungsübungen sowie liebevoll angeleitete Momente des Innehaltens lernen Erwachsene und Kinder, wie sie im hektischen Alltag Ruhe finden und Nähe miteinander stärken können. Dieser Nachmittag bietet Raum, um achtsam miteinander zu sein, den Moment bewusst zu erleben und gemeinsam neue Kraft zu schöpfen - spielerisch, leicht und voller Freude.

Babysitterkurs

Ort: Kita Wichernwald, Wichernstraße 7, Nordwalde

Kurs	Leitung	Tage	Uhrzeit	Umfang	Beginn	Kosten
B03.17-04	Kerstin Kaposty	Fr/Sa	14:30-17:30	2Treffen=10UStd.	13.03.26	24,00 €
Folgetermin: 14.03.2026 von 09:30-14:00 Uhr						

In diesem Kurs für Mädchen und Jungen ab 12 Jahren werden Grundinformationen zum Babysitten vermittelt, um den Jugendlichen Sicherheit und Kompetenz im Umgang mit den ihnen anvertrauten Schützlingen zu verleihen.

Gemeinsam stark - ein Eltern-Kind-Workshop zur Selbstbehauptung Für Kinder von 5-7 Jahren

Ort: Kita Wichernwald, Wichernstraße 7, Nordwalde

Kurs	Leitung	Tage	Uhrzeit	Umfang	Beginn	Kosten
B03.17-05	Jasmin Büers	Sa	09:00-14:00	1Treffen=6UStd.	18.04.26	40,00 €

Ausführliche Beschreibung siehe Seite 35.

Eltern-Kind-Gruppe: Vorbereitung auf die Kita

Ort: Kita Wichernwald, Wichernstraße 7, Nordwalde

Kurs	Leitung	Tage	Uhrzeit	Umfang	Beginn	Kosten
B03.17-06	N.N.	Mo	09:30-11:00	8Treffen=16UStd.	20.04.26	24,00 €

Für zukünftige Kitakinder mit Eltern

In dieser Eltern-Kind-Gruppe können Kinder mit Ihren Eltern nach und nach die neue Kita kennenlernen. Die Räumlichkeiten werden im kleinen Rahmen entdeckt, erste Spielmöglichkeiten werden erforscht und vor allem werden erste zaghafte Kontakte zu anderen Kindern und Eltern geknüpft. Das Angebot ist eine langsame Gewöhnung an die Kita vor der eigentlichen Eingewöhnung im August. Dies ist eine sinnhafte Vorbereitung auf die neue Kita, Katrin Bertling wird als Kitaleitung und Ansprechpartnerin das Angebot begleiten.

Erste Hilfe in Bildungs- und Betreuungseinrichtungen

Ort: Kita Wichernwald, Wichernstraße 7, Nordwalde

Kurs	Leitung	Tage	Uhrzeit	Umfang	Beginn	Kosten
B03.17-07	Ingo Busskamp	Fr	08:30-16:00	1Treffen=9UStd.	08.05.26	53,00 €

Für pädagogische Mitarbeitende in Kindertagespflege, Kindertagesstätten und OGS. Ausführliche Beschreibung siehe Seite 80.

Familienzentren - Angebote in Kooperation



Lust auf Leben
 Karl-Heinz Rücker
 www.lustaufleben.eu

Tel. 0 59 73 - 13 08
 Kontakt@LustAufLeben.eu
 Schillerstraße 52
 48485 Neuenkirchen

- Psychologische Beratung
- Bewegung • Entspannung
- Achtsamkeit • Meditation
- Trauerbegleitung • Reiki
- Seminare • Vorträge

Familienzentrum Kita Weltenbummler Lengerich



Elternabend: Abschied und Neubeginn - Kinderängste in der (Vor-) Schulzeit

Ort: online

Kurs	Leitung	Tage	Uhrzeit	Umfang	Beginn	Kosten
B03.18-01	Nina Schmidt	Do	19:00-20:30	1Treffen=2UStd.	13.11.25	keine

Der Abschied aus der Kita naht und der Neubeginn in der Schule rückt näher: Diese Phase kann bei Kindern und Eltern zu Unsicherheiten und Ängsten führen. Auch, wenn die Vorfreude auf die Schule bei den meisten Kindern im Vordergrund steht, kann der Übergang und das Loslassen der Kita Ängste auslösen. In diesem Vortrag geht es neben den häufigsten Ängsten, denen Kindern in dieser Phase begegnen können, um die stärkende Begleitung der Kinder, damit sie das Abenteuer Schule selbstbewusst starten können.

Eltern-Kind-Aktion: Experimente am Vormittag

Ort: Kita Weltenbummler, Leharstr. 9, Lengerich

Kurs	Leitung	Tage	Uhrzeit	Umfang	Beginn	Kosten
B03.18-02	Heike Sommer-Strotmann	Sa	09:30-11:45	1Treffen=3UStd.	31.01.26	keine

Forscherinnen und Forscher aufgepasst! Gemeinsam lernen, Erfahrungen austauschen, Neues ausprobieren - und das mit Freude am Forschen! An diesem Vormittag könnt Ihr gemeinsam Experimente zu den spannenden Themen Wasser, Licht, Wärme und Energie durchführen. Ihr werdet die Naturgesetze prüfen und einige Überraschungen erleben!

Eltern-Kind-Aktion: Die Schule kommt! - Duo Veranstaltung

Ort: Kita Weltenbummler, Leharstr. 9, Lengerich

Kurs	Leitung	Tage	Uhrzeit	Umfang	Beginn	Kosten
B03.18-03	Nina Wienkamp, Heike Sommer-Strotmann	Di	15:00-16:30	1Treffen=2UStd.	03.02.26	keine

Ausführliche Beschreibung siehe Seite 23.

Eltern-Kind-Aktion: Yoga

Ort: Kita Weltenbummler, Leharstr. 9, Lengerich

Kurs	Leitung	Tage	Uhrzeit	Umfang	Beginn	Kosten
B03.18-04	Nina Wienkamp	Do	15:30-17:00	2Treffen=2UStd.	05.02.26	5,00 €
Folgetermin: 12.02.2026						

Im Alltag ist das Familienleben von Stress und Hektik geprägt. An den Workshop Tagen nehmen wir uns eine kleine gemeinsame Auszeit. Der Wechsel zwischen Spannung und Entspannung sorgt für einen schönen Ausgleich.

Durch achtsame und kraftvolle Übungen wird man auf das Hier und Jetzt fokussiert und kommt zur Ruhe.

Bitte für jede Person 1 Matte, 1 Decke, Getränk und bequeme Kleidung mitbringen.

Großeltern-Kind-Aktion „Musikalisch durch die Jahreszeit“

Ort: Kita Weltenbummler, Leharstr. 9, Lengerich

Kurs	Leitung	Tage	Uhrzeit	Umfang	Beginn	Kosten
B03.18-05	Heike Sommer-Strotmann	Mi	15:00-16:30	1Treffen=2UStd.	06.05.26	keine

Wir bewegen uns musikalisch durch die Jahreszeit! An diesem Nachmittag lädt Heike Sommer-Strotmann die „Kleinen“ und Großen ein, gemeinsam zu singen, zu springen und zu hüpfen und mit Orff-Instrumenten stimmungsvolle Spiel- und Bewegungslieder rhythmisch zu begleiten. Zum Ende wird

Familienzentren - Angebote in Kooperation

die Referentin mit den Teilnehmenden eine sommerliche Kindergeschichte mit den gerade kennengelernten Instrumenten vertonen.

Aktion: Musikspielwiese

Ort: Kita Weltenbummler, Leharstr. 9, Lengerich

Kurs	Leitung	Tage	Uhrzeit	Umfang	Beginn	Kosten
B03.18-06	Heike Sommer-Strotmann	Fr	09:30-11:00	2Treffen=2UStd.	26.06.26	keine

Folgetermin: 03.07.2026

Musik macht Spaß und fördert die Kreativität und die Wahrnehmung jedes Kindes! Auch stimuliert musikalische Früherziehung die geistige Entwicklung. Kinder im Alter von 2 bis 6 Jahren können in kleiner Runde erste Erfahrungen mit Klängen und Geräuschen machen. Während dieser Kursreihe wird Heike Sommer-Strotmann (Heilpädagogin und Musikpädagogin im Elementarbereich) bekannte und neue Lieder nutzen und Bewegungsspiele zu Musik anbieten. Durch Nachahmung, Imitation und Animation bekommen die Kinder einen spielerischen Zugang zu Musik.



Der jfd führt in Kooperation mit dem Familienzentrum Salzbergen, Bahnhofstr.3, 48499 Salzbergen Eltern-Kind-Kurse durch. Angeboten werden dort Krabbelgruppen, Bambini-, Spielgruppen und Kurse zur Wassergewöhnung für Kleinkinder. Weitere Informationen unter www.salzbergen.de. Anmeldungen und Rückfragen richten Sie bitte an:

Familienzentrum Salzbergen, Vanessa Beckmann

Tel.: 05976-7894943

E- Mail: Familienzentrum@Salzbergen.de



BRINKEL

— seit 1949 —

OPTIK · AKUSTIK · UHREN · SCHMUCK

Brinkel KG
Bahnhofstraße 19
48499 Salzbergen
Tel. 0 59 76 – 12 30

info@brinkel-salzbergen.de
www.brinkel-salzbergen.de

Angebote für Kinder & Jugendliche

Fachbereich Jugendhilfe/Schule

Der Fachbereich Jugendhilfe/Schule bietet neben verschiedenen Betreuungsangeboten (OGS, Übermittagsbetreuung, Projekte) an Grundschulen und weiterführenden Schulen die Beratung durch die BuT-Lots:innen zum Bildungs- und Teilhabegesetz für Kinder und Jugendliche aus Familien mit geringen Einkommen an.

Auch die Schulsozialarbeit an Grund-, Förder- und weiterführenden Schulen im Kreis Steinfurt ist ein Schwerpunkt der Arbeit des Fachbereichs. Darüber hinaus werden eine Vielzahl von Projekten für Kinder, Jugendliche und junge Erwachsene organisiert und durchgeführt.

Die verschiedenen Angebote orientieren sich an aktuellen Themen und gegenwärtigen Bedarfen.

Ferienaktionen (Stadtranderholung und Kinderferienparadies)

- ▶ Spiel- und Freizeitangebote
- ▶ Ausflüge und Fahrten
- ▶ Mädchen- und Jungenarbeit
- ▶ Theaterworkshops
- ▶ jfd-Kinderclub
- ▶ Kinderstadt
- ▶ Pädagogische Begleitung vom Kinderbeirat Rheine
- ▶ Kinderkulturtage
- ▶ Kulturrucksack-Aktionen
- ▶ Kreativ- und Kunstaktionen
- ▶ Erlebnispädagogische Aktionen (Floßbau, GPS-Touren, Klettern)
- ▶ Gruppenleitungsschulungen
- ▶ Unterstützung und Begleitung von Ehrenamtlichen in der Jugendarbeit
- ▶ Jugendbildungsfahrten und Gedenkstättenfahrten
- ▶ Internationale Jugendbegegnungen/ Internationaler Jugendaustausch
- ▶ Offene Jugendarbeit
- ▶ Angebote zur Gewaltprävention (Trainer:innen für soziales Lernen und MEDETO)
- ▶ Angebote im Bereich Medienpädagogik
- ▶ Beratung durch die BuT-Lots:innen zum Bildungs- und Teilhabegesetz für Kinder und Jugendliche aus Familien mit geringen Einkommen

- ▶ Stadtteilbezogene Projekte
- ▶ Angebote der Schulsozialarbeit an weiterführenden Schulen und Förderschulen

Kontakt und weitere Informationen zum Fachbereich:

Fachbereich Jugendhilfe / Schule

Fachbereichsleitung: Corina Friedrichs

Hansaallee 9, 48429 Rheine

Mail: Corina.Friedrichs@jfd-rheine.de

Tel.: 05971 / 91448-140

Dem Grauen auf der Spur! - Gedenkstättenfahrt Berlin und Auschwitz

Kurs	Leitung	Tage	Uhrzeit	Beginn	Kosten
B04.00-01	Corina Friedrichs	Mi-Fr	08:00-18:00	15.10.25	50,00 €
Die Fahrt findet statt vom 15.10.-17.10.2025					

Auschwitz - ein Ort, an dem über eine Million Menschen systematisch ermordet wurden, Jüdinnen und Juden, Sintizze und Romnja, politische Gefangene, Homosexuelle und viele andere wurden Opfer eines beispiellosen Verbrechens gegen die Menschlichkeit. Mit unserer Bildungsfahrt wollen wir dem Grauen nachspüren - nicht aus der Distanz, sondern vor Ort. Wir gehen gemeinsam dorthin, wo Geschichte spürbar wird - um zu verstehen, was geschehen ist. Und um zu fragen, was das heute mit uns zu tun hat. Denn Ausgrenzung, Hass und Antisemitismus existieren auch heute. „Nie wieder“ bleibt eine Aufgabe - für jede Generation neu. Für junge Menschen, die hinschauen wollen. Für alle, die Verantwortung übernehmen. Teilnehmen können Jugendliche und junge Erwachsene im Alter von 18-27 Jahren. Das Projekt wird gefördert aus Mitteln des Kinder- und Jugendförderplans des Landes NRW.

Let's Talk - LSBTIQ* Geschichte und ICH

Kurs	Leitung	Tage	Uhrzeit	Umfang	Beginn	Kosten
B04.00-02	Ben Sandmann				Auf Anfrage	keine

Das Projekt „Let's Talk - LSBTIQ* Geschichte und ICH“ richtet sich an Jugendliche im Alter von 14-20 Jahren, die bereits einen Bezug zur LSBTIQ* Community haben. Darunter fallen queere Menschen, aber auch Menschen, die Interesse an der LSBTIQ* Community haben oder Menschen die ihrer Sexualität und oder Geschlechtsidentität noch nicht definieren

Angebote für Kinder & Jugendliche

können oder möchten. Das Projekt beschäftigt sich mit der Geschichte von LSBTIQ* Personen. Durch die Thematisierung in einem geschützten Raum wird ein Bewusstsein für die bislang erreichten Ziele der LSBTIQ* Bewegung geschaffen und gleichzeitig erhalten die Teilnehmenden die Möglichkeit sich mit dieser (geschichtlichen) Gruppe/ Gemeinschaft identifizieren zu können. In den einzelnen Treffen können die Teilnehmenden zusammen Geschichtliche Hoch und Tiefpunkte der Bewegung thematisieren und sich durch diese Auseinandersetzung sich in ihrer eigenen Identität stärken. Das Projekt wird gefördert aus Mitteln des Kinder- und Jugendförderplans des Landes NRW.

Mädchenzeit - Girls united

Ort: Rheine

Kurs	Leitung	Tag	Uhrzeit	Kosten
B04.00-03	Christina Bohlken, Laureen Haeberle		Termin wird noch bekannt gegeben	keine

Mädchenzeit für Spaß und Abenteuer!

Entdecke deine Stärken und lerne deine persönlichen Grenzen kennen. Finde heraus, was dich einzigartig macht. Schaffe ein starkes und selbstbewusstes Ich! Das Projekt richtet sich an Mädchen im Alter von 12-14 Jahren.

Das Projekt wird gefördert aus Mitteln des Kinder- und Jugendförderplans des Landes NRW.

Ein Mitmachbuch für Kinder

Ort: Rheine

Kurs	Leitung	Tag	Uhrzeit	Kosten
B04.00-04	Jana Kurz		Termin wird noch bekannt gegeben	keine

Dieses Projekt richtet sich an Mädchen und Jungen im Alter von 10 - 12 Jahren.

In diesem Projekt können die Kinder verschiedene Tiere kennenlernen und selbst herausfinden, warum diese für uns Menschen wichtig sind. Was die Kinder dann über die Tiere gelernt haben, die Erlebnisse und Erfahrungen sollen dann in „ihrem“ selbst gestalteten Buch aufgeschrieben und gestaltet werden. Die Bilder sollen in unterschiedlichen Maltechniken entstehen. Anschließend werden die fertigen Arbeiten fotografiert und in das Buch eingesetzt.

Das Projekt wird gefördert aus Mitteln des Kinder- und Jugendförderplans des Landes NRW.

KOSTENLOSE PFLEGEHILFSMITTEL
IM WERT VON BIS ZU 40 EURO*
MONATLICH

pflegerat⁺
pflegen.geben.leben.

Hilfsmittel

Häusliche Pflege

Leistungsanspruch

Pflegegrad

Pflegeberatung

Hilfe rund um das Thema **Pflege** gibt es kostenlos in Ihrer pflegerat⁺-Apotheke.

Eschendorf Apotheke
Frederik Schöning e. K.
Osnabrücker Straße 250
Telefon: 05971-98970
48429 Rheine
www.gerne-gesund-apotheke.de

**Eschendorf
Gesundheitszentrum
Schotthock
Ems**

Angebote für Menschen mit Behinderungen

Angebote für Menschen mit Behinderungen

Inklusion wird seit Jahren beim jfd gelebt. Unsere Kursangebote für behinderte und nicht behinderte Menschen sind fester Bestandteil des Bildungsprogramms und umfassen ein breitgefächertes Themenspektrum.

In den Kursen für Menschen mit Behinderung werden den Teilnehmer: innen notwendige Grundfertigkeiten zur Bewältigung des Alltages, zur körperlichen Gesundheit, aber auch zur sinnvollen Freizeitgestaltung vermittelt. Im Vordergrund stehen stets die Erweiterung von Fähigkeiten, die Gesundheit, die Umsetzbarkeit im Alltag und die Freude am gemeinsamen tun und Erleben!

Sollten Sie neben den aufgeführten Kursen Interesse an bestimmten Themen oder besonderen Inhouse-Veranstaltungen haben, sprechen sie uns gerne an!

Bitte beachten sie, dass sich die Kursgebühren reduzieren können (z.B. Sozialhilfegesetz).

Detaillierte Informationen erfragen sie gerne unter 05971/91448-188 oder unter unserer Homepage:

www.jfd-rheine.de

Info-Frühstück In Kooperation mit dem CeBeeF

Ort: CeBeeF

Kurs	Leitung	Tage	Uhrzeit	Umfang	Beginn	Kosten
B05.00-01	Nils Busjan	Sa	09:30-12:00	3Treffen=9UStd.	06.09.25	6,00 €
B05.00-02	Nils Busjan	Sa	09:30-12:00	5Treffen=15UStd.	07.02.26	6,00 €

Kosten sind pro Treffen für Lebensmittel, keine Ermäßigung möglich. Termine finden jeden 1. Samstag im Monat statt.

Hier wird in netter Umgebung gemeinsam das Frühstück zubereitet und genossen, denn zusammen macht es am meisten Spaß!

Wer Interesse hat, kann sich beim CeBeeF melden unter der Tel.: 05971/15356. Bitte bis zwei Tage vor Kursbeginn beim CeBeeF anmelden.

Handarbeitskurs In Kooperation mit dem CeBeeF

Ort: CeBeeF

Kurs	Leitung	Tage	Uhrzeit	Umfang	Beginn	Kosten
B05.00-03	Nils Busjan	Do	16:30-18:45	3Treffen=9UStd.	18.09.25	keine
B05.00-04	Nils Busjan	Do	16:30-18:45	7Treffen=21UStd.	15.01.26	keine

Termine finden jeden 3. Donnerstag im Monat statt.

Hier werden verschiedene Handarbeits-Techniken gelernt. Bei Kaffee und Plätzchen werden wir gemeinsam stricken, häkeln und nähen.

Jeden 3. Donnerstag im Monat findet der Handarbeitskurs statt-Ort: Thiemauer 42, in Rheine

Wer Interesse hat, kann sich bis zwei Tage vor Kursbeginn beim CeBeeF anmelden unter der Tel.: 05971/15356.

Internationale Kochschule In Kooperation mit dem CeBeeF

Ort: CeBeeF

Kurs	Leitung	Tage	Uhrzeit	Umfang	Beginn	Kosten
B05.00-05	Nils Busjan	So	10:30-12:45	3Treffen=9UStd.	19.09.25	6,00 €
B05.00-06	Nils Busjan	Sa	10:30-12:45	7Treffen=21UStd.	17.01.26	6,00 €

Kosten sind pro Treffen für Lebensmittel - keine Ermäßigung möglich

Jeden 3. Samstag im Monat findet der Kurs statt.

Hier werden Gerichte aus den unterschiedlichsten Ländern der Welt gemeinsam nach Rezepten zubereitet und um Anschluss zusammen in großer Runde verzehrt.

Wer Interesse hat, kann sich beim CeBeeF melden unter der Tel.: 05971/15356. Bitte bis zwei Tage vor Kursbeginn beim CeBeeF anmelden.

Besuch der RehaCare in Düsseldorf In Kooperation mit dem CeBeeF

Ort: CeBeeF

Kurs	Leitung	Tage	Uhrzeit	Umfang	Beginn	Kosten
B05.00-07	Nils Busjan	Sa	08:00-19:00	1Treffen	20.09.25	50,00 €

Kosten für Hin-und Rückfahrt - keine Ermäßigung möglich

Wir fahren mit dem Zug zur RehaCare nach Düsseldorf. Die Fahrt startet um 08:00 Uhr am Bahnhof in Rheine und endet dort um 19:00 Uhr. Die Kosten für die Fahrt betragen 50€ + Taschengeld für Essen, Trinken und Sonstiges.

Angebote für Menschen mit Behinderungen

Vor Ort gibt es viele Neuigkeiten im Bereich der Rehabilitation und Gesundheit sowie einige Möglichkeiten etwas praktisch auszuprobieren. Wer Interesse hat, kann sich beim CeBeeF melden unter der Tel.: 05971/15356. Anmeldungen bitte bis zum 05.09.2025 beim CeBeeF.

Mobilitätsworkshop In Kooperation mit dem CeBeeF

Ort: CeBeeF

Kurs	Leitung	Tage	Uhrzeit	Umfang	Beginn	Kosten
B05.00-08	Nils Busjan	Sa	10:00-14:00	1Treffen=5UStd.	18.10.25	10,00 €
Kosten sind pro Treffen für Lebensmittel, keine Ermäßigung möglich.						

Wie kann ich mich selbstständig von A nach B bewegen, wenn ich kein Auto oder Fahrrad zu Verfügung habe. Oft scheitert eine Fahrt ins Grüne oder in den Zoo an mangelndem Wissen über die lokalen Möglichkeiten oder an Rahmenbedingungen vor Ort (Barrierefreiheit). In diesem Workshop zeigen wir euch, wie ihr selbstständig die öffentlichen Verkehrsmittel nutzen könnt und auch vor Ort dafür sorgen könnt, dass ihr mobil bleibt. Dazu wird es ein gemeinsames Mittagessen geben.

Wer Interesse hat, kann sich beim CeBeeF melden unter der Tel.: 05971/15356.

Bald ist Weihnachten! Schokolade trifft auf Kekse und Waffeln

Ort: jfd-Bildungsstätte Wadelheim

Kurs	Leitung	Tage	Uhrzeit	Umfang	Beginn	Kosten
B05.00-11	Heike Sommer-Strotmann	Sa	14:00-17:00	1Treffen=4UStd.	Auf Anfrage	26,00 €

Es duftet nach Weihnachten! Wir backen Kekse und Waffeln und verzieren beides mit dunkler und heller Schokolade. Natürlich werden wir nach getaner Arbeit unsere selbstgemachten Kekse und Waffeln in gemütlicher vorweihnachtlicher Atmosphäre probieren und den Nachmittag besinnlich ausklingen lassen. Alle Rezepte sind einfach gemacht und können somit zu Hause nachgemacht werden.

Hier spuckt es! Schauriges Backen und Kreatives zu Halloween

Ort: jfd-Bildungsstätte Wadelheim

Kurs	Leitung	Tage	Uhrzeit	Umfang	Beginn	Kosten
B05.00-12	Heike Sommer-Strotmann	Sa	14:00-17:00	1Treffen=4UStd.	Auf Anfrage	26,00 €

An diesem Nachmittag feiern wir Halloween. Wir backen zusammen gruselige Leckereien. Ihr könnt auch tolle Halloween-Deko basteln - zum Beispiel Gespenster, Fledermäuse oder Kürbisse. Wir dekorieren die Cafeteria und essen zusammen die selbstgemachten Speisen. Die Rezepte und kreativen Anleitungen gibt es mit nach Hause.

Spiel, Tanz und Bewegung am Nachmittag

Ort: jfd-Bildungsstätte Wadelheim

Kurs	Leitung	Tage	Uhrzeit	Umfang	Beginn	Kosten
B05.00-14	Heike Sommer-Strotmann	Sa	14:00-17:00	1Treffen=4UStd.	Auf Anfrage	26,00 €

In diesem Kurs dreht sich alles um Spaß an Bewegung! Gemeinsam tanzen, spielen und entdecken wir, was mit Musik alles möglich ist. Mit verschiedenen Materialien wie Tüchern, Bällen oder Reifen wird die Bewegung auf kreative und motivierende Weise angeregt. Ein fröhlicher Kurs für alle, die sich gern bewegen und neue Bewegungsimpulse kennenlernen möchten.

Alles Pasta!

Ort: jfd-Bildungsstätte Wadelheim

Kurs	Leitung	Tage	Uhrzeit	Umfang	Beginn	Kosten
B05.00-16	Heike Sommer-Strotmann	Sa	14:00-17:00	1Treffen=4UStd.	Auf Anfrage	26,00 €

In diesem Kochkurs dreht sich alles um Pasta! Ob Spaghetti, Penne oder Farfalle - wir entdecken die Vielfalt der Nudelgerichte. Gemeinsam bereiten wir leckere Soßen, raffinierte Kombinationen und einfache Lieblingsrezepte zu. Ob klassisch, vegetarisch oder mit Pfiff - hier ist für jeden Geschmack etwas dabei. Alle Rezepte sind leicht nachzukochen und sorgen für neue Ideen in der Küche.

Herzlich Willkommen in der Suppenküche!

Ort: jfd-Bildungsstätte Wadelheim

Kurs	Leitung	Tage	Uhrzeit	Umfang	Beginn	Kosten
B05.00-18	Heike Sommer-Strotmann	Sa	14:00-17:00	1Treffen=4UStd.	Auf Anfrage	26,00 €

Suppen sind wahre Alleskönner - sie schmecken köstlich und lassen sich wunderbar vorbereiten. In diesem kleinen Kochkurs dreht sich alles um abwechslungsreiche Suppenrezepte von der klaren Brühe bis zur cremigen Gemüsesuppe, von herzhaft bis exotisch. Gemeinsam schnibbeln, rühren und würzen wir mit frischen Zutaten und probieren verschiedene

Angebote für Menschen mit Behinderungen

Geschmacksrichtungen aus. Alle Rezepte sind einfach nachzukochen - perfekt für gemütlichen Runden zu Hause.

Kreative Tischdekoration trifft auf Hack und Salat

Ort: jfd-Bildungsstätte Wadelheim

Kurs	Leitung	Tage	Uhrzeit	Umfang	Beginn	Kosten
B05.00-20	Heike Sommer-Strotmann	Sa	14:00-17:00	1Treffen=4UStd.	Auf Anfrage	26,00 €

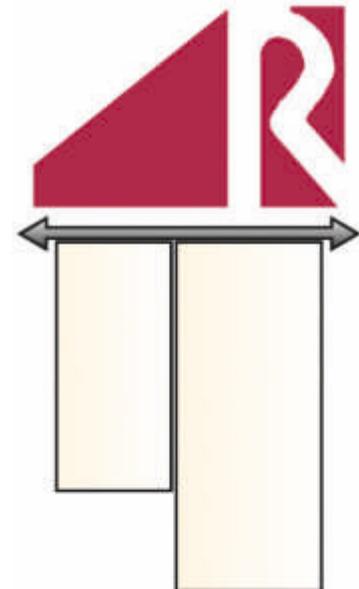
Ein Kurs für alle, die Genuss und Gestaltung miteinander verbinden möchten. In der Küche werden leckere, raffinierte Gerichte rund ums Hackfleisch und knackige Salate zubereitet. Passend zur Jahreszeit basteln wir nebenher kreative Tischdekorationen. So wird der Tisch nicht nur lecker, sondern auch schön!



Weitere Informationen und ausführliche Beschreibungen finden Sie unter: www.jfd-rheine.de



Gardinen
Stoffe
Sonnenschutz



Antonius Röttger e.K. **Friedrich-Ebert-Ring 154**
Inhaber: Hartmut Röttger **48429 Rheine**

Telefon: (05971) 64542 - Telefax: (05971) 806863
Email: info@gardinen-rheine.de
Online-Shop: www.gardinen-rheine.de

Nähen und Kreatives

Hauswirtschaft und Kreativität in Familien

Die Gesellschaft, aber auch wir selbst wünschen uns ein erfülltes, gesundes und funktionierendes Leben mit der Familie. Um dies zu erreichen und Rückhalt und Basis für den Lebensalltag zu schaffen, ist es notwendig, spezielle Fähigkeiten zu erlangen oder auszubauen. Dies geschieht heute nicht mehr traditionell in den Familien und stellt eine Herausforderung für sie dar. Ein funktionaler Haushalt muss organisiert werden, die verschiedenen Bereiche müssen aktiv gestaltet werden. Themen, die darin einfließen, sind:

- ▶ Gesundheit (Hygiene, Ernährung, Bewegung)
- ▶ Haushaltsökologie und Umweltverständnis
- ▶ Zeitmanagement
- ▶ das soziale Miteinander (auch Bewältigung von Krisen)
- ▶ Finanzmanagement (Organisation und Alternativen zum Konsum)
- ▶ Kreative Lebensgestaltung: Künstlerisches Verständnis vermittelt Weltverständnis, also Verstehbarkeit, Sinnhaftigkeit

und Handhabbarkeit für das Meistern des Lebens.

- ▶ künstlerische Elternbildung ist entscheidend für die Vorbildfunktion und bindungsfördernd im gemeinsamen Tun mit den Kindern.

Wir möchten mit unseren Kursangeboten diese Bereiche fördern und unterstützen und Frauen und Männer, Mütter und Väter sowie Familien sollen durch die Kursangebote mehr Sicherheit, Lebenskompetenz und Lebensqualität erreichen. Wir wollen mit Ihnen Neues ausprobieren und Ihre Persönlichkeit stärken, um:

- ▶ neue Energie für den Familienalltag zu tanken
- ▶ in Familie, Öffentlichkeit und Beruf zufrieden und sicher aufzutreten
- ▶ Fähigkeiten zu erlernen und sich selbst mehr zuzutrauen
- ▶ soziale Kontakte zu anderen Menschen zu schaffen und zu fördern

Nähkurs am Montag

Ort: jfd-Bildungsstätte Wadelheim

Kurs	Leitung	Tage	Uhrzeit	Umfang	Beginn	Kosten
B06.00-01	Andrea Gerlach	Mo	19:00-21:15	6Treffen=18UStd.	01.09.25	45,20 €
B06.00-02	Andrea Gerlach	Mo	19:00-21:15	8Treffen=24UStd.	27.10.25	59,60 €
B06.00-03	Andrea Gerlach	Mo	19:00-21:15	10Treffen=30UStd.	12.01.26	74,00 €
B06.00-04	Andrea Gerlach	Mo	19:00-21:15	13Treffen=39UStd.	13.04.26	95,60 €

2 € Materialgeld für Garn, Spulen etc. sind in den Kosten erhalten.

Nähkurs am Dienstag

Ort: jfd-Bildungsstätte Wadelheim

Kurs	Leitung	Tage	Uhrzeit	Umfang	Beginn	Kosten
B06.00-05	Andrea Gerlach	Di	19:30-21:45	6Treffen=18UStd.	02.09.25	45,20 €
B06.00-06	Andrea Gerlach	Di	19:30-21:45	8Treffen=24UStd.	28.10.25	59,60 €
B06.00-07	Andrea Gerlach	Di	19:30-21:45	11Treffen=33UStd.	13.01.26	81,20 €
B06.00-08	Andrea Gerlach	Di	19:30-21:45	13Treffen=39UStd.	14.04.26	95,60 €

2 € Materialgeld für Garn, Spulen etc. sind in den Kosten erhalten.

Nähkurs am Mittwoch

Ort: jfd-Bildungsstätte Wadelheim

Kurs	Leitung	Tage	Uhrzeit	Umfang	Beginn	Kosten
B06.00-09	Marita Brüning-Wolter	Mi	19:30-21:45	7Treffen=21UStd.	27.08.25	52,40 €
B06.00-10	Marita Brüning-Wolter	Mi	19:30-21:45	8Treffen=24UStd.	29.10.25	59,60 €
B06.00-11	Marita Brüning-Wolter	Mi	19:30-21:45	12Treffen=36UStd.	07.01.26	88,40 €
B06.00-12	Marita Brüning-Wolter	Mi	19:30-21:45	14Treffen=42UStd.	15.04.26	102,80 €

2 € Materialgeld für Garn, Spulen etc. sind in den Kosten erhalten.

Nähkurs am Donnerstag

Ort: jfd-Bildungsstätte Wadelheim

Kurs	Leitung	Tage	Uhrzeit	Umfang	Beginn	Kosten
B06.00-13	Marita Sandmann	Do	19:30-21:45	7Treffen=21UStd.	28.08.25	52,40 €
B06.00-14	Marita Sandmann	Do	19:30-21:45	7Treffen=21UStd.	30.10.25	52,40 €
B06.00-15	Marita Sandmann	Do	19:30-21:45	11Treffen=33UStd.	08.01.26	81,20 €
B06.00-16	Marita Sandmann	Do	19:30-21:45	12Treffen=36UStd.	16.04.26	88,40 €

2 € Materialgeld für Garn, Spulen etc. sind in den Kosten erhalten.

In unseren Nähkursen fördern erfahrene Schneiderinnen die Kenntnisse über Grundstoffe, Materialien, Schnittmuster und Arbeitsgeräte bzw. Maschinen, die beim Nähen benötigt werden. Dabei wird Anfänger:innen und Fortgeschrittenen gelehrt, sowohl vorhandene Kleidung selbständig abzuändern, auszubessern und zu flicken als auch neue Kleidungsstücke herzustellen. Somit können Kosten eingespart und die eigene Kreativität ausgelebt werden.

Erlernete Fähigkeiten eignen sich auch, um sie in der Arbeit mit Kindern und Jugendlichen weiterzugeben.

Ehrenamtliche Kreativstube

Ort: jfd-Bildungsstätte Wadelheim

Kurs	Leitung	Tage	Uhrzeit	Umfang	Beginn	Kosten
B06.00-17	Vera Johannisson	Mi	09:00-12:00	15Treffen=60UStd.	27.08.25	keine
B06.00-18	Vera Johannisson	Mi	09:00-12:00	26Treffen=104UStd.	07.01.26	keine

Sie haben Interesse an handwerklicher Arbeit und möchten sich gerne ehrenamtlich einbringen?

In unserer ehrenamtlichen Kreativstube ist das möglich! Ob Nähen, Floristik, Holzverarbeitung oder Stricken: für jeden ist etwas dabei.

Die Gruppe trifft sich wöchentlich das ganze Jahr über (außerhalb der Schulferien), um gemeinsam in geselliger Runde zu werken und zu gestalten. Die Gruppe profitiert von den unterschiedlichen Fertigkeiten und jeder kann seine Ideen und kreatives Geschick einbringen.

Die hergestellten Handwerksarbeiten werden zum Verkauf angeboten und der Erlös wird gespendet.

Workshop-Wochenende: Taschen nähen

Ort: jfd-Bildungsstätte Wadelheim

Kurs	Leitung	Tage	Uhrzeit	Umfang	Beginn	Kosten
B06.00-19	Marita Brüning-Wolter	Sa So	10:00-17:15	2Treffen=13UStd.	08.11.25	36,00 €
Termine: 08.11. 10:00 bis 17:15 Uhr & 09.11. 10:00 bis 13:45 Uhr						
B06.00-20	Marita Brüning-Wolter	Sa So	10:00-17:15	2Treffen=13UStd.	07.03.26	36,00 €
Termine: 07.03. 10:00 bis 17:15 Uhr & 08.03. 10:00 bis 13:45 Uhr						

An diesem Wochenende können zum Beispiel Taschen, Rucksäcke oder Geldbörsen genäht werden. Mit großer Fachkenntnis und jeder Menge Schnittmuster im Gepäck gestaltet Marita Brüning-

Wolter dieses intensive und produktive Wochenende. Der Kurs richtet sich an Teilnehmer:innen mit Näherfahrung.

Stoff, Nähzubehör wie Schere, Maßband und Stecknadeln sind mitzubringen. Taschenzubehör wie Reißverschluss, Karabiner, Einlagen und Taschenverschluss können bei der Kursleitung erworben werden.

Patchworkarbeiten: Krabbeldecken und Nähen auf Papier

Ort: jfd-Bildungsstätte Wadelheim

Kurs	Leitung	Tage	Uhrzeit	Umfang	Beginn	Kosten
B06.00-21	Marita Brüning-Wolter	Sa So	10:00-17:15	2Treffen=13UStd.	15.11.25	36,00 €
Termine: 15.11. 10:00-17:15 Uhr & 16.11. 10:00-13:45 Uhr						

Patchwork nimmt auch in Deutschland immer mehr zu.

Mit diesem Kurs möchten wir alle ansprechen, die Interesse am Patchworken haben. Anfänger und Fortgeschrittene sind herzlich willkommen.

In dem Kurs können Krabbeldecken für Babys, Platzsets, kleine Täschchen, Kissen usw. genäht werden. Dafür eignen sich gut Reste aus Baumwollstoff.

An einem Vortreffen Mittwoch den 05.11.2025 von 18.30-19.30 Uhr können Projekte und Stoffauswahl besprochen werden.

Einiges an Material und auch Vorlagen können bei der Kursleiterin direkt erworben werden.

Herzensprojekt - ehrenamtlich Onkomützen nähen

Ort: jfd-Bildungsstätte Wadelheim

Kurs	Leitung	Tage	Uhrzeit	Umfang	Beginn	Kosten
B06.00-22	Marita Sandmann	Fr	15:30-20:30	2Treffen=13UStd.	20.03.26	keine
Folgetermin: 27.03.2025						

Es werden ehrenamtlich Onkomützen gefertigt und an eine Verteilerstelle in Rheine weitergeleitet. Die Referentin stellt gesponsertes Material zur Verfügung, damit Onkomützen für von Krebs und damit von Haarverlust betroffene Menschen hergestellt werden können. Für das Zuschneiden, Nähen und sortieren laden wir Ehrenamtliche ein mitzuhelfen. Es ist nicht unbedingt erforderlich nähen zu können, da auch für andere Arbeitsvorgänge Helfer benötigt werden.

Nähen & Kreatives

Goldschmiede-Kompaktkurs

Ort: jfd-Bildungsstätte Wadelheim

Kurs	Leitung	Tage	Uhrzeit	Umfang	Beginn	Kosten
B06.00-23	Katja Osterhoff-Genz	Fr	17:00-21:00	1Treffen=5UStd.	29.08.25	50,00 €
B06.00-24	Katja Osterhoff-Genz	Di	17:00-21:00	1Treffen=5UStd.	03.03.26	54,00 €

Workshop zur Einführung in die Goldschmiedekunst für Anfänger und Fortgeschrittene

Tauchen auch Sie ein in das Kunsthandwerk des Gold- und Silberschmieds und entwerfen Sie Ihren eigenen Schmuck. Unter der professionellen Anleitung der Goldschmiedemeisterin Katja Osterhoff-Genz aus Haltern am See erlernen Sie die Grundtechniken dieses Handwerks wie das Sägen, Feilen, Punzieren, Schmirgeln, Polieren, Ziselieren u. v. m.

In diesem Kompaktkurs werden Sie in 4 Zeitstunden ein eigenes Schmuckstück geschmiedet. Ob es ein ausgefallener Ring, ein Kettenanhänger, ein Kreuz oder einzigartige Ohrringe sind. In allen Fällen ist es ein Unikat gefertigt in Ihren Händen.

Die Einführung in die verschiedenen Oberflächenbearbeitungen gibt die Möglichkeit der persönlichen, individuellen Note jedes Schmuckteiles.

Die individuellen Materialkosten (in Silber zwischen 30-80 €) sowie eine Werkzeugumlage von 10 € sind direkt am Kursende bar oder per Karte zu begleichen.

Fahrt zur Creativa

Ort: Elisabeth Kirmesplatz, Windhorststraße

Kurs	Leitung	Tage	Uhrzeit	Umfang	Beginn	Kosten
B06.00-25	Karin Bockstette	Mi	08:00-18:00	1Treffen=13UStd.	25.03.26	40,00 €

Die Creativa Dortmund ist Europas größte Messe für kreatives Gestalten. Dabei erstreckt sich das Angebot über Filzen, Handarbeiten, Spinnen und Weben, Quilten, Holz- und Metallarbeiten, Seiden- und Glasmalereien, Schmuck-Herstellen, Malen und Zeichnen bis hin zum Töpfern. Zudem laden viele interaktive Sonderschauen und Kreativ-Workshops zum Mitmachen und Gestalten ein. Das Angebot ist inklusive Hin- und Rückfahrt sowie die Eintrittskarte für die Messe. Abfahrt ist um 8 Uhr vom Elisabeth Kirmesplatz an der Windthorststraße in Rheine. Die Fahrt findet nur ab mindestens 40 Teilnehmer:innen statt.



Kochen

Die Tätigkeiten und Fähigkeiten, die bei der Haushaltsführung oder dem Kochen notwendig sind, werden nicht mehr zwangsläufig von Generation zu Generation weitergegeben. Um diese jedoch zu erhalten und grundsätzliche Fertigkeiten zu erlernen oder auszubauen, bieten wir unsere Kochkurse an. Ebenso haben wir Kurse im Angebot, in denen das Erlernen von gesundheitsbedingten oder persönlich gewünschten Ernährungsumstellungen thematisiert wird.

Bitte beachten Sie, dass pro Veranstaltung und Person zusätzlich zu den Kurskosten durchschnittlich 8 bis 14 Euro Lebensmittelkosten anfallen, die mit der Kursleitung am Abend der Veranstaltung abgerechnet werden.

Bitte kontaktieren Sie uns im Vorfeld, falls Sie Lebensmittelunverträglichkeiten oder andere Ernährungsformen haben.

Um bei Bedarf Kostproben der zubereiteten Speisen mit nach Hause nehmen zu können, bringen Sie bitte entsprechende Gefäße mit.

Die Kurse finden mit 8 bis 12 Teilnehmer:innen statt.

Bei weiteren Fragen sprechen Sie uns gerne an!

Wildkräuter im Sommer mit Tapas und Fingerfood

Ort: jfd-Bildungsstätte Wadelheim

Kurs	Leitung	Tage	Uhrzeit	Umfang	Beginn	Kosten
B07.00-02	Kerstin Liebing	Do	18:00-21:00	1Treffen=4UStd.	04.09.25	15,00 €

Hinzu kommen Lebensmittelkosten, die vor Ort bezahlt werden und sich zwischen 8,00 € und 14,00 € belaufen.

Im Sommer zeigt sich die Natur in ihrer vollen Pracht. Samen, Blüten und Blätter gibt es in Hülle und Fülle. Eine wahre Augenweide und natürlich auch eine Gaumenfreude. In der modernen Küche sind Tapas und Fingerfood eine willkommene Abwechslung. Aus unterschiedlichen Wildkräutern bereiten wir köstliche Leckereien zu, die sich auf jeder Grillparty als wahre Hingucker und Leckerbissen präsentieren. Diese werden wir in gemütlicher Runde verzehren und genießen.

Internationale Snacks - Antipasti, Tapas und Mezze

Ort: jfd-Bildungsstätte Wadelheim

Kurs	Leitung	Tage	Uhrzeit	Umfang	Beginn	Kosten
B07.00-03	Margret Brebaum	Do	18:00-21:45	1Treffen=5UStd.	18.09.25	15,50 €

Hinzu kommen Lebensmittelkosten, die vor Ort bezahlt werden und sich zwischen 8,00 € und 14,00 € belaufen.

An diesem Kochabend werden internationale Snacks zubereitet und anschließend in einer gemütlichen Runde gegessen. Dabei habt ihr freie Auswahl: Antipasti, Tapas oder Mezze. Die besten internationalen Snack-Rezepte aus den unterschiedlichen Länderküchen möchten wir unter Anleitung der Kochreferentin zubereiten. Lasst das Schlemmen beginnen!

Stressfreies Weihnachtsmenü - leckere einfache Rezepte

Ort: jfd-Bildungsstätte Wadelheim

Kurs	Leitung	Tage	Uhrzeit	Umfang	Beginn	Kosten
B07.00-04	Margret Brebaum	Do	18:00-21:45	1Treffen=5UStd.	20.11.25	15,50 €

Hinzu kommen Lebensmittelkosten, die vor Ort bezahlt werden und sich zwischen 8,00 € und 14,00 € belaufen.

Entspannt festlich kochen - so einfach zubereitet war das Weihnachtsessen noch nie! Damit die schönste Zeit des Jahres nicht in Stress ausartet! Egal, ob Vorspeisen oder Hauptgerichte, ob klassische Beilagen oder Desserts - alle Gerichte, ob vegetarisch oder mit Fleisch und Fisch, lassen sich mit nur wenigen Zutaten im Handumdrehen herstellen, vorbereiten und so untereinander kombinieren, dass köstliche Festtags-Menüs entstehen.

**ECHTE MENSCHEN.
ECHTE QUALITÄT.
ECHTER GENUSS.**

Wir freuen uns auf Ihren Besuch!

ÖFFNUNGSZEITEN:

Mi 8.00 - 14.00 Uhr
Do - Fr 8.00 - 17.00 Uhr
Sa 8.00 - 12.30 Uhr

Finden Sie uns!



GEIGER

Niemannstraße 5 | 48432 Rheine
Tel. 05971 81197
info@fleischerei-geiger.de
www.fleischerei-geiger.de

Asiatische Küche - Asiatisch kochen

Ort: jfd-Bildungsstätte Wadelheim

Kurs	Leitung	Tage	Uhrzeit	Umfang	Beginn	Kosten
B07.00-05	Margret Brebaum	Do	18:00-21:45	1Treffen=5UStd.	22.01.26	15,50 €

Hinzu kommen Lebensmittelkosten, die vor Ort bezahlt werden und sich zwischen 8,00 € und 14,00 € belaufen.

Asiatisch heißt chinesisches, thailändisches, indisches, japanisches und vietnamesische Küche. Die einfachen Rezepte inspirieren zum Nachkochen und Genießen und sind perfekt für Anfänger der asiatischen Küche.

Raffinierte Rezepte für den Osterbrunch

Ort: jfd-Bildungsstätte Wadelheim

Kurs	Leitung	Tage	Uhrzeit	Umfang	Beginn	Kosten
B07.00-06	Margret Brebaum	Do	18:00-21:45	1Treffen=5UStd.	12.03.26	15,50 €

Hinzu kommen Lebensmittelkosten, die vor Ort bezahlt werden und sich zwischen 8,00 € und 14,00 € belaufen.

Ein Brunch ist besonders an Ostern sehr beliebt. So starten Sie ganz entspannt in die Feiertage und können immer wieder eine Kleinigkeit essen. Vom süßen Klassiker bis zur herzhaften Raffinesse. Durch den Einsatz einer Heißluftfriteuse können Sie eine entspannte Zeit in der Familie verbringen.

Wildkräuterküche im Frühjahr: Neue Gerichte - Wildpflanzen für mehr Vitalität

Ort: jfd-Bildungsstätte Wadelheim

Kurs	Leitung	Tage	Uhrzeit	Umfang	Beginn	Kosten
B07.00-07	Kerstin Liebing	Mi	18:00-21:00	1Treffen=4UStd.	15.04.26	15,00 €

Hinzu kommen Lebensmittelkosten, die vor Ort bezahlt werden und sich zwischen 8,00 € und 14,00 € belaufen.

Jetzt ist es wieder soweit: Die Frühlingswildkräuter sind da.

Nutzen wir also die kurze Zeit und genießen die besonders jetzt gehaltvollen und frischen Kräuter wie Bärlauch, Brennessel, Giersch und Gundermann. Die früh sprießenden zarten Kräuter, Blätter und die ersten Blüten bereichern die Küche mit ihrer Frische und sorgen für mehr Vitalität. Bei diesem Kochkurs wird eine große Anzahl von Frühlingswildkräutern mit ihren entschlackenden und aufbauenden Wirkungen vorgestellt. Sie eignen sich hervorragend für Frühjahrskuren, da sie den Stoffwechsel anregen.

Aus diesen Kräutern bereiten wir ein leckeres und gesundes

Frühlingsmenü zu. Unsere neuen und raffinierten Rezepte laden zum Genießen und Nachkochen ein.

Spargel - schnelle und einfache Gerichte mit Spargel

Ort: jfd-Bildungsstätte Wadelheim

Kurs	Leitung	Tage	Uhrzeit	Umfang	Beginn	Kosten
B07.00-08	Margret Brebaum	Do	18:00-21:45	1Treffen=5UStd.	28.05.26	15,50 €

Hinzu kommen Lebensmittelkosten, die vor Ort bezahlt werden und sich zwischen 8,00 € und 14,00 € belaufen.

Endlich wieder Spargel! Dem Genuss des edlen Gemüse steht nichts mehr im Wege. Die ausgewählten Gerichte mit Spargel laden zum Schlemmen und Genießen ein. Ob mit Fleisch, Fisch, vegetarisch oder vegan.



Weitere Informationen und ausführliche Beschreibungen finden Sie unter: www.jfd-rheine.de

120440_01129670001_442.crtr - Page 1 - Composite

Schoonhoven

Qualität trägt Früchte

*Obst, Gemüse, Südfrüchte - Großhandel
Convenience, Milch, Eier und
auch Tiefkühlprodukte
täglich frisch und zuverlässig*

C. v. Schoonhoven GmbH & Co. KG

Christianstraße 2-6 · 48431 Rheine
Telefon: (0 59 71) 40 07-0 · Telefax: (0 59 71) 40 07-98
E-Mail: info@schoonhoven-rheine.de
www.schoonhoven-rheine.de

Bewegung & Gesundheitsbildung

Bewegung & Gesundheitsbildung

Gesundheit des Menschen ist laut Weltgesundheitsorganisation „ein Zustand des vollständigen körperlichen, geistigen und sozialen Wohlergehens und nicht nur das Fehlen von Krankheit oder Gebrechen“.

Gesundheitsbildung ist eine Schlüsselqualifikation für das Leben jedes Einzelnen. Sie ist ein ganzheitliches Präventionskonzept und zielt darauf ab, Krankheiten zu verhüten und Gesundheit zu unterstützen.

Sie richtet sich darauf, durch Wissensvermittlung, Motivations- und Einstellungsänderungen sowie durch Einflussnahme auf soziale und materielle Lebensbedingungen Menschen zu unterstützen, dass sie in ihrer Fähigkeit und Bereitschaft, ihre Gesundheit zu erhalten und zu stärken, gefördert werden.

Somit umfasst die Gesundheitsbildung:

- Ernährung
- Umwelteinflüsse
- Anspannung und Entspannung (Bewegung und Muße)
- Psychisches und physisches Empfinden
- Soziale Befindlichkeit

In den Industrieländern hat in den letzten Jahrzehnten ein Wandel der dominierenden Krankheitsarten stattgefunden, von denen alle Altersgruppen, besonders Kinder und Jugendliche, betroffen sind. Es überwiegen heute so genannte chronische Krankheiten wie u. a. Allergien, stoffwechselbedingte Krankheiten, Herz- u. Lungenkrankheiten, Krebs, psychische und psychosomatische Störungen, Suchtkrankheiten, Essstörungen oder Fehlentwicklungen durch Bewegungsmangel.

Gesundheitsbildung als Bestandteil der Erwachsenenbildung und ihrem generationenübergreifenden Konzept, organisiert nicht als Einzeltherapie, sondern im Kontext von sozialen Gemeinschaften, kommt daher eine besondere Bedeutung zu.

Rückbildungsgymnastik

Ort: Physiotherapie Schwert

Kurs	Leitung	Tage Uhrzeit	Umfang	Kosten
B08.00-01	Stephanie Schwert	Auf Anfrage	8Treffen=8UStd.	keine

Regelmäßig starten, je nach Anmeldung, neue Rückbildungskurse. Eine Herz-Kreislauf-Aktivierung, Beckenbodentraining, ein gezielter Muskelaufbau, Dehnungsübungen für den verspannten Schulterbereich und eine Entspannungseinheit sorgen für einen Ausgleich des sehr belastenden Alltags mit dem Neugeborenen. Zudem wird ein rückengerechtes und beckenboden-freundliches Alltagsverhalten geschult.

Auch wenn es keine Beckenbodenprobleme geben sollte, eignet sich das Training bestens für die Vorbeugung dieser spezifischen Körperregion. Es empfiehlt sich, dieses Rückbildungs- und Aufbaustraining frühestens 6-8 Wochen nach der Geburt zu beginnen.

Vital-Gymnastik

Ort: Atrium Bildungshaus, Rheine-Mesum

Kurs	Leitung	Tage Uhrzeit	Umfang	Beginn	Kosten
B08.00-02	Petra Damhuis	Mi 19:00-20:00	12Treffen=12UStd.	17.09.25	48,00 €
B08.00-03	Petra Damhuis	Mi 19:00-20:00	12Treffen=12UStd.	07.01.26	48,00 €
B08.00-04	Petra Damhuis	Mi 19:00-20:00	14Treffen=14UStd.	15.04.26	56,00 €

Ziele und Inhalte dieses Kurses sind Gesundheit und Freude an der Bewegung sowie sanfter Muskelaufbau, das Erlernen von Dehnübungen und abschließenden einfachen Entspannungstechniken.

Zusätzlich wird in verschiedenen Übungen zum Erhalt und Verbesserung der Beweglichkeit und Geschicklichkeit, der Koordination (Sturzprophylaxe) und Konzentration sowie der Gleichgewichts- und Reaktionsfähigkeit erlernt.

Rückenschule für Menschen in sitzenden Tätigkeiten

Ort: Atrium Bildungshaus, Rheine-Mesum

Kurs	Leitung	Tage Uhrzeit	Umfang	Beginn	Kosten
B08.00-05	Petra Wienkamp	Mo 17:30-18:30	14Treffen=14UStd.	01.09.25	74,90 €
B08.00-06	Petra Wienkamp	Mo 18:45-19:45	14Treffen=14UStd.	01.09.25	74,90 €
B08.00-07	Petra Wienkamp	Mo 17:30-18:30	10Treffen=10UStd.	12.01.26	53,50 €
B08.00-08	Petra Wienkamp	Mo 18:45-19:45	10Treffen=10UStd.	12.01.26	53,50 €
B08.00-09	Petra Wienkamp	Mo 17:30-18:30	13Treffen=13UStd.	13.04.26	69,55 €
B08.00-10	Petra Wienkamp	Mo 18:45-19:45	13Treffen=13UStd.	13.04.26	69,55 €

Menschen in sitzenden Tätigkeiten, z.B. vor dem Bildschirm, nehmen häufig eine Zwangshaltung ein, die Verspannungen und Rückenprobleme fördert. Hilfen können dabei beispielsweise dynamisches Sitzen, das häufige Wechseln der Haltung oder das

Bewegung & Gesundheitsbildung

Ausführen von Haltungsübungen sein.

In diesem Rückenschulkurs wird auf spezielle Haltungsübungen eingegangen, aber vor allem wird der grundsätzliche Muskelaufbau angestrebt. Denn starke Muskeln, Gelenke und Bänder bieten den besten Schutz vor Rückenbeschwerden - in jedem Beruf.

Wirbelsäulengymnastik und Rückenschule

Ort: Atrium Bildungshaus, Rheine-Mesum

Kurs	Leitung	Tage	Uhrzeit	Umfang	Beginn	Kosten
B08.00-11	Petra Wienkamp	Do	08:30-09:30	14Treffen=14UStd.	28.08.25	74,90 €
B08.00-12	Petra Wienkamp	Do	09:45-10:45	14Treffen=14UStd.	28.08.25	74,90 €
B08.00-13	Petra Wienkamp	Do	08:30-09:30	12Treffen=12UStd.	08.01.26	64,20 €
B08.00-14	Petra Wienkamp	Do	09:45-10:45	12Treffen=12UStd.	08.01.26	64,20 €
B08.00-15	Petra Wienkamp	Do	08:30-09:30	12Treffen=12UStd.	16.04.26	64,20 €
B08.00-16	Petra Wienkamp	Do	09:45-10:45	12Treffen=12UStd.	16.04.26	64,20 €

Bitte ein Handtuch und ein kleines Kissen mitbringen.

Einseitig belastende Haltungsgewohnheiten und häufiges Sitzen im Alltag können auf Dauer zu Verspannungen und Rückenbeschwerden führen. Durch funktionale Übungen soll in diesem Kurs einer möglichen Haltungsschwäche entgegengewirkt werden.

Schwerpunkte sind dabei Kräftigung der Bauch- und Rückenmuskulatur zur Stabilisation der Wirbelsäule sowie Kräftigung der Arm-, Bein- und Gesäßmuskulatur, Dehnungs- und Koordinationsübungen zur Verbesserung der Beweglichkeit und Übungen zum rückschonenden Sitzen, Heben und Tragen.

Petra Wienkamp ist staatlich geprüfte Sport- und Gymnastiklehrerin und Physiotherapeutin.

Power-Aerobic & Bodyforming

Ort: jfd-Bildungsstätte Wadelheim

Kurs	Leitung	Tage	Uhrzeit	Umfang	Beginn	Kosten
B08.00-17	Sonja Schmale	Mo	19:15-20:00	14Treffen=14UStd.	01.09.25	37,80 €
B08.00-18	Sonja Schmale	Mo	19:15-20:00	10Treffen=10UStd.	12.01.26	27,00 €
B08.00-19	Sonja Schmale	Mo	19:15-20:00	13Treffen=13UStd.	13.04.26	35,10 €
B08.00-20	Sonja Schmale	Mi	19:15-20:00	15Treffen=15UStd.	27.08.25	40,50 €
B08.00-21	Sonja Schmale	Mi	19:15-20:00	12Treffen=12UStd.	07.01.26	32,40 €
B08.00-22	Sonja Schmale	Mi	19:15-20:00	14Treffen=14UStd.	15.04.26	37,80 €

Suchen Sie einen sportlichen Ausgleich zum beruflichen Alltag?

Möchten Sie sich körperlich betätigen, sich auspowern und dabei Spaß haben?

Dann haben wir ein Angebot für Sie: Aerobic und Bodyforming! Mit dieser Kombination aus Ausdauertraining und Muskelaufbau halten Sie Ihren Körper fit, gewinnen an Kondition und Muskelkraft. Die mitreißende Musik sorgt für zusätzlichen Spaß!

Fitness-Mix und Rücken-Fit

Ort: jfd-Bildungsstätte Wadelheim

Kurs	Leitung	Tage	Uhrzeit	Umfang	Beginn	Kosten
B08.00-23	Ursula Blümel	Mo	17:00-18:00	14Treffen=14UStd.	01.09.25	50,40 €
B08.00-24	Ursula Blümel	Mo	17:00-18:00	10Treffen=10UStd.	12.01.26	36,00 €
B08.00-25	Ursula Blümel	Mo	17:00-18:00	13Treffen=13UStd.	13.04.26	46,80 €
B08.00-26	Ursula Blümel	Mo	18:00-19:00	14Treffen=14UStd.	01.09.25	50,40 €
B08.00-27	Ursula Blümel	Mo	18:00-19:00	10Treffen=10UStd.	12.01.26	36,00 €
B08.00-28	Ursula Blümel	Mo	18:00-19:00	13Treffen=13UStd.	13.04.26	46,80 €
B08.00-29	Ursula Blümel	Mi	18:00-19:00	15Treffen=15UStd.	27.08.25	54,00 €
B08.00-30	Ursula Blümel	Mi	18:00-19:00	12Treffen=12UStd.	07.01.26	43,20 €
B08.00-31	Ursula Blümel	Mi	18:00-19:00	12Treffen=12UStd.	15.04.26	43,20 €

Angeregt durch Kursteilnehmer:innen hält dieser Kurs einen Mix aus Aerobic, Gymnastik und Konditionstraining bereit. Ausdauer und Beweglichkeit werden gleichermaßen gefördert und Muskeln gekräftigt! Dabei werden vor allem Übungen erlernt, die die Rückenmuskulatur stärken. Nach fetziger Musik runden Sequenzen der Entspannung die Stunde ab.

Hatha-Yoga für Fortgeschrittene

Ort: jfd-Bildungsstätte Wadelheim

Kurs	Leitung	Tage	Uhrzeit	Umfang	Beginn	Kosten
B08.00-32	Ute Hövels	Mo	19:00-20:30	11Treffen=22UStd.	15.09.25	88,00 €
B08.00-33	Ute Hövels	Mo	19:00-20:30	9Treffen=18UStd.	12.01.26	72,00 €
B08.00-34	Ute Hövels	Mo	19:00-20:30	9Treffen=18UStd.	13.04.26	72,00 €

Mitzubringen: eine Decke, warme Socken, bequeme Kleidung und ein kleines Kissen.

Der Begriff Yoga kommt aus dem Indischen und bedeutet so viel wie VEREINIGEN! Der Mensch wird als ganzheitliches Wesen betrachtet, das heißt, seine Gesundheit, seine Atmung und seine Sensibilität gegenüber sich selbst und anderen stehen im Mittelpunkt.

Hatha-Yoga dient dem Stressabbau durch Entspannung und Intensivierung der Atmung, fördert die Beweglichkeit und

Bewegung & Gesundheitsbildung

verbessert das Körpergefühl und die Selbstwahrnehmung

Alle Hatha-Yoga-Kurse setzen auf drei Ebenen an:

1. Bewegung: Ausgleich schaffen zwischen Verspannung und Entspannung der Muskulatur, Entwicklung von Beweglichkeit und Kraft, Stärkung der Rückenmuskulatur.

2. Atmung: Der Atem ist Gradmesser für die Bewegungsabläufe, richtige Atmung fördert das innere Gleichgewicht, steigert das Konzentrationsvermögen und reduziert Stress.

3. Meditation: Durch praktische Übungen zur Entspannung und Stressreduktion gelingt der Übergang von der Hektik des Alltags und bringt Bewusstsein und Sensibilität sich selbst gegenüber.

Hatha-Yoga ist in der Kombination aus Körper- und Atemübung sowie Meditation eine ideale Möglichkeit, innere Gelassenheit, Entspannung und Zufriedenheit zu gewinnen.

Dynamisches Yoga für Anfänger:innen

Ort: jfd-Bildungsstätte Wadelheim

Kurs	Leitung	Tage	Uhrzeit	Umfang	Beginn	Kosten
B08.00-35	Nina Wienkamp	Fr	08:45-10:15	7Treffen=14UStd.	29.08.25	56,00 €
B08.00-36	Nina Wienkamp	Fr	08:45-10:15	7Treffen=14UStd.	07.11.25	56,00 €
B08.00-37	Nina Wienkamp	Fr	08:45-10:15	12Treffen=24UStd.	09.01.26	96,00 €
B08.00-38	Nina Wienkamp	Fr	08:45-10:15	11Treffen=22UStd.	17.04.26	88,00 €

Dieser Kurs bietet einen Einstieg in die Welt des Yoga.

Kraftvoll, dynamisch aber auch sanft werden Yoga Grundstellungen, energetisierende ausgleichende Atemtechniken und die Meditation kennengelernt. Ein abwechslungsreicher Wechsel zwischen therapeutischen Yogasequenzen und den vielen Asanas sorgt für eine Kräftigung der Muskulatur, für Entspannung und Ausgleich vom Alltagsstress.

Geeignet für alle, die dynamisches Yoga kennenlernen wollen.

Walking für Anfänger:innen mit Kinderwagen

Ort: Bentlager Wald, Treffpunkt Zooeingang

Kurs	Leitung	Tage	Uhrzeit	Umfang	Beginn	Kosten
B08.00-39	Monique Braun	Do	10:15-11:15	8Treffen=8UStd.	18.09.25	35,00 €

Bitte festes Schuhwerk und wetterangepasste Kleidung tragen.

Nach der Geburt wieder fit zu werden ist nicht einfach. Walking mit Kinderwagen ist dabei ein tolle Alternative, hier steht die Bewegung an frischer Luft an erster Stelle und kann prima mit Kind durchgeführt werden. Die Technik ist leicht zu erlernen

und der gesundheitliche Nutzen ist sehr groß, da die Gelenke geschont und das Herz-Kreislaufsystem sanft gefordert werden. Das Motto lautet: „Laufen ohne Schnaufen“.

Gemeinsam erlernen wir die richtige Technik und erfahren Freude an der gemeinsamen Bewegung.

Nordic Walking für Anfänger:innen und alle, die gemeinsam Nordic Walking erleben wollen

Ort: Bentlager Wald, Treffpunkt Zooeingang

Kurs	Leitung	Tage	Uhrzeit	Umfang	Beginn	Kosten
B08.00-40	Monique Braun	Do	09:00-10:00	8Treffen=8UStd.	11.09.25	35,00 €

Bitte festes Schuhwerk, wetterangepasste Kleidung sowie Nordic Walking Stöcke, mitbringen.

Bei dieser Sportart steht die Bewegung an frischer Luft an erster Stelle. Die Technik ist leicht zu erlernen und benötigt wenige Materialien. Der gesundheitliche Nutzen ist sehr groß, da die Gelenke geschont und das Herz-Kreislaufsystem sanft gefordert werden. Das Motto lautet: „Laufen ohne Schnaufen“.

Gemeinsam erlernen wir die richtige Nordic Walking Technik und erfahren Freude an der Bewegung.

Power Body-Forming

Ort: Bildungszentrum Bürgerhof Schotthock

Kurs	Leitung	Tage	Uhrzeit	Umfang	Beginn	Kosten
B08.00-41	Irina Wolf	Di	18:00-19:00	14Treffen=14UStd.	02.09.25	56,00 €
B08.00-42	Irina Wolf	Di	18:00-19:00	11Treffen=11UStd.	13.01.26	44,00 €
B08.00-43	Irina Wolf	Di	18:00-19:00	13Treffen=13UStd.	14.04.26	52,00 €

In diesem Kurs wird ein Ganzkörpertraining angeboten, das neben Bauch, Oberschenkel und Po auch die Oberkörpermuskulatur intensiv mit einbezieht. So wird der Trizeps ebenso trainiert wie die Schulterpartie und auch die Nackenmuskulatur kommt nicht zu kurz! Moderne Beats sorgen für Elan und Unterhaltung und helfen, sich auszupowern!

BOP-Gymnastik und Rücken-Fit

Ort: Bildungszentrum Bürgerhof Schotthock

Kurs	Leitung	Tage	Uhrzeit	Umfang	Beginn	Kosten
B08.00-44	Irina Wolf	Di	19:15-20:15	14Treffen=14UStd.	02.09.25	56,00 €
B08.00-45	Irina Wolf	Di	19:15-20:15	11Treffen=11UStd.	13.01.26	44,00 €
B08.00-46	Irina Wolf	Di	19:15-20:15	13Treffen=13UStd.	14.04.26	52,00 €

Bauch, Oberschenkel, Po (BOP) bzw. Bodyforming hat zum Ziel,

Bewegung & Gesundheitsbildung

die Muskulatur zu stärken, zu straffen und das Körperfett zu verbrennen, vor allem in Bereichen, mit denen man mal mehr, mal weniger zu kämpfen hat. Dabei werden vor allem Übungen erlernt, die die Rückenmuskulatur stärken. Nach fetziger Musik runden Sequenzen der Entspannung die Stunde ab.

Hatha Yoga (für Anfänger:innen und Wiedereinsteiger:innen)

Ort: Hebammenstube, Mühlenstiege 36, Wettringen

Kurs	Leitung	Tage	Uhrzeit	Umfang	Beginn	Kosten
B08.00-47	Silvia Scheipers	Mo	18:30-19:45	10Treffen=10UStd.	08.09.25	80,70 €
B08.00-48	Silvia Scheipers	Mo	18:30-19:45	10Treffen=10UStd.	12.01.26	80,70 €
B08.00-49	Silvia Scheipers	Mo	18:30-19:45	10Treffen=10UStd.	13.04.26	80,70 €

Yoga setzt bei drei Punkten an: Bewegung, Atmung und Meditation; es ist eine ideale Möglichkeit, innere Gelassenheit, Entspannung und Zufriedenheit zu gewinnen. Die Bewegung schafft einen Ausgleich zwischen Verspannung und Entspannung der Muskulatur, Entwicklung von Beweglichkeit und Kraft, Stärkung der Rückenmuskulatur.

Die Atmung ist der Gradmesser für die Bewegungsabläufe

, richtige Atmung fördert das innere Gleichgewicht, steigert das Konzentrationsvermögen und reduziert Stress

Durch Meditation wird ein Ausgleich zur Hektik des Alltags geschaffen und bringt Bewusstsein und Sensibilität sich selbst gegenüber.



Lächeln ist...
Lebensqualität!

Multifit
Das Sanitätshaus



... im Gesundheitszentrum
rechts der Ems

■ Wellness & Fitness

■ Brustprothetik & Kompressionstherapie

Multifit Rheine GmbH & Co. KG

Osnabrücker Str. 227
48429 Rheine

Tel.: (0 59 71) 92 59 15
Fax: (0 59 71) 92 59 92

■ Reha-Technik

■ Orthopädie

kontakt@multifit.info
www.multifit.info

■ Kinderreha im Sonderbau

■ Homecare & Pflege

Besuchen Sie den Onlineshop
unter www.sanivita.de/multifit



Bewegung & Gesundheitsbildung

Hatha-Yoga im Fit&Fight

Ort: Fit and Fight, Am Goldhügel 17, Rheine

Kurs	Leitung	Tage	Uhrzeit	Umfang	Beginn	Kosten
B08.00-50	Claudia Schwöppe	Do	17:30-18:45	10Treffen=10UStd.	14.08.25	97,00 €
B08.00-51	Claudia Schwöppe	Do	19:00-20:15	10Treffen=10UStd.	14.08.25	97,00 €
B08.00-52	Claudia Schwöppe	Do	17:30-18:45	10Treffen=10UStd.	05.02.26	97,00 €
B08.00-53	Claudia Schwöppe	Do	19:00-20:15	10Treffen=10UStd.	05.02.26	97,00 €
B08.00-54	Claudia Schwöppe	Do	17:30-18:45	10Treffen=10UStd.	30.10.25	97,00 €
B08.00-55	Claudia Schwöppe	Do	19:00-20:15	10Treffen=10UStd.	30.10.25	97,00 €
B08.00-56	Claudia Schwöppe	Do	17:30-18:45	10Treffen=10UStd.	21.05.26	97,00 €
B08.00-57	Claudia Schwöppe	Do	19:00-20:15	10Treffen=10UStd.	21.05.26	97,00 €

Bitte eine Decke, warme Socken, bequeme Kleidung und ein kleines Kissen mitbringen.

Ausführliche Beschreibung siehe Seite 52.

Taiji Quan, Qi Gong mit Taiji Yoga im Fit & Fight Rheine

Ort: Fit and Fight, Am Goldhügel 17, Rheine

Kurs	Leitung	Tage	Uhrzeit	Umfang	Beginn	Kosten
B08.00-58	Christian Wiese	Fr	10:15-11:45	12Treffen=24UStd.	12.09.25	178,00 €
B08.00-59	Christian Wiese	Mo	19:00-20:30	12Treffen=24UStd.	15.09.25	178,00 €
B08.00-60	Christian Wiese	Mo	19:00-20:30	12Treffen=24UStd.	12.01.26	183,00 €
B08.00-61	Christian Wiese	Fr	10:15-11:45	12Treffen=24UStd.	16.01.26	183,00 €
B08.00-62	Christian Wiese	Mo	19:00-20:30	10Treffen=20UStd.	13.04.26	157,00 €
B08.00-63	Christian Wiese	Fr	10:15-11:45	10Treffen=20UStd.	17.04.26	157,00 €

Bitte bequeme Sportkleidung tragen und Hallenschuhe sowie nach Bedarf eine warme Decke mitbringen.

Dieser Kurs bietet das Üben von Taiji Quan und Qi Gong in angepasstem Tempo und kleinen Schritten und führt zu mehr Beweglichkeit, Muskelaufbau, Entspannung für Körper und Geist und ist ein Ausgleich zum Alltag.

Mit leicht erlernbaren sanften, jedoch gezielten Bewegungen, Dehnungen und Atemtechniken werden eine verbesserte Beweglichkeit und Koordination erzielt. Über die Atemschulung werden Körper gereinigt, Geist beruhigt und innere sowie äußere (An-)Spannungen gelöst. Der gesamte Körper wird gut mit Sauerstoff versorgt und das Immunsystem wird hierdurch bestens stimuliert und gestärkt. Mit gezielten Übungen werden Ruhe und Entspannung erreicht. Insgesamt ist es ein Gewinn für Ruhe und Gelassenheit im Alltag, mit Ruhe im Herzen und klarem Geist.

Der Kurs eignet sich für einsteigende Interessierte bis fortgeschrittene Interessierte, aber nicht für Personen, die akut psychologisch oder physiologisch in ärztlicher Behandlung sind.

Taiji Quan, Qi Gong mit Taiji Yoga im Fit & Fight Rheine 50+

Ort: Fit and Fight, Am Goldhügel 17, Rheine

Kurs	Leitung	Tage	Uhrzeit	Umfang	Beginn	Kosten
B08.00-64	Christian Wiese	Mi	10:15-11:45	12Treffen=24UStd.	10.09.25	178,00 €
B08.00-65	Christian Wiese	Mi	10:15-11:45	12Treffen=24UStd.	14.01.26	183,00 €
B08.00-66	Christian Wiese	Mi	10:15-11:45	10Treffen=20UStd.	15.04.26	157,00 €

Bitte bequeme Sportkleidung tragen und Hallenschuhe sowie nach Bedarf eine warme Decke mitbringen.

Der Kurs eignet sich für einsteigende Interessierte bis fortgeschrittene Interessierte ab 50 Jahren. Ausführliche Beschreibung siehe oben.

Qi Gong - sanfte Entspannung für den Alltag

Ort: Bürgerhalle Wettringen, Unter den Linden 6 a, Wettringen

Kurs	Leitung	Tage	Uhrzeit	Umfang	Beginn	Kosten
B08.00-67	Christian Wiese	Mi	19:00-20:30	12Treffen=24UStd.	17.09.25	178,00 €
B08.00-68	Christian Wiese	Mi	19:00-20:30	12Treffen=24UStd.	14.01.26	183,00 €
B08.00-69	Christian Wiese	Mi	19:00-20:30	10Treffen=20UStd.	15.04.26	157,00 €

Bitte bequeme Sportkleidung tragen und Hallenschuhe sowie nach Bedarf eine warme Decke mitbringen.

Dieser Kurs bietet das Üben von Qi Gong, ausführliche Beschreibung siehe oben.



Persönlichkeitsbildung

Glück grundsätzlich und nachhaltig für sich zu verwirklichen, wird von nicht wenigen Menschen inzwischen durchaus als gesellschaftlicher Zwang und Imperativ oder als Herausforderung erlebt, was den Eindruck des dauernden Scheiterns befördert.

Ein immer umfänglicher werdendes Alltags- und Familienmanagement und zunehmende berufliche Anforderungen lassen unter Umständen wenig Zeit und Raum, um sich mit den eigenen Ansprüchen und Bedürfnissen hinsichtlich eines glücklichen und gelingenden Lebens auch nur auseinanderzusetzen und sich in diesem Zusammenhang der eigenen Kompetenzen und Ressourcen zu vergewissern.

Mit Kursen und Seminaren zur Persönlichkeitsentfaltung schafft die Familien- und Weiterbildung Raum und Bedingungen, einen eigenen Zugang zum individuellen Glück zu finden.

Unterteilt sind die Angebote in

1. Gesundheit
2. Persönliche Interessen
3. Blick in die Welt

1. Gesundheit

Die Erhaltung unserer Gesundheit ist von großer Bedeutung, sowohl persönlich als auch in der Familie und der Gesellschaft allgemein. Mit der Gesundheit steht nicht nur das körperliche und seelische Wohlbefinden im Fokus, sondern auch die Sicherung der Arbeitskraft und der gesellschaftlichen Rahmenbedingungen.

Welches Entspannungsverfahren ist das richtige für mich?

Ort: jfd-Bildungsstätte Wadelheim

Kurs	Leitung	Tage	Uhrzeit	Umfang	Beginn	Kosten
B09.01-02	Monique Braun	Do	17:00-18:00	8Treffen=8UStd.	11.09.25	45,00 €
B09.01-03	Monique Braun	Di	10:45-11:45	8Treffen=8UStd.	16.09.25	45,00 €

Bitte eine leichte Decke und (wenn vorhanden) eine Matte mitbringen.

Das Angebot an Entspannungsverfahren ist groß, doch was verbirgt sich hinter den Titeln: Autogenes Training, Meditation,

Yoga, Progressive Muskelentspannung etc.? Welches Verfahren macht mir überhaupt Spaß, damit ich Lust habe langfristig zu üben? Dieser Kurs soll einen Überblick über die genannten und auch weitere Entspannungsverfahren geben.

In jeder Kursstunde wird ein anderes Konzept thematisiert, vertieft und praktisch erprobt. Die Übungen sind so angelegt, dass sowohl Anfänger:innen als auch Fortgeschrittene teilnehmen können.

Stressreduktion durch mehr Bewusstheit, Entspannung und Bewegung Impulsvortrag

Ort: jfd-Bildungsstätte Wadelheim

Kurs	Leitung	Tage	Uhrzeit	Umfang	Beginn	Kosten
B09.01-04	Karl-Heinz Rücker	Mi	19:00-21:15	1Treffen=3UStd.	01.10.25	15,00 €
B09.01-05	Karl-Heinz Rücker	Mi	19:00-21:15	1Treffen=3UStd.	21.01.26	15,00 €

Ort: Atrium Bildungshaus, Rheine-Mesum

B09.01-06	Karl-Heinz Rücker	Mi	19:00-21:15	1Treffen=3UStd.	11.03.26	15,00 €
-----------	-------------------	----	-------------	-----------------	----------	---------

Wer kennt nicht das Gefühl, ruhelos, fremdgesteuert, erschöpft oder gestresst vom Beruf oder Alltag zu sein?

An diesem Abend wird das nötige Hintergrundwissen vermittelt, um Stress frühzeitig zu erkennen und gegebenenfalls mit unterschiedlichen Entspannungstechniken wie Progressiver Muskelentspannung, Atemtechniken, Achtsamkeit und Meditation dem Stress entgegen zu wirken.

Muskeltraining für die Entspannung PMR für Einsteiger:innen

Ort: jfd-Bildungsstätte Wadelheim

Kurs	Leitung	Tage	Uhrzeit	Umfang	Beginn	Kosten
B09.01-07	Ursula Krehe	Di	18:00-19:30	4Treffen=8UStd.	28.10.25	40,00 €
B09.01-08	Ursula Krehe	Di	18:00-19:30	4Treffen=8UStd.	03.02.26	40,00 €

Dieser Kurs bietet Ihnen die Möglichkeit, gezielt zur Ruhe zu kommen, den Körper zu entspannen und den Geist zu entlasten.

Kursinhalte:

- Einführung in die Grundlagen der Entspannung und Stressbewältigung
- Praktische Übungen zur Körperwahrnehmung und Atemruhe
- Schrittweise Anleitung zur Progressiven Muskelrelaxation
- Tipps für den Alltag: PMR zur Selbstanwendung zuhause
- Abschlussritual zur mentalen Entspannung vor dem Schlaf

Ziel des Kurses ist es, Ihnen eine einfache, aber effektive Technik an die Hand zu geben, mit der Sie abends leichter abschalten und besser einschlafen können. Vorkenntnisse sind nicht erforderlich - die Übungen sind für alle Altersgruppen geeignet und lassen sich auch gut im Alltag integrieren.

Was hält den Menschen gesund? Vertiefungsworkshop Logi-Kursus

Ort: Villa Anni, Metelener Str. 16, 48493 Wettringen

Kurs	Leitung	Tage	Uhrzeit	Umfang	Beginn	Kosten
B09.01-09	Martin Verhoff	Mi	18:30-20:45	3Treffen=9UStd.	29.10.25	30,00 €
Folgetermine: 19.11. & 10.12.2025						

Mit dieser Fragestellung beschäftigt sich Martin Verhoff im Rahmen eines dreiteiligen Workshops. Der Schwerpunkt in diesem Workshop geht über die gesunderhaltenden Notwendigkeiten, der ausreichenden Bewegung, Erholung und einer ausgewogenen Ernährung hinaus, hin zu einer gesundheitsfördernden psychisch/geistigen Ausrichtung. Der Mensch benötigt nicht nur unterschiedliche Mittel zum Leben. Er benötigt auch einen Zweck, wofür er lebt. Wissenschaftliche Studien zeigen deutlich unser ureigenes menschliches Motiv auf, was ein Leben gelingen lässt und für unsere Gesunderhaltung bedeutsam ist. Das, was uns auch in schwierigen Lebenssituation unabhängig von einer hilfreichen Resilienz und Lebenserfahrung immer wieder auf die Beine hilft. Die Sinnforschung bestätigt zunehmend die Bedeutung für den Menschen nach der Ausrichtung zu einem Sinn. Der Wiener Neurologe und Psychiater Viktor Frankl (1905-1997) belegte in zahlreichen Studien, dass z. B. auch ein materieller Wohlstand nicht vor einer Sinnkrise schützt und andersherum ein erspürter Sinn vieles ertragen und bestehen hilft. Diesen Sinn (Logos) erfüllen wir uns durch die Verwirklichung von Werten.

In diesem Kursus sollen im Rahmen eines interaktiven Austausches die Grundlagen aus der Logopädagogik zu allgemeinen Anregungen einer individuellen Sinnfindung und Werteverwirklichung vermittelt werden (keine psychologische Gruppenberatung).

Der Kursus wird veranstaltet von dem Verein Wettringen- Selbst-Bewusst in Kooperation mit dem Jugend- u. Familiendienst e.V. (jfd).

Autogenes Training für Anfänger:innen

Ort: jfd-Bildungsstätte Wadelheim

Kurs	Leitung	Tage	Uhrzeit	Umfang	Beginn	Kosten
B09.01-10	Monique Braun	Do	17:00-18:00	8Treffen=8UStd.	15.01.26	45,00 €
B09.01-11	Monique Braun	Di	10:45-11:45	8Treffen=8UStd.	20.01.26	45,00 €

Bitte eine leichte Decke mitbringen.

Beim Autogenen Training (AT) geht es darum, sich durch das Wiederholen bestimmter Sätze, auch als Formeln bezeichnet, in einen tiefen Ruhezustand zu versetzen. Während des Übens und auch einige Zeit danach, verlangsamen sich die Atmung und der Puls, die Spannung in den Muskeln nimmt ab. Dadurch stellt sich ein Gefühl von Wohlbefinden ein.

Dieses Entspannungsverfahren wurde in den 1930er Jahren von dem Neurologen Johannes Schultz entwickelt und wird seitdem häufig genutzt, um Stresssymptome zu lindern.

Das Erlernen des AT trägt zum Abbau von Verspannungen bei und kann zu mehr Ruhe und Gelassenheit führen. Zusätzlich kann durch diese Technik das Einschlafen erleichtert werden.

Benötigt für das Autogene Training werden nur ein ruhiger Platz und die Kraft der Gedanken. Unsere Übungen werden im Liegen oder Sitzen durchgeführt. Schritt für Schritt werden wir die einzelnen Elemente des Verfahrens erlernen. Ziel ist es am Ende des Kurses das Autogene Training selbständig durchzuführen.

Gut gedehnt durch den Tag!

Ort: Bildungszentrum Bürgerhof Schotthock

Kurs	Leitung	Tage	Uhrzeit	Umfang	Beginn	Kosten
B09.01-12	Christa Telljohann	Do	17:30-19:00	5Treffen=10UStd.	22.01.26	60,00 €

Meist bewegen wir uns so wenig oder so einseitig, dass Muskeln und Bindegewebe (Faszien) auch nur einseitig gedehnt werden. Dies führt auf Dauer zu „Verkürzungen“ des Gewebes, es wird unbeweglich wie die Maschen eines zu heiß gewaschenen Angorapullovers und zehrt an den Gelenken - dies verursacht Spannungen und Schmerzen in den Gelenken.

Ausgleichende Bewegungen können die Schmerzen nehmen, die durch die einseitige Belastung entstanden ist. Langfristig werden mit Hilfe der Dehnübungen die unnachgiebigen Muskeln und Faszien wieder auf ihre „natürliche Länge“ gedehnt. So können die entstandenen Spannungen sinken und die daraus entstandenen Schmerzen dauerhaft verschwinden. Jeder Kursabend wird mit

einer Entspannungsübung beendet.

Informationsabend: Rund um die Pflege

Ort: jfd-Bildungsstätte Wadelheim

Kurs	Leitung	Tage	Uhrzeit	Umfang	Beginn	Kosten
B09.01-13	Uwe Flüthmann	Mo	19:00-20:30	1Treffen=2UStd.	18.05.26	keine

Der Informationsabend rund um die Pflege bietet Gelegenheit, sich über verschiedene Aspekte der Pflege zu informieren. Dabei können Themen wie Pflegeleistungen, Pflegegrade, finanzielle Unterstützung und Entlastungsmöglichkeiten für pflegende Angehörige besprochen werden.

2. Persönliche Interessen

Die Erweiterung des persönlichen Horizontes und individueller Interessen ist ein wichtiger Ausgleich zum stressigen Arbeitsalltag. Unabhängig von Leistungsdruck und Zeitnot können in unseren Kursen neue Erfahrungen, Blickwinkel und Einsichten entstehen, die das Leben bereichern, erleichtern und vereinfachen.

Achtsam sein - Achtsam leben

Ort: Praxis für Pilates, Yoga & Achtsamkeit, Schulstr. 1, Wetzringen

Kurs	Leitung	Tage	Uhrzeit	Umfang	Beginn	Kosten
B09.02-01	Angela Gutting	Fr	18:30-21:00	5Treffen=15UStd.	22.08.25	199,00 €

Achtsam sein und eine achtsame innere Haltung haben, wirkt wohltuend und gesundheitsfördernd auf unseren Körper, Geist und unser seelisches Wohlbefinden.

Viele Herausforderungen des Alltags fordern uns und bringen uns oft an die Grenzen des Machbaren. Gut ist es dann zu wissen, wie durch alltagstaugliche Übungen und kleine Verhaltensveränderungen ein Leben in Achtsamkeit möglich ist. In meinem 5-wöchigen Grundkurs bist Du richtig, wenn auch Du etwas in Deinem Leben verändern möchtest. Hier lernst Du die wichtigen Grundlagen der Achtsamkeit und findest einen für Dich und Deinen Alltag angepassten Einstieg.

Wer dabei sein möchte, schickt eine Nachricht an ag@gesund-in-wetzringen.de oder ruft gerne unter 0152/55913536 an.

Schreibwerkstatt

Ort: jfd-Bildungsstätte Wadelheim

Kurs	Leitung	Tage	Uhrzeit	Umfang	Beginn	Kosten
B09.02-02	Brigitte Lüxmann	Mi	19:00-20:30	10Treffen=20UStd.	03.09.25	70,00 €

Wir werden gemeinsam Ideen verfolgen, mit Sprache spielen, fabulieren und die Kraft der eigenen Worte erfahren. Wir werden Figuren mit Leben füllen und Abenteuer in Gang setzen.

Wir entwickeln eine Struktur für Ort, Zeit und Helden der Handlung und versehen alles mit einem roten Faden, um am Ende der Schreibwerkstatt eine Geschichte unser Eigen nennen zu können.

Vata, Pitta oder Kapha - welche Konstitution habe ich? Eine vergnügliche Einführung in die Konstitutionslehre des Ayurveda

Ort: Atrium Bildungshaus, Rheine-Mesum

Kurs	Leitung	Tage	Uhrzeit	Umfang	Beginn	Kosten
B09.02-03	Maren Rotter	Di	18:30-20:45	1Treffen=3UStd.	07.10.25	10,00 €

Ort: jfd-Bildungsstätte Wadelheim

B09.02-04	Maren Rotter	Di	18:30-20:45	1Treffen=3UStd.	03.02.26	10,00 €
-----------	--------------	----	-------------	-----------------	----------	---------

Einige Menschen nehmen schneller zu als andere, die einen leiden unter Wechseljahr-Beschwerden, andere wiederum gar nicht, einige Menschen laufen sich Stress ab, die anderen lockt eher eine Tüte Chips auf der Couch. Warum wir so unterschiedlich sind und wie wir das ayurvedische Wissen nutzen können, unsere Konstitution zu erkennen, damit umzugehen und zu mehr Wohlbefinden zu gelangen erklärt Ihnen an diesem Abend auf unterhaltsame Weise die Heilpraktikerin und Ayurveda Therapeutin Maren Rotter.

Mal anders trainieren - Ein Abend für die weibliche Widerstandskraft (online)

Ort: online

Kurs	Leitung	Tage	Uhrzeit	Umfang	Beginn	Kosten
B09.02-05	Christa Telljohann	Mi	18:30-20:45	1Treffen=3UStd.	05.11.25	15,00 €

Frauen sind (fast) immer vorne dabei - egal ob Job, Kinder oder Haushalt.

Siesind diejenigen, die dafür sorgen, dass zuhause alles reibungslos funktioniert. Jeder geht anders mit den Herausforderungen des Alltags um, manche scheinen widerstandsfähiger zu sein als andere. Die eigene Widerstandskraft, auch als Resilienz bekannt,

kann wie ein Muskel trainiert und gestärkt werden. Im Mittelpunkt dieses Abends steht das Kennenlernen verschiedener Möglichkeiten, seine eigene Widerstandsfähigkeit zu stärken.

Rundum zufrieden sein - sich mit Achtsamkeit den Herausforderungen des Alltags stellen

Ort: Bildungszentrum Bürgerhof Schotthock

Kurs	Leitung	Tage	Uhrzeit	Umfang	Beginn	Kosten
B09.02-06	Christa Telljohann	Mi	18:30-21:45	1Treffen=4UStd.	12.11.25	28,00 €

Globale Krisen, Unsicherheiten und Probleme bestimmen den (medialen) Alltag und viele Menschen fragen sich: Wie kann ich noch stabil und zufrieden bleiben? Wenn unsere Gedanken permanent mit Sorgen und Zukunftsängsten beschäftigt sind, sind wir nicht mehr in der Lage, den Augenblick zu genießen. Aber der jetzige Moment ist der einzige, in dem unser Leben stattfindet und auf den wir Einfluss haben.

In dem Workshop werden Sie erfahren, wie Sie sich von belastenden Gedanken und Gefühlen distanzieren und mit den lebenswerten und positiven Aspekten des Alltags verbinden können. Die Kultivierung von Achtsamkeit, Dankbarkeit, Freude und Mitgefühl führt nachweislich zu mehr innerer Ruhe und Stabilität, mit der Sie auch in stürmischen Zeiten fest verwurzelt stehen können wie eine Eiche.

Was ist EMDR und wie kann diese Methode bei Angst, Trauer und Wut im Alltag helfen? Ein Infoabend mit Heilpraktikerin Maren Rotter

Ort: jfd-Bildungsstätte Wadelheim

Kurs	Leitung	Tage	Uhrzeit	Umfang	Beginn	Kosten
B09.02-07	Maren Rotter	Di	18:30-20:45	1Treffen=3UStd.	18.11.25	10,00 €

Ort: Atrium Bildungshaus, Rheine-Mesum

B09.02-08	Maren Rotter	Di	18:30-20:45	1Treffen=3UStd.	17.02.26	10,00 €
-----------	--------------	----	-------------	-----------------	----------	---------

EMDR ist die Abkürzung für „Eye Movement Desensitization and Reprocessing“ - vereinfacht übersetzt: Desensibilisierung und Verarbeitung von psychisch „belastendem Material“ durch Augenbewegungen.

Diese Behandlungsmethode hat sich vor allem in der Therapie von Posttraumatischen Belastungsstörungen einen Namen gemacht. EMDR kann aber auch sinnvoll z. B. bei Stress, Prüfungsangst, drohendem Burnout oder Alltagssituationen, in denen man sich durch das aufkommen starker Emotionen gestört fühlt, eingesetzt werden. Durch eine abwechselnde

Stimulation der rechten und linken Hirnhälfte, die durch geführte Augenbewegungen oder Töne erreicht wird, kann es zur einer Reorganisation der belastenden Erfahrung und einen leichteren Umgang damit im Alltag führen. Durch diese sogenannte bilaterale Stimulation können auch Probleme wie z. B. das Aufkommen von übermäßiger Wut, Trauer, oder Angst auf alltägliche Situationen behandelt werden.

Wie EMDR funktioniert und warum auch gewisse EMDR-Übungen psychisch entlastend und stabilisierend wirken können wird an diesem Abend erläutert.

Wildkräuterspaziergang im Frühjahr

Ort: Parkplatz Betten Beering, Wettringen

Kurs	Leitung	Tage	Uhrzeit	Umfang	Beginn	Kosten
B09.02-09	Kerstin Liebing	Mi	18:00-20:00	1Treffen=2UStd.	20.05.26	20,00 €

Wildkräuter - erkennen, sammeln und probieren

- Im Frühjahr bietet die Natur eine Fülle an essbaren Wildkräutern.

Frische Kräuter wie Bärlauch, Löwenzahn und Giersch bereichern mit ihren Blättern und ersten Blüten die Küche durch ihre frischen und gesunden Aromen. Darüber hinaus verfügen diese Wildkräuter über besondere Heilwirkung, die wir vielfältig für unsere Gesundheit nutzen können. Bei diesem Spaziergang entdecken wir gemeinsam die genannten Frühlingwildkräuter. Wir lernen diese näher kennen, erfahren Besonderheiten, die es beim Sammeln zu beachten gilt, und wie die Kräuter in der Küche Anwendung finden. Schließlich wird auch die Heilwirkung der Pflanzen mit ihren Einflüssen auf den Körper, der sich auch gerade jetzt im Frühjahr über eine natürliche Unterstützung freut, erläutert.

Inklusive eines leckeren Picknicks und Kostproben der vorgestellten Pflanzen.

Mitzubringen: wetterfeste Kleidung, feste Schuhe, evtl. Fotoapparat, Schreibblock, Stift, Tasse oder Glas, Gabel



Weitere Informationen und ausführliche Beschreibungen finden Sie unter: www.jfd-rheine.de

3. Blick in die Welt

2025: Internationales Jahr des Gletscherschutzes

Die Vereinten Nationen haben 2025 zum Internationalen Jahr des Gletscherschutzes erklärt. Ziel ist es, das Bewusstsein für die entscheidende Rolle der Gletscher im globalen Klima und Wasserkreislauf zu stärken und den Schutz dieser einzigartigen Naturschätze weltweit voranzutreiben.

Auch wir nehmen dieses wichtige Thema auf und richten unseren Fokus auf die dramatisch schmelzenden Gletscher – für mehr Klimaschutz und nachhaltiges Handeln!

Eisige Welten - Die Antarktis

Ort: Bildungszentrum Bürgerhof Schotthock

Kurs	Leitung	Tage	Uhrzeit	Umfang	Beginn	Kosten
B09.03-01	Jörg Klüter	Do	19:00-21:15	1Treffen=3UStd.	30.10.25	5,00 €

Ziel dieser Seereise ist die antarktische Halbinsel. Das ist der nördlichste Teil des antarktischen Kontinents, der sich rund um den Südpol erstreckt und seit Jahrtausenden fast vollständig von einer kilometerdicken Eisschicht bedeckt wird.

Es ist einer der erhebensten Augenblicke dieser Reise, als nach tagelanger Fahrt durch das stürmische Südpolarmeer langsam die Küste des antarktischen Kontinents vor uns auftaucht, eine wilde, unwegsame und zugleich wunderschöne Eislandschaft. Durch gigantische Eisberge hindurch unternehmen wir einen Vorstoß in das Weddellmeer, gefürchtet wegen seiner Stürme und unberechenbaren Eisverhältnisse. Wann immer möglich, wird auf dieser Reise versucht, mit Schlauchbooten an Land zu kommen, wo wir stets von zahlreichen Pinguinen empfangen werden. Neko Harbour mit seinem gewaltigen Gletscher und Paradise Bay, beide von unbeschreiblicher Schönheit, sind nur einige Stationen. In Port Lockroy, einer ehemaligen englischen Forschungsstation, erleben wir eindrucksvoll, unter welchen Bedingungen die frühen Antarktisforscher gelebt und gearbeitet haben.

Aber auch die Anreise hat es in sich: Südgeorgien, eine einsame und mehr als zur Hälfte mit Gletschern bedeckte Insel, war noch Anfang des 19. Jh. Zentrum des kommerziellen Walfangs. Heute wird die Insel von zehntausenden von Königspinguinen, Seeelefanten und Seebären bevölkert, die hier im antarktischen

Sommer ihre Jungen gebären. Und draußen im Südpolarmeer gibt es wieder Tausende von Buckelwalen. 2 Stunden lang umkreist eine große Schule dieser majestätischen Tiere unser Schiff.

Den Besucher erwartet eine Fülle großartiger Bilder und Eindrücke aus einer eisigen Welt, die wie für die Ewigkeit gemacht zu sein scheint und in der doch erste Folgen des Klimawandels sichtbar werden.

Grönland - Das ewige Eis schmilzt

Ort: Bildungszentrum Bürgerhof Schotthock

Kurs	Leitung	Tage	Uhrzeit	Umfang	Beginn	Kosten
B09.03-02	Jörg Klüter	Do	19:00-21:15	1Treffen=3UStd.	27.11.25	5,00 €

Grönland ist mit einer Fläche von mehr als 2 Millionen km² die größte Insel der Welt, aber zugleich auch die am dünnsten besiedelte. Nur knapp 1/5 der Fläche Grönlands ist bewohnbar, hier leben, weit verstreut, die etwa 58 000 Bewohner. Der Rest des Landes liegt seit Jahrtausenden unter einem teilweise kilometerdicken Eispanzer.

Von „ewigem Eis“ kann allerdings keine Rede mehr sein. In der Arktis wird es immer wärmer, das Eis auf Grönland schmilzt, während die Küstenregionen langsam grüner werden. Den Grönlandreisenden erwarten urgewaltige Landschaften, einsame Fischerdörfer und Eisberge in immer neuen Formationen und Farbtönen. Unübersehbar sind zugleich aber auch die Folgen des gerade in der Arktis immer rascher fortschreitenden Klimawandels. In einem knapp zweistündigen Live-Vortrag mit eindrucksvollen Bildern nimmt unser Referent Sie mit auf eine Schiffsreise, die von Bremerhaven aus nach einer Zwischenlandung in Schottland zur grönländischen Süd-West- und Westküste bis nach Ilulissat führt.

Island - Insel aus Feuer und Eis

Ort: Bildungszentrum Bürgerhof Schotthock

Kurs	Leitung	Tage	Uhrzeit	Umfang	Beginn	Kosten
B09.03-03	Jörg Klüter	Do	19:00-21:15	1Treffen=3UStd.	05.02.26	5,00 €

In einem knapp zweistündigen Live-Vortrag berichtet unser Referent über eine Island-Rundreise mit dem PKW.

Die Reise beginnt am Fährhafen Seydisfjörður und führt entlang bizarrer Küstenformationen und durch Geothermalfelder in die wilden Westfjorde, wo noch immer die meisten Straßen reine Schotterpisten sind, und von dort zur malerischen Halbinsel Snaefellsnes. Im Süd-Westen lockt Reykjavík, die Hauptstadt, mit

schönen Eindrücken, bei sonnigem, aber leider eiskaltem Wetter. Überhaupt bestimmt immer wieder das ständig wechselnde Wetter den Ablauf dieser Reise. Natürlich werden auch Geysir und Pingvellir, Sitz des ältesten Parlamentes der Welt, besucht, auch wenn diese Orte häufig sehr überlaufen sind.

Immer wieder geht es vorbei an gigantischen Wasserfällen und, mit etwas Glück, gelingt eine Fahrt mit dem Bus ins Hochland. Bevor es wieder zurück zur Fähre geht, treffen wir im Süden auf den Vatnajökull, Europas größten Gletscher. Noch immer ist Island zu mehr als 10 % von Gletschern bedeckt, aber auch die Gletscher Islands verlieren infolge der fortschreitenden Erderwärmung immer mehr an Substanz.

Eindrucksvolle Bilder einer Reise durch ein einsames Land erwarten sie, das mitten auf einem vulkanischen „Hot Spot“ liegt, dem es seine Entstehung verdankt und das bis heute nicht nur durch ständige Vulkanausbrüche, sondern auch durch die Folgen der letzten Eiszeit geformt und geprägt wird.

Rund um die Ostsee

Ort: Bildungszentrum Bürgerhof Schotthock

Kurs	Leitung	Tage	Uhrzeit	Umfang	Beginn	Kosten
B09.03-04	Jörg Klüter	Fr	19:00-21:15	1Treffen=3UStd.	13.03.26	5,00 €

In einem knapp zweistündigen Live-Vortrag berichtet unser Referent über eine Schiffsreise rund um die Ostsee.

Diese Reise beginnt mit einer Fahrt durch den Nord-Ostseekanal und führt entlang der Ostseeküste zu 12 verschiedenen Hafenstädten in Polen, den baltischen und den skandinavischen Anrainerstaaten. Und sie führt zugleich in eine Gegend mit sehr bewegter Vergangenheit.

Noch während der letzten Eiszeit, also bis vor etwa 10 000 Jahren, war der gesamte Ostseeraum von einer dicken Eisschicht bedeckt. Als die Eiszeit endete und das Eis taute, begann sich das Land, von dem Gewicht der Eismassen befreit, langsam zu heben. Viele der Küstenregionen, die wir auf dieser Reise besuchen werden, sind also erst nach der letzten Eiszeit langsam aus dem Wasser der Ostsee aufgetaucht.

Zugleich blicken alle Länder des Ostseeraumes auch auf eine sehr bewegte politische Vergangenheit zurück, die bis in die jüngste Zeit hinein immer wieder Kriege und Zerstörung mit sich gebracht hat. Daran erinnert schon zu Beginn dieser Reise bei der Einfahrt in den Hafen von Gdansk (Danzig) das Mahnmal auf

der Westerplatte, wo mit dem Überfall auf Polen der 2. Weltkrieg begann.

Auf der gesamten Reise ist zu sehen, wie liebevoll vor allem nach dem 2. Weltkrieg viele zerstörte Städte wieder aufgebaut und restauriert worden sind, wie etwa Gdansk, Klaipeda, oder Tallin. Aber nicht minder eindrucksvoll sind Helsinki und Stockholm, die prächtigen Hauptstädte Finnlands und Schwedens, um nur einige der Orte zu nennen, die wir auf dieser Reise besuchen werden.



Weitere Informationen und ausführliche Beschreibungen finden Sie unter: www.jfd-rheine.de

Weiterbildung für freiwilliges Engagement

Weiterbildung für freiwilliges Engagement

Bürgerschaftliches Engagement ist heute, bei knapper werdenden Sozialkassen und Aussetzung des Zivildienstes, wichtiger denn je. Angesichts immer komplizierterer Lebensbedingungen reichen Unterstützung und Hilfeleistungen innerhalb der Familie oft nicht mehr aus. Das Ehrenamt kann hier helfen. Wer sich ehrenamtlich engagiert, zeigt Verantwortungsfähigkeit und wird für sein Tun mit Spaß und persönlicher Erfüllung belohnt. Die Ehrenamtstätigkeit setzt ein Zeichen der Solidarität und ist eine Bereicherung für das soziale Miteinander. Mit unseren Aus- und Weiterbildungsangeboten im Bereich „Ehrenamt und Freiwilligendienst“ möchten wir Sie ermutigen, das Ehrenamt für sich zu entdecken und Sie weiterhin in Ihrem ehrenamtlichen Engagement unterstützen.

Selbstfürsorge und Resilienz im Ehrenamt

Ort: jfd-Bildungsstätte Wadelheim

Kurs	Leitung	Tage	Uhrzeit	Umfang	Beginn	Kosten
B10.00-03	Heike Sommer-Strotmann	Mi	19:00-20:30	1Treffen=2UStd.	10.09.25	keine

Ehrenamtsarbeit ist für den Ehrenamtler in der Regel eine sehr bereichernde und erfüllende Tätigkeit. Doch auch hier kann es zu Überforderungen oder Problemen mit der persönlichen Abgrenzung kommen. An diesem Abend möchte die Referentin mit den Kursteilnehmern ins Gespräch kommen und aufzeigen, wie Überforderung oder gefühlte Ausnutzung entstehen dieser aber auch gegengesteuert werden kann. Ein Abend zur Selbstreflexion und Regulierung der eigenen Ressourcen. Damit das Ehrenamt auch auf Dauer Spaß macht.

Fortbildung Nachbarschaftshelfer:in

Ort: jfd-Bildungsstätte Wadelheim

Kurs	Leitung	Tage	Uhrzeit	Umfang	Beginn	Kosten
B10.00-04	Dozent:innenteam	Mi	18:00-20:15	4Treffen=12UStd.	10.09.25	keine
B10.00-05	Dozent:innenteam	Mo	18:00-20:15	4Treffen=12UStd.	20.04.26	keine

Kennen Sie jemanden, der einen Pflegegrad hat und Unterstützung braucht? Vielleicht helfen Sie bereits einem Menschen, begleiten und besuchen ihn, helfen im Haushalt oder gehen für ihn einkaufen?

Die Pflegeversicherung sieht dafür die Möglichkeit vor, eine kleine Aufwandsentschädigung zu erhalten. Damit sich Pflegebedürftige die Aufwandsentschädigung von ihrer Versicherung rückerstatten lassen können, muss der Helfende den Nachweis seiner Selbstbildung erbringen oder einen Pflegekurs besucht haben.



caritas rheine
... weil es um Menschen geht.

Informationsabend: Ehrenamtliche Seniorenlotsen

Ort: jfd-Bildungsstätte Wadelheim

Kurs	Leitung	Tage	Uhrzeit	Umfang	Beginn	Kosten
B10.00-06	Dozent:innenteam	Mi	18:30-20:00	1Treffen=2UStd.	07.01.26	keine

Die Stadt Rheine, die Beratungsstelle für ältere Menschen und Angehörige und der Caritas Verband Rheine e.V. planen zur Unterstützung hilfesuchender älterer Menschen in den verschiedenen Stadtteilen ehrenamtliche Seniorenlotsen und Lotsinnen zu etablieren. Die Seniorenlotsen und Lotsinnen sollen eine erste Anlaufstelle für die unterschiedlichsten Fragen im Alter sein. Diese könnten sich zu Themen wie Pflegeleistungen, unterstützende Hilfsorganisationen, Freizeitgestaltung und vieles mehr beziehen. Die Ehrenamtlichen sollen hier unterstützen und ggf. an entsprechende Adressen weiter vermitteln. Am Infoabend wird das Projekt vorgestellt und die Initiatoren stehen für aufkommende Fragen zur Verfügung.

Schulung zur ehrenamtlichen Seniorenlotsin und zum ehrenamtlichen Seniorenlotsen

Ort: jfd-Bildungsstätte Wadelheim

Kurs	Leitung	Tage	Uhrzeit	Umfang	Beginn	Kosten
B10.00-07	Dozent:innenteam	Di	18:30-20:00	5Treffen=10UStd.	17.02.26	keine

In dieser Schulung werden die angehenden Seniorenlotsen und Lotsinnen auf ihr Ehrenamt vorbereitet. Zur Schulung gehören z.B. Inhalte zum Thema Kommunikation, Pflegebedürftigkeit, Demenz, Freizeitgestaltung im Alter. Den Ehrenamtlichen wird während dieser Schulung ein Überblick über die verschiedenen Angebote für Senior:innen innerhalb der Stadt vermittelt. Mit

Weiterbildung für freiwilliges Engagement

diesem Handwerkszeug können dann Hilfesuchende gut informiert oder im Bedarfsfall weitervermittelt werden. Es handelt sich hierbei nicht um eine inhaltliche Beratung. Das Projekt der ehrenamtlichen Seniorenlotsen und ehrenamtlichen Lotsinnen ist eine Kooperation zwischen Stadt Rheine, Caritasverband Rheine e.V. und dem jfd.

Ruhestand - und dann?

Ort: jfd-Bildungsstätte Wadelheim

Kurs	Leitung	Tage	Uhrzeit	Umfang	Beginn	Kosten
B10.00-08	Martina Wietkamp	Mo	18:00-19:30	1Treffen=2UStd.	09.02.26	keine

Der Beginn des Ruhestandes, aber auch der Zeitpunkt, an dem die Kinder das Haus verlassen, sind bedeutsame Einschnitte im Leben eines Menschen. War der Tagesablauf durch Beruf und Familie bisher gut durchorganisiert, hat man plötzlich ganz viel Zeit, die es gilt, sinnvoll mit Leben zu füllen. Das Haus, die Wohnung und den Garten zu pflegen oder zu verreisen reichen auf Dauer nicht. Mit einem neuen Hobby kann Neues erlernt und Kontakte zu Menschen geknüpft werden, die man zuvor nicht kannte. Auch die Übernahme einer freiwilligen Tätigkeit im Ehrenamt kann eine Bereicherung des Alltags darstellen. Der Vortrag informiert über Möglichkeiten, sich ehrenamtlich zu engagieren. Sie erhalten darüber hinaus nützliche Informationen und Tipps zum Thema Ehrenamt (u. a. Versicherungsschutz, Kostenerstattungen, Qualifizierung). Gerne beantwortet die Referentin der Fachstelle Ehrenamt und Bürgerengagement der Stadt Rheine auch Ihre individuellen Fragen.

Informationsabend zur Fortbildung Schlaganfallhelfer:in

Ort: außerhalb

Kurs	Leitung	Tage	Uhrzeit	Umfang	Beginn	Kosten
B10.00-09	Karin Bockstette	Mi	18:30-20:00	1Treffen=2UStd.	04.02.26	keine

Der Informationsabend dient zur Vorstellung des Kurskonzeptes. Alle Fragen zum Kursablauf und der späteren Tätigkeit als ehrenamtlicher Schlaganfallhelfer:in werden erörtert. Eine Anmeldung zur Fortbildung ist im Anschluss der Infoveranstaltung direkt vor Ort möglich. Der genaue Ort der Veranstaltung wird zeitnah vorher bekanntgegeben.



Netzwerk Schlaganfall Steinfurt e.V.
interdisziplinäre und ambulante Versorgung von Schlaganfallpatienten

Fortbildung Schlaganfallhelfer:in in Steinfurt

Ort: außerhalb

Kurs	Leitung	Tage	Uhrzeit	Umfang	Beginn	Kosten
B10.00-10	Dozent:innenteam	Mi	18:30-21:30	10Treffen=40UStd.	11.02.26	keine

Wie ein Blitz aus heiterem Himmel - ein Schlaganfall kommt plötzlich und unerwartet. Die Nachsorge von Schlaganfall-Betroffenen weist noch immer erhebliche Defizite auf. Viele Informationen über Therapiemöglichkeiten, Sozialleistungen oder andere Formen von Unterstützung erfolgen oft nur bruchstückhaft. Sie sind häufig nur zufällig und hängen in vielen Fällen vom persönlichen Engagement einzelner Mitarbeiter:innen in den verschiedenen Abschnitten der Versorgung ab.

Vor diesem Hintergrund möchten das Netzwerk Schlaganfall Steinfurt e.V., der Jugend- und Familiendienst e.V. und die Stiftung Deutsche Schlaganfall-Hilfe gezielt Schlaganfall-Helfer:innen ausbilden, die diese Versorgungslücke im Kreis Steinfurt schließen sollen und sowohl Schlaganfall-Betroffene als auch deren Angehörige gezielt unterstützen.

Ehrenamtliche Patientenbegleitung

Ort: jfd-Bildungsstätte Wadelheim

Kurs	Leitung	Tage	Uhrzeit	Umfang	Beginn	Kosten
B10.00-11	Dozent:innenteam	Mi	19:00-20:30	3x6UStd.	10.09.25	keine
B10.00-12	Dozent:innenteam	Mi	19:00-20:30	4x8UStd.	28.01.26	keine

Der Jugend- und Familiendienst sucht ehrenamtlich tätige Patientenbegleiter:innen. Die Vorbereitung auf diese ehrenamtliche Tätigkeit erfolgt durch den jfd im Rahmen von Schulungsmaßnahmen, die im monatlichen Rhythmus stattfinden sollen. Die Patientenbegleitung soll insbesondere ältere, hilfsbedürftige Menschen bei einem anstehenden stationären Krankenhausaufenthalt oder Arztbesuch begleiten. Ein Einstieg in die Gruppe der ehrenamtlichen Patientenbegleiter:innen ist jederzeit möglich.

Bildungsscheck NRW

Neue finanzielle Förderung der beruflichen Weiterbildung in NRW - Nachfolge des Bildungsschecks 2.0 im Laufe des Jahres 2025 geplant

Auf der Internetseite „Weiterbildungsportal NRW“ <https://www.weiterbildung.nrw.de/news/neue-finanzielle-foerderung-der-beruflichen-weiterbildung-in-nrw> finden Interessierte die aktuellen Informationen:

1. Kindertagespflege

Kindertagespflege ist für viele Eltern, die ihr Kind nicht in der Kita betreuen lassen können oder möchten, ein attraktives Betreuungsmodell. Die Kindertagespflege nimmt vor allem für Kinder unter drei Jahren und für die so genannte „Randzeitenbetreuung“ (außerhalb der Öffnungszeiten von Kindergärten und Schulen) eine wichtige Rolle ein.

Die jfd-Bildungsstätte führt seit 2004 vom Bundesverband Kindertagespflege anerkannte Qualifizierungen nach dem DJI-Handbuch durch. Seit Sommer 2021 wird im Kreis Steinfurt ausschließlich die erweiterte Qualifizierung nach dem Qualifizierungshandbuch (QHB) durchgeführt. Die jfd-Bildungsstätte setzt schon seit 2019 die Qualifizierungen nach dem QHB um.

Qualifizierung in der Kindertagespflege nach dem QHB II Tätigkeitsbegleitende Qualifizierung

Ort: Bildungszentrum Bürgerhof Schotthock

Kurs	Leitung	Tage	Umfang	Beginn	Kosten
B11.01-01	Inga Kroening, Christa Telljohann, Nina Wienkamp, Daniela Focks	Mi Fr/Sa	148UStd.	19.09.25	500,00 €

Die Qualifizierung zur Kindertagespflegeperson befindet sich seit 2019 im Kreis Steinfurt im Wandlungsprozess. Seit 2022 wird die bislang durchgeführte Qualifizierung nach dem DJI Konzept durch die umfangreichere und kompetenzorientierte Qualifizierung nach dem Qualitätshandbuch Kindertagespflege (QHB) mit insgesamt 300 Ustd. abgelöst. Von November 2024 bis Juli 2025 lief der tätigkeitsvorbereitende Qualifikationsteil (mit 160 Ustd). Der tätigkeitsbegleitende Kursteil mit den verbleibenden 140 Ustd. ist vom 19.09.2025 bis 10.07.2026 geplant. Der tätigkeitsbegleitende Teil der Qualifizierung endet mit einer

Lernergebnisfeststellung.

Wichtig zu wissen: Eine Anmeldung zur Qualifizierung erfolgt über die Fachberatungen Kindertagespflege. Interessierte nehmen bitte Kontakt zur zuständigen Fachberatung auf, diese klären Möglichkeiten und Rahmenbedingungen, Überprüfen die Eignung und stehen beratend zur Seite.

Fortbildungen für Kindertagespflegepersonen

Kindertagespflegepersonen wollen und müssen sich regelmäßig fort- und weiterbilden. Die Kursangebote entstehen aus grundsätzlich tagespflegerelevanten Aufgaben, aber auch durch aktuelle Themen Kindertagespflegepersonen selbst.

Die Planung wird Bildungseinrichtungs-übergreifend für alle Kindertagespflegepersonen im Kreis Steinfurt pro Kalenderjahr geplant. Die Veröffentlichung bzw. Verteilung erfolgt über die Fachberatungen Kindertagespflege. Aus diesem Grund werden hier nur wenige Themen aufgeführt. Bitte beachten Sie die Kurse auf der jfd-Website, dort werden noch weitere Fortbildungsangebote veröffentlicht.

Kollegiale Beratung rund um Kinderrechte und Kinderschutz

Ort: Kita Weltenbummler, Leharstr. 9, Lengerich

Kurs	Leitung	Tage	Uhrzeit	Umfang	Beginn	Kosten
B11.01-02	Christa Telljohann	Do	19:00-21:15	1Treffen=3UStd.	21.08.25	keine

Ort: Familienbüro am Morgentaubrunnen, Am Markt 9-10, 48282 Emsdetten

B11.01-03	Hedda Aistermann	Mo	19:00-21:15	1Treffen=3UStd.	01.09.25	keine
B11.01-04	Hedda Aistermann	Mo	19:00-21:15	1Treffen=3UStd.	10.11.25	keine

Ort: Kita Weltenbummler, Leharstr. 9, Lengerich

B11.01-05	Christa Telljohann	Do	19:00-21:15	1Treffen=3UStd.	20.11.25	keine
-----------	--------------------	----	-------------	-----------------	----------	-------

Überall dort, wo anspruchsvolle pädagogische Arbeit in der Kindertagespflege erbracht wird, gibt es einen Bedarf an kollegialer Fallberatung, Supervision und Psychohygiene.

Bindung - Bindungstypen - Bindungsstörungen

Ort: jfd-Bildungsstätte Wadelheim

Kurs	Leitung	Tage	Uhrzeit	Umfang	Beginn	Kosten
B11.01-06	Daniela Focks	Di	18:00-21:15	1Treffen=4UStd.	30.09.25	35,00 €

Menschen haben ein angeborenes Bedürfnis nach Beziehungen die sich auszeichnen durch positive und intensive Gefühle. Selbst die Kleinsten der Kleinen sind in der Lage diese Bedürfnisse auf ihre Weisen zu kommunizieren. Relevant für die Entwicklung ist dabei die Beantwortung der Bedürfnisse durch die Bezugspersonen.

Arbeiten mit BaSiK im Alltag

Ort: Familienbüro am Morgentaubrunnen, Am Markt 9-10, 48282 Emsdetten

Kurs	Leitung	Tage	Uhrzeit	Umfang	Beginn	Kosten
B11.01-07	Karin Wandelt	Fr	17:00-20:30	1Treffen=4UStd.	10.10.25	keine

Die Kindertagespflegeperson als Sprachvorbild

Das Arbeiten mit BaSiK im Alltag gelingt zunehmend, aber wie können Sie angemessen die Sprachentwicklung fördern?

An diesem Abend werden wir gemeinsam Beispiele erarbeiten, wie sie durch sprachförderliches Verhalten und Sprachbildungsstrategien die Sprach- und Sprechfähigkeit der Kinder unterstützen.

Das Spannungsfeld zwischen Nähe und Distanz in der Kindertagespflege

Ort: Bildungszentrum Bürgerhof Schotthock

Kurs	Leitung	Tage	Uhrzeit	Umfang	Beginn	Kosten
B11.01-08	Heike Sommer-Strotmann	Mi	18:30-21:45	1Treffen=4UStd.	29.10.25	keine

Nähe und Distanz - ein Spannungsfeld zwischen Beziehungsgestaltung und Bildungsarbeit in der Kindertagespflege.

Wütende Kinder: Alle Gefühle sind wichtig und richtig

Ort: jfd-Bildungsstätte Wadelheim

Kurs	Leitung	Tage	Uhrzeit	Umfang	Beginn	Kosten
B11.01-10	Susanne Wissen	Di	17:30-20:45	1Treffen=4UStd.	18.11.25	45,00 €

Als Kindertagespflegeperson ist man täglich mit der ganzen Bandbreite an unterschiedlichen Gefühlslagen der Tageskinder konfrontiert. Besonders negative Gefühle wie Wut und Aggressionen können dabei sehr herausfordernd sein.

Gemeinsam sind wir ein Team!

Ort: Bildungszentrum Bürgerhof Schotthock

Kurs	Leitung	Tage	Uhrzeit	Umfang	Beginn	Kosten
B11.01-11	Christa Telljohann	Do	18:00-21:15	1Treffen=4UStd.	27.11.25	30,00 €

Eine Großtagespflegestelle ist viel mehr, als zu zweit oder zu dritt Kinder zu betreuen und sich mit den Eltern zu unterhalten. Sie ist ein Kleinunternehmen mit 2 oder 3 Inhabenden und sowohl Chance als auch Herausforderung.

Inklusion in der Kindertagespflege

Die Qualifizierung und die Arbeitsbedingungen von Kindertagespflegepersonen (KTPP) verbessern sich stetig. Aufgrund des anhaltenden Bedarfes im Bereich „Inklusion“ bieten wir auch in diesem Programm in Kooperation mit dem Jugendamt des Kreises Steinfurt eine Qualifizierung zur Fachkraft Inklusion in der KTP an. Interessierte KTPP wenden sich bitte vor der Anmeldung an ihre zuständigen Fachberatungen.

Qualifizierung zur Fachkraft für Inklusion in der Kindertagespflege

Ort: Bildungszentrum Bürgerhof Schotthock

Kurs	Leitung	Tage	Uhrzeit	Umfang	Beginn	Kosten
B11.01-12	Dozent:innenteam	Mi	19:30-21:30	100UStd.	17.09.25	1.000,00 €

Zielgruppe: ausgebildete Kindertagespflegepersonen nach QHB und DJI, die ein Kind nach §2 Abs. 1 SGB IX betreuen möchten. Eine Anmeldung zum Kurs erfolgt über die jeweiligen Fachberatungen nach einem festgelegten Verteilersystem.

Termine: voraussichtlich 17.09.25 - 20.05.26 (i.d.R. mittwochs 19:00-21:30 Uhr online und samstags 8:30-13:30 in Präsenz)

Fortbildungen für inklusive Kindertagespflege

Inklusiv tätige Kindertagespflegepersonen wollen und müssen sich speziell für den inklusiven Themenbereich fort- und weiterbilden. Das jährliche Fortbildungssoll beträgt 5 UStd. mit dem Themenschwerpunkt „Inklusion“.

Inklusion in der KTP: Das Kind mit Mehrfachbehinderungen

Ort: Bildungszentrum Bürgerhof Schotthock

Kurs	Leitung	Tage	Uhrzeit	Umfang	Beginn	Kosten
B11.01-09	Heike Sommer-Strotmann	Sa	09:00-13:00	1Treffen=5UStd.	15.11.25	62,50 €

Die Betreuung eines Kindes mit einer Mehrfachbehinderung in der Kindertagespflegestelle stellt eine ganz besondere Herausforderung dar.

Inklusion in der KTP: „Wie sage ich es den Eltern?“ - Elterngespräche professionell und einfühlsam führen - vom Erstgespräch zum Förderplan

Ort: Bildungszentrum Bürgerhof Schotthock

Kurs	Leitung	Tage	Uhrzeit	Umfang	Beginn	Kosten
B11.01-13	Heike Sommer-Strotmann	Fr	08:30-12:30	1Treffen=5UStd.	10.10.25	62,50 €

Thema: Beobachtungen klar und wertschätzend kommunizieren, herausfordernde Entwicklungsgespräche strukturiert vorbereiten und gemeinsam mit Eltern eine Entwicklungsbegleitung entwickeln.

Inklusion in der KTP: Beobachtung und Dokumentation

Ort: Bildungszentrum Bürgerhof Schotthock

Kurs	Leitung	Tage	Uhrzeit	Umfang	Beginn	Kosten
B11.01-14	Heike Sommer-Strotmann	Fr	08:30-13:30	1Treffen=6UStd.	20.03.26	75,00 €

Thema: Beobachtung & Dokumentation. Üben an Praxisbeispielen der Teilnehmenden.

Inklusion in der KTP: Kinder mit sozial-emotionalem Förderbedarf

Ort: Bildungszentrum Bürgerhof Schotthock

Kurs	Leitung	Tage	Uhrzeit	Umfang	Beginn	Kosten
B11.01-15	Martina Schomaker	Sa	09:00-13:00	1Treffen=5UStd.	21.03.26	62,50 €

Thema: Ursachen und Erscheinungsbilder kindlicher Störungen und Krankheitsbilder & pädagogische Handlungsansätze.

Erste Hilfe in Bildungs- und Betreuungseinrichtungen

Ort: jfd-Bildungsstätte Wadelheim

Kurs	Leitung	Tage	Uhrzeit	Umfang	Beginn	Kosten
B11.01-16	Ingo Busskamp	Mo	08:00-15:30	1Treffen=9UStd.	15.09.25	48,00 €

Ort: Bildungszentrum Bürgerhof Schotthock

Kurs	Leitung	Tage	Uhrzeit	Umfang	Beginn	Kosten
B11.01-17	Ingo Busskamp	Mi/Do	16:00-19:30	2Treffen=9UStd.	19.11.25	48,00 €

Ort: jfd-Bildungsstätte Wadelheim

Kurs	Leitung	Tage	Uhrzeit	Umfang	Beginn	Kosten
B11.01-18	Ingo Busskamp	Fr	08:30-16:30	1Treffen=9UStd.	20.03.26	53,00 €
B11.01-19		Mi	16:30-20:30	2Treffen=9UStd.	20.05.26	53,00 €

Für pädagogische Mitarbeitende in Kindertagespflege, Kindertagesstätten und OGS

Ausführliche Beschreibung siehe Seite 80.

2. Pädagogik von 0 - 6 Jahre

Der Bedarf an qualifiziertem Personal in Kindertagesstätten ist nach wie vor sehr hoch. Gleichzeitig steigen die anspruchsvollen Aufgaben für Kita-Mitarbeitende. Bei uns können Sie Ihre Kompetenzen für Ihr pädagogisches Handlungsfeld erweitern.

Wir haben Life- und Onlineangebote für Leitungs-, Fach- und Ergänzungskräfte im Programm.

Holen Sie sich in unseren zahlreichen Vorträgen und Workshops Ideen und Hilfestellungen für die soziale und pädagogische Arbeit. Erweitern Sie Ihre interkulturelle Kompetenz, verbessern Sie Ihren professionellen Umgang mit Eltern und Kolleg:innen oder lernen Sie selbst in „stressigen“ Zeiten gelassen zu bleiben.

Der jfd ist seit 2006 professioneller Anbieter pädagogischer Arbeit und Projekte in Kindergarten, Jugendhilfe, Schule und Ganztage. Aus dieser Erfahrung und Kompetenz heraus sind wir für Sie immer am Puls der Zeit. Unsere qualifizierten Fachreferent:innen kennen sich besonders gut mit der Praxis aus und orientieren sich dabei an den Interessen und Fragen der Teilnehmenden. In unseren Kursen lernen Sie interaktiv und mit Spaß.

Inhouse-Seminare

Haben Sie spezielle Bildungswünsche für Ihre Einrichtung/Ihr Team? Viele unserer Kursangebote gibt es auch als Inhouseschulung. Wir können maßgeschneiderte pädagogische Fortbildungen nach Ihren individuellen Wünschen durchführen. Gern vereinbaren wir Termine mit Ihnen.

Ansprechpartnerin und Bildungsberatung: Bruni Dierkes-Zumhasch unter Tel: 05971-91448-190 oder Mail: Brundilde.Dierkes-Zumhasch@jfd-rheine.de

Infotreffen: Fachkraft Krippenpädagogik (online)

Ort: online

Kurs	Leitung	Tage	Uhrzeit	Umfang	Beginn	Kosten
B11.02-01	Brunhilde Dierkes-Zumhasch	Do	17:00-18:30	1Treffen=2UStd.	30.10.25	keine

Thema: Infos zum Kurs Fachkraft für Krippenpädagogik U1 /U2.

Fachkraft für Krippenpädagogik U1 & U2

Ort: Bildungszentrum Bürgerhof Schotthock

Kurs	Leitung	Tage	Uhrzeit	Umfang	Beginn	Kosten
B11.02-02	Dozent:innenteam	Fr	08:30-15:30	100UStd.	21.11.25	890,00 €

Termine: 21.11.2025 - 03.07.2026

Thema: Dieser Zertifikationskurs vermittelt die für die frühkindliche Bildung wesentlichen Kompetenzen.

Infotreffen: Weiterbildung Fachkraft Kita - Kurs 13 (online)

Ort: online

Kurs	Leitung	Tage	Uhrzeit	Umfang	Beginn	Kosten
B11.02-03	Brunhilde Dierkes-Zumhasch	Do	17:00-18:30	1Treffen=2UStd.	13.11.25	keine

Thema: Informationen zur Qualifizierung „Fachkraft in der Kita - nach der KiBiz Personalvereinbarung“.

Weiterbildung zur Fachkraft in der Kita nach Personalverordnung - Kurs 13 - Präsenz & Online

Ort: Bildungszentrum Bürgerhof Schotthock

Kurs	Leitung	Tage	Uhrzeit	Umfang	Beginn	Kosten
B11.02-04	Dozent:innenteam	Mo	08:30-16:00	216UStd.	01.12.25	1.495,00 €

Zeitraum: 01.12.2025 - 02.04.2026

Thema: Qualifizierung zur Fachkraft in der Kita - nach der KiBiz Personalvereinbarung - 160 Std.

Fachkraft für Inklusion nach „Kompetenzprofil“ Kurs 3

Ort: Bildungszentrum Bürgerhof Schotthock

Kurs	Leitung	Tag	Uhrzeit	Umfang	Kosten
B11.02-05	Dozent:innenteam		Termine werden im Herbst 2025 bekannt gegeben.	100UStd.	980,00 €

Zielgruppe: Fachkräfte in Kindertageseinrichtungen.

Ziel der Qualifizierung: Umsetzung einer inklusiven Kinder- und Jugendhilfe. Mitarbeitende in Kindertagesstätten werden befähigt, in der Bildungs- und Erziehungsarbeit eine inklusive Haltung einzunehmen. Sie werden dahingehend qualifiziert, die Teilhabe aller Kinder -unter Berücksichtigung der Kinderrechte

als Grundverständnis- selbstverständlich umzusetzen.

Termine werden im Herbst 2025 bekannt gegeben.

ICF -der neue landeseinheitliche Teilhabe- und Förderplan für Kindertageseinrichtungen - Einführung und Grundlagen

Ort: Bildungszentrum Bürgerhof Schotthock

Kurs	Leitung	Tage	Uhrzeit	Umfang	Beginn	Kosten
B11.02-06	Andrea Espei	Do	09:00-16:00	1Treffen=8UStd.	04.09.25	149,00 €
B11.02-07		Do	09:00-16:00	1Treffen=8UStd.	11.12.25	149,00 €
B11.02-08		Di	09:00-16:00	1Treffen=8UStd.	05.05.26	149,00 €

Thema: Einführung und Grundlagen des ICF sowie Musterbeispiele zur Anwendung.

ICF -der neue landeseinheitliche Teilhabe- und Förderplan für Kindertageseinrichtungen - Anwendung

Ort: Bildungszentrum Bürgerhof Schotthock

Kurs	Leitung	Tage	Uhrzeit	Umfang	Beginn	Kosten
B11.02-09	Andrea Espei	Mi	14:30-17:45	1Treffen=4UStd.	07.01.26	89,00 €
B11.02-10	A	Di	09:00-12:15	1Treffen=4UStd.	16.06.26	89,00 €

Thema: Anwendung der qualitativ fortentwickelten ICF-basierten Teilhabe- und Förderpläne.

Herausfordernde Eltern - Umgang mit Beschwerden und Konflikten

Ort: Bildungszentrum Bürgerhof Schotthock

Kurs	Leitung	Tage	Uhrzeit	Umfang	Beginn	Kosten
B11.02-11	Ulla Nimz	Do	14:00-17:30	1Treffen=4UStd.	25.09.25	49,00 €
B11.02-12		Do	14:00-17:30	1Treffen=4UStd.	19.03.26	49,00 €

Thema: Professionelles Beschwerdemanagement und wertschätzende Kommunikation.

KiBiz.Web

Ort: Bildungszentrum Bürgerhof Schotthock

Kurs	Leitung	Tage	Uhrzeit	Umfang	Beginn	Kosten
B11.02-13	Claudia Lüke	Fr	09:00-12:15	1Treffen=4UStd.	19.09.25	46,00 €
B11.02-14		Fr	09:00-12:15	1Treffen=4UStd.	13.03.26	46,00 €

Thema: KiBiz.Web verstehen und anwenden.

Berufliche Bildung

Mit Anton & Hörmine ins neue Kita-Jahr - Lieder, Verse und Klanggeschichten (live-Webinar) (online)

Ort: online

Kurs	Leitung	Tage	Uhrzeit	Umfang	Beginn	Kosten
B11.02-15	Claudia Gundlach, Silke Kratzsch	Mo	19:00-20:30	1Treffen=2UStd.	01.09.25	49,00 €

in Kooperation mit MusiKonzept

Thema: Webinar für Fachkräfte, um mit Liedern, Versen und Klanggeschichten Kinder (1,5-4 Jahre) spielerisch ins neue Kita-Jahr einzustimmen und sofort umzusetzen. Es sind keine musikalischen Vorkenntnisse erforderlich.

Das Bildungszentrum Bürgerhof Schotthock liegt im Herzen des Walshagenparks. Ein buntes Programm soziokultureller Veranstaltungen macht diesen schönen Ort mehr und mehr zu einem lebendigen und vielschichtigen Bildungstreffpunkt. Einrichtungen/Vereine, Privatpersonen oder Firmen haben die Möglichkeit mit dem Fachbereich jfd-Bildungsstätte ihre Bildungsideen und -wünsche hier umzusetzen. **Wir setzen mit Ihnen gemeinsam Ihre Fortbildungsideen um oder gestalten mit Ihnen als Kooperationspartner:innen Vorträge, Seminare, Schulungen. Werden Sie Kooperationspartner in Sachen Bildung!**

Kita leiten - Sozialmanagement geändertes Konzept ab 2025

Ort: Bildungszentrum Bürgerhof Schotthock

Kurs	Leitung	Tage	Uhrzeit	Umfang	Beginn	Kosten
B11.02-16	Dozent:innen-team	Do	08:00-11:15	11Treffen=50UStd.	04.09.25	450,00 €

Zielgruppe: Leitungskräfte in der Kita und Fachkräfte, die sich für Leitungsaufgaben in der Kita qualifizieren möchten.

Thema: Die Weiterbildung stärkt das berufliche Selbstverständnis und vermittelt Handlungssicherheit in der Rolle.

Zeitraum: 04.09.2025 - 05.03.2026

Bewegung und Spaß mit Alltagsmaterialien

Ort: Bildungszentrum Bürgerhof Schotthock

Kurs	Leitung	Tage	Uhrzeit	Umfang	Beginn	Kosten
B11.02-17	Renate Neitzel	Fr	14:00-18:00	1Treffen=5UStd.	05.09.25	65,00 €

Thema: Spiel- und Bewegungsmöglichkeiten mit Alltagsmaterialien in verschiedenen Räumen, Impulse und kollegialer Austausch sowie Anregungen zum Thema „Spielzeugfreie Zeit“.

Kinder, die uns ratlos machen - kleine Systemsprenger in der Kita

Ort: Bildungszentrum Bürgerhof Schotthock

Kurs	Leitung	Tage	Uhrzeit	Umfang	Beginn	Kosten
B11.02-18	Walburga Halbrügge-Schneider	Mi Do	09:00-16:00	2Treffen=16UStd.	17.09.25	169,00 €

Folgetermin: 18.09.2025

Thema: Auffälliges Verhalten bei Kindern verstehen & pädagogische und strukturelle Lösungsansätze finden.

Tür- und Angelgespräche: Kommunikation mit herausfordernden Eltern

Ort: Bildungszentrum Bürgerhof Schotthock

Kurs	Leitung	Tage	Uhrzeit	Umfang	Beginn	Kosten
B11.02-19	Walburga Halbrügge-Schneider	Do	09:00-16:00	1Treffen=8UStd.	02.10.25	139,00 €

Thema: Kommunikative Sicherheit im Umgang mit herausfordernden oder konfliktbelasteten Elternsituationen.

Schlafen in der Kita (online)

Ort: online

Kurs	Leitung	Tage	Uhrzeit	Umfang	Beginn	Kosten
B11.02-20	Annette Overkamp	Mo	08:30-13:30	1Treffen=6UStd.	27.10.25	85,00 €

Thema: Bedürfnisorientierter Umgang mit dem **Thema:** „Schlaf“ und was hat das mit Kinderschutz zu tun?

Arbeitsrecht / Arbeitsverträge im Bereich Kita und Co.

Ort: Bildungszentrum Bürgerhof Schotthock

Kurs	Leitung	Tage	Uhrzeit	Umfang	Beginn	Kosten
B11.02-21	Timo Kielhorn	Di	18:00-21:15	1Treffen=4UStd.	28.10.25	40,00 €

Zielgruppe: geschäftsführende Personen im Bereich Kita, Vorstände, Leitungskräfte

Thema: Arbeitsverträge am Beispiel eines Arbeitsvertrages, weitere Themen nach Bedarfen der Teilnehmenden möglich, z.B. Teilzeitarbeit.

Kinderrechte & Partizipation U3: Essen-Schlafen-Wickeln

Ort: Bildungszentrum Bürgerhof Schotthock

Kurs	Leitung	Tage	Uhrzeit	Umfang	Beginn	Kosten
B11.02-22	Christa Telljohann	Fr	08:30-15:30	1Treffen=8UStd.	31.10.25	98,00 €

Thema: Kinderrechte und Partizipation mit Kindern unter drei Jahren leben.

Autismusspektrumsstörungen

Ort: Bildungszentrum Bürgerhof Schotthock

Kurs	Leitung	Tage	Uhrzeit	Umfang	Beginn	Kosten
B11.02-23	Renate Neitzel	Fr	14:00-18:00	1Treffen=5UStd.	07.11.25	65,00 €

Thema: Grundlagen zum Störungsbild ASS und Fördermöglichkeiten sowie Arbeit an konkreten „Fällen“ oder Fragen der Teilnehmenden. Auch als Inhouse-Schulung für Teams/Kollegien zu buchen.

Spielen tut gut, spielen macht Mut - Förderung von ängstlichen und emotional verunsicherten Kindern durch Bewegung

Ort: Bildungszentrum Bürgerhof Schotthock

Kurs	Leitung	Tage	Uhrzeit	Umfang	Beginn	Kosten
B11.02-24	Dr. Christiane Bohn	Sa	09:00-16:00	1Treffen=8UStd.	08.11.25	98,00 €

Thema: Handlungssicherheit im Umgang mit ängstlichen Kindern.

Silent Books - bebilderte Geschichten ohne Sprache

Ort: Bildungszentrum Bürgerhof Schotthock

Kurs	Leitung	Tage	Uhrzeit	Umfang	Beginn	Kosten
B11.02-25	Christa Telljohann	Fr	08:30-13:30	1Treffen=6UStd.	14.11.25	85,00 €

Thema: „Silent Books“ in der Kita: Geschichten, die keine Worte brauchen. Sie eröffnen Kindern einen faszinierenden Raum für Sprache, Fantasie und Vielfalt.

Gitarre lernen an einem Tag Workshop

Ort: Bildungszentrum Bürgerhof Schotthock

Kurs	Leitung	Tage	Uhrzeit	Umfang	Beginn	Kosten
B11.02-26	Daniel Sommer	Mo	09:00-16:00	1Treffen=8UStd.	17.11.25	129,00 €

Thema: Der Workshop vermittelt spielerisch das Begleiten von

Kinderliedern auf der Gitarre in C-Stimmung. Ideal für die musikalische Früherziehung ab 4 Jahren.

Erste Hilfe in Bildungs- und Betreuungseinrichtungen Kurs am Standort in Lengerich

Ort: Kita Weltenbummler, Leharstr. 9, Lengerich

Kurs	Leitung	Tage	Uhrzeit	Umfang	Beginn	Kosten
B11.02-27	Ingo Busskamp	Sa	09:00-16:30	1Treffen=9UStd.	22.11.25	53,00 €

Für pädagogische Mitarbeitende in Kindertagespflege, Kindertagesstätten und OGS. Ausführliche Beschreibung siehe Seite 80.

Weisst Du eigentlich, wie ich mich fühle? Kindliche Signale wahrnehmen, interpretieren und angemessen reagieren!

Ort: Bildungszentrum Bürgerhof Schotthock

Kurs	Leitung	Tage	Uhrzeit	Umfang	Beginn	Kosten
B11.02-28	Annette Overkamp	Di	08:30-13:30	1Treffen=6UStd.	25.11.25	85,00 €

Thema: Verhaltenssysteme nach Als und Brazelton, Feinzeichen des Befindens des Babys und Kleinkindes erkennen und Formen der Selbstregulation.

Selbstschutz der Fachkraft - Herausforderungen im Kitaalltag stressfrei bewältigen

Ort: Bildungszentrum Bürgerhof Schotthock

Kurs	Leitung	Tage	Uhrzeit	Umfang	Beginn	Kosten
B11.02-29	Walburga Halbrügge-Schneider	Do	09:00-16:00	1Treffen=8UStd.	27.11.25	139,00 €

Thema: Praxisnahe Strategien zur Stärkung der eigenen Resilienz, zur emotionalen Abgrenzung und zur professionellen Selbstfürsorge.

Transitionsprozesse meistern - Übergänge gestalten

Ort: Bildungszentrum Bürgerhof Schotthock

Kurs	Leitung	Tage	Uhrzeit	Umfang	Beginn	Kosten
B11.02-30	Ulla Nimz	Di	14:30-17:45	2Treffen=8UStd.	02.12.25	89,00 €

Folgetermin: 09.12.2025

Thema: Kinder durchlaufen wichtige Übergänge, die Fachkräfte sanft gestalten sollten, um ihre Entwicklung zu fördern; die Fortbildung beleuchtet die Bedeutung der Transitionsprozesse aus bindungspsychologischer Sicht.

Mit kreativen Kindertanz-Ideen durch die Winter & Weihnachtszeit tanzen (online)

Ort: online

Kurs	Leitung	Tage	Uhrzeit	Umfang	Beginn	Kosten
B11.02-31	Cordula Tornow	Mi	19:00-20:30	1Treffen=2UStd.	03.12.25	49,00 €

in Kooperation mit MusikKonzept

Thema: Webinar für Fachkräfte, um spielerisch Bewegungsangebote für Kinder (3-6 Jahre) im Winter und Weihnachten zu gestalten und direkt im Alltag umzusetzen. Es sind keine musikalischen Vorkenntnisse erforderlich

Kinder mit sozial-emotionalem Förderbedarf in der Kita erkennen, begleiten und fördern

Ort: Bildungszentrum Bürgerhof Schotthock

Kurs	Leitung	Tage	Uhrzeit	Umfang	Beginn	Kosten
B11.02-32	Martina Schomaker	Sa	09:00-16:00	1Treffen=8UStd.	06.12.25	98,00 €

Thema: Ursachen und Erscheinungsbilder kindlicher Störungen und Krankheitsbilder & pädagogische Handlungsansätze.

Frühkindliches Autonomiebestreben ("Trotzalter")

Ort: Bildungszentrum Bürgerhof Schotthock

Kurs	Leitung	Tage	Uhrzeit	Umfang	Beginn	Kosten
B11.02-33	Annette Overkamp	Di	08:30-13:30	1Treffen=6UStd.	13.01.26	85,00 €

Thema: Entwicklungspsychologisches Hintergrundwissen und die Begleitung des Kindes zur autonomen Persönlichkeit. Auch Praxishilfen werden im Kurs thematisiert.

Umgangsformen in der Welt - Sensibilisierung für den pädagogischen Alltag

Ort: Bildungszentrum Bürgerhof Schotthock

Kurs	Leitung	Tage	Uhrzeit	Umfang	Beginn	Kosten
B11.02-34	Sandra de Vries	Mi	14:00-17:30	1Treffen=4UStd.	21.01.26	98,00 €

Thema: Menschen mit ganz unterschiedlichen Prägungen verstehen: z.B. Kommunikation, Umgangsformen, Essen, Hygiene, Geschlecht, Religion

Vielfalt leben - Inklusion gestalten : Alltagspraxis für alle im Kita-Team

Ort: Bildungszentrum Bürgerhof Schotthock

Kurs	Leitung	Tage	Uhrzeit	Umfang	Beginn	Kosten
B11.02-35	Heike Sommer-Strotmann	Mi	14:15-18:00	2Treffen=8UStd.	28.01.26	89,00 €

Folgetermin: 11.02.2026

Thema: Das Seminar stärkt Fachkräfte für inklusive Pädagogik, um den Kita-Alltag vielfältig und wertschätzend zu gestalten. Es fokussiert auf Haltung, Praxisimpulsen, Tagesrhythmus und Übergänge.

Fetales Alkoholsyndrom bei Kindern - U3 und Vorschulalter

Ort: Bildungszentrum Bürgerhof Schotthock

Kurs	Leitung	Tage	Uhrzeit	Umfang	Beginn	Kosten
B11.02-36	Martina Schomaker	Sa	09:00-16:00	1Treffen=8UStd.	31.01.26	98,00 €

Thema: Symptome, Vielfältigkeit und Besonderheiten des Krankheitsbildes und Arbeit an Fallbeispielen aus der Praxis der Teilnehmenden.

Feel good statt burn out! Fürsorgepflicht der Kita-Leitung gegenüber den Mitarbeiter:innen

Ort: Bildungszentrum Bürgerhof Schotthock

Kurs	Leitung	Tage	Uhrzeit	Umfang	Beginn	Kosten
B11.02-37	Annette Overkamp	Fr	08:30-15:30	1Treffen=8UStd.	06.02.26	98,00 €

Thema: Individuelle Ideen, die helfen, dass hochmotivierte Fachleute in der Kita nicht die Lust an der Arbeit mit Kindern verlieren.

Kinder, die uns ratlos machen - kleine Systemsprenger in der Kita

Ort: Bildungszentrum Bürgerhof Schotthock

Kurs	Leitung	Tage	Uhrzeit	Umfang	Beginn	Kosten
B11.02-38	Walburga Halbrügge-Schneider	Mi Do	09:00-16:00	2Treffen=16UStd.	11.02.26	169,00 €

Folgetermin: 12.02.2026

Thema: Auffälliges Verhalten bei Kindern verstehen und pädagogische und strukturelle Lösungsansätze finden.

Grundwissen zur kindlichen Entwicklung im Kontext von Kinderschutz

Ort: online

Kurs	Leitung	Tage	Uhrzeit	Umfang	Beginn	Kosten
B11.02-39	Annette Overkamp	Do	08:30-13:30	1Treffen=6UStd.	19.02.26	85,00 €

Thema: Grundwissen zur kindlichen Entwicklung erweitern, um Handlungssicherheit bei Kinderschutz & Kindeswohlgefährdung zu stärken.

Inklusion in der Kita: praxisbegleitende Themenreihe für Inklusionsfachkräfte

Ort: Bildungszentrum Bürgerhof Schotthock

Kurs	Leitung	Tage	Uhrzeit	Umfang	Beginn	Kosten
B11.02-40	Heike Sommer-Strotmann	Do	14:30-18:00	5Treffen=20UStd.	19.02.26	189,00 €

Folgetermine: 26.03., 16.04., 21.05. & 18.06.2026

Thema: Input und Austausch zu grundlegenden und aktuellen Themen der Inklusion.

Die 10 Bildungsbereiche NRW - Bildungsprozesse in der Kita bewusst gestalten

Ort: Bildungszentrum Bürgerhof Schotthock

Kurs	Leitung	Tage	Uhrzeit	Umfang	Beginn	Kosten
B11.02-41	Kerstin Barnstedt	Do Fr	15:00-18:30	2Treffen=8UStd.	26.02.26	98,00 €

Folgetermin: 27.02.2026

Thema: Gestaltung frühkindlicher Bildung mit Überblick, Praxisbeispielen und der Entwicklung konkreter Bildungsangebote.

Wahrnehmungsförderung für Kita-Kinder (U3 & U3) - Workshop

Ort: Bildungszentrum Bürgerhof Schotthock

Kurs	Leitung	Tage	Uhrzeit	Umfang	Beginn	Kosten
B11.02-42	Martina Schomaker	Sa	09:00-16:00	1Treffen=8UStd.	28.02.26	98,00 €

Thema: Ein buntes Portfolio, wie alle Bereiche der Wahrnehmung im pädagogischen Alltag unterstützt und gefördert werden können Ideen für den Innen- und Außenbereich.

**SIE BESTELLEN.
WIR BRINGEN.**

APP meineapothekeapp.de

TEL. **05971-98970**

SHOP apothekeheld.de

Tipp:
Zusätzlich
Handdesin-
fektionsmittel
sichern!

**NEHMEN
SIE UNSERE
APOTHEKE
MIT ZU SICH
NACH HAUSE!**



Eschendorf Apotheke
Frederik Schöning e. K.
Osnabrücker Straße 250
Telefon: 05971-98970
48429 Rheine

www.gerne-gesund-apotheke.de

 **Eschendorf
Gesundheitszentrum
Schotthock
Ems**

Berufliche Bildung

Kinder mit aggressiven Verhaltensweisen begleiten und fördern

Ort: Bildungszentrum Bürgerhof Schotthock

Kurs	Leitung	Tage	Uhrzeit	Umfang	Beginn	Kosten
B11.02-43	Dr. Christiane Bohn	Di	09:00-16:00	1Treffen=8UStd.	10.03.26	98,00 €

Thema: Pädagogische Fachkräfte erwerben Handlungssicherheit im Umgang mit kindlichen Aggressionen.

Interkulturelle Begegnungen in der Praxis Interkulturalität beleuchten

Ort: Bildungszentrum Bürgerhof Schotthock

Kurs	Leitung	Tage	Uhrzeit	Umfang	Beginn	Kosten
B11.02-44	Valentina Klass	Do	08:30-13:30	1Treffen=7UStd.	12.03.26	keine

Thema: Interaktiver Workshop zu interkultureller Kompetenz & Kultursensibilisierung mit Praxisbeispielen aus Kindertageseinrichtungen.

Aufgrund der Kooperation mit dem Kommunalen Integrationszentrum ist der Kurs für Teilnehmende kostenlos.

Ort: Bildungszentrum Bürgerhof Schotthock

Kurs	Leitung	Tage	Uhrzeit	Umfang	Beginn	Kosten
B11.02-45	Jana Eggenkämper	Di	09:00-16:30	1Treffen=8UStd.	18.11.25	135,00 €
B11.02-46		Mi	09:00-16:30	1Treffen=8UStd.	06.05.26	135,00 €

Kostenlose Abmeldung nur bis 03.11.2025 bzw. 21.04.2026 möglich

Thema: Sensibilisierung für Kindeswohlgefährdung: Definition, Anhaltspunkte, Einschätzung, rechtliche Grundlagen, Risikofaktoren, Ressourcen und erste Handlungsschritte.

Kinderschutz-Booster: Kommunikation mit Kindern - Aufbaumodul (online)

Ort: online

Kurs	Leitung	Tage	Uhrzeit	Umfang	Beginn	Kosten
B11.02-47	Tim Heescher	Mo	16:15-17:45	1Treffen=2UStd.	22.09.25	25,00 €
B11.02-48		Mo	16:15-17:45	1Treffen=2UStd.	24.11.25	25,00 €
B11.02-49		Mo	14:30-16:00	1Treffen=2UStd.	26.01.26	25,00 €
B11.02-50		Mo	18:00-19:30	1Treffen=2UStd.	18.05.26	25,00 €

Thema: Vertrauensvolle Gespräch führen und „gute/schlechte

Geheimnisse“. Ein Aufbaumodul zum Vorjahresmodul.

Kinderschutz-Booster: Kinderrechte & Partizipation - Essen-Schlafen-Wickeln (online)

Ort: online

Kurs	Leitung	Tage	Uhrzeit	Umfang	Beginn	Kosten
B11.02-51	Annette Overkamp	Di	14:30-16:00	1Treffen=2UStd.	23.09.25	25,00 €
B11.02-52		Do	16:15-17:45	1Treffen=2UStd.	20.11.25	25,00 €
B11.02-53		Di	18:00-19:30	1Treffen=2UStd.	10.02.26	25,00 €
B11.02-54	A	Do	16:15-17:45	1Treffen=2UStd.	21.05.26	25,00 €

Thema: Kinder haben das Recht, beim Essen, Schlafen und Wickeln mitzubestimmen und respektvoll behandelt zu werden. Ihr Wohl, ihre Gesundheit und ihre Selbstbestimmung stehen im Mittelpunkt.

Kinderschutz-Booster: sexualisierte Gewalt (online)

Ort: online

Kurs	Leitung	Tage	Uhrzeit	Umfang	Beginn	Kosten
B11.02-55	Walburga Halbrügge-Schneider	Di	18:00-19:30	1Treffen=2UStd.	23.09.25	25,00 €
B11.02-56		Do	14:30-16:00	1Treffen=2UStd.	20.11.25	25,00 €
B11.02-57		Di	10:45-12:15	1Treffen=2UStd.	10.02.26	25,00 €
B11.02-58		Do	18:00-19:30	1Treffen=2UStd.	21.05.26	25,00 €

Thema: Prävention sexualisierter Gewalt (sexuelle Handlungen, Grenzverletzungen, Machtmissbrauch in der Kita).

Kinderschutz-Booster: Was ist Kindeswohlgefährdung? (online)

Ort: online

Kurs	Leitung	Tage	Uhrzeit	Umfang	Beginn	Kosten
B11.02-59	Tim Heescher	Mo	14:30-16:00	1Treffen=2UStd.	22.09.25	25,00 €
B11.02-60		Mo	18:00-19:30	1Treffen=2UStd.	24.11.25	25,00 €
B11.02-61		Mo	16:15-17:45	1Treffen=2UStd.	26.01.26	25,00 €
B11.02-62		Mo	16:15-17:45	1Treffen=2UStd.	18.05.26	25,00 €

Thema: Definition von Gewalt und Behandlung der Frage: Was ist Kindeswohlgefährdung?

Inklusion in der Kita: praxisbegleitende Themenreihe für Inklusionsfachkräfte Inhouse-Schulung

Ort: Inhouseveranstaltung

Kurs	Leitung	Tag	Uhrzeit	Umfang	Kosten
B11.02-74	Heike Sommer-Strotmann	Auf Anfrage		20 UStd.	1.600,00 €/Team

Thema: Input und Austausch zu grundlegenden und aktuellen Themen der Inklusion.

Inklusion in der Kita: Beobachtung und Dokumentation als Grundlage für den Förderprozess Inhouse-Schulung für Kita-Teams

Ort: Inhouseveranstaltung

Kurs	Leitung	Tag	Uhrzeit	Umfang	Kosten
B11.02-75	Heike Sommer-Strotmann	Auf Anfrage		1Treffen=8UStd.	680,00 €/Team

Thema: Beobachtung und Dokumentation - die Grundlage eines inklusiven (Förder-) Prozesses.

Kommunikation im Team Inhouse-Veranstaltung für Kita-Teams

Ort: Inhouseveranstaltung

Kurs	Leitung	Tag	Uhrzeit	Umfang	Kosten
B11.02-76	Ulla Nimz	Auf Anfrage		1Treffen=4UStd.	395,00 €/Team

Thema: Theoretische Einblicke in das Thema und Interaktionsprozesse im Team interaktiv erarbeiten.

Neue Leitung was nun? Wie finden wir als Team in die konstruktive Arbeit? Inhouse-Veranstaltung

Ort: Inhouseveranstaltung

Kurs	Leitung	Tag	Uhrzeit	Umfang	Kosten
B11.02-77	Ulla Nimz	Auf Anfrage		3Treffen=12UStd.	1.020,00 €/Team

Thema: Wie können Kita-Teams mit neuer Leitung gemeinsam in den Arbeitsprozess kommen?

Die 10 Bildungsbereiche NRW - Bildungsprozesse in der Kita bewusst gestalten Inhouse - Veranstaltung

Ort: Inhouseveranstaltung

Kurs	Leitung	Tag	Uhrzeit	Umfang	Kosten
B11.02-78	Kerstin Barnstedt	Auf Anfrage		1Treffen=8UStd.	695,00 €/Team

Thema: Frühkindliche Bildung in der Kindertagesbetreuung gestalten, theoretische Grundlagen & Projektideen für die Kita.

Partizipation in der Ü3- und U3-Pädagogik Inhouse-Schulung für Kita-Teams

Ort: Inhouseveranstaltung

Kurs	Leitung	Tag	Uhrzeit	Umfang	Kosten
B11.02-79	Annette Overkamp	Auf Anfrage		1Treffen=8UStd.	680,00 €/Team

Thema: Selbstbestimmung und Mitbestimmung in der Kita und Arbeit mit U3-Kindern und deren Beteiligungsrechte.

Bildungsdokumentation: Portfolioarbeit zwischen Fotoalbum und Lerndokumentation Inhouse-Schulung für Kita-Teams

Ort: Inhouseveranstaltung

Kurs	Leitung	Tag	Uhrzeit	Umfang	Kosten
B11.02-80	Annette Overkamp	Auf Anfrage		1Treffen=8UStd.	680,00 €/Team

Thema: Gestaltung von Kompetenz-Portfolios zum Zwecke der Bildungsdokumentation.

Zusammenarbeit mit Eltern neu gedacht Wie können wir die belastete, heutige Elterngeneration mit ins Boot holen? Inhouse-Schulung

Ort: Inhouseveranstaltung

Kurs	Leitung	Tag	Uhrzeit	Umfang	Kosten
B11.02-81	Annette Overkamp	Auf Anfrage		1Treffen=6UStd.	680,00 €/Team

Thema: Was macht die Elternarbeit in der eigenen Kita attraktiver? Praxisnah und teilnehmerorientiert werden gemeinsam individuelle Lösungen erarbeitet.

Berufliche Bildung

BaSiK - alltagsintegrierte Sprachförderung Inhouse-Schulung für Kita-Teams

Ort: Inhouseveranstaltung

Kurs	Leitung	Tag	Uhrzeit	Umfang	Kosten
B11.02-82	Karin Wandelt		Auf Anfrage	1Treffen=8UStd.	840,00 €/Team

Thema: BaSiK (Begleitende alltagsintegrierte Sprachentwicklungsbeobachtung) in Kindertageseinrichtungen.

Musik-Rucksack - Wahlthema Inhouse-Schulung für Kita-Teams

Ort: Inhouseveranstaltung

Kurs	Leitung	Tag	Uhrzeit	Umfang	Kosten
B11.02-83	Britta Röhl		Auf Anfrage	1Treffen=3UStd.	280,00 €/Team

Inhalt: Neue Impulse für die musikalische Früherziehung. Verschiedene Themenschwerpunkte stehen zur Auswahl.

Partizipation - Mitbestimmung leben und erleben Inhouse-Schulung: praxisbegleitender Workshop für Kita-Teams

Ort: Inhouseveranstaltung

Kurs	Leitung	Tag	Uhrzeit	Umfang	Kosten
B11.02-84	Heike Sommer-Strotmann		Auf Anfrage	3Treffen=9UStd.	680,00 €/Team

Inhalt: Theorie-/ Praxisbeispiele - Reflexion und Erfahrungsaustausch.

Teambuilding-Tag für Kita Teams Inhouse-Schulung

Ort: Inhouseveranstaltung

Kurs	Leitung	Tag	Uhrzeit	Umfang	Kosten
B11.02-85	Annette Overkamp		Auf Anfrage	8UStd.	680,00 €/Team

Thema: Teambuildingprozesse - ressourcenorientierte und Stärken fördernde Zusammenarbeit.

Teamentwicklung in der Kita: Teambuilding und Stärkung Inhouse-Schulung für Kita-Teams

Ort: Inhouseveranstaltung

Kurs	Leitung	Tag	Uhrzeit	Umfang	Kosten
B11.02-86	Ulla Nimz		Auf Anfrage	4UStd.	395,00 €/Team

Thema: Workshop zur wertschätzenden Teamarbeit in der Kita, inklusive Theorie, interaktive Übungen und Konfliktlösung.

Kinder, die uns ratlos machen - kleine Systemsprenger in der Kita Inhouse-Schulung für Kita-Teams

Ort: Inhouseveranstaltung

Kurs	Leitung	Tag	Uhrzeit	Umfang	Kosten
B11.02-87	Walburga Halbrügge-Schneider		Auf Anfrage	8UStd.	680,00 €/Team

Thema: Kindliches Verhalten im Kontext seiner Entstehungsgeschichte verstehen und Lösungsansätze finden sowie Weitervermittlung von Hilfsangeboten.

3. Pädagogik - Lebenswelt Schule und Jugendhilfe

Unser Bildungsangebot für Fachkräfte in der Lebenswelt Schule und der Jugendhilfe ist auch in diesem Jahr wieder vielfältig und bunt. Im Programm haben wir Neues und Altbewährtes; Kurse in Präsenz und auch einige Online-Angebote.

Viele unserer Kursangebote gibt es auch als Teamschulung. Gern vereinbaren wir für ihre individuellen Bildungswünsche Termine in Ihren Einrichtungen. Wir freuen uns auf Ihre Anfrage.

Infotreffen: OGS - pädagogische Grundlagenschulung (online)

Ort: online

Kurs	Leitung	Tage	Uhrzeit	Umfang	Beginn	Kosten
B11.03-01	Brunhilde Dierkes-Zumhasch	Do	17:00-18:30	1Treffen=2UStd.	18.09.25	keine

Informationen zum Kurs - für pädagogisch interessierte Personen, die sich für die Arbeit als Ergänzungskraft in offenen Ganztagschulen qualifizieren möchten.

OGS - pädagogische Grundlagenschulung für Ergänzungskräfte im offenen Ganztag Zertifikationskurs

Ort: Bildungszentrum Bürgerhof Schotthock

Kurs	Leitung	Tage	Uhrzeit	Umfang	Beginn	Kosten
B11.03-02	Dozent:innenteam	Mo	08:00-11:15		06.10.25	895,00 €

Zielgruppe: Pädagogisch interessierte Personen, die sich für die

Arbeit als Ergänzungskraft in offenen Ganztagschulen qualifizieren möchten.

Umfang: 160 UE in Blöcken

Termine: 06.-10.10.25; 10.-14.11.; 24.-28.11.; 08.-12.12.2025
12.-16.01.26; 26.-30.01.; 09.-13.02.; 23.-27.02.26;

Abschlusskolloquium: 17./18.03.2026

Lernzeiten in der OGS begleiten

Ort: online

Kurs	Leitung	Tage	Uhrzeit	Umfang	Beginn	Kosten
B11.03-03	Martina Schomaker	Mi	18:00-20:15	3Treffen=9UStd.	10.09.25	98,00 €
Folgetermine: 17. & 24.09.2025						

Thema: Lernsituation mit Kindern angenehm und möglichst erfolgreich gestalten.

Ganztag in NRW

Unsere Bildungsstätte bietet seit 2006 ein vielfältiges Qualifizierungsangebot für Fachkräfte und Quereinsteiger rund um den Ganztag. Da der jfd e.V. seit vielen Jahren bekannt ist als professioneller Anbieter pädagogischer Arbeit und Projekte in Schule und Ganztag, können wir aus dieser Erfahrung und Kompetenz heraus ein Weiterbildungsprogramm anbieten, das exakt an den aktuellen Bildungsbedürfnissen anknüpft.

Holen Sie sich in neuen und altbewährten Kursen Ideen und Hilfestellungen für die pädagogische Arbeit am Kind. Erweitern Sie Ihre interkulturelle Kompetenz, verbessern Sie Ihren professionellen Umgang mit Eltern und Kolleg:innen oder lernen Sie selbst in „stressigen“ Zeiten gelassen zu bleiben.

Besonders am Herzen liegt uns nach wie vor die altbewährte und beliebte **Qualifizierung von Ergänzungskräften für den Ganztag**. In diesem Zertifikationskurs bilden wir jährlich eine Reihe von beruflichen „Quereinsteigern“ zur pädagogischen Ergänzungskraft im Ganztag aus. Diese sind in der Region in und um Rheine inzwischen ein wichtiger und fester Bestandteil des Personals im Ganztag geworden. Unser Seminarangebot ist vom Ministerium für Schule und Bildung sowie vom Ministerium für Kinder, Familie, Flüchtlinge und Integration des Landes NRW anerkannt.

Unsere Referent:innen vermitteln viel Praxiswissen und orientieren sich dabei an den Interessen der Teilnehmenden. In unseren Kursen lernen Sie interaktiv und mit Spaß.

Methodenkoffer für die Schulsozialarbeit

Ort: jfd-Bildungsstätte Wadelheim

Kurs	Leitung	Tage	Uhrzeit	Umfang	Beginn	Kosten
B11.03-04	Walburga Halbrügge-Schneider	Do	09:00-16:00	2Treffen=16UStd.	11.09.25	188,00 €
Folgetermin: 25.09.2025						

Thema: Methodenkoffer für Schulsozialarbeiter:innen, um Kinder und Jugendliche in unterschiedlichen Situationen wirksam begleiten zu können.

Qualitätszirkel - Offener Ganzttag

Ort: Inhouseveranstaltung

Kurs	Leitung	Tage	Uhrzeit	Umfang	Beginn	Kosten
B11.03-05	Brunhilde Dierkes-Zumhasch	Mo	17:00-19:15	1Treffen=3UStd.	15.09.25	keine

Thema: Das Forum bietet teilnehmenden Schulen die Chance der Vernetzung mit anderen Schulen, Erfahrungsaustausch, Information, Weiterbildung zu aktuellen Qualitätsthemen im offenen Ganztag, Absprachen bei der Durchführung von speziellen Angeboten oder gegenseitige Unterstützung in der Arbeit.

Anzeichen psychischer Erkrankungen bei Kindern und Jugendlichen frühzeitig erkennen und gezielt handeln

Ort: Bildungszentrum Bürgerhof Schotthock

Kurs	Leitung	Tage	Uhrzeit	Umfang	Beginn	Kosten
B11.03-06	Tim Heescher	Mo	09:00-16:00	1Treffen=8UStd.	15.09.25	125,00 €

Thema: Handlungssicherheit im Umgang mit diagnostizierten psychischen Erkrankungen bei Kindern und Jugendlichen - im Kontext von Schule.

Leiten im Offenen Ganzttag NRW

Ort: Bildungszentrum Bürgerhof Schotthock

Kurs	Leitung	Tage	Uhrzeit	Umfang	Beginn	Kosten
B11.03-07	Dozent:innenteam	Do	08:00-11:15	11Treffen=50UStd.	02.10.25	450,00 €

Zielgruppe: Leitungskräfte und Koordinator:innen im Offenen Ganzttag NRW

Thema: Nach Abschluss des Kurses verfügen die Teilnehmenden über fundiertes Wissen und praktische Kompetenzen, um ihre Teams effektiv zu führen, die Qualität des Angebots zu sichern und die Zusammenarbeit mit allen Beteiligten zu optimieren.

Argumentationstraining gegen Stammtischparolen (online)

Ort: online

Kurs	Leitung	Tage	Uhrzeit	Umfang	Beginn	Kosten
B11.03-08	Jürgen Schlicher	Mi	09:00-15:00	1Treffen=8UStd.	08.10.25	20,00 €

Eine Abmeldung nur bis 08.09.2025 möglich.

Thema: Das Seminar richtet sich an Führungskräfte, Mitarbeitende und Interessierte, um gegen Diskriminierung und Parolen im Alltag vorzugehen. Es vermittelt Argumentationstechniken, Verhaltensstrategien und Rollenspiele für couragiertes Handeln. Fördermittel des Landes NRW reduzieren die Kurskosten.

Trans* Kinder und Jugendliche begleiten

Ort: Bildungszentrum Bürgerhof Schotthock

Kurs	Leitung	Tage	Uhrzeit	Umfang	Beginn	Kosten
B11.03-09	Walburga Halbrügge-Schneider	Di	14:00-17:15	1Treffen=3UStd.	28.10.25	89,00 €

Thema: Fortbildung zu geschlechtlicher Vielfalt, inklusiver Haltung und praktischen Handlungsmöglichkeiten im pädagogischen Alltag.

Mit Kopf, Herz und Händchen im offenen Ganztag - pädagogische Handlungssicherheit

Ort: Bildungszentrum Bürgerhof Schotthock

Kurs	Leitung	Tage	Uhrzeit	Umfang	Beginn	Kosten
B11.03-10	Hiltrud Güldenhöven	Mi	09:00-11:15	3Treffen=9UStd.	29.10.25	125,00 €
B11.03-36		Mi	09:00-11:15	3Treffen=9UStd.	15.04.26	125,00 €

Folgetermine: 12., & 26.11.2025 bzw. 29.04. & 13.05.2026

Thema: Workshop für Betreuungskräfte im Ganztag zur Stärkung pädagogischer Kompetenzen, Umgang mit Herausforderungen und Erarbeitung von Alternativen anhand praktischer Beispiele.

Erste Hilfe im Streit "Streitschlichtung nach dem Bensberger Modell"

Ort: Bildungszentrum Bürgerhof Schotthock

Kurs	Leitung	Tage	Uhrzeit	Umfang	Beginn	Kosten
B11.03-11	Dr. Stefan Betting	Mi	09:00-16:00	1Treffen=8UStd.	29.10.25	125,00 €

Thema: Das Streitschlichter-Programm nach dem Bensberger Mediations-Modell (BMM).

Trauernde Kinder begleiten im Bereich Kita und Schule

Ort: Bildungszentrum Bürgerhof Schotthock

Kurs	Leitung	Tage	Uhrzeit	Umfang	Beginn	Kosten
B11.03-12	Birgit Wältring	Mi	17:00-20:15	1Treffen=4UStd.	29.10.25	45,00 €

Thema: Handlungsmöglichkeiten und Sicherheiten im Umgang mit trauernden Kindern.

Neurodivergenz bei Kindern verstehen und begleiten (online)

Ort: online

Kurs	Leitung	Tage	Uhrzeit	Umfang	Beginn	Kosten
B11.03-13	Nina Schmidt	Di	18:00-20:15	1Treffen=3UStd.	04.11.25	25,00 €

Thema: „Neurodiversität“ bei Kindern verstehen sowie Gelingenbedingungen für eine entspannte und stärkende Begleitung im Alltag.

Kinder, die uns ratlos machen (online) Systemsprenger in der Lebenswelt Schule

Ort: online

Kurs	Leitung	Tage	Uhrzeit	Umfang	Beginn	Kosten
B11.03-14	Walburga Halbrügge-Schneider	Di	08:00-11:15	4x16UStd.	11.11.25	169,00 €
B11.03-33		Do/Fr	09:00-16:00	2Treffen=16UStd.	19.03.26	169,00 €

Folgetermine: 13., 18. & 20.11.2025 bzw. 20.03.2026

Thema: Auffälliges Verhalten bei Kindern verstehen und pädagogische & strukturelle Lösungsansätze finden.

ADHS - Umgang und Förderung von betroffenen Kindern im Kontext Kita und Grundschule (online)

Ort: online

Kurs	Leitung	Tage	Uhrzeit	Umfang	Beginn	Kosten
B11.03-15	Dr. Christiane Bohn	Do	19:00-20:30	1Treffen=2UStd.	13.11.25	49,00 €

Thema: Kinder mit ADHS - Stärken orientiert fördern.

Auffälliges Verhalten bei Kindern - Regulation des Nervensystems bei Kind und Fachkraft (online)

Ort: online

Kurs	Leitung	Tage	Uhrzeit	Umfang	Beginn	Kosten
B11.03-16	Nina Schmidt	Mo	18:00-20:15	1Treffen=3UStd.	17.11.25	25,00 €

Thema: Das menschliche Nervensystem und Möglichkeiten der Regulation sowie Übungen zur Stressprävention und Stressbewältigung.

Hochsensible Kinder verstehen und begleiten Vortrag (online)

Ort: online

Kurs	Leitung	Tage	Uhrzeit	Umfang	Beginn	Kosten
B11.03-17	Tanja Gellermann	Di	18:00-21:00	1Treffen=4UStd.	18.11.25	60,00 €

Thema: Onlinevortrag zu Hochsensibilität und Arbeit an Beispielen/Fragen der Teilnehmenden.

Deeskalation von Konflikten, Umgang mit herausforderndem Verhalten

Ort: Bildungszentrum Bürgerhof Schotthock

Kurs	Leitung	Tage	Uhrzeit	Umfang	Beginn	Kosten
B11.03-18	Tim Heesch	Mi	09:00-16:00	1Treffen=8UStd.	19.11.25	125,00 €

Thema: Konflikte und herausforderndes Verhalten im Kontext Schule erkennen, einordnen und darauf reagieren.

Tiere in der Arbeit mit Kindern (online)

Ort: online

Kurs	Leitung	Tage	Uhrzeit	Umfang	Beginn	Kosten
B11.03-19	Barbara Jäger	Do	19:00-21:15	1Treffen=3UStd.	20.11.25	20,00 €

Thema: Der Einsatz von Tieren im pädagogischen Kontext

Selbstschutz der sozialpädagogischen Fachkraft in emotional belastenden Alltagssituationen

Ort: Bildungszentrum Bürgerhof Schotthock

Kurs	Leitung	Tage	Uhrzeit	Umfang	Beginn	Kosten
B11.03-20	Walburga Halbrügge-Schneider	Mo	09:00-16:00	1Treffen=8UStd.	01.12.25	125,00 €

Thema: Praxisnahe Strategien zur Stärkung der eigenen Resilienz sowie emotionale Abgrenzung und professionelle Selbstfürsorge.

Kinder mit sozial-emotionalem Förderbedarf Kontext Schule/OGS/Schulsozialarbeit

Ort: Bildungszentrum Bürgerhof Schotthock

Kurs	Leitung	Tage	Uhrzeit	Umfang	Beginn	Kosten
B11.03-21	Martina Schomaker	Sa	09:00-16:00	1Treffen=8UStd.	13.12.25	98,00 €

Thema: Basiswissen zur sozial-emotionalen Entwicklung sowie konkrete Handlungsstrategien und vielfältige Impulse für den pädagogischen Alltag in Schule/OGS.

Traumapädagogik - Einführung für pädagogische und sozialpädagogische Fachkräfte

Ort: Bildungszentrum Bürgerhof Schotthock

Kurs	Leitung	Tage	Uhrzeit	Umfang	Beginn	Kosten
B11.03-22	Walburga Halbrügge-Schneider,	Mo	09:00-16:00	1Treffen=8UStd.	15.12.25	125,00 €

Thema: Traumafolgestörungen erkennen und Symptome deuten, Methoden der Trauma-Pädagogik kennenlernen sowie Psychohygiene und Selbstfürsorge.

Beschwerdeverfahren für Kinder im Kontext von Kita und OGS

Ort: Bildungszentrum Bürgerhof Schotthock

Kurs	Leitung	Tage	Uhrzeit	Umfang	Beginn	Kosten
B11.03-23	Walburga Halbrügge-Schneider	Fr	09:00-16:00	1Treffen=8UStd.	09.01.26	125,00 €

Thema: Wirksame und altersgerechte Beschwerdeverfahren für Kinder in Kita und OGS implementieren.

Bewegung im Schulalltag

Ort: jfd-Bildungsstätte Wadelheim

Kurs	Leitung	Tage	Uhrzeit	Umfang	Beginn	Kosten
B11.03-24	Andrea Stienemann	Fr	08:00-11:15	1Treffen=4UStd.	16.01.26	40,00 €

Thema: Spiele zur Förderung von Konzentration und Teamgeist und zur Stärkung der kindlichen Persönlichkeit.

Der Kurs kann auch als Teamschulung für OGS-Teams zum Gruppenpreis von 395 € gebucht werden.

Konzentration und Entspannung fördern im Kontext Schule/OGS - Workshop

Ort: Bildungszentrum Bürgerhof Schotthock

Kurs	Leitung	Tage	Uhrzeit	Umfang	Beginn	Kosten
B11.03-25	Martina Schomaker	Sa	09:00-16:00	1Treffen=8UStd.	17.01.26	98,00 €

Thema: Konzentrationsfähigkeit von Kindern stärken und gezielt Phasen der Entspannung zu schaffen.

Tür- und Angelgespräche Kommunikation mit herausfordernden Eltern

Ort: Bildungszentrum Bürgerhof Schotthock

Kurs	Leitung	Tage	Uhrzeit	Umfang	Beginn	Kosten
B11.03-26	Walburga Halbrügge-Schneider	Di Mi	08:00-11:15	2Treffen= 8UStd.	27.01.26	125,00 €

Folgetermin: 28.01.2026

Thema: Kommunikative Sicherheit im Umgang mit herausfordernden oder konfliktbelasteten Elternsituationen.

Gesprächsführung in Krisensituationen im Kontext Schule/Schulsozialarbeit

Ort: Bildungszentrum Bürgerhof Schotthock

Kurs	Leitung	Tage	Uhrzeit	Umfang	Beginn	Kosten
B11.03-27	Walburga Halbrügge-Schneider	Di	14:30-17:45	3Treffen= 12UStd.	03.02.26	188,00 €

Folgetermine: 10. & 17.02.2026

Thema: Grundlagen einer ressourcenorientierten (gewaltfreien) Kommunikation mit Arbeit an Praxisbeispielen.

Hochsensible Kinder verstehen und begleiten Workshop

Ort: Bildungszentrum Bürgerhof Schotthock

Kurs	Leitung	Tage	Uhrzeit	Umfang	Beginn	Kosten
B11.03-28	Tanja Gellermann	Mi	10:00-16:30	1Treffen=8UStd.	04.02.26	120,00 €

Thema: Ein methodenbunter und praxisnaher Tagesworkshop zu „Hochsensibilität“ - einem Temperament zwischen Wahrnehmungsbegabung und Reizüberflutung.

Tiere in der Arbeit mit Kindern - Workshop

Ort: Bildungszentrum Bürgerhof Schotthock

Kurs	Leitung	Tage	Uhrzeit	Umfang	Beginn	Kosten
B11.03-29	Barbara Jäger	Sa	10:00-14:00	1Treffen=5UStd.	21.02.26	35,00 €

Thema: Der Einsatz von Tieren im pädagogischen Kontext

Spannende Projekte für OGS- und Ferienbetreuung planen und durchführen Workshop

Ort: Bildungszentrum Bürgerhof Schotthock

Kurs	Leitung	Tage	Uhrzeit	Umfang	Beginn	Kosten
B11.03-30	Martina Schomaker	Sa	09:00-16:00	1Treffen=8UStd.	07.03.26	98,00 €

Thema: Projektkonzepte für Forscherwerkstatt, Kreativ-Tage oder Naturabenteuer entwickeln.

AD(H)S - Vortrag für Pädagog:innen, Therapeut:innen und Co.

Ort: Bildungszentrum Bürgerhof Schotthock

Kurs	Leitung	Tage	Uhrzeit	Umfang	Beginn	Kosten
B11.03-31	Andreas Kruse, Christiane Stilling	Do	19:00-20:30	1Treffen=2UStd.	12.03.26	20,00 €

Thema: Handlungssicherheit im Umgang mit AD(H)S bei Kindern und Jugendlichen entwickeln.

Ein wilder Haufen - Spiele und Ideen zur Förderung von Sozialkompetenz und Teamfähigkeit

Ort: Bildungszentrum Bürgerhof Schotthock

Kurs	Leitung	Tage	Uhrzeit	Umfang	Beginn	Kosten
B11.03-32	Dr. Christiane Bohn	Mo	14:30-17:45	1Treffen=4UStd.	16.03.26	89,00 €

Thema: Bewegung, Spiel & Sport als Chance soziale Kompetenzen zu erwerben

Selbstverletzendes und suizidales Verhalten bei Kindern und Jugendlichen

Ort: Bildungszentrum Bürgerhof Schotthock

Kurs	Leitung	Tage	Uhrzeit	Umfang	Beginn	Kosten
B11.03-34	Tim Heescher	Mo	09:00-16:00	1Treffen=8UStd.	23.03.26	125,00 €

Thema: Handlungssicherheit im Umgang mit selbstverletzendem oder sogar suizidalem Verhalten bei Kindern & Jugendlichen.

Kollegiale Beratung lernen für Kita, Schule, soziale Arbeit

Ort: Bildungszentrum Bürgerhof Schotthock

Kurs	Leitung	Tage	Uhrzeit	Umfang	Beginn	Kosten
B11.03-35	Walburga Halbrügge-Schneider	Di	14:00-18:00	2Treffen=10UStd.	14.04.26	165,00 €

Folgetermin: 05.05.2026

Thema: Verschiedene Modelle der kollegialen Beratung kennenlernen und Kollegiale Beratung an Praxisbeispielen üben.

Psychomotorikangebote in der OGS für drinnen und draußen - Workshop

Ort: Bildungszentrum Bürgerhof Schotthock

Kurs	Leitung	Tage	Uhrzeit	Umfang	Beginn	Kosten
B11.03-37	Martina Schomaker	Sa	09:00-16:00	1Treffen=8UStd.	25.04.26	98,00 €

Thema: Kreative und leicht umsetzbare Psychomotorik-Ideen für den OGS-Alltag - für Innenräume & draußen.

Man darf ja gar nichts mehr sagen Zum Umgang mit Sprache in professionellem Kontext

Ort: Bildungszentrum Bürgerhof Schotthock

Kurs	Leitung	Tage	Uhrzeit	Umfang	Beginn	Kosten
B11.03-38	Jürgen Schlicher	Mo	09:00-15:00	1Treffen=8UStd.	18.05.26	25,00 €

Abmeldung nur bis 18.04.2025 möglich

Thema: Das Seminar richtet sich an Führungskräfte, Mitarbeitende und Interessierte, um diskriminierungssensible Sprache im Beruf zu verstehen und anzuwenden. Es behandelt Begriffsverständnis, Umgang mit eigenen Gefühlen und Kommunikation im Arbeitskontext. Fördermittel des Landes NRW reduzieren die Kurskosten.

Kinder psychisch kranker/belasteter Eltern

Ort: Bildungszentrum Bürgerhof Schotthock

Kurs	Leitung	Tage	Uhrzeit	Umfang	Beginn	Kosten
B11.03-39	Walburga Halbrügge-Schneider	Fr	14:00-18:45	1Treffen=6UStd.	12.06.26	94,00 €

Thema: Symptome und Verlauf verschiedener psychischer Krankheitsbilder und deren Auswirkungen auf die Familie/Kinder sowie Hilfen für den Umgang mit den belasteten Kindern und mit den erkrankten Eltern.

Teambuilding für OGS-Teams Inhouse-Schulung für Teams im Bereich Schule und soziale Arbeit

Ort: Inhouseveranstaltung

Kurs	Leitung	Tag	Uhrzeit	Umfang	Kosten
B11.03-51	Lina-Sophie Nackat	Auf Anfrage		8UStd.	640,00 €/Team

Thema: Interaktiver Workshop, der den guten Teamgeist belebt.

Lernzeiten in der OGS begleiten Inhouse-Schulung für Teams im Bereich Schule und soziale Arbeit

Ort: Inhouseveranstaltung

Kurs	Leitung	Tag	Uhrzeit	Umfang	Kosten
B11.03-52	Martina Schomaker	Auf Anfrage		8UStd.	680,00 €/Team

Thema: Lernsituation mit Kindern angenehm und möglichst erfolgreich gestalten.

Kinder, die uns ratlos machen - Systemsprenger in der Lebenswelt Schule Inhouse-Schulung

Ort: Inhouseveranstaltung

Kurs	Leitung	Tage	Uhrzeit	Umfang	Kosten
B11.03-53	Walburga Halbrügge-Schneider	Auf Anfrage		8 UStd.	680,00 €/Team

Inhouse-Schulung für Teams

Thema: Auffälliges Verhalten bei Kindern verstehen und pädagogische & strukturelle Lösungsansätze finden.

Kollegiale Beratung lernen für Kita, Schule, soziale Arbeit Inhouse-Schulung

Ort: Inhouseveranstaltung

Kurs	Leitung	Tage	Uhrzeit	Umfang	Kosten
B11.03-54	Walburga Halbrügge-Schneider	Auf Anfrage		10UStd.	820,00 €/Team

Inhouse-Schulung für Teams

Thema: Verschiedene Modelle der kollegialen Beratung kennenlernen und an Praxisbeispielen üben.

Bewegung im Schulalltag Inhouse-Schulung

Ort: Inhouseveranstaltung

Kurs	Leitung	Tage	Uhrzeit	Umfang	Kosten
B11.03-55	Andrea Stienemann	Auf Anfrage		1Treffen=4UStd.	395,00 €/Team

Inhouse-Schulung für Teams

Thema: Spiele zur Förderung von Konzentration & Teamgeist und zur Stärkung der kindlichen Persönlichkeit.

4. Medienkompetenz in der pädagogischen und sozialen Arbeit

Sie arbeiten mit Kindern in Kita oder Schule und fragen sich, wie sie die Kids beim Hineinwachsen in die Medienwelt altersgerecht begleiten können? Ziel der Schulungen ist ein bewusster und kreativer Umgang mit digitalen Medien in der Pädagogik.

Wir bieten Inhouseschulungen für Ihr Team mit Schwerpunktthemen Ihrer Wahl.

Wählen Sie aus unserem Themenportfolio:

- Bestandsaufnahme Ihrer Medienpädagogik
- die aktuelle digitale Lebenswelt von Kindern und Jugendlichen
- kreative Projekte gestalten
- Apps & Tools für die Sprachbildung kennenlernen
- Chancen, Herausforderungen und pädagogische Handlungsoptionen zur Begleitung kindlicher und jugendlicher Mediennutzung

Fit für´s erste eigene Smartphone! - Medienkompetenz spielerisch mit Grundschulkindern trainieren

Ort: Inhouseveranstaltung

Kurs	Leitung	Tage	Uhrzeit	Umfang	Kosten
B11.03-56	Johannes Wentzel	Auf Anfrage		1Treffen=8 UStd.	850,00 €/Team

Inhouse-Schulung für OGS-Teams, Lehrerkollegien oder Teams in der Schulsozialarbeit - Tagesveranstaltung

Thema: Digitale Lebenswelten von Grundschulkindern, sichere Internetangebote, Cybergrooming, Datenschutz, Fakes, Passwörter, Rechte, Chatregeln und KI-Nutzung mit Kindern. Termine nach Absprache. Teams oder Kolleg:innen wählen aus dem Themenportfolio ihren Themenschwerpunkt.

Gefahren im Netz!

-Digitale Lebenswelten von Jugendlichen und jungen Erwachsenen kennen, begleiten und ihre Handlungskompetenzen stärken

Ort: Inhouseveranstaltung

Kurs	Leitung	Tage	Uhrzeit	Umfang	Beginn	Kosten
B11.03-57	Johannes Wentzel	Auf Anfrage		1Treffen=8 UStd.		850,00 €/Team

Inhouse-Schulung für Mitarbeitende aus der Kinder- und Jugendarbeit

Thema: Aufwachsen in einer digitalen Welt: Chancen, Herausforderungen und pädagogische Handlungsoptionen zur Begleitung jugendlicher Mediennutzung.

Medienbildung von Anfang an! - Inhouse-Schulung Digitale Medien in der Kita - Kreativ, reflektiert und alltagsnah

Ort: Inhouseveranstaltung

Kurs	Leitung	Tage	Uhrzeit	Umfang	Kosten
B11.04-01	Johannes Wentzel	Auf Anfrage		1Treffen=8UStd.	890,00 /Team€
B11.04-02	Johannes Wentzel	Auf Anfrage		1Treffen=5UStd.	560,00 €/Team

Inhouse-Schulung für Kita-Teams. Termine nach Absprache. Kita-Teams wählen aus einem Themenportfolio ihren Themenschwerpunkt.

Thema: Digitale Lebenswelten von Kita-Kindern, Medienbiografie, Erfahrungen in der Einrichtung sowie einfache Medienprojekte und Praxis-Tests mit Apps und Tools.



5. Erste-Hilfe und Hygiene-Schulungen

Pflichtschulungen in Erster Hilfe sind für Mitarbeitende im pädagogischen Bereich unerlässlich, um im Notfall schnell und richtig handeln zu können. Um die Gesundheit der Kinder und das Wohlbefinden aller zu schützen sind für Mitarbeitende die regelmäßig mit Lebensmitteln in Berührung kommen Hygiene-Schulungen vorgeschrieben.

Erste Hilfe in Bildungs- und Betreuungseinrichtungen

Ort: Bildungszentrum Bürgerhof Schotthock

Kurs	Leitung	Tage	Uhrzeit	Umfang	Beginn	Kosten
B11.05-01	Raymund Banken	EHT Sa	09:00-16:30	1Treffen=9UStd.	24.01.26	53,00 €
B11.05-02		Mo	09:00-16:30	1Treffen=9UStd.	02.02.26	53,00 €
B11.05-03	Ingo Busskamp	Mi	08:00-11:30	2Treffen=9UStd.	15.04.26	53,00 €
B11.05-04	Raymund Banken	EHT Sa	09:00-16:30	1Treffen=9UStd.	11.07.26	53,00 €

Thema: Dieser Kurs kombiniert sowohl die speziellen Ausbildungsinhalte für die Erste-Hilfe-Leistung am Kind als auch die am Erwachsenen. Mit dem Besuch des Kurses Erste Hilfe in Bildungs- und Betreuungseinrichtungen für Kinder werden alle Voraussetzungen, die auch an die Erste-Hilfe Ausbildung gemäß § 26 der DGUV-Vorschrift 1 Grundsätze der Prävention gestellt werden, erfüllt.

Hygiene-Schulung für Mitarbeitende in Kita, Schule und Co. (online)

Ort: online

Kurs	Leitung	Tage	Uhrzeit	Umfang	Beginn	Kosten
B11.05-05	Christine Schmalbrock	Do	18:00-19:30	1Treffen=2UStd.	04.09.25	10,00 €
B11.05-06		Di	17:00-18:30	1Treffen=2UStd.	30.09.25	10,00 €
B11.05-07		Di	17:00-18:30	1Treffen=2UStd.	28.10.25	10,00 €
B11.05-08		Mi	18:30-20:00	1Treffen=2UStd.	26.11.25	10,00 €
B11.05-09		Mo	18:00-19:30	1Treffen=2UStd.	26.01.26	10,00 €
B11.05-10		Do	18:00-19:30	1Treffen=2UStd.	12.03.26	10,00 €
B11.05-11		Mo	17:00-18:30	1Treffen=2UStd.	11.05.26	10,00 €

Thema: „Auffrischungsschulung“ im Online-Format für Mitarbeiter:innen/Personen, die regelmäßig mit Lebensmitteln oder Bedarfsgegenständen in Kontakt kommen.

Hygieneschulung für Kitas/ Schulen /päd. Einrichtungen Inhouseschulung

Ort: außerhalb

Kurs	Leitung	Tage	Uhrzeit	Umfang	Kosten
B11.05-12	Christine Schmalbrock		Auf Anfrage	1x2UStd.	Auf Anfrage

Beschreibung siehe oben.



Weitere Informationen und ausführliche Beschreibungen finden Sie unter: www.jfd-rheine.de

Fachgroßhandel für Haustechnik
für eine nachhaltigere Zukunft



Bei uns lernst du, dass **Fitting***
kein neuer Fitnesstrend ist!

Du hast die Wahl:

**Kaufmann/-frau
für Groß- und Außenhandelsmanagement** m/w/d

Fachkraft für Lagerlogistik m/w/d

Betriebswirt/-in (VWA) plus Bachelor/Master m/w/d

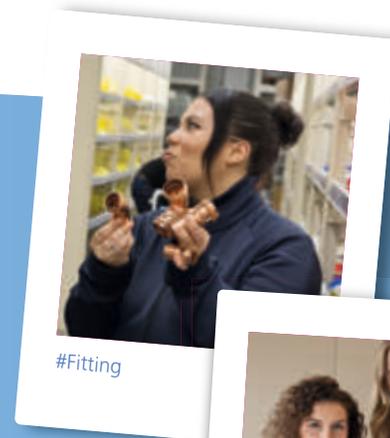
Berufskraftfahrer/-in m/w/d

Jetzt Teil des Teams werden:
www.mosecker.de/karriere



* Als Fitting werden Verbindungsstücke für Rohrleitungen in der Versorgungs- und Montagetechnik bezeichnet, die überwiegend zur Herstellung von Rohrleitungsverbindungen dienen.

Mosecker GmbH & Co. KG | Gustav-Stresemann-Weg 52 | 48155 Münster



#Fitting



#Teamwork



#Azubicar

MEDETO – Mediator:innen für Demokratie und Toleranz

Trainings mit Kindergruppen:

Die MEDETO-Trainer:innen des jfd bieten unterschiedliche Trainings an verschiedenen Schulen oder in außerschulischen Projekten an. In zahlreichen Übungen, Rollenspielen und anschließenden Reflektionen werden schulische Probleme wie Gewalt und Mobbing aufgearbeitet. Die Empathiefähigkeit und Sozialkompetenz der Kinder und Jugendlichen wird gestärkt. Dabei steht das spielerische Lernen im Vordergrund.

Weiterbildungen für Lehrer: innen, Erzieher: innen, pädagogische Fachkräfte und Eltern:

In diesen Seminaren geht es um Frühprävention von Gewalt, Ausgrenzung und Vorurteilsbildung, um besser auf Konflikte im Alltag reagieren zu können.

Durch diesen systemischen Ansatz wird ein gemeinsames Handeln gegen Gewalt und Ausgrenzung gefördert und die Chance auf eine nachhaltige Veränderung erhöht.

MEDETO-Team:

Das multiprofessionelle Trainer:innenteam setzt sich aus pädagogischen Mitarbeiter:innen mit zertifizierter Ausbildung zur Deeskalationstrainer:in oder Trainer:in für soziales Lernen zusammen. Die Fachkräfte arbeiten u. a. nach einem bewährten, selbst entwickelten Trainingshandbuch.

Kontakt & Ansprechpartnerin:

Lina-Sophie Nackat

MEDETO – Mediator:innen für Demokratie und Toleranz

Jugend- und Familiendienst e.V.

Hansaallee 9, 48429 Rheine

Tel.: 0 59 71 / 91448-141

Internet: www.jfd-rheine.de;

E-Mail: Lina-Sophie.Nackat@jfd-rheine.de

Gewalt begegnen – Demokratie stärken!

Gewalt bei Kindern und Jugendlichen hat viele Gesichter und findet in den unterschiedlichsten Kontexten statt. Gewalt und Ausgrenzungsmechanismen muss frühzeitig entgegengewirkt werden. Lehrer:innen und Erzieher:innen stehen mitunter ratlos vor dem Ausmaß und der Vehemenz von Konflikten und Gewalttätigkeiten. Aber wie können Fachkräfte Kinder und Jugendliche individuell unterstützen und ihr demokratisches Bewusstsein stärken?

Hier setzt MEDETO an.

Flexible Buchung:

Ort, Umfang der Trainingseinheiten und zeitlicher Rahmen werden bedarfsgerecht vereinbart. Die Trainingseinheiten können auch kombiniert und bei Bedarf direkt in den Schulen als In-house-Veranstaltungen durchgeführt werden.

Info:

Weitere aktuelle Projekte zum Thema „Gewaltprävention“, „soziales Lernen“ und „Vielfalt“ finden Sie auf unserer Homepage: www.jfd-rheine.de Jugendliche MEDETO

Training 1: Deeskalation von Gewalt

Zielgruppe: Erzieher:innen, Sozialarbeiter:innen, Lehrer:innen und Student:innen

Wie können Fachkräfte deeskalieren, Gewalt reduzieren und konstruktive Möglichkeiten der Auseinandersetzung der Kinder und Jugendlichen bewirken? Hier setzt das praxisorientierte, interaktive Seminar an:

- Erkennen und Bearbeiten von Eskalationsprozessen
- Erkennen der eigenen Grenzen
- Vermittlung von Instrumenten des gewaltfreien Umgangs mit Konflikten
- Erprobung von Methoden
- Weiterentwicklung der eigenen Handlungskompetenzen

Training 2: Aktiv gegen Mobbing

Zielgruppe: Erzieher:innen, Lehrer:innen, Sozialarbeiter:innen und Student:innen

Mit dem Anti-Mobbing-Training soll Wissen über das Entstehen, die Wirkungsweise und den sozialen Bezugsrahmen von Mobbing und Cybermobbing vermittelt werden. Wenn Einzelne in einer Gruppe systematisch ausgegrenzt, erniedrigt und gequält werden, sind Fachkräfte gefragt, die hinschauen und handeln.

Ziele des Seminars:

- Unterschiedliche Phänomene von Mobbing und Cybermobbing wahrnehmen
- Erprobung von Methoden zur Vermeidung von Mobbing
- Weiterentwicklung der eigenen Handlungskompetenzen
- Entwicklung eines gemeinsamen Aktionsplanes
- Empathiebildung für Betroffene von Mobbing

„NO BLAME APPROACH“ (wörtlich: Ohne-Schuld-Ansatz)

Zur aktiven Mobbingintervention hat sich dieses lösungsorientierte Konzept bewährt. Es zielt darauf ab, die schwierige Situation zu beheben und einen schnellen Stopp des Mobbing zu erwirken. Bitte sprechen Sie uns kurzfristig an. Wir unterstützen Sie

Training 3: Gegen Fremdenfeindlichkeit und Vorurteile

Zielgruppe: Schulklassen, Lehrer:innen, Eltern und Erzieher:innen.

„Es ist schwieriger, Vorurteile zu zertrümmern als Atome“. (Albert Einstein)

In diesem Seminar erhalten Sie wichtiges Hintergrundwissen, reflektieren behutsam Ihre eigene Haltung und lernen adäquate Lösungswege zum Abbau von Fremdenfeindlichkeit.

Ziele des Seminars:

- Entstehungszusammenhänge erkennen
- Alltagsphänomenen Rassismus / Vorurteilen im Arbeitsalltag adäquat begegnen
- Erweiterung der Handlungskompetenz in Konfliktsituationen

Spiele in Gruppen Praxisworkshop

Ort: Bildungszentrum Bürgerhof Schotthock

Kurs	Leitung	Tage	Uhrzeit	Umfang	Beginn	Kosten
B12.00-01	Saskia Brink	Fr	09:00-15:00	1Treffen=7UStd.	29.08.25	65,00 €
B12.00-04	Anja Bombe	Fr	09:00-15:00	1Treffen=7UStd.	24.04.26	65,00 €

Thema: Warm-Up-Spiele, Kooperationsspiele, Vertrauensübungen usw. kennenlernen und ausprobieren sowie Austausch zu erprobten Spielideen und Möglichkeit neue Methoden auszutesten.

Konflikte mit Kindern gewaltfrei lösen Praxisworkshop

Ort: Bildungszentrum Bürgerhof Schotthock

Kurs	Leitung	Tage	Uhrzeit	Umfang	Beginn	Kosten
B12.00-02	Uta Schwarz	Di	08:00-11:15	2Treffen=8UStd.	17.02.26	72,00 €
Folgetermin: 10.03.2026						

Thema: Konflikte im pädagogischen Alltag erfordern frühzeitige Erkennung und Strategien, um Grenzen zu wahren und Verzweiflung zu vermeiden.

Staunen und ausprobieren - spannende Experimente für Gruppen

Ort: Bildungszentrum Bürgerhof Schotthock

Kurs	Leitung	Tage	Uhrzeit	Umfang	Beginn	Kosten
B12.00-03	Anja Bombe	Fr	08:00-11:15	1Treffen=4UStd.	20.02.26	39,00 €

Thema: In diesem Workshop lernen Teilnehmende, wie sie einfache Experimente mit Alltagsmaterialien praktisch umsetzen können.

Mobbing wirksam bewältigen - No Blame Approach Inhouse-Schulung für Teams im Bereich Schule und soziale Arbeit

Ort: Inhouseveranstaltung

Kurs	Leitung	Tag	Uhrzeit	Umfang	Kosten
B12.00-05	Antonia Richter	Auf Anfrage		2Treffen=10UStd.	895,00 €/Team

Thema: „No Blame Approach“ ist eine lösungsorientierte Methode gegen Mobbing in der Schule. Es hilft, Mobbing zeitnah und nachhaltig zu beenden.

"Ich hab ja nichts gegen die, aber ..."
Praxisworkshop zum Umgang mit Vorurteilen und
gegen Diskriminierung

Ort: Bildungszentrum Bürgerhof Schotthock

Kurs	Leitung	Tage	Uhrzeit	Umfang	Beginn	Kosten
B12.00-06	Lina-Sophie Nackat	Di	08:00-11:15	1Treffen=4UStd.	03.03.26	39,00 €

Thema: Vorurteile prägen Alltag und führen zu Rassismus, Diskriminierung und Ängsten; das Seminar sensibilisiert mit Übungen und Methoden dagegen.

www.vbml.de

**Genossenschaftlich heißt,
die Zukunft voller
Zuversicht anpacken.
Morgen kann kommen.**

Wir machen den Weg frei.

Wir sind die Banken mit der genossenschaftlichen Idee. Als Wertegemeinschaft handeln wir partnerschaftlich, transparent und verantwortungsvoll. Bei uns kann man nicht nur Kundin oder Kunde, sondern auch Mitglied sein. Das stärkt uns als Bank für die Region und bietet weitere Vorteile.

**Volksbank
Rheine** 

Beratungsstelle Arbeit ...

für Menschen, die aktiv ihre Lebenssituation entwickeln wollen!



Wir bieten Beratung:

- ▶ für Menschen, die sich beruflich orientieren wollen
- ▶ für (Langzeit-)Erwerbslose und deren Angehörige
- ▶ für Personen, die von Erwerbslosigkeit bedroht sind
- ▶ für Menschen mit Migrationshintergrund
- ▶ für geflüchtete Menschen auf dem Weg in Arbeit und Beruf
- ▶ für Menschen in prekären Arbeitsverhältnissen
- ▶ Wir unterstützen individuell, kostenlos und vertraulich...

Offene Sprechstunden:

Mo. und Mi. von 09:00 Uhr bis 12 :00 Uhr

Beratungsstelle Arbeit

Breite Str. 48

48431 Rheine

Telefon 0 59 71 / 91448-160/-161

E-Mail: beratungsstelle@jfd-rheine.de

Taschengeldbörse Rheine

Ort: Beratungsstelle Arbeit

Kurs	Leitung	Tage	Uhrzeit	Umfang	Beginn	Kosten
B13.00-01	Helga Niedoba	Mi	15:30-17:00	15Treffen=30UStd.	27.08.25	keine

Worum geht es? Ältere und/oder mobilitätseingeschränkte Menschen erhalten Unterstützung bei der Erledigung von einfachen und haushaltsnahen Tätigkeiten, die ihnen selber nicht mehr so leicht von der Hand gehen.

Jugendliche bekommen die Möglichkeit, unkompliziert und ohne dauerhafte Verpflichtung ihr Taschengeld aufzubessern. Jung und Alt kommen in den Austausch und sind an einem fairen und respektvollen Umgang interessiert. Nicht in den Ferien NRW!

Bürgertreff „rheine süd-west“

Ort: Beratungsstelle Arbeit

Kurs	Leitung	Tage	Uhrzeit	Umfang	Beginn	Kosten
B13.00-02	Gudrun Föcker	Mo	18:00-20:00	14Treffen=28UStd.	01.09.25	keine

Interessierte treffen sich jeden Montag - außer in den Ferien NRW!

JobCafé für Frauen

Frauen auf Achse - Berufe rund um Verkehr und Lager

Ort: Bildungszentrum Bürgerhof Schotthock

Kurs	Leitung	Tage	Uhrzeit	Umfang	Beginn	Kosten
B13.00-03	Kerstin Weßels, Elke Hüsing	Do	10:00-12:00	1Treffen=2UStd.	09.10.25	keine

In diesem JobCafé für Frauen werden Berufe rund um das Bus- und Taxifahren und Lager vorgestellt, ganz nach dem Motto: „Frauen auf Achse“.

Gerade in diesen Berufsfelder gibt es eine stetige Nachfrage nach neuem Personal. Wer Freude an neuen

Herausforderungen hat, sich das Fahren eines Busses oder Gabelstaplers vorstellen kann sowie gerne Kontakt zu Menschen hat, ist herzlich eingeladen beim JobCafé für Frauen dabei zu sein. Unverbindlich können Interessierte sich in gemütlicher Rund bei Kaffee und Plätzchen über die Möglichkeiten für Umschulungen und Einsatzmöglichkeiten zu informieren.

Das JobCafé ist eine Veranstaltung des Arbeitskreis Frauen.

Minijob - Chancen - Risiken - Nebenwirkungen (online)

Ort: online

Kurs	Leitung	Tage	Uhrzeit	Umfang	Beginn	Kosten
B13.00-04	Winfried Krake	Do	19:00-20:30	1Treffen=2UStd.	26.02.26	keine

Bei vielen Frauen ist der Minijob beliebt, denn er bietet die Möglichkeit, Familie und Beruf einfach unter einen Hut zu bekommen. Oft wird er aber auch nur als eine Übergangslösung angesehen, um irgendwann wieder in eine versicherungspflichtige Beschäftigung übergehen zu können. Wie das gelingt, welche Besonderheiten es mit dem Elterngeld auf sich hat und welche Risiken aber auch im Minijob stecken, zeigt Winfried Krake an diesem Abend.

Referentinnen und Referenten im jfd

A

Aistermann, Hedda, Diplom Pädagogin, Supervisorin
Althoff, Christian, Medienbeauftragter

B

Banken, Raymund, Jeden-Tag-Erste-Hilfe
Barnstedt, Kerstin, Master of Education für das Lehramt an
Haupt- Real- Sekundar- und Gesamtschulen und pädagogische
Fachkraft in der Kita
Berkmann, Simone, Fachwirtin im Sozial- und Gesundheitswesen
Dr. Betting, Stefan, Mediator, BMM-Trainer, Konrektor,
Trainer in der Lehrerfortbildung
Bischoff, Serge, Sexualpädagoge
Blümel, Ursula, Übungsleiterin
Bohlken, Christina, Sozialarbeiter:in B.A.
Dr. Bohn, Christiane, Sportwissenschaftlerin, Lehrerin
Bombe, Anja, pädagogische Mitarbeiterin
Brebaum, Margret, Ökotrophologin
Brink, Saskia, Sozialarbeiter:in B.A.
Brüning-Wolter, Marita, Bloggerin, Nähreferentin
Bücker, Laura, Sozialarbeiter:in B.A.
Buers, Hannelore, Systemische Familienberaterin /
Sterbe- u. Trauerbegleiterin
Büers, Jasmin, Selbstbehauptungs- und Resilienztrainerin
Busjan, Nils, päd. Mitarbeiter:in CeBeeF e.V.
Busskamp, Ingo, Jeden-Tag-Erste-Hilfe

D

Damhuis, Petra, Übungsleiterin Vitalgymnastik
De Vries, Sandra, Ethnologin, Trainerin für Interkulturelle
Kompetenz
Dirks, Nina, Heilerziehungspflegerin

E

Eggenkämper, Jana, Sozialpädagogin B SW, Kinderschutzbund
Rheine
Ehltling, Jochen, EDV Referent, Fachplaner im vorbeugendem
Brandschutz (Eipos)
Espei, Andrea, Ergotherapeutin, Bobath-Therapeutin

F

Flüthmann, Uwe, Diplom Sozialarbeiter, Caritas Beratungsstelle
für ältere Menschen und ihre Angehörigen
Föcker, Gudrun, „Bürgertreff Rheine-südwest“
Focks, Daniela, Sozialpädagogin i.A., Theaterpädagogin
Friedrichs, Corina, Dipl. Sozialpädagogin

G

Gellermann, Tanja, Heilpraktikerin für Psychotherapie mit
Schwerpunkt Hochsensibilität und körperorientierte
Trauma-Arbeit
Gerlach, Andrea, Nähreferentin
Güldenhöven, Hiltrud, ehemalige Grundschullehrerin,
Schulleitung und Beraterin im Offenen Ganzttag des Kreises
Steinfurt
Gundlach, Claudia, Musikdozentin MusiKonzept
Gutting, Angela, Yogalehrerin, Achtsamkeitstrainerin , Trainerin
für Stressmanagement

H

Haeberle, Laureen, Sozialarbeiter:in B.A.
Halbrügge-Schneider, Walburga, Diplom-Pädagogin,
Krankengymnastin, (videogestützte) Entwicklungspsychologische
Beratung (EPB), Psychotraumatologie, Psychomotorik
Heescher, Tim, Diplom Sozialpädagoge, Supervisor,
Kinderschutzfachkraft
Hegemann, Nicole, Ergotherapeutin BC, Fachbereichsleitung
Kitas
Horstmann, Beate, Diplom Pädagogin
Horstmann Claudia, Natur-, Emotions- & Digital Detox Coach,
Fachkraft für Naturerleben
Hövels, Ute, Yogalehrerin
Hülskötter, Sascha, Inklusion in der Kindertagespflege beim LWL
Hüsing, Elke, BCA jobcenter Kreis Steinfurt

J

Jäger, Barbara, Diplom Sozialpädagogin
Johannisson, Vera, Hauswirtschaftsmeisterin
junge Puring, Karin, Erzieherin

Referentinnen und Referenten im jfd

K

Kaposty, Kerstin, Kinderkrankenschwester
Kastens, Manuela, Familienhebamme
Kielhorn, Timo, Rechtsanwalt, Datenschutzbeauftragter
Klass, Valentina, Kommunales Integrationszentrum
Kreis Steinfurt
Klöpper, Oliver, Leiter des Amtes für Zuwanderung, Aufenthalt und Einbürgerung des Kreises Steinfurt
Klüter, Jörg, Rechtsanwalt und Notar a.D.
Korporal, Janina
Krake, Winfried, Dipl. Sozialarbeiter, Fachbereichsleitung
Qualifizierung
Kraken, Marita, Übungsleiterin, Schulbetreuerin
Kratzsch, Silke
Krehe, Ursula, Heilpraktikerin, Entspannungstrainerin, MTA
Krümpel, Simone, Heilpädagogin, Schlafcoach für Babys und Kleinkinder
Kruse, Andreas, Facharzt für Kinder- und Jugendmedizin
Kurz, Jana, päd. Mitarbeiterin, Künstlerin

L

Lammers, Rica, Ergotherapeutin, sensorische
Integrationstherapeuten
Lau, Brigitte, Kursleitung für Sprachkurse
Lenz, Margarete, Diplomsozialarbeitern, Kitaleitung
Lichtsinn, Julia, skf – Fachberatung Kindertagespflege
Liebing, Kerstin, Phytotherapeutin / Kräuterheilkunde
Löchte, Nina, staatl. anerkannte Erzieherin, Kinderschutzbund
Löcke, Kevin, Sozialpädagoge beim Fachdienst Migration und
Integration der Stadt Rheine
Lüke, Claudia, Arbeitsgruppenleiterin Kindergartenbedarfspla-
nung und Betriebskosten Kreis Jugendamt Steinfurt
Lüxmann, Brigitte, Buchhändlerin

M

Matthesius, Verena, Gesundheits- und Kinderkrankenpflegerin

N

Neitzel, Renate, Staatlich anerkannte Motopädin;
Entspannungspädagogin
Niedoba, Helga,
Nimz, Ulla, Erzieherin, Sozialpädagogin B.A.,
Mediationsausbildung

O

Osterhoff-Genz, Katja, Goldschmiedemeisterin
Overkamp, Annette, Sozialpädagogin, Erzieherin,
Bildungsreferentin

P

Perry, Janine, Kindertagespflegeperson

R

Richter, Antonia, Sozialpädagogin B.A.
Richter, Insa, Diplom Pädagogin, donum vitae e.V.
Röhl, Britta, Erzieherin, Kita Leitung
Rohling, Nancy, Buchhändlerin
Röll, Gerhard, Fachberatung Kindertagespflege
Rosenthal, Bettina, Kindertagespflegeperson – inklusiv tätig
Rotter, Maren, Heilpraktikerin
Rücker, Karl-Heinz, Psychologischer Berater und
Entspannungspädagoge

S

Sandmann, Ben, Sozialarbeiter B.A.
Sandmann, Marita, Schneiderin
Santos Cabral, Carmen, Diätassistentin, Fitnessökonomin
Scheipers, Silvia, Yoga-Lehrerin
Schlicher, Diplom-Politologe, interkultureller Trainer
Schmalbrock, Christine, Hauswirtschaftsmeisterin
Schmale, Sonja, Übungsleiterin
Schmidt, Nina, Erzieherin, Elternberaterin
Schomaker, Martina, Erzieherin, Heilpädagogin,
Inklusionsfachkraft
Dr. Schulte-Strotmann, Sabine, Rechtsanwältin und Notarin
Schwarz, Uta, Sozialpädagogin (M.A.)
Schwert, Stephanie, Hebamme

Referentinnen und Referenten im jfd

Schwöppe, Claudia, Yogalehrerin
Selker, Melanie, Erzieherin
Sommer, Daniel, Dipl. Sozialpädagoge, Leiter Gitarrrissimo®
Stienemann, Andrea, Übungsleiterin
Stilling, Christiane, Krankenschwester
Stroet, Andrea, Diplom Sozialarbeiterin Supervisorin

T
Telljohann, Christa, Sozialwissenschaftlerin BA, Stressmanagementtrainerin, Schmerztherapeutin nach Liebscher & Bracht
Tornow, Cordula, Musikdozentin bei Musikkonzept

V
Varelmann, Anja, Caritas Bildungszentrum für Pflege und Gesundheit
Verhoff, Martin, Osteopath, Physiotherapeut

W
Waltenberger, Gaby Anna, pädagogische Mitarbeiterin in der Kinder- und Jugendarbeit (Projektarbeit), Pflegefachkraft
Wältring, Birgit, Diplom Sozialarbeiterin, Trauerbegleitung
Wandelt, Karin, Kindheitspädagogin B.A, Erzieherin, Heilpädagogin, Zertifizierte Multiplikatorin für Qualifizierungen zur Alltagsintegrierten Sprachbildung und Beobachtung in NRW
Watermann, Liane, Heilpädagogin
Wentzel, Johannes, Medienpädagoge aus der Kinder-, Jugend- und Erwachsenenbildung
Weßeler, Silvia, Erzieherin
Weßels, Kerstin, Beauftragte für Chancengleichheit am Arbeitsmarkt der Agentur für Arbeit
Wienkamp, Petra, Krankengymnastin
Wiese, Christian, Physiotherapeut, Taiji Dao & Qi Gong Lehrer
Wietkamp, Martina, Stabsstelle Bürgerengagement
Wissen, Susanne, Diplom Sozialpädagogin, systemische Beraterin (DGSF)
Witthake, Ann-Kathrin, Erzieherin
Wolf, Irina, Übungsleiterin

Z
Zeine, Lioba, Diplom Pädagogin, Hebamme, systemische Beraterin SG



**Sie gehen in einem
Thema auf?**

**Und haben Interesse, dies mit
Anderen zu teilen?**

Dann melden Sie sich bei uns!

jfd-Bildungsstätte

Tel: 05971 91448 188

bildungsstaette@jfd-rheine.de

jfd
Jugend- und
Familiendienst e.V.

**Bildnachweis:
pixabay.com
jfd
Jörg Klüter**

Werde Teil
unseres Teams!

jfd

Jugend- und
Familiendienst e.V.



Offene Stellen und Infos unter:
www.jfd-karriere.de

Wir sind regional,
online und lokal.



RATHHAUS APOTHEKE

GALERIE APOTHEKE

VEIT APOTHEKE

WESTPARK APOTHEKE

www.cityapotheken.de

www.apo-nah.de



Tagsüber sicher und umsorgt ... und am Abend zu Hause!



Mit einem gemeinsamen Frühstück
perfekt in den Tag



Helle, großzügige Räume für vielseitige
Angebote



Wohnzimmer mit Wohlfühl-Atmosphäre

Unsere Tagespflege ...

- mit einem breit gefächerten Angebot für geistig-körperliches Wohlbefinden
- mit Blick auf Sicherheit und Geborgenheit für einen normalen Alltag
- geöffnet von Montag bis Freitag von 8:15 bis 16:00 Uhr
- mit täglichem Fahrdienst für unsere Gäste



Ambulante & stationäre Alten- und Krankenpflege | Rheine

Telefon: 05971 72770



Lang- und Kurzzeitpflege GmbH | Rheine

Telefon 05971 4010510



Tagespflege Woltering | Rheine

Telefon 05971 4010510

www.sozialstation-woltering.de · info@sozialstation-woltering.de