

## ASG-Bildungsforum Stadtteil- und Familientreff Flingern

**Gerresheimer Straße 90**  
40233 Düsseldorf

Telefon: 0211 1740-0  
Fax: 0211 1740-222

Mo – Do: 08:30 – 13:30 Uhr  
14:30 – 17:00 Uhr  
Fr: 08:30 – 13:30 Uhr

## ASG-Sprachenzentrum

**Werdener Straße 4**  
40227 Düsseldorf

Telefon: 0211 1740-1611  
Fax: 0211 1740-220

Beratung **Fremdsprachen:**  
Mo – Do: 08:30 – 17:00 Uhr  
Fr: 08:30 – 14:00 Uhr

Beratung **Deutsch:**  
Mo – Mi: 09:00 – 15:00 Uhr  
Do: 09:00 – 17:00 Uhr

**Einstufung** Deutsch:  
Do: 13:30 – 15:00 Uhr

Gerne beraten wir Sie nach  
Terminvereinbarung auch außerhalb  
dieser Zeiten.

## ASG-Stadtteil- und Familientreff linksrheinisches Düsseldorf

**Wildenbruchstraße 27**  
40545 Düsseldorf

## ASG-Stadtteil- und Familientreff Rath / Rather Familienzentrum® Welcome Point

**Rather Kreuzweg 43**  
40472 Düsseldorf

## Bankverbindung

ASG-Bildungsforum  
Stadtsparkasse Düsseldorf

**Bildungswerk (BDF)**  
IBAN: DE70 3005 0110 0013 0470 06  
BIC: DUSSEDDXXX

**Familienbildung (SDF)**  
IBAN: DE73 3005 0110 0013 0271 64  
BIC: DUSSEDDXXX

## Schriftliche Anmeldung

**ASG-Bildungsforum**  
Gerresheimer Straße 90  
40233 Düsseldorf

E-Mail: [asg@asg-bildungsforum.de](mailto:asg@asg-bildungsforum.de)  
[www.asg-bildungsforum.de](http://www.asg-bildungsforum.de)

## Allgemeines

<b>Kontakt   Öffnungszeiten</b> .....	1
<b>Datenschutz- informationspflichten</b> .....	140
<b>AGB</b> .....	142
<b>Impressum</b> .....	144

## Berufs- und Arbeitsleben

<b>Beruf</b> .....	4
▪ Rhetorik und Kommunikation .....	5
▪ Stressbewältigung .....	5
<b>Bildungsurlaub</b> .....	6
<b>IT und Digitales</b> .....	7
▪ EDV-Schulungen .....	7
▪ Office-Programme .....	7
▪ Tastaturschreiben .....	9
<b>Erziehung und Soziales</b> .....	10
▪ Kindertagespflege / QHB .....	10
▪ Soziale Arbeitsfelder .....	17
▪ Offener Ganzttag .....	18
▪ Prävention / Kursleitung .....	19

## Familie und Generationen

<b>Ehe und Partnerschaft</b> .....	21
<b>Rund um die Geburt</b> .....	22
<b>Elternstart NRW</b> .....	23
<b>Eltern-Kind-Kurse</b> .....	24
▪ Spielgruppen: Pikler und Co. ....	24
▪ Bewegung .....	28
▪ Kreativität .....	32
▪ Musik .....	32

▪ Im Wald .....	33
▪ Workshops .....	34
▪ Kochen und Backen .....	40
▪ Fördergruppen und Sprachcafés .....	44
<b>Elterncafés und offene Treffs</b> .....	42
<b>Erziehungsfragen</b> .....	45
<b>Erziehungsfragen online</b> .....	49
<b>Eltern Spezial</b> .....	52
<b>Kinder und Jugendliche</b> .....	53

## Gesellschaftsbildung

<b>Gesellschaft und Soziales</b> .....	54
▪ Politik und Wirtschaft .....	55
▪ Ehrenamt .....	55
<b>Medienwerkstatt</b> .....	56

## Glauben und Leben

<b>Religion und Spiritualität</b> .....	58
---	----

## Gesundheit und Sport

<b>Entspannung und Yoga</b> .....	67
▪ Innere Balance .....	68
▪ Meditation .....	70
▪ Yoga-Workshops .....	70
▪ Yoga-Kursreihen .....	72
<b>Sport / Bewegung / Tanz</b> .....	74
▪ Body Fit .....	74
▪ Body-Styling .....	75

▪ Functional Training .....	76
▪ Körpertraining .....	76
▪ Pilates .....	76
▪ Gymnastik ab 50 .....	77
▪ Spezielles .....	78
▪ Wirbelsäulengymnastik .....	78
▪ Rückengymnastik .....	79
▪ Tanz .....	79
▪ Kinderschwimmen .....	80
▪ Aquafitness .....	81
▪ Wassergymnastik .....	81
<b>Kochen und Ernährung</b> .....	82
▪ Basiswissen .....	83
▪ Internationale Küche .....	83
▪ Singles, Paare und mehr... .....	88
▪ Spezialitäten .....	89
▪ Pâtisserie-Kunst aus Frankreich.....	91
▪ Gesundheitswissen .....	92

## Kunst, Kultur & Kreativität

<b>Studienreisen</b> .....	94
<b>Exkursionen</b> .....	95
<b>Kulturgeschichte</b> .....	96
<b>Kleinkunst und Show</b> .....	97
<b>Kunsth Handwerk</b> .....	97
<b>Literatur</b> .....	99
<b>Musik</b> .....	100
<b>Nähen / Textiles Gestalten</b> .....	102
<b>Zeichnen und Malen</b> .....	105
▪ Workshops .....	105
▪ Kursreihen .....	106
<b>Meisterklassen</b> .....	107

## Sprachen und Integration

<b>Allgemeine Informationen</b> .....	110
<b>Arabisch</b> .....	111
<b>Englisch</b> .....	112
<b>Französisch</b> .....	116
<b>Hebräisch</b> .....	118
<b>Italienisch</b> .....	119
<b>Japanisch</b> .....	122
<b>Koreanisch</b> .....	123
<b>Neugriechisch</b> .....	124
<b>Niederländisch</b> .....	126
<b>Persisch</b> .....	128
<b>Portugiesisch</b> .....	129
<b>Russisch</b> .....	131
<b>Spanisch</b> .....	132
<b>Türkisch</b> .....	135
<b>Schülerkurse</b> .....	136
<b>Sprachcafés</b> .....	137
<b>Deutsch / Integration</b> .....	138
▪ Berufsbezogene Deutschsprachkurse (DeuFöV) .....	139

## Kommunikation / Rhetorik

### Rhetorik – Ausdruck und Kraft für Ihre persönliche Präsenz Überzeugend! In Vortrag und Gespräch – Bildungsurlaub

Als BU nach dem AWbG anerkannt  
Dieses Seminar steigert Ihre kommunikativen Fähigkeiten, führt zum Abbau von Redehemmungen, stärkt die persönliche Sicherheit im Auftreten und verhilft zu einer überzeugenden Durchführung von Gesprächen, Sitzungen und Konferenzen.

Jens Grzeskowiak, Dipl. Ökonom  
5 Termine (35 Ustd.) | EUR 320,00  
**Mo–Fr, ab 04.11.2024** | 09:00 – 15:00 Uhr  
**2401230012** | Gerresheimer Straße 90

### Humorvoller Einstieg in alltägliche Wortgefechte

#### Schlagfertigkeit für Beruf und Alltag

Wer in schwierigen Situationen schlagfertig reagiert, gilt als humorvoll, wortgewandt, rhetorisch überlegen und selbstbewusst. Dieses Seminar wendet sich an alle, die ihre Meinung in Besprechungen und Diskussionen selbstsicher vertreten wollen, indem sie Manipulationen erkennen, die eigene Position überzeugend begründen und unfaire Angriffe souverän abwehren. Im Seminar lernen Sie Techniken und Regeln für einen verbalen Schlagabtausch kennen.

Jens Grzeskowiak, Dipl. Ökonom  
1 Termin | EUR 59,00  
**Sa, 05.10.2024** | 09:00 – 16:30 Uhr  
**2401230023** | Gerresheimer Straße 90

### Anleitung zur wirkungsvollen Rede Für den Berufsalltag

In diesem Seminar erlernen Sie, wie Sie die emotionale Wirkung Ihrer Vorträge steigern und welche Fähigkeiten Sie aktivieren können, um so zu formulieren, dass Ihr Publikum Ihnen gebannt zuhört.

Jens Grzeskowiak, Dipl. Ökonom  
2 Termine | EUR 115,00  
**Sa, 28.09.2024** | 09:00 – 16:30 Uhr  
**So, 29.09.2024** | 09:00 – 16:30 Uhr  
**2401230025** | Gerresheimer Straße 90

## Stressbewältigung

### Stressmanagement: Work – Life – Balance

#### Bildungsurlaub

Als BU nach dem AWbG anerkannt  
Die zunehmenden Anforderungen unserer hochdynamischen Gesellschaft verlangen immer mehr Ausdauer und Belastbarkeit von Körper und Geist. Das sogenannte Burnout-Syndrom kann jeden treffen.

Dieses Seminar thematisiert die Entstehung und Vorbeugung von Burnouts und zeigt, wie man wieder zur inneren Balance findet, die eigenen Akkus auflädt und mit seinen Ressourcen besser haushält. Es bietet Tipps und Anregungen zur Stressbewältigung und zum sinnvollen Zeitmanagement.

Torsten Poppek, Dipl. Sozialwissenschaftler  
5 Termine (35 Ustd.) | EUR 320,00  
**Mo–Fr, ab 09.12.2024** | 09:00 – 15:15 Uhr  
**2401230040** | Gerresheimer Straße 90

Weitere Kurse  
zum Thema  
„Innere Balance“  
finden Sie auf  
Seite 68



# Berufs- und Arbeitsleben

## Bildungsurlaube

Sie möchten sich fortbilden, aber dafür nicht Ihren Jahresurlaub verwenden?

Das ist mit dem sogenannten Bildungsurlaub möglich. Arbeitnehmerinnen und Arbeitnehmer haben in 14 der 16 deutschen Bundesländer per Gesetz ein Recht auf Bildungsurlaub, teilweise auch auf Online-Bildungsurlaube.

Weitere Informationen zu Ihren Ansprüchen und den anerkannten Kursen können Sie bei uns erfragen.

### Für Nordrhein-Westfalen gilt:

Arbeitnehmerinnen und Arbeitnehmer, deren Beschäftigungsschwerpunkt in NRW liegt, haben ein Recht auf 5 Tage Bildungsurlaub pro Jahr. Diese Zahl berechnet sich aus einer Regelarbeitszeit von 5 Tagen in der Woche und kann bei Abweichung variieren. Wurde der Bildungsurlaub in einem Jahr nicht genommen, können diese Tage im Folgejahr zusätzlich in Anspruch genommen werden.

Die Kurse müssen an mind. 5 (in Ausnahmen an mind. 3) aufeinanderfolgenden Tagen stattfinden und täglich mind. 6 Unterrichtsstunden à 45 Minuten umfassen. Online-Bildungsurlaube sind grundsätzlich möglich.

### Bildungsurlaub bei der ASG

Die ASG ist in NRW als Träger von Bildungsurlaubsveranstaltungen anerkannt.

**In diesen Bereichen bieten wir Ihnen aktuell Bildungsurlaube an:**

#### Berufs- und Arbeitsleben

Kommunikation / Rhetorik .....	5
Stressbewältigung .....	5
EDV-Schulungen .....	7
Office-Programme .....	7
Tastaturschreiben .....	9
Soziale Arbeitsfelder .....	17

#### Gesundheit und Sport

Innere Balance .....	69
Meditation .....	70

#### Sprachen und Integration

Arabisch .....	111
Englisch .....	114
Französisch .....	117
Hebräisch .....	118
Italienisch .....	121
Japanisch .....	122
Koreanisch .....	123
Neugriechisch .....	125
Niederländisch .....	127
Persisch .....	128
Portugiesisch .....	130
Spanisch .....	134
Türkisch .....	136

## EDV-Schulungen

### ChatGPT im beruflichen Kontext

#### Bildungsurlaub

Als BU nach dem AWbG anerkannt  
Der Kurs „ChatGPT im beruflichen Kontext“ bietet eine Einführung in den Umgang mit so genannten Large Language Models wie ChatGPT im Berufsleben. Der Kurs vermittelt sowohl technisches Grundlagenwissen als auch die praxisnahe Anwendung im beruflichen Umfeld durch gezieltes Prompt Engineering. Teilnehmende erlangen ein fundiertes Verständnis für ChatGPT und lernen, die Technologie verantwortungsbewusst im Beruf einzusetzen.

Dr. Jana Emontz

5 Termine (40 Ustd.) | EUR 720,00

**Mo–Fr, ab 26.08.2024** | 09:00 – 15:30 Uhr  
**2401210011** | Werdener Straße 4

**Mo–Fr, ab 11.11.2024** | 09:00 – 15:30 Uhr  
**2401210012** | Werdener Straße 4

### Coding für Kids – Schülerkurs Arduino

Arduino ist eine beliebte Plattform für die Entwicklung von elektronischen Projekten. In diesem Kurs lernen Schülerinnen und Schüler von 12 bis 16 Jahren die Grundlagen von Arduino kennen. Gemeinsam wird die Arduino-Software installiert und die Verwendung erläutert. Im Kurs werden dann elektronische Schaltungen aufgebaut und programmiert, so dass auch später eigenständig weitere einfache Projekte realisiert werden können. Grundkenntnisse im Umgang mit dem PC erforderlich, Interesse für Elektronik / Programmierung erwünscht.

Bernd Liesner

3 Termine | EUR 80,00

**Mo–Mi, ab 12.08.2024** | 09:00 – 13:00 Uhr  
**2401921007** | Gerresheimer Straße 90

## Office-Programme

### Rund um den Geschäftsbrief

#### Bildungsurlaub

Als BU nach dem AWbG anerkannt  
In diesem Kurs werden zunächst die „Schreib- und Gestaltungsregeln für die Textverarbeitung“, DIN 5008:2020, ausführlich erklärt und kommentiert. Neben zahlreichen Briefmustern und Briefaufgaben zur Geschäftskorrespondenz werden halbprivate Briefe, innerbetriebliche Schreiben, Texte in Tabellenform usw. behandelt. Grundsätze für einen neuzeitlichen Korrespondenzstil schließen sich an.

Inhalte: Seriendruck, Textbausteine, Auto-korrektur-Erweiterungen u.v.m.

Manfred Sahlender

5 Termine (30 Ustd.) | EUR 240,00

**Mo–Fr, ab 26.08.2024** | 09:00 – 14:00 Uhr  
**2401210014** | Gerresheimer Straße 90

### Word-Lehrgang

#### Bildungsurlaub

Als BU nach dem AWbG anerkannt  
Microsoft Word ist seit Jahrzehnten der weltweite Standard unter den Textverarbeitungsprogrammen. Einfach jeder sollte mit Word gut umgehen können – egal ob beruflich oder privat!

Inhalte: In dem Kurs lernen Sie die Benutzeroberfläche von Word kennen und zu personalisieren. Sie legen Dokumente an, schreiben und gestalten Ihre Texte, fügen Bilder und Tabellen ein, speichern und öffnen Ihre Dateien. Sie erstellen Formulare, innerbetriebliche Schreiben, Privat-, Serien- und Bausteinbriefe.

Manfred Sahlender

5 Termine (30 Ustd.) | EUR 240,00

**Mo–Fr, ab 16.09.2024** | 09:00 – 14:00 Uhr  
**2401210015** | Gerresheimer Straße 90

## PowerPoint-Lehrgang

### Bildungsurlaub

Als BU nach dem AWbG anerkannt  
Der Kurs soll Ihnen helfen, Ihre tägliche Arbeit und Abläufe mit Microsoft PowerPoint schnell und effizient bewältigen zu können.  
Inhalte: Im Kurs lernen Sie die Benutzeroberfläche von PowerPoint kennen, Folien mit Text, Grafiken und Fotos zu erstellen, Animationen, Folienübergänge und Hintergründe zu nutzen, Mastervorlagen zu erstellen, Tabellen, Diagramme und SmartArt-Grafiken hinzuzufügen, Sound und Videos zuzuweisen, eigene Präsentationen zu erstellen und vorzuführen.

Manfred Sahlender

5 Termine (30 Ustd.) | EUR 240,00

**Mo–Fr, ab 09.12.2024** | 09:00 – 14:00 Uhr  
**2401210017** | Gerresheimer Straße 90

## Office: Einstieg Kompakt

### Bildungsurlaub

Als BU nach dem AWbG anerkannt  
**Word (2 Tage):** Orientierung und Einstieg in Word / Eingeben und Formatieren von Texten / Erstellen einer Geschäftsbriefvorlage, ggf. Lebenslauf / Etiketten, Seriendruck  
**Excel (2 Tage):** Arbeitsweise von Excel / Eingeben, Bearbeiten und Auswerten von Daten und Tabellen / Text in Excel / Erste Geschäftsgrafiken

**PowerPoint (1 Tag):** Es mit „Power“ auf den Punkt bringen / Funktion und Eingabe von Informationen / Erste selbstlaufende Bildschirmpräsentationen

Voraussetzung: Windows-Grundlagen

Dieter Böser

5 Termine (30 Ustd.) | EUR 279,00

**Mo–Fr, ab 09.09.2024** | 09:00 – 14:00 Uhr  
**2401210020** | Gerresheimer Straße 90

**Mo–Fr, ab 25.11.2024** | 09:00 – 14:00 Uhr  
**2401210021** | Gerresheimer Straße 90

## Excel: Einführung & Grundlagen

Einstieg in das Tabellenkalkulationsprogramm Microsoft Excel. Wie funktioniert Excel? / Arbeiten mit Formeln und Funktionen / Einblick in die Anwendungsmöglichkeiten / Drucken

Voraussetzung: Windows-Grundlagen

Dieter Böser

1 Termin | EUR 80,00

**Fr, 16.08.2024** | 09:00 – 16:00 Uhr  
**2401210023** | Gerresheimer Straße 90

**Fr, 04.10.2024** | 09:00 – 16:00 Uhr  
**2401210022** | Gerresheimer Straße 90

## Excel: Auswerten von Daten

Kursinhalte: Auswerten von Geschäftsdaten wie Kundendaten / Kassenbuch / Liste der Beschwerden etc. / Tabellen als Datenbank und Informationsquelle / Auswertungen mit SUMMEWENN und SVERWEIS / Auto-Filter anwenden / Grafiken erstellen

Voraussetzung: Excel-Grundkurs oder vergleichbare Kenntnisse

Dieter Böser

1 Termin | EUR 80,00

**Mo, 07.10.2024** | 09:00 – 16:00 Uhr  
**2401210024** | Gerresheimer Straße 90

## Excel: Einstieg in Diagramme, Zahlen überzeugend präsentieren

### Einführung & Grundlagen

Wie aus Zahlen Bilder werden / Geschäftsgrafiken erstellen, Daten, Zahlen und Statistiken sind kein lebloses Material, sondern Ergebnis, Abbild und Konzentration von Wissen, Verhalten und Verhältnissen. Sie sind Basis weitreichender Entscheidungen.

Die grafische Darstellung ist eines der wichtigsten Kommunikationsmittel. Gut konzipiert und gestaltet sagt ein Bild tatsächlich mehr als tausend Worte, und zwar schneller und klarer, als jede Zahlentabelle oder gar jeder Text dies kann.

Dieses Seminar vermittelt das theoretische und praktische Rüstzeug für einen erfolgreicher Transfer in die berufliche Praxis.

Voraussetzung: Excel-Grundkenntnisse

Dieter Böser

1 Termin | EUR 80,00

**Mo, 19.08.2024** | 09:00 – 16:00 Uhr  
**2401210025** | Gerresheimer Straße 90

## Tastaturschreiben

### 10-Finger-Tastaturschreiben

#### Schülerkurs in den Ferien

Der Lehrgang wendet sich an alle Schülerinnen und Schüler, die das Tastaturschreiben („10-Finger-Schreiben“, „Blindschreiben“) erlernen wollen, um in der Schule und später beim Studium oder im Beruf klar im Vorteil zu sein. Tastaturschreiben bedeutet ergonomisches Schreiben!

Inhalte: Thema ist die Erarbeitung aller Griffwege des Tastenfeldes (einschließlich Ziffern und Zeichen).

Manfred Sahlender

4 Termine | EUR 160,00

**Mo–Do, ab 05.08.2024** | 09:00 – 13:00 Uhr  
**2401921008** | Gerresheimer Straße 90

**Mo–Do, ab 05.08.2024** | 13:30 – 17:30 Uhr  
**2401921009** | Gerresheimer Straße 90

**Mo–Do, ab 14.10.2024** | 09:00 – 13:00 Uhr  
**2401921010** | Gerresheimer Straße 90

**Mo–Do, ab 14.10.2024** | 13:30 – 17:30 Uhr  
**2401921011** | Gerresheimer Straße 90

### 10-Finger-Tastaturschreiben

#### Bildungsurlaub / Intensivkurs

Als BU nach dem AWbG anerkannt  
Der Lehrgang wendet sich an alle, die das Tastaturschreiben („10-Finger-Schreiben“, „Blindschreiben“) erlernen wollen. Tastaturschreiben bedeutet ergonomisches Schreiben!

Inhalte: Thema ist vorrangig die Erarbeitung aller Griffwege des Tastenfeldes mit anschließender Steigerung der Schreibgeschwindigkeit (Abschreiben von Fließtexten). Da die Stundenzahl recht hoch ist, kann am Ende auch auf die Formgestaltung (normgerechte Gestaltung von halbprivaten Briefen) eingegangen werden.

Manfred Sahlender

5 Termine (30 Ustd.) | EUR 240,00

**Mo–Fr, ab 11.11.2024** | 09:00 – 14:00 Uhr  
**2401210016** | Gerresheimer Straße 90

## Kindertagespflege / QHB

### Tätigkeitsvorbereitende Grundqualifizierung Kindertagespflege nach QHB (1. Teil mit 160 Ustd.)

Weitere Informationen und eine detaillierte Terminübersicht können Sie bei uns anfordern.

Zeitraum: 04.09.2024 – 07.05.2025  
Kurszeiten: Mi, 18:00 – 21:00 Uhr,  
Sa & So, 09:00 – 15:30 Uhr

Anne Wiegold et al.  
24 Termine | EUR 2.410,00  
**Start: Mi, 04.09.2024**  
**2402251200** | Gerresheimer Straße 90

### Kindertagespflege und Inklusion – von den ersten Grundlagen bis zur täglichen Arbeit

Kinder mit inklusivem Hintergrund, also mit Einschränkungen oder Beeinträchtigungen körperlicher, seelischer oder sozialer Art, benötigen besondere Aufmerksamkeit und vertiefte Fachkenntnisse in der Betreuung. Im Seminar erhalten Sie eine erste Orientierung über verschiedene Aspekte der Inklusion in der Kindertagespflege. Wie kann die eigene Kindertagespflegestelle zu einer inklusiven Kindertagespflege weiterentwickelt werden? Welche Kompetenzen sind nötig? Wo finde ich Unterstützung?

Kathrin Mantke  
1 Termin | EUR 62,00  
**Sa, 31.08.2024** | 09:30 – 16:00 Uhr  
**2402250219** | Gerresheimer Straße 90

### Die Welt mit allen Sinnen entdecken: Förderung der Sinneswahrnehmung bei U3-Kindern

In alltäglichen Situationen ist es möglich, die Sinneswahrnehmung von kleinen Kindern zu fördern. Für die gezielte Förderung eignen sich z. B. Spiele und Bücher sowie Naturmaterialien. Was hat das mit Lernen zu tun? Und was passiert, wenn nicht alle Sinne ausgereift sind? Das Seminar geht nach einem theoretischen in einen praktischen Teil über, in welchem Sie vielfältige Gestaltungsmöglichkeiten für den Betreuungsalltag kennen lernen.

Viktoria Schirk  
1 Termin | EUR 62,00  
**Sa, 07.09.2024** | 09:30 – 16:00 Uhr  
**2402250212** | Gerresheimer Straße 90

### Erziehungspartnerschaft gestalten – Gespräche mit Eltern

Wertschätzend und klar heikle Themen mit Eltern anzusprechen ist oft nicht so einfach. Erfahren Sie mehr über die Wirkung von verbalen und nonverbalen Signalen auf den Gesprächspartner, Techniken zur Kommunikation im Alltag und die Rolle von Beziehung in der Kommunikation. Sie erhalten Handwerkszeug für eine klare, eindeutige und zugewandte Kommunikation. Praktische Übungen gehören dazu.

Xenia Reszka  
1 Termin | EUR 46,50  
**Sa, 07.09.2024** | 09:30 – 14:00 Uhr  
**2402250216** | Gerresheimer Straße 90

### Binden, halten, lösen: die besondere Qualität in der Kindertagespflege

In diesem Seminar geht es um Bindung als Grundlage für eine gesunde Entwicklung des Kindes und für seine anhaltende Lust und seinen Mut zur Entdeckung der Welt. Zudem ist es wichtig, die Balance zu gestalten zwischen den wechselnden Bedürfnissen des Kindes nach Bindung und Halt sowie der Notwendigkeit des sich wieder Lösens.

Christiane Schiller  
2 Termine | EUR 62,00  
**Di, 17.09.2024** | 18:00 – 21:00 Uhr  
**Di, 24.09.2024** | 18:00 – 21:00 Uhr  
**2402250203** | Gerresheimer Straße 90

### Jedes Kind ist einzigartig! Vorurteilsbewusst beobachten und dokumentieren

Eine vorurteilsbewusste Haltung ist für das Beobachten und Wahrnehmen von Kindern äußerst bedeutsam. Im Seminar erfahren Sie, wie Kinder in ihrer Einzigartigkeit wertgeschätzt, begleitet und beobachtet werden können und lernen außerdem geeignete Beobachtungs- und Dokumentationsverfahren für den Bereich Kindertagespflege kennen. Bitte bringen Sie eigene Beispiele von Bildungsdokumentationen mit.

Daniela Daemen  
1 Termin | EUR 62,00  
**Sa, 21.09.2024** | 09:30 – 16:00 Uhr  
**2402250204** | Gerresheimer Straße 90

### Übergänge im Kleinkindalter – verstehen und begleiten

Übergänge kommen immer wieder. Sie sind ein wichtiger Schritt in etwas Neues und können mit vielen verschiedenen Gefühlen verbunden sein. Wie Kinder und Familien gestärkt durch Übergangsphasen kommen, beleuchten wir in diesem Seminar. Dazu schauen wir uns verschiedene Übergänge genauer an, wie z. B. allein schlafen lernen, Schnuller und Windel loslassen, selbstständiges Anziehen, sowie die Eingewöhnung und den Übergang von der Kindertagespflege in den Kindergarten.

Britta Kallweit  
1 Termin | EUR 62,00  
**Sa, 28.09.2024** | 09:30 – 16:00 Uhr  
**2402250224** | Gerresheimer Straße 90

### Inklusion in der Kindertagespflege: Autismus

Kinder mit Entwicklungsverzögerungen oder gesundheitlichen Einschränkungen benötigen eine größere Aufmerksamkeit und vertiefte Fachkenntnisse in der Betreuung. In diesem Seminar betrachten wir im Schwerpunkt verschiedene Ausprägungen von Autismus im Kleinkindalter. Gemeinsam werden mögliche Strategien und Lösungen erarbeitet, persönliche Erfahrungen besprochen sowie Möglichkeiten der individuellen Abgrenzung entwickelt. Außerdem wird der Umgang mit Stress thematisiert.

Tanja Bechberger  
1 Termin | EUR 49,50  
**Sa, 28.09.2024** | 10:30 – 15:00 Uhr  
**2402250236** | Gerresheimer Straße 90

### Bildungsbereiche in Theorie und Praxis

Die praktische, spielerische und altersgemäße Umsetzung der 10 Bildungsbereiche in der Kindertagespflege steht im Fokus dieses Seminars. Dabei werden wir auch die Bedeutung der vorbereiteten Umgebung für diese Umsetzung beleuchten. Neben der Theorie werden wir uns intensiv mit der pädagogischen Haltung und den Beobachtungsaspekten im Alltag auseinandersetzen und auch praktische Beispiele ansehen.

Xenia Reszka

1 Termin | EUR 62,00

**Sa, 05.10.2024** | 09:30 – 16:00 Uhr

**2402250218** | Gerresheimer Straße 90

### Konflikte bringen Wachstum – Beschwerdemanagement in der Kindertagespflege

Im Tätigkeitsfeld der Kindertagespflege entstehen häufiger Situationen, in denen sich die Akteure nicht ganz einig sind. Mit dem Grundgedanken, dass jeder Konflikt eine Chance für Wachstum darstellt, setzen wir uns mit der Bedeutung eines Beschwerdemanagements in der Kindertagespflegestelle auseinander. Damit lassen sich sowohl Ihre Souveränität als auch die Qualität Ihrer Tätigkeit steigern!

Fabienne Geisler

1 Termin | EUR 32,00

**Di, 08.10.2024** | 18:00 – 21:00 Uhr

**2402250201** | Online

### Resilienz und Krisenkompetenz: Kinder feinfühlig begleiten

Im Leben von Kindern gibt es immer wieder herausfordernde Situationen. Kinder mit stabilen Beziehungen können diese Lebensereignisse besser meistern. Was ist im Vorfeld wichtig und hilft, auf herausfordernde Situationen vorbereitet zu sein? Wie fange ich ein Kind in Krisensituationen auf? Was ist Resilienz?

Christiane Schiller

1 Termin | EUR 31,00

**Mi, 09.10.2024** | 18:00 – 21:00 Uhr

**2402250205** | Gerresheimer Straße 90

### Beobachten und Dokumentieren in der Kindertagespflege

Die Bildungsdokumentation bekommt als Qualitätsmerkmal in der Kindertagespflege immer mehr Bedeutung. Seminarinhalte: Geeignete Beobachtungs- und Dokumentationsverfahren für die Kindertagespflege, Umsetzung in die eigene berufliche Praxis, Beteiligung der Eltern. Eigene Beispiele von Bildungsdokumentationen dürfen gern mitgebracht werden.

Stefanie Lorbeer

1 Termin | EUR 64,00

**Sa, 12.10.2024** | 09:30 – 16:00 Uhr

**2402250221** | Gerresheimer Straße 90

Carmen Killeit

1 Termin | EUR 46,50

**Sa, 09.11.2024** | 09:30 – 14:30 Uhr

**2402250210** | Gerresheimer Straße 90

### Gespräche zwischen Tür und Angel

Kurze Gespräche beim Bringen und Abholen des Tageskindes sind wichtig und notwendig. Sie können aber auch ein Konfliktpotenzial in sich bergen. Möchten Sie Eltern in diesen Situationen souverän begegnen und Missverständnisse vermeiden? Die Referentin versorgt Sie mit Tipps und Tricks und unterstützt Sie bei der Umsetzung.

Daniela Weyers

1 Termin | EUR 62,00

**Sa, 12.10.2024** | 09:30 – 16:00 Uhr

**2402250235** | Gerresheimer Straße 90

### Anfang gut, alles gut! Bedürfnisorientierte Eingewöhnung

Der Aufbau einer sicheren Bindung zu den Kindern und einer vertrauensvollen Beziehung zu den Eltern ist das Fundament einer bedürfnisorientierten Betreuung und Erziehungspartnerschaft. Im Seminar erfahren Sie, wie eine behutsame Eingewöhnungszeit für Eltern und Kinder gestaltet werden kann.

Anne Wiegold

1 Termin | EUR 38,75

**Mi, 30.10.2024** | 17:00 – 20:45 Uhr

**2402250231** | Gerresheimer Straße 90

### Übergänge in der Kindertagespflege – verstehen und begleiten

Übergänge kommen immer wieder. Sie sind ein wichtiger Schritt in etwas Neues und können mit vielen verschiedenen Gefühlen verbunden sein. Wie Kinder und Familien gestärkt durch Übergangsphasen kommen, beleuchten wir in diesem Seminar. Dazu schauen wir uns verschiedene Übergänge im Kindertagespflegealltag genauer an, wie z. B. die Eingewöhnung oder den Übergang von der Kindertagespflege in den Kindergarten.

Xenia Reszka

2 Termine | EUR 62,00

**Mi, 06.11.2024** | 17:30 – 20:45 Uhr

**Mi, 13.11.2024** | 17:30 – 20:45 Uhr

**2402250222** | Gerresheimer Straße 90

### Mit Kindern Musik entdecken

#### Impulse aus der musikalischen Arbeit mit Kindern bis 18 Monate

Gemeinsames Singen und Musizieren im frühesten Kindesalter ist für das Kind Nahrung für Körper, Seele und Geist. Lieder, Sitzreiter, Streichelverse, Fingerspiele, Musizieren mit einfachen Instrumenten, Tänze und musikalische Bewegungsspiele sind Inhalte dieser Fortbildung.

Karin Erfurth-Gerber

1 Termin | EUR 46,50

**Sa, 09.11.2024** | 10:00 – 15:00 Uhr

**2402250223** | Gericusstraße 14

### Hauen, beißen, sich vertragen – herausforderndes Verhalten von Kindern begleiten

Wenn kleine Kinder vermeintlich aggressives Verhalten zeigen, reagieren Erwachsene zuweilen hilflos. Im Seminar lernen Sie Ursachen dieses Verhaltens sowie Ausdrucksweisen von kindlichen Bedürfnissen kennen. Welches Verhalten ist normal, welches auffällig? Außerdem erfahren Sie, wie Sie Kinder in Konfliktsituationen begleiten und unterstützen können.

Daniela Weyers

1 Termin | EUR 62,00

**Sa, 09.11.2024** | 09:30 – 16:00 Uhr

**2402250234** | Gerresheimer Straße 90

### Das kannst Du noch nicht! – Adulthood im pädagogischen Alltag

Viele von uns haben Adulthood in ihrer Kindheit selbst erlebt. „Dafür bist du noch zu klein, das verstehst du noch nicht!“ – diese oder ähnliche Botschaften sind Ausdruck von einer Macht, die erwachsenen Menschen oft gar nicht bewusst ist. Sie vermitteln das Bild von Kindern, die weniger kompetent sind als Erwachsene. In dieser Fortbildung schauen wir, was alles zu Adulthood gehört, was unser Machtmissbrauch mit den Kindern macht und wie wir diesem entgegenwirken können.

Julia Nemesch

1 Termin | EUR 39,00

**Do, 14.11.2024** | 17:00 – 21:00 Uhr

**2402250213** | Gerresheimer Straße 90

### Wenn es mal knirscht – Konflikte in der Zusammenarbeit mit Eltern begegnen

In jeder guten Erziehungspartnerschaft kann es zu Konflikten kommen. Doch wie können diese benannt und gelöst werden? Im Seminar erhalten Sie Handwerkszeug für eine klare, eindeutige und zugewandte Kommunikation. Dies wird in praktischen Übungen erprobt.

Stefanie Imo

1 Termin | EUR 62,00

**Sa, 16.11.2024** | 09:30 – 16:00 Uhr

**2402250233** | Gerresheimer Straße 90

### Achtsam mit Kindern kommunizieren

Im Betreuungsalltag kann es vorkommen, dass Kinder mit „Kosenamen“ angesprochen werden (z. B. „Wilder Bengel“). Inzwischen weiß man, dass Kinder davon einiges in ihr Selbstbild übernehmen. Wie kann es gelingen, dass man vermittelt, was wichtig ist und dabei das Kind angemessen anspricht? Wie begleitet man ein Kind verbal gut durch schwierige Situationen? Wir finden Beispiele für gute und respektvolle Ansprache und suchen nach Stolperfallen in der Kommunikation mit den Kleinsten.

Britta Kallweit

1 Termin | EUR 62,00

**Sa, 23.11.2024** | 09:30 – 16:00 Uhr

**2402250225** | Gerresheimer Straße 90

### In 5 Schritten zum professionellen Online-Auftritt Marketing in der Kindertagespflege

In diesem Online-Workshop erstellen Sie in 5 Schritten eine überzeugende und stimmige Onlinepräsenz, die Sie authentisch abbildet und Ihre Zielgruppe anspricht. Wir erstellen eine Konzeption, die zeigt, wie Sie arbeiten und finden dabei Ihr Alleinstellungsmerkmal heraus.

Anne Wiegold

1 Termin | EUR 38,75

**Mi, 27.11.2024** | 17:00 – 20:45 Uhr

**2402250230** | Online

### Ist das noch normal? Verhaltensbesonderheiten bei Kindern (im U3-Bereich)

In diesem Seminar werden Sie für den Umgang mit Kindern sensibilisiert, die im Betreuungskontext und zu Hause ein besonderes Verhalten zeigen. Sie lernen, Anzeichen für verschiedene Verhaltensbesonderheiten zu erkennen. Erfahren Sie, welche geeigneten externen Hilfen Sie empfehlen können. Mögliche Ursachen, Hintergründe und Hypothesen werden ebenso vermittelt wie Handlungsmöglichkeiten für den Arbeitsalltag.

Viktoria Schirk

1 Termin | EUR 62,00

**Sa, 30.11.2024** | 09:30 – 16:00 Uhr

**2402250214** | Gerresheimer Straße 90

### Partizipation für die Kleinsten

In dieser Fortbildung beschäftigen Sie sich mit den Grundlagen der Partizipation und erarbeiten sich Möglichkeiten zur Gestaltung von Alltagssituationen mit Kindern von 0-3 Jahren. Welche Voraussetzungen ermöglichen Kindern, sich im Alltag zu beteiligen? Worin liegen Grenzen von Partizipation? Wie können auch die Kleinsten sich beschweren?

Julia Nemesch

1 Termin | EUR 39,00

**Do, 05.12.2024** | 17:00 – 21:00 Uhr

**2402250217** | Gerresheimer Straße 90

### Die spielen doch nur! Bedeutung des kindlichen Spiels

Spielen ist Lernen und bietet dem Kind eine aktive Auseinandersetzung mit der Umwelt. Welches Spielmaterial ist sinnvoll und wie gelingt die Förderung und der Umgang mit dem kindlichen Spielen? Das Seminar bietet aktuelle Erkenntnisse aus der Spielforschung und verbindet sie mit viel Praxis rund um das Thema Spiel.

Anne Wiegold

1 Termin | EUR 38,75

**Mi, 11.12.2024** | 17:00 – 20:45 Uhr

**2402250232** | Gerresheimer Straße 90

### Kindeswohlgefährdung – erkennen, beurteilen und sinnvoll handeln

Als Kindertagespflegeperson übernehmen Sie eine große Verantwortung für die Ihnen anvertrauten Kinder. Um mehr Handlungssicherheit zu entwickeln, bietet diese Fortbildung Basisinformationen rund um das Thema Kindeswohlgefährdung: rechtliche Grundlagen, Erscheinungsformen und Vorgehensweisen in Krisensituationen. Die Fortbildung erfüllt die Vorgaben der Richtlinien Kindertagespflege der Stadt Düsseldorf.

Daniela Daemen

1 Termin | EUR 62,00

**Sa, 31.08.2024** | 09:30 – 16:00 Uhr

**2402250202** | Gerresheimer Straße 90

**Sa, 12.10.2024** | 09:30 – 16:00 Uhr

**2402250206** | Gerresheimer Straße 90

**Sa, 16.11.2024** | 09:30 – 16:00 Uhr

**2402250207** | Gerresheimer Straße 90

**Sa, 07.12.2024** | 09:30 – 16:00 Uhr

**2402250209** | Gerresheimer Straße 90

Entdecken Sie  
noch mehr Kurse  
auf unserer  
Homepage!

asg-bildungsforum.de

## Soziale Arbeitsfelder

### Betreuung von Kleinkindern

#### Auf der Basis der Kleinkindpädagogik Emmi Piklers

Qualifizierung für pädagogische und pflegerische Fachkräfte in der Kindertagesbetreuung

In Kooperation: Pikler Gesellschaft Berlin e. V., Diözesan-Caritasverband für das Erzbistum Köln e. V. und Bildungswerk der Erzdiözese Köln e. V.

Weitere Informationen und eine detaillierte Terminübersicht können Sie bei uns anfordern.

Sarah Lüttgen-Karimi et al.

10 Termine (80 Ustd.) | EUR 650,00

**Sa, ab 14.09.2024** | 09:00 – 18:00 Uhr

**2402250300** | Gerresheimer Straße 90

### Montessori-Basis-Diplom-Lehrgang

Einführung in Theorie und Praxis der Montessori-Pädagogik.

Der Lehrgang beinhaltet folgende Bereiche: Theorie; Sinnesmaterial; Sprache; Mathematik; Geometrie; kosmische Erziehung; Übungen des täglichen Lebens; Musik.

In Kooperation: Deutsche Montessori-Vereinigung und St. Ursula Berufskolleg Düsseldorf

Weitere Informationen und eine detaillierte Terminübersicht können Sie bei uns anfordern.

Simon Streiffels, et al.

295 Ustd. | EUR 1.900,00

**Fr, ab 08.11.2024** | 18:00 – 21:00 Uhr

**2402251600** | Eiskellerstraße 11

### Wie ein Fels in der Brandung: Resilienz Training für pädagogische Fachkräfte

Dieses Seminar richtet sich an Fachkräfte aus dem pädagogischen Bereich, die einen Einblick in das Thema der Resilienz erhalten möchten, um Krisen kraftvoll zu begegnen und gestärkt daraus hervorzugehen. Durch Impulse, Feedback und Erfahrungsaustausch werden die Möglichkeiten der Resilienz deutlich und alltagstauglich gemacht. Sie lernen Werkzeuge, Strategien und Übungen kennen, die Sie auch nach dem Seminar in Ihrem persönlichen und beruflichen Alltag anwenden können.

Sarah Thies

1 Termin | EUR 66,00

**Sa, 28.09.2024** | 09:30 – 16:00 Uhr

**2402250215** | Gerresheimer Straße 90

### Gewaltfreie Kommunikation in sozialen Arbeitsfeldern

#### Bildungsurlaub

Als BU nach dem AWbG anerkannt  
Sie arbeiten mit Menschen und möchten Ihre Kompetenzen in der Kommunikation weiterentwickeln? Dann sind Sie in dieser viertägigen Fortbildung genau richtig! Mit Hilfe der Gewaltfreien Kommunikation (GfK) können Sie einen positiven Einfluss innerhalb Ihrer sozialen Arbeitsfelder nehmen. Dies gilt für die Zusammenarbeit mit Kollegen im Team als auch bei der Gestaltung Ihrer Arbeit mit Menschen.

Anja Mlodoch

4 Termine (24 Ustd.) | EUR 432,00

**Mo, ab 04.11.2024** | 09:00 – 14:15 Uhr

**2402250220** | Gerresheimer Straße 90

## Offener Ganzttag

### Warum immer so extrem? Hochsensible Kinder verstehen und begleiten

#### Online-Kurs

Die Socke kneift, die Möhren gehören an eine andere Stelle auf dem Teller und jeder Übergang wird zu einem Drahtseilakt. Möglicherweise haben Sie es mit einem hochsensiblen Kleinkind zu tun! Diese Online-Fortbildung lädt dazu ein, mehr über diese Ausprägung der Persönlichkeit zu erfahren, und gibt Aufschluss darüber, wie wir in herausfordernden Situationen angemessen reagieren können.

Fabienne Geisler

1 Termin | EUR 32,00

**Di, 10.09.2024** | 18:00 – 21:00 Uhr

**2402250200** | Online

### Kompetent und sicher Herausforderungen meistern

#### Coaching-Seminar

Sie lieben Ihre Arbeit mit Kindern – doch so manches Mal stoßen Sie an Ihre Grenzen, stolpern über die Herausforderungen oder stecken in einer Sackgasse fest und wünschen sich Unterstützung? Im Coaching-Seminar können Sie sich in einer Gruppe Gleichgesinnter und mit Begleitung eines Coachs über Ihre Erfahrungen und Herausforderungen austauschen. Durch interaktive Methoden und Übungen werden Sie angeregt, sich selbst zu reflektieren, unterschiedliche Perspektiven einzunehmen und Ihre eigenen Ressourcen zu entdecken.

Carmen Killeit

1 Termin | EUR 48,00

**Sa, 21.09.2024** | 09:30 – 14:30 Uhr

**2402250211** | Gerresheimer Straße 90

### Englisch für Mitarbeitende in Kitas, der Kindertagespflege und OGS A2 / B1

#### Workshop

In vielen Gruppen der Kitas und im offenen Ganzttag gibt es Kinder aus internationalen Familien, von denen ein Elternteil nur Englisch spricht.

Der Dozent gibt Ihnen Redemittel auf den Weg, die Sie sofort in Ihrem pädagogischen / schulischen Arbeitsalltag anwenden können. Diese Fortbildung bieten wir auch als In-house-Schulung an.

Mark Seebürger

2 Termine | EUR 66,00

**Fr, 22.11.2024** | 08:30 – 11:30 Uhr

**Fr, 29.11.2024** | 08:30 – 11:30 Uhr

**2401323200** | Werdener Straße 4

## Prävention / Kursleitung

### Kinder schützen – unser Auftrag

#### Basis Plus Präventionsschulung für (Eltern-Kind-) Kursleiter

Das Seminar vermittelt auf der Grundlage der Präventionsordnung des Erzbistums Köln Basiswissen zu Themen des Kinderschutzes und der Kinderrechte für Eltern-Kind-Kursleiter und -Kursleiterinnen: rechtliche Grundlagen, Verfahrenswege bei Gewalt und Grenzverletzungen, entwicklungsgerechte Nähe und Distanz im Umgang mit Kleinkindern und Kinderrechte und Kinderschutz als Themen der Elternbildung.

Heinz Weinert

1 Termin | EUR 25,00

**Sa, 16.11.2024** | 09:30 – 16:30 Uhr

**2402260013** | Gerresheimer Straße 90

### Prävention braucht Partizipation – Vertiefungsschulung

#### Online-Kurs

Der Wert der eigenen Stimme gewinnt gerade jetzt an immenser Bedeutung. Möchte ich Demokratie leben, muss ich sie erfahren und dies von Beginn an! Partizipation bedeutet, Kinder teilhaben zu lassen. In dieser Vertiefungsschulung zur Prävention setzen wir uns zunächst mit unserem eigenen Bild vom Kind auseinander, ehe wir über Kinderrechte sprechen und gemeinsam erarbeiten, wie Beteiligung konkret aussehen kann.

Fabienne Geisler

1 Termin | EUR 25,00

**Di, 29.10.2024** | 09:15 – 13:00 Uhr

**2402260101** | Online

Jetzt vormerken  
lassen für unseren  
„Grundkurs  
SchulTag“  
ab Januar 2025

## Ehe und Partnerschaft

### Kirchlich heiraten: ein Tag für Brautpaare

Sie wollen heiraten und planen Ihre Hochzeit in der Kirche? Der Tag für Hochzeitspaare bietet Ihnen Anregungen zur Gestaltung der kirchlichen Trauung, Impulse zur Stärkung der Partnerschaft und Zeit füreinander. Ein erfahrenes Team kirchlicher Mitarbeiter berät und klärt offene Fragen rund um Ihre Hochzeit.

#### Präsenz-Kurs:

Heike Bruns, Burkhard Bruns  
1 Termin | EUR 30,00

**Sa, 14.09.2024** | 10:00 – 17:00 Uhr  
**2402640004** | Schulstraße 11

#### Online-Kurs:

Michael Inden  
2 Termine | EUR 9,00  
**Mo, 21.10.2024** | 19:00 – 21:30 Uhr  
**Mo, 28.10.2024** | 19:00 – 21:30 Uhr  
**2402640005** | Online

#### Blended Learning:

Anne Kricheldorf  
2 Termine | EUR 30,00  
**Mi, 13.11.2024** | 19:00 – 21:30 Uhr  
**Sa, 16.11.2024** | 10:00 – 17:00 Uhr  
**2402640006** | Schulstraße 11

### Schätze bergen, Liebe neu entdecken Workshop für ältere Paare

Was hält die Liebe im Wechsel der Zeit lebendig? In diesem Seminar lernen Sie, Themen anzusprechen, die Sie jetzt im Alter beschäftigen: Gesundheit, Arbeit, Träume, Ängste, Freuden, Sexualität, Erbschaften ..., was Sie schon immer einmal mit dem andern klären wollten. Ein erfahrener Psychologe gibt Impulse zu bedeutsamen Aspekten der Partnerschaft älterer Paare. Im Plenum und im vertrauten Paargespräch haben Sie die Möglichkeit, sich über Ihre Themen auszutauschen. Das Seminar greift Anregungen aus dem Buch von Hans Jellouschek „Wenn Paare älter werden“ auf.

Michael Bruckner  
1 Termin | EUR 80,00  
**Sa, 09.11.2024** | 10:00 – 17:00 Uhr  
**2402640021** | Werdener Straße 4

### KEK – Kompakt: Lieben, Streiten und Versöhnen

Was glückliche Paare richtig machen: In schwierigen Situationen streiten sie fair! Das können Sie lernen. Im Paar-Training werden wichtige Gesprächsregeln vermittelt und an praktischen Beispielen aus dem Alltag erprobt. So kann Versöhnung gelingen. Dieser Kurs richtet sich an Paare ohne schwerwiegende Konflikte und arbeitet mit Elementen aus dem Lernprogramm für konstruktive Paarkommunikation des Instituts für Kommunikationstherapie und angewandte Forschung in Partnerschaft und Familie e. V., München.

Pia van Ooyen, Michael Bruckner  
3 Termine | EUR 120,00  
**Fr, 22.11.2024** | 16:00 – 20:00 Uhr  
**Sa, 23.11.2024** | 10:00 – 16:15 Uhr  
**So, 24.11.2024** | 10:00 – 15:00 Uhr  
**2402640017** | Am Wehrhahn 28



# Familie und Generationen

Unsere  
Tanzkurse für  
Paare finden Sie  
auf Seite 79

## Rund um die Geburt

### Fit für die Geburt

#### Schwangerschaftsgymnastik

Die Schwangerschaft bringt eine Menge an körperlichen Veränderungen mit sich. Der gesamte Körper verändert sich. Gezieltes Beckenbodentraining reduziert das Erschlaffen und Absinken des Beckenbodens und wirkt sich positiv auf das Herz-Kreislaufsystem aus. Wehen-Atmungsübungen, Rückenübungen und das Einstimmen auf das Geburtsereignis sind Bestandteil im Kurs, ebenso wie die Vorbereitung auf die ersten Wochen zuhause mit Ihrem Baby.

Barbara Lapus

9 Termine | EUR 76,00

**Mi, ab 04.09.2024** | 17:00 – 18:00 Uhr

**2402653005** | Rather Kreuzweg 43

### Geburtsvorbereitung –

#### Auffrischkurs für Paare

##### Für Paare, die bereits ein Kind haben

Auch beim zweiten oder dritten Kind gibt es noch viele Fragen. Wird es wieder ähnlich sein? Können wir etwas anders machen? An diesem Sonntag wiederholen Sie als Paar in kurzer Zeit alles Wichtige für die Geburt, wie Atmung, Entspannungstechniken und Beckenbodenwahrnehmung, und können sich so optimal auf die nächste Entbindung vorbereiten.

Silvia Blume-Bernhardt

1 Termin | EUR 60,00 (Paarpreis)

**So, 17.11.2024** | 10:00 – 14:30 Uhr

**2402653017** | Wildenbruchstraße 27

### Natürlich stillen – Stillvorbereitung

#### Online-Vortrag und Fragestunde für werdende und junge Eltern

Ursula Gallmann, international zertifizierte Still- und Laktationsberaterin IBCLC, spricht über diese Themen und beantwortet Ihre Fragen: Stillen – Natürlichkeit und Vorteile, Anatomie der Brust und Physiologie der Milchbildung sowie: Besonderheiten der Muttermilch, Bonding und Stillen in den ersten Stunden und Tagen, Stillprobleme, Stillhilfsmittel, Stillen und Berufstätigkeit.

Ursula Gallmann

1 Termin | EUR 5,00

**Mo, 09.09.2024** | 19:30 – 21:45 Uhr

**2402613020** | Online

**Mo, 18.11.2024** | 19:30 – 21:45 Uhr

**2402613021** | Online

### Keine Lust auf die Pille?

#### Verhütungssapps und Zyklustracker

##### Onlineveranstaltung über Zoom

Im App Store und bei Google Play gibt es inzwischen auch Apps zum Verhüten. Die Auswahl ist groß. Aber welche App bietet wirklich sichere Verhütung an? Kann man Zyklustrackern vertrauen und wenn ja, welchen? In diesem Webinar wird erklärt, was gut funktioniert und kostengünstig ist. Außerdem werden die häufigsten Fehler vorgestellt, die bei der Nutzung von Apps und Trackern gemacht werden und zu einer unsicheren Verhütung führen. Unsere Expertin beantwortet auch alle Eure Fragen zur natürlichen Verhütung!

Adelaide Dechow

1 Termin | gebührenfrei

**Mi, 30.10.2024** | 18:00 – 20:15 Uhr

**2402613018** | Online

## Elternstart NRW

Elternstart NRW ist ein Angebot für Eltern mit ihrem Baby im 1. Lebensjahr. In Elternstart NRW Kursen und offenen Treffs bekommen Eltern Tipps und Anregungen für die erste Zeit als Familie. Elternstart NRW wird gefördert durch das Land NRW und ist für Sie kostenfrei.

### Elternstart NRW mit Elementen aus Babymassage und Rückbildung

#### Für Mütter und Babys ab 5 Wochen

In diesem Kurs kommen Mutter und Baby gleichermaßen zum Zuge: Die Babys dürfen sich bei der sanften Babymassage entspannen, bevor sich die Mütter den Übungen der Rückbildungsgymnastik zuwenden und dabei die Muskulatur und ihren ganzen Körper Stück für Stück kräftigen. Mutter und Baby verbringen so eine schöne Zeit gemeinsam und können andere Mütter und Babys kennenlernen und sich mit ihnen austauschen.

Barbara Lapus

5 Termine | gebührenfrei

**Mo, ab 02.09.2024** | 09:30 – 11:00 Uhr

**2402653006** | Rather Kreuzweg 43

**Mo, ab 07.10.2024** | 09:30 – 11:00 Uhr

**2402653007** | Rather Kreuzweg 43

**Mo 11.11.2024** | 09:30 – 11:00 Uhr

**2402654007** | Rather Kreuzweg 43

Sandra Hecklinger

5 Termine | gebührenfrei

**Fr, ab 30.08.2024** | 12:00 – 13:30 Uhr

**2402653008** | Gerresheimer Straße 90

**Fr, ab 08.11.2024** | 12:00 – 13:30 Uhr

**2402653010** | Gerresheimer Straße 90



### Elternstart NRW mit Elementen aus Babymassage und Baby-Yoga

#### Für Eltern mit Babys von 8 Wochen bis 6 Monaten

Bei der Babymassage wird das Baby am ganzen Körper sanft massiert und kann sich beruhigen und entspannen. Die sanften Zuwendungen geben dem Baby ein gesundes Körpergefühl, lindern körperliche Beschwerden und stärken die Beziehung zwischen Eltern und Kind. In diesem Kurs erlernen Sie die Babymassage nach Frederik Leboyer und die Schmetterlingsmassage nach Eva Reich.

Ursula Gallmann

6 Termine | gebührenfrei

**Di, ab 27.08.2024** | 12:00 – 13:15 Uhr

**2402653003** | Gericusstraße 14

**Di, ab 29.10.2024** | 12:00 – 13:15 Uhr

**2402653004** | Gericusstraße 14

**Do, ab 22.08.2024** | 14:45 – 16:00 Uhr

**2402653001** | Wildenbruchstraße 27

**Do, ab 31.10.2024** | 14:45 – 16:00 Uhr

**2402653002** | Wildenbruchstraße 27

## Eltern-Kind-Kurse Spielgruppen: Pikler und Co.

### Sing- und Bewegungsspiele

Wie kann ich mein Baby spielerisch fördern und gemeinsame Zeit genießen? Singen, Bewegung und Spiel bieten spannende Möglichkeiten für die Entwicklung und stärken die Bindung zwischen Eltern und Kindern. In diesen Kursen geben erfahrene Kursleiterinnen Ihnen und Ihren Babys schöne Anregungen, um die Kinder spielerisch und auf ganz natürliche Weise zu fördern. Außerdem ist Zeit für den Austausch untereinander, zum Freundschaften knüpfen und um gemeinsam die Entwicklung der Kinder achtsam zu beobachten.

#### Für Eltern mit Babys und Kleinkindern

Sabine Drösser  
12 Termine | EUR 96,00  
**Mi, ab 04.09.2024** | 09:30 – 11:00 Uhr  
**2402623225** | Hülsmeierstraße 28

#### Für Eltern und Babys von 3 bis 7 Monaten

Christina Calderon  
13 Termine | EUR 104,00  
**Mi, ab 04.09.2024** | 11:00 – 12:30 Uhr  
**2402623229** | Wildenbruchstraße 27

#### Für Eltern und Babys von 2 bis 6 Monaten

Alexandra Reinhardt  
13 Termine | EUR 104,00  
**Mo, ab 02.09.2024** | 09:15 – 10:45 Uhr  
**2402623250** | Wildenbruchstraße 27

#### Für Eltern und Babys von 6 bis 12 Monaten

Sabine Drösser  
11 Termine | EUR 88,00  
**Do, ab 05.09.2024** | 11:15 – 12:45 Uhr  
**2402623230** | Gericusstraße 14

#### Für Eltern und Babys von 8 bis 14 Monaten

Christina Calderon  
13 Termine | EUR 104,00  
**Mi, ab 04.09.2024** | 09:15 – 10:45 Uhr  
**2402623228** | Wildenbruchstraße 27

### Das erste und zweite Lebensjahr in Anlehnung an Emmi Pikler

Ihr Kind kann im Kurs erste Entdeckungen machen, kriechen, krabbeln, klettern und sich ausprobieren.

Die vorbereitete Umgebung und die Haltung der Kursleiterin schaffen eine Atmosphäre in der Gruppe, dass Fähigkeiten und Entwicklungsfortschritte sichtbar werden. Eltern können sich mit anderen Eltern austauschen und bekommen Anregungen für einen gelungenen Alltag mit ihrem Kind.

#### Für Eltern und Kinder ab 6 Monaten

Karin Torras  
7 Termine | EUR 56,00  
**Mo, ab 26.08.2024** | 09:30 – 11:30 Uhr  
**2402623234** | Rather Kreuzweg 43

**Mo, ab 28.10.2024** | 09:30 – 11:30 Uhr  
**2402623434** | Rather Kreuzweg 43

Anja Reinecke-Schäfer  
12 Termine | EUR 132,00  
**Di, ab 27.08.2024** | 09:30 – 11:00 Uhr  
**2402623212** | Gerresheimer Straße 90

**Do, ab 29.08.2024** | 09:30 – 11:00 Uhr  
**2402623211** | Gerresheimer Straße 90

7 Termine | EUR 77,00  
**Di, ab 29.10.2024** | 11:15 – 12:45 Uhr  
**2402623213** | Gerresheimer Straße 90

**Do, ab 31.10.2024** | 11:15 – 12:45 Uhr  
**2402623215** | Gerresheimer Straße 90

Claudia Trinks  
13 Termine | EUR 104,00  
**Fr, ab 30.08.2024** | 10:00 – 11:30 Uhr  
**2402623216** | Sternwartstraße 65

14 Termine | EUR 112,00  
**Di, ab 27.08.2024** | 10:00 – 11:30 Uhr  
**2402623217** | In der Hött 12

#### Für Eltern und Kinder ab 1 Jahr

Karin Torras  
7 Termine | EUR 56,00  
**Mi, ab 28.08.2024** | 09:30 – 11:45 Uhr  
**2402623231** | Rather Kreuzweg 43

**Mi, ab 30.10.2024** | 09:30 – 11:45 Uhr  
**2402624258** | Rather Kreuzweg 43

### Väterinitiative – Zeit mit Papa

Heute Papa mal ganz für sich haben, spielen, singen und toben – mit anderen Kindern und mit anderen Vätern. Hier haben Väter auch einmal die Möglichkeit, unter sich zu sein und mit ihrem Kind eine entspannte Zeit zu verbringen. Daneben tauschen sie sich aus über Informationen und Anregungen rund um Kindesentwicklung, Alltagsorganisation und Partnerschaft und können zu einer tollen Vätergruppe zusammenwachsen.

#### Für Väter und Kinder von 6 bis 14 Monaten

Arne Cremer  
18 Termine | gebührenfrei  
**Mi, ab 21.08.2024** | 15:30 – 17:00 Uhr  
**2402623223** | Wildenbruchstraße 27

#### Für Väter und Kinder von 1 bis 3 Jahren

Julian Franke  
20 Termine | gebührenfrei  
**Sa, ab 03.08.2024** | 10:00 – 11:30 Uhr  
**2402623255** | Wildenbruchstraße 27

#### Für Väter und Kinder von 6 Monaten bis 2 Jahren

Martin John  
21 Termine | gebührenfrei  
**Sa, ab 03.08.2024** | 10:00 – 11:30 Uhr  
**2402623254** | Gericcusstraße 14

### Vater-Kind-Krabbelgruppe

#### Für Väter und Kinder von 6 Monaten bis 1 Jahr

Am Samstag mal Papa ganz für sich haben, spielen, frühstücken, singen und toben – mit anderen Kindern und mit anderen Vätern. Hier haben Väter auch einmal die Möglichkeit, unter sich zu sein und mit ihrem Kind eine entspannte Zeit zum Spielen zu haben. Daneben erhalten sie Informationen und Anregungen rund um Kindesentwicklung, Alltagsorganisation und Partnerschaft und können andere Väter kennen lernen.

Philipp Wätzold  
6 Termine | EUR 45,00  
**Sa, ab 24.08.2024** | 10:00 – 11:30 Uhr  
**2402622356** | Rather Kreuzweg 43

6 Termine | EUR 45,00  
**Sa, ab 09.11.2024** | 10:00 – 11:30 Uhr  
**2402622456** | Rather Kreuzweg 43

### Zwillingsspielgruppe

#### Für Eltern und Zwillinge von 6 bis 12 Monaten

Wie kann ich meine Zwillinge spielerisch fördern und gemeinsame Zeit genießen? Singen, Bewegung und Spiel bieten spannende Möglichkeiten für die Entwicklung und stärken die Bindung zwischen Eltern und Kindern. In diesem Kurs gibt die Kursleiterin Ihnen und Ihren Zwillingen schöne Anregungen, um die Kinder spielerisch und auf ganz natürliche Weise zu fördern. Außerdem ist Zeit für den Austausch untereinander, zum Freundschaften knüpfen und um gemeinsam die Entwicklung der Kinder achtsam zu beobachten.

Sabine Drösser  
11 Termine | EUR 132,00  
**Do, ab 05.09.2024** | 09:30 – 11:00 Uhr  
**2402623227** | Gericcusstraße 14

### Spielgruppe

#### Für Familien mit Fluchterfahrung

Kinder brauchen Kinder zum Spielen. Sie wollen sich bewegen, lieben Lieder und freuen sich in der Gemeinschaft. In diesem Kurs bekommen Eltern und Kinder Anregungen für das gemeinschaftliche Spiel. Bewegung und Singen unterstützt die kindliche Entwicklung. Mit anderen Kindern und mit Mama oder Papa an der Seite macht das besonders viel Spaß!

Salam Al-Bawi  
18 Termine | gebührenfrei  
**Fr, ab 23.08.2024** | 14:15 – 17:15 Uhr  
**2402623244** | Oberlöricker Straße 321

Svitlana Filenko  
17 Termine | gebührenfrei  
**Di, ab 27.08.2024** | 09:30 – 12:30 Uhr  
**2402623242** | Oberlöricker Straße 321

#### Für Eltern und Kinder von 0 bis 3 Jahren

Massuda Asan, Shokria Samani  
15 Termine | gebührenfrei  
**Do, ab 22.08.2024** | 09:30 – 11:00 Uhr  
**2402623241** | Rather Kreuzweg 4

#### Für Eltern und Kinder von 3 bis 6 Jahren

Shokria Samani, Zahar Samani  
15 Termine | gebührenfrei  
**Fr, ab 23.08.2024** | 09:30 – 11:00 Uhr  
**2402623245** | Rather Kreuzweg 43

**Di, ab 27.08.2024** | 09:30 – 11:00 Uhr  
**2402623246** | Sankt-Franziskus-Straße 157

### Japanische Spielgruppe

#### Für Eltern mit Kindern von 6 Monaten bis 3 Jahren

Wir lernen deutsche und japanische Spiele und Lieder. Dabei orientieren wir uns an der Montessori Pädagogik

Mayumi Sato  
13 Termine | EUR 195,00  
**Di, ab 03.09.2024** | 10:30 – 12:00 Uhr  
**2402623256** | Wildenbruchstraße 27

### Spielraum für große und kleine Entdecker

#### Für Eltern und Kinder bis 6 Jahren

Offener Spieltreff für Eltern und Kinder – bei schönem Wetter findet das Treffen auch mal im Garten statt.

Karin Torras  
14 Termine | EUR 3,00 pro Termin vor Ort  
**Mi 28.08.2024** | 15:30 – 17:30 Uhr  
**2402623258** | Rather Kreuzweg 43

### Mein Kind kommt in den Kindergarten

#### Vorbereitung – Spielzeit – selbständig werden

**Für Eltern und Kinder von 1 bis 3 Jahren**  
In diesem Kurs geht es um die vielen Fragen rund um den Kindergartenstart. Eltern und Kinder werden dabei unterstützt und können erste Erfahrungen der Selbständigkeit an der sicheren Seite von Mama oder Papa machen.

Karin Torras  
7 Termine | EUR 56,00  
**Di, ab 27.08.2024** | 09:30 – 11:45 Uhr  
**2402623306** | Rather Kreuzweg 43

**Di, ab 29.10.2024** | 09:30 – 11:45 Uhr  
**2402624306** | Rather Kreuzweg 43

## Bewegung

### Turnen für Minis

#### Für Eltern und Kinder von 1,5 bis 2 Jahren

Beim freien Turnen und bei kleinen Bewegungsspielen lernen die Kinder ihren Körper und ihre Fähigkeiten kennen. Du begleitest Dein Kind mit Achtsamkeit. Bindung und Beziehung zu Deinem Kind vertiefen sich. Dein Kind spürt Deine Sicherheit, so dass das Zutrauen in die eigenen Möglichkeiten wächst. Sollten noch wärmere Tage kommen, treffen wir uns auch mal am Rhein.

Anke Winkler  
12 Termine | EUR 96,00  
**Mo, ab 19.08.2024** | 15:30 – 16:30 Uhr  
**2402623004** | Wildenbruchstraße 27

**Mo, ab 19.08.2024** | 16:30 – 17:30 Uhr  
**2402623005** | Wildenbruchstraße 27

### Tanzen für Minis

#### Für Eltern und Kinder von 1,5 bis 3 Jahren

In diesem Kurs stehen Freude, Fantasie und Kreativität der kleinen Tänzerinnen und Tänzer im Mittelpunkt. Als erfahrene Tanzpädagogin vermittelt Svitlana den Kindern und ihrer Begleitperson ein erstes Gefühl für Rhythmus und Musik. Wir nutzen Tücher, Rasseln, Bänder und Glöckchen um gemeinsam leichte, dem Alter angemessene Choreografien zu entwickeln.

Svitlana Filenko  
13 Termine | EUR 117,00  
**Di, ab 03.09.2024** | 15:30 – 16:30 Uhr  
**2402623101** | Wildenbruchstraße 27

**Di, ab 03.09.2024** | 16:30 – 17:30 Uhr  
**2402623102** | Wildenbruchstraße 27

### Bewegung und Spiel

Kinder wollen sich bewegen! In diesem Kurs können die Kinder beim Klettern, Springen und Rennen ihren eigenen Körper und ihre Umgebung kennenlernen, ihre Sinne spüren und über sich hinauswachsen. Mit anderen Kindern und mit Mama oder Papa an der Seite macht das besonders viel Spaß!

#### Für Eltern und Kinder von 1 bis 2 Jahren

Agnes Beulich  
15 Termine | EUR 120,00  
**Mo, ab 26.08.2024** | 15:30 – 16:30 Uhr  
**2402622010** | Münsterstraße 121

#### Für Eltern und Kinder von 1 bis 2,5 Jahren

Ulrike Hahne  
14 Termine | EUR 112,00  
**Di, ab 27.08.2024** | 15:00 – 16:00 Uhr  
**2402623031** | Roderbirkener Straße 19

**Di, ab 27.08.2024** | 16:00 – 17:00 Uhr  
**2402623032** | Roderbirkener Straße 19

**Mi, ab 28.08.2024** | 15:30 – 16:30 Uhr  
**2402623022** | Roderbirkener Straße 19

**Mi, ab 28.08.2024** | 16:30 – 17:30 Uhr  
**2402623023** | Roderbirkener Straße 19

#### Für Eltern und Kinder von 1 bis 3 Jahren

Marie-Therese Bläsche  
7 Termine | EUR 5,00  
**Mi, ab 28.08.2024** | 09:30 – 11:00 Uhr  
**2402623034** | Selbeckerstraße 35

Agnes Beulich  
7 Termine | EUR 84,00  
**Sa, ab 31.08.2024** | 09:00 – 10:30 Uhr  
**2402622020** | Münsterstraße 121

#### Für Eltern und Kinder von 2 bis 3 Jahren

Agnes Beulich  
15 Termine | EUR 120,00  
**Mi, ab 28.08.2024** | 15:30 – 16:30 Uhr  
**2402622014** | Münsterstraße 121

#### Für Eltern und Kinder von 2 bis 4 Jahren

Agnes Beulich  
14 Termine | EUR 112,00  
**Do, ab 29.08.2024** | 15:30 – 16:30 Uhr  
**2402622016** | Münsterstraße 121

#### Für Eltern und Kinder von 3 bis 4 Jahren

Agnes Beulich  
15 Termine | EUR 120,00  
**Di, ab 27.08.2024** | 15:30 – 16:30 Uhr  
**2402622012** | Münsterstraße 121

**Mi, ab 28.08.2024** | 16:30 – 17:30 Uhr  
**2402622015** | Münsterstraße 121

14 Termine | EUR 112,00  
**Fr, ab 30.08.2024** | 15:30 – 16:30 Uhr  
**2402622018** | Münsterstraße 121

#### Für Eltern und Kinder von 3 bis 5 Jahren

Agnes Beulich  
14 Termine | EUR 112,00  
**Fr, ab 30.08.2024** | 16:30 – 17:30 Uhr  
**2402622019** | Münsterstraße 121

7 Termine | EUR 84,00  
**Sa, ab 31.08.2024** | 10:30 – 12:00 Uhr  
**2402622021** | Münsterstraße 121

#### Für Eltern und Kinder von 4 bis 5 Jahren

Agnes Beulich  
15 Termine | EUR 120,00  
**Mo, ab 26.08.2024** | 16:30 – 17:30 Uhr  
**2402622011** | Münsterstraße 121

Unsere Kinder-  
schwimm-Kurse  
finden Sie auf  
Seite 80.

### Spiel und Bewegung in Anlehnung an Emmi Pikler

#### Für Eltern und Kinder von 3 bis 12 Monaten

Die Kinder können ausprobieren, klettern, balancieren ganz ohne Anleitung der Erwachsenen. Dabei werden sie selbstbewusster und selbständiger. Eltern verbringen im angeleiteten Teil beim Spielen, Singen und Bewegen wertvolle Beziehungszeit mit ihrem Kind und in der Gruppe der anderen Eltern. Es bleibt Raum für Austausch und Gespräch. Die Kursleiterin steht für alle Fragen des Kleinkindalters zur Verfügung.

Silvia Blume-Bernhardt  
11 Termine | EUR 99,00

**Mi, ab 04.09.2024** | 14:30 – 16:00 Uhr  
**2402623024** | Wildenbruchstraße 27

#### Für Eltern und Kinder von 1 bis 2 Jahren

Silvia Blume-Bernhardt  
11 Termine | EUR 99,00

**Mi, ab 04.09.2024** | 16:00 – 17:30 Uhr  
**2402623025** | Wildenbruchstraße 27

### Konzentrationstraining mit Bewegung und Spiel

Die im Kurs angebotenen wissenschaftlich fundierten Übungen schaffen neue Vernetzungen im Gehirn und verbessern so die Leistungsfähigkeit. Grob- und Feinmotorik, Wahrnehmung, Denkfähigkeit und Gedächtnis werden spielerisch trainiert. Durch Bewegung mit Spaß und ohne Leistungsdruck wird die Konzentration gestärkt. Im Vordergrund stehen Ballspiele und Kletterübungen, die Bewegungsabläufe trainieren, die Koordination schulen und alle Wahrnehmungsbereiche positiv beeinflussen.

#### Für Eltern und Kinder von 3 bis 5 Jahren

Agnes Beulich  
14 Termine | EUR 140,00

**Do, ab 29.08.2024** | 16:30 – 17:30 Uhr  
**2402622017** | Münsterstraße 121

#### Für Eltern und Kinder von 4 bis 5 Jahren

Agnes Beulich  
15 Termine | EUR 150,00

**Di, ab 27.08.2024** | 16:30 – 17:30 Uhr  
**2402622013** | Münsterstraße 121

### Spiel und Spaß

#### Für Eltern und Kinder ab 2 Jahren

Kinder brauchen Kinder zum Spielen, sie wollen sich bewegen, Kinder brauchen Lieder und freuen sich in der Gemeinschaft. In diesem Kurs bekommen Eltern und Kinder Anregungen für das gemeinschaftliche Spiel, Bewegung und Singen unterstützt die kindliche Entwicklung. Mit anderen Kindern und mit Mama oder Papa an der Seite macht das besonders viel Spaß!

Pia Groß

13 Termine | EUR 80,00

**Do, ab 29.08.2024** | 15:30 – 17:00 Uhr  
**2402623235** | Rather Kreuzweg 43

### Mutig und sicher bewegen und spielen

#### Für Väter und Kinder ab ca. 3 Jahren

Jan Themann

15 Termine | gebührenfrei

**Mo, ab 26.08.2024** | 17:00 – 18:30 Uhr  
**2402623239** | Herner Straße 10

Entdecken Sie  
noch mehr Kurse  
auf unserer  
Homepage!

[asg-bildungsforum.de](http://asg-bildungsforum.de)

## Kreativität

### Spiele und kreativ sein

#### Für Eltern und Kinder von 1 bis 3 Jahren

Es wird gebastelt, gemalt und gekleckst! In diesem Kurs machen Kinder in Begleitung ihrer Eltern erste Erfahrungen mit Farbe, Salzteig und Papier. Zum Ausgleich finden die Kinder Ruhe beim Freispiel in einer vorbereiteten Umgebung.

Anabela Duraes Jeroch  
12 Termine | EUR 108,00

**Fr, ab 06.09.2024** | 16:00 – 17:30 Uhr  
**2402623110** | Wildenbruchstraße 27

### Farbkleckse und Matschfinger

#### Für Eltern und Kinder ab ca. 2 bis 4 Jahren

Eintauchen in die Welt der Farben und Formen, Anregungen für kreatives Tun, dabei entstehen erste kleine Kunstwerke und auch das Spiel kommt nicht zu kurz.

Karin Torras  
7 Termine | EUR 56,00

**Di, ab 27.08.2024** | 15:30 – 17:30 Uhr  
**2402623232** | Rather Kreuzweg 43

**Di, ab 29.10.2024** | 15:30 – 17:30 Uhr  
**2402624232** | Rather Kreuzweg 43

## Musik

### Wir machen Musik – drinnen und draußen

#### Für Eltern und Kinder von 1,5 bis 3 Jahren

In diesem Kurs sollen Kinder wie Eltern mit dem „spielerischen Musizieren“ vertraut gemacht werden. Dabei stehen die Freude und der Spaß an der Musik im Vordergrund. Bei mildem und trockenem Wetter treffen wir uns auf den Oberkasseler Rheinwiesen. Der erste Termin findet in der Wildenbruchstraße 27 statt.

Daniel Jiménez  
14 Termine | EUR 123,00

**Di, ab 27.08.2024** | 15:45 – 16:30 Uhr  
**2402623103** | Wildenbruchstraße 27

**Di, ab 27.08.2024** | 16:30 – 17:15 Uhr  
**2402623104** | Wildenbruchstraße 27

#### Für Eltern und Kinder von 6 bis 18 Monaten

Daniel Jiménez  
13 Termine | EUR 114,00

**Fr, ab 30.08.2024** | 11:15 – 12:00 Uhr  
**2402623107** | Wildenbruchstraße 27

**Fr, ab 30.08.2024** | 12:00 – 12:45 Uhr  
**2402623108** | Wildenbruchstraße 27

### Wir machen Musik

#### Für Eltern und Kinder von 6 bis 18 Monaten

In diesem Kurs sollen Kinder wie Eltern mit dem „spielerischen Musizieren“ vertraut gemacht werden. Dabei stehen die Freude und der Spaß an der Musik im Vordergrund.

Daniel Jiménez  
14 Termine | EUR 123,00

**Mo, ab 26.08.2024** | 14:30 – 15:15 Uhr  
**2402623120** | Bülowstraße 5

#### Für Eltern und Kinder von 1,5 bis 3 Jahren

Daniel Jiménez  
14 Termine | EUR 123,00

**Mo, ab 26.08.2024** | 15:20 – 16:05 Uhr  
**2402623121** | Bülowstraße 5

### Die Sprache der Trommeln

#### Für Eltern und Kinder von 4 bis 6 Jahren

Es wird getrommelt! Spielerische Einführung an verschiedenen Trommeln, Rhythmus, Bewegung und erste gemeinsame Spiele auf den Instrumenten.

Dieter Markowsky  
1 Termin | EUR 5,00

**Sa, 21.09.2024** | 10:00 – 13:00 Uhr  
**2402623333** | Hülsmeierstraße 28

**Sa, 16.11.2024** | 10:00 – 13:00 Uhr  
**2402623316** | Herner Straße 10

### Reise in den Dschungel!

#### Für Eltern und Kinder von 3 bis 6 Jahren

Mithilfe einer spannenden Geschichte über die Pflanzen und Tiere des Dschungels begeben wir uns auf eine rhythmisch-bunte musikalische Reise.

Daniel Jiménez  
1 Termin | gebührenfrei

**Sa, 28.09.2024** | 10:00 – 12:15 Uhr  
**2402623311** | Auf der Reide 2

## Im Wald

### Waldspielgruppen:

#### Für Eltern und Kinder von 3 bis 6 Jahren

Treffpunkt: Rather Waldstadion,  
Wilhelm-Unger-Straße 15

### Herbstwald

#### Für Eltern mit Kindern von 3 bis 6 Jahren

Der Herbst, der Herbst, der Herbst ist da... schüttelt ab die Blätter, bringt uns Regenwetter... Der Wald im Herbst, eine tolle Erfahrung, es duftet, es gibt viele neue Spielmöglichkeiten mit Kastanien, Eicheln, Bucheckern und allem, was die Natur uns schenkt. Freie und angeleitete Bewegungserfahrungen auf unwegsamem Gelände machen Spaß, fördern die Gesamtmotorik und regen alle Sinne an.

Ines Würz  
6 Termine | EUR 48,00

**Mi, ab 28.08.2024** | 16:00 – 17:30 Uhr  
**2402623252** | Wilhelm-Unger-Straße 15

7 Termine | EUR 56,00

**Mi, ab 30.10.2024** | 16:00 – 17:30 Uhr  
**2402623251** | Wilhelm-Unger-Straße 15

## Workshops

### Weltraumfahrt

**Für Eltern und Kinder von 3 bis 6 Jahren**  
Raketentrieb mit Brauseantrieb! Auf unserer Forscherreise erleben wir viele Experimente zum Mitmachen und Begreifen. Erforsche, was mit einem Luftballon im Weltraum passiert, schau Dir unsere Sonne ohne Strahlen an und finde raus, warum der Mond so dunkle Flecken hat.

Antonia Nolte  
1 Termin | gebührenfrei  
**Sa, 05.10.2024** | 10:00 – 12:15 Uhr  
**2402623312** | Auf der Reide 2

1 Termin | EUR 10,00  
**Sa, 31.08.2024** | 10:00 – 12:15 Uhr  
**2402623357** | Martinstraße 30

**Fr, 18.10.2024** | 14:30 – 16:00 Uhr  
**2402623365** | Florensstraße 28

### Das elektrische Licht

**Für Eltern und Kinder von 3 bis 6 Jahren**  
Klick! Warum geht das Licht an, wenn Du auf den Lichtschalter drückst? Wir bilden unseren eigenen Stromkreislauf ganz ohne Kabel und jeder darf mal der Lichtschalter sein. Versuch Dich an Experimenten mit dem Stromprüfer und lerne, wann Strom gefährlich werden kann. Entwickle Deine eigene Lampe und bring sie mit Batterien zum Leuchten.

Antonia Nolte  
1 Termin | EUR 5,00  
**Sa, 28.09.2024** | 10:00 – 12:15 Uhr  
**2402623351** | Bülowstraße 5

**Sa, 16.11.2024** | 10:00 – 12:15 Uhr  
**2402623317** | Mörsenbroicher Weg 8

### Das Geheimnis des Regenbogens

**Für Eltern und Kinder von 3 bis 6 Jahren**  
Fabriziere bunte Schatten, finde heraus, woher der Regenbogen kommt und wie die Welt um Dich herum wohl aussieht, wenn plötzlich alles Blau ist. Erfahre, wie Du ganz alleine Licht brechen, mischen und lenken kannst und baue das kleinste Kaleidoskop der Welt.

Antonia Nolte  
1 Termin | EUR 5,00  
**Sa, 12.10.2024** | 10:00 – 12:15 Uhr  
**2402623338** | Roderbirkener Straße 19

**Sa, 09.11.2024** | 10:00 – 12:15 Uhr  
**2402623354** | Bülowstraße 5

### Zauberreise – die kleine Raupe

**Für Eltern und Kinder ab 3 Jahren**  
Hol mit einem Wink Deines Zauberstabs den Frühling herbei und hilf der hungrigen Raupe mit einem magischen Buntstift bei ihrer Suche nach Futter. Schau, wie schnell sie wächst! Bist Du auch so gespannt auf ihre Verwandlung? (Fantasiereise und echte Zaubertricks)

Antonia Nolte  
1 Termin | EUR 10,00  
**Sa, 14.09.2024** | 10:00 – 11:30 Uhr  
**2402623359** | In der Hött 12

### Tolly, die Turnmaus

**Für Eltern mit Kindern von 2 bis 3 Jahren**  
Wir klettern, singen, purzeln und springen durch unsere Mi-Ma-Mause-Welt. Von Mama und Papa begleitet, wenn nötig, haben wir dabei richtig viel Spaß!

Stefanie Bücken  
1 Termin | gebührenfrei  
**Sa, 28.09.2024** | 10:00 – 12:15 Uhr  
**2402623336** | Am Mönchgraben 47

### Turnhallengespenster

**Für Eltern und Kinder von 2 bis 3 Jahren**  
Wir sind heute lustige Turnhallengespenster! Auf unserem Gespenster-Parcours warten allerlei altersgerechte Herausforderungen auf uns. Zum Schluss zappeln und tanzen wir noch zur Gespenster-Musik und können uns dabei so richtig austoben. Kommt, macht mit!

Stefanie Bücken  
1 Termin | gebührenfrei  
**Di, 19.11.2024** | 15:00 – 16:30 Uhr  
**2402623319** | Dülmener Weg 25 a

### Kleine Wackelgeister

#### Bewegungsworkshop

**Für Eltern und Kinder von 2 bis 3 Jahren**  
Wir sind heute lustige Wackel-Geister! Auf unserem Wackel-Parcours warten allerlei altersgerechte Herausforderungen auf uns. Zum Schluss zappeln und tanzen wir noch zur Wackelblues-Musik und können uns dabei so richtig austoben. Kommt, macht mit!

Agnes Beulich  
1 Termin | EUR 3,00  
**Sa, 23.11.2024** | 11:00 – 13:15 Uhr  
**2402623320** | Oldenburger Straße 6

### Eisberge, Eisschollen und Pinguine

**Für Eltern und Kinder von 4 bis 5 Jahren**  
Wir reisen in die Antarktis, Kommt Ihr mit? Wir erleben einen spannenden und abwechslungsreichen Bewegungsausflug zwischen Eisbergen, Eisschollen und Pinguinen. Wir rennen, hüpfen, springen, suchen Deckung und tauchen wieder auf. Das alles mit viel Spaß und Bewegungsfreude.

Agnes Beulich  
1 Termin | gebührenfrei  
**Sa, 07.12.2024** | 10:00 – 12:15 Uhr  
**2402623323** | Auf der Reide 2

### Auf zum Nordpol

**Für Eltern und Kinder von 4 bis 5 Jahren**  
Wir reisen an den Nordpol. Kommt Ihr mit? Wir erleben einen spannenden und abwechslungsreichen Bewegungsausflug zwischen Eisbergen und wilden Tieren. Wir rennen, hüpfen, springen, suchen Deckung und tauchen wieder auf. Das alles mit viel Spaß und Bewegungsfreude.

Agnes Beulich  
1 Termin | EUR 5,00  
**Sa, 12.10.2024** | 10:00 – 12:15 Uhr  
**2402623303** | Am Gatherhof 37

### Reise um die Welt

**Für Eltern und Kinder von 2 bis 3 Jahren**  
Auf unserer Reise ins Bewegungsland bestreiten wir viele Laufabenteuer, entdecken neue Hüpfinseln und durchstreifen die wildesten Kletterlandschaften. Wir erobern wogende Ozeane und machen uns auf die Suche nach springenden Wildtieren. Wer kommt mit auf die Reise?

Agnes Beulich  
1 Termin | EUR 5,00  
**Sa, 07.09.2024** | 10:00 – 12:15 Uhr  
**2402623327** | Hülsmeierstraße 28

1 Termin | gebührenfrei  
**Sa, 21.09.2024** | 10:00 – 12:15 Uhr  
**2402623330** | Stürzelberger Straße 33

## Hüpfen, Springen und Bewegen – gestern und heute

### Für Eltern und Kinder von 4 bis 6 Jahren

Hier wechseln sich altbekannte Bewegungsspiele mit neuen Ideen einmal ab. Von „Fischer, wie tief ist das Wasser“ über das bekannte „Stopp-Spiel“ bis hin zum „Laufspiel der Seegeister“ ist vieles dabei. Da werden auch die Eltern noch einmal zum Kind!

Agnes Beulich  
1 Termin | EUR 5,00  
**Sa, 02.11.2024** | 10:00 – 12:15 Uhr  
**2402623342** | Leopoldstraße 30

## Fantastisches Abenteuer mit Rittern und Drachen

### Für Eltern und Kinder ab 3 Jahren

Kleine Ritter und mutige Drachenreiter aufgepasst: Gemeinsam erkunden wir das Reich der Drachen und meistern wagemutige Herausforderungen. Vom Balancieren auf schmalen Balken bis hin zu kühnen Kletteraktionen – hier ist für jeden etwas dabei!

Agnes Beulich  
1 Termin | gebührenfrei  
**Sa, 24.08.2024** | 10:00 – 12:15 Uhr  
**2402623355** | Gerresheimer Straße 90

## Wir stellen Seife her

### Für Eltern und Kinder von 4 bis 6 Jahren

Tolle Formen, Farben und Düfte, tolle Seife für Mama, Papa, Oma oder für Dich selbst herstellen! Du suchst Farbe, Form und Duft natürlich selber aus. Mit Deiner eigenen Seife macht Händewaschen so richtig Spaß!

Julia Bonk  
1 Termin | EUR 10,00  
**Fr, 30.08.2024** | 14:30 – 16:45 Uhr  
**2402623352** | Florensstraße 28

## Hallo kleines Pony!

### Für Eltern und Kinder von 2 bis 4 Jahren

Wir lernen die Ponys Poldi und Perla kennen! Sie werden geputzt, gefüttert, geführt, und natürlich reiten wir auch einige Runden während eines Spaziergangs. Beides ist verbunden mit vielen Infos zum Ponyleben und lustigen Spielen, die Vertrauen zu den Tieren aufbauen.

Birgit Schmid  
1 Termin | EUR 10,00  
**Sa, 07.09.2024** | 10:00 – 13:00 Uhr  
**2402623326** | Gustav-Kneist-Weg 4

**Sa, 28.09.2024** | 10:00 – 13:00 Uhr  
**2402623334** | Gericcusstraße

## Auf in den Wald, kleines Pony!

### Für Eltern und Kinder von 3 bis 6 Jahren

Heute geht es mit Poldi und Perla raus in die Natur. Wir führen die Ponys an der Trense über Stock und Stein durch den Wald, reiten sie mal vorwärts, mal rückwärts und hören dabei einiges über das Leben der kleinen Pferde. Während Mama und Papa die Kinder auf dem Pony halten und Vertrauen vermitteln, fördern die Kinder ihre Sinne und ihr Körpergefühl beim Reiten und Laufen durch den Wald.

Birgit Schmid  
1 Termin | EUR 15,00  
**Sa, 07.09.2024** | 13:30 – 16:30 Uhr  
**2402623307** | Wanderparkplatz Wildpark  
Rennbahnstraße 70  
„Treffpunkt: Führungen“

## Wir bauen ein Segelboot

### Für Väter und Kinder ab 4 Jahren

Heute wird gehämmert, gesägt und gemalt! Jedes Kind darf sich heute zusammen mit Papa ein eigenes Segelboot bauen, um es dann in See stechen zu lassen!

Jörg Mickeler  
1 Termin | EUR 7,00  
**Sa, 07.09.2024** | 10:00 – 13:00 Uhr  
**2402623328** | Katharinenstraße 28

1 Termin | EUR 5,00  
**Sa, 21.09.2024** | 10:00 – 13:00 Uhr  
**2402623332** | Stürzelberger Straße 33

## Mit Oscar durch den Wald

### Für Eltern und Kinder ab 3 Jahren

Gestatten, mein Name ist Oscar. Ich bin ein Esel. Das erkennt man an meinen großen Ohren, meiner lauten Stimme und daran, dass ich eben esel-grau bin.

Ich liebe Kinder! Mit einer dicken Möhre in der einen und einem Stück trockenem Brot in der anderen Hand erobert man ganz schnell mein Eselherz. Und dann dürfen nette Kinder auch schon mal auf meinem Rücken sitzen und auf mir reiten.

Christoph Klingenhäger  
1 Termin | gebührenfrei  
**Sa, 14.09.2024** | 10:00 – 13:00 Uhr  
**2402623308** | Oberrather Straße /  
Ecke Dachsbergweg

## Alles, was rollt – Murrelbahnbau im Wald

### Für Väter und Kinder ab 2 Jahren

Wir bauen eine Murrelbahn mitten im Wald und beschäftigen uns mit allen möglichen Materialien, die rollen können. Wir werden uns bewegen, forschen und kreativ werden. Je nach Gelände wird eher gegraben oder mit Ästen, Wurzeln, Steinen gebaut. Zum Abschluss gönnen wir uns noch den brandenburgischen Osterbrauch des „Eierkullerns“. Hartgekochte bunte Eier werden den Hang hinab gerollt und im Anschluss gegessen. Ein großer Spaß!

Ines Würz  
1 Termin | EUR 5,00  
**Sa, 21.09.2024** | 10:00 – 13:00 Uhr  
**2402623331** | Wanderparkplatz Wildpark  
Rennbahnstraße 70  
„Treffpunkt: Führungen“

## Kleine Stadterkundungstour

### Für Väter und Kinder von 5 bis 10 Jahren

Wer war eigentlich Jan Wellem und was hat ein kleiner Junge mit seiner Statue zu tun? Warum heißt es „längste Theke der Welt“ und warum nennt man das kleine Türmchen am Rhein „Schloss TURM“? Diese und noch mehr Fragen werden bei einer kindgerechten Tour von der Kö bis zur Altstadt beantwortet. Treffpunkt ist der Corneliusplatz, auf der Wiese am Brunnen.

Martin Thomassen  
1 Termin | gebührenfrei  
**Sa, 21.09.2024** | 10:00 – 13:00 Uhr  
**2402623309** | Treffpunkt: Corneliusplatz

### Wir bauen ein Vogelfutterhäuschen

#### Für Eltern und Kinder ab 4 Jahren

Vogelhäuschen gibt es in vielen Varianten zu kaufen, aber die sind eben nicht mit Liebe und Eifer selbstgemacht. Gemeinsam mit Papa oder Mama das Holz sägen, leimen und bemalen und für die Vögel das Futter einfüllen, bereitet alle darauf vor, mit Spannung die kalten Tage zu erwarten und zu beobachten, wie die gefiederten Freunde auf unserem Balkon und im Garten es uns danken, dass wir ihnen durch die kalte Jahreszeit helfen.

Jörg Mickeler

1 Termin | EUR 8,00

**Sa, 28.09.2024** | 14:00 – 17:00 Uhr

**2402623337** | Gustav-Kneist-Weg 4

Jörg Mickeler

1 Termin | gebührenfrei

**Sa, 16.11.2024** | 14:00 – 17:00 Uhr

**2402623344** | Roderbirkener Straße 19

### Die Welt der Krabbeltiere

#### Für Eltern und Kinder ab 3 Jahren

Wir nähern uns der Welt der Insekten und Spinnen kindgerecht und spielerisch und zählen genau nach, wie viele Beine eine Spinne hat. Bitte eine Becherlupe oder Stiellupe mitbringen. Die Veranstaltung wird durch eine Führung durch den Wildpark abgerundet.

Ines Würz

1 Termin | EUR 5,00

**Sa, 05.10.2024** | 10:00 – 13:00 Uhr

**2402623324** | Wanderparkplatz Wildpark  
Rennbahnstraße 70  
„Treffpunkt: Führungen“

### Laterne, Laterne, Sonne, Mond und Sterne

#### Laternen basteln

#### Für Mütter von Kindern von 1,5 bis 3 Jahren

Zum Martinsfest ziehen die Kinder mit ihren Laternen durch den Stadtteil zu Ehren des Heiligen St. Martin. Ein schönes Fest, welches die Menschen an das Teilen erinnert, und auch die Aller kleinsten können stolz ihre Laterne tragen. Ein Angebot an die Mütter zum gemeinsamen Basteln an zwei Nachmittagen. Die Kinder können mithelfen oder auch in den Räumlichkeiten spielen.

Karin Torras

2 Termine | EUR 5,00

**Di, 15.10.2024** | 15:30 – 17:30 Uhr

**Mi, 16.10.2024** | 15:30 – 17:30 Uhr

**2402623313** | Rather Kreuzweg 43

### Halloween mit den Ponys!

#### Für Eltern und Kinder von 3 bis 6 Jahren

Heute feiern wir Halloween zusammen mit den Ponys Perla und Poldi! Sie werden geputzt, gefüttert, geführt, und natürlich reiten wir auch einige Runden in der Dämmerung! Wie schön warm es auf den Ponys doch ist! Wer mag bekommt noch ein gruseliges Halloween-Tattoo.

Birgit Schmid

1 Termin | EUR 10,00

**Sa, 19.10.2024** | 14:00 – 17:00 Uhr

**2402623339** | Gericusstraße 14

**Sa, 26.10.2024** | 10:00 – 13:00 Uhr

**2402623340** | Stürzelberger Straße 33

**Sa, 26.10.2024** | 14:00 – 17:00 Uhr

**2402623341** | Am Mönchgraben 47

### Kürbis schnitzen

#### Für Eltern und Kinder ab 3 Jahren

Im Herbst und zu Halloween freut man sich über lustige oder auch gruselige Kürbislaternen, die die immer dunkler werdende Jahreszeit erhellen und viel gemütlicher machen. Wir schnitzen heute aus einfachen Kürbissen wunderbare Leuchten und Kürbisgruselköpfe.

James McGregor

1 Termin | gebührenfrei

**Sa, 19.10.2024** | 10:00 – 13:00 Uhr

**2402623314** | Auf der Reide 2

### Adventszauber

#### Für Eltern und Kinder ab 4 Jahren

In der Adventszeit wollen wir gemeinsam aus Naturmaterialien Kleinigkeiten basteln, die den Zauber dieser besonderen Zeit aus dem Wald mit ins Haus bringen. Wir hören Geschichten und singen gemeinsam Weihnachtslieder. Die Veranstaltung wird durch eine Führung durch den Wildpark abgerundet.

Ines Würz

1 Termin | EUR 5,00

**Sa, 30.11.2024** | 10:00 – 13:00 Uhr

**2402623321** | Wanderparkplatz Wildpark  
Rennbahnstraße 70  
„Treffpunkt: Führungen“

### Weihnachtlicher Winterwald

#### Für Eltern und Kinder ab 4 Jahren

Im winterlichen Wald wollen wir gemeinsam aus Naturmaterialien Kleinigkeiten basteln, die den Zauber dieser besonderen Zeit aus dem Wald mit ins Haus bringen. Wir hören Geschichten und singen gemeinsam Weihnachtslieder. Die Veranstaltung wird durch eine Führung durch den Wildpark abgerundet.

Ines Würz

1 Termin | gebührenfrei

**Sa, 07.12.2024** | 10:00 – 13:00 Uhr

**2402623305** | Wanderparkplatz Wildpark  
Rennbahnstraße 70  
„Treffpunkt: Führungen“

## Kochen und Backen

### Pony Advent

#### Für Eltern und Kinder von 3 bis 6 Jahren

Wie hübsch unsere Ponys heute aussehen! Weihnachtlich geschmückt tragen sie uns durch den schönen Winterwald. Auf dem warmen Rücken von Poldi und Perla haben wir es lustig und warm. Wir lernen auch die Ponys zu führen und hören dabei so manches über den Umgang mit den braven Tieren. Zum guten Schluss gibt es noch einen warmen Kakao.

Birgit Schmid

1 Termin | EUR 5,00

**Sa, 07.12.2024** | 10:00 – 13:00 Uhr

**2402623348** | Hülsmeierstraße 28

1 Termin | gebührenfrei

**Sa, 14.12.2024** | 10:00 – 13:00 Uhr

**2402623301** | Carlo-Schmid-Straße 24

### Schmeckt's dir, Mami?

#### Kochen für Väter und Kinder ab 4 Jahren

Mit Papas Hilfe könnt ihr eure Mama heute mal verwöhnen und ein tolles gesundes Menü mit Lebensmitteln aus der Saison zaubern. Ein leckeres Dessert und ein schön gedeckter Tisch dürfen hierbei natürlich nicht fehlen. Die Mütter sind um 12:30 Uhr zum gemeinsamen Festmahl eingeladen.

Gabriele Köhnen

1 Termin | EUR 10,00

**Sa, 07.09.2024** | 10:00 – 13:00 Uhr

**2402623353** | Achenbachstraße 144

### Mein leckerstes Pausenbrot

#### Kochkurs für Eltern und Vorschulkinder

Bald kommen wir in die Schule! Mit Rezepten zu Snacks, Kleinigkeiten und Besonderheiten für das Pausenbrot lernen die Kinder mit Hilfe der Eltern schneiden, schälen, raspeln, kochen und backen.

Gabriele Köhnen

1 Termin | EUR 5,00

**Sa, 14.09.2024** | 10:00 – 13:00 Uhr

**2402623329** | Am Mönchgraben 47

### Waffeln vom Feuer!

#### Für Eltern und Kinder ab 4 Jahren

Waffeln backen wie zu Ur-Ur-Omas Zeiten? Das klingt spannend, da es damals noch keine elektrischen Waffeleisen gab. Wir wollen versuchen, wie zu alten Zeiten die Waffeln auf dem Feuer zu backen – das wird bestimmt besonders lecker!

Arnold Bergmann

1 Termin | EUR 8,00

**Sa, 14.09.2024** | 10:00 – 13:00 Uhr

**2402623364** | Am Stufstock 6 a

1 Termin | EUR 5,00

**Sa, 14.09.2024** | 14:30 – 17:30 Uhr

**2402623360** | Bülowstraße 5

### Das Halloweenbuffet in der Kita

#### Für Eltern und Kinder ab 3 Jahren

Wir laden Sie herzlich ein zu unserem gruseligen Eltern-Kind-Halloweenbuffet in der Kita! Gemeinsam mit Ihren Kindern möchten wir schaurig-schöne Leckereien genießen und uns auf eine gespenstische Zeit einstimmen. Wir freuen uns auf ein unvergessliches Fest mit Ihnen und Ihren kleinen Geistern!

Gabriele Köhnen

1 Termin | gebührenfrei

**Fr, 25.10.2024** | 15:30 – 17:45 Uhr

**2402623325** | Oldenburger Straße 6

### Weckmänner und Kürbissuppe

#### Für Eltern und Kinder von 3 bis 6 Jahren

Was essen wir im Herbst am liebsten? Eine Suppe, die uns wärmt, und einen Weckmann, den St. Martin uns schenkt. Heute wollen wir mal ausprobieren, wie es uns schmeckt, wenn wir diese Dinge selbst kochen und backen. Unter professioneller Anleitung und mit Mamas oder Papas Hilfe.

Ulrike Kredel

1 Termin | EUR 5,00

**Sa, 16.11.2024** | 10:00 – 13:00 Uhr

**2402623343** | Leopoldstraße 30

### Weihnachtsbäckerei

#### Für Eltern und Kinder von 3 bis 6 Jahren

Freuen auch Sie sich schon auf herrliche Weihnachtsbäckerei? Backen gehört zur Vorweihnachtszeit einfach dazu. Mit den Kindern gemeinsam backen wir Plätzchen – da darf auch mal genascht werden!

Gabriele Köhnen

1 Termin | gebührenfrei

**Sa, 30.11.2024** | 10:00 – 13:00 Uhr

**2402623345** | Itterstraße 20

1 Termin | EUR 5,00

**Fr, 13.12.2024** | 15:00 – 17:15 Uhr

**2402623349** | Am Mönchgraben 47

Ulrike Kredel

1 Termin | gebührenfrei

**Sa, 30.11.2024** | 10:00 – 13:00 Uhr

**2402623346** | Stürzelberger Straße 33

**Sa, 07.12.2024** | 10:00 – 13:00 Uhr

**2402623347** | Stürzelberger Straße 33

## Elterncafés und offene Treffs

### Elternstart NRW: Offener Treff

#### Milchbarcafé für Eltern und Babys im ersten Lebensjahr

Rund um Eltern und Babys – von der Schwangerschaft bis zum ersten Geburtstag. Schwangere, Eltern und Babys sind herzlich willkommen im Milchbar-Café! Hier gibt es nicht nur Milch, sondern Mineralwasser, Tee, Schorle und Kekse, aber auch und vor allen Dingen kompetente Beratung rund um die Themen Schwangerschaft und Stillzeit.

Anmeldung: Frau Ursula Gallmann:  
Telefon: 0172 2547313

Ursula Gallmann

18 Termine | gebührenfrei

**Di, ab 06.08.2024** | 13:30 – 15:00 Uhr

**2402613015** | Gericusstraße 14

**Di, ab 06.08.2024** | 15:00 – 16:30 Uhr

**2402613016** | Gericusstraße 14

17 Termine | gebührenfrei

**Do, ab 08.08.2024** | 16:15 – 17:45 Uhr

**2402613044** | Wildenbruchstraße 27

### Babycafé

#### Offener Treff für junge Mütter mit ihren Babys

Schwangere, Mütter und ihre Babys sind herzlich willkommen im Babycafé. Unter kompetenter Beratung wird hier die Möglichkeit geboten, Kontakte zu knüpfen, Erfahrungen auszutauschen und sich gegenseitig zu unterstützen. Themen sind: Stillen oder Fläschchen, Schlafen, Rhythmus. Das alles in gemütlicher und entspannter Atmosphäre im Babycafé.

In Kooperation: Dr.-Karin-Witt-Stiftung

Barbara Lopus

14 Termine | gebührenfrei

**Mi, ab 11.09.2024** | 15:00 – 16:30 Uhr

**2402613005** | Rather Kreuzweg 43

### Elternstart NRW:

#### Offener internationaler Babytreff

#### Für Eltern und Babys im ersten Lebensjahr

Fröhliches Zusammensein von Eltern mit Kindern im ersten Lebensjahr international. Es wird gespielt, gesungen, gelacht und über alle Fragen im ersten Lebensjahr informiert. Alle Kulturen und auch Geschwisterkinder sind willkommen! Für unsere Kids stehen viele Spiel- und Bewegungsmöglichkeiten zur Verfügung.

Elizabeth Wylie

11 Termine | gebührenfrei

**Do, ab 05.09.2024** | 10:00 – 11:30 Uhr

**2402613058** | Wildenbruchstraße 27

### Elterntipps to go

#### im Freizeitpark Heerd

Kommen Sie in den Park, genießen Sie die Sonnenstrahlen bei einer Tasse Tee oder Kaffee und stellen Sie unserer Expertin Ihre dringendsten Fragen zum Umgang mit Säuglingen und Kindern. Ganz gleich, ob es um Schlafgewohnheiten, Ernährung, Sprechen mit Kindern, Erziehung oder andere wichtige Themen geht – wir finden gemeinsam Antworten. Wir treffen uns direkt am Spielplatz.

Silvia Blume-Bernhardt

8 Termine | gebührenfrei

**Di, ab 02.07.2024** | 14:00 – 16:15 Uhr

**2402613065** | Heerdter Landstraße 160

### Elterncafé im Familienzentrum

#### „Zum Heiligen Kreuz“

Hier haben Eltern die Möglichkeit, miteinander in Kontakt zu treten und sich untereinander auszutauschen. Das Elterncafé bietet auch den Raum für pädagogische Themen.

James McGregor

15 Termine | gebührenfrei

**Fr, ab 23.08.2024** | 08:30 – 10:00 Uhr

**2402613045** | Herner Straße 10

### Der Garten – Ort der Betätigung, Entspannung, Nachhaltigkeit

#### urban gardening

#### im Rather Familienzentrum®

Im wunderschönen, alten Garten des Rather Familienzentrum® treffen wir uns, um gemeinsam zu gärtnern. Ein Stück Natur in der Stadt bewahren, säen, ernten, sich an dem, was wächst, erfreuen, sich treffen, gemeinsam Verantwortung übernehmen.

James McGregor

12 Termine | gebührenfrei

**Fr, ab 23.08.2024** | 11:00 – 14:00 Uhr

**2402613034** | Rather Kreuzweg 43

### Offene Vätergruppe

#### Vätertreff im Rather Familienzentrum®

Männer und Väter treffen sich und tauschen sich aus. Über das eigene Kind, Erziehungs- oder Partnerschaftsthemen oder auch ganz praktische Fragen der Alltagsgestaltung. Der Einstieg ist jederzeit möglich.

Uwe Stellmacher

4 Termine | gebührenfrei

**Mi, 04.09.2024** | 20:00 – 23:00 Uhr

**Mi, 09.10.2024** | 20:00 – 23:00 Uhr

**Mi, 13.11.2024** | 20:00 – 23:00 Uhr

**Mi, 04.12.2024** | 20:00 – 23:00 Uhr

**2402612000** | Rather Kreuzweg 43

**Allein erziehen – gemeinsam aktiv**

Austausch in gemütlicher Atmosphäre beim Sonntagsfrühstück oder bei Kaffee und Gebäck. Wir sprechen über all das, was wir gut geregelt bekommen und darüber, worin wir uns gegenseitig unterstützen können. Alle Freuden und Sorgen sind willkommen, ebenso alle Tipps und Tricks für den Alltag! Wir knüpfen Kontakte untereinander und stellen immer wieder fest, dass alleinerziehend zu sein auch neue Energien und Fähigkeiten freisetzen kann. Die Kinder werden während der Treffen betreut.

Romy Maksimovic,  
Dereck Ejike Onyia, Julia Schulz  
7 Termine | gebührenfrei

**So, 01.09.2024** | 10:30 – 12:45 Uhr  
**So, 22.09.2024** | 10:30 – 12:45 Uhr  
**So, 06.10.2024** | 10:30 – 12:45 Uhr  
**So, 03.11.2024** | 10:30 – 12:45 Uhr  
**So, 17.11.2024** | 10:30 – 12:45 Uhr  
**So, 01.12.2024** | 10:30 – 12:45 Uhr  
**So, 15.12.2024** | 10:30 – 12:45 Uhr  
**2402613009** | Rather Kreuzweg 43

Peggy Regina Flake, Nicole Heilig-Müller  
7 Termine | gebührenfrei

**Di, 03.09.2024** | 15:00 – 17:15 Uhr  
**Di, 17.09.2024** | 15:00 – 17:15 Uhr  
**Di, 01.10.2024** | 15:00 – 17:15 Uhr  
**Di, 29.10.2024** | 15:00 – 17:15 Uhr  
**Di, 12.11.2024** | 15:00 – 17:15 Uhr  
**Di, 26.11.2024** | 15:00 – 17:15 Uhr  
**Di, 10.12.2024** | 15:00 – 17:15 Uhr  
**2402613010** | Gustav-Kneist-Weg 4

Miriam Bastisch, Maria Arampatzoglou,  
Tina Hong Bao Chau Thai  
4 Termine | gebührenfrei

**So, 18.08.2024** | 10:00 – 12:15 Uhr  
**So, 08.09.2024** | 10:00 – 12:15 Uhr  
**So, 06.10.2024** | 10:00 – 12:15 Uhr  
**So, 10.11.2024** | 10:00 – 12:15 Uhr  
**2402613046** | Schiess-Straße 21

**Fördergruppen & Sprachcafés****Offener Treff****Eltern – Kind – Fördergruppe****Fit für die Schule, für Eltern und Kinder ab 3 Jahren**

Eltern und Kinder bereiten sich in dieser Gruppe auf die Schule vor. Altersentsprechende Übungen, Förderspiele, Informationen für die Eltern.

Tatiana Rozhkova, Massuda Asan  
30 Termine | gebührenfrei  
**Mo–Mi, ab 26.08.2024** | 09:00 – 12:00 Uhr  
**2402623240** | Wrangelstraße 40

**Sprachcafé****im Rather Familienzentrum®**

Alle Eltern sind eingeladen, in ungezwungener Atmosphäre miteinander zu sprechen und über „Alltägliches“ in den Austausch zu kommen.

Sprachbarrieren sollen überwunden werden. Vokabel und Grammatikhilfen werden gegeben. Der Einstieg ist jederzeit möglich.

Barbara Koßler  
14 Termine | gebührenfrei  
**Mo, ab 26.08.2024** | 15:00 – 16:30 Uhr  
**2402613066** | Rather Kreuzweg 43

**Sprachcafé online via Zoom**

Lebendiger Austausch via Zoom zu allen Fragen des täglichen Lebens mit Kindern in Deutschland. Gleichzeitig richtet sich das Angebot an Eltern, die ihre Sprache, Vokabeln und Ausdruck verbessern wollen. Der Einstieg ist jederzeit möglich.

Elke Dellmuth  
20 Termine | gebührenfrei  
**Mi, ab 07.08.2024** | 15:00 – 16:30 Uhr  
**2402613071** | Online

**Erziehungsfragen****Elternsprechstunde****Offene Sprechstunde**

Fragen zur Entwicklung des Kindes, zu Bildungs- und Kursangeboten.

Karin Torras  
16 Termine | gebührenfrei  
**Do, ab 29.08.2024** | 09:30 – 12:00 Uhr  
**2402613008** | Rather Kreuzweg 43

**Fit für die Schule**

Bald kommt Ihr Kind in die Schule – eine neue, spannende Lebensphase beginnt. Welche Veränderungen kommen auf die Familie zu, wenn das Kind in die Schule kommt? Was erwartet die Kinder in der Schule? Welche Anforderungen werden an sie gestellt? Und was können die Eltern tun, um ihren Kindern den Übergang so leicht wie möglich zu machen?

Melanie Stumpf  
1 Termin | gebührenfrei  
**Di, 10.09.2024** | 15:00 – 17:15 Uhr  
**2402613051** | Florastraße 15

**Di, 01.10.2024** | 15:00 – 17:15 Uhr  
**2402613052** | Höhenstraße 20

**Mein Kind wird ein Schulkind**

Der Eintritt in die Schule stellt für Kinder eine enorme Umstellung dar. Erfahren Sie, wie sie Ihre Kinder vorschulisch und schulisch fördern können, welche Materialien geeignet sind, aber auch wie wichtig emotionale und soziale Basiskompetenzen für das Schulleben sind und wie Sie Ihr Kind hierbei unterstützen können.

Tanja Nicaastro  
1 Termin | gebührenfrei  
**Mi, 11.09.2024** | 16:00 – 18:15 Uhr  
**2402613022** | Itterstraße 20

**Mi, 09.10.2024** | 16:00 – 18:15 Uhr  
**2402613027** | Leopoldstraße 30

**Hauen, schubsen, beißen – was steckt dahinter?**

Wenn Kinder hauen, schubsen oder beißen, sind wir Eltern oft verunsichert. Wir rügen das Kind, schauen unauffällig weg oder vermeiden Situationen, in denen es wieder geschehen könnte. Wie können wir uns als Eltern verhalten? Erfahren Sie, welche Interaktionsmöglichkeiten Sie in diesen Fällen haben und welche Anliegen und Bedürfnisse eigentlich hinter dem Verhalten der Kleinen stecken.

Nina Herzlieb  
1 Termin | EUR 5,00  
**Mi, 11.09.2024** | 15:00 – 16:30 Uhr  
**2402613038** | Selbeckerstraße 35

Sonja Müller-Welt  
1 Termin | gebührenfrei  
**Mi, 09.10.2024** | 15:30 – 17:30 Uhr  
**2402613023** | Katharinenstraße 28

### Kinder zur Kooperation erziehen

„Du musst deinem Kind Grenzen setzen!“ Diesen Satz hören Eltern häufig. Was aber, wenn man zwar möchte, dass das Kind kooperiert, aber nicht jede Diskussion im Keim ersticken mag? Eine Grenze kann auch ein kleiner Moment des Innehaltens, des Stopp-sagens sein, den wir dafür nutzen können, die Kinder einzubeziehen, um mit ihnen gemeinsam eine Lösung zu finden. Wie das klappt und warum wir in unserer Zeit Menschen brauchen, die gelernt haben zu kooperieren, erfahren Sie heute von Britta Kallweit.

Britta Kallweit  
1 Termin | gebührenfrei  
**Mi, 18.09.2024** | 19:00 – 21:15 Uhr  
**2402613012** | Stürzelberger Straße 33

### Ergotherapie to go – so können Sie Ihr Kind auch ohne Therapieplatz fördern

Wenn Therapieplätze knapp sind, können Eltern daheim aktiv werden, um Problemen wie Konzentrationsschwächen, Auffälligkeiten in der Fein- und Grobmotorik oder bei der Körperwahrnehmung vorzubeugen. Auch bereits bestehende Schwierigkeiten können mit Hilfe der Erwachsenen durch spezielle Übungen verbessert werden. Die Ergotherapeutin Katharina Martinus gibt Ihnen wertvolle Tipps und praktisches Wissen an die Hand, wie Sie Ihr Kind professionell fördern und die Wartezeit bis zum Beginn einer Therapie nutzen können.

Katharina Martinus  
1 Termin | gebührenfrei  
**Mi, 04.09.2024** | 15:30 – 17:30 Uhr  
**2402613061** | Höhenstraße 20

**Mi, 11.09.2024** | 14:30 – 16:00 Uhr  
**2402613039** | Sankt-Franziskus-Straße 157

**Mo, 23.09.2024** | 15:00 – 17:00 Uhr  
**2402613014** | Gericcusstraße 14

### Für Väter: das Monster unterm Bett

#### Kinderängste verstehen

Kindergartenkinder haben häufig Ängste, die Eltern nicht verständlich sind. Was macht Kindern Angst und woran können wir dies erkennen? Wie können wir als Vater mit der Angst des Kindes umgehen und es stärken? Welche Ängste sind in den verschiedenen Phasen der Entwicklung normal? Wie gehen wir selbst mit dem Thema Angst um?

Daniela Fabian  
1 Termin | gebührenfrei  
**Mi, 25.09.2024** | 19:30 – 21:30 Uhr  
**2402613028** | Hülsmeierstraße 28

### Wenn Kinder mehrsprachig aufwachsen

Immer mehr Kinder wachsen in Familien auf, in denen die Eltern unterschiedliche Sprachen sprechen oder sie sprechen in der Familie eine andere Sprache als Deutsch. Wie lernen Kinder Sprache? Mit welchen Vorurteilen haben mehrsprachige Kinder zu kämpfen? Und wie gelingt eine mehrsprachige Erziehung am besten? Die Dozentin erzählt anschaulich und realitätsnah aus der Praxis und untermauert mit theoretischen Erkenntnissen. Ein Abend voller interessanter Fragen und Antworten.

Evy Van Brussel  
1 Termin | gebührenfrei  
**Do, 10.10.2024** | 18:00 – 20:15 Uhr  
**2402613031** | Am Gatherhof 37

Tanja Nicastro  
1 Termin | gebührenfrei  
**Mi, 30.10.2024** | 16:00 – 18:15 Uhr  
**2402613024** | Itterstraße 20

### Erste Hilfe am Kind

Was tun bei Fieberkrämpfen, Pseudokrampf oder bei einem Asthmaanfall? Wie versorge ich eine Wunde? Wie verhalte ich mich richtig, wenn mein Kind einen Fremdkörper verschluckt hat? Wie gehe ich mit einer Vergiftung um, mit Verbrennungen oder mit Bewusstlosigkeit? Dieser Kurs vermittelt Eltern und Pädagogen Erste-Hilfe-Maßnahmen für lebensbedrohliche Situationen, in die Säuglinge und Kleinkinder hineingeraten können. Mit Kinderbetreuung

Malteser Hilfsdienst  
1 Termin | EUR 10,00  
**Sa, 12.10.2024** | 10:00 – 13:00 Uhr  
**2402663300** | Dülmener Weg 25 a

### Wohin mit meiner Wut?

Sobald Kinder ihren eigenen Willen zeigen, werden Erwachsene herausgefordert, darauf zu reagieren. Plötzlich treibt uns die Wut eines Kindes in den Wahnsinn und drückt bei uns Knöpfe, die tiefe Gefühle und Aggression freisetzen. Die Belastung wird durch globale Krisen, Klimawandel und Kriegsgeschehen zusätzlich befeuert. Wohin mit der eigenen Wut und den Gefühlen der Ohnmacht? Wie schaffen wir es, diese Gefühle so umzuwandeln, dass unsere Kinder und wir selbst gestärkt daraus hervorgehen?

Eva Gurk  
1 Termin | gebührenfrei  
**Do, 17.10.2024** | 15:00 – 16:30 Uhr  
**2402613059** | Hülsmeierstraße 28

### Spielen macht schlau

Nichts macht Kinder so schlau wie das freie und selbstvergessene Spiel. Spielen und Lernen mit allen Sinnen von klein auf sind nicht nur wichtig für kognitive Fähigkeiten, sondern auch für die psychische Gesundheit von Kindern. Allein und zusammen mit anderen spielen fördert unsere Kinder still und im Hintergrund. Warum ist das so und wie können wir diesen Prozess unterstützen und begleiten?

Anja Reinecke-Schäfer  
1 Termin | gebührenfrei  
**Di, 05.11.2024** | 15:30 – 17:45 Uhr  
**2402613050** | Oldenburger Straße 6

### Was hast Du gesagt? Sprachauffälligkeiten bei Kindern unter drei Jahren

Einige Kinder haben Schwierigkeiten, den Zugang zur (verbalen) Sprache zu finden. Wie kommt es dazu und was ist zu tun? Im Seminar erhalten Sie Informationen über spezifische Sprachentwicklungsstörungen, mögliche Ursachen und Unterstützungsmöglichkeiten.

Dagmar Hauke-Peters  
1 Termin | gebührenfrei  
**Mi, 13.11.2024** | 14:30 – 16:00 Uhr  
**2402613040** | Sankt-Franziskus-Straße 157

### Ein Koffer für das Leben – was ich meinem Kind mit auf den Lebensweg geben will

#### Wertenachmittag für Eltern und andere Bezugspersonen der Kinder

Wir packen „Lebenskoffer“ für die Kinder, die uns am Herzen liegen! Hinein legen wir viele kleine Gegenstände und liebevolle Symbole, die ausdrücken, was wir ihnen mit auf den Weg geben möchten, damit sie ein glückliches, erfülltes Leben führen können. Ein Foto des Koffers mit seinen Inhalten ist ein schönes Geschenk für unsere Kinder, wenn sie erwachsen sind! Der heutige Wertenachmittag bereitet uns mit viel Kreativität, Freude und Tiefgang auf die Erstellung unserer Packlisten vor.

Brigitte Krings

1 Termin | gebührenfrei

**Di, 10.09.2024** | 16:00 – 18:15 Uhr

**2402613041** | Carlo-Schmid-Straße 24

1 Termin | gebührenfrei

**Do, 05.09.2024** | 15:00 – 17:15 Uhr

**2402613043** | Josef-Kleesattel-Straße 4

### Packtermine für Eltern

Nachdem Sie den Wertenachmittag besucht haben, gibt es hier die Möglichkeit, sich einen individuellen Termin zum Packen Ihres Koffers auszuwählen:

Brigitte Krings

3 Termine | gebührenfrei

**Di, 17.09.2024** | 08:00 – 11:00 Uhr

**Mi, 18.09.2024** | 14:30 – 17:30 Uhr

**Fr, 20.09.2024** | 11:00 – 14:00 Uhr

**2402613054** | Prenzlauer Straße 4

**Mo, 23.09.2024** | 13:30 – 16:30 Uhr

**Di, 24.09.2024** | 08:00 – 11:00 Uhr

**Mi, 25.09.2024** | 13:30 – 16:30 Uhr

**2402613055** | Carlo-Schmid-Straße 24

2 Termine | gebührenfrei

**Mi, 09.10.2024** | 14:30 – 17:30 Uhr

**Fr, 11.10.2024** | 08:00 – 11:00 Uhr

**2402613056** | Josef-Kleesattel-Straße 2

### Ein Koffer für das Leben – Wertenachmittag für Senioren

Was möchte ich an die Generationen nach mir weiter geben? Welche Weisheiten hat mich das Leben gelehrt? Der heutige Wertenachmittag bereitet uns mit viel Kreativität, Freude und Tiefgang auf die Erstellung unserer individuellen Packliste vor.

Brigitte Krings

1 Termin | gebührenfrei

**Fr, 30.08.2024** | 14:30 – 16:45 Uhr

**2402613047** | Josef-Kleesattel-Straße 4

### Packtermin für Senioren

Nach dem Besuch des Wertenachmittags, haben Sie hier die Möglichkeit, Ihren individuellen Koffer in Ruhe und in Begleitung einer Kunsttherapeutin zu packen.

Brigitte Krings

1 Termin | gebührenfrei

**Fr, 27.09.2024** | 13:30 – 16:30 Uhr

**2402613057** | Josef-Kleesattel-Straße 4

## Erziehungsfragen online

### Mit Herz und Klarheit

#### Wie Erziehung heute gelingt und was eine gute Kindheit ausmacht (Aus der Reihe Kinderwelten 2.0)

Viele Eltern wollen ihre Kinder liebevoll und zugewandt erziehen, doch die Konflikte im Alltag bringen sie immer wieder an ihr Limit. Und schon sind die alten Fragen wieder da: Wie viel Grenzen brauchen Kinder? Sollte ich nicht konsequenter sein? Wie kann ich erziehen, ohne zu verletzen?

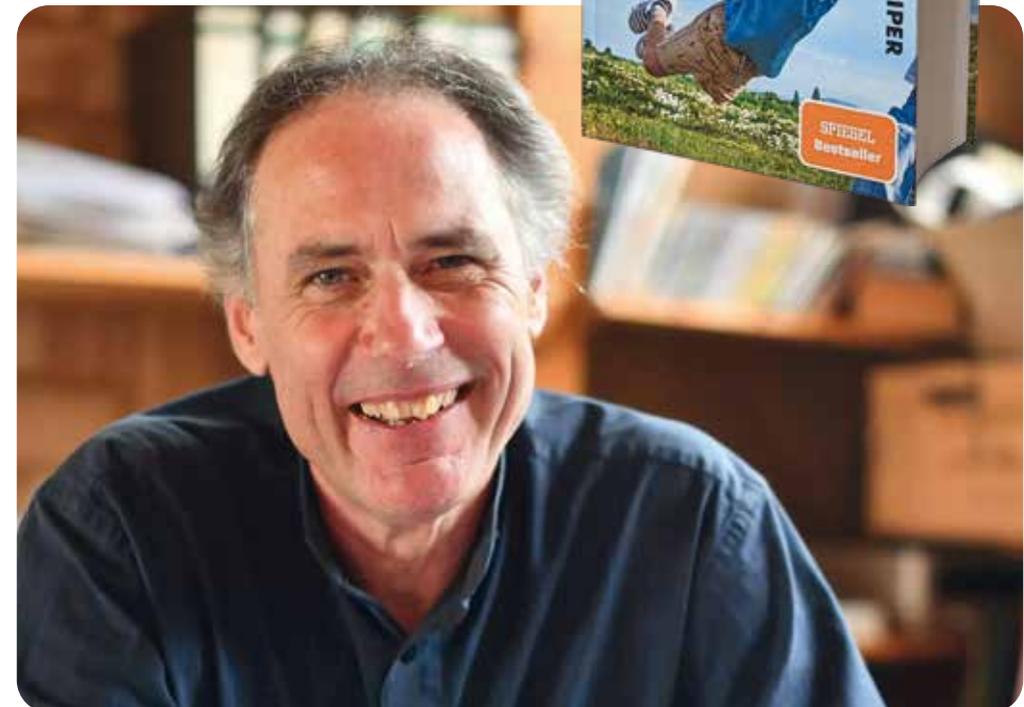
Der renommierte Erziehungsexperte und Kinderarzt Herbert Renz-Polster beschreibt, wie Kinder ihre Stärken entwickeln und wie eine Erziehung gelingt, die Mitbestimmung und elterliche Führung verbindet.

Dr. Herbert Renz-Polster

1 Termin | EUR 10,00

**Mi, 06.11.2024** | 19:30 – 21:30 Uhr

**2402613060** | Online



### Familie leben: Starke Eltern – Starke Kinder®

#### Für Eltern von Kindern zwischen 2 und 10 Jahren

Dieser Elternkurs ist für Mütter und Väter, die mehr Freude und weniger Stress mit ihren Kindern haben wollen: Starke Eltern – Starke Kinder® stärkt Sie in ihrem Selbstvertrauen, in Ihrer Fähigkeit zu verhandeln, beim Grenzen-Setzen und Zuhören.

Silvia Erwied-Meckel  
8 Termine | gebührenfrei  
**Mo, ab 02.09.2024** | 19:30 – 21:45 Uhr  
**2402613011** | Online

### Laut und leise – warum introvertierte Kinder anders spielen und denken als extrovertierte

Introvertierte Kinder werden oft als viel zu ruhig, manchmal als „verstockt“ wahrgenommen. Oft wird ihnen nicht viel zugetraut oder sie haben selbst das Gefühl, sich nicht richtig im Kontakt mit anderen Kindern, insbesondere in Gruppen, platzieren zu können. Im Gegensatz dazu werden extrovertierten Kindern etliche Möglichkeiten und Erfolg viel eher zugeschrieben, weil sie sich oft gut einbringen und präsentieren können. Welche Stärken besitzen beide Persönlichkeitstypen?

Ellen Anders  
1 Termin | gebührenfrei  
**Mi, 04.09.2024** | 18:00 – 20:15 Uhr  
**2402613062** | Online

### Resilienz – was Kinder stark macht

Kinder in ihrem Selbstvertrauen und ihrer Selbstwirksamkeit zu stärken, ist eine wesentliche Voraussetzung für die Fähigkeit zur Selbstständigkeit, zum Aushalten von Misserfolg und zum Umgang mit Konflikten. Der Elternabend gibt Anregungen, wie Kinder in ihrer Resilienz gestärkt werden können.

Eva Gurk  
1 Termin | EUR 5,00  
**Do, 05.09.2024** | 19:30 – 21:45 Uhr  
**2402613064** | Online

### Mein Kind will nicht so, wie ich es will – was kann ich tun?

Oft fällt es uns schwer, die Kinder nach dem Spielplatzbesuch nach Hause zu locken oder abends zum Zähneputzen zu bewegen. Was können wir tun, damit die Kinder sich an Grundregeln halten, ohne dass sie darauf verzichten müssen, ihren eigenen Weg zu gehen?

An diesem Abend wollen wir darüber sprechen, was wir unseren Kindern mit auf den Weg geben können, dass sie zwar selbstbewusst und kreativ durchs Leben gehen können, aber gleichzeitig auch die sozialen Regeln und Bräuche einhalten.

Nina Herzlieb  
1 Termin | EUR 5,00  
**Di, 08.10.2024** | 19:30 – 21:15 Uhr  
**2402613063** | Online

### Hauen, schubsen, beißen – was steckt dahinter

Wenn Kinder hauen, schubsen oder beißen, sind wir Eltern oft verunsichert. Wir rügen das Kind, schauen unauffällig weg oder vermeiden Situationen, in denen es wieder geschehen könnte. Wie können wir uns als Eltern verhalten? Erfahren Sie, welche Interaktionsmöglichkeiten Sie in diesen Fällen haben und welche Anliegen und Bedürfnisse eigentlich hinter dem Verhalten der Kleinen stecken.

Nina Herzlieb  
1 Termin | EUR 5,00  
**Di, 05.11.2024** | 19:30 – 21:15 Uhr  
**2402613032** | Online

### Muss mal Pipi... Raus aus den Windeln!

Viele Eltern können das Ende der Windel-Ära kaum erwarten. Trockenwerden ist jedoch ein Prozess, der sich nicht erzwingen lässt und der das Ergebnis einer Entwicklung ist, die bei jedem Kind unterschiedlich schnell voran geht. Doch wann ist mein Kind bereit für das Trockenwerden? Und wie kann ich mein Kind auf dem Weg unterstützen?

Melanie Stumpf  
1 Termin | gebührenfrei  
**Di, 05.11.2024** | 19:30 – 21:45 Uhr  
**2402613025** | Online

### Kinder mit Liebe & Klarheit durch die sogenannte „Trotzphase“ begleiten

#### Für Eltern von Kindern zwischen 1 und 4 Jahren

An drei Terminen finden wir alltagsnahe Lösungen, die helfen, die für Eltern und Kinder oft anstrengende Autonomie- oder Trotzphase mit Liebe und Klarheit zu meistern. Erfahren Sie zunächst mehr über diese wichtige Entwicklungsphase, Ihre Rolle als Eltern und über die Balance zwischen Grenzen und Freiheit. Die drei Abende schenken Zeit, das neue Wissen anzuwenden, zu reflektieren und Ihr Handeln nochmal neu auszurichten, bis es zu Ihrer persönlichen Situation und Ihrem Kind passt.

Faye Matzke  
3 Termine | EUR 26,00  
**Do, ab 07.11.2024** | 19:30 – 21:00 Uhr  
**2402613019** | Online

### Wie Kinder digitale Bildkompetenz erlernen und von Anfang an digital mitbestimmen können

#### Für Eltern von Kindern zwischen 1 bis 3 Jahren

Im Onlineworkshop spricht die Medienpädagogin Christin Feldmann darüber, warum es wichtig ist, Kinder früh in die Smartphone-Bilderwelten der Familie miteinzubeziehen, wieso es z. B. späterem Online-Mobbing vorbeugt und wie Kinder schon in ganz jungen Jahren Bildkompetenz erwerben und zur demokratischen Mitbestimmung animiert werden können. Erfahren Sie, wie man mithilfe ausgedruckter Bilder, Kinderkameras u. a. kreativ und spielerisch mit den Kleinen beginnen kann, Bilderwelten zu erforschen.

Christin Feldmann  
1 Termin | gebührenfrei  
**Di, 05.11.2024** | 19:30 – 21:30 Uhr  
**2402613069** | Online

## Eltern Spezial

### Als aus Blumen Musik wurde – Kinder digital fördern

**Für Eltern von Kindern von 3 bis 6 Jahren**  
Musik mit Blumen machen geht nicht? Doch! Sogar ganz einfach. Der Workshop vermittelt kreative Ideen, wie Sie Ihre Kinder digital fördern und gleichzeitig Fantasie und mathematisches Denken anregen können. Dabei behalten wir immer die Selbstwirksamkeit der Kinder im Auge und zeigen, wie man Forscherdrang, Digitalität und Kreativität in der „echten“ Welt miteinander verbinden kann. Passives Konsumieren war gestern! Lernen Sie mehr über den kreativen Umgang mit digitalen Tools.

Christin Feldmann  
1 Termin | EUR 5,00  
**Do, 21.11.2024** | 19:30 – 21:30 Uhr  
**2402613026** | Online

### Mein Kind wird ein Schulkind

Bald kommt Ihr Kind in die Schule – eine neue, spannende Lebensphase beginnt. Welche Veränderungen kommen auf die Familie zu, wenn das Kind in die Schule kommt? Was erwartet die Kinder in der Schule? Welche Anforderungen werden an sie gestellt? Und was können die Eltern tun, um ihren Kindern den Übergang so leicht wie möglich zu machen?

Melanie Stumpf  
1 Termin | gebührenfrei  
**Do, 10.10.2024** | 19:30 – 21:45 Uhr  
**2402613048** | Online

### Entspannung mal anders – Klang als Kraftquelle

Klangschalen führen uns zur Tiefenentspannung, helfen bei Stressabbau und aktivieren die Selbstheilungskräfte. Lass den Alltag heute einmal los und komme bei der Klangmassage in Einklang mit dir selbst. Genießen und Ausprobieren wechseln sich ab. Bitte bringe eine Sitzunterlage, eine Decke, ein kleines Kissen für Deinen Kopf und warme Socken mit.

Esther Fischer  
1 Termin | EUR 5,00  
**Mi, 04.09.2024** | 15:00 – 16:30 Uhr  
**2402613030** | Am Gatherhof 37

Weitere Kurse  
zum Thema  
Innere Balance  
finden Sie auf  
Seite 68

## Kinder und Jugendliche

### Babysitterkurs für Jugendliche ab 14 Jahren

Eltern vertrauen Euch ihr Kind an und möchten sich auf Euch verlassen können. Ihr erfahrt, was Ihr vorher mit den Eltern besprechen müsst, um Euch gut kennenzulernen. Ihr übt Wickeln und Tragen, bekommt Tipps zum Füttern und Schlafen legen, zum Umgang mit Fremdeln, Trotz und Angst. Ihr lernt, wo im Alltag mit Kindern Gefahren lauern und wie Ihr schwierige Situationen mit guter Laune meistern könnt. Ein Repertoire an Spielen und Liedern ist auch mit dabei. Ihr erhaltet ein Babysitter-Zertifikat.

Silvia Blume-Bernhardt  
1 Termin | EUR 10,00  
**Sa, 24.08.2024** | 09:00 – 15:30 Uhr  
**2402250227** | Gericusstraße 14

### Kreativer Kindertanz

#### Für Kinder von 4 bis 6 Jahren

Im Kindertanz nähern wir uns mit spielerischen Elementen den tänzerischen Grundlagen. Die Kinder sollen ein erstes Gefühl für Rhythmus und Musik bekommen. Der Kurs gibt deshalb viel Raum für Improvisation und Fantasie. Im Mittelpunkt steht vor allem die Freude am Tanz und am körperlichen Ausdruck. Am letzten Termin sind die Eltern zu einer Aufführung eingeladen!

Svitlana Filenko  
12 Termine | EUR 102,00  
**Do, ab 05.09.2024** | 18:00 – 19:00 Uhr  
**2402933100** | Gericusstraße 14

### Kinderyoga

#### Für Kinder von 4 bis 6 Jahren

In diesem Kurs lernen wir mithilfe kleiner Geschichten die Yogahaltungen (sog. Asanas) kennen. Die Muskulatur wird hierbei spielerisch gekräftigt und gedehnt. Achtsamkeits-, Entspannungs- und Atemübungen schulen Wachsamkeit und Konzentration und helfen loszulassen.

Svenja Claußen  
12 Termine | EUR 78,00  
**Do, ab 29.08.2024** | 15:00 – 15:45 Uhr  
**2402933001** | Roderbirkener Straße 19

Entdecken Sie  
noch mehr Kurse  
auf unserer  
Homepage!

asg-bildungsforum.de

## Politik und Wirtschaft

### Putins Wahn: der ewige Traum von alter Größe Seminar zur politischen Bildung

Dieser Kurs, bietet kompaktes philosophisches und gesellschaftspolitisches Hintergrundwissen zum Krieg in der Ukraine. Der Konflikt ist nicht vom Himmel gefallen. Er hat eine lange Vorgeschichte, die wir aus verschiedenen Blickrichtungen vorstellen und miteinander diskutieren.

Joachim Pfeiffer

1 Termin | EUR 8,00

Fr, 11.10.2024 | 14:00 – 15:30 Uhr

2401513001 | Werdener Straße 4

## Ehrenamt

### HGB-Bilanzierung in den Kirchengemeinden Seminar für Kirchenvorstände

Die Jahresabschlüsse für das Geschäftsjahr 2024 aller Kirchengemeinden (einschl. Friedhöfe), Kirchengemeindeverbände und Gesamtverbände werden – wie bereits bekannt – nach HGB bilanziert. Daher geht das Projekt „Steuern Jahresabschluss Bilanzierung HGB“ (StJaBi) in die nächste Phase: Wir laden Sie herzlich zur Veranstaltung „Zukunft gestalten – Vermögen verwalten“ ein.

Winfried Bock, Tobias Winkeler

1 Termin | kostenfrei

Mi, 09.10.2024 | 19:00 – 20:30 Uhr

2401790000 | Werdener Straße 4

### Gestaltung der nachberuflichen Lebensphase, ehrenamtliche Perspektiven entdecken

#### 6-teilige Seminarreihe

Dieses Seminar richtet sich an Noch-Berufstätige und frisch Ausgeschiedene aus dem Berufsleben. So werden bisherige Lebens- und Berufswege beleuchtet und Perspektiven für die Zukunft entwickelt. Dabei steht auch die Diskussion um die Motivation und Haltung zur Übernahme eines Ehrenamtes im Fokus der Betrachtungen.

Das freiwillige Ehrenamt bietet nicht nur eine Chance, neue Welten zu entdecken sondern auch Fähigkeiten und Lebenserfahrungen zugunsten anderer einzusetzen.

Dr. Regina Plaßwilm

6 Termine | gebührenfrei

Do, ab 24.10.2024 | 17:00 – 18:30 Uhr

2401730020 | Gerresheimer Straße 90



# Gesellschaftsbildung

## Medienwerkstatt

### Im Netz der Lügen: Fake News und Falschinformation erkennen

#### Medienpädagogisches Schulprojekt

Gemeinsam mit dem Franz-Jürgens-Berufskolleg bietet die ASG-Medienwerkstatt einen zweitägigen medienpädagogischen Kurs im Kontext der Förderung von Demokratiekompetenz an. Am ersten Tag leitet Medienpädagoge Hans-Peter Dürhager ein Seminar zu Fake News und Desinformation. Am zweiten Tag folgt ein Video-Workshop mit dem Filmemacher Marcus Laufenberg. Jugendliche lernen, Falschinformationen zu erkennen und ihre Erkenntnisse kreativ umzusetzen.

Marcus Laufenberg, Hans-Peter Dürhager  
2 Termine | gebührenfrei

**Di, 03.09.2024** | 09:00 – 15:00 Uhr

**Mi, 11.09.2024** | 09:00 – 15:00 Uhr

**2401223001** | Färberstraße 34

### Im Netz der Lügen: Fake News erkennen, Populismus enttarnen

#### Expertengespräch

Diese gemeinsame Veranstaltung des ASG-Bildungsforums und der Evangelischen Stadtakademie widmet sich der aktuellen Thematik von Desinformation und Manipulation, die weiter um sich greifen. Aus kommunikations- und gesellschaftswissenschaftlicher Perspektive werden in einem moderierten Expertengespräch die Einflüsse manipulativer Informationen auf unsere Gesellschaft beleuchtet.

Anmeldung erbeten bis zum 01.10.2024.

Prof. Dr. Thomas Niehr,  
Dr. Bendix Hügelmann, Melanie Kabus  
1 Termin | gebührenfrei

**Di, 08.10.2024** | 19:00 – 21:15 Uhr

**2401553001** | Gerresheimer Straße 90

## Angebote zur Förderung der Medienkompetenz

Die ASG-Medienwerkstatt freut sich, ab 2025 ein spannendes und aktuelles Kursangebot zur Förderung der Medienkompetenz und Medienpädagogik im Kontext politischer Bildung für Jugendliche im Alter von 16 bis 20 Jahren präsentieren zu können.

Unsere Kurse richten sich an Schulen, Jugendbildungs- und Jugendeinrichtungen sowie Jugendfreizeitstätten, die junge Menschen dabei unterstützen möchten, sicher und kompetent im digitalen Raum zu agieren.

#### Kontakt und Anmeldung:

Für weitere Informationen und zur Anmeldung kontaktieren Sie bitte Joachim Pfeiffer, Medienbeauftragter, ASG-Bildungsforums unter:

- E-Mail: [pfeiffer@asg-bildungsforum.de](mailto:pfeiffer@asg-bildungsforum.de)
- Telefon: 0211 1740-143

Wir freuen uns auf Ihre Anfrage und darauf, gemeinsam mit Ihnen die Medienkompetenz und das demokratische Bewusstsein junger Menschen zu stärken.

#### Aktuelle Kursangebote:

- **Digitale Demokratiekompetenz**
- **Fake News und Desinformation – „Im Netz der Lügen“**

#### Förderung und Kosten:

Die Kurse sind größtenteils mit öffentlichen Mitteln finanziert, sodass nur ein geringer Eigenanteil der kooperierenden Einrichtungen erforderlich ist. Dies ermöglicht es uns, qualitativ hochwertige Bildungsangebote zu erschwinglichen Konditionen bereitzustellen und möglichst vielen Jugendlichen den Zugang zu diesen wichtigen Themen zu ermöglichen.



# Glauben und Leben

## Religion und Spiritualität

### Mein letzter Platz im Leben.

#### Die Benderstraße in Gerresheim wird zu einem Ort einer Performance

#### Wie stelle ich mir meinen Platz am Ende des Lebens vor?

Gibt es einen Platz, an dem ich gerne sein möchte? Wer soll mich begleiten und wer nicht? Einige Gerresheimer Bürgerinnen und Bürger werden ihre Antworten auf diese Fragen in der Gestaltung eines Stuhles darstellen. Diese Stühle werden an dem Samstag über die Benderstraße getragen, um mit der Bevölkerung ins Gespräch zu kommen.

In Kooperation: Ökumenischen Hospizgruppe Gerresheim e.V.

Annette Schüller

1 Termin | gebührenfrei

**Sa, 31.08.2024** | 10:00 – 13:00 Uhr

**2401790005** | gesamte Benderstraße

### Grundfragen des Lebens: Auf der Suche nach dem guten Leben

#### Antworten aus Philosophie und Psychologie, Herbstreihe 2024

Unsere langjährige philosophisch-psychologische Herbstreihe ergründet diesmal u. a. Themen wie Snobismus als Lebensstil, Freiheit von Ressentiments, den Schauer der Menschheit, die Suche nach einem „Naturzustand“, die Rolle von Empfindungen und Gefühlen, Sensibilität im Zusammenhalt und die Vielfalt von Schönheit. Tauchen Sie ein in tiefgründige Diskussionen über die Grundlagen des Lebens und entwickeln Sie Ihre eigenen Perspektiven!

Prof. Dr. Christoph Weismüller

7 Termine | EUR 98,00

**Di, ab 29.10.2024** | 19:45 – 21:15 Uhr

**2401733001** | Werdener Straße 4

### Die Suche nach dem Sinn des Lebens – Grundfragen des Daseins neu entdeckt

#### Philosophischer Workshop

Entdecken Sie die Grundfragen des Daseins und finden Sie Antworten auf die ewige Frage nach dem Sinn. In diesem kompakten Kurs erforschen Sie verschiedene philosophische Ansätze und finden neue Perspektiven auf die eigene Existenz. Ein unverzichtbares Abenteuer für alle, die sich mit den tiefgründigen Fragen des Lebens beschäftigen möchten.

Joachim Pfeiffer

1 Termin | EUR 18,00

**Sa, 16.11.2024** | 14:00 – 16:15 Uhr

**2401743001** | Werdener Straße 4

### Selber denken! Erfüllt und glücklich leben!

#### Basiskurs Philosophie

Möchten Sie Ihr Leben sinnerfüllter und glücklicher gestalten?

Dann nehmen Sie an unserem 4-teiligen Philosophie-Basiskurs teil! Sie lernen grundlegende philosophische Fragen kennen und erfahren, wie Sie durch selbstständiges Denken ein glückliches Leben führen können.

Joachim Pfeiffer

4 Termine | EUR 60,00

**Fr, ab 25.10.2024** | 14:00 – 15:30 Uhr

**2401713001** | Werdener Straße 4

### Mit der Tora durch das Jahr Eine lebensnahe Auslegung der Parschiot

#### Lesung

In den 54 Wochenabschnitten, den Parschiot, liest jede jüdische Gemeinde im Laufe eines Jahres die ganze Tora im Gottesdienst. Auf einzigartige Weise verbindet der Referent die Botschaft der alten Texte mit den Fragen und existentiellen Herausforderungen der Gegenwart. Ob es z. B. um Gebete und Spiritualität geht, um Umweltschutz, es wird sichtbar, dass die biblischen Texte immer neu in die Gegenwart der Menschen hineinwirken und Orientierung geben.

In Kooperation: Ev. Stadtakademie Düsseldorf, Gesellschaft für Christlich-Jüdische Zusammenarbeit, Stadtbüchereien Düsseldorf

Rabbiner Jehoschua Ahrens

1 Termin | gebührenfrei

**Do, 05.09.2024** | 18:00 – 19:30 Uhr

**2401570006** | Konrad-Adenauer-Platz 1

### Trauerriten in reformjüdischer Tradition

#### Hybridveranstaltung: Vortrag

Welche Rituale gibt es im Reformjudentum zur Trauerbewältigung und zum Abschiednehmen?

Der Vortrag gibt einen Einblick in vielfältige reformjüdische Trauerrituale, wie das Schiwa-Sitzen und die Krija, sowie in weitere Traditionen zur Trauerbewältigung.

Es besteht die Möglichkeit zur Lektüre ausgewählter Texte, wie das Zidduk-ha-din, das Kaddisch und andere Gebete, die im Zusammenhang mit dem Verlust eines Kindes, nach einer Fehlgeburt, sowie am Kranken- oder Sterbebett gesprochen werden können.

#### Eine Anmeldung ist erforderlich.

Die Vortragende wird live zugeschaltet.

In Kooperation: Ev. Stadtakademie Düsseldorf, Gesellschaft für Christlich-Jüdische Zusammenarbeit

Natalie Wilcke

1 Termin | gebührenfrei

**Do, 26.09.2024** | 17:30 – 19:00 Uhr

**2401570007** | Hohe Straße 16

## Was Psalmen / Choräle, Pasta und den Pastoralbetrieb miteinander verbindet?

**Geht Glauben ohne Musik? Antworten auf diese Fragen werden musikalisch präsentiert und vorgestellt.**

Der Abend startet mit einem Taizegebet und danach wird die Alt-Katholische Pfarrgemeinde zu Pasta-Pastorale einladen.

Anschließend wird die Kirchenmusikerin Ann-Helena Schlüter (Orgel und Klavier) Choräle und Psalmen vorstellen und zu Andacht und Meditation einladen. Der Abend endet mit einem ignatianischen Nachtgebet von Pfarrer Clemens Engels.

Wir bitten um einen Unkostenbeitrag als Spende für die Pasta in Höhe von EUR 7,00 (ermäßigt: EUR 5,00). Dieser wird vor Ort eingesammelt.

In Kooperation: Alt-Katholische Pfarrgemeinde St. Thomas Düsseldorf

Ann-Helena Schlüter,  
Pfarrer Clemens Engels  
1 Termin | gebührenfrei

**Mi, 16.10.2024** | 19:00 – 22:15 Uhr  
**2401570005** | Steubenstraße 13

Entdecken Sie  
noch mehr Kurse  
auf unserer  
Homepage!

[asg-bildungsforum.de](http://asg-bildungsforum.de)

## Interreligiöser Dialog

### Trauer- und Bestattungsrituale in den monotheistischen Religionen Besichtigungen von religiösen Einrichtungen und Gesprächen

In Kooperation: Ökumenischen Hospizgruppe Gerresheim e. V.

#### Judentum

Besuch der Synagoge der Jüdischen Gemeinde Düsseldorf und Führung.

Wenn ein Leben zu Ende geht, gilt es im Judentum bestimmte Dinge zu beachten. So spricht man für bzw. mit einem Menschen, der im Sterben liegt, das Sündenbekenntnis („Widuj“) und das Glaubensbekenntnis („Höre Israel, der Ewige ist unser Gott, der Ewige ist einzig.“, Deut. 6:4). Das Ableben darf nicht beschleunigt werden, daher muss alles vermieden werden, das zu einem schnelleren Tod führen könnte. Aktive Sterbehilfe und assistierter Suizid sind im Judentum daher grundsätzlich verboten.

Neta Kaplan, Rabbiner Benzion Dov Kaplan  
1 Termin | gebührenfrei

**Mo, 04.11.2024** | 17:00 – 18:30 Uhr

**2401730013** | Synagoge, Zietenstraße 50

#### Islam

Nach der Führung in der Moschee erfahren wir, welche Trauerrituale im Islam wichtig sind. Der Sterbende spricht das Glaubensbekenntnis, das sogenannte „Schahada“. Die sterbende Person wird hierfür mit dem Blick in Richtung Mekka gerichtet. Sollte er selbst es nicht mehr schaffen, die nötige Kraft aufzubringen, dann unterstützen ihn die Angehörigen beim Aufsagen dieses Bekenntnisses.

Ismail Kiziltan  
1 Termin | gebührenfrei

**Do, 14.11.2024** | 19:00 – 20:30 Uhr

**2401730012** | Moschee, Münsterstraße 199

#### Christentum

Für die christliche Glaubensgemeinschaft ist der Tod untrennbar mit der Rückkehr des Menschen in das Reich Gottes verbunden. Das eigentliche Sterbesakrament ist die Feier der Heiligen Kommunion und der Empfang der Hostie, die für den Weg von diesem Leben ins ewige Leben stärken soll.

Die christliche Totenwache ist die moderne Version des alten Brauchs, bei den Toten zu sitzen. Freunde und Familienmitglieder werden im Beerdigungsinstitut empfangen, um an der Trauer der Familie teilzuhaben.

Christiane Kamp

1 Termin | gebührenfrei

**Do, 28.11.2024** | 19:00 – 20:30 Uhr

**2401730014** | Bestattungsinstitut,  
Am Pesch 19

## Die Frau im Judentum

### Die Rolle der Frau im Judentum

Zum Auftakt der drei Abende dieser interreligiösen Dialogreihe, wird die Rebbezin Neta Kaplan die Pflichten, Stellung und Rolle der Frau im Judentum erläutern. Welche Aufgaben kommen nach der Eheschließung und auch nach der Familiengründung hinzu oder verändern sich? Aber auch die gesellschaftliche Stellung wird Thema dieses dialogischen Gespräches sein.

In Kooperation: Ev. Stadtakademie,  
Düsseldorf

Natasha Kaplan

1 Termin | gebührenfrei

**Do, 22.08.2024** | 18:00 – 19:30 Uhr

**2401730016** | Hohe Straße 16

### Festliche Rituale zum Schabbath.

#### Wir backen gemeinsam Challot

Wir erfahren, was die Begriffe Challah, das traditionelle jüdische Zopfbrötchen, einen selbstgebackenen Hefeteig und den Schabbath als gemeinsames Element verbindet. Wir lernen verschiedene Challot zu backen. Die Rebbezin Neta Kaplan wird die Bedeutung dieser Challah für die jüdische Kultur am Schabbath und an Feiertagen erläutern. Wir lassen uns beim Entstehen des Hefeteiges inspirieren von der jüdischen Backkultur. Die Challot werden gemeinsam gegessen.

In Kooperation: Ev. Stadtakademie,  
Düsseldorf  
Gesellschaft für Christlich-  
Jüdische Zusammenarbeit

Neta Kaplan

1 Termin | EUR 7,00

**Di, 29.10.2024** | 18:00 – 19:00 Uhr

**2401730019** | Gerresheimer Straße 90

### Besuch der Mikwe in der Synagoge Düsseldorf

Wir werden gemeinsam mit der Rebbezin Neta Kaplan die Mikwe der Düsseldorfer Jüdischen Gemeinde besichtigen und bekommen erläutert, welche Bedeutung dieser Ort für einen religiösen jüdischen Menschen einnimmt. Das jüdische Ritualbad gilt gemäß dem jüdischen Ritual als „lebendiges Wasser“. In der Mikwe werden nach Besuch des Warmbades die vorgeschriebenen Reinigungsrituale durchgeführt, insbesondere von Frauen nach Menstruation und Geburt oder vor der Hochzeit. Männer benutzen die Mikwe ebenfalls.

In Kooperation: Ev. Stadtakademie,  
Düsseldorf

Hinweis: Eine Anmeldung ist erforderlich.  
Bitte bringen Sie für die Sicherheitskontrolle in der Jüdischen Gemeinde Ihren Personalausweis mit.

Neta Kaplan

1 Termin | gebührenfrei

**Do, 05.12.2024** | 17:00 – 18:30 Uhr

**2401730018** | Zietenstraße 50

### Trauerspaziergänge: Angebot an alle Menschen, die um jemanden trauern

Die Trauerbegleiterin Birgit Holz bietet für alle Menschen, die um jemand trauern, ein offenes Angebot ohne Anmeldung an. Dieses richtet sich an alle Menschen, unabhängig davon, wie lange der Verlust zurück liegt. Bei einem gemeinsamen Spaziergang kommen die Betroffenen mit anderen ins Gespräch oder sind in Stille dabei. Sie genießen die Verbundenheit mit den Menschen und der Natur und nehmen wahr und werden wahrgenommen. Begleitet wird dieser Spaziergang von einer zertifizierten Trauerbegleiterin (BVT), die Impulse gibt und für Fragen zur Verfügung steht.

Unterstützt durch die Bürgerstiftung Gerricus.

Birgit Holz

2 Termine | gebührenfrei

**Fr, 08.11.2024** | 15:00 – 16:30 Uhr

**Fr, 06.12.2024** | 15:00 – 16:30 Uhr

**2401790008** | Volksgarten: Zeitfeld  
(24 Bahnhofsuhr)

### Trauer am Arbeitsplatz

#### Workshop

Trauer findet dort statt, wo das soziale Leben stattfindet – somit auch am Arbeitsplatz. Dieser Workshop soll sachliche Kenntnisse vermitteln und eigenes Erleben zum Thema Trauer reflektieren sowie mögliche Unsicherheiten im Umgang mit trauernden Kolleginnen und Kollegen, die einen persönlichen Verlust erlitten haben, abbauen. Theoretisches Wissen und praktische Übungen stehen dabei im Vordergrund. Der Workshop befasst sich mit dem Sinn von Trauer und stellt Trauermodelle und -prozesse vor. Zuletzt wird auch vermittelt, wie eine Selbstfürsorge aussehen könnte.

Unterstützt durch die Bürgerstiftung Gerricus.

Hinweis: Dieser Workshop ist keine Trauerbegleitung. Aus diesem Grund muss seit einem Verlust der Teilnehmenden mindestens ein Jahr vergangen sein.

Birgit Holz

1 Termin | EUR 29,00

**Mi, 13.11.2024** | 13:00 – 18:00 Uhr

**2401790007** | Gerresheimer Straße 90

## Hospizarbeit

### Letzte Hilfe Kurs

#### Erste Hilfe – Letzte Hilfe.

#### Ein Kurs für das Ende des Lebens!

Vermittelt werden Informationen, wie Schwer-  
kranke und Sterbende unterstützt werden  
können, und was zu tun ist, wenn Abschied  
genommen wird. Der Kurs richtet sich an Per-  
sonen, die Unterstützung brauchen wenn ein  
geliebter Mensch erkrankt ist.

Anmeldung: Ökumenische Hospizgruppe  
Gerresheim e.V. unter E-Mail:  
hospizgr-gerresheim@gmx.de  
oder Telefon 0211 297059

In Kooperation: Ökumenische Hospiz-  
gruppe Gerresheim e. V.

Annette Schüller

1 Termin | gebührenfrei

**So, 08.09.2024** | 15:00 – 19:00 Uhr

**2401790006** | Gaststätte Neußer Thor,  
Benderstraße 2

---

## „Was bleibt, ist das Gefühl“

Veranstaltungsreihe: Schwerpunktthema  
„Menschen mit Demenz“

### Trauer und Demenz

#### Trauerbegleitung als verstehender Zugang und heilsame Zuwendung

#### Lesung und Gespräch

Die Theologin und Trauerbegleiterin Dr. Birk-  
holz verschafft uns einen Einblick in die Kom-  
munikations- und Innenwelt von Menschen  
mit Demenz.

Wenn Vergesslichkeit das Leben verändert,  
geraten Menschen häufig in eine Krise, und  
ganz unterschiedliche Verluste sind auf ein-  
mal zu bewältigen. Mit dem Verstehen von  
Verhaltensweisen wird es möglich, in ein an-  
deres, neues und gutes Leben mit Demenz  
hineinzufinden. Statt der Fremdheit, die oft  
bei Demenz erfahren wird, kann eine neue  
Vertrautheit entstehen.

In Kooperation: Ökumenische Hospiz-  
bewegung Düsseldorf-Süd

Dr. Carmen Birkholz

1 Termin | Tickets: EUR 10,00 erhältlich bei  
Buchhandlung Dietsch, Benrath

**Di, 03.09.2024** | 19:30 – 21:00 Uhr

**2401760002** | Hauptstraße 47

---

### Was ich schon immer über Demenz wissen wollte, aber nie zu fragen wagte

#### Vortrag und Gespräch

Sind Alzheimer und Demenz eigentlich das  
Gleiche? Kündigt sich eine Demenz an? Wel-  
che Formen gibt es und wie unterscheiden  
sich die Verläufe? Wie erleben Menschen  
mit Demenz Sterben und Trauer? Fragen wie  
diese beantwortet Ihnen Dr. Thomas Zeile,  
der in Duisburg zwei Akutgeriatrische Klini-  
ken und eine Geriatrische Rehabilitationskli-  
nik als ärztlicher Direktor leitet.

In Kooperation: Ökumenische Hospiz-  
bewegung Düsseldorf-Süd

Dr. Thomas Zeile

1 Termin | gebührenfrei

**Do, 05.09.2024** | 19:30 – 21:00 Uhr

**2401760003** | Görresstraße 3

---

### Leben und Sterben mit Demenz

#### Der Duft der Hoffnung

#### Vortrag und Gespräch

Demenz verändert alles. Für die Betroffenen  
genau wie für die An- und Zugehörigen. Wie  
wir uns auf diese Krankheit einstellen und  
damit konstruktiv umgehen können, davon  
berichtet die ausgewiesene Expertin und Au-  
torin Barbara Klee-Reiter. Die Zuhörenden  
erfahren, dass Unsicherheit Professionalität  
bedeutet und warum es in jeder Phase der  
Demenz Grund zur Hoffnung gibt. Barbara  
Klee-Reiter ist Dozentin zum Thema Demenz  
und hat u. a. das demenz balance-Modell  
entwickelt.

In Kooperation: Ökumenische Hospiz-  
bewegung Düsseldorf-Süd

Barbara Klee-Reiter

1 Termin | gebührenfrei

**Do, 12.09.2024** | 19:30 – 21:00 Uhr

**2401760004** | Görresstraße 3

---

### Mitgefühl. Pflege neu denken

#### Filmvorführung und Gespräch

Kuchen und Sekt statt Medikamente: In ei-  
nem dänischen Pflegeheim findet sich immer  
ein Anlass zum Anstoßen, sei es der Geburts-  
tag der Königin, ein Hochzeitstag oder ein  
Abschied. In ihrem einfühlsamen Dokumen-  
tationsfilm stellt die Regisseurin L. Detlefsen  
am Beispiel eines einzigartigen Pflegeheims  
und dessen Bewohnerinnen und Bewohnern  
ein revolutionäres, Mut machendes Langzeit-  
pflegekonzept vor, das sich mit den brandak-  
tuellen Fragen befasst, wie wir leben, altern  
und sterben wollen.

In Kooperation: Ökumenische Hospiz-  
bewegung Düsseldorf-Süd

Leitung: Daniela Grammatico

1 Termin | gebührenfrei

**Fr, 20.09.2024** | 19:30 – 21:00 Uhr

**2401760006** | Görresstraße 3

---

**Luftakrobatik, Gesang, Poesie**  
**Abschlussveranstaltung der Reihe:**

**„Was bleibt, ist das Gefühl“**

**Künstlerischer Beitrag**

Den Abschluss und Höhepunkt des Aktionsmonats gestalten das preisgekrönte Künstlerduo Luftakrobatin Tanja Stolting und Schauspielerin Stefanie Kuznik. Interviews und Aussagen von demenziell veränderten Menschen werden collagenartig in Text, Lufttanz und Gesang zu einem schillernden Teppich aus Emotionen verwoben und entfalten über den Köpfen der Zuschauer poetische und berührende Bilder. Im Anschluss lädt die Ökumenische Hospizbewegung Düsseldorf-Süd zu einem gemeinsamen Umtrunk und Gespräch mit den Künstlerinnen und Gästen ein.

In Kooperation: Ökumenische Hospizbewegung Düsseldorf-Süd

Tanja Stolting, Stefanie Kuznik  
1 Termin | gebührenfrei

**Sa, 28.09.2024** | 19:30 – 21:00 Uhr

**2401760007** | Matthäus-Haus,  
Rene-Schickele-Str. 4

## Ankündigung 2025

**„Kein Ort, das Haupt zu betten“**  
**Wort, Musik und Tanz auf dem Weg**

**Tanzperformance mit Musik**

Der Lebenstänzer Felix Grützner ist Trainer im Bereich Palliative Care, Tänzer und Choreograph und er arbeitet bei ALPHA-Ansprechstellen im Land NRW zur Palliativversorgung, Hospizarbeit und Angehörigenbegleitung. In der künstlerischen Umsetzung wird der Frage nachgegangen, was es braucht, um Menschen „auf der Durchreise“ in Krise, Krankheit und Sterben eine gute Wegbegleiterin, ein guter Wegbegleiter zu sein. Hinzu kommen Texte, Tanz und Musik, u. a. von Charlie Chaplin.

In Kooperation: Ökumenische Hospizbewegung Düsseldorf-Süd

Dr. Felix Grützner

1 Termin | EUR 7,00, (ermäßigt: EUR 5,00)

**Do, 23.01.2025** | 19:30 – 21:00 Uhr

**2501730015** | Theatermuseum,  
Jägerhofstraße 1



# Gesundheit und Sport

## Innere Balance

### Qi Gong

Qi Gong ist eine aktive Bewegungskunst und bezeichnet die Arbeit (Gong) mit der Lebensenergie (Qi). Die im Kurs praktizierte Form zeichnet sich durch langsame, fließende Übungen aus. In Verbindung mit Atmung und Vorstellungskraft führt sie zu einer verbesserten Geschmeidigkeit der Muskulatur und wirkt darüber hinaus regulierend auf die Organe und die physiologischen Funktionen. Die harmonischen Bewegungsabläufe dehnen die Muskeln und lösen so vorhandene Blockaden auf eine sanfte Art.

Frank Gaedtker  
10 Termine | EUR 100,00  
**Do, 05.09.2024** | 18:30 – 20:00 Uhr  
**2402663849** | Gerresheimer Straße 90

### Qi Gong (Workshop)

#### Die Acht Brokate

Die Acht Brokate sind wahrscheinlich die bekanntesten chinesischen Übungen zur Gesundheitspflege. Der Name „Acht Brokate“ symbolisiert die Vielfaltigkeit und den großen Wert der Übungen. Die harmonischen und leicht erlernbaren Bewegungsabläufe dehnen Muskeln und Sehnen und lösen Blockaden auf sanfte Art. Innerlich fördern die Acht Brokate geistige Klarheit und das Gefühl für die eigene Mitte. Sie unterstützen das Fließen des Qi, der Lebensenergie.

Petra Eckertz-Klein  
1 Termin | EUR 45,00  
**So, 10.11.2024** | 10:00 – 15:00 Uhr  
**2402663851** | Gerresheimer Straße 90

### Progressive Muskelentspannung

#### Weg aus dem Stress

Chronische Anspannung ist oft die Ursache für viele nervöse und körperliche Beschwerden. Bei der Progressiven Muskelentspannung nach E. Jacobson wird der Wechsel von Anspannung und Entspannung bestimmter Muskelgruppen Schritt für Schritt bewusster gemacht. Zusätzliche Atemübungen verstärken diesen Entspannungseffekt, fördern eine tiefe innere Ruhe und lassen uns gelassener mit Belastungssituationen im Alltag umgehen.

Masoumeh Shokri-Helten  
1 Termin | EUR 38,00  
**Sa, 05.10.2024** | 10:00 – 14:00 Uhr  
**2402663865** | Gerresheimer Straße 90

### Seelische Widerstandskraft stärken, innere Ressourcen entdecken

#### Resilienztraining

Es ist die seelische Widerstandskraft, die uns hilft, schwierige Situationen im Leben zu meistern, gestärkt aus Ihnen hervorzugehen und Lebensfreude neu zu entfalten. In diesem Seminar lernen wir die sieben Säulen der Resilienz kennen: Optimismus, Akzeptanz, Lösungsorientierung, Selbststeuerung, Verantwortung übernehmen, Beziehungen erfüllt leben, Zukunft gestalten.

Brigitte Krings  
1 Termin | EUR 54,00  
**Sa, 09.11.2024** | 10:00 – 15:15 Uhr  
**2402663871** | Gerresheimer Straße 90

### Im Einklang mit mir selbst: Wie leite ich mein inneres Team?

#### Von innerer Unruhe zu Ruhe und Gelassenheit

#### Bildungsurlaub / Intensivkurs

Als BU nach dem AWbG anerkannt  
Sie haben sicherlich schon erlebt, wie unterschiedliche Gedanken, Gefühle und innere Stimmen in Ihnen miteinander ringen und Sie daran hindern, Entscheidungen zu treffen. Doch was, wenn Sie lernen könnten, diese inneren Konflikte zu lösen und in Einklang zu bringen? Mit dem von dem Kommunikationspsychologen Friedemann Schulz von Thun entwickelten Konzept der inneren Teamarbeit lernen Sie unterschiedliche Techniken kennen, um Ihre verschiedenen inneren Stimmanteile richtig für sich zu deuten, sie zu harmonisieren und innere Konflikte besser zu lösen.

Brigitte Krings  
5 Termine (30 Ustd.) | EUR 310,00  
**Mo–Fr, ab 18.11.2024** | 09:30 – 15:00 Uhr  
**2402663870** | Gerresheimer Straße 90

### Ganzheitliches Stressmanagement mit Ayurveda und Achtsamkeit

#### Bildungsurlaub / Intensivkurs

Als BU nach dem AWbG anerkannt  
Die Kombination von Achtsamkeitsübungen und der jahrtausende alten Lehre des Ayurveda bietet ein umfassendes Konzept zur Erhaltung der körperlichen und geistigen Balance in Alltag und Beruf. Achtsamkeitsübungen im Sitzen, Liegen und Gehen helfen uns, mental zur Ruhe zu kommen und innerlich gelassener zu werden. Yoga- und Bewegungsübungen fördern den Stressabbau und geben uns neue Energie.

Eine Einführung in die typgerechte und ayurvedische Ernährung vermittelt Wissen darüber, wie wir uns auch im stressigen Berufsalltag mit wenig Aufwand ernähren können, dass unser Körper die angemessene Energiezufuhr erhält.

Ingrid Hartings  
5 Termine (30 Ustd.) | EUR 310,00  
**Mo–Fr, ab 25.11.2024** | 09:30 – 15:00 Uhr  
**2402662955** | Gerresheimer Straße 90

## Meditation

### Einführung in verschiedene Meditationsformen

Sie möchten gerne meditieren lernen aber wissen nicht, welche Art der Meditation für Sie geeignet ist? Wir werden verschiedene Formen der Meditation kennenlernen, einüben und uns meditativ austauschen: Meditation im Sitzen und in Bewegung, geführt und in Stille, Körper- und Atemmeditation, Meditation mit Tönen und inneren Bildern, Konzentrations- und Einsichtsmeditation.

Ingrid Hartings  
1 Termin | EUR 54,00  
**Sa, 10.11.2024** | 10:00 – 15:00 Uhr  
**2402662868** | Gerresheimer Straße 90

### Stressbewältigung durch Achtsamkeit (MBSR)

#### Bildungsurlaub/Intensivkurs

Als BU nach dem AWbG anerkannt  
Angewandte Achtsamkeit im Alltag kann uns helfen, innere Gelassenheit in Beruf und Alltag zu bewahren und Stress zu reduzieren. Das von Prof. Dr. Jon Kabat-Zinn entwickelte MBSR-Programm (Mindfulness-Based Stress Reduction) ist eine effektive Selbsthilfemethode zur Stressbewältigung, deren gesundheitsfördernde Wirkung durch zahlreiche wissenschaftliche Studien belegt ist. Achtsamkeitsübungen im Liegen, Gehen und Sitzen sowie sanfte Yoga- und Dehnübungen ergänzen sich durch Impulsvorträge und Gruppengespräche.

Ingrid Hartings  
5 Termine (30 Ustd.) | EUR 310,00  
**Mo–Fr, ab 07.10.2024** | 09:30 – 15:00 Uhr  
**2402662956** | Gerresheimer Straße 90

## Yoga: Workshops

### Hatha-Yoga-Workshop

#### Auszeit- und Relax-Tag für Einsteiger / Anfänger

Hatha Yoga ist eine Möglichkeit der aktiven bewussten Entspannung des Körpers. Durch gezielte Bewegungsabläufe, Atemübungen (Pranayama) und Körperhaltungen (Asanas) kann die Konzentrationsfähigkeit verbessert und innere Ausgeglichenheit gewonnen werden.

Masoumeh Shokri-Helten  
1 Termin | EUR 32,00  
**Sa, 12.10.2024** | 10:00 – 13:00 Uhr  
**2402663471** | Gerresheimer Straße 90

### Yoga und Ayurveda

Die Ayurvedische Gesundheitslehre ist durch die Geschichte und die Philosophie eng mit dem Yoga verbunden und konzentriert sich auf die für die menschliche Gesundheit und Krankheit wichtigen körperlichen, geistigen, emotionalen und spirituellen Aspekte. In Kombination mit Yoga stützt es den ganzheitlichen Gesundheitsansatz und fördert gleichsam das Wohlbefinden von Körper, Geist und Seele.

Masoumeh Shokri-Helten  
1 Termin | EUR 40,00  
**Sa, 30.11.2024** | 10:00 – 14:00 Uhr  
**2402663470** | Gerresheimer Straße 90

### Fit, heiter und entspannt mit Lach-Yoga

Lach-Yoga baut auf traditionellem Yoga-Wissen auf und ist eine Kombination aus Lach- und Atemübungen. Lach-Yoga führt Sie über absichtliches Lachen in Ihre positiven Emotionen. Lernen Sie leichte, jederzeit anwendbare Übungen kennen, die bequem in den Alltag integriert werden können. Lachen hilft zu entspannen, Stress besser zu bewältigen und wirkt positiv auf den Körper und die Psyche. In diesem Seminar spüren Sie ganz intensiv, wie gut es sich anfühlt, längere Zeit herzlich und befreiend zu lachen.

Gisela Dombrowsky  
1 Termin | EUR 45,00  
**So, 17.11.2024** | 10:00 – 15:15 Uhr  
**2402663465** | Gerresheimer Straße 90

### Trauma Release Yoga

In ruhiger und friedvoller Atmosphäre zur eigenen Ruhe und Gelassenheit finden. Die Techniken dieses Yogastils sind auch für Anfänger geeignet und versuchen ganz gezielt, empfundenen Stress zu reduzieren und dessen Symptome aus Körper und Geist zu lösen. Die Körperhaltungen und Atemübungen bringen die Energien zum Fließen und erlauben eine tiefe und umfassende Lösung von stressbedingten Anspannungen.

Sana Migati Kozlica  
1 Termin | EUR 36,00  
**Sa, 07.09.2024** | 10:00 – 13:00 Uhr  
**2402663466** | Gerresheimer Straße 90

**Sa, 07.12.2024** | 10:00 – 13:00 Uhr  
**2402663467** | Gerresheimer Straße 90

### Yoga Balance für Körper und Geist

In abwechslungsreichen Yoga-Einheiten erleben Sie, wie Sie die Balance zwischen Aktivität und Entspannung finden, um Ihr inneres Gleichgewicht zu erlangen und zu bewahren. Sie üben Meditations- und Entspannungstechniken, die Ihnen mehr Sensibilität, Bewusstheit und innere Klarheit für den Berufsalltag verleihen. Zudem lernen Sie Methoden des Loslassens kennen, um tiefere Entspannung und Erholung im Alltag zu erfahren. Mit Atemübungen erspüren, regulieren und harmonisieren Sie den natürlichen Fluss Ihrer Lebensenergie.

Masoumeh Shokri-Helten  
2 Termine | EUR 68,00  
**Sa, 09.11.2024** | 10:00 – 14:00 Uhr  
**Sa, 16.11.2024** | 10:00 – 14:00 Uhr  
**2402663468** | Gerresheimer Straße 90

### Yoga und Brainfood

Hier erwartet Sie eine perfekte Kombination aus körperlicher und mentaler Stärkung. In den Yoga-Einheiten finden Sie die Balance zwischen Aktivität und Entspannung, um Ihr inneres Gleichgewicht zu fördern. Entdecken Sie Techniken der Meditation und Atemübungen, um Ihre innere Klarheit und Lebensenergie zu steigern. Zusätzlich bereiten wir gemeinsam kleine, gut vorzubereitende ayurvedische Snacks zu, die Sie körperlich und geistig gut durch den Alltag bringen.

Masoumeh Shokri-Helten  
2 Termine | EUR 75,00  
(inkl. Lebensmittelumlage)  
**Sa, 28.09.2024** | 10:00 – 14:00 Uhr  
**Sa, 05.10.2024** | 10:00 – 14:00 Uhr  
**2402663469** | Gerresheimer Straße 90

## Yoga: Kursreihen

### Hatha Yoga

Hatha Yoga ist eine Möglichkeit der aktiven bewussten Entspannung des Körpers. Durch gezielte Bewegungsabläufe, Atemübungen (Pranayama) und Körperhaltungen (Asanas) kann die Konzentrationsfähigkeit verbessert und innere Ausgeglichenheit gewonnen werden.

Sana Migati Kozlica,  
14 Termine | EUR 147,00  
**Mo, ab 26.08.2024** | 18:00 – 19:30 Uhr  
**2402663402** | Gerresheimer Straße 90

**Mo, ab 26.08.2024** | 19:35 – 21:05 Uhr  
**2402663403** | Gerresheimer Straße 90

Susanne Heppner  
14 Termine | EUR 147,00  
**Mo, ab 26.08.2024** | 18:00 – 19:30 Uhr  
**2402663600** | Wildenbruchstraße 27

Imma Schneider  
14 Termine | EUR 147,00  
**Mo, ab 26.08.2024** | 18:00 – 19:30 Uhr  
**2402663500** | Münsterstraße 121

**Mo, ab 26.08.2024** | 19:45 – 21:15 Uhr  
**2402663501** | Münsterstraße 121

Heike Christmann  
14 Termine | EUR 147,00  
**Di, ab 27.08.2024** | 18:00 – 19:30 Uhr  
**2402663407** | Gerresheimer Straße 90

Jutta Behrendt  
9 Termine | EUR 95,00  
**Di, ab 01.10.2024** | 18:00 – 19:30 Uhr  
**2402663604** | Wildenbruchstraße 27

Brigitte Wollenhaupt  
14 Termine | EUR 147,00  
**Di, ab 27.08.2024** | 18:00 – 19:30 Uhr  
**2402663607** | Wildenbruchstraße 27

Jutta Behrendt  
9 Termine | EUR 95,00  
**Di, ab 01.10.2024** | 19:35 – 21:05 Uhr  
**2402663606** | Wildenbruchstraße 27

Brigitte Wollenhaupt  
14 Termine | EUR 147,00  
**Di, ab 27.08.2024** | 19:45 – 21:15 Uhr  
**2402663605** | Wildenbruchstraße 27

Heike Christmann  
14 Termine | EUR 147,00  
**Di, ab 27.08.2024** | 19:45 – 21:15 Uhr  
**2402663406** | Gerresheimer Straße 90

Gabriele Engelhardt  
14 Termine | EUR 147,00  
**Mi, ab 28.08.2024** | 16:30 – 18:00 Uhr  
**2402663409** | Gerresheimer Straße 90

Heike Christmann  
14 Termine | EUR 147,00  
**Mi, ab 28.08.2024** | 18:15 – 19:45 Uhr  
**2402663410** | Gerresheimer Straße 90

Peggy Schröder  
12 Termine | EUR 126,00  
**Mi, ab 22.08.2024** | 18:30 – 20:00 Uhr  
**2402663608** | Wildenbruchstraße 27

Masoumeh Shokri-Helten  
13 Termine | EUR 137,00  
**Do, ab 29.08.2024** | 09:15 – 10:45 Uhr  
**2402663412** | Gerresheimer Straße 90

Imma Schneider  
13 Termine | EUR 137,00  
**Do, ab 29.08.2024** | 18:00 – 19:30 Uhr  
**2402663610** | Wildenbruchstraße 27

**Do, ab 29.08.2024** | 19:45 – 21:15 Uhr  
**2402663611** | Wildenbruchstraße 27

### Hatha Yoga für den Rücken – Entspannung im Alltag

In kleinen Schritten werden Körperhaltungen angestrebt, die zu einer Flexibilisierung der Wirbelsäule und Kräftigung des Rückens führen können. Reduzierung von Schmerzen und Abbau von muskulären Verspannungen werden darüber hinaus durch Atem- und Entspannungsübungen erreicht.

Birgit Pfau  
14 Termine | EUR 91,00  
**Mo, ab 26.08.2024** | 10:45 – 11:45 Uhr  
**2402663704** | Gerricusstraße 14

Birgit Pfau  
14 Termine | EUR 147,00  
**Mo, ab 26.08.2024** | 09:00 – 10:30 Uhr  
**2402663700** | Gerricusstraße 14

**Di, ab 27.08.2024** | 18:00 – 19:30 Uhr  
**2402663702** | Gerricusstraße 14

**Di, ab 27.08.2024** | 19:45 – 21:15 Uhr  
**2402663701** | Gerricusstraße 14

Masoumeh Shokri-Helten  
14 Termine | EUR 147,00  
**Di, ab 27.08.2024** | 09:30 – 11:00 Uhr  
**2402663506** | Münsterstraße 121

**Di, ab 27.08.2024** | 11:15 – 12:45 Uhr  
**2402663505** | Münsterstraße 121

### Power Yoga

Bei diesem sportlichen Yogastil werden ausgewählte Übungen aus dem Hatha Yoga so kombiniert, dass Kraft, Beweglichkeit und Dehnfähigkeit gefördert werden.

Katharina Bauch  
14 Termine | EUR 147,00  
**Mo, ab 26.08.2024** | 20:00 – 21:30 Uhr  
**2402663602** | Wildenbruchstraße 27

### Yin Yoga und Meditation

Tiefe Atmung, sanfte Meditation und lang gehaltene Positionen sind die Hauptmerkmale dieses passiven Yogastils. Eine lange Verweildauer in den verschiedenen Positionen lässt den Übenden immer tiefer in die jeweilige Haltung sinken. Unterstützt durch verschiedene Hilfsmittel werden die unterschiedlichen Muskelpartien sanft gelockert sowie Verspannungen im Bindegewebe und den Faszien behutsam gedehnt.

Heike Christmann  
14 Termine | EUR 97,00  
**Mi, ab 28.08.2024** | 20:00 – 21:00 Uhr  
**2402663408** | Gerresheimer Straße 90

### Yin Yoga – Faszien Yoga

Dieses Training verbindet in sehr harmonischer Weise die Hauptmerkmale des passiven Yin-Yoga-Stils mit den Grundelementen des Faszientrainings. Hier wird zur Stärkung und Kräftigung der Tiefenmuskulatur viel gedehnt und gerollt. Eine unschlagbare Kombination für ein starkes Bindegewebe, mehr Flexibilität und Muskelkraft.

Susanne Heppner  
14 Termine | EUR 147,00  
**Mo, ab 26.08.2024** | 19:35 – 21:05 Uhr  
**2402663633** | Wildenbruchstraße 27

### Hatha Yoga im Familienzentrum

Hatha Yoga ist eine Möglichkeit der aktiven bewussten Entspannung des Körpers. Durch gezielte Bewegungsabläufe, Atemübungen (Pranayama) und Körperhaltungen (Asanas) kann die Konzentrationsfähigkeit verbessert und innere Ausgeglichenheit gewonnen werden.

Verena Polt  
14 Termine | EUR 147,00  
**Di, ab 27.08.2024** | 18:00 – 19:30 Uhr  
**2402663716** | Alt-Eller 31 a

**Di, ab 27.08.2024** | 19:45 – 21:15 Uhr  
**2402663715** | Alt-Eller 31 a

Heike Christmann  
12 Termine | EUR 137,00  
**Do, ab 29.08.2024** | 19:30 – 21:00 Uhr  
**2402663310** | In der Hött 12

### Yoga

#### Ruhe in der Bewegung

Sequenzen zur Lösung von Energieblockaden aktivieren durch sanfte Bewegungen Körper und Geist. Haltungen aus dem Hatha Yoga, Pilateselemente, Atemübungen und eine Entspannungsphase vervollständigen diese Yogastunde.

Frauke Hütker  
7 Termine | EUR 35,00  
**Mo, ab 26.08.2024** | 18:00 – 19:00 Uhr  
**2402664312** | Auf der Reide 2

**Mo, ab 28.10.2024** | 18:00 – 19:00 Uhr  
**2402664312** | Auf der Reide 2

## Body Fit

### Body Fit

Auch als Einsteigerin oder Einsteiger sind Sie in diesem effektiven Ganzkörpertraining genau richtig! Auf dem abwechslungsreichen Programm steht ein leichtes aerobes Training zur Straffung und Kräftigung der wichtigsten Problemzonen. Dabei werden auch einfache Fitnessgeräte eingesetzt.

Sandra Hecklinger  
14 Termine | EUR 140,00  
**Mi, ab 28.08.2024** | 09:30 – 10:30 Uhr  
**2402663030** | Gerresheimer Straße 90

Elita Hidalgo  
14 Termine | EUR 140,00  
**Mi, ab 28.08.2024** | 18:30 – 19:30 Uhr  
**2402663031** | Münsterstraße 121

## Body-Styling

### Body-Styling

Mit einem vielseitigen gelenkschonenden Ganzkörpertraining steigern Sie ganz gezielt und vor allem nachhaltig Ihre körperliche Leistungsfähigkeit.

Das Ausdauertraining regt die Fettverbrennung an und dient der Straffung und Kräftigung der wichtigsten Problemzonen (Bauch, Po, Beine und Rücken). Dabei setzen Sie auch einfache Fitnessgeräte ein (zum Beispiel Dynabands, Steps und Weights).

Karl-Heinz Dalheimer  
14 Termine | EUR 210,00  
**Mi, ab 28.08.2024** | 19:00 – 20:30 Uhr  
**2402663045** | Jülicher Straße 29

### Fortgeschrittene

Heike Waschler, Elita Hidalgo  
14 Termine | EUR 210,00  
**Mi, ab 28.08.2024** | 19:30 – 21:00 Uhr  
**2402663047** | Münsterstraße 121

Sandra Hecklinger  
14 Termine | EUR 210,00  
**Sa, ab 31.08.2024** | 10:30 – 12:00 Uhr  
**2402663050** | Gerresheimer Straße 90

## Functional Training

### Functional Training

Werden Sie fit und immer fitter – stellen Sie sich gezielt den alltäglichen Ansprüchen Ihres Körpers! Mit einer Reihe von effektiven Übungen stärken Sie den Rücken und gewinnen mehr Kraft in Armen und Beinen. Sie fördern unterschiedlichste Muskelgruppen, wirken positiv auf das Herz-Kreislauf-System ein und arbeiten an Ihrer Balance und Koordination. Damit legen Sie die Grundlage für körperweites Wohlbefinden und erhöhte Leistungsfähigkeit. Dieses Training ist für alle Altersgruppen geeignet.

Andrea Schmitz  
14 Termine | EUR 210,00  
**Mi, ab 28.08.2024** | 18:00 – 19:30 Uhr  
**2402663068** | Graf-Recke-Straße 94

Alexandra Peters  
13 Termine | EUR 195,00  
**Do, ab 29.08.2024** | 19:15 – 20:45 Uhr  
**2402663070** | Gerresheimer Straße 90

## Körpertraining

### Fit im Alltag

Steuern Sie mit einem gezielten Herz-Kreislauf-Training in Kombination mit gelenkschonender Gymnastik einseitigen Belastungen des Alltags entgegen! Wirbelsäulengerechtes Verhalten, Übungen zur Geschicklichkeit und zum Gleichgewicht, Dehn- und Entspannungselemente stehen auf dem abwechslungsreichen Programm. Damit fördern Sie effektiv und nachhaltig Fitness, Beweglichkeit und persönliches Wohlbefinden.

#### Frauen

Heike Waschler  
14 Termine | EUR 140,00  
**Di, ab 27.08.2024** | 18:30 – 19:30 Uhr  
**2402663085** | Bongardstraße 9

Beate Roßkamp  
14 Termine | EUR 140,00  
**Di, ab 27.08.2024** | 18:00 – 19:00 Uhr  
**2402663086** | Fleher Straße 213

**Di, ab 27.08.2024** | 19:00 – 20:00 Uhr  
**2402663087** | Fleher Straße 213

#### Frauen / Männer

Beate Roßkamp  
14 Termine | EUR 105,00  
**Di, ab 27.08.2024** | 20:15 – 21:00 Uhr  
**2402663098** | Suitbertusstraße 15

## Pilates

### Pilates-Training

Fließende Bewegungen, koordiniertes Atmen – das ist das ganzheitliche Körpertraining Pilates! Mit dem gezielten Wechsel von Dehnung und Kräftigung stärken Sie Bauch-, Rücken- und Schultermuskulatur. Sie lösen Verspannungen und Blockaden und wirken Fehlhaltungen entgegen. Belastungen aus dem Familien- und Berufsleben bauen Sie auf wohlthuende Weise ab und steigern damit auch noch Ihre eigene Beweglichkeit.

#### Anfänger

Stefan Lindecke  
14 Termine | EUR 140,00  
**Di, ab 27.08.2024** | 20:00 – 21:00 Uhr  
**2402663004** | Jülicher Straße 29

#### Vorkenntnisse

Sabina Ducrée  
14 Termine | EUR 140,00  
**Di, ab 27.08.2024** | 18:30 – 19:30 Uhr  
**2402663002** | Gerresheimer Straße 90

**Di, ab 27.08.2024** | 19:30 – 20:30 Uhr  
**2402663003** | Gerresheimer Straße 90

#### Fortgeschrittene

Sandra Hecklinger  
13 Termine | EUR 130,00  
**Fr, ab 30.08.2024** | 09:30 – 10:30 Uhr  
**2402663007** | Gerresheimer Straße 90

**Fr, ab 30.08.2024** | 10:45 – 11:45 Uhr  
**2402663008** | Gerresheimer Straße 90

#### Frauen

Heike Waschler  
14 Termine | EUR 140,00  
**Di, ab 27.08.2024** | 14:00 – 15:00 Uhr  
**2402663010** | Im Grund 78-80

**Di, ab 27.08.2024** | 15:00 – 16:00 Uhr  
**2402663011** | Im Grund 78-80

## Gymnastik ab 50

### Aktiv und Vital bis ins Alter

Sind auch Sie immer wieder einseitigen Belastungen im Alltag ausgesetzt? Dann steuern Sie mit einem gezielten Herz-Kreislauf-Training in Kombination mit gelenkschonender Gymnastik gegen! Schwerpunkte sind wirbelsäulengerechtes Verhalten und Übungen zur Geschicklichkeit und zum Gleichgewicht. Auch Dehn- und Entspannungsübungen stehen auf dem Programm.

#### Frauen

Andrea Lierenfeld  
14 Termine | EUR 105,00  
**Mo, ab 26.08.2024** | 09:15 – 10:00 Uhr  
**2402663101** | Gerresheimer Straße 90

**Di, ab 27.08.2024** | 09:45 – 10:30 Uhr  
**2402663105** | Gerresheimer Straße 90

Alexandra Peters  
13 Termine | EUR 97,50  
**Do, ab 29.08.2024** | 18:15 – 19:00 Uhr  
**2402663112** | Gerresheimer Straße 90

#### Frauen / Männer

Andrea Lierenfeld  
14 Termine | EUR 105,00  
**Mo, ab 26.08.2024** | 10:15 – 11:00 Uhr  
**2402663125** | Gerresheimer Straße 90

Entdecken Sie  
noch mehr Kurse  
auf unserer  
Homepage!

asg-bildungsforum.de

## Spezielles

### Fit Mix für den Rücken

#### Frauen

Fördern Sie Koordination, Kondition und das Gleichgewicht! Mit diesem Kurs mobilisieren Sie körperliche Kräfte und bringen Rücken und Kreislauf mit Musik aus den 70er und 80er Jahren in Schwung. Zudem wird durch verschiedene Übungen das Gedächtnis trainiert und der Körper insgesamt leistungsfähiger und beweglicher. So steigern Sie nach und nach gezielt Ihr Wohlbefinden. Natürlich bereitet auch das gemeinsame Training in der Gruppe Freude.

Dagmar Mompean

14 Termine | EUR 140,00

**Mi, ab 28.08.2024** | 09:30 – 10:30 Uhr

**2402663076** | Münsterstraße 121

**Mi, ab 28.08.2024** | 10:30 – 11:30 Uhr

**2402663077** | Münsterstraße 121

### Selbstverteidigung / Selbstbehauptung für Erwachsene (ab 18 Jahren)

Neben theoretischen Grundlagen werden vor allem realistische Möglichkeiten der Selbstverteidigung / Selbstbehauptung vermittelt. Rechtliche Grundlagen, Grenzen ziehen, praktische Übungen zur Selbstverteidigung, besondere Situationen (Verhalten bei Dunkelheit, in Parkhäusern, an S-Bahn-Stationen).

Dimitrios Georgoulidis

2 Termine | EUR 96,00

**Sa, 14.09.2024** | 10:00 – 13:00 Uhr

**Sa, 21.09.2024** | 10:00 – 13:00 Uhr

**2402663160** | Gerresheimer Straße 90

## Wirbelsäulengymnastik

### Wirbelsäulengymnastik

Ein abgestimmtes Trainingsprogramm hilft Ihnen bei der Vermeidung von Wirbelsäulenbeschwerden. So kräftigen und dehnen Sie die Rumpfmuskulatur zur Stärkung der Wirbelsäule, führen Beweglichkeits- und Entspannungsübungen aus und erlernen rückengerechte Alltagsbewegungen und das bewusste Vermeiden von Fehlhaltungen.

Ralph Gasper

14 Termine | EUR 140,00

**Mo, ab 26.08.2024** | 18:30 – 19:30 Uhr

**2402663126** | Gericusstraße 14

Julia Gasper

14 Termine | EUR 140,00

**Mo, ab 26.08.2024** | 19:30 – 20:30 Uhr

**2402663127** | Gericusstraße 14

## Rückengymnastik

### Rückengymnastik

Vorbeugende Maßnahmen helfen Ihnen, Rückenbeschwerden zu vermeiden oder zu lindern. So kräftigen und dehnen Sie die Rumpfmuskulatur zur Stärkung der Wirbelsäule, führen Beweglichkeits- und Entspannungsübungen aus und erlernen rückengerechte Alltagsbewegungen und das bewusste Vermeiden von Fehlhaltungen.

Romy Maksimovic

14 Termine | EUR 140,00

**Mo, ab 26.08.2024** | 18:00 – 19:00 Uhr

**2402663128** | Gerresheimer Straße 90

**Mo, ab 26.08.2024** | 19:00 – 20:00 Uhr

**2402663129** | Gerresheimer Straße 90

## Tanz

### Schnupperkurs Boogie-Woogie

#### Paar- und Gruppentanz mit beliebten Melodien

Der Kurs bietet zahlreiche Schritt- und Figurenvarianten und ist für jedes Alter und jedes Können geeignet. Vorkenntnisse sind nicht erforderlich.

Erklärung und Grundlagen. Aufwärmphase. Sechser-Grundschrift. Führungsimpuls beim Platzwechsel und Platzwechsel-Varianten. Spindrehung; Links- und Rechtsdrehung für Damen und Herren. Schulterfasser und Brezel; Achter-Grundschrift. Figuren-Übungen und Ausklang.

Jürgen Reuter

1 Termin | EUR 15,00

**Mo, 07.10.2024** | 19:00 – 22:00 Uhr

**2402943001** | Gerresheimer Straße 90

**Mi, 11.12.2024** | 19:00 – 22:00 Uhr

**2402943002** | Gerresheimer Straße 90

### Zumba im Familienzentrum

#### Nicht nur für Eltern und Erzieher/innen

Lateinamerikanisch inspiriertes Tanz-Fitness-Workout, das Elemente aus Aerobic, Muskeltraining und einfache Tanzschritte verbindet. Mit Spaß an der Bewegung wird der Alltagsstress einfach „weggetanzt“ und gleichzeitig der ganze Körper gestrafft.

Nadia Mingal

14 Termine | EUR 123,00

**Mo, ab 26.08.2024** | 18:00 – 19:00 Uhr

**2402663313** | In der Hött 12

**Mo, ab 26.08.2024** | 19:00 – 20:00 Uhr

**2402663314** | In der Hött 12

### Zumba im Rather Familienzentrum®

Nataliia Zimels

7 Termine | EUR 42,00

**Di, ab 27.08.2024** | 18:30 – 19:30 Uhr

**2402663316** | Rather Kreuzweg 43

## Contact-Improvisation

### Grundlagen

Der Tanz entsteht aus dem physischen Spiel und dem direkten Körperkontakt der sich bewegenden Tanzenden. Das Ergebnis umfasst Tanzqualitäten von sanft und langsam bis wild und akrobatisch. Durch Technik- und Wahrnehmungsübungen werden die verschiedenen Elemente der Contact-Improvisation systematisch erarbeitet.

Tänzerische Vorerfahrung ist nicht erforderlich. Auch in der Bewegung eingeschränkte Menschen sind herzlich willkommen.

Irina Hortin, et al.

1 Termin | EUR 75,00

**So, 08.09.2024** | 10:30 – 14:00 Uhr

**2402943011** | Gerresheimer Straße 90

**So, 08.12.2024** | 10:30 – 14:00 Uhr

**2402943012** | Gerresheimer Straße 90

## Kinderschwimmen

### Mutter/Vater-Kind-Schwimmen

Gemeinsam Wasser erleben und Erfahrungen im Wasser sammeln. Verknüpft mit den vielfältigen Erfahrungen wie Auftrieb, Wasserdruck und Temperaturwechsel ermöglicht dieses Angebot den Kindern die Stimulierung vieler Sinneseindrücke. Der gezielte Einsatz von Liedern, Spielen und Spielzeug nutzt dieses Erleben für eine altersgemäße Förderung.

#### Ab 1,5 Jahren

Kader Mehmet

14 Termine | EUR 252,00

**Sa, ab 31.08.2024** | 12:00 – 12:45 Uhr

**2402623028** | Pariser Straße 41

#### Ab 2,5 Jahren

Kader Mehmet

14 Termine | EUR 252,00

**Sa, ab 31.08.2024** | 12:45 – 13:30 Uhr

**2402623029** | Pariser Straße 41

#### Ab 3 Jahren

Kader Mehmet

14 Termine | EUR 252,00

**Sa, ab 31.08.2024** | 13:30 – 14:15 Uhr

**2402623030** | Pariser Straße 41

## Aquafitness

### Aquafitness

#### Frauen / Männer

Mit einem gezielten musikalischen Fitnesstraining stärken Sie das Herz-Kreislauf-System und die gesamte Muskulatur. Die einzelnen Bewegungen führen Sie durch den hohen Widerstand des Wassers intensiver aus. Gleichzeitig unterstützt das Wasser auf angenehme Weise den Körper und macht ihn leichter – das schont Ihre Sehnen und Gelenke.

Miguel Wald

14 Termine | EUR 196,00

**Mo, ab 26.08.2024** | 17:45 – 18:30 Uhr

**2402663210** | Wrangelstraße 40

**Mo, ab 26.08.2024** | 18:30 – 19:15 Uhr

**2402663211** | Wrangelstraße 40

**Mo, ab 26.08.2024** | 20:00 – 20:45 Uhr

**2402663214** | Wrangelstraße 40

## Wassergymnastik

### Wassergymnastik

#### Frauen / Männer

Die positiven Eigenschaften des Mediums Wasser helfen Ihnen, auf sanfte Art, Ausdauer und Beweglichkeit zu verbessern, die Muskulatur zu kräftigen und das Herz-Kreislauf-System zu stärken. Die Kurse helfen dabei, gesundheitliche Risikofaktoren wie Bewegungsmangel, Bluthochdruck und Stress zu vermindern und körperliche Gesundheitsressourcen zu stärken.

Schwimmkenntnisse nicht erforderlich.

Miguel Wald

14 Termine | EUR 196,00

**Mo, ab 26.08.2024** | 19:15 – 20:00 Uhr

**2402663213** | Wrangelstraße 40

Romy Maksimovic

14 Termine | EUR 196,00

**Mi, ab 28.08.2024** | 18:00 – 18:45 Uhr

**2402663332** | Am Massenberger Kamp 45

**Mi, ab 28.08.2024** | 18:45 – 19:30 Uhr

**2402663333** | Am Massenberger Kamp 45

Bei unseren  
Koch- und  
Backkursen  
ist die  
Lebensmittelumlage  
bereits enthalten.



# Kochen und Ernährung

## Basiswissen

### Kochen von Anfang an

Jeder große Koch hat erst einmal mit dem kleinen 1x1 des Kochens angefangen. Und so lernen auch wir zuerst die Grundtechniken kennen und die wichtigsten Zubereitungsarten von Suppen, Fleisch, Geflügel, Gemüse, Beilagen und Süßspeisen.

Mohamed Ahmed  
3 Termine | EUR 113,00

**Mo, ab 04.11.2024** | 18:15 – 22:00 Uhr  
**2402660232** | Gerresheimer Straße 90

### Kochen für Fortgeschrittene

Aufbauend auf vorhandenen Grundkenntnissen geht es weiter mit Koch- und Bratetechniken für köstliche Vorspeisen und Suppen, leckere Braten mit Saucen, herzhaft oder süße Aufläufe, Salate und Dressings, Desserts und natürlich Backen. Auch Anregungen und Tipps für festliche Gerichte kommen nicht zu kurz.

Gabriele Köhnen  
5 Termine | EUR 162,00

**Di, ab 20.08.2024** | 19:00 – 22:00 Uhr  
**2402660401** | Gerresheimer Straße 90

### Schnelle Küche

#### Gesunde und leckere Kochideen für Berufstätige

Nach einem langen Tag hat man manchmal weder Lust noch Laune, auch noch den Kochlöffel zu schwingen und für sich oder die Familie zu kochen. Also wieder Tiefkühlpizza oder gar Schnitzel aus dem Toaster? Das muss nicht sein. Hier wird ruckzuck aufgetischt, denn mit schnellen Rezeptideen lassen sich leckere Gerichte auch ohne großen Aufwand zubereiten.

Gabriele Köhnen  
1 Termin | EUR 39,00

**Fr, 15.11.2024** | 18:30 – 21:30 Uhr  
**2402660044** | Gerresheimer Straße 90

## Internationale Küche

### Italienischer Abend

Ob mediterrane Kräuter, Olivenöl oder duftende Ciabatta – begeben Sie sich auf eine kleine kulinarische Entdeckungsreise und lernen Sie die traditionelle italienische Küche kennen, die mit ausgefallenen Fleischgerichten, frischem Fisch und knackigem Gemüse herrlich abwechslungsreiche Speisen zu bieten hat.

Gabriele Köhnen  
1 Termin | EUR 39,00

**Fr, 11.10.2024** | 18:30 – 21:30 Uhr  
**2402660193** | Gerresheimer Straße 90

### Französischer Abend

Erleben Sie eine kulinarische Reise durchs Land der französischen Küche. Lernen Sie, traditionelle Gerichte mit frischen Zutaten zu zaubern, darunter auch einen köstlichen Salat aus dem Süden, und raffinierte Rezepte aus verschiedenen Regionen des Landes.

Gabriele Köhnen  
1 Termin | EUR 39,00

**Sa, 09.11.2024** | 18:30 – 21:30 Uhr  
**2402660046** | Gerresheimer Straße 90

### Viva Espana

#### Spanische Spezialitäten

Heute tauchen wir ein in die klassische spanische Küche der Balearen. Freuen Sie sich auf die Klassiker, aber auch auf deftige mallorquinische Gerichte.

Gabriele Köhnen  
1 Termin | EUR 40,00

**Fr, 13.09.2024** | 18:30 – 21:30 Uhr  
**2402660191** | Gerresheimer Straße 90

## Spanische Tapas

### Vegetarische Appetithäppchen

Spanische Tapas sind viel mehr als nur beiläufig gereichte Kleinigkeiten. Sie eignen sich als Vorspeise, Fingerfood oder als komplette Mahlzeit und sind leicht selbst zuzubereiten. Wir versuchen uns an vegetarischen Tapas, wie patatas bravas, leckerer Tortilla und allerlei Kleinigkeiten mit Pilzen, Mandeln, Oliven und Knoblauch.

Olaf Tschoetschel

1 Termin | EUR 45,00

**Do, 10.10.2024** | 18:00 – 21:45 Uhr

**2402660528** | Gerresheimer Straße 90

## Neue israelische Küche

Ob Falafel, Hazilim oder Shakshuka – israelisches Essen liegt seit einigen Jahren auch in den westlichen Metropolen absolut im Trend. Entdecken Sie an diesem Abend entsprechend dem Food-Trend Levante die spannende Neuinterpretation klassischer arabischer Küche.

Natasha Kaplan

1 Termin | EUR 41,00

**Do, 26.09.2024** | 18:30 – 21:30 Uhr

**2402660090** | Gerresheimer Straße 90

## Türkische Eintöpfe

„Topfessen“ nennt man in der türkischen Küche alle Gerichte, bei deren Zubereitung man viel frisches Gemüse, wenig Fleisch, die dazu passenden Gewürze und Kräuter verwendet, und alles in nur einem Topf kocht.

Genießen Sie köstlichen Frikadellen-Kebap mit Allerlei oder herzhaften Auberginen-Eintopf mit Kreuzkümmel-Lammfleisch. Lernen Sie, wie man mit der türkischen Knoblauchwurst Sucuk schnell und einfach deftige Eintöpfe zaubert.

Meral Batibeki-Duman

1 Termin | EUR 47,00

**So, 17.11.2024** | 11:00 – 15:30 Uhr

**2402660421** | Gerresheimer Straße 90

## Gefülltes und Gewickeltes

Hier heißt die Devise, je variantenreicher die Füllungen, umso überraschender und vielfältiger das Geschmackserlebnis. Ob süß oder herzhaft, für jeden ist etwas dabei.

Probieren Sie Zucchini mit delikater Kräuter-Hackfleischfüllung, raffiniert eingerollte Pastrami-Käse Teigrollchen in einer schmackhaften Minz-Knoblauchsoße, zum Dessert eine köstlich süße Engelshaarpastete mit Nussfüllung u.v.m. Die Zubereitung ist einfach, der Genuß ist garantiert!

Meral Batibeki-Duman

1 Termin | EUR 47,00

**Sa, 07.12.2024** | 11:00 – 15:30 Uhr

**2402660424** | Gerresheimer Straße 90

## Schnelle türkische Küche

Lernen Sie hier eine besondere Form von türkischem Fastfood kennen, selbstgemacht, natürlich, gesund und lecker!

Probieren Sie herrlich erfrischende Joghurt-Minzsuppe mit gerösteten Chiliflocken, ein deftiges Sucukgericht, herzhaften Kichererbsen-Pastrami-Eintopf, orientalische Aufstriche mit Fladenbrot und ein köstliches Grießdessert mit Pinienkernen.

Meral Batibeki-Duman

1 Termin | EUR 47,00

**Sa, 28.09.2024** | 11:00 – 15:30 Uhr

**2402660426** | Gerresheimer Straße 90

Entdecken Sie  
auch unsere  
Sprachkurse ab  
Seite 110

## Fiesta Mexicana

Erleben Sie hier die kulinarische Vielfalt Mexikos. Entdecken Sie authentische Rezepte mit Mais, Chilli, Bohnen, Avocados und Fleisch. Wir kochen heute traditionelle Gerichte, wie z. B. einen mexikanischen Mais-Eintopf „Pozole“, „Hühnchen-Chilaquiles“ und speziell zubereitete Kaktusblätter „Nopales“. Selbstgemachte Maistortillas dürfen hierbei natürlich nicht fehlen. Buen provencho!

Patricia Linares

1 Termin | EUR 39,00

**Di, 05.11.2024** | 18:00 – 21:00 Uhr

**2402660442** | Gerresheimer Straße 90

## Thailändische Küche

Sie zählt mit zu den besten Küchen der Welt. Romatische Gewürze, schonende Zubereitungsmethoden, wenig Fett und die Harmonie der Zutaten sind Kennzeichen thailändischer Küche, die tief in der Tradition verwurzelt ist. Die Köstlichkeiten dieser Küche sollten Sie sich nicht entgehen lassen!

Arunee van Teeffelen

1 Termin | EUR 40,00

**Fr, 27.09.2024** | 18:30 – 21:30 Uhr

**2402660033** | Gerresheimer Straße 90

## Falafel Party

Die frittierten Bällchen aus pürierten Kichererbsen, Kräutern und Gewürzen bringen heute einen Hauch von Orient in unsere Küche. Köstlich, aromatisch und durch ganz unterschiedliche Gewürzrichtungen herrlich wandelbar, sind sie – egal ob warm oder kalt – immer ein Genuss.

Mohamed Ahmed

1 Termin | EUR 40,00

**Sa, 07.09.2024** | 17:00 – 20:00 Uhr

**2402660255** | Gerresheimer Straße 90

## Kibbeh

Kibbeh ist ein traditionelles Gericht aus der Levante-Küche. Die kleinen frittierten Bällchen aus Bulgur werden meist mit einer raffiniert orientalisch gewürzten Hackfleischmasse gefüllt. Zusammen serviert mit Fladenbrot und Gemüse ein absoluter Genuss.

Mohamed Ahmed

1 Termin | EUR 43,00

**Fr, 20.09.2024** | 18:00 – 21:45 Uhr

**2402660256** | Gerresheimer Straße 90

## Orientalisches Roastbeef

Sie empfangen Gäste und möchten nicht die ganze Zeit während des Besuchs mit den Vorbereitungen in der Küche verbringen? Dann ist die Wahl eines orientalischen Roastbeefs genau richtig. Es lässt sich sehr leicht vorbereiten und wunderbar kalt mit verschiedensten Beilagen genießen. Die besonderen Gewürze verleihen dem Fleisch eine einfach köstliche orientalische Note.

Mohamed Ahmed

1 Termin | EUR 48,00

**So, 10.11.2024** | 16:00 – 19:45 Uhr

**2402660258** | Gerresheimer Straße 90

## Ägyptisch vegetarisch

### Kuschari

Kuschari besteht in der Basis aus Pasta und verschiedenen Hülsenfrüchten, es ist sättigend, eiweißreich und günstig bei der Auswahl seiner Zutaten. Der Clou: Dazu gibt es eine große Vielzahl an Soßen, die sehr variantenreich und geschmackvoll sind. Lernen Sie hier eines der bekanntesten nordafrikanischen Streetfoodgerichte kennen.

Mohamed Ahmed

1 Termin | EUR 38,00

**Fr, 22.11.2024** | 18:00 – 21:45 Uhr

**2402660259** | Gerresheimer Straße 90

### Köstliches aus Fernost

Sie haben Lust auf leichte Kost? Dann lassen Sie sich in die Welt der japanischen Küche entführen. Die japanische Küche ist nicht nur gesund, da sie sehr fettarm ist, sie ist auch äußerst vielfältig. Sie lebt von edlen Zutaten, die nicht groß in Szene gesetzt werden müssen. Feine Säure, leichte Süße und ein wenig Schärfe unterstreichen das Aroma der Speisen. Wir bereiten z. B. köstliche Nudelsuppen, Tempura und Yakitori zu, natürlich auch Sushi. Lassen Sie sich verzaubern!

Yumiko Yoshizawa

1 Termin | EUR 47,00

**Sa, 14.09.2024** | 15:00 – 18:45 Uhr

**2402660323** | Gerresheimer Straße 90

### Kochen mit dem Wok

Ob kochen, dämpfen, braten oder frittieren: Nach diesem Kurs können Sie mit dem Wok als vielseitigem Kochgeschirr umgehen und mit Fernöstlichem überraschen.

Ying Hu

1 Termin | EUR 37,00

**Mi, 25.09.2024** | 18:30 – 21:30 Uhr

**2402660337** | Gerresheimer Straße 90

1 Termin | EUR 37,00

**Di, 26.11.2024** | 18:30 – 21:30 Uhr

**2402660338** | Gerresheimer Straße 90

### Vegane japanische Küche

Insbesondere die japanische Küche bietet sich wunderbar für vegane Rezepte an, da hier besonders oft Gemüse und andere vegane Lebensmittel auf der Zutatenliste zu finden sind. Heute Abend stellen wir Ihnen unsere raffiniertesten Rezepte vor.

Yumiko Yoshizawa

1 Termin | EUR 46,00

**Sa, 31.08.2024** | 15:00 – 18:45 Uhr

**2402660063** | Gerresheimer Straße 90

### Temaki Sushi

Entdecken Sie die Techniken und Geheimnisse hinter den beliebten handgerollten Sushi-Variationen. Temaki Sushi, auch als Handrollen bekannt, ist eine vielseitige und kreative Art, Sushi zu genießen, die sowohl Anfänger als auch fortgeschrittene Sushi-Liebhaber begeistern wird.

Yumiko Yoshizawa

1 Termin | EUR 48,00

**Sa, 26.10.2024** | 15:00 – 18:45 Uhr

**2402660324** | Gerresheimer Straße 90

### Bento – die japanische Lunchbox

Bentos erfreuen sich in Europa immer größerer Beliebtheit. Dabei sind die praktischen Lunchboxen gar keine Neuheit mehr. Welche Philosophie hinter dem japanischen Pausenbrot steckt und wie Sie selbst ein gesundes und umwerfendes Bento zubereiten, verraten wir Ihnen heute.

Yumiko Yoshizawa

1 Termin | EUR 46,00

**Sa, 16.11.2024** | 15:00 – 18:45 Uhr

**2402660325** | Gerresheimer Straße 90

### Indische Küche

Charakteristisch für die Küche Indiens sind farbenfrohe und geschmacksintensive (nicht scharfe!) Gerichte, die durch den Einsatz verschiedenster Gewürze die geographische Größe und reiche Kultur des Landes widerspiegeln. Im Workshop wird mit Original-Gewürzen ein landestypisches Essen vorbereitet und verkostet. Lassen Sie Ihren Gaumen den Subkontinent erkunden!

Deepika Sood

1 Termin | EUR 48,00

**Fr, 30.08.2024** | 18:00 – 21:45 Uhr

**2402660410** | Gerresheimer Straße 90

### Nordindische Gewürzküche

#### Tandoori Küche

Im Norden Indiens ist die Tandoori-Küche beheimatet. Eine besondere Form der Zubereitung sind die berühmten Masala-Gewürzmischungen, die einen starken Einfluss aus der persischen und arabischen Küche haben. Hier spielen vor allem Gewürze wie Kardamom, Kreuzkümmel, Koriander, Safran und Chili eine Rolle. Typisch ist als Beilage hausgemachtes Fladenbrot (Naan). Freuen Sie sich auf aromatische und farbenfrohe Gerichte.

Deepika Sood

1 Termin | EUR 48,00

**Fr, 25.10.2024** | 18:00 – 21:45 Uhr

**2402660411** | Gerresheimer Straße 90

### Südin Indien auf dem Teller: ein vegetarischer Kochkurs in Keralas Geschmackswelten

Heute wollen wir die südindische Küche entdecken – Gerichte aus Kerala, dem „Land der Kokospalmen“, oder wie die Keralesen sagen: gods own country. Wir bereiten gemeinsam einige typische Gerichte des keralesischen Sadya (vegetarisches nationales Festessen) zu. Die Speisen sind nicht nur und nicht alle scharf, sondern auch süß, salzig, bitter, sauer – so, dass für jeden Geschmack etwas dabei ist. Bhaksanam asvadikku!

Olaf Tschoetschel

1 Termin | EUR 45,00

**Di, 03.12.2024** | 18:00 – 21:45 Uhr

**2402660529** | Gerresheimer Straße 90

### Traditionelle venezolanische Küche

Lassen Sie sich durch landestypische Gerichte nach Venezuela entführen. Heute steht die Zubereitung von „Pabellón Criollo“ auf dem Programm. Das Nationalgericht Venezuelas besteht aus einer Kombination von Reis, geschmortem Rindfleisch, schwarzen Bohnen und Kochbananen. Die aus Maismehl hergestellten „Las Arepas“ können ganz nach persönlichen Geschmack gefüllt werden und runden unser exotisches Menü ab.

Patricia Linares

1 Termin | EUR 46,00

**So, 01.09.2024** | 11:00 – 14:45 Uhr

**2402660440** | Gerresheimer Straße 90

### Kolumbianische Köstlichkeiten

Heute führt Sie unsere Feinschmeckerreise nach Kolumbien und bietet Ihnen verschiedene spannende Kombinationen von Mais, Maniok und Fleisch an. Lernen Sie authentische Gerichte wie den deftigen Eintopf „El Sancocho“ oder die traditionelle Süßigkeit „Los Patacones“ kennen. Knusprig zubereitete Kochbananen, auch bekannt als Patacones, sind eine köstliche Beilage.

Patricia Linares

1 Termin | EUR 46,00

**Sa, 05.10.2024** | 11:00 – 14:45 Uhr

**2402660441** | Gerresheimer Straße 90

### Kulinarische Safari: afrikanische Küche

Begleiten Sie uns auf eine kulinarische Reise durch den afrikanischen Kontinent. Von der aromatischen Nomadensuppe bis hin zu herzhaftem Lammfleisch mit Paprika in Erdnussauce. Wir zeigen Ihnen, wie man die authentischen Aromen und Gewürze der afrikanischen Küche perfekt kombiniert. Lernen Sie heute nicht nur neue Rezepte kennen, sondern auch die kulturellen Hintergründe und Traditionen, die jedes Gericht so besonders machen.

Ammanuel Mehzion

1 Termin | EUR 41,00

**Fr, 18.10.2024** | 19:00 – 22:00 Uhr  
**2402660502** | Gerresheimer Straße 90

**Do, 21.11.2024** | 19:00 – 22:00 Uhr  
**2402660503** | Gerresheimer Straße 90

### Singles, Paare und mehr...

#### Kochen für Singles

##### Tipps und Tricks rund ums Kochen für den Minihaushalt

Nicht nur Rezepte sind meist auf vier Personen ausgerichtet, auch die Packungsgrößen von Lebensmitteln sind häufig nur für mehrere Personen geeignet. Doch der Griff zu Fertigprodukten muss nicht der einzige Ausweg sein. Wir ermitteln die für Singles richtige Menge der Zutaten und wie diese ohne Probleme vorbereitet und für mehrere Tage genutzt werden können. Wir bereiten in stressfreier Runde ein leckeres Menü zu, das wir dann gemeinsam genießen.

Gabriele Köhnen

1 Termin | EUR 39,00

**Mi, 11.09.2024** | 18:30 – 21:30 Uhr  
**2402660301** | Gerresheimer Straße 90

### Spezialitäten

#### Wärmende Wintersuppen

Wenn draußen die Temperaturen fallen, freuen wir uns über wärmende Wintersuppen mit Saisonzutaten und deftiger Einlage. Heute probieren wir unsere besten Rezepte für Suppen und Eintöpfe sowie leckere Ideen zum Verfeinern. Zum-Glücklich-Löffeln!

Gabriele Köhnen

1 Termin | EUR 36,00

**Fr, 29.11.2024** | 18:30 – 21:30 Uhr  
**2402660304** | Gerresheimer Straße 90

#### Heimisches Superfood: leckere und einfache Rote Beete Rezepte

Ob roh als Salat, oder variantenreich gekocht – wir bieten Ihnen heute wertvolle Zubereitungstipps rund um die gesunde Rübe.

Natasha Kaplan

1 Termin | EUR 41,00

**Do, 14.11.2024** | 18:30 – 21:30 Uhr  
**2402660091** | Gerresheimer Straße 90

#### Wild(e) Küche

Entdecken Sie die Welt der heimischen Wildspezialitäten. Erfahren Sie, wie man den richtigen Garpunkt für Wildfleisch findet und wie man saisonale Zutaten perfekt kombiniert, um den Geschmack des Waldes auf den Teller zu bringen.

Gabriele Köhnen

1 Termin | EUR 43,00

**Mi, 11.12.2024** | 18:30 – 21:30 Uhr  
**2402660305** | Gerresheimer Straße 90

#### Lust auf Meer? Fisch und Meeresfrüchte

Werden Sie hier zum Fisch- und Meeresfrüchtekenner. Eine Kombination aus Shrimpscocktail, Bisque und saisonalem Fisch verspricht höchsten kulinarischen Genuss.

Mohamed Ahmed

1 Termin | EUR 42,00

**So, 29.09.2024** | 17:00 – 20:00 Uhr  
**2402660257** | Gerresheimer Straße 90

#### „Alles Zimmes!“

##### Die Vielfalt der jüdischen Küche

Wir laden Sie zu unserer dreiteiligen Kochreihe „Alles Zimmes!“ ein.

Die Rebezzin Natasha Kaplan eröffnet Ihnen die Geheimnisse Ihrer Kochkunst in Theorie und Praxis. Die kulinarischen Workshops widmen sich den hohen jüdischen Feiertagen: Rosch ha-Schana (Neues Jahr), Sukkot und Chanukka.

In Kooperation: Jacob Teitel Akademie e.V.

#### Rosch ha-Schana

Natasha Kaplan

1 Termin | EUR 45,00

**So, 15.09.2024** | 15:00 – 18:45 Uhr  
**2402660083** | Gerresheimer Straße 90

#### Sukkot

Natasha Kaplan

1 Termin | EUR 45,00

**So, 20.10.2024** | 15:00 – 18:45 Uhr  
**2402660084** | Gerresheimer Straße 90

#### Chanukka

Natasha Kaplan

1 Termin | EUR 45,00

**So, 01.12.2024** | 15:00 – 18:45 Uhr  
**2402660092** | Gerresheimer Straße 90

Unsere Eltern-  
Kind-Kochkurse  
finden Sie ab  
Seite 40.

**Koscherer Wein:****Weinprobe mit Käsebegleitung**

Erfahren Sie, was koscheren Wein einzigartig macht. Unser Seminar zeigt Ihnen, wie koscherer Wein nach strengen jüdischen Speisegesetzen hergestellt wird. Vom Ernten über Pressen und Gären bis zur Reifung – alle Schritte folgen höchsten Qualitätsstandards und religiösen Vorschriften. Probieren Sie koschere Weine aus beliebten Rebsorten wie Chardonnay, Merlot und Cabernet Sauvignon und entdecken Sie deren wachsende Beliebtheit weltweit.

Natasha Kaplan

1 Termin | EUR 45,00

**So, 03.11.2024** | 16:00 – 18:15 Uhr

**2401572004** | Gerresheimer Straße 90

**Grundlagen der Kaffeerösterei:****Wirklicher Kaffeegenuss**

In dem Kaffee-Grundlagenkurs werden die unterschiedlichen Kaffeearten, deren Qualitäten, die Anbauggebiete, die Aufbereitungsarten und der Röstprozess und dessen Einfluss vorgestellt. Anschließend werden verschiedene Kaffeearten verkostet, um die unterschiedlichen Geruchs- und Geschmacksnoten zu erkennen und so zu sehen, wie sich Art, Herkunft, Aufbereitung und Röstung des Rohkaffees auf den Geschmack auswirken. Neben der Qualität des Rohkaffees sind auch Transparenz, Nachhaltigkeit und faire Preise wichtig.

Olga Sabristova

1 Termin | EUR 12,00

**Di, 27.08.2024** | 18:00 – 20:15 Uhr

**2401572003** | Die Kaffee, Privatrösterei,  
Schwerinstraße 23

**Biblische Küche**

Gottes Liebe geht ganz offenkundig auch durch den Magen: Feigen, Zimt, Dill und Kümmel, Granatapfel, Honig, Milch, gebratenes Lamm, Fisch, Wachteln, Manna, allerlei Spezialeien und Süßigkeiten... Die Bibel ist voller Zutaten und Hinweise auf Speisen, Getränke und kulinarische Bräuche. Manches kennen wir aus der heimischen Küche, anderes ist sehr exotisch. Wie schmeckte wohl Esaus Linsengericht? Wie speiste ein Pharisäer? Was kam bei Pontius Pilatus auf den Tisch?

Gabriele Köhnen

1 Termin | EUR 37,00

**Do, 12.12.2024** | 18:30 – 21:30 Uhr

**2402660302** | Gerresheimer Straße 90

**Nikolausmenü**

So langsam stehen die Festtage an und da stellt sich die Frage, was koche ich denn Leckeres? Für den Nikolaustag stimmen wir Sie mit einem schmackhaften Genuss-Menü auf den Beginn der vorweihnachtlichen Zeit ein. Freuen Sie sich auf einen Abend mit vorweihnachtlichen Geschmacksideen!

Gabriele Köhnen

1 Termin | EUR 41,00

**Fr, 06.12.2024** | 18:30 – 21:30 Uhr

**2402660431** | Gerresheimer Straße 90

**Pâtisserie-Kunst****Eclairs**

Heute stellen wir Ihnen verschiedene Variationen aus Brandteig vor, einem weiteren unwiderstehlichen Klassiker aus der französischen Pâtisserie, den man für die Eclairs, Chouquettes, Religieuses, St. Honoré und andere Leckereien benutzt. Auf dem Menü stehen: Schoko-Eclairs und Eclairs mit verschiedenen Füllungen... einfach lecker!

Vera Modyaeva

1 Termin | EUR 58,00

**So, 08.09.2024** | 10:30 – 15:00 Uhr

**2402660037** | Gerresheimer Straße 90

**Köstliche Desserts**

Sie lieben alles, was süß ist, und Nachtisch ist der Grund, überhaupt erst essen zu gehen? Dann lernen Sie hier eine Vielzahl an verschiedenen Kreationen verführerisch süßer Leckereien kennen.

Vera Modyaeva

1 Termin | EUR 59,00

**Sa, 21.09.2024** | 16:00 – 20:30 Uhr

**2402660038** | Gerresheimer Straße 90

**Herzhafte Quiche**

Heute widmen wir uns in unserer Pâtissiererei einmal ganz dem herzhaften Geschmack!! Gewusst wie, wir zeigen Ihnen, wie Sie den perfekten Teig herstellen und ihn mit köstlichen Füllungen kombinieren. Von der Auswahl der besten Zutaten bis hin zur richtigen Backtechnik – unser Kurs vermittelt Ihnen alle wichtigen Schritte, um schmackhafte und vielseitige Quiches zu zaubern.

Vera Modyaeva

1 Termin | EUR 59,00

**Sa, 12.10.2024** | 16:00 – 20:30 Uhr

**2402660040** | Gerresheimer Straße 90

**Pâtisserieabend: Macarons**

Das klassische französische Feingebäck steht momentan ganz oben auf der Liste der beliebtesten Leckereien französischer Pâtisseriekunst. Verständlich, bei den unendlichen Kombinationsmöglichkeiten von Baiser und Füllung. Allerdings gilt es bei der Zubereitung auch einige Tipps und Kniffe zu beachten, denn für ein optimales Ergebnis muss alles stimmen.

Vera Modyaeva

1 Termin | EUR 58,00

**Fr, 08.11.2024** | 17:30 – 22:00 Uhr

**2402660045** | Gerresheimer Straße 90

**Weihnachtliche Petit Fours**

In der Weihnachtsbäckerei entführen wir Sie heute in die zauberhafte Welt der kleinen, festlichen Köstlichkeiten. Unter fachkundiger Anleitung lernen Sie, wie Sie diese exquisiten, mundgerechten Leckereien selbst kreieren können. Lassen Sie sich von den vielfältigen Techniken und kreativen Dekorationsideen inspirieren und tauchen Sie ein in das süße Vergnügen der Weihnachtszeit.

Vera Modyaeva

1 Termin | EUR 59,00

**Sa, 30.11.2024** | 15:00 – 19:30 Uhr

**2402660042** | Gerresheimer Straße 90

## Gesundheitswissen

### So gut schmeckt „basisch“

#### Kochkurs für leicht bekömmliche Gerichte

Unsere Ernährung hat einen entscheidenden Einfluss auf unseren Säure-Basen-Haushalt und somit auch auf unser körperliches und geistiges Wohlbefinden. Von der Nahrungsmitteltabelle bis hin zu kreativen Rezeptideen möchten wir Ihnen die basische Ernährung bei einem gemeinsam zubereiteten Menü vorstellen.

Annegret Loges

1 Termin | EUR 37,00

**Mi, 09.10.2024** | 18:30 – 21:30 Uhr

**2402660416** | Gerresheimer Straße 90

### Suppenzauber: gesunde Gemüse aus dem Kochtopf

Eröffnen Sie Ihre Sinne für eine Welt voller Geschmack und Wohlbefinden mit unserer gesunden Suppenküche. Von klassischen Gemüsesuppen bis hin zu exotischen Variationen mit Gewürzen und Kräutern – dieser Kurs bietet Ihnen vielfältige Ideen für jede Gelegenheit.

Annegret Loges

1 Termin | EUR 36,00

**Mi, 13.11.2024** | 18:30 – 21:30 Uhr

**2402660429** | Gerresheimer Straße 90

### Naschen erlaubt

#### Süße Snacks ohne Raffinadezucker

Und ewig lockt der Keks: Manchmal geht es nicht ohne etwas Süßes. Hier gibt es die besten Rezepte für zuckerfreien Kuchen, Eis oder Nachtisch.

Annegret Loges

1 Termin | EUR 34,00

**Mi, 20.11.2024** | 18:30 – 21:30 Uhr

**2402660428** | Gerresheimer Straße 90

Entdecken Sie  
noch mehr Kurse  
auf unserer  
Homepage!

[asg-bildungsforum.de](http://asg-bildungsforum.de)



Kunst, Kultur  
und Kreativität

## Studienreisen

GEOPULS ist unser Partner für ganz besondere Studienreisen. Begeisterte Geographinnen und Geographen, die sich mit der Natur und Kultur eines Landes bestens auskennen, führen Sie bei diesen Studienreisen. Alle Reisen erheben den Anspruch, sich wohltuend von vielen marktüblichen Reisen abzuheben und den Teilnehmern ein Land oder eine Region so authentisch und ganzheitlich wie möglich zu präsentieren. Kleine Wanderungen in die Naturlandschaften gehören deshalb mit dazu. Geopuls wurde 2004 aus dem Geographischen Institut der Uni Tübingen gegründet.

Die ausführlichen Reisebeschreibungen finden Sie auf [www.asg-bildungsforum.de](http://www.asg-bildungsforum.de). Reiseveranstalter ist die geopuls GbR. Das ASG-Bildungsforum tritt lediglich als Vermittler der Reise auf. Es gelten die AGB der geopuls GbR.

### Eine geographische Traverse durch Zentral- und Südmarokko

Auf dem Hintergrund einer Szenerie aus Tauesend und einer Nacht pulsiert das tägliche Leben mit seinen bisweilen krassen Gegensätzen zwischen Nord und Süd, zwischen Stadt und Land, zwischen Tradition und Moderne. Auf einer eindrucksvollen und wunderschönen Route bekommen Sie tiefe Einblicke in die verschiedenen Landschaftsräume, Klima- und Vegetationsvarianten Marokkos.

Dr. Rolf Beck  
15 Tage | EUR 2.880,00  
**Mi, ab 02.04.2025 – 16.04.2025**  
**2501770001** | Abflug: Flughafen Düsseldorf

### Zentral-Spanien

Spaniens Mitte ist faszinierend, kulturell und landschaftlich mehr als abwechslungsreich und doch in weiten Teilen ein ursprüngliches, touristisch kaum entdecktes Land. Wir haben deshalb eine Route gewählt, die neben den einmaligen Städten auch in die nicht weniger schönen Naturlandschaften umfasst. Um nicht täglich das Quartier wechseln zu müssen, gibt es vier feste Stationen: Toledo, Cáceres, Salamanca und Madrid.

Dr. Fernando Gonzáles  
12 Tage | EUR 2.520,00  
**Mo, ab 12.05.2025 – 23.05.2025**  
**2501770003** | Abflug: Flughafen Düsseldorf

### Der Nordosten Polens

Reisen Sie zu geschichtsträchtigen, kulturellen und landschaftlichen Höhepunkten in unserem Nachbarland. Von Danzig über das Ermland bis zu den Masuren und schließlich nach Warschau. Unterwegs bilden deshalb nicht nur die Städte und Burgen die Höhepunkte, sondern gleichermaßen die Natur, wie der Nationalpark Biebrza und die Seenplatte der Masuren.

Cezary Ponczek  
12 Tage | EUR 2.320,00  
**Mo, ab 05.05.2025 – 16.05.2025**  
**2501770002** | Abflug: Flughafen Düsseldorf

## Exkursionen

### Von Jacobe bis Campino

#### Die besondere Stadtführung Ein Gang durch 450 Jahre Düsseldorfer Musikgeschichte

Entdecken Sie 450 Jahre Düsseldorfer Musikgeschichte auf unserem faszinierenden Rundgang „Von Jacobe bis Campino“. Von der prächtigen Hofkapelle von Wilhelm dem Reichen bis zum kultigen Ratinger Hof der Punk-Ära. Tauchen Sie ein in die Welt von Barock, Romantik und pulsierendem Jazz bis hin zu Punk-Rock. Ein einzigartiges Erlebnis durch die klangvolle Vergangenheit der Stadt!

Rolf Dahlmann  
1 Termin | EUR 15,00  
**Di, 01.10.2024** | 14:00 – 16:15 Uhr  
**2401773001** | Treffpunkt: vor Galeria (ehem. Karstadt), Schadowstraße 93

### Die Künstlergräber auf dem verwunschenen Golzheimer Friedhof

**Die besondere Stadtführung**  
7 Künstler der Düsseldorfer Malerschule sind auf dem Friedhof beigesetzt und über ihren Gräbern wehen seit einigen Monaten ihre Portraits im Großformat. Viele davon werden in Düsseldorf auch mit Straßenbenennungen geehrt: An erster Stelle natürlich Wilhelm von Schadow, darüber hinaus aber auch Alfred Rethel, Theodor Mintrop und August Weber.

Rolf Dahlmann  
1 Termin | EUR 15,00  
**Di, 29.10.2024** | 15:00 – 17:15 Uhr  
**2401773002** | Treffpunkt: vor der Robert Schumann Musikhochschule, Fischerstraße 110

### Frauenpower aus Düsseldorf

#### Die besondere Stadtführung

Ja, es gab sie: Frauen in Düsseldorf, die erstaunliche Leistungen vollbracht oder sich in anderer Weise hervorgetan haben! Den fulminanten Auftakt zu diesem Rundgang liefert das Johanna-Ey-Denkmal am Andreasquartier! Freuen Sie sich auf einen unterhaltsamen Nachmittag! Die Veranstaltung endet am Schwanenmarkt.

Ruth Schleyer  
1 Termin | EUR 15,00  
**So, 08.09.2024** | 14:00 – 16:15 Uhr  
**2401773008** | Treffpunkt: Mutter Ey Denkmal, Mutter Ey-Platz 1 / Ecke Mühlenstraße

### Japan so nah – mitten in Düsseldorf

#### Die besondere Stadtführung

Dass in Düsseldorf eine der größten japanischen Gemeinden Europas lebt, ist allgemein bekannt. Auf unserem entspannten Streifzug durch „Little Tokyo“, rund um die Immermannstraße, lernen wir die bedeutendsten Geschäfte für japanische Lebensart kennen, Lebensmittel-Läden, Restaurants, kleine Kneipen und die älteste Manga-Buchhandlung außerhalb Japans. Die Veranstaltung endet am Gustaf-Gründgens-Platz.

Ruth Schleyer  
1 Termin EUR 15,00  
**Sa, 26.10.2024** | 14:00 – 16:15 Uhr  
**2401773009** | Treffpunkt: vor dem Hotel Clayton (ehem. Nikko), Immermannstraße 41

## Bäume, Mythen, Augenblicke – Wandern in der Urdenbacher Kämpe Naturführung

Wandern Sie mit uns durch die Urdenbacher Kämpe, entlang des Urdenbacher Altrheinarmes und über die Bürgeler Wiesen.

Die Wanderung mit der zertifizierten Natur- und Landschaftsführerin Christina Brunner wird bei einer Weglänge von ca. 5,5 km etwa 3 Stunden dauern. Wetterangepasste Kleidung und festes Schuhwerk sind nötig, evtl. etwas zu trinken.

Christina Brunner  
1 Termin | EUR 15,00

**Sa, 14.09.2024** | 11:00 – 14:30 Uhr  
**2401773004** | Treffpunkt: Wanderparkplatz  
Baumberger Weg / Drängen-  
burger Straße (nächste  
Haltestelle „Mühlenplatz“)

## Kulturgeschichte

### Historisches Kaiserswerth: Geschichtsspaziergang

Die mächtigen Ruinen der Kaiserpfalz Friedrich Barbarossas sind seit 1000 Jahren steinerne Zeit-Zeugen.

Wir besuchen die historischen Häuser am alten Marktplatz, das Rheinufer mit Blick auf die typische Niederrheinlandschaft und den Zollturm sowie die St. Suitbertus Basilika des 11. Jahrhunderts – die in ihrem Kern ein Jahrtausend überstanden hat.

Uta Pollmann  
1 Termin | EUR 15,00

**Fr, 20.09.2024** | 17:00 – 19:15 Uhr  
**2401773003** | Treffpunkt: Suitbertus-  
Stiftsplatz 3 vor der Basilika

### Das Paradies vor der Tür

#### Ein Besuch im Museum für europäische Gartenkunst

Unser Besuch erschließt das sehr reizvolle, aber teils noch wenig bekannte „Museum für europäische Gartenkunst“ im Westflügel des Benrather Schlosses. Sie erhalten bei der Führung einen Überblick über die Geschichte der Gartenkultur

Joachim Pfeiffer  
1 Termin | EUR 6,00 (zzgl. Museumseintritt:  
derzeit EUR 14,00 vor Ort)

**Di, 26.11.2024** | 11:00 – 12:30 Uhr  
**2401773006** | Schlossallee 102-106

## Kleinkunst und Show

### Zaubern müsste man können! Willkommen in Harry's Zauberschule

**Ein Angebot der ASG-Kleinkunstakademie**  
Erlernen Sie wirkungsvolle Zaubertricks, mit denen Sie Ihren Bekanntenkreis begeistern und zum Staunen bringen werden. Zum Einsatz kommen Dinge aus dem Alltag mit denen Sie verblüffende Tricks nach kurzer Übungszeit präsentieren können. Große Fingerfertigkeit ist nicht erforderlich. Alle Teilnehmer/innen sind nach diesem Seminar dazu in der Lage eine kleine Zauber-show zu zeigen.

Die Materialkosten betragen EUR 8,00 und werden mit der Kursgebühr eingezogen.

Harald Hartmann  
1 Termin | EUR 73,00  
**So, 10.11.2024** | 14:00 – 17:15 Uhr  
**2401763005** | Gerresheimer Straße 90

### Folge der inneren Stimme!

#### Bauchrednerkurs

**Ein Angebot der ASG-Kleinkunstakademie**  
Entdecke die faszinierende Kunst des Bauchredens! Die ASG-Kleinkunstakademie bietet einen einzigartigen Bauchrednerkurs für Jugendliche und Erwachsene ab 16 Jahren. Lerne von einem erfahrenen Bauchredner, wie Du deine Stimme beherrschst und Puppen zum Leben erweckst.

Der Kurs ist auch als Ehrenamtsfortbildung zur begleitenden Interaktion mit Puppen für die Bereiche Hospiz und Demenz (Begleitung pflegender Angehöriger) geeignet.

Michael Schürkamp  
1 Termin | EUR 79,00  
**Sa, 12.10.2024** | 10:00 – 17:00 Uhr  
**2401763006** | Gerresheimer Straße 90

## Kunsthandwerk

### Keramikkurs

In diesem Kurs werden Aufbautechniken von verschiedenen Formen und Figuren sowie Glasurtechniken vermittelt. Die Förderung der eigenen Kreativität als auch Anregungen durch die Kursleiterin sind Teil des Kurses. Der Kurs eignet sich für Anfänger und für Fortgeschrittene und wird max. in einer 12er Gruppe gelehrt.

In Kooperation: Hetjens Museum  
Düsseldorf

Marlies Conen  
6 Termine | EUR 180,00  
**Do, ab 12.09.2024** | 13:30 – 16:30 Uhr  
**2401770062** | Schulstraße 4

4 Termine | EUR 127,00  
**Do, ab 28.11.2024** | 13:30 – 16:30 Uhr  
**2401770063** | Schulstraße 4

### Weihnachtskarten drucken – Linolschnitt

Gestalten Sie Ihre individuelle Weihnachtskarte und drucken eine Auflage nach ihren Vorstellungen.

Vorkenntnisse sind nicht erforderlich! Sie erlernen an diesem Wochenende den Umgang mit den Schnitzwerkzeugen, den Übertrag des Motivs auf die Linolplatte, das Anfertigen eines Abzuges von Hand auf das Papier, die Verwendung der Druckfarben und den Einsatz verschiedener Papiere.

Petra Fröning  
2 Termine | EUR 64,00  
**Sa, 09.11.2024** | 10:00 – 15:00 Uhr  
**So, 10.11.2024** | 10:00 – 15:00 Uhr  
**2401770074** | Gerresheimer Straße 90

2 Termine | EUR 64,00  
**Sa, 30.11.2024** | 10:00 – 15:00 Uhr  
**So, 01.12.2024** | 09:00 – 14:00 Uhr  
**2401770083** | Gerresheimer Straße 90

Entdecken  
Sie auch unsere  
Exkursionen  
im Bereich  
Interreligiöser  
Dialog  
auf Seite 61

### Die Kunst des Hochdrucks: Linolschnitt

#### Für Anfänger und Fortgeschrittene

Entwerfen – schneiden – drucken: Die Kursreihe erschließt den kreativen Weg zur eigenen Druck-Kunst. Die ursprünglichste Technik der Druckgrafik, der Hochdruck, bietet unzählige kreative Möglichkeiten, mit einfachsten Mitteln große Wirkungen zu erzeugen. Alle Teilnehmenden dürfen sich auf einen spannenden, kreativen Prozess freuen; vom ersten Entwurf bis hin zum fertigen Abdruck.

Petra Fröning  
6 Termine | EUR 114,00  
**Do, ab 07.11.2024** | 17:00 – 20:00 Uhr  
**2401770075** | Gerresheimer Straße 90

### Textildruck – florale Motive auf Stoff gedruckt

#### Inspiration aus dem Reich der Botanik!

Zunächst fertigen wir einige Entwürfe mit Tusche und Pinsel nach dem Modell einer echten Pflanze an. Der beste Entwurf wird dann auf eine Linolplatte übertragen, geschnitten und auf Stoff gedruckt. Das Ergebnis ist ein dekoratives rollbares Wandbild. Ein echter Blickfang!

Petra Fröning  
2 Termine | EUR 64,00 zzgl. Material  
**Sa, 26.10.2024** | 10:00 – 15:00 Uhr  
**So, 27.10.2024** | 10:00 – 15:00 Uhr  
**2401770080** | Gerresheimer Straße 90

### Astwerk – schwarz-weißer Linolschnitt

Markantes herbstliches Geäst inspiriert zu kräftigen Schwarzweiß-Schnitten! Zunächst fertigen wir einige Entwürfe mit Tusche und Pinsel nach einem Modell eines Astes an. Dann folgen das Schneiden der Linolplatte und schließlich der Abdruck. So entstehen eindrucksvolle Schwarzweiß-Abzüge, ein Blickfang für jede Wand!

Petra Fröning  
2 Termine | EUR 64,00  
**Sa, 19.10.2024** | 10:00 – 15:00 Uhr  
**So, 20.10.2024** | 09:00 – 14:00 Uhr  
**2401770082** | Gerresheimer Straße 90

## Literatur / Schreibwerkstatt

### Die Kunst des Exposéschreibens – Vermarktung eines Manuskripts

Sie haben eine Geschichte oder einen Roman entwickelt und möchten sich nun an einen Verlag wenden? Neben der Frage, an welchen Verlag Sie Ihre Unterlagen schicken können, stellt sich die Frage, in welcher Form dies geschehen soll. Wie bringe ich den Lektor dazu, dass er mein Manuskript liest? Die meisten Verlage verweisen auf ihrer Homepage schon im Vorfeld darauf hin, dass sie ein aussagekräftiges Exposé erwarten.

Dr. Nicolette Bohn  
1 Termin | EUR 95,00  
**Sa, 07.09.2024** | 10:30 – 16:30 Uhr  
**2401760030** | Gerresheimer Straße 90

### Die Kunst des Plottens

Sie haben schon seit längerer Zeit eine Idee für einen Roman entwickelt und kommen einfach nicht mehr weiter?

Hier können Sie Ihre Romanidee plotten, d. h. die Handlung aufbauen und so weiterentwickeln, dass der Grundriss der Geschichte sich abzeichnet und die Reise des Helden sichtbar wird. Zu jeder Geschichte gehört ein sogenannter Handlungsplot. Was erlebt Ihre Hauptfigur am Anfang? Wie entwickelt sich die Mitte? Gibt es antagonistische Kräfte? Und wie geht die Geschichte aus?

Voraussetzung: Grundidee für Roman / längere Geschichte

Dr. Nicolette Bohn  
1 Termin | EUR 95,00  
**Sa, 21.09.2024** | 10:30 – 16:30 Uhr  
**2401760031** | Gerresheimer Straße 90

### Kurzgeschichten schreiben

Vermittelt werden die erforderlichen Grundlagen zum Schreiben einer Kurzgeschichte: Anfertigen einer Beschreibung. Unterschied zwischen Beschreibung und Geschichte. – Von der Beschreibung zur Kurzgeschichte: Welche Elemente benötigt eine kürzere Geschichte? Thema und Prämisse – Die Hauptfigur und ihr Charakter. Steckbrief der Hauptfigur anfertigen – Anfang – Mitte und Ende – Konflikt und Ziel – Antagonistische Kräfte, Wende- und Höhepunkte. Lesung und Begutachtung der eigenen Kurzgeschichte.

Dr. Nicolette Bohn  
1 Termin | EUR 95,00  
**Sa, 05.10.2024** | 10:30 – 16:30 Uhr  
**2401760032** | Gerresheimer Straße 90

### Kinder- und Jugendliteratur schreiben

Welche Besonderheiten brauchen Texte, die sich an bestimmte Altersgruppen richten? Diesen und anderen Fragen aus dem Bereich der spezifischen Kinder- und Jugendliteratur soll in diesem Tagesseminar intensiv nachgegangen werden.

Gerne können die Teilnehmer auch selbstgeschriebene oder fremde Texte für Kinder- und Jugendliche mitbringen. Im Seminar kann dann geprüft werden, ob und für welche Altersstufe diese Texte besonders gut geeignet sind und welche Kriterien sich hierbei als entscheidend erweisen.

Dr. Nicolette Bohn  
1 Termin | EUR 95,00  
**Sa, 16.11.2024** | 10:30 – 16:30 Uhr  
**2401760033** | Gerresheimer Straße 90

## Musik

### Figurenentwicklung in Geschichten und Romanen

Handelnde Figuren sind erst dann so richtig interessant, wenn sie eine nachvollziehbare Entwicklung durchlaufen. Doch wie sollte eine Figur angelegt sein, die mit ihrem Werdegang die Handlung eines Romans oder einer Geschichte voranbringt? Das Seminar zeigt auf, welche Aspekte dabei besonders zu beachten sind, damit sich der Leser in entworfenen Figuren hineinversetzen kann.

Dr. Nicolette Bohn  
1 Termin | EUR 95,00

**Sa, 07.12.2024** | 10:30 – 16:30 Uhr  
**2401760034** | Gerresheimer Straße 90

### Autobiografisches Schreiben

Haben Sie schon einmal darüber nachgedacht, Ihre Lebensgeschichte zu schreiben? Oder kennen Sie eine historische Figur, deren Leben Sie schon immer einmal recherchieren und niederschreiben wollten? Hier erhalten Sie für die Umsetzung das richtige Handwerkszeug.

Dr. Nicolette Bohn  
1 Termin | EUR 95,00

**Sa, 14.12.2024** | 10:30 – 16:30 Uhr  
**2401760035** | Gerresheimer Straße 90

### Mit Freude performen – Lampenfieber und Prüfungsangst spielend überwinden

#### Ein Workshop für Musiker, Künstler und Interessierte

Prüfungsangst, Lampenfieber vor dem Konzert oder der Präsentation, Nervosität vor einem Konfliktgespräch.

In diesem Kurs mit einer erfahrenen Konzertsängerin lernen Sie, wie man Routinen entwickeln kann, die der Aufregung zum Trotz – wieder Flexibilität und Freiheit zurückgeben und besser, ja sogar vorfreudig stimmen.

Caroline Jahns  
1 Termin | EUR 40,00

**Sa 12.10.2024** | 11:00 – 14:15 Uhr  
**2401763010** | Gerresheimer Straße 90

### Gemeinsam musizieren – Selbstaufdruck fördern – Gemeinschaft stärken

Das Spielen mit anderen eröffnet der eigenen musikalischen Entwicklung noch einmal neue Perspektiven und Möglichkeiten.

Neben der Vermittlung musikalischer Kenntnisse als Teil ganzheitlicher Bildung spielt die Freude am gemeinsamen Musizieren eine wichtige Rolle in diesem Kursangebot. Willkommen, sind Anfänger oder Wiedereinsteiger mit Querflöte, Blockflöte, Klarinette, Gitarre oder Streichinstrument, weitere Instrumente nach Absprache.

Claudia Conen  
5 Termine | EUR 112,00

**Do, ab 22.08.2024** | 18:45 – 20:15 Uhr  
**2401763001** | Gerresheimer Straße 90

**Do, ab 31.10.2024** | 18:45 – 20:15 Uhr  
**2401763004** | Gerresheimer Straße 90

### Trommeln macht glücklich!

#### Trommelkurs für Anfänger

Trommeln macht glücklich! Dieses Gefühl möchten wir mit Ihnen teilen! Mit dem bekannten senegalesischen Trommler und Bandleader Moussa Diallo laden wir zum gemeinsamen Trommelerlebnis ein. Gleichzeitig erlernen Sie dabei qualifiziert und mit viel Freude das afrikanische Djembe-Trommeln. Zu diesem Kurs für Anfänger und (Wieder-)Einsteiger sind alle Trommelinteressierten und -begeisterten ohne bzw. mit geringen Vorkenntnissen eingeladen.

Moussa Diallo  
13 Termine | EUR 208,00

**Do, ab 22.08.2024** | 18:00 – 19:30 Uhr  
**2401763002** | Rather Kreuzweg 43

### Weiter trommeln macht glücklich!

#### Trommelkurs für Fortgeschrittene

Zu diesem Kurs für Fortgeschrittene sind alle Trommelinteressierten und -begeisterten mit Vorkenntnissen eingeladen

Moussa Diallo  
13 Termine | EUR 208,00

**Do, ab 22.08.2024** | 19:45 – 21:15 Uhr  
**2401763003** | Rather Kreuzweg 43

### Drums-Schlagzeug

#### Basiskurs

Dieser Kurs führt ein in die Grundtechniken am Schlagzeug wie Sitzhaltung, Handtechnik, Rudiments (elementare Grundübungen), Noten lesen, diverse Stilrichtungen: Pop, Rock, Jazz, Funk usw. Neben der Vermittlung von Theorie und Praxis steht die Freude am Spielen und Trommeln dabei im Vordergrund. Instrumente werden gestellt, eigene können gerne mitgebracht werden.

Andreas Korosidis  
4 Termine | EUR 88,00

**Do, ab 05.09.2024** | 18:00 – 19:30 Uhr  
**2401763007** | Hansaallee 321

## Demnächst:

### ASG-Klangreich

#### Entdecke die Welt der Musik!

Unser Musikprogramm bietet Ihnen bald qualifizierten Einzelunterricht (verschiedene Instrumente) für Kinder, Jugendliche und Erwachsene an.

Melden Sie sich unverbindlich auf unserer Mailingliste an, um über den Start informiert zu werden!

[www.asg-bildungsforum.de/ML-Musik](http://www.asg-bildungsforum.de/ML-Musik)

Sie haben weitere Fragen?

Kontaktieren Sie uns:

Joachim Pfeiffer

Telefon: 0211 1740-143

E-Mail: [pfeiffer@asg-bildungsforum.de](mailto:pfeiffer@asg-bildungsforum.de)

Ab September bieten wir Ihnen Klavier-, Querflöten- und Gitarren-Einzelunterricht an!  
Melden Sie sich für einen ersten Schnuppertermin bei uns.  
Telefon: 0211 1740-143

## Nähen / Textiles Gestalten

### Alles über das Nähen

#### Gebührenfreie Informationsveranstaltung

Für alle Interessenten, die einen Kurs besuchen möchten, bieten wir diese gebührenfreie Veranstaltung an. Sie erhalten hier Informationen zu folgenden Punkten: Erläuterung zu Nähwerkzeugen, Auswahl des Stoffes sowie Verarbeitungs- und Pflegeeigenschaften, Tragekomfort, Auswahl und Handhabung eines Schnittmusters, Vorführung des Maschinennähens.

Ute Hinrichsmeyer

1 Termin | gebührenfrei

**Do, 22.08.2024** | 18:30 – 20:45 Uhr

**2402663801** | Gerresheimer Straße 90

### Nähmaschinenführerschein und Schnittmuster 1x1

#### Grundkurs / Einsteigerveranstaltung

Einführung in den Umgang mit der Nähmaschine und Basisinformation zur Arbeit mit Schnittmustern. Die Einführung erfolgt praktisch durch die Herstellung eines individuellen Stückes (z. B.: Kissenbezug, Beutel, Tischset, o. ä.)

Ute Hinrichsmeyer

2 Termine | EUR 40,00

**Sa, 31.08.2024** | 10:00 – 13:00 Uhr

**So, 01.09.2024** | 10:00 – 13:00 Uhr

**2402663810** | Gerresheimer Straße 90

**Sa, 28.09.2024** | 10:00 – 13:00 Uhr

**So, 29.09.2024** | 10:00 – 13:00 Uhr

**2402663811** | Gerresheimer Straße 90

**Sa, 26.10.2024** | 10:00 – 13:00 Uhr

**So, 27.10.2024** | 10:00 – 13:00 Uhr

**2402663812** | Gerresheimer Straße 90

**Sa, 16.11.2024** | 10:00 – 13:00 Uhr

**So, 17.11.2024** | 10:00 – 13:00 Uhr

**2402663813** | Gerresheimer Straße 90

**Sa, 07.12.2024** | 10:00 – 13:00 Uhr

**So, 08.12.2024** | 10:00 – 13:00 Uhr

**2402663814** | Gerresheimer Straße 90

### Nähen und Mode – Kurz-Workshop

Für Teilnehmerinnen und Teilnehmer mit Grundkenntnissen im Nähen und im Umgang mit der Nähmaschine.

Hier arbeiten Sie nach Wunsch z. B. an Änderungen und Ausbesserungen, der Fortsetzung einer angefangenen Näharbeit oder der Anfertigung eines Kleidungsstückes nach einem Schnittmuster. Unterstützt durch die Dozentin erlernen Sie Techniken entsprechend dem individuellen Bedarf und erhalten Tipps und Tricks zur erfolgreichen Umsetzung auch für zu Hause.

Voraussetzung ist der sichere Umgang mit der Nähmaschine.

Ute Hinrichsmeyer

1 Termin | EUR 42,00

**So, 15.09.2024** | 09:30 – 16:00 Uhr

**2402663820** | Gerresheimer Straße 90

**So, 13.10.2024** | 09:30 – 16:00 Uhr

**2402663821** | Gerresheimer Straße 90

**So, 10.11.2024** | 09:30 – 16:00 Uhr

**2402663822** | Gerresheimer Straße 90

**So, 15.12.2024** | 09:30 – 16:00 Uhr

**2402663823** | Gerresheimer Straße 90

### Nähen

#### Mit den Jahreszeiten

In kleinen Gruppen arbeiten Sie an ihren individuellen, eigenen Projekten, z. B.: Zuschnitt und Fertigstellung eines neuen, individuellen Modells, Verändern und Ausbessern vorhandener Garderobe, Accessoires oder Wohnungsdekoration.

Die Dozentin steht mit Rat und Tat zur Seite, vermittelt grundlegende Techniken mit der Maschine und von Hand und verrät spannende Tipps und Tricks zu den einzelnen Themenstellungen bzw. Projekten. Vertiefte Kenntnisse im Nähen werden nicht vorausgesetzt, jedoch wird Einsteigern und Einsteigerinnen der Nähmaschinen-Führerschein empfohlen.

Hannelore E. Busch

13 Termine | EUR 191,00

**Di, ab 27.08.2024** | 18:30 – 21:30 Uhr

**2402663830** | Gerresheimer Straße 90

Ute Hinrichsmeyer

14 Termine | EUR 206,00

**Mi, ab 21.08.2024** | 09:30 – 12:30 Uhr

**2402663831** | Gerresheimer Straße 90

## Nähen mit der Nähmaschine

### Für Anfänger und Fortgeschrittene

In diesem Kurs können Sie Kleidungsstücke und Accessoires anfertigen, aber auch Änderungen und Reparaturen durchführen. Bei allen Fragen, z. B. zu Verarbeitungstechniken, dem Zuschnitt oder zur Einstellung der Nähmaschine, erhalten Sie Unterstützung durch die Kursleitung. Bitte bringen Sie Schnittmuster, Stoff, Garn und Nähzubehör wie Schere, Maßband etc. mit; auch eine eigene Nähmaschine kann gerne mitgebracht werden.

Anne-Kristin Schmidt  
7 Termine | EUR 63,00

**Mi, ab 28.08.2024** | 19:30 – 21:45 Uhr  
**2402663886** | Rather Kreuzweg 43

**Mi, ab 30.10.2024** | 19:30 – 21:45 Uhr  
**2402664886** | Rather Kreuzweg 43

## Amigurumi – Tierischer Häkelspass für Anfänger

Amigurumi bezeichnet auf Japanisch eine gehäkelte oder gestrickte Puppe und hat sich zu einem beliebten Häkeltrend entwickelt. Hat man erst einmal die richtige Technik erlernt, lassen sich niedliche Designs wie z. B. kleine Tiere oder Puppen kreieren. Wir beginnen in diesem Workshop mit der Erstellung eines kleinen Seehundes.

Elvira Seidenhofer  
2 Termine | EUR 59,00

**So, 06.10.2024** | 14:00 – 17:00 Uhr  
**So, 13.10.2024** | 14:00 – 17:00 Uhr  
**2402663832** | Gerresheimer Straße 90

## Filzen

### Kleine Taschen, Etais, Körbchen oder Wärmflaschenhülle

Hier können Sie Ihre eigenen Ideen kreativ umsetzen. Unter fachlicher Anleitung können schon Anfänger individuelle Projekte filzen, wie z. B. eine kleine Tasche oder ein schönes Gefäß zum Aufbewahren von Schätzen.

Elisabeth Grates  
1 Termin | EUR 34,00

**Sa, 28.09.2024** | 10:30 – 14:45 Uhr  
**2402663840** | Gerresheimer Straße 90

## Weihnachtliche Dekorationen

In diesem Filzworkshop erfahren Sie, wie aus weicher Wolle, Wasser und Seife schöne feste und eigene Dinge entstehen. Ob Sie ein kleines Geschenk brauchen oder Ihre Kleidung vor einem Fest mit einem Blütenband oder einer Filzbrosche verschönern oder vor Weihnachten noch eine interessante Tischdekoration gestalten möchten. Hier können Sie Ihre ganz individuellen Geschenke kreieren.

Elisabeth Grates  
1 Termin | EUR 34,00

**Sa, 30.11.2024** | 10:30 – 14:45 Uhr  
**2402663841** | Gerresheimer Straße 90

## Zeichnen und Malen: Workshop

### Kunst am Wochenende: (Wieder-) Einstieg leicht gemacht Acrylmalerei – Grundkurs

Dieser Intensivkurs für Anfänger und Fortgeschrittene gibt eine fundierte Anleitung zur Anwendung der vielseitigen Acrylmaltechnik. Übungen auf Grundlage der Farbenlehre werden individuell korrigiert. Sie erleben die Möglichkeit des Bildaufbaus in mehreren Schichten und erzielen durch den Einsatz von Lasuren Tiefenwirkung. Mit Spachtelmasse entsteht eine ungewöhnliche Plastizität. So gestalten Sie Ihr persönliches Kunstwerk nach selbstgewählter Vorlage auf Leinwand.

Katrin Roeber  
2 Termine | EUR 79,00

**Sa, 28.09.2024** | 13:00 – 17:30 Uhr  
**So, 29.09.2024** | 10:00 – 14:30 Uhr  
**2401770070** | Sonnenstraße 38-40  
(Hinterhof)

### Illusionistisches Zeichnen nach Landschaftsfotografien

#### Für Anfänger und Fortgeschrittene

Ausgehend von Schwarzweißfotografien bilden wir die Landschaft mit dem Bleistift plastisch auf dem Papier nach. Wir versuchen, den Charakter der Landschaftsabbildung zu erfassen und Tiefenraum mit Fantasie zu modellieren. Nebel, helles Sonnenlicht, spitze Felsen, weiches Gras... das alles haben wir schon erlebt und holen es wieder hervor mit Bleistift und Radiergummi.

Petra Fröning  
2 Termine | EUR 64,00

**Sa, 28.09.2024** | 10:00 – 15:00 Uhr  
**So, 29.09.2024** | 10:00 – 15:00 Uhr  
**2401770081** | Gerresheimer Straße 90

### Quick Sketching Workshop

#### Schnelles Zeichnen für Einsteiger

Mit ein paar einfachen Strichen die Schönheit der Alltagsdinge festhalten: Der Workshop bietet einen leichten Einstieg in das Quick Sketching, die Kunst des schnellen Zeichnens. Mit vielfältigen Aufwärmübungen, einfachen Techniken und kreativen Tipps fangen Sie das Wesentliche der Objekte ein und geben es auf Ihre ganze individuelle Weise auf dem Papier wieder. Ein kreatives Tool für Alltag, Arbeit und Urlaub!

Tatjana Batenko  
1 Termin | EUR 46,00

**So, 13.10.2024** | 10:00 – 13:00 Uhr  
**2401770085** | Gerresheimer Straße 90

## Zeichnen und Malen: Kursreihen

### Persönliche Kreativität umsetzen und künstlerische Freiräume entdecken

#### Zeichnen und Malen

Die Kursreihen sind für Unerfahrene und Fortgeschrittene gleichermaßen geeignet. Je nach Kenntnisstand und Können gibt es Hilfestellung und Hinweise zum Finden der persönlichen Ausdrucksmöglichkeit.

Wir arbeiten mit verschiedenen Techniken, wie Öl, Aquarell, Acryl, Gouache, Pastell- und Ölkreide, und zu unterschiedlichen, vorwiegend gegenständlichen Themen: Stillleben, Landschaft, Portrait, freie Kompositionsübungen, Licht und Schatten, Farbe und Form mit Pinsel und Spachtel auf Papier, Holz oder Leinwand.

Hannelore E. Busch

15 Termine | EUR 202,00

**Di, ab 27.08.2024** | 10:00 – 13:00 Uhr

**2401770044** | Gerresheimer Straße 90

15 Termine | EUR 202,00

**Mi, ab 28.08.2024** | 10:00 – 13:00 Uhr

**2401770055** | Gerresheimer Straße 90

14 Termine | EUR 188,00

**Fr, ab 30.08.2024** | 10:00 – 13:00 Uhr

**2401770066** | Gerresheimer Straße 90

### Zeichnen als Ausdrucksmedium

#### Zeichnen für Anfänger und Fortgeschrittene

Die Zeichnung ist das direkteste und älteste Medium und in der heutigen Zeit unverzichtbar. Der Weg führt aus dem Körper über den Stift unmittelbar auf das Papier. Diese Kursreihe schafft eine solide Grundlage für die eigene Ideenfindung und die Entwicklung einer persönlichen Handschrift im künstlerischen Schaffen. Und das mit den einfachsten Mitteln: Bleistift und Papier. Anhand verschiedener Themen finden die Teilnehmenden ihren ganz individuellen Zugang zum Zeichnen.

Petra Fröning

8 Termine | EUR 170,00

**Di, ab 27.08.2024** | 17:00 – 20:00 Uhr

**2401770084** | Gerresheimer Straße 90

## Freie Meisterklasse

### Freie Meisterklasse: Malerei und Zeichnung

#### Systematische Aus- und Weiterbildung mit Zertifikatsabschluss Informationstag zum Jahrgang 2025/26

Hier erfahren Sie alles Wissenswerte zu dieser systematischen Aus- und Weiterbildung in Malerei und Zeichnung. Grundlage für den Zertifikatsabschluss bilden die theoretischen und praktischen Kenntnisse zu verschiedenen Techniken und Themen.

Der Kurs setzt sich aus einem Grundkurs über 2 Jahre mit 18 Wochenenden, abschließender Ausstellung und Zertifikatsverleihung zusammen. Danach kann der Aufbaukurs besucht werden. Der Grundkurs ist für Anfänger und Fortgeschrittene gleichermaßen geeignet.

Um Anmeldung wird gebeten!

Hannelore E. Busch

1 Termin | gebührenfrei

**Sa, 07.12.2024** | 11:00 – 12:30 Uhr

**2401250050** | Gerresheimer Straße 90

Entdecken Sie  
noch mehr Kurse  
auf unserer  
Homepage!

[asg-bildungsforum.de](http://asg-bildungsforum.de)

### Das Grundkurs-Programm

1. Bleistift: Punkt – Leere und Dichte – Hell und Dunkel: Komposition
2. Graphit: Linie – Struktur, Schraffur, Rhythmus, Blindes Konturieren
3. Buntstifte: Fläche – Form, Frottage, Komposition
4. Tusche: Raum – Perspektive – Licht und Schatten
5. Rötel: Porträt – Proportionslehre nach A. Dürer
6. Kohle: Akt – Bewegung – Proportionslehre
7. Pastell: Stillleben – Bildkomposition – Sgraffitotechnik
8. Pastell: Landschaft – Bildkomposition – Sgraffitotechnik
9. Ölpastell: Architektur und Technik - Möglichkeiten des Ölpastells
10. Gouache: Farblehre nach Johannes Itten
11. Aquarell: Flora – Farbaddition, Verlaufftechnik, Salz
12. Aquarell: Fauna – Abdecktechniken, Grattage
13. Acryl: Oszillation, Walze und Schwamm
14. Acryl: Lasurtechniken – Unter- und Übermalung
15. Acryl: Mischtechniken, Spachtelmalerei, Dripping, Cachetage
16. Öl: Farbperspektive, Grattage, Abklatschverfahren
17. Öl: Impastotechnik, Relief, Strukturen, Frottage
18. Öl: Spachteln, Palettemesser, Lasur

### Das Aufbaukurs-Programm

1. Stifte aller Art: Hand und Fuß
2. Silberstift, diverse Stifte: Porträt
3. Tusche, Acryl: Figur
4. Acryl, Öl: Gruppenbildnis – Schatten im surrealen Raum
5. Terpentinmalerei: Stillleben
6. Aquarell, Buntstifte: Interieur in pointillistische Manier
7. Öl, Acryl: Landschaft in impressionistischer Art
8. Eitempera, Gold: Ikone
9. Pigmente: Monochrome Malerei
10. Mosaik: aus 12 Keilrahmen
11. Kontur und expressive Malerei
12. Struktur und Farbe: Spachteltechnik auf Leinwand
13. Fries: Gemeinschaftsarbeit auf Leinwand
14. Art in boxes
15. Collage
16. Hochdruck: Linol- und Holzschnitt
17. Holzbildhauerei unter Leitung von Till Hausmann
18. Holz, Eisen: Malerei in Öl, Acryl, Tempera

Die nachfolgenden Seiten zeigen eine Auswahl unserer Kurse.

Unser komplettes Angebot von Sprachkursen aller Niveaustufen finden Sie online unter [www.asg-bildungsforum.de/sprachen](http://www.asg-bildungsforum.de/sprachen)

Gerne beraten wir Sie hierzu auch telefonisch.



# Sprachen und Integration

## Europäischer Referenzrahmen

Unsere Kurse orientieren sich am „Gemeinsamen Europäischen Referenzrahmen“ für Sprachen (GER) und entsprechen damit europäischen Qualitätsstandards.

Dieses Instrument schafft Transparenz beim Sprachenlernen und hilft Ihnen, Ihre eigenen Lernfortschritte auf jeder Stufe besser einschätzen zu können.

Unser Angebot ist nach folgenden Niveaustufen aufgebaut:

### A1-Niveau: Grundkurse für Anfänger

Sie können vertraute, alltägliche Ausdrücke und einfache Sätze verstehen, sich und andere vorstellen und anderen Leuten Fragen zu ihrer Person stellen – z. B. wo sie wohnen, was für Leute sie kennen oder was für Dinge sie haben – und Sie können auf Fragen dieser Art Antwort geben.

### A2-Niveau: Aufbaukurse

Sie können Sätze und häufig gebrauchte Ausdrücke verstehen, die mit Bereichen von ganz unmittelbarer Bedeutung zusammenhängen, z. B. Informationen zur Person und zur Familie, zum Einkaufen, zur Arbeit, zum Arztbesuch. Sie können sich in einfachen, routinemäßigen Situationen verständigen, in denen es um einen direkten Austausch von Informationen über vertraute und geläufige Dinge geht.

### B1-Niveau: Kurse für Fortgeschrittene

Sie können alles verstehen, wenn klare Standardsprache verwendet wird und wenn es um vertraute Dinge aus Arbeit, Schule, Freizeit usw. geht, und die meisten Situationen bewältigen, denen man auf Reisen im Sprachgebiet begegnet. Sie können sich einfach und zusammenhängend über vertraute Themen und persönliche Interessengebiete äußern und über Erfahrungen und Ereignisse berichten, Träume, Hoffnungen und Ziele beschreiben und zu Plänen und Ansichten kurze Begründungen oder Erklärungen geben.

### B2-Niveau: Kurse für Fortgeschrittene

Sie können die Hauptinhalte komplexer Texte zu konkreten und abstrakten Themen verfassen und Sie verstehen im eigenen Spezialgebiet auch Fachdiskussionen. Sie können sich so spontan und fließend verständigen, dass ein normales Gespräch mit Muttersprachlern ohne größere Anstrengung auf beiden Seiten gut möglich ist, Fernsehsendungen und Spielfilme verstehen, sich über komplexere Sachverhalte mündlich und schriftlich verständigen und engagiert Diskussionen führen.

### C1-Niveau: Kurse für weit Fortgeschrittene

Sie können ein breites Spektrum anspruchsvoller, längerer Texte verstehen und auch implizite Bedeutungen erfassen. Sie können sich spontan und fließend ausdrücken, ohne öfter deutlich erkennbar nach Worten suchen zu müssen. Sie können die Sprache im gesellschaftlichen und beruflichen Leben oder in Ausbildung, Studium und Arbeit wirksam und flexibel gebrauchen. Sie können sich klar, strukturiert und ausführlich zu komplexen Sachverhalten äußern und dabei verschiedene Mittel zur Textverknüpfung angemessen verwenden. Sie beteiligen sich aktiv an Diskussionen, können sich fließend und präzise ausdrücken, schriftlich Informationen wiedergeben, Argumente darlegen, komplexe Sachverhalte verstehen und schriftlich wiedergeben.



## Arabisch

Arabisch wird auf der Welt von mehr als 700 Millionen Menschen gesprochen und ist Amtssprache in 26 Staaten, darunter Ägypten, Algerien, Tunesien, Marokko, Jordanien und dem Libanon.

Widmen Sie sich dem Hocharabisch in unseren Sprachkursen und lernen Sie Schrift, Sprache, Ausdrücke und die dahinter liegende Kultur kennen.

Wir bieten Ihnen Online-Abend- und Intensivkurse / Bildungsurlaube an, um Ihnen den Einstieg zu ermöglichen und erste Sprachkenntnisse zu erwerben. Und gerne machen wir mit Ihnen auch die nächsten Schritte, wenn Sie Arabisch auf Konversationsniveau bereits beherrschen.

Unsere vollständige Kursübersicht finden Sie auf [www.asg-bildungsforum.de/arabisch](http://www.asg-bildungsforum.de/arabisch)

## Arabisch Bildungsurlaub

Als BU nach dem AWbG NRW anerkannt

### Arabisch lernen A1

#### Intensivkurs in einer Kleingruppe

Für Teilnehmerinnen und Teilnehmer ohne Vorkenntnisse, die von Grund auf Arabisch lernen möchten, mit dem Ziel, einfache Alltagsdialoge verstehen und führen zu können. Der Intensivkurs bietet Gelegenheit, die arabische Sprache und Schrift kennen zu lernen. Weitere Ziele: Basiswortschatz und Ausspracheregeln, Einübung von Redemitteln in Alltagssituationen, Grundgrammatik, Führen einfacher Dialoge, Erlernen von Schriftzeichen.

Lehrbuch: "Salam! neu" A1 / A2

Mohamed Ahmed

5 Termine (30 Ustd.) | EUR 248,00

**Mo–Fr, ab 26.08.2024** | 09:00 – 14:00 Uhr  
2401323990 | Werdener Straße 4

**Mo–Fr, ab 09.12.2024** | 09:00 – 14:00 Uhr  
2401323992 | Werdener Straße 4

### Arabisch lernen A1

#### Online-Kurs

#### Intensivkurs in einer Kleingruppe Arabisch für Teilnehmerinnen und Teilnehmer ohne Vorkenntnisse

Mohamed Ahmed

5 Termine (30 Ustd.) | EUR 248,00

**Mo–Fr, ab 07.10.2024** | 09:00 – 14:00 Uhr  
2401323991 | Online

Unsere vollständige Kursübersicht finden auf unserer Homepage:  
[www.asg-bildungsforum.de/sprachen](http://www.asg-bildungsforum.de/sprachen)



## Englisch

In einer Welt, die immer mehr zusammenwächst, ist Englisch die universelle Sprache der Kommunikation, der Wirtschaft und des Tourismus. Egal, ob Sie Anfänger, Fortgeschrittene oder berufliche Sprechende sind, ein Englischkurs verspricht eine informative Kompetenzerweiterung.

Anfänger lernen grundlegende Konversationen zu meistern, alltägliche Situationen mit Selbstvertrauen zu bestehen und Türen zu besserer Kommunikation und neuen Erfahrungen zu öffnen.

Für Fortgeschrittene geht es auf Ihrer Reise um Verfeinerung und Erweiterung ihrer Kenntnisse. Tauchen Sie tiefer in Nuancen ein, erforschen Sie komplexe Strukturen, und beobachten Sie, wie Ihre Sprachgewandtheit aufblüht. Sie beteiligen sich an Debatten, tauschen Ideen aus und fügen sich nahtlos in globale Konversationen ein.

Für beruflich englisch Sprechende bietet sich die Möglichkeit die Sprachkenntnisse zu verfeinern, um Details und Fachvokabular zu beherrschen, Präsentationen zu gestalten und Verträge zu verhandeln.

Unsere vollständige Kursübersicht finden Sie auf [www.asg-bildungsforum.de/englisch](http://www.asg-bildungsforum.de/englisch)

### Englisch Grundkurs A1

#### In English, please!

Sie haben noch keine Vorkenntnisse in Englisch, möchten aber gerne die Sprache erlernen? Unser Anfängerkurs führt Sie schrittweise in die Grundlagen der englischen Sprache ein, dabei konzentrieren wir uns auf alltagsnahe Dialoge und grundlegende Vokabeln.

Lehrbuch: Easy English Upgrade A1.1

Hans-Jürgen Gürke  
12 Termine | EUR 145,00

**Do, ab 29.08.2024** | 18:00 – 19:30 Uhr  
**2401323108** | Werdener Straße 4

### Englisch Grundkurs A1

#### Online-Kurs: In English, please!

12 Termine | EUR 145,00

**Di, ab 03.09.2024** | 18:00 – 19:30 Uhr  
**2401323107** | Online

### Englisch Grundkurs A1 im entspannten Lerntempo

Sie haben noch keine Vorkenntnisse in Englisch, möchten aber gerne die Sprache erlernen? Unser Anfängerkurs führt Sie schrittweise und langsam in die Grundlagen der englischen Sprache ein, dabei konzentrieren wir uns auf alltagsnahe Dialoge und grundlegende Vokabeln.

Lehrbuch: Easy English Upgrade A1.1

M. Hunder-Conolly  
10 Termine | EUR 121,00

**Fr, ab 06.09.2024** | 09:00 – 10:30 Uhr  
**2401323106** | Werdener Straße 4

### Englisch Grundkurs A1

#### Für japanische Lernende

Genießen Sie Ihr Leben in Deutschland noch mehr, indem Sie Ihr Englisch auffrischen. Der Unterricht findet auf Japanisch statt, so dass sich alle Teilnehmenden entspannt wohl fühlen können. Der Inhalt und die Geschwindigkeit der Lektionen können jederzeit an das Niveau und die Bedürfnisse der Teilnehmenden angepasst werden.

Lehrbuch: Easy English Upgrade A1.1

Nobuki Taga  
6 Termine | EUR 109,00

**Fr, ab 30.08.2024** | 10:30 – 12:00 Uhr  
**2401323105** | Werdener Straße 4

## Englisch Auffrischung und Konversation

### Correct and fluent in English B1 / B2

Englisch für Fortgeschrittene, die erste Erfahrungen im Englischen gesammelt haben und eine tiefere und solidere grammatikalische Kompetenz erwerben möchten. Der Fokus liegt auf den aktiven Fertigkeiten: Sprechen und Schreiben. Dies ist auch der perfekte Kurs, um Ihre Englischkenntnisse systematisch aufzufrischen oder bestehende Kenntnisse zu vertiefen.

Voraussetzung: B1-Niveau, ca. 6 bis 9  
Jahre Schulenglisch

Pearl Scott-Habel  
6 Termine | EUR 109,00

**Mo, ab 02.09.2024** | 11:15 – 12:45 Uhr  
**2401323186** | Werdener Straße 4

### Learn to speak fluent English B1

Anhand aktueller Texte und interessanter Themen verbessern Sie Ihre Sprachkompetenz. Sie führen situationsadäquate Gespräche zu verschiedenen Themen, Sie frischen Grammatikthemen auf und üben das freie Sprechen. Sie verbessern Ihre Ausdrucksfähigkeit auf der Niveaustufe B1.

Voraussetzung: B1-Niveau, ca. 4 bis 6  
Jahre Schulenglisch

Nicole Jansen  
12 Termine | EUR 169,00

**Mo, ab 02.09.2024** | 18:00 – 19:30 Uhr  
**2401323195** | Werdener Straße 4

### Storytelling in English B1 / B2

Das Geschichtenerzählen hat eine lange Tradition und entwickelt unsere Hörverstehens-, Sprech- und Sozialkompetenzen. Wir lernen, wie wichtig es ist, zuzuhören, Ideen zu kommunizieren, das Erlebte zu erzählen und sich darüber mit anderen auszutauschen. In lockerer Atmosphäre entwickeln Sie in dem Kurs ganz automatisch den Wortschatz und ihre Sprechpraxis. Jeder Abend wird zu einem kreativen und spontanen Austausch, begeistert und macht einfach Spaß.

Voraussetzung: B2-Niveau, ca. 6 bis 9  
Jahre Schulenglisch

Pearl Scott-Habel  
6 Termine | EUR 109,00

**Mo, ab 02.09.2024** | 19:45 – 21:15 Uhr  
**2401323196** | Werdener Straße 4

## Englisch für den Beruf

### Medical English A2 / B1 für Fachpersonal

#### Kompaktkurs

Das Training richtet sich an Pflege- und Rettungskräfte sowie an medizinische Fachangestellte in Apotheken, Arztpraxen, Krankenhäusern, Studentinnen und Studenten und an alle Sprachinteressierte, die medizinisches Englisch in ihrem täglichen Arbeitsleben benötigen.

Zum Thema „Medical English“ bieten wir maßgeschneiderte Inhouse-Schulungen für Kliniken, Arztpraxen bzw. in Ihrem Arbeitsbereich an. Sprechen Sie uns an!

Voraussetzung: mindestens A2-Niveau

Pearl Scott-Habel

1 Termin | EUR 85,00

**Mo, 28.10.2024** | 09:00 – 16:00 Uhr

**2401323206** | Werdener Straße 4

**Mo, 18.11.2024** | 09:00 – 16:00 Uhr

**2401323207** | Werdener Straße 4

## Englisch Bildungsurlaub

Als BU nach dem AWbG NRW anerkannt

### Englisch lernen A1

#### Intensivkurs in einer Kleingruppe

##### Für Teilnehmende ohne Vorkenntnisse

Sie erwerben erste Grundlagen in Englisch. Ziel ist es, einfache Alltagsdialoge verstehen und führen zu können (A1-Niveau).

Inhalte: Basiswortschatz und Ausspracheregeln, Einübung von Redemitteln in Alltagssituationen, Grundgrammatik, Führen einfacher Dialoge.

Lehrbuch: Easy English Upgrade A1.1

Michael Collins

5 Termine (30 Ustd.) | EUR 248,00

**Mo–Fr, ab 19.08.2024** | 09:00 – 14:00 Uhr

**2401323900** | Werdener Straße 4

### Englisch lernen A1

#### Online-Kurs

##### Intensivkurs in einer Kleingruppe

##### Für Teilnehmende ohne Vorkenntnisse

Michael Collins

5 Termine (40 Ustd.) | EUR 310,00

**Mo–Fr, ab 04.11.2024** | 09:00 – 16:00 Uhr

**2401323901** | Online

### Englisch Auffrischung und Konversation A2 / B1

#### Intensivkurs in einer Kleingruppe

Frischen Sie auf der Niveaustufe A2 / B1 Ihre Englischkompetenz auf und üben Sie freies Sprechen (besonders in Gesprächssituationen im Alltag und Beruf).

Ellen Monerjan

5 Termine (30 Ustd.) | EUR 248,00

**Mo–Fr, ab 21.10.2024** | 09:00 – 14:00 Uhr

**2401323915** | Werdener Straße 4

### Brush up your English: Conversation B1

#### Intensivkurs in einer Kleingruppe

Englisch-Konversationskurs für Teilnehmende mit Vorkenntnissen auf der Niveaustufe B1. Sie lernen Ihre Sprachkompetenz zu steigern und üben freies Sprechen. Gesprächssituationen aus Alltag und Beruf werden trainiert.

Voraussetzung: B1-Niveau, ca. 6 Jahre Schulisches Englisch

Die Dozentin kommt aus den USA.

Voraussetzung: B1-Niveau

Pearl Scott-Habel

5 Termine (30 Ustd.) | EUR 248,00

**Mo–Fr, ab 26.08.2024** | 09:00 – 14:00 Uhr

**2401323920** | Werdener Straße 4

### Business Talk B2

#### Intensivkurs in einer Kleingruppe

Englischkurs für Fortgeschrittene, die im Beruf fließende Englischkenntnisse in Wort und Schrift (B2-Niveau) benötigen. Im Kurs lernen Sie selbstbewusst und überzeugend auf Englisch zu präsentieren, Präsentationstechniken und -strategien zu beherrschen. Dazu erhalten Sie erfolgreiche Kommunikations- und Verhandlungsstrategien im internationalen Business-Kontext zur Verbesserung Ihres Erfolgs in jeder Gesprächs- und Verhandlungssituation auf Englisch.

Voraussetzung: B2-Niveau

Pearl Scott-Habel

5 Termine (30 Ustd.) | EUR 248,00

**Mo–Fr, ab 11.11.2024** | 09:00 – 14:00 Uhr

**2401323926** | Werdener Straße 4

### Business Talk B2

#### Online-Kurs

##### Intensivkurs in einer Kleingruppe

Pearl Scott-Habel

5 Termine (40 Ustd.) | EUR 310,00

**Mo–Fr, ab 02.12.2024** | 09:00 – 16:00 Uhr

**2401323918** | Online



## Französisch

Frankreich ist flächenmäßig das größten Land der EU und allein seine Ausdehnung vom Mittelmeer bis zum Ärmelkanal, von der Nordsee zum Rhein und bis zum Atlantischen Ozean ist beeindruckend. Noch beeindruckender sind Frankreichs Menschen: die aus dem Elsass, der Normandie, aus Paris, Lyon und Marseille, von der Loire ... Wie wunderbar ist es, mit Ihnen über Kultur und Politik, Essen und Trinken, Leben und Leben lassen zu philosophieren und am Ende eines langen Tages die deutsch-französische Freundschaft zu bekräftigen.

Bei uns finden Sie die Sprachkurse dazu: Grundkurse, um die ersten Sätze und Ideen auszutauschen. Und Kurse für fortgeschrittene Sprecher, um ins Detail und die Diskussion zu gehen oder Geschäfte zu machen.

Unsere vollständige Kursübersicht finden Sie auf [www.asg-bildungsforum.de/franzoesisch](http://www.asg-bildungsforum.de/franzoesisch)

### Französisch Grundkurs A1.1

Unser Französisch-Basiskurs eignet sich für Anfängerinnen und Anfänger, die Schritt für Schritt Französisch lernen möchten und keine Vorkenntnisse haben. In einer entspannten Atmosphäre stehen dabei Alltagsdialoge und Basisvokabeln im Vordergrund. Unsere Themen gehen von Selbstvorstellung und Familie über Hobbys zu Café- und Restaurant-Besuchen sowie Einkaufen und noch einiges mehr.

Lehrbuch: "Perspectives Allez-y!" A1

Christophe Cozien  
12 Termine | EUR 145,00

**Do, ab 29.08.2024** | 11:15 – 12:45 Uhr  
**2401323304** | Werdener Straße 4

### Französisch Konversation A2

#### Parler joyeusement en français

Sie möchten gerne Alltagsgespräche auf Französisch führen können?

Anhand aktueller und unterhaltsamer Texte sowie Konversation zu alltäglichen Themen vertiefen Sie Ihre Sprachkenntnisse.

Voraussetzung: A2-Niveau, entspricht ca. 2 bis 4 Jahren Französischunterricht.

Brigitte Grahm  
12 Termine | EUR 169,00  
**Mo, ab 26.08.2024** | 19:45 – 21:15 Uhr  
**2401323334** | Werdener Straße 4

### Französisch Konversation B1

Französischkurs für Teilnehmende, die ihre Kenntnisse auf der Niveaustufe B1 weiter entwickeln möchten und Konversationen mit Gleichgesinnten auf hohem Sprachniveau führen möchten. Intensive Sprechpraxis und Wiederholung von Grammatikthemen A2 bis B1 stehen im Mittelpunkt des Kurses.

Voraussetzung: B1-Niveau, ca. 3 bis 6 Jahre Schulfranzösisch

Brigitte Grahm  
12 Termine | EUR 169,00  
**Mo, ab 26.08.2024** | 18:00 – 19:30 Uhr  
**2401323337** | Werdener Straße 4

### Französisch Konversation B2

Üben Sie Konversation mit fortgeschrittenen Gleichgesinnten. Diskussions- und Sprechtraining anhand komplexer Texte zu verschiedenen aktuellen Themen bestimmen den Kurs.

Voraussetzung: B1-Niveau, ca. 4 bis 8 Jahre Schulfranzösisch

Brigitte Grahm  
12 Termine | EUR 169,00  
**Di, ab 27.08.2024** | 19:00 – 20:30 Uhr  
**2401323344** | Werdener Straße 4

## Französisch Bildungsurlaub

Als BU nach dem AWbG NRW anerkannt

### Französisch lernen A1

#### Intensivkurs in einer Kleingruppe

Für Teilnehmende ohne Vorkenntnisse, die von Grund auf systematisch Französisch lernen möchten, mit dem Ziel, einfache Alltagsdialoge verstehen und führen zu können. Inhalte: Basiswortschatz und Ausspracheregeln, Einübung von Redemitteln in Alltagssituationen, Grundgrammatik, Führen einfacher Dialoge.

Lehrbuch: "Perspectives Allez-y!" A1

Maria Freisen  
5 Termine (30 Ustd.) | EUR 248,00  
**Mo–Fr, ab 12.08.2024** | 10:00 – 15:00 Uhr  
**2401323927** | Werdener Straße 4

**Mo–Fr, ab 09.12.2024** | 10:00 – 15:00 Uhr  
**2401323928** | Werdener Straße 4

### Französisch Auffrischung und Konversation A2

#### Intensivkurs in einer Kleingruppe

#### Für Teilnehmende mit Vorkenntnissen

Auffrischung von Wortschatz und grammatikalischen Grundlagen (Niveaustufe A2). Gesprächssituationen aus Alltag und Beruf werden trainiert. Intensive Sprechpraxis, Wortschatzübungen sowie Wiederholung von Grammatikthemen.

Voraussetzung: A2-Niveau

Maria Freisen  
5 Termine (30 Ustd.) | EUR 248,00  
**Mo–Fr, ab 11.11.2024** | 10:00 – 15:00 Uhr  
**2401323932** | Werdener Straße 4



## Hebräisch

Ivrit oder Neuhebräisch ist die in Israel meistgesprochene Sprache und die Amtssprache des Landes. Sie entstand durch geplante Weiterentwicklung und Ausbau des Alt- und Mittelhebräischen. Bekommen Sie durch Ihre Sprachkenntnisse Zugang zu jüdischer Tradition und Geschichte: Das Erlernen der Sprache ermöglicht ein tieferes Verständnis des jüdischen Glaubens, der Kultur und der Geschichte.

Das Studium der hebräischen Sprache und der Schrift kann Ihnen ganz persönlich bereichernde Einblicke in hebräische Denkweise und in eine andere Gesellschaft bieten. Und natürlich sind Hebräischkenntnisse sehr hilfreich, wenn man nach Israel reist. Man kann sich besser verständigen, mit den Menschen in Kontakt kommen und das Land auf authentischere Weise erleben.

Unsere vollständige Kursübersicht finden Sie auf [www.asg-bildungsforum.de/hebraeisch](http://www.asg-bildungsforum.de/hebraeisch)

### Hebräisch Auffrischung und Konversation A2

#### Online-Kurs

#### Für Teilnehmende mit guten Vorkenntnissen

Sie wiederholen und erweitern Ihre Hebräischkenntnisse, sprechen über verschiedenste Themen und wiederholen schwierige Grammatikthemen. Ziel ist die praktische Anwendung der bereits erworbenen Sprachkenntnisse.

Voraussetzung: A2-Niveau

Lehrbuch: „Ivrit bekef“ A1 / A2

Nata Sidonashvili, M.A.

12 Termine | EUR 169,00

**Do, ab 29.08.2024** | 19:45 – 21:15 Uhr

**2401323742** | Online

### Hebräisch Bildungsurlaub

Als BU nach dem AWbG NRW anerkannt

#### Hebräisch lernen A1

#### Intensivkurs in einer Kleingruppe

Für Teilnehmende ohne Vorkenntnisse, die von Grund auf systematisch Hebräisch lernen möchten mit dem Ziel, einfache Alltagsdialoge verstehen und führen zu können. Inhalte: Basiswortschatz und Ausspracheregeln, Einführung in die Schrift, Einübung von Redemitteln in Alltagssituationen, Grammatik, Führen einfacher Dialoge.

Lehrbuch: „Ivrit bekef“

Nata Sidonashvili, M.A.

5 Termine (30 Ustd.) | EUR 248,00

**Mo–Fr, ab 21.10.2024** | 09:00 – 14:00 Uhr

**2401323988** | Werdener Straße 4



## Italienisch

Italien hat eine reiche Geschichte und Kultur, die sich in Kunst, Musik, Literatur, Architektur und Küche widerspiegelt. Durch das Erlernen der Sprache können Sie diese Schätze besser verstehen und genießen. Italienischkenntnisse ermöglichen es Ihnen, die Schönheit Italiens auf tiefere Weise zu erleben. Sie können sich mit Einheimischen unterhalten, die Kultur besser verstehen und die verborgenen Schätze des Landes abseits der Touristenpfade entdecken.

Denn was gibt es Schöneres, als in Italien die modernen und antiken Sehenswürdigkeiten zu erkunden, im Restaurant in der Landessprache zu bestellen und mit Italienerinnen und Italienern mit Händen und Füßen zu kommunizieren. Und wenn Sie italienische Freunde oder Verwandte haben, können Sie sich mit ihnen auf einer tieferen Ebene unterhalten und die familiären Bindungen stärken.

Neu bieten wir nun auch Business Italienisch an, denn Italienischkenntnisse sind in vielen Branchen gefragt, insbesondere in den Bereichen Tourismus, Handel, Design, Mode und Luxusgüter oder um mit italienischen Geschäftspartnern zu arbeiten.

Unsere vollständige Kursübersicht finden Sie auf [www.asg-bildungsforum.de/italienisch](http://www.asg-bildungsforum.de/italienisch)

### Italienisch Grundkurs A1.1 für entspannte Lernende (piano piano)

#### Für Teilnehmende ohne Vorkenntnisse

Unser Italienisch-Basiskurs eignet sich für Anfängerinnen und Anfänger, die Schritt für Schritt Italienisch lernen möchten und keine Vorkenntnisse haben. Alltagsdialoge und Basisvokabeln stehen dabei im Vordergrund. Dank unserem Sprachdozenten und dem Austausch mit Gleichgesinnten macht das Lernen Freude. So gelingt der Einstieg einfach und in Ihrem Tempo.

Lehrbuch: „Passo dopo passo A1“

Dr. Markus Dreist

12 Termine | EUR 145,00

**Mo, ab 26.08.2024** | 11:15 – 12:45 Uhr

**2401323502** | Werdener Straße 4

### Italienisch Grundkurs A1.1 für schnell Lernende

#### Für Teilnehmende ohne Vorkenntnisse

Haben Sie bereits eine romanische Sprache gelernt und möchten Sie die italienische Sprache in zügigem Tempo erarbeiten? Dieser Kurs führt schnell zum Niveau A2. Das schnelle Lerntempo erfordert auch eigenständiges Lernen zu Hause.

Lehrbuch: „Azzurro nuovo A1-A2“

Stefania Freschi Linossi

12 Termine | EUR 145,00

**Do, ab 29.08.2024** | 09:30 – 11:00 Uhr

**2401323506** | Werdener Straße 4

## Italienisch Grundkurs A1.1

### Online-Kurs

#### Für Teilnehmende ohne Vorkenntnisse

Unser Italienisch-Basiskurs eignet sich für Anfängerinnen und Anfänger, die Schritt für Schritt Italienisch lernen möchten und bisher keine Vorkenntnisse haben. Alltagsdialoge und Basisvokabeln stehen dabei im Vordergrund.

Dank unserer fröhlichen Sprachdozentin und dem Austausch mit Gleichgesinnten macht das Lernen Freude. So gelingt der Einstieg einfach und schnell.

Lehrbuch: „Passo dopo passo A1“

Simona Vincenza Di Mari

12 Termine | EUR 145,00

**Do, ab 29.08.2024** | 19:00 – 20:30 Uhr

**2401323508** | Online

## Italienisch Fortgeschrittene B1.2

### Für Teilnehmende mit guten

#### Vorkenntnissen

Sie sprechen bereits gut italienisch und meistern viele Situationen auf Italienisch. Ziel ist nun, die praktische Anwendung Ihrer erworbenen Sprachkenntnisse zu vertiefen und zu verfeinern.

Lehrbuch: „Dieci B1“

Rita Iannuzzi

12 Termine | EUR 169,00

**Do, ab 29.08.2024** | 19:45 – 21:15 Uhr

**2401323525** | Werdener Straße 4

## Recensione di italiano

### per studenti avanzati

#### Italienisch Auffrischung B1

In diesem Kurs praktizieren Sie intensive Sprechpraxis, Wortschatzübungen sowie Wiederholung von Grammatikthemen.

Tauschen Sie sich in einer lockeren Atmosphäre aus und bringen Sie Ihr Italienisch wieder in Schwung.

Voraussetzung: A2 / B1-Niveau

Egizia Sergio

12 Termine | EUR 169,00

**Do, ab 29.08.2024** | 10:00 – 11:30 Uhr

**2401323528** | Gerresheimer Straße 90

## Italienisch Bildungsurlaub

Als BU nach dem AWbG NRW anerkannt

## Italienisch lernen A1.1

### Intensivkurs in einer Kleingruppe

Für Teilnehmende ohne Vorkenntnisse, die von Grund auf systematisch Italienisch lernen möchten mit dem Ziel, einfache Alltagsdialoge verstehen und führen zu können.

Basiswortschatz und Ausspracheregeln, Einübung von Redemitteln in Alltagssituationen, Grundgrammatik, Führen einfacher Dialoge

Egizia Sergio

5 Termine (30 Ustd.) | EUR 248,00

**Mo–Fr, ab 09.09.2024** | 09:00 – 14:00 Uhr

**2401323948** | Werdener Straße 4

**Mo–Fr, ab 04.11.2024** | 09:00 – 14:00 Uhr

**2401323952** | Werdener Straße 4

## Italienisch lernen A1.1

### Online-Kurs

#### Intensivkurs in einer Kleingruppe

#### Für Teilnehmende ohne Vorkenntnisse

Francesco Apuzzo

5 Termine (30 Ustd.) | EUR 248,00

**Mo–Fr, ab 23.09.2024** | 09:00 – 14:00 Uhr

**2401323950** | Online

## Italienisch Konversation B1 / B2

### Intensivkurs in einer Kleingruppe

#### Für Teilnehmende mit guten

#### Vorkenntnissen

Ziele in dem Kurs: intensive Sprechpraxis, Wortschatzübungen sowie Wiederholung von Grammatikthemen.

Voraussetzung: B1-Niveau

Francesco Apuzzo

5 Termine (30 Ustd.) | EUR 248,00

**Mo–Fr, ab 25.11.2024** | 09:00 – 14:00 Uhr

**2401323956** | Werdener Straße 4

## Business Italienisch B1 / B2

### Online-Kurs

#### Intensivkurs in einer Kleingruppe

#### Für Teilnehmende mit sehr guten

#### Vorkenntnissen

Ziele in dem Kurs: selbstbewusst und überzeugend präsentieren, Präsentationstechniken und -strategien, Aussprachetraining; erfolgreiche Kommunikations- und Verhandlungsstrategien im internationalen Business-Kontext zur Verbesserung Ihres Erfolgs in jeder Gesprächs- und Verhandlungssituation.

Francesco Apuzzo

5 Termine (30 Ustd.) | EUR 248,00

**Mo–Fr, ab 02.09.2024** | 09:00 – 14:00 Uhr

**2401323958** | Online

Lust italienisch  
zu kochen?  
Infos aus Seite 83



## Japanisch

Nicht nur, wenn Sie ein Fan von Anime, Manga oder Sushi sind, können

Sie sich für Japan begeistern. Das Land, die Kultur, das Wirtschaftsleben sind so vielfältig und interessant, und um ein tieferes Verständnis für Japan, die japanische Denk- und Lebensweise zu erlangen, ist es hilfreich und gut, die Sprache zu erlernen.

Japan ist die viertgrößte Volkswirtschaft der Welt und ein wichtiger Handelspartner vieler Länder. Japanisch-Kenntnisse sind daher in vielen Branchen gefragt, insbesondere in den Bereichen Wirtschaft, Handel, Technologie und Automobilindustrie.

Unsere vollständige Kursübersicht finden Sie auf [www.asg-bildungsforum.de/japanisch](http://www.asg-bildungsforum.de/japanisch)

### Japanisch Grundkurs A1.1

**Für Teilnehmende ohne Vorkenntnisse**  
 Unser Japanisch-Grundkurs eignet sich für Anfängerinnen und Anfänger, die Schritt für Schritt Japanisch lernen möchten und keine Vorkenntnisse haben. Alltagsdialoge und Basisvokabeln stehen dabei im Vordergrund. Dank unserer hochqualifizierten Sprachdozentin mit langjähriger Japanisch Lehrerfahrung in Sprache und Kultur und dem Austausch mit Gleichgesinnten macht das Lernen Freude. So gelingt der Einstieg schnell und einfach.

Ute Winkels  
 12 Termine | EUR 145,00  
**Do, ab 29.08.2024** | 18:00 – 19:30 Uhr  
**2401323785** | Werdener Straße 4

### Japanisch Bildungsurlaub

Als BU nach dem AWbG NRW anerkannt

### Japanisch lernen A1

**Intensivkurs in einer Kleingruppe**  
 Für Teilnehmende ohne Vorkenntnisse, die von Grund auf systematisch Japanisch lernen möchten mit dem Ziel, einfache Alltagsdialoge verstehen und führen zu können. Inhalte: Basiswortschatz und Ausspracheregeln, Einführung in die Schrift, Einübung von Redemitteln in Alltagssituationen, Grammatik, Führen einfacher Dialoge.

Ute Winkels  
 5 Termine (30 Ustd.) | EUR 248,00  
**Mo–Fr, ab 02.12.2024** | 09:00 – 14:00 Uhr  
**2401323994** | Werdener Straße 4

**Mo–Fr, ab 16.09.2024** | 09:00 – 14:00 Uhr  
**2401323996** | Werdener Straße 4



## Koreanisch

K-Pop, K-Dramen und koreanische Filme sind weltweit beliebt. Aber das

Land hat viel mehr zu bieten: Korea hat eine einzigartige und faszinierende Kultur, die sich in Kunst, Musik, Literatur, Traditionen und Küche widerspiegelt.

Anfänger ohne Vorkenntnisse lernen die Sprache, Schrift und Ausdrücke kennen und können sich in einfachen Alltagssituationen verständigen; Fortgeschrittene dringen tiefer in die Sprache und Kultur ein und sprechen in komplexeren Situationen sicherer.

Unsere vollständige Kursübersicht finden Sie auf [www.asg-bildungsforum.de/koreanisch](http://www.asg-bildungsforum.de/koreanisch)

### Koreanisch Grundkurs A1.1

Für Teilnehmende ohne Vorkenntnisse, die von Grund auf systematisch Koreanisch lernen möchten mit dem Ziel, Alltagsdialoge verstehen und führen zu können. Trauen Sie sich und gewinnen Sie schnell mehr Sicherheit beim Sprechen.

Lehrbuch: „Einstiegskurs Koreanisch“  
 Eunsung Suh  
 12 Termine | EUR 145,00  
**Mo, ab 26.08.2024** | 19:45 – 21:15 Uhr  
**2401323790** | Werdener Straße 4

### Koreanisch Aufbaukurs A2.1

**Für Teilnehmende mit Vorkenntnissen**  
 Sie lernen in unserem Aufbaukurs Ihre Koreanischkenntnisse zu vertiefen und in neuen Alltagssituationen anzuwenden. Sie wenden die Sprache noch flüssiger an und verständigen sich noch spielender.

Lehrbuch: „Einstiegskurs Koreanisch“

Eunsung Suh  
 12 Termine | EUR 145,00  
**Mi, ab 28.08.2024** | 19:45 – 21:15 Uhr  
**2401323795** | Werdener Straße 4

### Koreanisch Bildungsurlaub

Als BU nach dem AWbG NRW anerkannt

### Koreanisch lernen A1

**Intensivkurs in einer Kleingruppe**  
**Für Teilnehmende ohne Vorkenntnisse**  
 Sie erwerben erste Grundlagen in Koreanisch. Ziel ist es, einfache Alltagsdialoge verstehen und führen zu können. Basiswortschatz und Ausspracheregeln, Einübung von Redemitteln in Alltagssituationen, Grammatik, Führen einfacher Dialoge. Unsere Dozentin kommt aus Korea und ist eine erfahrene Sprachdozentin.

Lehrbuch: „Einstiegskurs Koreanisch“  
 Eunsung Suh  
 5 Termine (40 Ustd.) | EUR 310,00  
**Mo–Fr, ab 21.10.2024** | 09:00 – 16:00 Uhr  
**2401323986** | Werdener Straße 4



## Neugriechisch

Die griechische Sprache ist die älteste heute gesprochene Sprache, aber keineswegs veraltet: das Neugriechisch unserer Kurse bereitet Sie nicht nur auf Ihren Urlaub auf Kreta oder Kos, in Athen oder Rhodos vor. Bei uns lernen Sie auch die Schriftzeichen, Ausdrücke und Grammatik, um sich im mit den Menschen in Griechenland verständigen zu können.

Lernen Sie die Grundbegriffe der griechischen Sprache, der Schrift und der Kultur kennen und wenden Sie das Gelernte im Unterricht direkt an.

Unsere vollständige Kursübersicht finden Sie auf [www.asg-bildungsforum.de/griechisch](http://www.asg-bildungsforum.de/griechisch)

### Neugriechisch A1

#### Griechisch Grundkurs A1.1

##### Für Teilnehmende ohne Vorkenntnisse

Unser Neugriechisch-Basiskurs eignet sich für Anfängerinnen und Anfänger, die Schritt für Schritt Griechisch lernen möchten und bisher keine Kenntnisse haben. Alltagsdialoge und Basisvokabeln stehen dabei im Vordergrund.

Dank unseren hochqualifizierten Sprachdozentinnen (aus Griechenland) und dem Austausch mit Gleichgesinnten macht das Lernen Freude. So gelingt der Einstieg einfach und schnell.

Lehrbuch: „Kalimera neu A1 / A2“

12 Termine | EUR 145,00

**Mi, ab 28.08.2024** | 18:00 – 19:30 Uhr  
**2401323672** | Werdener Straße 4

### Neugriechisch Bildungsurlaub

Als BU nach dem AWbG NRW anerkannt

#### Griechisch lernen A1

##### Online-Kurs

##### Intensivkurs in einer Kleingruppe

Für Teilnehmende ohne Vorkenntnisse, die von Grund auf systematisch Neugriechisch lernen möchten mit dem Ziel, einfache Alltagsdialoge verstehen und führen zu können. Basiswortschatz und Ausspracheregeln, Einübung von Redemitteln in Alltagssituationen, Grundgrammatik, Führen einfacher Dialoge. Eine Einführung in die neugriechische Schrift ergänzt den Kurs.

Lehrbuch: „Kalimera neu A1 / A2“

Georgia Triantafyllidou

5 Termine (30 Ustd.) | EUR 248,00

**Mo–Fr, ab 14.10.2024** | 09:00 – 14:00 Uhr  
**2401323968** | Online

#### Griechisch Auffrischung und Konversation A2 / B1

##### Online-Kurs

##### Intensivkurs in einer Kleingruppe

##### Für Teilnehmende mit Vorkenntnissen

Dieser Bildungsurlaub ist zur Auffrischung geeignet und richtet sich an Teilnehmende, die das Sprachniveau A2 erreicht haben. Ziel ist es, die neugriechische Sprache in verschiedenen Bereichen zu festigen und nach Bedarf grammatikalische Strukturen wieder aufzufrischen. Teilnehmende können ihre Sprachkenntnisse deutlich verbessern und mit Spaß an verschiedene Sprechsituationen im Alltag herangehen.

Georgia Triantafyllidou

5 Termine (40 Ustd.) | EUR 310,00

**Mo–Fr, ab 26.08.2024** | 09:00 – 15:30 Uhr  
**2401323970** | Online



## Niederländisch

Niederländisch ist mit ca. 24 Millionen Muttersprachlern eine der am weitesten verbreiteten Sprachen Europas und ist die offizielle Sprache in den Niederlanden, Belgien (neben Französisch und Deutsch) und auch in Surinam.

Vielfältiger Austausch mit den Niederlanden prägt die Regionen am Niederrhein und da bietet es sich an, auch die Sprache der Nachbarn zu beherrschen. Beim Einkaufen, im Urlaub an der niederländischen Küste oder in den wunderbaren Städten des Nachbarlandes: Überall wird es gerne gesehen, wenn Sie auch ein wenig auf Niederländisch sprechen können. Und wenn Sie dort studieren oder leben möchten, dann sowieso. Unsere Kurse decken die ganze Bandbreite Ihrer Wünsche ab: ob in Präsenz oder Online.

Unsere vollständige Kursübersicht finden Sie auf [www.asg-bildungsforum.de/niederländisch](http://www.asg-bildungsforum.de/niederländisch)

### Niederländisch Grundkurs A1.1

#### Für Teilnehmende ohne Vorkenntnisse

Unser Niederländisch-Basiskurs eignet sich für Anfängerinnen und Anfänger, die Schritt für Schritt Niederländisch lernen möchten und bisher keine oder wenige Vorkenntnisse haben. Alltagsdialoge und Basisvokabeln stehen dabei im Vordergrund.

Dank unserer hochqualifizierten Sprachdozentinnen und dem Austausch mit Gleichgesinnten macht das Lernen richtig Freude. So gelingt der Einstieg einfach und schnell.

Lehrbuch: „Wat leuk! aktuell A1“

Gabriele Dahlhoff

12 Termine | EUR 145,00

**Mo, ab 26.08.2024** | 17:30 – 19:00 Uhr

**2401323642** | Werdener Straße 4

### Niederländisch Grundkurs A1.1

#### Online-Kurs

#### Für Teilnehmende ohne Vorkenntnisse

Emilia van Liefland

12 Termine | EUR 145,00

**Mi, ab 04.09.2024** | 18:00 – 19:30 Uhr

**2401323644** | Online

## Niederländisch Bildungsurlaub

Als BU nach dem AWbG NRW anerkannt

### Niederländisch lernen A1

#### Intensivkurs in einer Kleingruppe

Für Teilnehmende ohne Vorkenntnisse, die von Grund auf systematisch Niederländisch lernen möchten mit dem Ziel, einfache Alltagsdialoge verstehen und führen zu können. Basiswortschatz und Ausspracheregeln, Einübung von Redemitteln in Alltagssituationen, Grundgrammatik, Führen einfacher Dialoge.

Lehrbuch: „Wat leuk! aktuell A1“

Gabriele Dahlhoff

5 Termine (40 Ustd.) | EUR 310,00

**Mo–Fr, ab 09.09.2024** | 09:00 – 16:00 Uhr

**2401323960** | Werdener Straße 4

Emilia van Liefland

5 Termine (30 Ustd.) | EUR 248,00

**Mo–Fr, ab 25.11.2024** | 09:00 – 14:00 Uhr

**2401323962** | Werdener Straße 4

### Niederländisch Konversation A2

#### Intensivkurs in einer Kleingruppe

#### Für Teilnehmende mit Vorkenntnissen

Sie können ein bisschen Niederländisch und lieben diese tolle Sprache, die dem Deutschen ähnlich ist? Bei uns steht das Sprechen klar im Fokus: Frischen Sie jetzt Ihre Kenntnisse auf und bauen Sie Ihren Wortschatz und Ihre Fertigkeiten auf der Niveaustufe A2 weiter aus.

Emilia van Liefland

5 Termine (30 Ustd.) | EUR 248,00

**Mo–Fr, ab 07.10.2024** | 09:00 – 14:00 Uhr

**2401323964** | Werdener Straße 4

### Niederländisch Konversation A2 / B1

#### Intensivkurs in einer Kleingruppe

Steigerung der Sprechfertigkeit durch Wortschatzarbeit und Einübung verschiedener Sprachbausteine.

Führen von Dialogen und Sprechen über alltägliche Themen.

Hier trainieren Sie Ihre mündliche Sprachkompetenz in Situationen aus Alltag und Beruf. So bringen Sie Ihre Niederländischkenntnisse wieder in Schwung.

Voraussetzung: A2 / B1-Kenntnisse

Gabriele Dahlhoff

5 Termine (30 Ustd.) | EUR 248,00

**Mo–Fr, ab 04.11.2024** | 09:00 – 14:00 Uhr

**2401323966** | Werdener Straße 4



## Persisch

Etwa 130 Millionen Menschen auf der ganzen Welt sprechen Persisch; für etwa 70 Millionen davon ist Persisch die Muttersprache. Persisch ist zum Beispiel die Amtssprache im Iran sowie in Afghanistan (gemeinsam mit Paschtu) und Tadschikistan. Und wenn Sie im regelmäßigen Kontakt mit Menschen aus dem Iran oder Afghanistan stehen oder wenn Sie einfach nur Interesse an der reichen persischen Kultur und Sprache haben, sind unsere Kurse genau richtig für Sie!

Unsere vollständige Kursübersicht finden Sie auf [www.asg-bildungsforum.de/persisch](http://www.asg-bildungsforum.de/persisch)

### Persisch Grundkurs A1.1

#### Online-Kurs

##### Für Teilnehmende ohne Vorkenntnisse

Alltagsdialoge und Basisvokabeln stehen im Vordergrund.

Sie lernen weiterhin den Grundaufbau der persischen Sprache und gewinnen ein Gefühl für deren Besonderheiten.

Homeira Ghaderi  
12 Termine | EUR 145,00  
**Di, ab 27.08.2024** | 18:30 – 20:00 Uhr  
**2401323768** | Online

### Persisch Bildungsurlaub

Als BU nach dem AWbG NRW anerkannt

#### Persisch lernen A1

##### Intensivkurs in einer Kleingruppe

##### Für Teilnehmende ohne Vorkenntnisse

Der Intensivkurs bietet Gelegenheit, die persische Sprache und Schrift kennen zu lernen. Inhalte: Basiswortschatz und Ausspracheregeln, Einübung von Redemitteln in Alltagssituationen, Grundgrammatik, Führen einfacher Dialoge, Einführung in die Schrift.

Die Dozentin ist Muttersprachlerin und vermittelt die wichtigsten Grundlagen für die Kommunikation auf Persisch.

Homeira Ghaderi  
5 Termine (30 Ustd.) | EUR 248,00  
**Mo–Fr, ab 02.09.2024** | 09:00 – 14:00 Uhr  
**2401323980** | Werdener Straße 4

**Mo–Fr, ab 04.11.2024** | 09:00 – 14:00 Uhr  
**2401323982** | Werdener Straße 4

#### Persisch lernen A1

##### Online-Kurs

##### Intensivkurs in einer Kleingruppe

##### Für Teilnehmende ohne Vorkenntnisse

Homeira Ghaderi  
5 Termine (30 Ustd.) | EUR 248,00  
**Mo–Fr, ab 18.11.2024** | 09:00 – 14:00 Uhr  
**2401323984** | Online



## Portugiesisch

Begeben Sie sich auf eine Reise voller kultureller Reichtümer, grenzenloser

Reiseerlebnisse und toller Menschen in Portugal. Ganz gleich, ob Sie ohne Vorkenntnisse anfangen, auf mittleren Kenntnissen aufbauen oder Ihre fortgeschrittenen Kenntnisse verfeinern möchten: Unsere Portugiesischkurse bieten einzigartige Vorteile, die weit über die bloßen Vokabeln und grammatikalischen Strukturen hinausgehen.

Für Anfänger bedeutet das Eintauchen in die portugiesische Sprache das Eintauchen in eine Welt voller lebendiger Kulturen, von den belebten Straßen Lissabons bis zu den ruhigen Stränden der Algarve. Stellen Sie sich vor, traditionelle Köstlichkeiten in der Landessprache zu bestellen, sich an lokalen Bräuchen zu beteiligen und vor Ort Kontakte zu Muttersprachlern zu knüpfen.

Für fortgeschrittene Lerner bietet sich die Möglichkeit, Ihr Verständnis und Ihre Wertschätzung für die portugiesische Kultur zu vertiefen. Tauchen Sie ein in Literatur, Musik und Filme, die die Seele der portugiesischsprachigen Länder enthüllen. Gewinnen Sie Einblicke, die über die Sprachkenntnisse hinausgehen und Ihre Erfahrungen bereichern, egal ob Sie historische Städte erkunden oder moderne Kunstszene genießen.

Unsere vollständige Kursübersicht finden Sie auf [www.asg-bildungsforum.de/portugiesisch](http://www.asg-bildungsforum.de/portugiesisch)

### Portugiesisch (Portugal) Grundkurs A1.1

#### Online-Kurs

##### Für Teilnehmer ohne Vorkenntnisse

Besonders für diejenigen, die schon Französisch oder Spanisch können, ist Portugiesisch keine schwere Sprache! In unserem Anfängerkurs lernen Sie systematisch und von Anfang an das europäische Portugiesisch zu verstehen und zu sprechen, um die Sprache im Alltag und auf Reisen anzuwenden.

Lehrbuch: „Olá Portugal!“ A1 / A2

Angelina Wiesner  
12 Termine | EUR 145,00  
**Mo, ab 26.08.2024** | 18:00 – 19:30 Uhr  
**2401323606** | Online

### Portugiesisch (Portugal) Auffrischung und Konversation B2

#### Online-Kurs

Intensive Sprechpraxis und Wiederholung von Grammatikthemen A2 bis B1.

Der perfekte Kurs, um Ihre Ausdrucksfähigkeit zu verbessern und Ihre Portugiesischkenntnisse zu aktivieren.

Üben Sie Konversation mit fortgeschrittenen Gleichgesinnten. Diskussions- und Sprechtraining anhand komplexer Texte zu verschiedenen aktuellen Themen.

Voraussetzung: A2 / B1-Niveau

Marina Ribeiro da Silva Schreiber  
12 Termine | EUR 169,00  
**Di, ab 27.08.2024** | 19:00 – 20:30 Uhr  
**2401323624** | Online

## Portugiesisch Bildungsurlaub

Als BU nach dem AWbG NRW anerkannt

### Portugiesisch lernen A1

#### Intensivkurs in einer Kleingruppe

Für Teilnehmende ohne Vorkenntnisse, die von Grund auf systematisch Portugiesisch lernen möchten mit dem Ziel, einfache Alltagsdialoge verstehen und führen zu können. Basiswortschatz und Ausspracheregeln, Einübung von Redemitteln in Alltagssituationen, Grundgrammatik, Führen einfacher Dialoge.

Lehrbuch: „Olá Portugal neu!“ A1 / A2

Angelina Wiesner

5 Termine (30 Ustd.) | EUR 248,00

**Mo–Fr, ab 26.08.2024** | 09:00 – 14:00 Uhr  
2401323997 | Werdener Straße 4

### Portugiesisch lernen A1

#### Online-Kurs

#### Intensivkurs in einer Kleingruppe

#### Für Teilnehmende ohne Vorkenntnisse

Angelina Wiesner

5 Termine (30 Ustd.) | EUR 248,00

**Mo–Fr, ab 02.09.2024** | 09:00 – 14:00 Uhr  
2401323998 | Online



## Russisch

Wir bieten gerade auch in diesen Zeiten Kurse zum Erlernen der russischen Sprache an, denn die Kenntnis einer Sprache eröffnet immer auch den geistigen Zugang zu einem Land. Auch weil dieses einen wesentlichen Beitrag zum europäischen Kulturgut geleistet hat.

Die Werke zahlreicher russischer Dichter und Schriftsteller gehören zur Weltliteratur; Musik und Ballett wären ohne den russischen Beitrag um einiges ärmer, und auch die russische Malerei, der Film und die Bühnenkunst haben bleibende Spuren in Westeuropa hinterlassen. Das Beherrschen der russischen Sprache gewährleistet nicht nur den direkten Zutritt zu der Kultur dieses Landes, sondern auch einen unverfälschten Einblick in das politische und gesellschaftliche Leben.

Unsere vollständige Kursübersicht finden Sie auf [www.asg-bildungsforum.de/russisch](http://www.asg-bildungsforum.de/russisch)

### Russische Sprache und Kultur für Anfänger A1.1

#### Für Teilnehmende ohne Vorkenntnisse

Das Erlernen der Schrift und Grundstrategien zum Sprechen, Schreiben, Lesen und Hörverstehen werden gefördert. Elementare Grammatik wird anhand handlungsorientierter Aufgaben zum Alltag vermittelt. Die russische Kultur steht dabei in Vordergrund.

Lehrbuch: „Otlitschno!“

Maria Botvinnik

12 Termine | EUR 145,00

**Di, ab 27.08.2024** | 18:30 – 20:00 Uhr  
2401323761 | Werdener Straße 4



## Spanisch

Spanisch ist nicht nur eine wichtige „Reisesprache“ für Touristen. In mehr als 20 Staaten ist Spanisch auch offizielle Amtssprache. Mehr als 400 Millionen Menschen auf der Welt sprechen Spanisch, eben auch in vielen Ländern Lateinamerikas und der Karibik, die als Urlaubsreiseziele immer mehr an Attraktivität gewinnen. Dazu kommen mehr als 30 Millionen Menschen in den USA.

Im Zuge der Europäisierung und Globalisierung profitiert man durch seine Spanischkenntnisse nicht nur im privaten Bereich als Tourist, sondern auch in den Bereichen Handel, Wirtschaft und Politik, und auch im eigenen Beruf. Spanisch gewinnt immer mehr an Bedeutung als eine der wichtigsten Welthandelssprachen. Deswegen bieten wir neben den klassischen Anfänger und Fortgeschritten-Kursen nun auch Business Spanisch an.

Unsere vollständige Kursübersicht finden Sie auf [www.asg-bildungsforum.de/spanisch](http://www.asg-bildungsforum.de/spanisch)

### Spanisch Grundkurs A1.1

#### Für Teilnehmende ohne Vorkenntnisse

Unser Anfängerkurs führt Sie schrittweise in die Grundlagen der spanischen Sprache ein, dabei konzentrieren wir uns auf alltagsnahe Dialoge und grundlegende Vokabeln.

Lehrbuch: “Con gusto nuevo A1”

Mariolis Garcia

12 Termine | EUR 145,00

**Di, ab 27.08.2024** | 14:00 – 15:30 Uhr

**2401323403** | Werdener Straße 4

Narcisa Mägdefrau

12 Termine | EUR 145,00

**Mi, ab 28.08.2024** | 18:00 – 19:30 Uhr

**2401323406** | Werdener Straße 4

### Spanisch Grundkurs A1.1

#### Online-Kurs

#### Für Teilnehmende ohne Vorkenntnisse

Carina Peters

12 Termine | EUR 145,00

**Di, ab 27.08.2024** | 18:00 – 19:30 Uhr

**2401323404** | Online

## Spanisch Auffrischung und Konversation

### Spanisch Auffrischung B1

#### Hablar hasta por codos

#### Intermedio

#### Für Teilnehmende mit guten

#### Vorkenntnissen

Ziele des Kurses: Intensive Sprechpraxis, Wortschatzübungen sowie Wiederholung von Grammatikthemen. Tauschen Sie sich in einer lockeren Atmosphäre aus und bringen Sie Ihr Spanisch wieder in Schwung.

Voraussetzung: A2-Niveau

Maria Freisen

12 Termine | EUR 169,00

**Mi, ab 28.08.2024** | 11:30 – 13:00 Uhr

**2401323440** | Gerresheimer Straße 90

### Spanisch Auffrischung B1

#### Online-Kurs

#### Hablar hasta por codos

#### Intermedio

#### Für Teilnehmende mit guten

#### Vorkenntnissen

Carina Peters

12 Termine | EUR 169,00

**Mi, ab 28.08.2024** | 18:00 – 19:30 Uhr

**2401323444** | Online

Cristina Bevilacqua-Kaysers

12 Termine | EUR 169,00

**Mo, ab 26.08.2024** | 19:45 – 21:15 Uhr

**2401323455** | Online

### Spanisch Konversation B1 / B2

#### Hablando se aprende más

#### Intermedio

Sie sprechen schon sehr aktiv und wiederholen die bereits bekannten Vokabeln und wenden die grammatikalische Strukturen bei der Diskussion über aktuelle und herausfordernde Themen an. In Dialogen und Diskussionen haben Sie die Gelegenheit, Ihre Spanischkenntnisse aktiv anzuwenden.

Voraussetzung: B1-Niveau

Mariolis Garcia

12 Termine | EUR 169,00

**Mo, ab 26.08.2024** | 19:30 – 21:00 Uhr

**2401323460** | Gerresheimer Straße 90

Lust auf  
spanische  
Tapas?  
Infos auf  
Seite 83

## Spanisch Bildungsurlaub

Als BU nach dem AWbG NRW anerkannt

### Spanisch lernen A1

#### Intensivkurs in einer Kleingruppe

Für Teilnehmende ohne Vorkenntnisse, die von Grund auf systematisch Spanisch lernen möchten, mit dem Ziel, einfache Alltagsdialoge verstehen und führen zu können.

Inhalte: Basiswortschatz und Ausspracheregeln, Einübung von Redemitteln in Alltagssituationen, Grundgrammatik, Führen einfacher Dialoge

Lehrbuch: "Con gusto nuevo A1"

Marta Sendino

5 Termine (30 Ustd.) | EUR 248,00

**Mo–Fr, ab 23.09.2024** | 09:00 – 14:00 Uhr

**2401323936** | Werdener Straße 4

**Mo–Fr, ab 25.11.2024** | 09:00 – 14:00 Uhr

**2401323938** | Werdener Straße 4

### Spanisch: Gramática y conversación para expertos B2

#### Intensivkurs in einer Kleingruppe

#### Für Teilnehmende mit sehr guten

#### Vorkenntnissen

Ziel ist die Steigerung Ihrer Sprechfertigkeit durch Wortschatzarbeit und Wiederholung von Grammatikthemen, Konversation über kulturelle und aktuelle Themen.

Die Teilnehmenden trainieren ihre mündliche Sprachkompetenz in Situationen aus Alltag und Beruf.

Voraussetzung: B2-Kenntnisse

Marta Sendino

5 Termine (30 Ustd.) | EUR 248,00

**Mo–Fr, ab 14.10.2024** | 09:00 – 14:00 Uhr

**2401323942** | Werdener Straße 4

### Spanisch Business B2

#### Intensivkurs in einer Kleingruppe

#### Für Teilnehmende mit sehr guten

#### Vorkenntnissen

Sie lernen selbstbewusst und überzeugend zu präsentieren und erfolgreiche Kommunikations- und Verhandlungsstrategien im internationalen Business-Kontext zur Verbesserung Ihres Erfolgs in jeder Gesprächs- und Verhandlungssituation auf Spanisch anzuwenden.

Mariolis Garcia

5 Termine (30 Ustd.) | EUR 248,00

**Mo–Fr, ab 16.09.2024** | 09:00 – 14:00 Uhr

**2401323944** | Werdener Straße 4



## Türkisch

In Deutschland bestehen viele enge Verbindungen in die Türkei: seien es familiäre Bande, Urlaubserfahrungen oder kulinarische Vorlieben zur türkischen Küche. Türkischsprachige Länder sind beliebte Urlaubsziele und daher lohnt es sich, Türkisch für den nächsten Urlaub zu lernen.

Vielleicht möchten Sie sich aber auch mit Freunden auf Türkisch unterhalten oder haben berufliche Kontakte in die Türkei. Denn: In Deutschland selbst leben zwei Millionen Menschen, die Türkisch als eine Muttersprache haben. Um sich mit türkisch sprechenden Menschen bei uns noch besser verständigen zu können, bieten wir seit langem Türkisch Kurse auf den unterschiedlichen Niveaustufen an. Tauchen Sie in Sprache, Kultur und Gesellschaft der Türkei ein und erarbeiten Sie sich schnell gute Sprachkenntnisse!

Unsere vollständige Kursübersicht finden Sie auf [www.asg-bildungsforum.de/tuerkisch](http://www.asg-bildungsforum.de/tuerkisch)

### Türkisch Grundkurs A1.1

#### Einstieg leicht gemacht

#### Für Teilnehmende ohne Vorkenntnisse

Unser Türkisch-Basiskurs eignet sich für Anfängerinnen und Anfänger, die Schritt für Schritt Türkisch lernen möchten. Alltagsdialoge, Basisvokabeln und das Erlernen der Grammatik stehen dabei im Vordergrund.

Dank unserer hochqualifizierten Sprachdozentin (aus der Türkei) und dem Austausch mit Gleichgesinnten macht das Lernen Freude. So gelingt der Einstieg schnell und einfach.

Der Kurs eignet sich auch für Menschen, die bereits türkische Sprachkenntnisse haben, aber die Sprache nochmal von Grund auf lernen möchten.

Lehrbuch: „Kolay gelsin! neu A1 / A2“

Ebru Güler

12 Termine | EUR 145,00

**Mo, ab 26.08.2024** | 17:00 – 18:30 Uhr

**2401323702** | Werdener Straße 4

### Türkisch Grundkurs A1.1

#### Online-Kurs

#### Einstieg leicht gemacht

#### Für Teilnehmende ohne Vorkenntnisse

Ebru Güler

12 Termine | EUR 145,00

**Mi, ab 28.08.2024** | 19:15 – 20:45 Uhr

**2401323704** | Online

## Türkisch Bildungsurlaub

Als BU nach dem AWbG NRW anerkannt

### Türkisch lernen A1

#### Intensivkurs in einer Kleingruppe

Für Teilnehmende ohne Vorkenntnisse, die von Grund auf systematisch Türkisch lernen möchten mit dem Ziel, einfache Alltagsdialoge verstehen und führen zu können. Inhalte: Basiswortschatz und Ausspracheregeln, Einübung von Redemitteln in Alltagssituationen, Grundgrammatik, Führen einfacher Dialoge.

Lehrbuch: „Kolay gelsin! neu A1 / A2“

Esra Coskuncay

5 Termine (30 Ustd.) | EUR 248,00

**Mo–Fr, ab 16.09.2024** | 09:00 – 14:00 Uhr  
2401323972 | Werdener Straße 4

**Mo–Fr, ab 02.12.2024** | 09:00 – 14:00 Uhr  
2401323974 | Werdener Straße 4

## Schülerkurse

### Mathematik – 10. Klasse

#### In den Sommerferien

Schulische Unterrichtsinhalte werden nach Absprache mit den Schülerinnen und Schülern aufgefrischt.

Dr. Markus Dreist

5 Termine | EUR 182,00

**Mo–Fr, ab 12.08.2024** | 10:00 – 13:00 Uhr  
2401920024 | Werdener Straße 4

### Englisch – 10. Klasse

#### In den Sommerferien

#### Grammatik und Konversation

Schulische Unterrichtsinhalte sowie Grammatik werden nach Absprache mit den Schülerinnen und Schülern aufgefrischt, Sprachhemmungen werden abgebaut und Konversation wird geübt. Der Dozent ist Muttersprachler und kommt aus Irland.

5 Termine | EUR 182,00

**Mo–Fr, ab 12.08.2024** | 10:00 – 13:00 Uhr  
2401920018 | Werdener Straße 4

### Französisch – 10. Klasse

#### In den Sommerferien

#### Grammatik und Konversation

Schulische Unterrichtsinhalte sowie Grammatik werden nach Absprache mit den Schülerinnen und Schülern aufgefrischt, Sprachhemmungen werden abgebaut und Konversation wird geübt. Der Dozent ist Muttersprachler und kommt aus Frankreich.

Philippe Bony

5 Termine | EUR 182,00

**Mo–Fr, ab 12.08.2024** | 10:00 – 13:00 Uhr  
2401920022 | Werdener Straße 4

### Latein – Keine Klassenstufen

#### In den Sommerferien

Schulische Unterrichtsinhalte werden nach Absprache mit den Schülerinnen und Schülern aufgefrischt, Sprachhemmungen werden abgebaut.

Daniela Aprea

5 Termine | EUR 182,00

**Mo–Fr, ab 12.08.2024** | 10:00 – 13:00 Uhr  
2401920020 | Werdener Straße 4

### Englisch – 5. Klasse

Grundlegende Sprachkenntnisse im Englischen werden erlernt, spielerisch vertieft und Sprachhemmungen werden abgebaut werden nach Absprache mit den Schülerinnen und Schülern eingeführt. Der Dozent ist Muttersprachler und kommt aus Irland.

10 Termine | EUR 110,00

**Sa, ab 24.08.2024** | 11:35 – 12:35 Uhr  
2401920017 | Gerresheimer Straße 90

### Englisch – 12. Klasse

#### Grammatik und Konversation für die Oberstufe

Schulische Unterrichtsinhalte sowie Grammatik werden nach Absprache mit den Schülerinnen und Schülern aufgefrischt, Sprachhemmungen werden abgebaut und Konversation wird geübt. Der Dozent ist Muttersprachler und kommt aus Irland.

10 Termine | EUR 182,00

**Sa, ab 24.08.2024** | 10:00 – 11:30 Uhr  
2401920014 | Gerresheimer Straße 90

## Sprachcafés

### Sprachcafé im Rather Familienzentrum®

Alle Eltern sind eingeladen, in ungezwungener Atmosphäre miteinander zu sprechen und über „Alltägliches“ in den Austausch zu kommen.

Sprachbarrieren sollen überwunden werden. Vokabel und Grammatikhilfen werden gegeben. Der Einstieg ist jederzeit möglich.

Barbara Koßler

14 Termine | gebührenfrei

**Mo, ab 26.08.2024** | 15:00 – 16:30 Uhr  
2402613066 | Rather Kreuzweg 43

### Sprachcafé online via Zoom

Lebendiger Austausch via Zoom zu allen Fragen des täglichen Lebens mit Kindern in Deutschland. Gleichzeitig richtet sich das Angebot an Eltern, die ihre Sprache, Vokabeln und Ausdruck verbessern wollen. Der Einstieg ist jederzeit möglich.

Elke Dellmuth

20 Termine | gebührenfrei

**Mi, ab 07.08.2024** | 15:00 – 16:30 Uhr  
2402613071 | Online

Entdecken Sie  
noch mehr Kurse  
auf unserer  
Homepage!

asg-bildungsforum.de

Coding für  
Kids  
auf Seite 7

## Integrationskurse BAMF

Diese Maßnahmen werden durch das Bundesamt für Migration und Flüchtlinge (BAMF) gefördert.

Ein Integrationskurs besteht aus einem Sprachkurs mit insgesamt 600 Unterrichtsstunden und einem Orientierungskurs mit 100 Unterrichtsstunden.

Im Sprachkurs lernen Sie die deutsche Sprache bis zum Niveau B1. Das bedeutet, Sie können sich im Alltag zurechtfinden und sprachlich selbständig handeln. Der Sprachkurs schließt mit dem „Deutsch-Test für Zuwanderer“ ab.

Im Orientierungskurs erfahren Sie, welche Werte in Deutschland besonders wichtig sind, Sie erhalten Kenntnisse zur Rechtsordnung, Geschichte und Kultur Deutschlands. Der Kurs schließt mit dem Test „Leben in Deutschland“ ab.

Sie müssen vor Beginn des Kurses einen Einstufungstest machen und sich persönlich anmelden.

Alle Niveaustufen starten einmal pro Monat. Den genauen Termin erfahren Sie bei der Anmeldung

### Persönliche Anmeldung

Werdener Straße 4  
40227 Düsseldorf

**Telefon: 0211 1740-1611**

Mo – Mi: 09:00 – 15:00 Uhr  
Do: 09:00 – 17:00 Uhr  
Fr: geschlossen

### Kostenlose Einstufung und Beratung

**Telefon: 0211 1740-1611**

Do: 13:30 – 15:00 Uhr

### Rather Familienzentrum®

Rather Kreuzweg 43  
40472 Düsseldorf

Mo: 15:00 – 16:30 Uhr

## Berufsbezogene Deutschsprachkurse (DeuFöV)

Diese Maßnahmen werden durch das Bundesamt für Migration und Flüchtlinge (BAMF) gefördert.

Wir bieten regelmäßig Berufssprachkurse für die Zielsprachniveaus B2 und C1 an. Sie richten sich ausschließlich an Teilnehmende, die Verpflichtungen / Berechtigungen vom Jobcenter, der Agentur für Arbeit oder des BAMF haben.

In der Regel sind die Kurse für Sie gebührenfrei; im Einzelfall, bei eigenem Einkommen, können Gebühren anfallen. Die B2-Kurse umfassen 400 UE (Unterrichtseinheiten) oder mit Brückenelement 500 UE. C1-Kurse umfassen 400 UE.

Neben der Grammatik lernen Sie vor allem den Wortschatz, der für den Beruf benötigt wird. Die Kurse schließen mit der DTB-B2-Prüfung bzw. DTB-C1-Prüfung ab.

Bücher werden Ihnen zur Verfügung gestellt. B2-Kurse werden sozialpädagogisch begleitet.

Unsere aktuellen Kurse finden Sie unter:  
**[www.asg-bildungsforum.de/deufoev](http://www.asg-bildungsforum.de/deufoev)**

oder im Kursnet unter:  
<https://kursnet-finden.arbeitsagentur.de>

### Persönliche Anmeldung

4 Wochen vor Kursbeginn

**Gerresheimer Straße 90**  
Empfang

### Kostenlose Einstufung und Beratung

Di: 13:30 Uhr  
Letzte Testausgabe: 13:45 Uhr

Für Rückfragen kontaktieren Sie uns gerne telefonisch oder per E-Mail.

Telefon: 0211 1740-174

E-Mail: [deufoev@asg-bildungsforum.de](mailto:deufoev@asg-bildungsforum.de)

## Datenschutzinformationspflichten

Verantwortlicher:  
**ASG Arbeitsgemeinschaft  
 Sozialpädagogik und  
 Gesellschaftsbildung e. V.**

Gerresheimer Straße 90  
 40233 Düsseldorf

E-Mail: [info@asg-bildungsforum.de](mailto:info@asg-bildungsforum.de)

### Betrieblicher Datenschutz:

ASG Arbeitsgemeinschaft Sozialpädagogik  
 und Gesellschaftsbildung

Gerresheimer Straße 90  
 40233 Düsseldorf

E-Mail: [datenschutz@asg-bildungsforum.de](mailto:datenschutz@asg-bildungsforum.de)

### Datenkategorien:

Im Rahmen des Anmeldeprozesses können Ihre Stammdaten (Vor-/Nachname, Anschrift, Kontaktdaten) abgefragt werden. Zusätzlich können vor und während der Veranstaltung weitere Daten wie z. B. Ihr Geburtsdatum und Titel, Ihr Beruf, Foto-, Ton und Videoaufnahmen von Ihnen verarbeitet werden.

Die Abfrage Ihrer personenbezogenen Daten kann abhängig vom Veranstaltungsformat variieren und wird durch entsprechende Pflicht- und optionale Angaben im Anmeldeverfahren kenntlich gemacht.

### Zwecke und Rechtsgrundlage der Datenverarbeitung:

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

- zur Durchführung eines Vertrags bzw. Vorvertrags gem. § 6 Abs. 1 c) KDG,
- zur Wahrung der berechtigten Interessen des Verantwortlichen oder eines Dritten gem. § 6 Abs. 1 g) KDG, um die jeweilige Veranstaltung organisieren und durchführen zu können und
- zur Erfüllung einer rechtlichen Verpflichtung gem. § 6 Abs. 1 d) KDG, um unsere rechtlichen Pflichten insbesondere im Bereich des Handels-, Steuer- und Zuwendungsrechts erfüllen zu können.

• Soweit Sie uns eine Einwilligung zur Verarbeitung von personenbezogenen Daten für bestimmte Zwecke (z. B. Newsletter) oder Hinweise zu Publikationen sowie Einladungen zu unseren Veranstaltungen, zur Aufnahmen, Verarbeitung, Veröffentlichung von Foto-, Ton- und Videoaufnahmen von Ihnen oder weiterer Zwecke erteilt haben, ist die Rechtmäßigkeit dieser Verarbeitung auf Basis Ihrer Einwilligung gegeben.

• Eine Verarbeitung Ihrer Daten erfolgt auch zur Geltendmachung, Ausübung oder Verteidigung von Rechtsansprüchen oder um die Sicherheit unserer Gebäude zu gewährleisten (z. B. durch Zugangskontrollen), aber auch zur internen Kommunikation und zu sonstigen Verwaltungszwecken.

Darüber hinaus schreiben wir Sie ggf. nach Teilnahme an unserer Veranstaltung per E-Mail an und bitten um Ihr Feedback. Dieses werten wir anonym aus, um unsere Veranstaltungen qualitativ und organisatorisch zu verbessern.

Die im Anmeldeverfahren abgefragten Daten werden zur Durchführung vorvertraglicher Maßnahmen und zur Vertragserfüllung verwendet.

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

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

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

### Weitergabe an Dritte:

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

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

### Geplante

#### Datenübermittlung an Drittstaaten:

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

### Aufbewahrungsfristen / Regelfristen für die Löschung der Daten:

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

### Automatisierte

#### Entscheidungsfindung oder Profiling:

Wir führen keine automatisierte Entscheidungsfindung oder Profiling durch.

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

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

### Widerrufsrecht bei Einwilligung, § 8 Abs. 6 KDG:

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

### Recht zur Beschwerde

#### bei einer Aufsichtsbehörde:

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

Katholisches Datenschutzzentrum (KDSZ) – Körperschaft des öffentlichen Rechts, Brackeler Hellweg 144, 44291 Dortmund

Telefon: 0231 138985-0,

E-Mail: [info@kdsz.de](mailto:info@kdsz.de)

[www.katholisches-datenschutzzentrum.de](http://www.katholisches-datenschutzzentrum.de)

**Weitergehende Informationen zum Datenschutz finden Sie im Internet unter [www.asg-bildungsforum.de](http://www.asg-bildungsforum.de) im Bereich Datenschutzerklärung**

## AGB

### ASG Arbeitsgemeinschaft Sozialpädagogik und Gesellschaftsbildung e. V.

Gerresheimer Straße 90  
40233 Düsseldorf

Stand: 1. Dezember 2021

#### Geltungsbereich:

Die folgenden Allgemeinen Geschäftsbedingungen regeln das Verhältnis zwischen Teilnehmenden an Veranstaltungen und der Bildungseinrichtung. Abweichende Allgemeine Geschäfts- oder Veranstaltungsbedingungen haben keine Gültigkeit.

#### Anmeldung:

Die Anmeldung zu den Veranstaltungen muss schriftlich unter Angabe des vollen Namens, der Anschrift und Telefonnummer erfolgen. Bitte nutzen Sie die Online-Anmeldung oder die bei uns erhältlichen Anmeldeformulare.

Die Anmeldung für eine Veranstaltung ist verbindlich und verpflichtet zur Zahlung des festgesetzten Teilnahmeentgeltes, auch für durch Sie angemeldete andere Personen. Sie erhalten von uns eine Anmeldebestätigung und werden benachrichtigt, falls eine Veranstaltung belegt ist oder ausfällt.

#### Anmeldung für Veranstaltungen mit Kooperationspartnern:

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

#### Online-Anmeldung:

Die Darstellung der Veranstaltungen auf den Internetseiten der Einrichtungen in Verbindung mit der Online-Anmeldung stellt kein rechtlich bindendes Angebot, sondern einen unverbindlichen Online-Katalog dar. Durch Anklicken des Buttons „kostenpflichtige Bestellung“ geben Sie eine verbindliche Bestellung der auf dem Bestellformular aufgeführten Veranstaltung ab.

Die Bestätigung des Zugangs Ihrer Bestellung erfolgt durch automatisierte E-Mail unmittelbar nach dem Absenden der Bestellung und stellt noch keine Vertragsannahme dar. Wir können Ihre Bestellung durch Versand einer separaten Anmeldebestätigung per E-Mail innerhalb von fünf Tagen annehmen.

#### Zahlungsweise:

Die Zahlung erfolgt durch SEPA-Lastschriftinzug.

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

#### SEPA-Lastschriftinzug:

Das Lastschriftinzugsverfahren wird mit der Gläubiger-Identifikationsnummer DE49ZZZ00000559844 durchgeführt und ist für Sie sicher und bequem. Die Vorteile für Sie sind:

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

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

#### Banküberweisung:

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

#### Ratenzahlung:

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

#### Widerrufsrecht:

Sie haben ein zweiwöchiges Widerrufsrecht. Sie können Ihre Vertragserklärung innerhalb von 14 Tagen ohne Angabe von Gründen in Textform (z. B. Brief, Fax, E-Mail) widerrufen.

Die Frist beginnt nach Erhalt dieser Belehrung in Textform, jedoch nicht vor Vertragsschluss und auch nicht vor Erfüllung unserer Informationspflichten gemäß Artikel 246 § 2 in Verbindung mit § 1 Absatz 1 und 2 EGBGB sowie unserer Pflichten gemäß § 312g Absatz 1 Satz 1 BGB in Verbindung mit Artikel 246 § 3 EGBGB. Zur Wahrung der Widerrufsfrist genügt die rechtzeitige Absendung des Widerrufs.

#### Widerrufsfolgen:

Im Falle eines wirksamen Widerrufs sind die beiderseits empfangenen Leistungen zurück zu gewähren und ggf. gezogene Nutzungen (z. B. Zinsen) herauszugeben. Können Sie uns die empfangene Leistung sowie Nutzungen (z. B. Gebrauchsvorteile) nicht oder teilweise nicht oder nur in verschlechtertem Zustand zurückgewähren beziehungsweise herausgeben, müssen Sie uns insoweit Wertersatz leisten.

Dies kann dazu führen, dass Sie die vertraglichen Zahlungsverpflichtungen für den Zeitraum bis zum Widerruf gleichwohl erfüllen müssen. Verpflichtungen zur Erstattung von Zahlungen müssen innerhalb von 30 Tagen erfüllt werden. Die Frist beginnt für Sie mit der Absendung Ihrer Widerrufserklärung, für uns mit deren Empfang.

#### Besondere Hinweise:

Ihr Widerrufsrecht erlischt vorzeitig, wenn der Vertrag von beiden Seiten auf Ihren ausdrücklichen Wunsch vollständig erfüllt ist, bevor Sie Ihr Widerrufsrecht ausgeübt haben.

#### Mahnverfahren:

Bei Zahlungsverzug berechnen wir nach einer ersten kostenfreien Zahlungserinnerung für die erste Mahnung 3,00 Euro und für eine weitere Mahnung 6,00 Euro.

#### Erstattung:

Kommen Veranstaltungen nicht zustande, werden bereits geleistete Zahlungen erstattet.

#### Kursrücktritt / -abmeldung:

Abmeldungen müssen schriftlich erfolgen.

Unabhängig vom gesetzlichen Widerrufsrecht gewähren wir eine Rücktrittsfrist von 14 Tagen vor Veranstaltungsbeginn. Bei einer späteren Abmeldung bzw. bei Nichterscheinen oder vorzeitigem Beenden der Teilnahme ist die volle Teilnehmergebühr zu zahlen.

Maßgebend ist in allen Fällen das Eingangsdatum der Abmeldung bei der Bildungseinrichtung. Für Veranstaltungen mit Übernachtung und Verpflegung gelten abweichende Rücktrittsfristen.

#### Ermäßigungen / Erstattungen:

Die Teilnehmergebühren sind für die Teilnehmenden sehr kostengünstig kalkuliert. Aus diesem Grund gibt es auch nur in einzelnen Programmbereichen bzw. für einzelne Zielgruppen die Möglichkeit einer Gebührenermäßigung. Bitte informieren Sie sich über mögliche Ermäßigungsgründe und einzureichende Nachweise bei der Bildungseinrichtung. Sie müssen bis zum ersten Kurstag bei der Bildungseinrichtung beantragt werden. Später eingehende Anträge können nicht mehr berücksichtigt werden.

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

#### Teilnahmeentgelte:

Jede Veranstaltung ist mit dem fälligen Teilnahmeentgelt ausgezeichnet. Eine Unterrichtsstunde (Ustd.) umfasst 45 Minuten. Eine Zeitstunde (Zstd.) umfasst 60 Minuten. In Einzelfällen sind zusätzliche Mehrkosten und Umlagen in der Kursbeschreibung ausgewiesen. Solche Sachkosten sind von der Ermäßigungsmöglichkeit ausgeschlossen. Sie werden mit den Teilnehmergebühren fällig.

#### Wechsel der Kursleitung:

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

#### Terminänderung:

Die Bildungseinrichtung behält sich Terminänderungen vor.

#### Mindestteilnehmerzahl:

Veranstaltungen werden in der Regel ab 10 Personen durchgeführt.

**Mindestalter der Teilnehmenden:**

Das ASG-Bildungsforum ist eine Bildungseinrichtung für Erwachsenen- und Familienbildung. Erwachsene im Sinne des Weiterbildungsgesetzes sind Teilnehmende ab 16 Jahren. Das Mindestalter zur Teilnahme an den Veranstaltungen beträgt daher 16 Jahre.

Die Teilnahme von Kindern ist in Begleitung Erwachsener möglich. Bei entsprechend ausgewiesenen Veranstaltungen (z. B. Schülerkurse) können Minderjährige durch Anmeldung der Erziehungsberechtigten teilnehmen.

**Haftung und Datenschutz:**

Die Bildungseinrichtung übernimmt keine Haftung bei Beschädigungen, Unglücksfällen, Verlusten, Verspätungen oder sonstigen Unregelmäßigkeiten. Ihre persönlichen Daten werden unter Beachtung der geltenden Datenschutzbestimmungen elektronisch gespeichert. Eine Weitergabe der Daten an Dritte findet nicht statt. Dies gilt für alle bei der Anmeldung aufgenommenen Daten sowie für eventuell erfasste Daten im Zusammenhang mit Befragungen. Die Einzelheiten entnehmen Sie bitte unserer Datenschutzerklärung.

**Aufnahme von Wort-, Bild- und Tonbeiträgen:**

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

**Digitale Kursangebote:**

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

**Fundsachen:**

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

**Impressum**

**ASG-Bildungsforum**  
**Gerresheimer Straße 90**  
 40233 Düsseldorf

**Vorstand**

Dr. Samuel Olbermann  
 Vorstandsvorsitzender

Petra Budde  
 Vorständin

**Auflage des Programmhefts:**  
 10.000

**Druck:**  
 parzeller print & media GmbH & Co. KG

**Gestaltung / Layout:**  
 Philipp Steuerwald

**Bildthema:**  
 Philipp Steuerwald

**Erscheinungsdatum:**  
 Juli 2024

**Kurszugehörigkeit:**  
 2401 = ASG-Bildungswerk  
 2402 = ASG-Familienbildungsstätte

Zertifiziert nach DIN EN ISO 9001



Entdecken Sie  
 noch mehr Kurse  
 auf unserer  
 Homepage!

[asg-bildungsforum.de](http://asg-bildungsforum.de)