



Bildungsprogramm 2025

*Familienalltag
gestalten -
Wir sind dabei!*

Familienbildungswerk



Arbeiterwohlfahrt
Düsseldorf
Familienglobus gGmbH



Wir für Düsseldorf

In ihren rund 160 Einrichtungen bietet die AWO Düsseldorf vielfältige Möglichkeiten, sich sozial zu engagieren:

- als Alltagsbegleitung für Menschen mit Migrationsgeschichte
- als Sprachpartner*in für Migrant*innen beim Erlernen der deutschen Sprache
- als Besucher*in in Senior*inneneinrichtungen
- als Ratgeber*in und Freizeitbegleitung von Kindern und Jugendlichen.



Werden Sie aktiv!
**Die Initiative Ehrenamt der AWO
Düsseldorf berät Sie gern!**



Arbeiterwohlfahrt
Düsseldorf e.V.

„Initiative Ehrenamt“

Liststr. 2, 40470 Düsseldorf, Tel.: 0211 60025-172

ehrenamt@awo-duesseldorf.de, www.awo-duesseldorf.de



A WONDERFUL JOB



www.awo-duesseldorf.de



Wir l(i)eben Vielfalt!

Bewirb Dich jetzt!



Arbeiterwohlfahrt
Düsseldorf e.V.



*Liebe Familien, liebe Freund*innen des Familienbildungswerks,*

was motiviert uns als Team des AWO-Familienbildungswerks, Ihnen Jahr für Jahr ein neues Programm zu präsentieren?

Es ist unser Bestreben und unsere Hoffnung, mit unserer Arbeit für ein gutes Miteinander zu sorgen – über soziale, kulturelle und religiöse Grenzen hinweg.

In einer Zeit, in der das Familienleben vielfältiger und oft auch herausfordernder geworden ist, möchten wir Sie mit unserem AWO-Familienbildungsprogramm begleiten und unterstützen.

Unsere Angebote richten sich an alle Generationen – von jungen Familien/Eltern bis hin zu Großeltern – und sollen Sie dabei unterstützen, den Alltag in Ihrer Familie mit mehr Leichtigkeit und Freude zu gestalten.

Familienbildung bedeutet, gemeinsam zu wachsen, neue Wege zu entdecken und sich gegenseitig zu stärken. Ob es um Erziehungsfragen geht, den Austausch mit Anderen oder den bewussten Umgang mit den eigenen Ressourcen – wir bieten Ihnen die Möglichkeit, sich in einem geschützten Rahmen



weiterzubilden und wertvolle Impulse für Ihren persönlichen und familiären Alltag mitzunehmen.

Wir freuen uns darauf, Sie in unseren Kursen, Workshops, Elterncafés und -abenden, Bildungsveranstaltungen in Präsenz und online zu begrüßen und sind gespannt darauf, Sie auf Ihrem Weg zu begleiten. Neue Angebote ergeben sich oftmals aus Nachfragen: Sie können uns gern ansprechen.

Lassen Sie uns gemeinsam daran arbeiten, das Miteinander in der Familie zu bereichern und Sie dabei zu unterstützen, auch in turbulenten Zeiten ein starkes Fundament für ihre Familie zu bewahren. Denn Ihre Zeit ist wertvoll – und die Zeit mit der Familie ist „Quality-Time“.

Wir danken allen, die dieses Programm ermöglicht haben. Weitere Informationen und aktuelle Kursangebote finden Sie auch bei einem Besuch auf Instagram, Facebook oder unter www.awo-duesseldorf.de/awo-kurse.

i. A. Mark Schimmelpfennig
Hauptabteilungsleitung
AWO Familienglobus gGmbH

i. A. Julia Sadlo
Leitung
AWO-Familienbildungswerk

Inhalt

Standorte in Düsseldorf	5
Teilnahmebedingungen	6



Eltern sein

10

Elternkompetenzkurse	12
Ausgewählte Themen für Eltern rund um die Erziehung	13
Online-Kurse	21
Angebote für Alleinerziehende	25
Angebote der Fachstelle Regenbogenfamilien	26



Angebote für Eltern und Kinder 32

Angebote für Eltern mit Babys	34
Elternstart NRW-Kurse	34
Elternstart NRW Offener Treff	35
PEKIP	36
Krabbelgruppen	37
Angebote für Eltern mit Kleinkindern, Vorschul- und Grundschulkindern	38
Offene Treffs	38
Spielgruppen für Eltern und Kinder von 6 Monaten bis 3 Jahren	40
Zweitagesgruppen für Eltern mit Kindern	44
Inklusive Gruppen für Familien mit behinderten und nicht behinderten Kindern	46
Interkulturelle und bilinguale Gruppen	47
Musik, Tanz und Kreatives für Eltern und Kinder	49
Bewegung, Rhythmik und Entspannung für Eltern und Kinder	52
Spiel- und Mitmachaktionen für Eltern und Kinder von 2 bis 6 Jahren	54
Angebote für Vorschul- und Grundschulkindern	59
Vater-Kind-Aktionen	61
Schwimmen für Eltern und Kinder	62
Eltern-Kind-Schwimmen	62
Lehrschwimmen	68



Qualifizierung & Fortbildung 74

Angebote zur Kindertagespflege	76
Qualifizierung zur Tagespflege mit Zertifikatsabschluss	76
Fortbildungen für qualifizierte Kindertagespflegepersonen (KTPP)	78
Babysittingkurse	83
Kursleiter*innenfortbildungen	84



Bildungszeit

88

Hinweise für Teilnehmer*innen	90
Eltern-Kind-Veranstaltungen	92
Bildungsurlaube nach AWBG NRW	95
Sonstige Veranstaltungen	96



Kultur, Sprache & Kreativität

98

Sprachen	100
Spanisch	100
Englisch	101
Kreative Angebote Nähen	102



Aktiv & gesund

104

Fitness- und Gymnastikkurse	106
Fitness- und Tanzkurse	106
Gymnastikkurse	109
Kurse für Schwangere und Mütter	111
Yoga und Selbstfürsorge	113
Kurse im Wasser	117
Wassergymnastik	117
Aquafitness	119
Angebote nur für Frauen	120
Gymnastik	121
Lehrschwimmen	122
Wassergymnastik	123



Leben im Stadtteil

126

Bilk	128
Derendorf	129
Eller	130
Holthausen	131
Wersten	132



Integration und Deutschkurse

136

Integrationskurse	136
Allgemeine Integrationskurse	136
Elternintegrationskurse mit Kinderbetreuung	137
Alphabetisierungskurse mit Kinderbetreuung	141
Orientierungskurse	144
Berufssprachkurse (gem. § 45a AufenthG)	145
Weitere Sprachangebote	146
Frauenkurse	147

Standorte in Düsseldorf

AWO Familienbildungswerk

40470 Düsseldorf

Liststr. 2

☎ 6 00 25 - 1 10

☎ 6 00 25 - 0 77

fbw@awo-duesseldorf.de

Haltestelle D-Derendorf S

Straßenbahnen: 701

Busse: 733, 752, 754, 756,
758, SB 55

S-Bahnen: S 1, S 6, S 11

AWO Familientreff Bilk

40223 Düsseldorf

Aachener Str. 9

☎ 6 00 25 - 4 22

☎ 6 00 25 - 4 23

ft.bilk@awo-duesseldorf.de

Haltestelle D-Bilk S

U-Bahnen: U71, U72, U73,
U83

Busse: 835, 836, SB 56

S-Bahnen: S 8, S 11, S 28

AWO Familientreff Eller

40229 Düsseldorf

Schloßallee 12 c

☎ 6 00 25 - 2 11

☎ 6 00 25 - 2 10

ft.eller@awo-duesseldorf.de

Haltestelle Vennhauser Allee

U- & Straßenbahnen: U 75,
705

Busse: 722, 730, 731, 732,
735

S-Bahnen: S 1, S 6, S 11

AWO Familientreff Holthausen

40589 Düsseldorf

Geeststr. 99

☎ 6 00 25 - 5 34

familientreff.holthausen@awo-
duesseldorf.de

Haltestelle Kaldenberger
Straße

Busse: 835, 789

Haltestelle Holthausen

Busse: 835, 789, M3

U-Bahnen: U71, U74, U77,
U83

AWO Aktiv- und Stadtteiltreff Wersten

40591 Düsseldorf

Immigrather Str. 45

☎ 6 00 25 - 4 35

aktivtreff.wersten@awo-
duesseldorf.de

Haltestelle Elbruchstraße

U-Bahnen: U71, U74, U77,
U83

Haltestelle Pattscheider Straße

Busse: 731, 735

Stadtteiltreff »Michaelshaus«

40231 Düsseldorf

Gatherweg 57

☎ 0162 6 48 10 01

Haltestelle Schlesische
Straße

U- & Straßenbahnen: U75, 705

Busse: 721, 722, 724

Teilnahmebedingungen

Kursorte und Anmeldestellen

Unsere Bildungsarbeit ist dezentral organisiert. Sie wird in eigenen Räumen in Derendorf, in AWO Familientreffs, Familienzentren sowie in angemieteten Räumen in vielen Düsseldorfer Stadtteilen durchgeführt.

Die telefonische Beratung und Anmeldung erfolgt über die jeweils angegebenen Telefonnummern. Die Außenstellenleiter*innen arbeiten ehrenamtlich für das Familienbildungswerk. Sie sind deshalb telefonisch nicht jederzeit erreichbar. Ein zweiter Anruf führt in der Regel zum Kontakt.

Anmeldung, Reservierung und Zahlungsmodalitäten

Bitte beachten Sie, dass eine Online-Anmeldung erst einmal nur eine unverbindliche Platzreservierung darstellt. Nachdem Ihre Anmeldung durch uns verarbeitet wurde, erhalten Sie dazu noch eine gesonderte Anmeldebestätigung per E-Mail. Bei Online-Anmeldungen können wir leider keine Platzgarantie geben. Ist im gebuchten Kurs kein Platz mehr frei, werden Sie auf der Warteliste eingetragen und bei Freiwerden eines Platzes verständigt.

Die Anmeldung ist erst dann verbindlich und berechtigt zur Teilnahme an der gebuchten Bildungsveranstaltung, wenn die Teilnahmegebühr in voller Höhe spätestens 7 Tage vor Veranstaltungsbeginn – bei den Qualifizierungsangeboten zur Kindertagespflege 14 Tage und bei den Bildungsveranstaltungen außerhalb Düsseldorfs 30 Tage vorher – bar oder per Girocard bezahlt worden ist, oder Sie uns ein SEPA-Lastschriftmandat zum Einzug der Teilnahmegebühr von Ihrem Konto erteilen.

Zur Erteilung eines SEPA-Lastschriftmandats schicken wir Ihnen gerne einen Vordruck zu. Sie werden spätestens zehn Tage vor einem Einzug schriftlich darüber informiert. Für Lastschrifteinzüge, die wegen fehlerhafter Kontoangaben, fehlender Deckung des Kontos trotz rechtzeitiger Vorabinformation durch uns oder wegen eines unrechtmäßigen Widerspruchs nicht eingelöst werden können, berechnen die Banken Gebühren, die vom Zahlungspflichtigen, welche*r das SEPA-Lastschriftmandat erteilt hat, zusätzlich zu tragen sind. Bei Anmeldung per Weitermeldeliste melden Sie sich mit Ihrer Unterschrift verbindlich zu einer Veranstaltung an.

Rücktritt von der Anmeldung und Erstattung von Teilnahmegebühren

Wenn Sie von der Anmeldung zurücktreten wollen, ist dies durch persönliche Vorsprache, mündlich per Telefon oder schriftlich per Brief, Fax oder E-Mail möglich.

Wir gewähren dabei eine Rücktrittsfrist von vier Wochen vor Veranstaltungsbeginn. Bei einem späteren Rücktritt bis sieben Tage vor Beginn der Veranstaltung wird eine

Verwaltungspauschale von 20,- € einbehalten. Bei Absagen, die weniger als sieben Tage vor Veranstaltungsbeginn erfolgen, bzw. bei Nichterscheinen oder vorzeitigem Beenden der Teilnahme ist die volle Teilnahmegebühr zu entrichten.

Die Erstattung von Teilnahmegebühren ist nur in diesen Fällen möglich:

- Vollständig, wenn die Bildungsveranstaltung nicht wie angekündigt stattfindet.
- Anteilsmäßig, wenn sie nicht im geplanten Umfang durchgeführt werden kann.
- Bei Rücktritt bis 7 Tage vor Beginn der Veranstaltung abzüglich einer Verwaltungspauschale von 20,- €.

Beachten Sie bitte auch die besonderen Teilnahmebedingungen für unsere mehrtägigen Bildungsveranstaltungen außerhalb Düsseldorfs und Bildungsurlaube auf Seite 90.

Gebührenermäßigung

Alleinerziehende, Familien mit drei und mehr Kindern, Familien mit behinderten Kindern, Arbeitslose und Bezieher*innen von Bürgergeld erhalten bei wirtschaftlicher Bedürftigkeit gegen Vorlage des entsprechenden Nachweises eine Gebührenermäßigung von maximal 30 Prozent. Der Nachweis muss vor Beginn der Veranstaltung vorliegen. Weitergehende Ermäßigungen sind nicht möglich.

Darüber hinaus finden Sie zahlreiche Angebote mit besonders niedrig kalkulierten Gebühren, die nicht weiter ermäßigt werden können.

Bitte sprechen Sie uns an, wenn Sie auch mit einer 30-prozentigen Ermäßigung und nach einer teilweisen Kostenübernahme durch das Sozialamt die verbleibenden Teilnahmegebühren nicht aufbringen können.

Zum Zeitpunkt der Programmerstellung lagen die Sparpläne des Landes NRW noch nicht vor. Wenn die finanziellen Mittel im Verlauf des Jahres 2025 erschöpft sind, ist weitere finanzielle Unterstützung nicht mehr möglich.

Zuschuss zu den Kursgebühren durch das Jobcenter

Mit den Leistungen des »Bildungs- und Teilhabepaket« werden Kinder und Jugendliche aus Familien mit geringen Einkommen gefördert. Bitte klären Sie in Ihrem Jobcenter oder mit der Verwaltung Ihrer Kommune, ob die Teilnahme an unseren Eltern-Kind- und Kinderkursen im Rahmen der Teilhabe am sozialen und kulturellen Leben mit max. 15,- € pro Monat und Kind bezuschusst werden kann.

Arbeitnehmerweiterbildungsgesetz (AWbG)

Nach dem nordrhein-westfälischen »Arbeitnehmerweiterbildungsgesetz (AWbG)« haben Sie einen Anspruch auf Freistellung von der Arbeit zum Zwecke der beruflichen und politischen

Weiterbildung unter Fortzahlung des Gehaltes. In diesem Veranstaltungsprogramm finden Sie einige Kurse, für die Sie sich nach dem AWbG freistellen lassen können. Diese Veranstaltungen finden Sie im Fachbereich »Bildungszeit« ab Seite 112.

Termine

Der überwiegende Teil unserer Veranstaltungen findet in drei Kursabschnitten (Tertialen) statt. Die jeweils ersten möglichen Beginndaten sind:

Für das 1. Tertial: 06.01.2025 = N in der Kursnummer

Für das 2. Tertial: 28.04.2025 = O in der Kursnummer

Für das 3. Tertial: 01.09.2025 = P in der Kursnummer

In der Regel finden während der Schulferien keine Kursveranstaltungen statt.

Ferientermine 2025

Weihnachtsferien 2024/25: bis 06.01.2025

Osterferien: 14.04. - 26.04.2025

Pfingsten: 10.06.2025

Sommerferien: 14.07. - 26.08.2025

Herbstferien: 13.10. - 25.10.2025

Weihnachtsferien 2025/26: 22.12.25 - 06.01.2026

Haftung

Für Verluste oder Schäden jedweder Art übernimmt das AWO Familienbildungswerk keine Haftung. Bei Fahrten und Besichtigungen tritt das AWO Familienbildungswerk nur als Vermittler auf und haftet für keinerlei Schäden.

Änderungen

Termine, Veranstaltungen, Kursleitungen und Teilnahmegebühren können sich im Laufe des Jahres ändern. Aktuelle Hinweise erhalten Sie bei unseren Anmeldestellen, in separaten Stadtteilprogrammen, in der Tagespresse und auf unserer Webseite.

Datenschutz

Ihre persönlichen Daten werden ausschließlich zu Zwecken der Kursverwaltung im AWO Familienbildungswerk digital gespeichert und ohne Rechtsgrundlage oder Ihre Einwilligung nicht an Dritte übermittelt. Weitere Informationen finden Sie in unserer Datenschutzerklärung, die Sie unter www.awo-duesseldorf.de/datenschutz abrufen können. Bei Fragen zum Datenschutz können Sie sich an unseren Datenschutzbeauftragten unter datenschutz@awo-duesseldorf.de wenden.



Werden Sie Kursleiter*in

für Eltern-Kind-Kurse

**Das AWO Familienbildungswerk sucht für die
Leitung von**

- Spielgruppen
- Krabbelgruppen
- PEKiP®-Kursen
- Bewegungsangeboten für Eltern und Kinder u. a.

motivierte Mitarbeiter*innen auf Honorar-Basis mit
Erfahrung in der Eltern-Kind-Gruppenarbeit.

Eine pädagogische Ausbildung, ein Übungsleiter*innenschein
oder ähnliche Qualifikationen wären wünschenswert.

Wir bieten

- kollegiale Arbeitsatmosphäre
- Fortbildungsmöglichkeiten
- langfristige Verdienstaussichten

Bei Interesse melden Sie sich bitte bei:

AWO Familienbildungswerk

Liststr. 2, 40470 Düsseldorf, Tel.: 0211 60025-109

familienbildungswerk@awo-duesseldorf.de

Eltern sein

Kinder zu erziehen ist eine schöne
und große Herausforderung!





Kinder zu erziehen ist eine schöne und große Herausforderung!
Im Zusammenleben von Erwachsenen und Kindern entstehen viele Fragen:

- Wie wollen wir Kinder erziehen?
- Welche Förderung und Anregungen braucht ein Kind?
- Wie können wir Familie und Beruf vereinbaren?
- Wie bereiten sich Familien auf Kita und Schule vor?
- Wie können Eltern auch einmal Zeit für sich finden?
- Was braucht das Kind, was brauchen wir als Paar?

Mit unseren Kursen und Veranstaltungen möchten wir Eltern dabei unterstützen, Antworten auf diese und andere Fragen rund um die Erziehung und nehmen an praktischen Übungen teil.

Zu unseren Angeboten und Kursen laden wir alle ein, die gemeinsam mit Kindern leben. Familien mit behinderten und nicht behinderten Kindern sind bei uns herzlich willkommen.





Starke Eltern, starke Kinder® – Elterntaining

Erziehung ist Beispiel und Liebe. Trotzdem steht hinter aller Fürsorge und Zuwendung Erziehungsarbeit, die manchmal sehr aufreibend sein kann.

Mit dem Elternkurs »Starke Eltern – starke Kinder« nach dem Konzept des Kinderschutzbundes unterstützen wir Sie dabei, Ihren Familienalltag zu entlasten und das Miteinander zu verbessern. Sie haben Raum für den Austausch mit anderen Eltern, können sich über allgemeine Erziehungsfragen informieren und nehmen an praktischen Übungen teil.

Der Kurs befasst sich mit folgenden Themen:

Was ist wirklich wichtig in der Erziehung?

Wie verhalte ich mich in Problemsituationen richtig?

Welche Wertvorstellungen und Erziehungsziele habe ich?

Kenne ich mich selbst?

Welche Erwartungen habe ich an mein/e Kind/er?

Wie kann ich das Selbstwertgefühl meines/r Kindes/r stärken?

Die Kosten werden vom Familienzentrum übernommen!

Unterrath | AWO Familienzentrum Hokusfokus,

Anmeldung ☎ (02 11) 6 00 25 - 4 59

OZ-1311-06 Mi 14.05. 6x3 Ust. 19.30-21.45 Uhr gebührenfrei



Ausgewählte Themen für Eltern rund um die Erziehung

PRÄSENZ-KURSE

Die folgenden Kurse finden in Präsenz an verschiedenen Standorten im Stadtgebiet statt. Wir kooperieren dort mit den Familienzentren vor Ort. Diese übernehmen in der Regel die Kosten.

Erste-Hilfe-Kurs am Kind und Säugling

Ein verschlucktes Spielzeug oder ein Wespenstich im Mundbereich sind Situationen, die das Leben eines Kindes bedrohen können.

Wenn Kinder in eine Notsituation geraten, sind meistens Erwachsene in der Nähe, die gerne helfen wollen. Leider sind die Helfer*innen oft so verunsichert und befürchten, der*dem kleinen Patient*in durch falsches Handeln mehr zu schaden als zu helfen.

Dieser Kurs ist besonders für Eltern, Großeltern und andere Betreuungspersonen geeignet, um Wissen zu vermitteln, wie man mit solchen Situationen besonnen und richtig umgehen kann. In diesem praxisorientiertem Kurs befassen wir uns mit den häufigsten Notfällen im Säuglings- und Kleinkindalter, lebensrettenden Sofortmaßnahmen und Kinderkrankheiten. Dazu gibt es Tipps zur Sicherheit in den eigenen vier Wänden, so dass es auch schon sinnvoll sein kann, den Kurs bereits in der Schwangerschaft zu absolvieren.

Derendorf | AWO Familienzentrum Pustebume | Liststr. 2

Anmeldung ☎ (02 11) 6 00 25 - 1 07 | Fr. Seresi

AWO Familienzentrum Pustebume in Kooperation mit dem AWO Familienbildungswerk.

NZ-1000-02 Fr 24.01. 1x3 Ust. 15.00-17.15 Uhr gebührenfrei

Rath | AWO Familienzentrum Sonnenhaus | Dortmunder Str. 90

Anmeldung ☎ (02 11) 6 00 25 - 4 55 / - 4 53

AWO Familienzentrum »Sonnenhaus« in Kooperation mit dem AWO Familienbildungswerk.

NZ-1000-06 Fr 14.02. 1x3 Ust, 09.30-11.45 Uhr gebührenfrei

Rath | Städt. Familienzentrum | Scheffelstraße 26

Anmeldung ☎ (02 11) 8 99 30 68 | Frau Plata/Frau Lemm

AWO Familienzentrum »Scheffelstraße« in Kooperation mit dem AWO Familienbildungswerk.

NZ-1001-06 Mi 05.03. 1x3 Ust, 16.00-18.15 Uhr gebührenfrei



Elterncafé: Starke Kinder

Bei einer Tasse Kaffee und Kaltgetränken bieten wir einen offenen Nachmittag an, um die Einrichtung und andere Eltern besser kennenzulernen. Wir bieten die Möglichkeit des Austauschs rund um Fragen zur Familie und Erziehung. Ein Gespräch über Aktuelles aus dem Stadtteil oder »quatschen« in lockerer Runde ist ebenso ausdrücklich erlaubt.

Oberbilk | AWO Familienzentrum Düssel-Biber | Eintrachtstraße 12
Anmeldung ☎ (02 11) 6 00 25- 8 04

AWO Familienzentrum »Düssel-Biber« in Kooperation mit dem AWO Familienbildungswerk.

NZ-1022-03 Do 06.02. 1x3 Ust. 14.15-16.30 Uhr gebührenfrei

Kinder brauchen Wurzeln und Flügel

Frühkindliche Bindung

Eine sichere Bindung zwischen Eltern und Kindern ist eine Schatzkiste für das ganze Leben. Sie ermöglicht uns, erfüllende Beziehungen zu führen, Schwierigkeiten zu meistern und emotional gesund zu bleiben.

Die Natur hat es so eingerichtet, dass Eltern sich an ihre Kinder binden und auch Kinder aktiv die Nähe und Bindung zu ihren Bezugspersonen suchen.

Düsseltal | AWO Familienzentrum Kita Anna-Siemsen | Grafenberger Allee 210
Anmeldung ☎ (02 11) 68 12 55

AWO Familienzentrum »Anna-Siemsen« in Kooperation mit dem AWO Familienbildungswerk.

NZ-1001-02 Mi 12.02. 1x3 Ust. 19.00-21.15 Uhr gebührenfrei

Gelassen durch den Erziehungsalltag

Strategien zur Stressreduktion

Berufstätige Eltern mit (kleinen) Kindern wissen manchmal nicht, wo ihnen der Kopf steht. Viele Aufgaben und Anforderungen sind zu erfüllen und die Zeit ist knapp und manchmal auch die eigene Kraft. Da ist es hilfreich, wenn man gelassen bleiben kann und keine Kraft durch Ärger oder Selbstzweifel verliert.

Diese Veranstaltung gibt Ihnen einen kurzen Einblick, was bei Stress im Gehirn passiert und zeigt Ihnen eine praktische Möglichkeit, wie Sie sich selbst helfen können.

Heerdter | AWO Kita Die Buschmäuse | Am Heerdter Busch 22
Anmeldung ☎ 0211-92 41 44 07

AWO Familienzentrum Die Buschmäuse Kooperation mit dem AWO Familienbildungswerk.

NZ-1001-04 Di 18.03. 1x3 Ust. 14.30-16.45 Uhr gebührenfrei



Was bewirken Strafen? Geht es auch ohne Strafen? Kinder auf Augenhöhe begleiten

Viele Erwachsene glauben, dass Kinder am besten auf das Leben vorbereitet werden, wenn man erzieherischen Druck – und auch Strafen – auf die Kinder ausübt. Dabei fehlt einfach meist das Wissen über die kindliche Entwicklung und darüber, wie schädlich Strafmaßnahmen sind.

In dieser Elternveranstaltung zeigen wir auf, wie Zusammenleben und -lernen mit Kindern ohne Bestrafung gelingt und eine Begleitung auf Augenhöhe möglich ist.

Bilk | AWO Familienzentrum Wawuschels | Aachener Str. 39
Anmeldung ☎ (02 11) 6 00 25 - 4 22

AWO Familienzentrum die Wawuschels in Kooperation mit dem AWO Familienbildungswerk.

NZ-1020-03 Di 25.03. 1x3 Ust 19.30-21.45 Uhr gebührenfrei

Gesunde Familienkost

Unsere Ernährungsgewohnheiten werden maßgeblich in den ersten Lebensjahren vom Elternhaus geprägt und begleiten uns meist ein Leben lang. Doch wie sieht eine optimale Ernährung für die ganze Familie überhaupt aus?

Was Sie tun können, um ein ausgewogenes und gesundes Essverhalten an Ihre Kinder weiterzugeben und wie Sie schwierige Situationen beim Umgang mit Essen meistern – das alles erfahren Sie bei dieser Veranstaltung.

**Lierenfeld | AWO Familienzentrum Sauseschritt |
Königsberger Straße 197**

Anmeldung ☎ (02 11) 33 99 58 59

AWO Familienzentrum »Sauseschritt« in Kooperation mit dem AWO Familienbildungswerk.

NZ-1006-08 Fr 28.03. 1x3 Ust 09.30-11.45 Uhr gebührenfrei



Fragen rund um Doktorspiele

Kindliche Körpererfahrung

Kinder liebevoll in ihrer Entwicklung zu begleiten und zu unterstützen ist die Aufgabe der Eltern.

Dies gilt auch für die Sexualität. Eltern sollten wertschätzend und natürlich mit der Nacktheit und Sexualität des Kindes umgehen. Aufgrund von Unsicherheiten, Scham oder der eigenen Erziehung ist das jedoch nicht immer ganz einfach.

Wie Eltern liebevoll und wertschätzend mit kindlicher Sexualität umgehen können und wieso dies eine wichtige Maßnahme zum Schutz vor sexueller Gewalt ist, soll Thema dieser Veranstaltung sein.

Es wird genügend Raum sein für Fragen, Diskussionen und praktische Tipps.

Lierenfeld | AWO Familienzentrum »Sternschnuppe« | Ronsdorfer Str. 138

Anmeldung ☎ (02 11) 6 00 25 - 4 74

AWO Familienzentrum »Sternschnuppe« in Kooperation mit dem AWO Familienbildungswerk.

NZ-1004-08 Fr 28.03. 1x3 Ust. 09.00-11.15 Uhr gebührenfrei

Rath | AWO Familienzentrum Sonnenhaus | Dortmund Str. 90

Anmeldung ☎ (02 11) 6 00 25 - 4 55 / - 4 53

AWO Familienzentrum »Sonnenhaus« in Kooperation mit dem AWO Familienbildungswerk.

OZ-1003-06 Fr 09.05. 1x3 Ust. 09.30-11.45 Uhr gebührenfrei

Nein! Will nicht! Gelassen durch das Trotzalter

Wenn kleine Kinder ihren Willen entdecken und das »Ich« erwacht, geraten sie oft in Wut und Trotz. Wie Eltern ihre Kinder in dieser schwierigen Lebensphase unterstützen können und welche klaren und überschaubaren Regeln dabei – und auch in anderen Konfliktsituationen – hilfreich sind, wird Thema der Veranstaltung sein.

Rath | AWO Familienzentrum Sonnenhaus | Dortmund Str. 90

Anmeldung ☎ (02 11) 6 00 25 - 4 55 / - 4 53

AWO Familienzentrum »Sonnenhaus« in Kooperation mit dem AWO Familienbildungswerk.

NZ-1002-06 Di 11.03. 1x3 Ust, 15.00-17.15 Uhr gebührenfrei

Unterrath | AWO Familienzentrum Hokuspokus

Anmeldung ☎ (02 11) 6 00 25 - 4 59

AWO Familienzentrum »Hokuspokus« in Kooperation mit dem AWO Familienbildungswerk

OZ-1010-06 Do 08.05.1X3 Ust. 17.00-19.15 Uhr gebührenfrei



Heerdter | AWO Familienzentrum Die Buschmäuse | Am Heerdter Busch 22

Anmeldung ☎ 0211-92 41 44 07

Städt. Familienzentrum Die Buschmäuse in Kooperation mit dem AWO Familienbildungswerk.

PZ-1001-04 Di 09.09. 1x3 Ust. 14.30-16.45 Uhr gebührenfrei

Lierenfeld | AWO Familienzentrum »Sternschnuppe« | Ronsdorfer Str. 138

Anmeldung ☎ (02 11) 6 00 25 - 4 74

AWO Familienzentrum »Sternschnuppe« in Kooperation mit dem AWO Familienbildungswerk.

PZ-1000-08 Fr 07.11. 1x3 Ust. 09.00-11.15 Uhr gebührenfrei

Schulfähigkeit - Fit für die Schule!

Schulfähigkeit, Schulreife – was ist das?

Welche Anforderungen werden an mein Kind gestellt?

Was wird sich im Familienalltag verändern?

Was können Eltern tun, um ihre Kinder neben der Kita bei der Vorbereitung auf die Schule zu unterstützen?

All diese Fragen können Sie an die Kursleitung stellen. Mit Ihnen zusammen findet sie die Antworten.

Wersten | Städt. Familienzentrum Werstener Feld 12

Anmeldung ☎ (02 11) 76 30 34

Städt. Familienzentrum Werstener Feld in Kooperation mit dem AWO Familienbildungswerk.

NZ-1002-09 Do 23.01. 1x3 Ust. 15.30-17.45 Uhr gebührenfrei

Eller | Städt. Familienzentrum | Am Pflanzkamp 28a

Anmeldung ☎ (02 11) 6 00 25 - 2 11

Städt. Familienzentrum Am Pflanzkamp im Verbund mit Büllenkothenweg in Kooperation mit dem AWO Familienbildungswerk.

NZ-1001-08 Fr 31.01. 1x3 Ust. 15.30-17.45 Uhr gebührenfrei

Oberbilk | AWO Familienzentrum Düssel-Biber | Eintrachtstraße 12

Anmeldung ☎ (02 11) 6 00 25- 8 04

AWO Familienzentrum »Düssel-Biber« in Kooperation mit dem AWO Familienbildungswerk.

OZ-1005-03 Fr 09.05. 1x3 Ust. 14.15-16.30 Uhr gebührenfrei

Lierenfeld | AWO Familienzentrum Sauseschritt | Königsberger Straße 197

Anmeldung ☎ (02 11) 33 99 58 59

AWO Familienzentrum »Sauseschritt« in Kooperation mit dem AWO Familienbildungswerk.

OZ-1003-08 Mo 15.09. 1x3 Ust. 15.30-17.45 Uhr gebührenfrei



Rath | Städt. Familienzentrum | Scheffelstraße 26

Anmeldung ☎ (02 11) 8 99 30 68 | Frau Plata/ Frau Lemm

Städt. Familienzentrum Scheffelstraße in Kooperation mit dem AWO Familienbildungswerk.

PZ-1004-06 Do 18.09. 1x3 Ust, 16.00-18.15 Uhr gebührenfrei

Das Kind mit zwei Sprachen

Mehrsprachige Erziehung in der frühen Kindheit

Schon längst ist sprachliche Vielfalt im familiären Umfeld gelebte Realität. Kinder sind sehr früh mit unterschiedlichen Sprachen umgeben und eignen sich ihre Umwelt mit viel Neugierde an. Sinnvoll umgesetzt kann der Zugang zu einer sprachlichen Vielfalt eine positive Entwicklung im Bereich der sprachlichen Kompetenzen mit sich bringen. Bei der zwei- oder mehrsprachigen Erziehung von Kindern ist jedoch einiges zu beachten. In diesem Kursangebot erhalten Sie die Möglichkeit sich mit anderen Interessierten auszutauschen und Empfehlungen zur Unterstützung einer mehrsprachigen Erziehung zu erhalten.

Rath | AWO Familienzentrum Sonnenhaus | Dortmunder Str. 90

Anmeldung ☎ (02 11) 6 00 25 - 4 55 / - 4 53

AWO Familienzentrum »Sonnenhaus« in Kooperation mit dem AWO Familienbildungswerk.

OZ-1001-06 Di 20.05. 1x3 Ust, 15.00-17.15 Uhr gebührenfrei

Lierenfeld | AWO Familienzentrum »Sternschnuppe« |

Ronsdorfer Str. 138

Anmeldung ☎ (02 11) 6 00 25 - 4 74

AWO Familienzentrum »Sternschnuppe« in Kooperation mit dem AWO Familienbildungswerk .

OZ-1000-08 Fr 23.05. 1x3 Ust. 09.00-11.15 Uhr gebührenfrei

Gut und günstig kochen

Alles wird immer teurer, besonders Lebensmittel! Wie soll man es da noch schaffen für seine Familie etwas Gutes und Gesundes auf den Tisch zu bringen?

An diesem Nachmittag werden praktische Tipps gegeben, wie man diese Herausforderung "gut und günstig zu essen" besser bewältigen kann.

Rath | Städt. Familienzentrum | Scheffelstraße 26

Anmeldung ☎ (02 11) 8 99 30 68 | Frau Plata/ Frau Lemm

Städt. Familienzentrum Scheffelstraße in Kooperation mit dem AWO Familienbildungswerk.

OZ-1004-06 Mo 12.05. 1x3 Ust. 16.00-18.15 Uhr gebührenfrei



Eller | Städt. Familienzentrum | Am Hackenbruch 29

Anmeldung ☎ (02 11) 22 68 68

Städt. Familienzentrum Am Hackenbruch in Kooperation mit dem AWO Familienbildungswerk.

OZ-1002-08 Di 13.05. 1x3 Ust. 15.00-17.15 Uhr gebührenfrei

Düsseltal | AWO Familienzentrum Kita Anna-Siemsen |

Grafenberger Allee 210

Anmeldung ☎ (02 11) 68 12 55

AWO Familienzentrum »Anna-Siemsen« in Kooperation mit dem AWO Familienbildungswerk.

PZ-1002-02 Mi 17.09. 1x3 Ust. 19.00-21.15 Uhr gebührenfrei

Kinder lernen Nein sagen

Berichte über vermisste oder misshandelte Kinder erschrecken und ängstigen uns: Die Sorge um das eigene Kind wächst.

Was können Eltern tun, um Kinder besser vor Übergriffen zu schützen?

Wie kann man die Aufmerksamkeit von Kindern schärfen, so dass sie nicht vertrauensvoll oder neugierig mit Fremden mitgehen?

Wie lernen Kinder in bedrohlichen Situationen richtig zu reagieren?

Eller | Städt. Familienzentrum | Am Pflanzkamp 28a

Anmeldung ☎ (02 11) 6 00 25 - 2 11

Städt. Familienzentrum Am Pflanzkamp im Verbund mit Büllenkothenweg in Kooperation mit dem AWO Familienbildungswerk.

PZ-1002-09 Mi 05.11. 1x3 Ust. 15.00-17.15 Uhr gebührenfrei

Du spielst nicht mehr mit, du bist blöd!

Ausgrenzung und Mobbing im Kindergarten

Du spielst nicht mehr mit, du bist blöd! – Das hören Erzieher*innen, aber auch Eltern immer mal wieder von Kindern. Aber wie gehe ich damit um, wenn mein Kind ausgegrenzt wird oder wenn ich mitbekomme, dass mein Kind andere nicht mitspielen lässt?

Mit diesen und anderen Fragen rund um das Thema »Mobbing« wollen wir uns beim Eltern-Nachmittag zusammen mit einer qualifizierten Dozentin beschäftigen.

Rath | Städt. Familienzentrum | Scheffelstraße 26

Anmeldung ☎ (02 11) 8 99 30 68 | Frau Plata/ Frau Lemm

Städt. Familienzentrum Scheffelstraße in Kooperation mit dem AWO Familienbildungswerk.

PZ-1005-06 Do 13.11. 1x3 Ust. 16.00-18.15 Uhr gebührenfrei



Gesprächskreis für Eltern von Kindern mit besonderem Förderbedarf

Das Elterntreffen richtet sich an Eltern von Kindern mit besonderem Förderbedarf. Das Treffen wird von einer erfahrenen Pädagogin moderiert und lässt Platz für den gemeinsamen Austausch und die Klärung von Fragen zum Thema.

**Unterrath | AWO Familienzentrum Hokuspokus,
Anmeldung ☎ (02 11) 6 00 25 - 4 59 | Frau Dittrich**

NZ-1003-06	Di	25.03.	1x2 Ust.	16.30-18.00 Uhr	gebührenfrei
PZ-1001-06	Do	25.09.	1x2 Ust.	16.30-18.00 Uhr	gebührenfrei

Weitere Angebote für Schwangere finden Sie im Fachbereich "Sport und Aktiv" ab Seite 111.



Für unsere Online-Kurse können sich alle interessierten Eltern anmelden, vorausgesetzt sie leben in NRW! Die Teilnahme am Onlinekurs ist sowohl mit Laptop und PC, als auch mit Mobilgeräten möglich. Sie erhalten spätestens am Veranstaltungstag einen Link mit den Zugangsdaten per E-Mail zugeschickt.

Das Kind mit zwei Sprachen

Mehrsprachige Erziehung in der frühen Kindheit

Schon längst ist sprachliche Vielfalt im familiären Umfeld gelebte Realität. Kinder sind sehr früh mit unterschiedlichen Sprachen umgeben und eignen sich ihre Umwelt mit viel Neugierde an. Sinnvoll umgesetzt kann der Zugang zu einer sprachlichen Vielfalt eine positive Entwicklung im Bereich der sprachlichen Kompetenzen mit sich bringen. Bei der zwei- oder mehrsprachigen Erziehung von Kindern ist jedoch einiges zu beachten. In diesem Kursangebot erhalten Sie die Möglichkeit sich mit anderen Interessierten auszutauschen und Empfehlungen zur Unterstützung einer mehrsprachigen Erziehung zu erhalten.

Eller | AWO Familienzentrum »Marie Juchacz« | von-Krüger-Str. 18
Anmeldung ☎ (02 11) 6 00 25 - 4 65

AWO Familienzentrum »Marie Juchacz« in Kooperation mit dem AWO Familienbildungswerk.

NZ-100W-08 Di 21.01. 1x3 Ust. 19.00-21.15 Uhr gebührenfrei

Kinderängste

Vampire unter dem Bett, Monster im Schrank, aber auch die kleinste Spinne – die Liste der Kinderängste ist lang – und manchmal für uns unverständlich. Doch Angst ist unumgänglich und gehört zu unserem Leben – schon im Kindesalter. Angst hat den eigentlichen Sinn uns vor Gefahren zu warnen und erzieht uns zur Vorsicht.

Woher kommen die Kinderängste und was können Eltern tun, wenn ihre Kinder Angst haben?

Düsseltal | AWO Familienzentrum Kita Anna-Siemsen | Grafenberger Allee 210

Anmeldung ☎ (02 11) 68 12 55

AWO Familienzentrum »Anna-Siemsen« in Kooperation mit dem AWO Familienbildungswerk.

NZ-100W-02 Mi 22.01. 1x3 Ust. 19.00-21.15 Uhr gebührenfrei



Bilk | AWO Familienzentrum Wawuschels | Aachener Str. 39

Anmeldung ☎ (02 11) 6 00 25 - 4 22

AWO Familienzentrum »Wawuschels«. in Kooperation mit dem AWO Familienbildungswerk.

PZ-106W-03 Mi 05.11. 1x3 Ust. 19.30-21.45 Uhr gebührenfrei

Nein! Will nicht! Gelassen durch das Trotzalter

Wenn kleine Kinder ihren Willen entdecken und das »Ich« erwacht, geraten sie oft in Wut und Trotz. Wie Eltern ihre Kinder in dieser schwierigen Lebensphase unterstützen können und welche klaren und überschaubaren Regeln dabei – und auch in anderen Konfliktsituationen – hilfreich sind, wird Thema der Veranstaltung sein.

Eller | AWO Familienzentrum »Marie Juchacz« | von-Krüger-Str. 18

Anmeldung ☎ (02 11) 6 00 25 - 4 65

AWO Familienzentrum »Marie Juchacz« in Kooperation mit dem AWO Familienbildungswerk.

NZ-101W-08 Di 11.03. 1x3 Ust. 19.00-21.15 Uhr gebührenfrei

Abgrenzung - Autismus, ADHS, Hochbegabung, Hochsensibilität

Heutzutage werden Kinder, die sehr aktiv sind oder unerwünschtes Verhalten zeigen, schnell als auffällig abgestempelt.

Das Problem wird beim Kind gesucht, das sich anpassen soll. Immer schneller wird dabei ADHS oder Autismus herangezogen, doch das wird vielen Kindern nicht gerecht. Hochsensible sowie hochbegabte Kinder können sich auch sehr auffällig verhalten, wenn die Umstände nicht passend sind.

Was ist bei Kindern »normal«? Und wann spricht man von ADHS, Autismus, Hochsensibilität oder Hochbegabung? Und wo ist der Unterschied zwischen diesen Verhaltensmerkmalen?

Düsseltal | AWO Familienzentrum Kita Anna-Siemsen | Grafenberger Allee 210

Anmeldung ☎ (02 11) 68 12 55

AWO Familienzentrum »Anna-Siemsen« in Kooperation mit dem AWO Familienbildungswerk.

OZ-101W-02 Mi 14.05. 1x3 Ust. 19.00-21.15 Uhr gebührenfrei



Gut und günstig kochen

Alles wird immer teurer, besonders Lebensmittel! Wie soll man es da noch schaffen, für seine Familie etwas Gutes und Gesundes auf den Tisch zu bringen?

An diesem Nachmittag werden praktische Tipps gegeben, wie man diese Herausforderung "gut und günstig zu essen" besser bewältigen kann.

**Lierenfeld | AWO Familienzentrum Sauseschritt |
Königsberger Straße 197**

Anmeldung ☎ (02 11) 33 99 58 59

AWO Familienzentrum Sauseschritt in Kooperation mit dem AWO Familienbildungswerk.

OZ-100W-08 Di 30.09. 1x3 Ust. 19.00-21.15 Uhr gebührenfrei

Gesunde Familienkost

Unsere Ernährungsgewohnheiten werden maßgeblich in den ersten Lebensjahren vom Elternhaus geprägt und begleiten uns meist ein Leben lang. Doch wie sieht eine optimale Ernährung für die ganze Familie überhaupt aus?

Was Sie tun können, um ein ausgewogenes und gesundes Essverhalten an Ihre Kinder weiterzugeben und wie Sie schwierige Situationen beim Umgang mit Essen meistern – das alles erfahren Sie bei dieser Veranstaltung.

**Düsseltal | AWO Familienzentrum Kita Anna-Siemsen |
Grafenberger Allee 210**

Anmeldung ☎ (02 11) 68 12 55

AWO Familienzentrum »Anna-Siemsen« in Kooperation mit dem AWO Familienbildungswerk.

PZ-101W-02 Mi 01.10. 1x3 Ust. 19.00-21.15 Uhr gebührenfrei



Geschwister sind etwas Wunderbares

Wenn Kinder häufig streiten, kommt für Eltern von mehreren Kindern doch einiges zusammen!

Das unterschiedliche Alter und die damit verbundenen, unterschiedlichen Bedürfnisse und Entwicklungsstufen machen die Sache nicht einfacher.

Bei dieser Veranstaltung geht es darum, mit Hilfe von entwicklungspsychologischem Wissen und dem Blick auf die eigene Geschwisterreihe einen Standpunkt hinsichtlich des Umgangs mit Konflikten unter Geschwistern zu gewinnen und Lösungsstrategien zu entwickeln.

**Eller | AWO Familienzentrum »Marie Juchacz« | von-Krüger-Str. 18
Anmeldung ☎ (02 11) 6 00 25 - 4 65**

AWO Familienzentrum »Marie Juchacz« in Kooperation mit dem AWO Familienbildungswerk. .

PZ-101W-08 Di 07.10. 1x3 Ust. 19.00-21.15 Uhr gebührenfrei

Resilienz – was Kinder stark macht

Resilienz ist die Widerstandsfähigkeit der Psyche. Resiliente Kinder können Herausforderungen und belastende Lebenssituationen bewältigen, ohne Schaden zu nehmen. Resilienz kann man lernen; sie ist nur zum Teil angeboren. Kinder kommen damit auch in schwierigen Zeiten gut durchs Leben.

Was Eltern tun können, um die seelische Widerstandsfähigkeit zu stärken, erfahren Sie bei unserer Veranstaltung. Theoretische Inputs zum Thema werden ergänzt durch praktische Tipps für den Alltag.

**Heerdt | AWO Kita »Die Buschmäuse« | Am Heerdtter Busch 22
Anmeldung ☎ 0211-92 41 44 07**

AWO Familienzentrum »Die Buschmäuse« in Kooperation mit dem AWO Familienbildungswerk.

PZ-100W-04 Mi 27.08. 1x3 Ust. 19.30-21.45 Uhr gebührenfrei

**Eller | AWO Familienzentrum »Marie Juchacz« | von-Krüger-Str. 18
Anmeldung ☎ (02 11) 6 00 25 - 4 65**

AWO Familienzentrum »Marie Juchacz« in Kooperation mit dem AWO Familienbildungswerk. .

PZ-100W-08 Mi 26.11. 1x3 Ust. 19.30-21.45 Uhr gebührenfrei



Angebote für Alleinerziehende

Offener Treff für Alleinerziehende

In diesem offenen Netzwerk treffen sich Alleinerziehende einmal im Monat, um sich kennenzulernen und auszutauschen. Die Teilnehmenden bestimmen, welche Themen ihnen wichtig sind. Das können Fragen zu Erziehung, Berufstätigkeit, Umgang mit der*dem Ex-Partner*in, aber auch Freizeitgestaltung und Organisation des Alltags sein. Gemeinsam ist vieles leichter.

Ein Einstieg ist jederzeit möglich.

Die Kinder werden in der Zeit betreut.

Lierenfeld | Stadtteiltreff Michaelshaus | Gatherweg 57

Anmeldung ☎ (01 62) 6 48 10 01 | Nadine Klett

NU-1260-08	Mi	15.01.	3x3 Ust.	17.00-19.15 Uhr	gebührenfrei
OU-1260-08	Mi	09.04.	3x3 Ust.	17.00-19.15 Uhr	gebührenfrei
PU-1260-08	Mi	10.09.	4x3 Ust.	17.00-19.15 Uhr	gebührenfrei

Wersten | AWO Aktiv- und Stadtteiltreff Wersten |

Immigrather Straße 45

Anmeldung ☎ (02 11) 56 64 72 45

NU-1260-09	Di	21.01.	3x3 Ust	17.00-19.15 Uhr	gebührenfrei
OU-1260-09	Di	08.04.	3x3 Ust	17.00-19.15 Uhr	gebührenfrei
PU-1260-09	Di	23.09.	4x3 Ust	17.00-19.15 Uhr	gebührenfrei

Angebote der Fachstelle Regenbogenfamilien



Lesben mit Kinderwunsch

Treffen und angeleitete Gruppe für Flinta*

In einer Gruppe, die sich als soziales Unterstützungssystem versteht, sollen Fragen und Unsicherheiten geklärt, Erfahrungen ausgetauscht werden und auch Spaß und Humor Raum haben. Themen sind u. a.:

Wie gründen wir eine Familie?

Welche Familienvorstellungen habe ich?

Was muss ich beachten?

Neueinsteiger*innen können vierteljährlich hinzukommen.

Die Gruppe findet einmal monatlich statt. Termine auf Anfrage und nach Vorgespräch. Leitung, Infos und Terminvereinbarung für das Vorgespräch:

AWO Fachstelle Regenbogenfamilien,
0211-600 25 366,
regenbogenfamilien@awo-duesseldorf.de

AWO Familienbildungswerk in Kooperation mit der Fachstelle Regenbogenfamilien der AWO Beratungsstelle für Kinder, Jugendliche, Erwachsene und Familien. Die Kosten werden von der AWO Fachstelle Regenbogenfamilien übernommen.

Flingern | AWO im Kürtenhof | Bruchstr. 12

Anmeldung ☎ (02 11) 6 00 25 - 558

NU-1600-08	Di	07.01.	4x3 Ust.	19.00-21.15 Uhr	gebührenfrei
OU-1600-08	Di	06.05.	4x3 Ust.	19.00-21.15 Uhr	gebührenfrei
PU-1600-08	Di	02.09.	4x3 Ust.	19.00-21.15 Uhr	gebührenfrei

Treffen für Regenbogenfamilien

Für Eltern mit ihren Kindern in jedem Alter.

Bei unserem Treffen für Regenbogenfamilien tauschen sich Eltern aus, erhalten Beratung und Unterstützung, während die Kinder miteinander spielen.

Das Treffen findet bei der AWO im Kürtenhof mit vielen Spielmöglichkeiten statt.

Flingern | AWO im Kürtenhof | Bruchstr. 12

Anmeldung ☎ (02 11) 6 00 25 - 558

NU-1601-08	Sa	25.01.	3x4 Ust.	15.00-18.00 Uhr	gebührenfrei
OU-1601-08	Sa	31.05.	2x4 Ust.	15.00-18.00 Uhr	gebührenfrei
PU-1601-08	Sa	30.08.	4x4 Ust.	15.00-18.00 Uhr	gebührenfrei



Fachstelle Regenbogenfamilien

Die Fachstelle Regenbogenfamilien steht (werdenden) Familien zur Verfügung, in denen sich mindestens eine Person als lesbisch, schwul, bi, trans*, inter*, nicht binär oder queer identifiziert. Auch für Fachkräfte, die Fragen zum Thema Regenbogenfamilien und deren Bedürfnisse haben, ist die Fachstelle Ansprechpartnerin.

Eltern von Kindern, die sich als trans* oder nicht binär identifizieren oder sich ihrer geschlechtlichen Identität noch unsicher sind, können sich mit ihren Fragen an uns wenden.

Beratung: In der Einzel-, Paar- oder Familienberatung können bspw. Fragen zu Kinderwunsch, Stiefkindadoption aber auch Erziehungs- und Entwicklungsfragen besprochen werden. Die Gespräche sind kostenfrei und vertraulich.

Gruppen: Gruppenangebote wie das Regenbogenkrabbeln oder die regelmäßigen Regenbogenfamilientreffen bieten Möglichkeiten zur Vernetzung für queere Familien und tragen zur Stärkung der Kinder und Eltern in ihrer Familienform bei.

Bildung: Für familiennahe Institutionen wie Kitas und Familienzentren, Schulen, psychosoziale Einrichtungen und Beratungsstellen bietet die Fachstelle Beratung und Sensibilisierungsmöglichkeiten in Form von Vorträgen, Elternabenden und Fortbildungen an. Details zu den genannten Angeboten finden Sie in dieser Broschüre auf der Seite 26.

Fachstelle Regenbogenfamilien – AWO im Kürtenhof
Bruchstraße 12, 40235 Düsseldorf
Tel.: 0211 60025-558
regenbogenfamilien@awo-duesseldorf.de
www.awo-duesseldorf.de

Schul- sozialarbeit & Offene Ganztagschule



AWO Offene Ganztagschule (OGS) ermöglicht Eltern die Vereinbarung von Berufs- und Erziehungstätigkeit und unterstützt Kinder bei ihrer Schullaufbahn. Die wichtigste Aufgabe ist die ganzheitliche Förderung durch die Unterstützung der Persönlichkeitsentwicklung der Kinder.

Die pädagogischen Fachkräfte wirken schulintern mit bei Projekten, Beratung für Kinder, Beratung für Eltern, Spiel- und Lernangeboten, in enger Kooperation mit den Lehrerkollegien und schulextern in Kooperation mit anderen Einrichtungen, Initiativen und Vereinen. Die AWO OGS findet im gesamten Stadtgebiet Düsseldorf an 17 Standorten statt.

AWO Schulsozialarbeit hilft Kindern, die Herausforderungen des Lebens zu meistern. Sie entwickeln ihre Kapazitäten, die für schulische Leistungen bislang verschlossen waren. Eltern und Lehrer*innen werden Hilfestellungen und neue Einsichten angeboten, um die Welt der Kinder besser verstehen zu lernen.

Die AWO Schulsozialarbeit findet im gesamten Stadtgebiet Düsseldorf an insgesamt 35 Schulen statt. Von Grundschulen, Förderschulen, Gesamtschulen, Realschulen, Gymnasien bis hin zu Berufskollegs findet unsere Schulsozialarbeit seit nunmehr über 40 Jahren statt.

Weitere Informationen

Jessica Stam

Tel.: 0211 60025-909

jessica.stam@awo-duesseldorf.de

Kinder- tagesstätten



Mit unserem Angebot fördern wir Kinder in ihrer individuellen, emotionalen, physischen, kognitiven und sozialen Entwicklung und tragen gleichzeitig dazu bei, die Folgen von Benachteiligungen zu vermeiden oder abzubauen.

Mit unserer interkulturellen Arbeit in den Kitas leisten wir einen wichtigen Beitrag zu mehr Toleranz und für ein friedliches Miteinander. Die Zusammenarbeit mit den Beratungsstellen für Familien und Angebote der Familienbildung machen unsere Kitas darüber hinaus zu wichtigen Orten für Familien im Gemeinwesen.



Online-Vormerkung
im Kita-Navigator

Weitere Informationen erhalten Sie unter:

0211 60025-2130

kita.verwaltung@awo-duesseldorf.de

Buntes Leben

Hildegard-Knef-Str. 39
40549 Düsseldorf
Tel.: 95760370

Buschmäuse

Am Heerdter Busch 22
40549 Düsseldorf
Tel.: 92 414407

Cronenburg

Cronenberger Weg 33
40591 Düsseldorf
Tel.: 60025-450

Düssel-Biber

Eintrachtstr. 12
40227 Düsseldorf
Tel.: 60025-804

Einstein

Ulrike-Scheffler-
Rother-Str. 18
40476 Düsseldorf
Tel.: 17520690

Erna Eckstein

Erna-Eckstein-Str. 8
40225 Düsseldorf
Tel.: 53802580

Eulennest

Mindenerstraße 58
40227 Düsseldorf
Tel.: 15836716

Gerda Henkel

betrieblich gefördert
von der Firma Henkel
Bonner Str. 22a
40589 Düsseldorf
Tel.: 60025-447

Hokuspokus

Krönerweg 50
40468 Düsseldorf
Tel.: 60025-459

Kleine Löwen

betrieblich gefördert
von der Firma Henkel
Niederheider Str. 6
40589 Düsseldorf
Tel.: 989696-25

Löwenherz

Siegstr. 2
40219 Düsseldorf
Tel.: 60025-257

Lummerland

Immigrather Str. 6
40591 Düsseldorf
Tel.: 60025-471

Marie Juchacz

Von-Krüger-Str. 18
40229 Düsseldorf
Tel.: 60025-465

Pandabären

Münsterstr. 304
40470 Düsseldorf
Tel.: 20496800

Paulsmühle

Tellerlingstraße 41
40597 Düsseldorf
Tel.: 73777490

Posener Straße

Dep. Kita Sauseschritt
Posener Straße 126
40231 Düsseldorf
Tel.: 56685801

Pustebblume

Liststr. 2
40470 Düsseldorf
Tel.: 60025-107

Regenbogen

Dep. Kita Cronenburg
Am Gansbruch 39
40591 Düsseldorf
Tel.: 60025-444

Rundumbunt

Grafenberger Allee
291a
40235 Düsseldorf
Tel.: 53809408

Sauseschritt

Königsberger Str.
197
40231 Düsseldorf
Tel.: 33995859

Schatzkiste

Schlossallee 12 c
40229 Düsseldorf
Tel.: 60025-858

Schwanenhöfe

Erkrather Str. 222
40233 Düsseldorf
Tel.: 60025-490

Siebenstern

Fleher Str. 7
40223 Düsseldorf
Tel.: 60025-238

Sonnenhaus

Dortmunder Str. 90
40472 Düsseldorf
Tel.: 60025-453

Spatzennest

R.-Schneider-Str. 4
40595 Düsseldorf
Tel.: 60025-462

Sternschnuppe

Ronsdorfer Str. 138
40233 Düsseldorf
Tel.: 60025-474

Kita Im Hochfeld

Gerresheimer
Landstr. 87
40627 Düsseldorf
Tel.: 27406380

Urmel

Fleher Str. 91 a
40223 Düsseldorf
Tel.: 60025-468

Waschbären

betrieblich gefördert
von der Firma Henkel
Niederheider Str. 8
40589 Düsseldorf
Tel.: 60025-410

Wawuschels

Aachener Str. 39
40223 Düsseldorf
Tel.: 60025-430

Wiesenwichtel

betrieblich gefördert
von der Barmer EK
Wiesenstr. 70 b
40549 Düsseldorf
Tel.: 69515380

Familie leben



Familien leben – Eltern können mehr!

Ein Programm der Düsseldorfer Familienbildung zur Förderung der Elternkompetenz

Familie leben – Eltern können mehr!

ist ein Gemeinschaftsprojekt der vier anerkannten Familienbildungswerke ASG Bildungsforum, AWO Familienbildungswerk, DRK Familienbildungswerk, efa – Ev. Familienbildungswerk in Zusammenarbeit mit dem Jugendamt der Stadt Düsseldorf.

Die Angebote

- sind für Eltern kostenfrei
- finden an verschiedenen Standorten im gesamten Stadtgebiet statt
- sind Einzelveranstaltungen zu pädagogischen Themen
- sind Kurse für Eltern und Kinder
- unterstützen im Familienalltag
- bringen Eltern in den Austausch
- liefern Anregungen für die Freizeitgestaltung

Anfragen zu den Angeboten, die vom AWO Familienbildungswerk verantwortet werden, bitte direkt an:

AWO Familienbildungswerk

Schloßallee 12c | 40229 Düsseldorf | 0211 60025-321

rosita.mikolasch@awo-duesseldorf.de

Angebote für Eltern und Kinder

Das Leben als Familie ist wunderschön und zugleich eine große Herausforderung!



Das Leben als Familie ist wunderschön und zugleich eine große Herausforderung!

Mit der Geburt eines Kindes beginnt ein neuer Lebensabschnitt. Das Leben als Paar oder als Familie verändert sich und es entstehen viele Fragen:

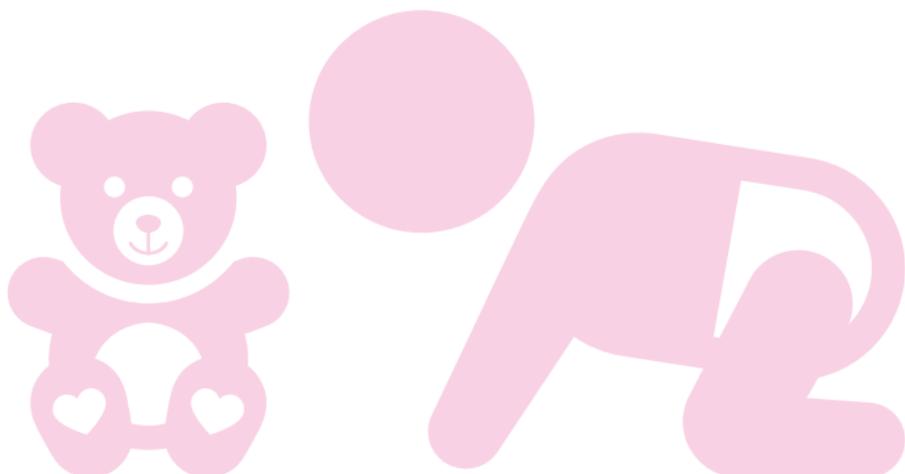
- Wie werden die ersten Monate mit Baby sein?
- Was braucht ein Baby?
- Wie gestalten wir unseren Alltag?

In dieser spannenden, aber auch anstrengenden Zeit wollen wir Sie mit unseren Kursen begleiten, unterstützen und bestimmt auch an der einen oder anderen Stelle entlasten. Ihre Babys und Kinder erhalten die Möglichkeit in Gemeinschaft mit anderen zu wachsen und sich zu entwickeln.

Wir möchten, dass Kinder, Mütter, Väter und alle, die zur Familie gehören, miteinander und voneinander lernen.

Zu unseren Angeboten und Kursen laden wir alle ein, die gemeinsam mit Kindern leben. Familien mit behinderten und nicht behinderten Kindern sind bei uns herzlich willkommen.

In einigen Eltern-Kind-Angeboten erhalten Sie für Geschwisterkinder eine Ermäßigung. Einzelheiten dazu können Sie bei der Anmeldung erfragen.





Elternstart NRW – Kurse

»Elternstart NRW«-Kurs – kostenlos

Babytreff für Eltern mit Babys ab ca. 6 bis 12 Monate

Wir laden ganz herzlich Eltern mit Babys im ersten Lebensjahr zu unserem kostenlosen Kurs „Elternstart NRW« ein, der vom NRW Landesministerium (MFKJKS) finanziert wird.

Der Kurs umfasst 5 Termine à 1½ Stunden, um mit Hilfe einer erfahrenen Kursleitung und im Austausch mit anderen Eltern die Fragen über den Alltag und den Umgang mit einem Säugling zu besprechen. Gleichzeitig erhalten Sie wertvolle Anregungen für die Beschäftigung mit Babys. Schmuselieder, Finger- und Bewegungsspiele für die Kleinen runden das Programm ab.

Gleich im Anschluss empfehlen wir unsere Spielgruppe für die Kleinen mit der Kursnummer NU-2305-06

Unterrath | Stadtbücherei Unterrath | Eckener Str. 1

Anmeldung ☎ (02 11) 41 14 64 | Fr. Bischoff (ab 16:00 Uhr)

PU-2200-06 Fr 05.09. 5x2 Ust 10.00-11.30 Uhr gebührenfrei

Eller | AWO Familientreff Eller | Schloßallee 12c

Anmeldung ((02 11) 6 00 25 - 2 11

PU-2200-08 Do 04.09. 5x2 Ust. 10.45-12.15 Uhr gebührenfrei



Elternstart NRW Offener Treff

"Elternstart NRW" Offener Treff

Für Eltern mit Babys im ersten Lebensjahr

Die Geburt eines Babys stellt auf wunderbare Weise die Welt auf den Kopf. Alles wird anders.

Mit unserem Offenen Treff möchten wir Sie in dieser Zeit begleiten. Sie haben hier Gelegenheit sich auszutauschen, Fragen zu stellen und Anregungen zu bekommen.

Der Offene Treff wird vom NRW Landesministerium (MKJFGFI) für Mütter und Väter mit einem Kind im ersten Lebensjahr finanziert und ist für Sie kostenlos.

Sie können flexibel so teilnehmen, wie es für ihren neuen Lebensrhythmus passt. Aufgrund der räumlichen Gegebenheiten ist die Teilnehmer*innenzahl pro Termin begrenzt.

Bilk | AWO Familientreff Bilk | Aachener Straße 9

Anmeldung ☎ (02 11) 6 00 25 - 4 22

NU-2250-03	Di	14.01.	12x2 Ust.	11.00-12.30 Uhr	gebührenfrei
OU-2250-03	Di	29.04.	9x2 Ust.	11.00-12.30 Uhr	gebührenfrei
PU-2250-03	Di	02.09.	13x2 Ust.	11.00-12.30 Uhr	gebührenfrei

Derendorf | AWO Familienbildungswerk | Liststr. 2

Anmeldung ☎ (02 11) 6 00 25 - 1 10

NU-2250-02	Mi	15.01.	12x2 Ust	09.30-11.00 Uhr	gebührenfrei
OU-2250-02	Mi	30.04.	10x2 Ust	09.30-11.00 Uhr	gebührenfrei
PU-2250-02	Mi	03.09.	13x2 Ust	09.30-11.00 Uhr	gebührenfrei



PEKiP

PEKiP – Prager Eltern-Kind-Programm

Entwicklung erleben, Bewegung anregen, Kompetenz stärken.

PEKiP begleitet Eltern und ihre Babys mit Spiel-, Sinnes- und Bewegungsanregungen durch das erste Lebensjahr.

Das bindungsorientierte Prager Eltern-Kind-Programm bietet den Eltern die Möglichkeit, die Individualität und Kompetenz ihres Babys von Anfang an wahrzunehmen und das Vertrauen in die eigene Intuition zu stärken. Die Babys bewegen sich in diesem Kurs frei auf dem Boden und können durch den Kontakt zu gleichaltrigen Kindern in einer festen Gruppe zusammen wachsen. PEKiP bietet einen geschützten Raum zum Austausch in gemütlicher Atmosphäre und die Möglichkeit alle Themen, die Eltern beschäftigen, zu besprechen. Sie können diesen Kurs besuchen, sobald Ihr Baby etwa zwei Monate alt ist.

Eller | AWO Familientreff Eller | Schloßallee 12c

Anmeldung ☎ (02 11) 6 00 25 - 2 11

NU-2101-08	Mo	13.01.	11x2 Ust.	09.30-11.00 Uhr	99.00 €
NU-2102-08	Mo	13.01.	11x2 Ust.	11.30-13.00 Uhr	99.00 €
OU-2101-08	Mo	28.04.	9x2 Ust.	09.30-11.00 Uhr	81.00 €
OU-2102-08	Mo	28.04.	9x2 Ust.	11.30-13.00 Uhr	81.00 €
PU-2101-08	Mo	01.09.	13x2 Ust.	09.30-11.00 Uhr	117.00 €
PU-2102-08	Mo	01.09.	13x2 Ust.	11.30-13.00 Uhr	117.00 €

Bilk | AWO Familientreff Bilk | Aachener Straße 9

Anmeldung ☎ (02 11) 6 00 25 - 4 22

NU-2101-03	Mi	15.01.	12x2 Ust.	09.30-11.00 Uhr	108.00 €
NU-2102-03	Mi	15.01.	12x2 Ust.	11.15-12.45 Uhr	108.00 €
NU-2103-03	Mi	15.01.	12x2 Ust.	13.15-14.45 Uhr	108.00 €
NU-2104-03	Do	16.01.	12x2 Ust.	09.30-11.00 Uhr	108.00 €
NU-2105-03	Do	16.01.	12x2 Ust.	11.15-12.45 Uhr	108.00 €
NU-2106-03	Do	16.01.	12x2 Ust.	13.15-14.45 Uhr	108.00 €
OU-2101-03	Mi	07.05.	9x2 Ust.	09.30-11.00 Uhr	81.00 €
OU-2102-03	Mi	07.05.	9x2 Ust.	11.15-12.45 Uhr	81.00 €
OU-2103-03	Mi	07.05.	9x2 Ust.	13.15-14.45 Uhr	81.00 €
OU-2104-03	Do	08.05.	7x2 Ust.	09.30-11.00 Uhr	63.00 €
OU-2105-03	Do	08.05.	7x2 Ust.	11.15-12.45 Uhr	63.00 €
OU-2106-03	Do	08.05.	7x2 Ust.	13.15-14.45 Uhr	63.00 €
PU-2101-03	Mi	01.10.	10x2 Ust.	09.30-11.00 Uhr	90.00 €
PU-2102-03	Mi	01.10.	10x2 Ust.	11.15-12.45 Uhr	90.00 €
PU-2103-03	Mi	01.10.	10x2 Ust.	13.15-14.45 Uhr	90.00 €
PU-2104-03	Do	02.10.	10x2 Ust.	09.30-11.00 Uhr	90.00 €
PU-2105-03	Do	02.10.	10x2 Ust.	11.15-12.45 Uhr	90.00 €
PU-2106-03	Do	02.10.	10x2 Ust.	13.15-14.45 Uhr	90.00 €



Krabbelgruppen

Krabbelgruppe für Eltern mit Kindern von 0 bis 9 Monaten

Der Alltag mit einem Baby ist eine der schönsten Herausforderungen! Mütter und Väter, die diese Herausforderung gemeinsam meistern wollen, sind in unseren Krabbelgruppen herzlich willkommen.

Vielfältige Spiele und Lieder sowie Erfahrungen für alle Sinne unterstützen die Entwicklung des Kindes. Eltern haben die Möglichkeit, Fragen zu stellen und sich auszutauschen.

Bei Bedarf kann ein Kurstag nach Absprache im Kurs für einen Elternabend genutzt werden.

Eller | AWO Familientreff Eller | Schloßallee 12c

Anmeldung ☎ (02 11) 6 00 25 - 2 11

AWO Familienzentrum »Marie Juchacz« in Kooperation mit dem AWO Familienbildungswerk. Das Familienzentrum übernimmt einen Teil der angegebenen Kosten.

PZ-2007-08 Do 30.10. 7x2 Ust. 10.45-12.15 Uhr 42.00 €

Angebote für Eltern mit Kleinkindern, Vorschul- und Grundschulkindern



Offene Treffs

Café Clementinchen – das Eltern-Kind-Café im Familientreff Eller

Im Café Clementinchen treffen sich Eltern und Kinder aus dem Stadtteil.

Immer dienstags von 10:00-12:00 Uhr und donnerstags von 15:30 – 17:30 Uhr diskutieren wir und tauschen uns aus, über Fragen rund um Erziehung, Familie, Gesundheit und Ernährung. Die Kinder können in der Zeit in einem kindgerecht ausgestatteten Raum spielen.

Das Eltern-Kind-Café wird von einer Kursleitung begleitet, zu bestimmten Themen laden wir uns »Fachleute« ein. Aber auch der Austausch über Aktuelles aus dem Stadtteil oder »klönen« in lockerer Runde soll nicht zu kurz kommen.

Aus organisatorischen Gründen möchten wir Sie bitten, sich vor dem ersten Besuch bei uns anzumelden.

Eller | AWO Familientreff Eller | Schloßallee 12c

Anmeldung ☎ (02 11) 6 00 25 - 2 11

NE-2400-08	Di	14.01.	12x3 Ust	10.00-12.15 Uhr	gebührenfrei
NE-2401-08	Do	16.01.	12x3 Ust.	15.30-17.45 Uhr	gebührenfrei
OE-2400-08	Di	29.04.	9x3 Ust	10.00-12.15 Uhr	gebührenfrei
OE-2401-08	Do	08.05.	7x3 Ust.	15.30-17.45 Uhr	gebührenfrei
PE-2400-08	Di	02.09.	12x3 Ust	10.00-12.15 Uhr	gebührenfrei
PE-2401-08	Do	04.09.	13x3 Ust.	15.30-17.45 Uhr	gebührenfrei



Offenes Spielcafé

Für Eltern mit Kindern ab 2 Monaten bis 6 Jahre

Unser Spielcafé für Eltern und Kinder findet donnerstags von 15:15-17:30 Uhr in unserem Spielgruppenraum statt und wird von einer erfahrenen Kursleitung angeleitet.

Die Kinder können eine neue Umgebung mit vielen Spielmöglichkeiten entdecken, miteinander spielen und dabei erste Gruppenerfahrungen sammeln. Die Eltern können zur Ruhe kommen und über aktuelle Themen und Fragen miteinander ins Gespräch kommen.

Gleichzeitig besteht die Möglichkeit, Fragen, die die Eltern beschäftigen, mit einer Pädagogin zu besprechen. Dabei können Probleme und Unterstützungsbedarfe rund um Kind, Familie, Erziehung und frühkindliche Entwicklung angesprochen und gemeinsam praxisnahe Lösungsideen gesucht werden.

Aus organisatorischen Gründen möchten wir Sie bitten, sich vor dem ersten Besuch bei uns anzumelden.

Derendorf | AWO Familienbildungswerk | Liststr. 2

Anmeldung ☎ (02 11) 6 00 25 - 1 10

AWO Familienzentrum »Pustebume« in Kooperation mit dem AWO Familienbildungswerk. Die Kosten werden vom Familienzentrum übernommen.

NZ-2400-02	Do	16.01.	11x3 Ust	15.15-17.30 Uhr	gebührenfrei
OZ-2400-02	Do	08.05.	7x3 Ust	15.15-17.30 Uhr	gebührenfrei
PZ-2400-02	Do	11.09.	12x3 Ust	15.15-17.30 Uhr	gebührenfrei



Spielgruppen für Eltern und Kinder von 6 Monaten bis 3 Jahren

AWO Minis

Zu groß für die Krabbelgruppe, aber erst maximal zwei Jahre alt? Dann ist Ihr Kind hier genau richtig! Die Kinder dieser Spielgruppe treffen sich einmal wöchentlich, um zu spielen, zu erzählen, zu basteln, zu singen, zu malen und sich zu bewegen. Ein Elternteil oder eine andere Begleitperson ist immer dabei.

Die Eltern können neue Kontakte knüpfen und sich austauschen. Sie erhalten zudem jedes Mal neue Impulse und Anregungen zur Alltagsgestaltung. Die qualifizierten Kursleitungen haben Zeit für Ihre Fragen und Anliegen.

Gemeinsam wird hier der Umgang mit der Fremdbetreuung eingeübt. Erziehung und Betreuung außerhalb der Familie bedeuten gegenseitiges Loslassen, das Erlernen und Einüben sozialer Umgangsformen und Regeln, Spiel- und Kontaktmöglichkeiten zu Gleichaltrigen und sich in einer Gruppe wohlfühlen. Neben dem Spaß an der gemeinsamen Zeit steht die Gruppenerfahrung als Vorbereitung auf den Kindergarten im Vordergrund.

Wir starten im Januar als Eltern-Kind-Spielgruppe. Nach den Osterferien können die Kinder ohne Begleitung die Minis besuchen. Die anderen Kinder, der Raum und die Betreuungspersonen sind ihnen dann schon vertraut, so dass die Loslösung von den Eltern dann sicherlich leicht gelingt. Aber auch dabei wird auf die individuellen Bedürfnisse des Kindes eingegangen. Die Kursleitung wird in dieser Phase im Wechsel von einem Elternteil unterstützt.

Eller | AWO Familientreff Eller | Schloßallee 12c

Anmeldung ☎ (02 11) 6 00 25 - 2 11

NU-2300-08	Mi	15.01.	12x3 Ust.	09.15-11.30 Uhr	108.00 €
OU-2300-08	Mi	30.04.	10x4 Ust.	09.15-12.15 Uhr	120.00 €



Gemeinsam spielen und wachsen

Die Spielgruppe für Eltern mit Kindern ab 6 Monaten

Mütter und Väter werden dabei unterstützt, die Entwicklung ihres Kindes besser zu verstehen und einfühlsam zu begleiten. Babys und Kleinkinder erwartet ein entwicklungs-gerechter Raum, in dem sie sich frei bewegen und spielen können. Dem Alter entsprechende Bewegungsangebote, Singen und kreatives Tun gehören zum Kursinhalt.

Viele Eltern nutzen die Chance in ihrer Gruppe zu bleiben, bis die Kinder in den Kindergarten kommen. Dadurch kann die Altersstruktur in der Gruppe gemischt sein.

Bei Bedarf kann ein Kurstag nach Absprache im Kurs für einen Elternabend genutzt werden.

Eller | Städt. Familienzentrum | Am Hackenbruch 29

Anmeldung ☎ (02 11) 22 68 68

Städt. Familienzentrum Am Hackenbruch in Kooperation mit dem AWO Familienbildungswerk. Einen Teil der angegebenen Kosten übernimmt das Familienzentrum

NZ-2309-08	Mo	13.01.	11x2 Ust.	09.00-10.30 Uhr	66.00 €
NZ-2310-08	Mo	13.01.	11x2 Ust.	11.00-12.30 Uhr	66.00 €
OZ-2309-08	Mo	28.04.	9x2 Ust.	09.00-10.30 Uhr	54.00 €
OZ-2310-08	Mo	28.04.	9x2 Ust.	11.00-12.30 Uhr	54.00 €
PZ-2309-08	Mo	01.09.	13x2 Ust.	09.00-10.30 Uhr	78.00 €
PZ-2310-08	Mo	01.09.	13x2 Ust.	11.00-12.30 Uhr	78.00 €

Lierenfeld | AWO Familienzentrum »Sternschnuppe« |

Ronsdorfer Str. 138

Anmeldung ☎ (02 11) 6 00 25 - 4 74

AWO Familienzentrum »Sternschnuppe« in Kooperation mit dem AWO Familienbildungswerk. Das Familienzentrum übernimmt einen Teil der angegebenen Kosten.

NZ-2301-08	Mo	13.01.	11x2 Ust.	10.00-11.30 Uhr	66.00 €
OZ-2301-08	Mo	28.04.	9x2 Ust.	10.00-11.30 Uhr	54.00 €
PZ-2301-08	Mo	01.09.	13x2 Ust.	10.00-11.30 Uhr	78.00 €

Bilk | AWO Familientreff Bilk | Aachener Straße 9

Anmeldung ☎ (02 11) 6 00 25 - 4 22

NU-2303-03	Di	14.01.	12x2 Ust.	09.30-11.00 Uhr	72.00 €
NU-2304-03	Di	14.01.	12x2 Ust.	14.30-16.00 Uhr	72.00 €
OU-2303-03	Di	29.04.	9x2 Ust.	09.30-11.00 Uhr	54.00 €
OU-2304-03	Di	06.05.	8x2 Ust.	14.30-16.00 Uhr	48.00 €
PU-2303-03	Di	02.09.	13x2 Ust.	09.30-11.00 Uhr	78.00 €
PU-2304-03	Di	02.09.	13x2 Ust.	14.30-16.00 Uhr	78.00 €

Lierenfeld | Stadtteiltreff Michaelshaus | Gatherweg 57

Anmeldung ☎ (02 11) 6 00 25 - 211

NU-2301-08	Fr	17.01.	12x2 Ust.	10.00-11.30 Uhr	72.00 €
------------	----	--------	-----------	-----------------	---------



Eller | AWO Familientreff Eller | Schloßallee 12c

Anmeldung ☎ (02 11) 6 00 25 - 2 11

AWO Familienzentrum »Marie Juchacz« in Kooperation mit dem AWO Familienbildungswerk. Einen Teil der angegebenen Kosten übernimmt das Familienzentrum.

NZ-2307-08	Do	16.01.	12x2 Ust.	10.45-12.15 Uhr	72.00 €
OZ-2307-08	Do	08.05.	7x2 Ust.	10.45-12.15 Uhr	42.00 €

Eller | AWO Familientreff Eller | Schloßallee 12c

Anmeldung ☎ (02 11) 6 00 25 - 2 11

AWO Familienzentrum »Marie Juchacz« in Kooperation mit dem AWO Familienbildungswerk. Einen Teil der angegebenen Kosten übernimmt das Familienzentrum.

NZ-2302-08	Fr	17.01.	12x2 Ust.	10.00-11.30 Uhr	72.00 €
OZ-2302-08	Fr	02.05.	10x2 Ust.	10.00-11.30 Uhr	60.00 €
PZ-2302-08	Fr	05.09.	11x2 Ust.	10.00-11.30 Uhr	66.00 €

Spielen und toben

Gemeinsam macht es mehr Spaß!

Verbringen Sie mit Ihrem Kind/Ihren Kindern einen abwechslungsreichen Nachmittag in unseren »tobegerechten« Räumen.

Wir wollen gemeinsam spielen, singen, toben, basteln und, sollte das Wetter schön sein, auch gemeinsam rausgehen.

Dieser Kurs ist besonders gut für Eltern mit mehreren Kindern im Alter von ca. 1 bis 5 Jahren geeignet.

Eller | AWO Familientreff Eller | Schloßallee 12c

Anmeldung ☎ (02 11) 6 00 25 - 2 11

NU-2308-08	Di	14.01.	12x2 Ust.	15.30-17.00 Uhr	72.00 €
OU-2308-08	Di	29.04.	9x2 Ust.	15.30-17.00 Uhr	54.00 €
PU-2308-08	Di	02.09.	13x2 Ust.	15.30-17.00 Uhr	78.00 €



Spielgruppe

Frühe Förderung für Eltern mit Kindern ab ca. 8 Monaten

In unseren altersgemischten Spielgruppen treffen sich Eltern und Kinder einmal in der Woche, um gemeinsam zu singen, zu spielen, zu basteln und vieles mehr.

In der Gemeinschaft mit anderen können die Kinder wachsen und sich entwickeln, Eltern haben die Möglichkeit, sich auszutauschen und Anregungen für den Erziehungsalltag zu erhalten.

Bei Bedarf kann ein Kurstag nach Absprache im Kurs für einen Elternabend genutzt werden.

Bitte bringen Sie Ihr Kind möglichst in einer Trage, einem Tragetuch o.ä. mit!

Derendorf | AWO Familienbildungswerk | Liststr. 2

Anmeldung ☎ (02 11) 6 00 25 - 1 10

NU-2300-02	Mo	13.01.	11x3 Ust.	09.30-11.45 Uhr	99.00 €
NU-2305-02	Mi	15.01.	12x3 Ust.	15.00-17.15 Uhr	108.00 €
OU-2300-02	Mo	28.04.	9x3 Ust.	09.30-11.45 Uhr	81.00 €
OU-2305-02	Mi	30.04.	10x3 Ust.	15.00-17.15 Uhr	90.00 €
PU-2300-02	Mo	01.09.	13x3 Ust.	09.30-11.45 Uhr	117.00 €
PU-2305-02	Mi	03.09.	13x3 Ust.	15.00-17.15 Uhr	117.00 €

Unterrath | Stadtbücherei Unterrath | Eckener Str. 1

Anmeldung ☎ (02 11) 41 14 64 | Fr. Bischoff (ab 16:00 Uhr)

NU-2305-06	mo, do	13.01.	23x3 Ust.	08.45-11.00 Uhr	207.00 €
OU-2305-06	mo, do	28.04.	16x3 Ust.	08.45-11.00 Uhr	144.00 €
PU-2305-06	mo, do	01.09.	26x3 Ust.	08.45-11.00 Uhr	144.00 €

Spielgruppe für die Kleinen

(im Anschluss an »Elternstart NRW«)

Für Eltern und Kinder ab ca. 7 bis 18 Monaten

In unseren altersgemischten Spielgruppen treffen sich Eltern und Kinder einmal in der Woche, um gemeinsam zu singen, zu spielen, zu basteln und vieles mehr.

In der Gemeinschaft mit anderen können die Kinder wachsen und sich entwickeln. Eltern haben die Möglichkeit, sich auszutauschen und Anregungen für den Erziehungsalltag zu erhalten.

Bei Bedarf kann ein Kurstag nach Absprache im Kurs für einen Elternabend genutzt werden.

Unterrath | Stadtbücherei Unterrath | Eckener Str. 1

Anmeldung ☎ (02 11) 41 14 64 | Fr. Bischoff (ab 16:00 Uhr)

NU-2305-06	Fr	17.01.	12x2 Ust.	10.00-11.30 Uhr	72.00 €
OU-2305-06	Fr	09.05.	9x2 Ust.	10.00-11.30 Uhr	54.00 €
PU-2305-06	Fr	31.10.	7x2 Ust.	10.00-11.30 Uhr	42.00 €



Zweitagesgruppen für Eltern mit Kindern

Spielgruppe

Für Eltern und Kinder ab ca. 1½ Jahren an zwei Vormittagen

Sie haben noch keinen Platz in einer Kindertageseinrichtung, benötigen aber stundenweise eine verlässliche Betreuung für Ihr Kind? Sie möchten den Übergang Ihres Kindes in die Kita sanft gestalten?

In unserer Zwei-Tagesgruppe hat Ihr Kind Zeit, sich an das Miteinander in einer Gruppe von Gleichaltrigen zu gewöhnen.

Im freien und angeleiteten Spiel machen die Kinder neue soziale und emotionale Erfahrungen. Die Kleinen werden spielerisch gefördert, können gemeinsam toben, basteln, matschen, singen und spielen. Diese Gruppen bieten eine optimale Vorbereitung auf die Kita.

Die Eingewöhnungsphase findet unter Beteiligung der Eltern statt.

Auch danach nehmen immer ein bis zwei Eltern im Wechsel an der Gruppe teil.

Elternabende sind Bestandteil der Kursreihe; sie bieten einen Rahmen, das Gruppengeschehen sowie Erziehungs- und Entwicklungsfragen zu besprechen.

Unterrath | Stadtbücherei Unterrath | Eckener Str. 1

Anmeldung ☎ (02 11) 41 14 64 | Fr. Bischoff (ab 16:00 Uhr)

NU-2310-06	Mo, Do	13.01.	23x3 Ust.	08.45-11.00 Uhr	207.00 €
OU-2310-06	Mo, Do	28.04.	16x3 Ust.	08.45-11.00 Uhr	144.00 €
PU-2310-06	Mo, Do	01.09.	26x3 Ust.	08.45-11.00 Uhr	234.00 €



AWO Knirpse – bald geht es in den Kindergarten ***Interkulturelle Spielgruppe für Kinder*** ***von 2 bis 4 Jahren an zwei Vormittagen***

Sie haben noch keinen Platz in einem Kindergarten?
Benötigen aber stundenweise eine verlässliche Betreuung für
Ihr Kind? Sie möchten Ihr Kind auf die Kita vorbereiten?

Bei den AWO Knirpsen hat Ihr Kind Zeit zur Orientierung und
Gewöhnung alleine in einer kleinen Kindergruppe. Im freien
und angeleiteten Spiel machen die Kinder neue soziale und
emotionale Erfahrungen. Die Kleinen werden spielerisch
gefördert. Sie können gemeinsam toben, basteln, matschen,
singen und spielen. Der Schwerpunkt dieser Gruppe ist eine
intensive Sprachförderung.

Die Eltern beteiligen sich in der Anfangszeit: Sie sind in den
ersten Wochen teilweise noch mit in der Gruppe. So fällt die
Eingewöhnung leichter.

**Elternabende sind Teil der Kursreihe. An ihnen können Sie das
Gruppengeschehen besprechen.**

Derendorf | AWO Familienbildungswerk | Liststr. 2
Anmeldung ☎ (02 11) 6 00 25 - 1 10

AWO Familienbildungswerk in Kooperation mit dem AWO
Familienzentrum Pustebume. Einen Teil der angegebenen Kosten
übernimmt das Familienzentrum

NZ-2801-02	Di, Fr	14.01.	24x4 Ust.	08.30-11.30 Uhr	172.80 €
OZ-2801-02	Di, Fr	29.04.	19x4 Ust.	08.30-11.30 Uhr	136.80 €
PZ-2801-02	Di, Fr	05.09.	24x4 Ust.	08.30-11.30 Uhr	172.80 €



Inklusive Gruppen für Familien mit behinderten und nicht behinderten Kindern

Inklusive Spielgruppe

Frühe Förderung für Eltern mit Kindern ab ca. 9 Monaten – für Familien mit behinderten und nicht behinderten Kindern

Alle Kinder brauchen Kontakte zu anderen Kindern. In unserer inklusiven Spielgruppe lernen Kinder mit Stärken und Schwächen anderer umzugehen. Durch das Miteinander wird »Anderssein« erlebt und der Umgang damit ist für die Kinder selbstverständlich – eine Chance für alle.

Die Kinder werden mit phantasievollen Spielen, Liedern, Bewegungsübungen und Experimenten mit verschiedenen Materialien gefördert. Das stärkt ihre individuelle Entwicklung. Die Eltern können sich in gemütlicher Atmosphäre austauschen.

Wir laden herzlich Familien mit behinderten und nicht behinderten Kindern ein! Entwicklungsverzögerte oder chronisch kranke Kinder und »Frühchen« sind bei uns gut aufgehoben.

Bei Bedarf kann ein Kurstag nach Absprache im Kurs für einen Elternabend genutzt werden.

Unterrath | Stadtbücherei Unterrath | Eckener Str. 1

Anmeldung ☎ (02 11) 41 14 64 | Fr. Bischoff (ab 16:00 Uhr)

NU-2307-06	Mi	15.01.	12x2 Ust.	09.00-10.30 Uhr	72.00 €
OU-2307-06	Mi	30.04.	10x2 Ust.	09.00-10.30 Uhr	60.00 €
PU-2307-06	Mi	03.09.	13x2 Ust.	09.00-10.30 Uhr	78.00 €



Interkulturelle und bilinguale Gruppen

Musikalische Frühförderung

Für russischsprachige Eltern und Kinder von 1½ bis 3 Jahren

In dieser Gruppe können Ihre Kinder

- in spielerischer Form Ton, Klang, Rhythmus und Stimme erleben und gestalten
- spielerisch mit Sprache, Bewegung und Musik (rhythmisch-musikalische Entwicklung) umgehen
- einfache Perkussionsinstrumente kennenlernen, basteln und mit ihnen musizieren
- Möglichkeiten der Darstellung in der »Musiksprache« (laut-leise/schnell-langsam) kennenlernen
- Kinderlieder auf Deutsch und Russisch singen und dazu tanzen.

Derendorf | AWO Familienbildungswerk | Liststr. 2

Anmeldung ☎ (02 11) 6 00 25 - 1 10

NU-2800-02	Do	16.01.	12x1 Ust.	15.15-16.15 Uhr	69.60 €
NU-2802-02	Do	16.01.	12x2 Ust.	16.30-18.00 Uhr	105.60 €
OU-2800-02	Do	08.05.	7x1 Std.	15.15-16.15 Uhr	40.60 €
OU-2802-02	Do	08.05.	7x2 Ust.	16.30-18.00 Uhr	61.60 €
PU-2800-02	Do	04.09.	13x1 Std.	15.15-16.15 Uhr	75.40 €
PU-2802-02	Do	04.09.	13x2 Ust.	16.30-18.00 Uhr	114.40 €

Logopädische Spielgruppe

für russischsprachige Kinder von 4 bis 7 Jahren (Eltern-Kind-Gruppe)

Haben Sie erkannt, dass der Erwerb der Muttersprache Ihres Kindes sich nicht spielend leicht, sondern stockend, verlangsam und mit Mühe vollzieht?

Bildet Ihr Kind einen oder mehrere Laute falsch oder ersetzt es bestimmte Laute regelmäßig durch andere?

Lässt es beim Sprechen Wörter oder ganze Satzteile aus?

Oder kann Ihr Kind Wörter und Sätze nicht verstehen, die es aufgrund seines Alters kennen sollte?

In unserer logopädischen Spielgruppe wird der Prozess der Sprachentwicklung in den Bereichen Sprachverständnis, Aussprache, Grammatik, Wortschatz und flüssiges Sprechen sowie Fein- und Grobmotorik altersgerecht unterstützt und spielerisch gefördert.



Derendorf | AWO Familienbildungswerk | Liststr. 2

Anmeldung ☎ (02 11) 7 05 31 46 | Frau Spindler

NU-2809-02	Mi	15.01.	12x2 Ust.	14.30-16.00 Uhr	72.00 €
NU-2810-02	Mi	15.01.	12x2 Ust.	16.00-17.30 Uhr	72.00 €
OU-2809-02	Mi	30.04.	5x2 Ust.	14.30-16.00 Uhr	30.00 €
OU-2810-02	Mi	30.04.	5x2 Ust.	16.00-17.30 Uhr	30.00 €
PU-2809-02	Mi	03.09.	11x2 Ust.	14.30-16.00 Uhr	66.00 €
PU-2810-02	Mi	03.09.	11x2 Ust.	16.00-17.30 Uhr	66.00 €

Familiencafé für Familien aus der Ukraine mit Kindern von 1½ bis 6 Jahren – kostenlos!

Wir laden Sie herzlich ein, in unserem Familiencafé mit anderen Menschen aus der Ukraine in Austausch zu treten. Ganz besonders freuen wir uns auf die Familien und Kinder im Alter von 1½ bis 6 Jahren, die bislang keinen Kita-Platz haben.

Im Familiencafé treffen sich Eltern und Kinder aus dem Stadtteil und Eltern, die für ihr Geschwisterkind einen Platz im Familienzentrum »Pustebblume« haben. Wir diskutieren und tauschen uns aus über Fragen rund um Erziehung, Familie, Gesundheit und Ernährung, während die Kinder in einem kindgerecht ausgestatteten Raum spielen.

Kommen Sie vorbei! Wir heißen Sie herzlich willkommen in unserem kostenlosen Familiencafé!

Derendorf | AWO Familienbildungswerk | Liststr. 2

Anmeldung ☎ (01 51) 61 58 37 63 | Frau Cherniak

AWO Familienzentrum »Pustebblume« in Kooperation mit dem AWO Familienbildungswerk. Die Kosten werden vom Familienzentrum übernommen.

NZ-2401-02	Fr	17.01.	12x3 Ust	16.00-18.15 Uhr	gebührenfrei
OZ-2401-02	Fr	09.05.	9x3 Ust	16.00-18.15 Uhr	gebührenfrei
PZ-2401-02	Fr	05.09.	12x3 Ust	16.00-18.15 Uhr	gebührenfrei



Musik, Tanz und Kreatives für Eltern und Kinder

Wir machen heut' Musik

Musikalische Frühförderung für Eltern und Kinder von 4 bis 6 Jahren

Ihre Kinder erleben und gestalten in dieser Gruppe ihre ersten Erfahrungen mit Ton, Klang, Rhythmus, Stimme und Musik.

Dazu gehören:

- neue und alte Kinderlieder durch die Jahreszeiten
- Tanzspiele und Bewegung zur Musik
- Fingerspiele, Basteln und Malen zum Thema

Rath | AWO Familienzentrum Sonnenhaus | Dortmunder Str. 90 Anmeldung ☎ (02 11) 6 00 25 - 4 55 / - 4 53

AWO Familienzentrum »Sonnenhaus« in Kooperation mit dem AWO Familienbildungswerk. Die Kosten werden vom Familienzentrum übernommen.

NZ-2700-06	Mo	13.01.	11x1 Std.	15.00-16.00 Uhr	gebührenfrei
OZ-2700-06	Mo	28.04.	9x1 Std.	15.00-16.00 Uhr	gebührenfrei
PZ-2700-06	Mo	01.09.	13x1 Std.	15.00-16.00 Uhr	gebührenfrei

Unterrath | AWO Familienzentrum Hokuspokus, Anmeldung ☎ (02 11) 6 00 25 - 4 59

AWO Familienbildungswerk in Kooperation mit dem AWO Familienzentrum Hokuspokus. Die Kosten werden vom Familienzentrum übernommen.

NZ-2701-06	Mi	15.01.	12x1 Std.	13.15-14.15 Uhr	gebührenfrei
NZ-2702-06	Mi	15.01.	12x1 Std.	14.15-15.15 Uhr	gebührenfrei
OZ-2701-06	Mi	30.04.	10x1 Std.	13.15-14.15 Uhr	gebührenfrei
OZ-2702-06	Mi	30.04.	10x1 Std.	14.15-15.15 Uhr	gebührenfrei
PZ-2701-06	Mi	03.09.	13x1 Std.	13.15-14.15 Uhr	gebührenfrei
PZ-2702-06	Mi	03.09.	13x1 Std.	14.15-15.15 Uhr	gebührenfrei

Eller | AWO Familientreff Eller | Schloßallee 12c Anmeldung ☎ (02 11) 6 00 25 - 2 11

NU-2701-08	Mi	15.01.	12x2 Ust.	16.15-17.45 Uhr	120.00 €
OU-2701-08	Mi	30.04.	10x2 Ust.	16.15-17.45 Uhr	100.00 €
PU-2701-08	Mi	03.09.	12x2 Ust.	16.15-17.45 Uhr	120.00 €



Kreativer Kindertanz

Für Kinder ab 3 Jahren

Dieser Kurs bietet mit spielerischem Ansatz eine erste Begegnung mit Tanz. Orientiert an ihrer Erlebniswelt lernen die Kinder Tanz als kreatives Ausdrucksmittel kennen.

Es werden verschiedene Kreis- und Tanzspiele angeboten sowie erste kleine Tänze erarbeitet.

Wersten | Städt. Familienzentrum Werstener Feld 12

Anmeldung ☎ (02 11) 76 30 34

Städt. Familienzentrum Werstener Feld in Kooperation mit dem AWO Familienbildungswerk. Die Kosten werden vom Familienzentrum übernommen.

NZ-2651-09	Di	07.01.	14x1 Std.	09.00-10.00 Uhr	gebührenfrei
NZ-2652-09	Di	07.01.	14x1 Std.	10.00-11.00 Uhr	gebührenfrei
OZ-2651-09	Di	29.04.	10x1 Std.	09.00-10.00 Uhr	gebührenfrei
OZ-2652-09	Di	29.04.	10x1 Std.	10.00-11.00 Uhr	gebührenfrei
PZ-2651-09	Di	02.09.	14x1 Std.	09.00-10.00 Uhr	gebührenfrei
PZ-2652-09	Di	02.09.	14x1 Std.	10.00-11.00 Uhr	gebührenfrei

Rath | AWO Familienzentrum Sonnenhaus | Dortmunder Str. 90

Anmeldung ☎ (02 11) 6 00 25 - 4 55 / - 4 53

AWO Familienzentrum »Sonnenhaus« in Kooperation mit dem AWO Familienbildungswerk. Die Kosten werden vom Familienzentrum übernommen.

NZ-2750-06	Mo	13.01.	11x1 Std.	14.00-15.00 Uhr	gebührenfrei
OZ-2750-06	Mo	28.04.	9x1 Std.	14.00-15.00 Uhr	gebührenfrei
PZ-2750-06	Mo	01.09.	13x1 Std.	14.00-15.00 Uhr	gebührenfrei

Lierenfeld | AWO Familienzentrum »Sternschnuppe« |

Ronsdorfer Str. 138

Anmeldung ☎ (02 11) 6 00 25 - 4 74

AWO Familienzentrum »Sternschnuppe« in Kooperation mit dem AWO Familienbildungswerk. Die Kosten werden vom Familienzentrum übernommen.

NZ-2650-08	Do	16.01.	12x2 Ust.	10.00-11.30 Uhr	gebührenfrei
OZ-2650-08	Do	08.05.	7x2 Ust.	10.00-11.30 Uhr	gebührenfrei
PZ-2650-08	Do	04.09.	12x2 Ust.	10.00-11.30 Uhr	gebührenfrei

Derendorf | AWO Familienzentrum Pustebblume | Liststr. 2

Anmeldung ☎ (02 11) 6 00 25 - 1 07 | Fr. Seresi

AWO Familienzentrum Pustebblume in Kooperation mit dem AWO Familienbildungswerk. Die Kosten werden vom Familienzentrum übernommen.

NZ-2750-02	Mi	15.01.	12x1 St.	10.00-11.00 Uhr	gebührenfrei
NZ-2751-02	Mi	15.01.	12x1 St.	11.00-12.00 Uhr	gebührenfrei
OZ-2750-02	Mi	30.04.	10x1 St.	10.00-11.00 Uhr	gebührenfrei
OZ-2751-02	Mi	30.04.	10x1 St.	11.00-12.00 Uhr	gebührenfrei



Derendorf | AWO Familienbildungswerk | Liststr. 2

Anmeldung ☎ (02 11) 6 00 25 - 1 10

NU-2750-02	Do	16.01.	12x1 Std.	17.10-18.10 Uhr	69.60 €
OU-2750-02	Do	08.05.	7x1 Std.	17.10-18.10 Uhr	40.60 €
PU-2750-02	Do	04.09.	13x1 Std.	17.10-18.10 Uhr	75.40 €

Zeit für uns

Kreativer Nachmittag

für Eltern mit Kindern ab 3 Jahren

Sie hätten mal Lust, sich mit Ihrem Kind kreativ auszutoben? Malen, matschen, Neues entdecken? Dann sind Sie in unserem Kreativ-Kurs genau richtig.

An vier Nachmittagen wollen wir unserer Kreativität freien Lauf lassen. Sei es basteln, malen oder auch mal mit Naturmaterialien werken. Hier können Sie vieles ausprobieren und was dabei herauskommt, ist nicht so wichtig wie die Freude am gemeinsamen Tun mit Ihrem Kind. Vielleicht entdecken Sie ja hier neue Möglichkeiten, die Zeit mit Ihrem Kind positiv zu gestalten.

Dieser Kurs ist für Eltern mit Kindern im Alter von 3-6 Jahren geeignet.

Der Kurs wird finanziert aus dem Projekt »Familie leben – Eltern können mehr!« und ist kostenfrei. Bei besonderen Aktionen wird es eine Materialumlage geben.

Eller | AWO Familientreff Eller | Schloßallee 12c

Anmeldung ☎ (02 11) 6 00 25 - 2 11

NE-2501-08	Mo	10.03.	4x3 Ust.	15.30-17.45 Uhr	gebührenfrei
------------	----	--------	----------	-----------------	--------------



Bewegung, Rhythmik und Entspannung für Eltern und Kinder

Bewegung, Spiel und Spaß

Für Eltern mit Kindern von 3 bis 6 Jahren

Viel Platz zum Laufen, Klettern, Hüpfen, Musik zum Tanzen, Spielen im Kreis ...

Das sind einfache Elemente, die bei Kindern den Spaß an der Bewegung aufgreifen, die Koordination der Bewegungsabläufe unterstützen, die Grob- und Feinmotorik fördern und ihre Sinne schulen.

Bilk | Sporthalle der Martin-Luther-Schule | Gotenstr. 20

Anmeldung ☎ (02 11) 6 00 25 - 4 22

NU-2601-03	Mo	13.01.	11x2 Ust.	16.30-18.00 Uhr	82.50 €
OU-2601-03	Mo	28.04.	9x2 Ust.	16.30-18.00 Uhr	67.50 €
PU-2601-03	Mo	08.09.	12x2 Ust.	16.30-18.00 Uhr	90.00 €

Bilk | Städt. Gemeinschaftsgrundschule Konkordiastr. 26

Anmeldung ☎ (02 11) 6 00 25 - 4 22

NU-2602-03	Di	14.01.	12x2 Ust.	16.30-18.00 Uhr	90.00 €
NU-2604-03	Fr	17.01.	11x2 Ust.	16.30-18.00 Uhr	82.50 €
OU-2602-03	Di	29.04.	9x2 Ust.	16.30-18.00 Uhr	67.50 €
OU-2604-03	Fr	02.05.	10x2 Ust.	16.30-18.00 Uhr	75.00 €
PU-2602-03	Di	09.09.	12x2 Ust.	16.30-18.00 Uhr	90.00 €
PU-2604-03	Fr	12.09.	11x2 Ust.	16.30-18.00 Uhr	82.50 €

Bilk | Regenbogenschule | Kirchfeldstr. 74-80

Anmeldung ☎ (02 11) 6 00 25 - 4 22

NU-2603-03	Di	14.01.	12x1 Std.	17.00-18.00 Uhr	60.00 €
OU-2603-03	Di	29.04.	9x1 Std.	17.00-18.00 Uhr	45.00 €
PU-2603-03	Di	09.09.	12x1 Std.	17.00-18.00 Uhr	60.00 €



Spiele, Bewegungen, Rhythmik

Für Eltern mit Kindern ab ca. 1½ bis 4 Jahren

In unserer Gruppe haben wir viel Raum für Bewegung, Musik, Spiel und Spaß.

Mit allen Sinnen erleben Kinder ihren eigenen Körper. Die Kinder schulen ihre Wahrnehmung, ihre Grob- und Feinmotorik und ihren Gleichgewichtssinn. Streichel- und Bewegungsspiele, Entspannungsübungen und Erlebnisse mit verschiedenen Materialien fördern die kindliche Entwicklung.

Die Eltern erhalten Anregungen und die Kinder haben die Möglichkeit, soziale Erfahrungen im Kontakt mit anderen Kindern zu sammeln. Die angemeldeten Kinder sollten schon laufen können.

Düsseltal | AWO Familienzentrum Anna Siemsen | Grafenberger Allee 210

Anmeldung ☎ (02 11) 68 12 55

AWO Familienbildungswerk in Kooperation mit dem AWO Familienzentrum »Anna Siemsen«. Das Familienzentrum übernimmt einen Teil der angegebenen Kosten.

NZ-2600-02	So	19.01.	12x2 Ust.	11.00-12.30 Uhr	90.00 €
OZ-2600-02	So	04.05.	10x2 Ust.	11.00-12.30 Uhr	75.00 €
PZ-2600-02	So	07.09.	14x2 Ust.	11.00-12.30 Uhr	105.00 €

Bewegung, Spiel und Spaß

Für Eltern und Kinder von 4 bis 6 Jahren

Viel Platz zum Laufen, Klettern, Hüpfen, Musik zum Tanzen, Spielen im Kreis ...

Das sind einfache Elemente, die bei Kindern den Spaß an der Bewegung aufgreifen, die Koordination der Bewegungsabläufe unterstützen, die Grob- und Feinmotorik fördern und ihre Sinne schulen.

Eller | Städt. Familienzentrum | Am Pflanzkamp 28a

Anmeldung ☎ (02 11) 6 00 25 - 2 11

Städt. Familienzentrum Am Pflanzkamp im Verbund mit Büllenkothenweg in Kooperation mit dem AWO Familienbildungswerk. Einen großen Teil der angegebenen Kosten übernimmt das Familienzentrum.

NZ-2609-08	Do	16.01.	11x1 Std.	15.00-16.00 Uhr	gebührenfrei
NZ-2610-08	Do	16.01.	11x1 Std.	14.00-15.00 Uhr	gebührenfrei
OZ-2609-08	Do	08.05.	6x1 Std.	15.00-16.00 Uhr	gebührenfrei
OZ-2610-08	Do	08.05.	6x1 Std.	14.00-15.00 Uhr	gebührenfrei
PZ-2609-08	Do	04.09.	12x1 Std.	15.00-16.00 Uhr	gebührenfrei
PZ-2610-08	Do	04.09.	12x1 Std.	14.00-15.00 Uhr	gebührenfrei



Spiel- und Mitmachaktionen für Eltern und Kinder von 2 bis 6 Jahren

Vorleseabenteuer

Vorlese- und Mitmachaktion für Eltern mit Kindern von 2 bis 6 Jahren

Wir reisen zusammen in die Welt der Fantasie, in der sich die Kinder nach Herzenslust in ihre Lieblingsfiguren verwandeln können. Wir hören wundervolle Geschichten und erleben spannende Abenteuer. Die Eltern sind herzlich eingeladen, beim Basteln, Singen, Spielen und Verkleiden mitzumachen.

Und wenn wir uns ausgetobt haben, lesen wir weitere Geschichten zusammen.

**Lierenfeld | AWO Familienzentrum »Sternschnuppe« |
Ronsdorfer Str. 138**

Anmeldung ☎ (02 11) 6 00 25 - 4 74

AWO Familienzentrum Sternschnuppe in Kooperation mit dem AWO Familienbildungswerk. Die Kosten werden vom Familienzentrum übernommen

NZ-2502-08	Do	06.02.	1x3 Ust.	14.15-16.30 Uhr	gebührenfrei
OZ-2502-08	Do	22.05.	1x3 Ust.	14.15-16.30 Uhr	gebührenfrei
PZ-2502-08	Do	18.09.	1x3 Ust.	14.15-16.30 Uhr	gebührenfrei
PZ-2503-08	Do	20.11.	1x3 Ust.	14.15-16.30 Uhr	gebührenfrei

Tranquilla Trampeltreu

Vorlese- und Mitmachaktion für Eltern mit Kindern von 2 bis 6 Jahren

Tranquilla Trampeltreu ist auch zur Hochzeit von Sultan Leo eingeladen. Aber der Weg zum Fest ist lang und mühsam. Und wem auch immer sie auf ihrer Reise begegnet, niemand traut ihr zu, dass sie es rechtzeitig schaffen wird. Doch Tranquilla lässt sich nicht beirren. Wird sie es schaffen?

Zu diesem Vorleseabenteuer sind die Eltern herzlich eingeladen, beim Basteln, Singen, Spielen und Verkleiden mitzumachen.

**Eller | AWO Familienzentrum »Marie Juchacz« |
von-Krüger-Str. 18**

Anmeldung ☎ (02 11) 6 00 25 - 4 65

AWO Familienzentrum »Marie Juchacz« in Kooperation mit dem AWO Familienbildungswerk. Die Kosten werden vom Familienzentrum übernommen.

NZ-2506-08	Mo	27.01.	1x3 Ust.	15.00-17.15 Uhr	gebührenfrei
------------	----	--------	----------	-----------------	--------------



Das Nein-Horn

Vorlese- und Mitmachaktion

für Eltern mit Kindern von 2 bis 6 Jahren

Im Herzwald kommt ein kleines, schnickeldischnuckeliges Einhorn zur Welt. Aber obwohl alle ganz lilalieb zu ihm sind und es ständig mit gezuckertem Glücksklee füttern, benimmt sich das Tierchen ganz und gar nicht einhornmäßig. Es sagt einfach immer Nein, sodass seine Familie es bald nur noch NEINHorn nennt.

Die Eltern sind herzlich eingeladen, beim Basteln, Singen, Spielen und Verkleiden mitzumachen.

Derendorf | AWO Familienzentrum Pustebume | Liststr. 2

Anmeldung ☎ (02 11) 6 00 25 - 1 07 | Fr. Seresi

AWO Familienbildungswerk in Kooperation mit dem AWO Familienzentrum Pustebume. Die Kosten werden vom Familienzentrum übernommen.

NZ-2500-02 Do 20.02. 1x3 Ust. 15.15-17.30 Uhr gebührenfrei

Ein tierisches Vergnügen – Spiel und Spaß beim Hasenfest

Vorlese- und Mitmachaktion

für Eltern mit Kindern von 2 bis 6 Jahren

Ja, wo hüpf denn das Häschen, vielleicht bei uns?!

Alle sind herzlich eingeladen zum Basteln, Singen, Spielen und Verkleiden. Hasi kommt auch zum Fest vorbei und singt das Hasenlied! Möchtet ihr mitsingen und mittanzen? Dann seid ihr hier genau richtig!

Die Eltern sind herzlich eingeladen, beim Basteln, Singen, Spielen und Verkleiden mitzumachen.

Derendorf | AWO Familienbildungswerk | Liststr. 2

Anmeldung ☎ (02 11) 6 00 25 - 1 10

NU-2501-02 Do 27.03. 1x3 Ust. 15.00-17.15 Uhr 14.00 €



Wie Hasenherz die Angst besiegte

Vorlese- und Mitmachaktion

für Eltern mit Kindern von 2 bis 6 Jahren

»Hilfe für Hasenherzen« – Eine zauberhafte Geschichte vom Mut haben.

Die Eltern sind herzlich eingeladen, beim Basteln, Singen, Spielen und Verkleiden mitzumachen.

Derendorf | AWO Familienzentrum Pustebume | Liststr. 2
Anmeldung ☎ (02 11) 6 00 25 - 1 07 | Fr. Seresi

AWO Familienbildungswerk in Kooperation mit dem AWO Familienzentrum Pustebume. Die Kosten werden vom Familienzentrum übernommen.

NZ-2500-02 Do 03.04. 1x3 Ust. 15.15-17.30 Uhr gebührenfrei

Hasenfest

Vorlese- und Mitmachaktion

für Eltern mit Kindern von 2 bis 6 Jahren

Beim Hasenfest hören wir Geschichten vom Osterhasen, basteln, verkleiden uns und die Eltern dürfen mitmachen.

Eller | AWO Familienzentrum »Marie Juchacz« |
von-Krüger-Str. 18

Anmeldung ☎ (02 11) 6 00 25 - 4 65

AWO Familienzentrum »Marie Juchacz« in Kooperation mit dem AWO Familienbildungswerk. Die Kosten werden vom Familienzentrum übernommen.

NZ-2503-08 Mo 07.04. 1x3 Ust. 15.00-17.15 Uhr gebührenfrei

Wie der Tiger lesen lernte

Vorlese- und Mitmachaktion

für Eltern mit Kindern von 2 bis 6 Jahren

Lesen ist eine Kunst, wenn man es noch nicht kann. Doch dann ist es wieder keine Kunst, wenn man es schon kann. Damit man es kann, muss man es lernen und dazu braucht es ein paar Tricks und eine*n gute*n Lehrer*in.

Zu diesem Vorleseabenteuer sind die Eltern herzlich eingeladen, beim Basteln, Singen, Spielen und Verkleiden mitzumachen.

Eller | AWO Familienzentrum »Marie Juchacz« |
von-Krüger-Str. 18

Anmeldung ☎ (02 11) 6 00 25 - 4 65

AWO Familienzentrum »Marie Juchacz« in Kooperation mit dem AWO Familienbildungswerk. Die Kosten werden vom Familienzentrum übernommen.

PZ-2501-08 Mo 22.09. 1x3 Ust. 15.00-17.15 Uhr gebührenfrei



Internationales Vorleseabenteuer

Vorlese- und Mitmachaktion

für Eltern mit Kindern von 2 bis 6 Jahren

Beim internationalem Vorleseabenteuer hören Kinder ab zwei Jahren Geschichten aus verschiedenen Ländern. Es wird gebastelt und gemeinsam gespielt.

Die Eltern sind herzlich eingeladen, beim Basteln, Singen, Spielen und Verkleiden mitzumachen.

Derendorf | AWO Familienzentrum Pustebume | Liststr. 2
Anmeldung ☎ (02 11) 6 00 25 - 1 07 Fr. Seresi

AWO Familienbildungswerk in Kooperation mit dem AWO Familienzentrum Pustebume. Die Kosten werden vom Familienzentrum übernommen.

PZ-2500-02 Do 30.10. 1x3 Ust. 15.15-17.30 Uhr gebührenfrei

Weihnachtliches Vorleseabenteuer

Vorlese- und Mitmachaktion

für Eltern mit Kindern von 2 bis 6 Jahren

Mit Polarbären durch den Nordpol streifen, Prinzen und Prinzessinnen bei der Schatzsuche helfen ...

Der Faszination von Märchen erliegen Kinder und Erwachsene gleichermaßen. Kinder lernen das Abenteuer LESEN kennen und werden zusätzlich in ihrer Sprach- und Fantasieentwicklung gefördert.

Mitmachen ist gefragt: Wir machen Musik zum Abenteuer, wir bewegen uns wie eine Elfe und wir basteln etwas, was ihr mit nach Hause nehmen könnt.

Pssst! Dass nebenbei Koordination, Feinmotorik, Rhythmusgefühl, Gehör und Kreativität geschult werden, verraten wir aber nur den Eltern.

Derendorf | AWO Familienbildungswerk | Liststr. 2
Anmeldung ☎ (02 11) 6 00 25 - 1 10

PU-2500-02 Di 11.11. 1x3 Ust. 15.00-17.15 Uhr 14.00 €



Frohe Weihnachten kleiner König Vorlese- und Mitmachaktion für Eltern mit Kindern von 2 bis 6 Jahren

Der kleine König und das Mädchen, das nun eine Königin ist, freuen sich auf Weihnachten. Aber etwas fehlt. Das kleine Mädchen hat Sehnsucht nach seiner Familie und will sie über Weihnachten besuchen. Doch was wird aus dem kleinen König ohne seine Königin? Will sie ihn wirklich über Weihnachten allein lassen? Reist ihr der kleine König nach? Eine Geschichte über Liebe, Sehnsucht und über kleine Weihnachtswunder.

Zu diesem Vorleseabenteuer sind die Eltern herzlich eingeladen, beim Basteln, Singen, Spielen und Verkleiden mitzumachen.

**Eller | AWO Familienzentrum »Marie Juchacz« |
von-Krüger-Str. 18**

Anmeldung ☎ (02 11) 6 00 25 - 4 65

AWO Familienzentrum »Marie Juchacz« in Kooperation mit dem AWO Familienbildungswerk. Die Kosten werden vom Familienzentrum übernommen.

PZ-2504-08 Mo 24.11. 1x3 Ust. 15.00-17.15 Uhr gebührenfrei





Angebote für Vorschul- und Grundschul Kinder

Fit für die Schule

Sprachförderung

In einer Kleingruppe von 8-10 Kindern werden unsere kleinen Teilnehmer*innen auf die Einschulung vorbereitet. Besondere Aufmerksamkeit wird auf die Sprachförderung gelegt.

Auf spielerische Art und Weise, aber durchaus mit Regeln und konkreten Aufgaben, wird die natürliche kindliche Neugierde zum Lernen geweckt und gezielt genutzt. Hierzu werden vielfältige Lern- und Spielmaterialien verwendet, um vor allem die sprachlichen, kognitiven, motorischen und sozialen Kompetenzen der Kinder zu fördern.

Die Eltern erhalten vielfältige Anregungen und Tipps, wie sie ihre Kinder auch zu Hause unterstützen können.

Derendorf | AWO Familienbildungswerk | Liststr. 2

Anmeldung ☎ (02 11) 6 00 25 - 1 21

NU-8734-02	Mo	13.01.	10x2 Ust.	15.00-16.30 Uhr	30.00 €
OU-8734-02	Mo	28.04.	8x2 Ust.	15.00-16.30 Uhr	24.00 €
PU-8734-02	Mo	01.09.	12x2 Ust.	15.00-16.30 Uhr	36.00 €

Holthausen | AWO Familientreff Holthausen | Geeststraße 99

Anmeldung ☎ (02 11) 6 00 25 -5 34

NU-8736-09	Mo	13.01.	10x2 Ust.	16.15-17.45 Uhr	21.60 €
OU-8736-09	Mo	28.04.	8x2 Ust.	16.15-17.45 Uhr	17.30 €
PU-8736-09	Mo	08.09.	11x2 Ust.	16.15-17.45 Uhr	23.80 €



Schlaufüchse – Wir kommen bald in die Schule!

Auf spielerische Art werden Kinder im Vorschulalter auf die Schule vorbereitet. Sprachspiele, Zahlenspiele, Spiele, die die Konzentration und Feinmotorik fördern – all das soll die Lust auf Schule wecken.

Es werden vielfältige Lern- und Spielmaterialien verwendet und natürliche kindliche Neugierde zum Lernen geweckt und gezielt genutzt. Dadurch werden die sprachlichen, kognitiven, motorischen und sozialen Kompetenzen der Kinder gefördert.

Ein bis zwei Eltern nehmen bei Bedarf im Wechsel an der Gruppe teil.

Rath | AWO Familienzentrum Sonnenhaus | Dortmund Str. 90
Anmeldung ☎ (02 11) 6 00 25 - 4 55 / - 4 53

AWO Familienzentrum »Sonnenhaus« in Kooperation mit dem AWO Familienbildungswerk. Die Kosten werden vom Familienzentrum übernommen.

NZ-2921-06	Do	16.01.	12x1 Ust.	09.00-09.45 Uhr	gebührenfrei
NZ-2922-06	Do	16.01.	12x1 Ust.	09.45-10.30 Uhr	gebührenfrei
OZ-2921-06	Do	08.05.	7x1 Ust.	09.00-09.45 Uhr	gebührenfrei
OZ-2922-06	Do	08.05.	7x1 Ust.	09.45-10.30 Uhr	gebührenfrei
PZ-2921-06	Do	04.09.	13x1 Ust.	09.00-09.45 Uhr	gebührenfrei
PZ-2922-06	Do	04.09.	13x1 Ust.	09.45-10.30 Uhr	gebührenfrei

Derendorf | AWO Familienbildungswerk | Liststr. 2
Anmeldung ☎ (02 11) 6 00 25 - 1 10

AWO Familienzentrum »Pustebume« in Kooperation mit dem AWO Familienbildungswerk. Das Familienzentrum übernimmt einen Teil der angegebenen Kosten.

NZ-2922-02	Do	16.01.	12x2 Ust.	15.15-16.45 Uhr	72.00 €
OZ-2922-02	Do	08.05.	7x2 Ust.	15.15-16.45 Uhr	42.00 €
PZ-2922-02	Do	04.09.	13x2 Ust.	15.15-16.45 Uhr	78.00 €



Vater-Kind-Aktionen

Mit dem Esel durch den Wald

Für Kinder ab 4 Jahren

Der Aktionstag lädt Väter mit ihren Kindern zu gemeinsamen Aktionen ein. Nicht nur die Väter des Familienzentrums, sondern auch Väter aus dem Stadtteil sind mit ihren Kindern herzlich willkommen.

Wir treffen uns mit Oscar und seinem Besitzer Christoph und gehen dann gemeinsam in den Wald. Dort werden wir Wald- und Naturerfahrungen der besonderen Art machen.

Grafenberg | Wildpark im Grafenberger Wald

Anmeldung ☎ (02 11) 6 00 25 - 1 10

AWO Familienzentrum »Hokuspokus« in Kooperation mit dem AWO Familienbildungswerk. Die Kosten werden vom Familienzentrum übernommen.

NZ-2551-06 Sa 22.03. 1x4 Ust. 10.00-13.00 Uhr gebührenfrei

Grafenberg | Wildpark im Grafenberger Wald

Anmeldung ☎ (02 11) 6 00 25 - 1 10

AWO Familienzentrum »Pusteblyume« in Kooperation mit dem AWO Familienbildungswerk. Die Kosten werden vom Familienzentrum übernommen.

OZ-2552-02 Sa 10.05. 1x4 Ust. 10.00-13.00 Uhr gebührenfrei

»Woher kommt der Stuhl?«

Schreinern für Vater und Kind ab 4 Jahren

Die Kinderfrage »Papa, woher kommt...?« ist nicht immer leicht zu beantworten. Auf die Frage »Papa, woher kommt der Stuhl?« finden wir heute unter handwerklicher Anleitung nicht nur eine Antwort, sondern stellen diesen auch selbst her.

Das Angebot findet in einer klassischen Schreinerwerkstatt unter fachlicher Anleitung statt. Hier haben wissbegierige Kinder (ab 4 Jahren) mit ihren praxisbegeisterten Vätern die Gelegenheit, selbst einen Stuhl zu schreinern. Der Tischlermeister und sein Gehilfe unterstützen die Arbeit. Am Ende des Workshops entsteht ein Stuhl, den Sie auch mit nach Hause nehmen können.

Wersten | Ort wird noch bekannt gegeben

Anmeldung ☎ (02 11) 6 00 25 - 2 11

AWO Familienzentrum Hokuspokus in Kooperation mit dem AWO Familienbildungswerk. Die Kosten werden vom Familienzentrum übernommen.

NZ-2550-09 Sa 05.04. 1x4 Ust. 10.00-13.00 Uhr gebührenfrei



Eltern-Kind-Schwimmen

Eltern-Kind-Schwimmen

Für Eltern mit Kindern im Alter von 1-2 Jahren

Wassergewöhnung für die Kleinsten ab 1 Jahr. Durch das gemeinsame Entdecken und Spielen mit dem Element Wasser sollen sich die Kinder langsam daran gewöhnen und gleichzeitig schon die ersten Erfahrungen mit dem Schwimmen sammeln. Dabei sollen Ängste überwunden werden und ein vertrauter Umgang mit dem Wasser entstehen. Eltern erlernen wichtige und vor allem sichere Griffe und Haltetechniken und sehen, wie ihr Kind die große Bewegungsmöglichkeit im Wasser ausnutzt. Zudem ermöglicht das Eltern-Kind-Schwimmen einen sehr intensiven Kontakt von Eltern und Kind »auf Augenhöhe« und stärkt die Bindung.

Bitte Badekleidung, Badeschuhe, Handtuch & Hygieneartikel mitbringen.

Mörsenbroich | Janusz-Korczak-Schule | Wrangelstr. 40

Anmeldung ☎ (01 74) 5 16 47 77 | Natali Paschen

NU-6000-06	Sa	11.01.	14x1 Ust.	09.00-09.45 Uhr	126.00 €
OU-6000-06	Sa	03.05.	11x1 Ust.	09.00-09.45 Uhr	99.00 €
PU-6000-06	Sa	30.08.	15x1 Ust.	09.00-09.45 Uhr	135.00 €

Bilk | Schwimmbad der Martin-Luther-Schule | Gotenstr. 20

Anmeldung ☎ (0211) 6 00 25 1 16

NU-6012-03	Sa	11.01.	14x1 Ust.	10.30-11.15 Uhr	126.00 €
OU-6012-03	Sa	03.05.	11x1 Ust.	10.30-11.15 Uhr	99.00 €
PU-6012-03	Sa	30.08.	15x1 Ust.	10.30-11.15 Uhr	135.00 €

Gerresheim | Franz-Marc-Schule | Lohbachweg 16

Anmeldung ☎ (0211) 6 00 25 2 11

NU-6016-07	Sa	11.01.	14x1 Ust.	10.30-11.15 Uhr	126.00 €
OU-6016-07	Sa	03.05.	11x1 Ust.	10.30-11.15 Uhr	99.00 €
PU-6016-07	Sa	30.08.	15x1 Ust.	10.30-11.15 Uhr	135.00 €



Eltern-Kind-Schwimmen

Für Eltern mit Kindern im Alter von 2-3 Jahren

In kleinen Gruppen lernen die Kinder ab 2 Jahren mit aktiver Hilfe der Eltern spielerisch das Medium Wasser kennen. Hier stehen der Spaß im Wasser und die Förderung der Bewegung im Vordergrund. Durch das Üben im Wasser werden das Immunsystem gestärkt, die Sinne geschult und die motorische Entwicklung gefördert. Aber auch das geistige und soziale Verhalten werden positiv beeinflusst und das Selbstvertrauen der Kinder gestärkt.

Bitte Badekleidung, Badeschuhe, Handtuch & Hygieneartikel mitbringen.

Mörsenbroich | Janusz-Korczak-Schule | Wrangelstr. 40

Anmeldung ☎ (01 74) 5 16 47 77 | Natali Paschen

NU-6001-06	Sa	11.01.	14x1 Ust.	09.45-10.30 Uhr	126.00 €
OU-6001-06	Sa	03.05.	11x1 Ust.	09.45-10.30 Uhr	99.00 €
PU-6001-06	Sa	30.08.	15x1 Ust.	09.45-10.30 Uhr	135.00 €

Bilk | Schwimmbad der Martin-Luther-Schule | Gotenstr. 20

Anmeldung ☎ (0211) 6 00 25 1 16

NU-6010-03	Sa	11.01.	14x1 Ust.	09.00-09.45 Uhr	126.00 €
OU-6010-03	Sa	03.05.	11x1 Ust.	09.00-09.45 Uhr	99.00 €
PU-6010-03	Sa	30.08.	15x1 Ust.	09.00-09.45 Uhr	135.00 €

Gerresheim | Franz-Marc-Schule | Lohbachweg 16

Anmeldung ☎ (0211) 6 00 25 2 11

NU-6017-07	Sa	11.01.	14x1 Ust.	11.15-12.00 Uhr	126.00 €
OU-6017-07	Sa	03.05.	11x1 Ust.	11.15-12.00 Uhr	99.00 €
PU-6017-07	Sa	30.08.	15x1 Ust.	11.15-12.00 Uhr	135.00 €



Eltern-Kind-Schwimmen

Für Eltern mit Kindern im Alter von 3-4 Jahren

In kleinen Gruppen lernen die Kinder spielerisch das Medium Wasser kennen und der Spaß am Schwimmen steht im Vordergrund. Die Grundbewegungen des Schwimmens werden hier erlernt und auch schon ohne aktive Hilfe der Eltern geübt. Das Ziel ist eine spielerische Gewöhnung an das Element Wasser, das Überwinden der Angst und die Stärkung des Selbstvertrauen der Kinder.

Bitte Badekleidung, Badeschuhe, Handtuch & Hygieneartikel mitbringen.

Mörsenbroich | Janusz-Korczak-Schule | Wrangelstr. 40

Anmeldung ☎ (01 74) 5 16 47 77 | Natali Paschen

NU-6003-06	Sa	11.01.	14x1 Ust.	11.15-12.00 Uhr	126.00 €
OU-6003-06	Sa	03.05.	11x1 Ust.	11.15-12.00 Uhr	99.00 €
PU-6003-06	Sa	30.08.	15x1 Ust.	11.15-12.00 Uhr	135.00 €

Bilk | Schwimmbad der Martin-Luther-Schule | Gotenstr. 20

Anmeldung ☎ (0211) 6 00 25 1 16

NU-6011-03	Sa	11.01.	14x1 Ust.	09.45-10.30 Uhr	126.00 €
OU-6011-03	Sa	03.05.	11x1 Ust.	09.45-10.30 Uhr	99.00 €
PU-6011-03	Sa	30.08.	15x1 Ust.	09.45-10.30 Uhr	135.00 €

Gerresheim | Franz-Marc-Schule | Lohbachweg 16

Anmeldung ☎ (0211) 6 00 25 2 11

NU-6015-07	Sa	11.01.	14x1 Ust.	09.45-10.30 Uhr	126.00 €
OU-6015-07	Sa	03.05.	11x1 Ust.	09.45-10.30 Uhr	99.00 €
PU-6015-07	Sa	30.08.	15x1 Ust.	09.45-10.30 Uhr	135.00 €



Eltern-Kind-Schwimmen

Für Eltern mit Kindern im Alter von 4-5 Jahren

In kleinen Gruppen lernen die Kinder spielerisch das Medium Wasser kennen und der Spaß am Schwimmen steht im Vordergrund. Die Grundbewegungen des Schwimmens werden hier gefestigt und auch schon ohne aktive Hilfe der Eltern geübt. Aber es wird auch weiterhin gemeinsam geplansch, getobt, gespielt, gesprungen und »geschwommen«. Das Ziel ist eine spielerische Gewöhnung an das Element Wasser, das Überwinden der Angst und die Vorbereitung auf einen späteren Schwimmkurs.

In diesem Kurs kann das Motivationsabzeichen »Frosch« für einen Beitrag von 3 € erworben werden.

Dazu müssen folgende Aufgaben erfüllt werden:

- aus dem Sitz vom Beckenrand ins Wasser gleiten
- die Grobform des Schwimmens beherrschen
- einen Ring aus hüfthohem Wasser heraufholen

Bitte Badekleidung, Badeschuhe, Handtuch & Hygieneartikel mitbringen.

Mörsenbroich | Janusz-Korczak-Schule | Wrangelstr. 40

Anmeldung ☎ (01 74) 5 16 47 77 | Natali Paschen

NU-6002-06	Sa	11.01.	14x1 Ust.	10.30-11.15 Uhr	126.00 €
OU-6002-06	Sa	03.05.	11x1 Ust.	10.30-11.15 Uhr	99.00 €
PU-6002-06	Sa	30.08.	15x1 Ust.	10.30-11.15 Uhr	135.00 €

Bilk | Schwimmbad der Martin-Luther-Schule | Gotenstr. 20

Anmeldung ☎ (0211) 6 00 25 1 16

NU-6013-03	Sa	11.01.	14x1 Ust.	11.15-12.00 Uhr	126.00 €
OU-6013-03	Sa	03.05.	11x1 Ust.	11.15-12.00 Uhr	99.00 €
PU-6013-03	Sa	30.08.	15x1 Ust.	11.15-12.00 Uhr	135.00 €

Gerresheim | Franz-Marc-Schule | Lohbachweg 16

Anmeldung ☎ (0211) 6 00 25 2 11

NU-6014-07	Sa	11.01.	14x1 Ust.	09.00-09.45 Uhr	126.00 €
OU-6014-07	Sa	03.05.	11x1 Ust.	09.00-09.45 Uhr	99.00 €
PU-6014-07	Sa	30.08.	15x1 Ust.	09.00-09.45 Uhr	135.00 €

Wersten | Mosaikschule-Städt. Förderschule |

Am Massenberger Kamp 45

Anmeldung ☎ (02 11) 6 00 25 - 2 11

NU-6018-09	mo	13.01.	12x1 Ust.	15.00-15.45 Uhr	108.00 €
OU-6018-09	mo	28.04.	10x1 Ust.	15.00-15.45 Uhr	90.00 €
PU-6018-09	mo	01.09.	14x1 Ust.	15.00-15.45 Uhr	126.00 €

Mörsenbroich | Janusz-Korczak-Schule | Wrangelstr. 40

Anmeldung ☎ (01 74) 5 16 47 77 | Natali Paschen

NU-6059-06	do	09.01.	14x1 Ust.	15.30-16.15 Uhr	126.00 €
OU-6059-06	do	08.05.	8x1 Ust.	15.30-16.15 Uhr	72.00 €
PU-6059-06	do	28.08.	15x1 Ust.	15.30-16.15 Uhr	135.00 €



Mutter-Kind-Schwimmen

Für Mütter mit Kindern bis 5 Jahre

In kleinen Gruppen lernen die Kinder spielerisch das Medium Wasser kennen und der Spaß am Schwimmen steht im Vordergrund. Die Grundbewegungen des Schwimmens werden hier erlernt und auch schon ohne aktive Hilfe der Mütter geübt. Aber es wird auch weiterhin gemeinsam geplansch, getobt, gespielt, gesprungen und »geschwommen«. Das Ziel ist eine spielerische Gewöhnung an das Element Wasser, das Überwinden der Angst und die Vorbereitung auf einen späteren Schwimmkurs.

In diesem Kurs kann das Motivationsabzeichen »Frosch« für einen Beitrag von 3 € erworben werden.

Dazu müssen folgende Aufgaben erfüllt werden:

- aus dem Sitz vom Beckenrand ins Wasser gleiten
- die Grobform des Schwimmens beherrschen
- einen Ring aus hüfthohem Wasser heraufholen

Bitte Badekleidung, Badeschuhe, Handtuch & Hygieneartikel mitbringen.

Mörsenbroich | Janusz-Korczak-Schule | Wrangelstr. 40

Anmeldung ☎ (01 74) 5 16 47 77 | Natali Paschen

NU-6005-06	So	12.01.	14x1 Ust.	15.00-15.45 Uhr	126.00 €
NU-6006-06	So	12.01.	14x1 Ust.	15.45-16.30 Uhr	126.00 €
NU-6007-06	So	12.01.	14x1 Ust.	16.30-17.15 Uhr	126.00 €
OU-6005-06	So	04.05.	10x1 Ust.	15.00-15.45 Uhr	90.00 €
OU-6006-06	So	04.05.	10x1 Ust.	15.45-16.30 Uhr	90.00 €
OU-6007-06	So	04.05.	10x1 Ust.	16.30-17.15 Uhr	90.00 €
PU-6005-06	So	31.08.	16x1 Ust.	15.00-15.45 Uhr	144.00 €
PU-6006-06	So	31.08.	16x1 Ust.	15.45-16.30 Uhr	144.00 €
PU-6007-06	So	31.08.	16x1 Ust.	16.30-17.15 Uhr	144.00 €



Mutter-Kind-Schwimmen für Familien aus der Ukraine

Für Kinder zwischen 2-4 Jahre

Наш курс плавання для дітей 5-6 років, які хочуть навчитися плавати.

Також курс плавання підходить для дітей, які відвідували подібний курс. Уроки проводяться українською/російською мовою.

У поглибленому курсі навички плавання реалізуються шляхом удосконалення роботи рук і ніг дітей брасом, плавання на все більші дистанції та довшого пірнання. Крім того, вводиться і тренується положення лежачи.

На цьому курсі значок раннього плавця «Морський коник» можна отримати за одноразову плату в розмірі 3.- євро.

Іспит включає:

- стрибнути з краю басейну та проплисти 25 м,
- Витягування предмета руками з води до плечей
- Видихніть помітно під водою

Цей значок дуже важливий для дітей, які наступного року підуть до школи в Німеччині.

Участь у курсі забороняється, якщо дитина поганого самопочуття, має лихоманку чи заразна чи має відкриті рани на шкірі. Запитайте свого педіатра, чи може ваша дитина відвідувати заняття

Bitte Badekleidung, Badeschuhe, Handtuch & Hygieneartikel mitbringen.

Mörsenbroich | Janusz-Korczak-Schule | Wrangelstr. 40

Anmeldung ☎ (01 74) 5 16 47 77 | Natali Paschen

NU-6004-06	So	12.01.	14x1 Ust.	13.30-14.15 Uhr	126.00 €
OU-6004-06	So	04.05.	10x1 Ust.	13.30-14.15 Uhr	90.00 €
PU-6004-06	So	31.08.	16x1 Ust.	13.30-14.15 Uhr	144.00 €



Lehrschwimmen

»Wasserfrösche«

Lehrschwimmen für Kinder ab 5 Jahre

In diesem Kurs stehen Spaß und Freude an der Bewegung im Wasser im Vordergrund. Mit Übungen zur Wassergewöhnung und zum richtigen Ein- und Ausatmen fangen die Kinder das Lehrschwimmen spielerisch an. Die folgenden Tauchübungen, Schweben und Gleiten in der Bauch- und Rückenlage steigern die Sicherheit der Kinder! Das Springen ins Wasser und erste Schwimmversuche runden den Kurs ab. So können die Kinder ihre Angst und Wasserscheu überwinden, um sich im Wasser sicher und wohl zu fühlen. Sie sind gut zum nachfolgenden Aufbaukurs vorbereitet.

In diesem Kurs kann das Motivationsabzeichen »Frosch«, für einen Beitrag von 3 € erworben werden.

Prüfungsaufgaben hierfür sind:

- aus dem Sitz vom Beckenrand ins Wasser gleiten
- die Grobform des Schwimmens beherrschen
- einen Ring aus hüfthohem Wasser heraufholen

Bitte Badekleidung, Badeschuhe, Handtuch & Hygieneartikel mitbringen.

Bilk | Schwimmbad der Martin-Luther-Schule | Gotenstr. 20

Anmeldung ☎ (0211) 6 00 25 1 16

NU-6050-03	Sa	11.01.	14x1 Ust.	12.45-13.30 Uhr	119.00 €
OU-6050-03	Sa	03.05.	11x1 Ust.	12.45-13.30 Uhr	93.50 €
OU-6053-03	Sa	03.05.	11x1 Ust.	12.00-12.45 Uhr	93.50 €
PU-6050-03	Sa	30.08.	15x1 Ust.	12.45-13.30 Uhr	127.50 €

Oberbilk | FGZ Sonnenstraße - Lehrschwimmbad - Sonnenstr. 10

Anmeldung ☎ (0211) 6 00 25 - 211

NU-6055-03	Di	07.01.	14x1 Ust.	16.15-17.00 Uhr	119.00 €
OU-6055-03	Di	29.04.	10x1 Ust.	16.15-17.00 Uhr	85.00 €
PU-6055-03	Di	02.09.	14x1 Ust.	16.15-17.00 Uhr	119.00 €

Mörsenbroich | Janusz-Korczak-Schule | Wrangelstr. 40

Anmeldung ☎ (01 74) 5 16 47 77 | Natali Paschen

NU-6060-06	Do	09.01.	14x1 Ust.	16.15-17.00 Uhr	119.00 €
OU-6060-06	Do	08.05.	8x1 Ust.	16.15-17.00 Uhr	68.00 €
OU-6063-06	Sa	03.05.	11x1 Ust.	12.00-12.45 Uhr	93.50 €
OU-6068-06	Mi	30.04.	11x1 Ust.	16.15-17.00 Uhr	93.50 €
PU-6060-06	Do	28.08.	15x1 Ust.	16.15-17.00 Uhr	127.50 €
PU-6063-06	Sa	30.08.	15x1 Ust.	12.00-12.45 Uhr	127.50 €
PU-6068-06	Mi	27.08.	15x1 Ust.	16.15-17.00 Uhr	127.50 €



Wersten | Mosaikschule-Städt. Förderschule |

Am Massenberger Kamp 45

Anmeldung ☎ (02 11) 6 00 25 - 2 11

NU-6071-09	Mo	13.01.	12x1 Ust.	15.45-16.30 Uhr	102.00 €
OU-6071-09	Mo	28.04.	10x1 Ust.	15.45-16.30 Uhr	85.00 €
PU-6071-09	Mo	01.09.	14x1 Ust.	15.45-16.30 Uhr	119.00 €

Gerresheim | Franz-Marc-Schule | Lohbachweg 16

Anmeldung ☎ (0211) 6 00 25 2 11

NU-6075-07	Sa	11.01.	14x1 Ust.	12.00-12.45 Uhr	119.00 €
OU-6075-07	Sa	03.05.	11x1 Ust.	12.00-12.45 Uhr	93.50 €
PU-6075-07	Sa	30.08.	15x1 Ust.	12.00-12.45 Uhr	127.50 €

Garath | Fritz-Henkel-Schule | Stettiner Str. 98 - Lehrschwimmbad

Anmeldung ☎ (02 11) 6 00 25 - 2 11

NU-6085-10	Fr	10.01.	14x1 Ust.	16.15-17.00 Uhr	119.00 €
OU-6085-10	Fr	02.05.	11x1 Ust.	16.15-17.00 Uhr	93.50 €
PU-6085-10	Fr	29.08.	14x1 Ust.	16.15-17.00 Uhr	119.00 €

Mörsenbroich | Janusz-Korczak-Schule | Wrangelstr. 40

Anmeldung ☎ (01 74) 5 16 47 77 | Natali Paschen

OU-6065-06	Fr	02.05.	11x1 Ust.	17.45-18.30 Uhr	93.50 €
PU-6065-06	Fr	29.08.	14x1 Ust.	17.45-18.30 Uhr	119.00 €

»Seepferdchen«

Aufbaukurs I - Lehrschwimmen für Kinder ab 5 Jahre

Der Aufbaukurs I ist für Kinder geeignet, die schon das Motivationsabzeichen »Frosch« erreicht oder einen ähnlichen Kurs besucht haben. Im Aufbaukurs I folgt eine Umsetzung der Schwimmfähigkeiten, indem die Kinder die Arm- und Beinarbeit zum Brustschwimmen verbessern, immer längere Strecken schwimmen und tauchen werden. Zusätzlich wird die Rückenlage eingeführt und geschult.

In diesem Kurs kann das Frühschwimmerabzeichen »Seepferdchen«, für eine einmalige Gebühr von 3 €, erlangt werden. Die Prüfung umfasst:

- Sprung vom Beckenrand und 25 m Schwimmen,
- Herausholen eines Gegenstandes mit den Händen aus schultertiefem Wasser
- Sichtbar unter Wasser ausatmen

Bitte Badekleidung, Badeschuhe, Handtuch & Hygieneartikel mitbringen.



Bilk | Schwimmbad der Martin-Luther-Schule | Gotenstr. 20

Anmeldung ☎ (0211) 6 00 25 1 16

NU-6051-03	Sa	11.01.	14x1 Ust.	13.30-14.15 Uhr	119.00 €
OU-6051-03	Sa	03.05.	11x1 Ust.	13.30-14.15 Uhr	93.50 €
PU-6051-03	Sa	30.08.	15x1 Ust.	13.30-14.15 Uhr	127.50 €
PU-6053-03	Sa	30.08.	15x1 Ust.	12.00-12.45 Uhr	127.50 €

Oberbilk | Sonnenstraße - Lehrschwimmbad - Sonnenstr. 10

Anmeldung ☎ (0211) 6 00 25 - 211

NU-6056-03	Di	07.01.	14x1 Ust.	17.00-17.45 Uhr	119.00 €
OU-6056-03	Di	29.04.	10x1 Ust.	17.00-17.45 Uhr	85.00 €
PU-6056-03	Di	02.09.	14x1 Ust.	17.00-17.45 Uhr	119.00 €

Mörsenbroich | Janusz-Korczak-Schule | Wrangelstr. 40

Anmeldung ☎ (01 74) 5 16 47 77 | Natali Paschen

NU-6061-06	Do	09.01.	14x1 Ust.	17.00-17.45 Uhr	119.00 €
NU-6063-06	Sa	11.01.	14x1 Ust.	12.00-12.45 Uhr	119.00 €
NU-6065-06	Fr	10.01.	14x1 Ust.	17.45-18.30 Uhr	119.00 €
NU-6068-06	Mi	08.01.	14x1 Ust.	16.15-17.00 Uhr	119.00 €
OU-6061-06	Do	08.05.	8x1 Ust.	17.00-17.45 Uhr	68.00 €
PU-6061-06	Do	28.08.	15x1 Ust.	17.00-17.45 Uhr	127.50 €
PU-6064-06	Sa	30.08.	15x1 Ust.	12.45-13.30 Uhr	127.50 €
PU-6066-06	Fr	05.09.	11x1 Ust.	18.30-19.15 Uhr	93.50 €
PU-6069-06	Mi	27.08.	15x1 Ust.	17.00-17.45 Uhr	127.50 €

Wersten | Mosaikschule-Städt. Förderschule |

Am Massenberger Kamp 45

Anmeldung ☎ (02 11) 6 00 25 - 2 11

NU-6072-09	Mo	13.01.	12x1 Ust.	16.30-17.15 Uhr	102.00 €
OU-6072-09	Mo	28.04.	10x1 Ust.	16.30-17.15 Uhr	85.00 €
PU-6072-09	Mo	01.09.	14x1 Ust.	16.30-17.15 Uhr	119.00 €

Gerresheim | Franz-Marc-Schule | Lohbachweg 16

Anmeldung ☎ (0211) 6 00 25 2 11

NU-6076-07	Sa	11.01.	14x1 Ust.	12.45-13.30 Uhr	119.00 €
OU-6076-07	Sa	03.05.	11x1 Ust.	12.45-13.30 Uhr	93.50 €
PU-6076-07	Sa	30.08.	15x1 Ust.	12.45-13.30 Uhr	127.50 €

Garath | Fritz-Henkel-Schule | Stettiner Str. 98 - Lehrschwimmbad

Anmeldung ☎ (02 11) 6 00 25 - 2 11

NU-6086-10	Fr	10.01.	14x1 Ust.	17.00-17.45 Uhr	119.00 €
OU-6086-10	Fr	02.05.	11x1 Ust.	17.00-17.45 Uhr	93.50 €
PU-6086-10	Fr	29.08.	14x1 Ust.	17.00-17.45 Uhr	119.00 €



»Seeräuber«

Aufbaukurs II - Lehrschwimmen für Kinder ab 5 Jahre

Je besser die Schwimmtechnik, desto mehr Sicherheit im Wasser. Die Kinder werden schon erworbene Schwimm- und Tauchkenntnisse verfeinern und vertiefen. Das Schwimmen über einen längeren Zeitraum fördert die Ausdauer und macht Ihr Kind zu einer/einem guten und sicheren Schwimmer*in. In diesem Kurs kann das Frühschwimmabzeichen »Seepferdchen« gemacht, aber auch das Motivationsabzeichen »Seeräuber«, für eine einmalige Gebühr von 3 € erlangt werden (abhängig vom Schwimmbad).

Die Prüfung umfasst:

- 100 m Brustschwimmen
- 5 m Streckentauchen
- Herausholen eines Ringes aus mind. 1 m Wassertiefe

Bitte Badekleidung, Badeschuhe, Handtuch & Hygieneartikel mitbringen.

Bilk | Schwimmbad der Martin-Luther-Schule | Gotenstr. 20

Anmeldung ☎ (0211) 6 00 25 1 16

NU-6052-03	Sa	11.01.	14x1 Ust.	14.15-15.00 Uhr	119.00 €
OU-6052-03	Sa	03.05.	11x1 Ust.	14.15-15.00 Uhr	93.50 €
PU-6052-03	Sa	30.08.	15x1 Ust.	14.15-15.00 Uhr	127.50 €
NU-6053-03	Sa	11.01.	14x1 Ust.	12.00-12.45 Uhr	119.00 €

Oberbilk | Sonnenstraße - Lehrschwimmbad - Sonnenstr. 10

Anmeldung ☎ (0211) 6 00 25 - 211

NU-6057-03	Di	07.01.	14x1 Ust.	17.45-18.30 Uhr	119.00 €
OU-6057-03	Di	29.04.	10x1 Ust.	17.45-18.30 Uhr	85.00 €
PU-6057-03	Di	02.09.	14x1 Ust.	17.45-18.30 Uhr	119.00 €

Mörsenbroich | Janusz-Korczak-Schule | Wrangelstr. 40

Anmeldung ☎ (01 74) 5 16 47 77 | Natali Paschen

NU-6062-06	Do	09.01.	14x1 Ust.	17.45-18.30 Uhr	119.00 €
NU-6064-06	Sa	11.01.	14x1 Ust.	12.45-13.30 Uhr	119.00 €
NU-6066-06	Fr	10.01.	14x1 Ust.	18.30-19.15 Uhr	119.00 €
NU-6069-06	Mi	08.01.	14x1 Ust.	17.00-17.45 Uhr	119.00 €
OU-6062-06	Do	08.05.	8x1 Ust.	17.45-18.30 Uhr	68.00 €
OU-6064-06	Sa	03.05.	11x1 Ust.	12.45-13.30 Uhr	93.50 €
OU-6066-06	Fr	02.05.	11x1 Ust.	18.30-19.15 Uhr	93.50 €
OU-6069-06	Mi	30.04.	11x1 Ust.	17.00-17.45 Uhr	99.00 €
PU-6062-06	Do	28.08.	15x1 Ust.	17.45-18.30 Uhr	127.50 €



**Wersten | Mosaikschule-Städt. Förderschule |
Am Massenberger Kamp 45**

Anmeldung ☎ (02 11) 6 00 25 - 211

NU-6073-09	Mo	13.01.	12x1 Ust.	17.15-18.00 Uhr	102.00 €
OU-6073-09	Mo	28.04.	10x1 Ust.	17.15-18.00 Uhr	85.00 €
PU-6073-09	Mo	01.09.	14x1 Ust.	17.15-18.00 Uhr	119.00 €

Gerresheim | Franz-Marc-Schule | Lohbachweg 16

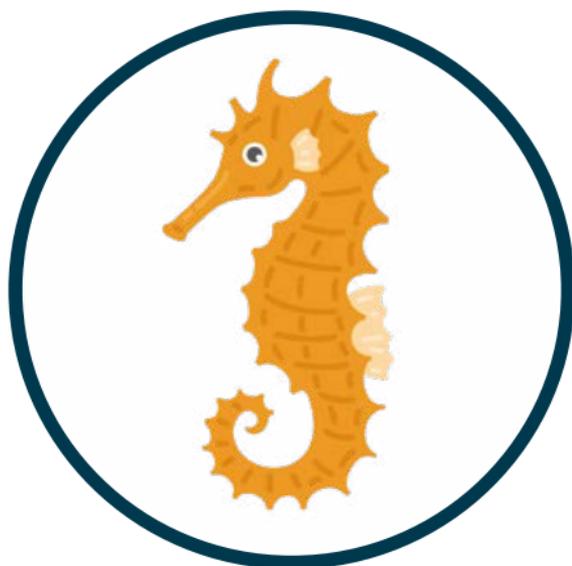
Anmeldung ☎ (0211) 6 00 25 2 11

NU-6077-07	Sa	11.01.	14x1 Ust.	13.30-14.15 Uhr	119.00 €
OU-6077-07	Sa	03.05.	11x1 Ust.	13.30-14.15 Uhr	93.50 €
PU-6077-07	Sa	30.08.	15x1 Ust.	13.30-14.15 Uhr	127.50 €

Garath | Fritz-Henkel-Schule | Stettiner Str. 98 - Lehrschwimmbad

Anmeldung ☎ (02 11) 6 00 25 - 2 11

NU-6087-10	Fr	10.01.	14x1 Ust.	17.45-18.30 Uhr	119.00 €
OU-6087-10	Fr	02.05.	11x1 Ust.	17.45-18.30 Uhr	93.50 €
PU-6087-10	Fr	29.08.	14x1 Ust.	17.45-18.30 Uhr	119.00 €





Familienglück.

Unterstützung für Sie und Ihre Liebsten.

Ob groß oder klein, mit oder ohne Kinder: Wir sind für alle Familien da. Genießen Sie die Momente, die das Leben besonders machen. Um das Finanzielle kümmern wir uns gemeinsam. Vereinbaren Sie gleich einen persönlichen Termin. Mehr Informationen finden Sie auf sskduesseldorf.de

Weil's um mehr als Geld geht.



Stadtsparkasse
Düsseldorf

Qualifi- zierung & Fortbildung

Neues Lernen und Erfahrungen sammeln!





Fortbildung und Qualifizierung

Dieser Fachbereich umfasst zum einen unsere Angebote zur Kindertagespflege. Die Qualifizierung zur Kindertagespflege mit Zertifikatsabschluss für Interessent*innen, die als Kindertagespflegeperson tätig werden wollen, sowie Anschlussqualifizierungen und Fortbildungen für bereits qualifizierte Kindertagespflegepersonen.

Zum anderen finden Sie in diesem Fachbereich Workshops, Informationsveranstaltungen, Erfahrungsaustausch und Kursleiter*innentreffen für alle freiberuflichen Dozent*innen, deren fachlicher „Wissensdurst“ noch nicht gestillt ist.

Die Themenbereiche sind vielfältig und oftmals fachbereichsübergreifend. Auch ein Erfahrungsaustausch und eine kollegiale Beratung sind nicht zu unterschätzen und bereichern die eigene Kurstätigkeit.

Wir bieten ferner eine Supervision für Kursleiter*innen von Eltern-Kind-Gruppen und Elternkursen an.





Qualifizierung zur Tagespflege mit Zertifikatsabschluss

Qualifizierung zur Kindertagespflege nach dem QHB mit Zertifikatsabschluss

Tätigkeitsvorbereitende Qualifizierung (160 Ust.)

Das Angebot richtet sich an Interessent*innen, die als Kindertagespflegepersonen tätig werden wollen. Dafür brauchen sie eine nach dem Sozialgesetzbuch erforderliche Pflegeerlaubnis. Voraussetzung hierfür ist u. a. die Teilnahme an einer entsprechenden Qualifizierung.

Für die Tätigkeit in der Kindertagespflege sollten Sie mit Rücksicht auf die später betreuten Kinder körperlich gesund und psychisch ausgeglichen sein. Teilnahmevoraussetzungen sind die Empfehlung einer Fachberatungsstelle für Kindertagespflege, mindestens der Hauptschulabschluss und Kenntnisse der deutschen Sprache, die eine fließende Verständigung erlauben (mindestens B2-Niveau).

Die Qualifizierung umfasst insgesamt 300 Unterrichtseinheiten (tätigkeitsvorbereitende Qualifizierung und tätigkeitsbegleitende Qualifizierung), 80 Stunden Praktika sowie 140 Stunden Selbstlerneinheiten.

Die Termine sind einmal monatlich in einem Block.
Donnerstags von 17.30 Uhr bis 21.30 Uhr im Online-Format.
Freitags von 16.30 Uhr bis 21.30 Uhr und Samstags von 9.00 bis 17.00 Uhr.

Der zweite Teil (tätigkeitsbegleitende Qualifizierung 140 Ust.) startet am 17.09.2026.

Inhalte:

- Themenkomplex Frühpädagogik: u. a. Beziehung gestalten; Bildung begleiten; Kinderrechte und Kinderschutz; Kindliches Spiel begleiten; Erziehung und Erziehungsstile; Rolle der Kindertagespflegeperson.
- Themenkomplex Aufbau Kindertagespflegestelle: u. a. Rechtliche Grundlagen; Konzeption; Businessplan; Kooperationen und Netzwerke schließen.

»Qualität in der Kindertagespflege – Qualifizierungshandbuch (QHB) für die Bildung, Erziehung und Betreuung von Kindern unter drei« des Deutschen Jugendinstitutes ist die konzeptionelle Grundlage des Kurses. Während der Qualifizierung steht Ihnen eine kontinuierliche Kursbegleitung als Unterstützung zur Seite.



**Der Kurs umfasst insgesamt 140 Ust.
Er wird von verschiedenen Dozent*innen geleitet.**

**Eller | AWO Familientreff Eller | Schloßallee 12c
Anmeldung ☎ (02 11) 6 00 25 - 1 10**

Die genauen Kurstermine werden auf unserer Homepage veröffentlicht.

Der Kursstart ist am 05.06.2025.

Kosten für die gesamte Qualifizierung: 2.410.00 €

Fortbildungen für qualifizierte Kindertagespflegepersonen (KTPP)



Kinderrechte in der KTP

Themenbereich: Kinderrechte und deren Umsetzung in der KTP

Die UN-Kinderrechtskonvention hat über 50 Artikel zu Kinderrechten formuliert. In dieser Fortbildung werden wichtige Kinderrechte benannt, die im pädagogischen Alltagsgeschehen der jeweiligen Kindertagespflegeeinrichtung bereits ihre praktische Umsetzung finden.

Der Kurs dient dazu, dass die Teilnehmer*innen einen bewussteren Umgang bezüglich ihrer tagtäglichen Umsetzung von Kinderrechten reflektieren, weiterentwickeln und – konzeptionell – benennen können.

Bilk | AWO Familientreff Bilk | Aachener Straße 9

Anmeldung ☎ (02 11) 6 00 25 - 1 10

NU-3943-03

Termin auf Anfrage

42.00 €

Das pädagogische Konzept in der KTP

Konzeptionen aktualisieren

Das pädagogische Konzept ist obligatorischer Bestandteil einer Kindertagespflegeeinrichtung. Diese Fortbildung unterstützt Sie dabei, Ihre pädagogische Konzeption zu aktualisieren und dabei die verbindlichen Standards und inhaltlichen Punkte hinreichend zu berücksichtigen.

Das Ziel der Fortbildung besteht darin, dass Ihr Konzept einerseits Ihre fachliche Qualifikation und andererseits Ihre pädagogische Praxis transparent darstellt. Aufgrund der begrenzten Teilnehmer*innenzahl von sechs Personen erhalten Sie intensive und individuelle Hilfestellungen.

Bilk | AWO Familientreff Bilk | Aachener Straße 9

Anmeldung ☎ (02 11) 6 00 25 - 1 10

NU-3961-03

Sa

22.02.

2x5 Ust.

10.00-13.45 Uhr

70.00 €



Übergänge von der KTP in die Kita gestalten

Jedes Kind erlebt Übergangsprozesse sehr individuell. Der Abschied aus der Kindertagespflege ist eine große Veränderung. Es ist wichtig, diesen Veränderungsprozess auf die Bedürfnisse und das eigene Tempo des Kindes abzustimmen. Der Übergang in eine Kindertageseinrichtung erfordert eine kind- und elterngerechte Begleitung.

Die Fortbildung bietet hilfreiche Anregungen zur Gestaltung dieser Phase. Ziel ist, dass die Kindertagespflegepersonen ein tieferes Verständnis für Veränderungssituationen aus der Perspektive des Kindes reflektieren und somit Übergangssituationen individuell gestalten können.

Bilk | AWO Familientreff Bilk | Aachener Straße 9

Anmeldung ☎ (02 11) 6 00 25 - 1 10

NU-3942-03 Sa 18.03. 2x4 Ust. 18.00-21.15 Uhr 56.00 €

Kindeswohlgefährdung

Erkennen, Benennen und sinnvolles Handeln

Als Tagesmutter/-vater übernehmen Sie eine große Verantwortung für die Ihnen anvertrauten Kinder. Möglicherweise nehmen Sie Signale wahr, die auf eine Gefährdung des Kindeswohls hindeuten könnten.

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.

Bilk | AWO Familientreff Bilk | Aachener Straße 9

Anmeldung ☎ (02 11) 6 00 25 - 1 10

NU-3901-03 Sa 12.04. 1x8 Ust. 09.30-15.30 Uhr 56.00 €



Beziehung gestalten von Anfang an

Ziel des Angebotes ist die Förderung der seelischen Kindergesundheit durch eine positive Beziehungsgestaltung in der Kindertagespflege sowie die Stärkung der pädagogischen Handlungskompetenzen – insbesondere in herausfordernden Situationen.

Durch Praxisreflexion und Selbsterfahrung sowie die Vermittlung von relevantem (entwicklungs-) psychologischem Wissen sollen den Teilnehmenden neue Perspektiven auf Kinder und Eltern ermöglicht werden.

Ein Fortbildungsangebot der AOK Rheinland/Hamburg in Kooperation mit dem AWO Familienbildungswerk.

Bilk | AWO Familientreff Bilk | Aachener Straße 9

Anmeldung ☎ (02 11) 6 00 25 - 1 10

OU-3939-03

Termin auf Anfrage

gebührenfrei

Alltag in der KTP – Herausforderungen und Lösungsansätze

Themenbereich: Konfliktmanagement

Der Alltag als Kindertagespflegeperson wird von unterschiedlichsten und mitunter nicht vorhersehbaren und neuen Herausforderungen begleitet. In diesem Kurs können die Teilnehmer*innen ihre Themen und Herausforderungen vorstellen, sich kollegial austauschen und sie erhalten fachliche Hilfestellungen und Lösungsansätze durch die Kursleitung.

Die Teilnehmenden bestimmen das Thema und die Spannbreite der aufgegriffenen Beispiele: vom beißenden Kind bis zu bisher nicht gelösten Konflikten mit den Eltern. Zusätzlich können die Teilnehmer*innen formulieren, auf welche noch nicht eingetreten Herausforderungen sie vorbereitet werden möchten.

Bilk | AWO Familientreff Bilk | Aachener Straße 9

Anmeldung ☎ (02 11) 6 00 25 - 1 10

OU-3944-03

Termin auf Anfrage

42.00 €



Natur mit Kindern erleben

Park, Garten oder Wald – was kann mit Kindern alles im Lern- und Entwicklungsraum Natur erlebt werden? Durch unmittelbares Erfahren werden bei einem Ausflug in den Park grundlegende biologische und ökologische Zusammenhänge vermittelt.

Die Natur ist ein optimales Betätigungsfeld, um Kinder in ihren individuellen Lernprozessen zu sehen und zu begleiten. Fingerspiele und das Basteln mit Naturmaterialien sind weitere Inhalte des naturpädagogischen Fortbildungsangebots.

Bilk | AWO Familientreff Bilk | Aachener Straße 9

Anmeldung ☎ (02 11) 6 00 25 - 1 10

OU-3921-03 Sa 24.05. 1x5 Ust. 10.00-13.45 Uhr 35.00 €

Bildungsgrundsätze in der Kindertagespflege

Im Kinderbildungsgesetz (KiBiz) ist für den Bereich Kindertagespflege ein pädagogischer Auftrag für die frühkindliche Bildung, Erziehung und Betreuung festgelegt. Durch diesen sollen auch Bildungschancen verbessert und Bildungsgerechtigkeit für Kinder ermöglicht werden.

Inhalt der Fortbildung sind die Bildungsgrundsätze, die das Land NRW für Kinder bis 10 Jahren herausgegeben hat. Wir beschäftigen uns damit, wie die Bildungsbereiche lebendig in den Alltag der Kindertagespflege einbezogen werden können und tauschen uns zu Ideen für die Praxis aus.

Themenbereich: Mittelbare Bildungs- und Betreuungsarbeit

Bilk | AWO Familientreff Bilk | Aachener Straße 9

Anmeldung ☎ (02 11) 6 00 25 - 1 10

PU-3930-03 Sa 20.09. 1x5 Ust. 09.30-13.15 Uhr 35.00 €



Selbstfürsorge und gesunder Umgang mit Stress in der KTP

Themenbereich: Rechtliche Grundlagen der KTP und deren Auswirkungen auf die Arbeit einer KTHP

Stress im Beruf ist ein Phänomen der modernen Gesellschaften. Das gilt auch für die Kindertagespflege. Ziel der Fortbildung ist es, dass die Teilnehmer*innen einen bewussteren Umgang mit stressauslösenden Situationen kennenlernen, damit sie weiterhin selbstsicher agieren können.

Die Teilnehmer*innen lernen im Sinne der Selbstfürsorge Stressfaktoren zu identifizieren und zielführend einzuordnen. Zusätzlich werden die rechtlichen Grundlagen der KTP als schützender Rahmen für die Kindertagespflegepersonen thematisiert.

Bilk | AWO Familientreff Bilk | Aachener Straße 9

Anmeldung ☎ (02 11) 6 00 25 - 1 10

PU-3943-03

Termin auf Anfrage

42.00 €

Kommunikation mit Eltern und Erziehungsberechtigten

In diesem Kurs geht es um die Kommunikation mit Eltern und Erziehungsberechtigten in verschiedenen Situationen des Betreuungsalltags, wie z.B. Tür- und Angelgespräche und Elternabende. Es werden Methoden für die Vorbereitung und Durchführung von unterschiedlichen Elterngesprächen besprochen.

Neben den persönlichen Elterngesprächen wird ebenso die digitale Kommunikation in den Blick genommen, die zunehmend in dem Betreuungsalltag unterstützend für einen kurzen Austausch mit Eltern eingesetzt wird. Dabei werden wir Themen wie Datensicherheit und Möglichkeiten der digitalen Kommunikation mit Eltern besprechen.

Themenbereich: Elternarbeit

Bilk | AWO Familientreff Bilk | Aachener Straße 9

Anmeldung ☎ (02 11) 6 00 25 - 1 10

PU-3931-03

Sa

08.11.

1x5 Ust.

10.00-13.45 Uhr

35.00 €



Babysittingkurs: Gute Babysitter sind gefragt...

Für interessierte junge Leute

Eltern müssen Vertrauen in die Person haben, der sie ihr Kind für eine begrenzte Zeit anvertrauen. Wir bereiten Euch auf zukünftige Babysitter-Einsätze vor! Hier wird theoretisch und praktisch alles vermittelt, was Babysitter wissen und können müssen, um ihrer Aufgabe gerecht zu werden. Dazu gehören u.a.

- kindliche Entwicklungsstufen
- Grundkenntnisse in Säuglings- und Kinderpflege
- Rechtliche Aspekte, wie z.B. Aufsichtspflicht
- Spielangebote für Kleinkinder und Kindergartenkinder

Nach Abschluss des Kurses wird ein »Babysitting-Zertifikat« ausgestellt, das eine sinnvolle Ergänzung Eurer Bewerbungsmappe sein kann.

Heerdt | AWO Kita »Die Buschmäuse« | Am Heerdtter Busch 22
Anmeldung ☎ (02 11) 6 00 25 - 1 10

AWO Familienbildungswerk in Kooperation mit der AWO Kita »Die Buschmäuse«. Die Kosten werden von der Kita übernommen.

PZ-3700-04 Sa 08.11. 1x8 Ust. 09.30-15.30 Uhr gebührenfrei



Fortbildung für AWO-Mitarbeitende: § 8a SGB VIII: Umgang mit Verdacht auf Kindeswohlgefährdung

In Kooperation mit der AWO-Abteilung SPFH

Im § 8a SGB VIII hat der Gesetzgeber den Schutzauftrag bei Kindeswohlgefährdung seit Oktober 2005 geregelt. Auch Einrichtungen der Jugendhilfe werden mit in die Verantwortung genommen, den gesetzlich definierten Schutzauftrag in Fällen von Kindeswohlgefährdung wahrzunehmen. Zahlreiche Pressenotizen über Kindesmisshandlungen werfen dann die Frage auf: »Wie funktioniert und gelingt Hilfe?«

In dieser Veranstaltung bieten wir Ihnen:

- Gesetzliche Grundlagen
- Definition und Gefährdungsformen von Kindeswohlgefährdung (Indikatoren, Ressourcen)
- Risiko- und Schutzfaktoren
- Das AWO-interne Kinderschutzverfahren gemäß §8a SGB VIII. (Dieser Teil ist nur für AWO-Mitarbeitende!)

Diese Veranstaltung richtet sich an Mitarbeitende der AWO Düsselndorf, AWO-Kursleiter*innen und andere Interessierte der AWO aus dem Eltern-Kind-Bereich.

Die Zugangsdaten erhalten Sie nach der Anmeldung separat per Mail zu jedem Termin unmittelbar vor der Veranstaltung. Die Teilnahme am Onlinetreffen ist sowohl mit Laptop und PC als auch mit Mobilgeräten möglich.

Bitte informieren Sie sich auch auf unserer Homepage über weitere aktuelle Termine.

Eller | Online-Seminar

Anmeldung ☎ (02 11) 6 00 25 - 2 11

NU-305W-08	Mi	22.01.	1x4 Ust.	09.00-12.00 Uhr	gebührenfrei
NU-306W-08	Mi	26.03.	1x4 Ust.	09.00-12.00 Uhr	gebührenfrei
OU-307W-08	Mi	28.05.	1x4 Ust.	09.00-12.00 Uhr	gebührenfrei
OU-308W-08	Mi	23.07.	1x4 Ust.	09.00-12.00 Uhr	gebührenfrei
PU-309W-08	Mi	19.11.	1x4 Ust.	09.00-12.00 Uhr	gebührenfrei
PU-300W-08	Mi	17.09.	1x4 Ust.	09.00-12.00 Uhr	gebührenfrei



*Supervision für Kursleiter*innen*

Supervision ist eine Form der beruflichen Beratung, bei der es um die Reflexion des eigenen beruflichen Handelns als Kursleitung geht.

Wir arbeiten lösungsorientiert an konkreten Fragestellungen und Fallbeispielen aus der Kursarbeit. Im Rahmen von Supervision erarbeiten wir Lösungswege und Handlungsstrategien in schwierigen Situationen, wie z.B. Konflikte im Kurs, Umgang mit schwierigen Teilnehmenden, Grenzüberschreitung u.a. Supervision kann helfen eigene Ressourcen besser kennen zu lernen und gezielt einzusetzen und dient der Weiterentwicklung eigener Fähigkeiten und Handlungskompetenz.

Dieses Angebot richtet sich nur an die Kursleiter*innen des Familienbildungswerkes der AWO.

**Derendorf - AWO Familienbildungswerk | Liststr. 2 -
Anmeldung ☎ (02 11) 6 00 25 - 124**

NU-3000-02	Di, 28.01.2025	3 x2 Ust	10.00-11.30 Uhr	gebührenfrei
M. Tsaltikas				
OU-3000-02	Di, 06.05.2025	3 x2 Ust	10.00-11.30 Uhr	gebührenfrei
M. Tsaltikas				
PU-3000-02	Mo, 15.09.2025	3 x2 Ust	10.00-11.30 Uhr	gebührenfrei
M. Tsaltikas				

Oder Einzeltermine in Absprache mit Frau Tsaltikas



Kinder und Jugendliche stark machen!

Fernab von Schulstress und Termindruck nachmittags gemeinsam Musik hören, spielen oder an kostenlosen Kreativ-, Sport- und Kochangeboten teilnehmen: Die Einrichtungen der Jugendförderung sind für jede*n geöffnet! Sie unterstützen, begleiten und fördern Kinder und Jugendliche auf ihrem Weg ins Leben.

Die Jugendförderung unterhält vier offene Kinder- und Jugendfreizeiteinrichtungen:

- Aktiv- und Stadtteiltreff in Wersten
- Jugend in der Aue in Eller
- Youth4U in Unterbach
- Jugendfreizeiteinrichtung Unterbilk

Ein besonderes Highlight im Aktiv- und Stadtteiltreff: Die Jugendfarm beheimatet Ponys, Esel, Hühner, Kaninchen und Katzen, um die sich die Kinder und Jugendlichen selbstständig kümmern.

Junge Menschen stark machen: Dafür setzen sich auch „Till Eulenspiegel – der Kinder- und Jugendanwalt“ und die Einrichtung „Jugendmedienschutz/-prävention“ mit kostenlosen Workshops an Schulen ein.

Weitere Informationen erhalten Sie bei:

Gesa Kaiser, Teamleitung Jugendförderung/Jugendschutz

Siegstraße 2, 40219 Düsseldorf

Tel: 0211 60025-247, gesa.kaiser@awo-duesseldorf.de



Arbeiterwohlfahrt
Düsseldorf
Familienglobus gGmbH



Schulden

Über Geld spricht man doch

Sie haben Schulden und suchen Unterstützung?

Zögern Sie nicht, uns anzusprechen.

Wir beraten Sie bei finanziellen Schwierigkeiten.

Wir suchen mit Ihnen gemeinsam nach Lösungen.

Jede Verschuldungssituation ist anders.

Sie stehen im Mittelpunkt unserer Beratung.

Die Beratung ist kostenlos und vertraulich.

Unser Angebot:

- Beratung zur Existenzsicherung und Haushaltsplanung
- Informationen zu Sozialleistungsansprüchen
- Unterstützung zum Erhalt der Wohnung und Stromversorgung
- Bescheinigungen zum Pfändungsschutzkonto
- Beratung zum Vollstreckungsschutz
- Planung eines realistischen Entschuldungskonzeptes
- Verhandlung mit Gläubiger*innen
- Vermittlung weiterer Hilfs- und Beratungsmöglichkeiten
- Informationen zum Insolvenzverfahren
- Insolvenzantragsstellung

Termine nach Vereinbarung

AWO Familienglobus gGmbH

Schulden- und Insolvenzberatung

Schloßallee 12c

40229 Düsseldorf

Tel.: 0211 60025-2040

schuldnerberatung@awo-duesseldorf.de

Bildungs- zeit



Abstand vom Alltag finden!





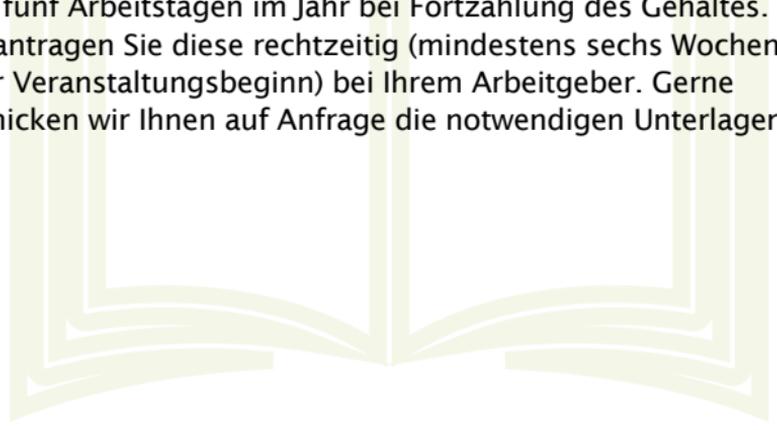
Unsere Seminare außerhalb Düsseldorfs sind eine Möglichkeit, sich in landschaftlich schön gelegenen Tagungshäusern zu pädagogischen, gesellschaftlichen und beruflichen Themen weiterzubilden, neue Perspektiven des Zusammenlebens in der Familie und zur persönlichen Lebensgestaltung zu entwickeln und gleichzeitig Abstand vom Alltag zu gewinnen.

Unsere Angebote richten sich an Familien in verschiedenen Lebenssituationen und Formen des Zusammenlebens sowie an alle Erwachsenen, die ihr Leben und ihr Lebensumfeld aktiv gestalten wollen.

Alle Veranstaltungen werden von erfahrenen haupt- und freiberuflichen Mitarbeiter*innen geleitet. Natürlich sind die Seminare besonders erfolgreich, wenn alle Beteiligten positiv mitwirken!

Zu den meisten Seminaren bieten wir eine Kinderbetreuung an, denn Kinder sind herzlich willkommen! Sie spielen und basteln mit Kinderbetreuer*innen, während die Erwachsenen in der Gruppe zusammenarbeiten. Es gibt in unseren Familienseminaren viele gemeinsame Aktivitäten von Erwachsenen und Kindern, da sie bei uns einen hohen Stellenwert haben.

Einige Veranstaltungen sind nach dem Arbeitnehmerweiterbildungsgesetz (AWbG) des Landes NRW anerkannt. Sie stellen Weiterbildung zu beruflichen und politischen Themen in den Mittelpunkt. Für die Teilnahme an diesen Veranstaltungen haben Sie, wenn Sie in NRW arbeiten, in der Regel einen Anspruch auf Freistellung von der Arbeit von bis zu fünf Arbeitstagen im Jahr bei Fortzahlung des Gehaltes. Beantragen Sie diese rechtzeitig (mindestens sechs Wochen vor Veranstaltungsbeginn) bei Ihrem Arbeitgeber. Gerne schicken wir Ihnen auf Anfrage die notwendigen Unterlagen.





Anmeldung zu Bildungsveranstaltungen

Die Anmeldung kann telefonisch oder schriftlich unter den jeweils angegebenen Adressen bzw. Rufnummern erfolgen. Sie ist erst dann verbindlich und berechtigt zur Teilnahme an der gebuchten Bildungsveranstaltung, wenn die Teilnahmegebühr in voller Höhe 30 Tage vor Veranstaltungsbeginn bar bezahlt worden ist oder Sie uns ein SEPA-Lastschriftmandat zum Einzug der Teilnahmegebühr von Ihrem Konto erteilen.

Die ausgewiesene Gebühr bei Bildungsveranstaltungen außerhalb Düsseldorfs beinhaltet, sofern nicht anders vermerkt, die Kosten für die Seminarleitung, Kinderbetreuung, Übernachtung und Verpflegung. Die Teilnahme an den gruppenpädagogischen Angeboten ist obligatorisch. Die Anfahrt zu den Veranstaltungen erfolgt, soweit nicht anders angegeben, privat und ist nicht in der Teilnahmegebühr enthalten. Die Adresse des entsprechenden Seminarhauses erhalten Sie ca. 10 Tage vor Veranstaltungsbeginn.

Bitte melden Sie sich frühzeitig zu den Bildungsveranstaltungen an. Dies hilft Ihnen und uns bei der weiteren Planung. Wir haben aus inhaltlichen Aspekten und aus Kostengründen eine Mindestteilnehmer*innenzahl. Wird diese nicht erreicht, müssen wir spätestens drei Monate vor Seminarbeginn die gebuchten Tagungshäuser stornieren, um Ausfallkosten zu vermeiden.

Rücktritt von der Anmeldung und Erstattung von Teilnahmegebühren

Bei schriftlicher Abmeldung

- bis 90 Tage vor Veranstaltungsbeginn müssen Sie eine Bearbeitungsgebühr von 20 € bezahlen,
- weniger als 90 und bis 60 Tage vor Veranstaltungsbeginn müssen Sie 60 % der Teilnahmegebühr bezahlen,
- weniger als 60 und bis 30 Tage vor Veranstaltungsbeginn müssen Sie 80 % der Teilnahmegebühr bezahlen.

Bei schriftlicher Abmeldung weniger als 30 Tage vor Veranstaltungsbeginn ist, sofern kein*e Ersatzteilnehmer*in gestellt wird, die volle Teilnahmegebühr zu entrichten.

Die Teilnahmegebühr wird bei Nichtzustandekommen der Veranstaltung erstattet.



Gebührenermäßigung

Alleinerziehende, Familien mit drei und mehr Kindern, Familien mit behinderten Kindern, Arbeitslose und Bezieher*innen von Bürgergeld erhalten bei wirtschaftlicher Bedürftigkeit gegen Vorlage eines entsprechenden Nachweises eine Gebührenermäßigung von maximal 30 %. Darüber hinaus finden Sie zahlreiche Angebote mit besonders niedrig kalkulierten Gebühren, die nicht weiter ermäßigt werden können.

Haftung

Für Verluste oder Schäden irgendwelcher Art wird keine Haftung übernommen. Bei Fahrten und Besichtigungen tritt das Familienbildungswerk nur als Vermittler auf und haftet infolgedessen für keinerlei Schäden.

Änderungen

Termine, Veranstaltungsorte, Referent*innen, Themen und Teilnahmegebühren können sich im Laufe des Jahres ändern. Rufen Sie deshalb zu Ihrer Sicherheit im Zweifelsfall bei uns an oder schauen Sie auf unsere Website.



Legale Drogen und Resilienz

Wochenende für Eltern mit Kinderbetreuung

Dürfen unsere Kinder jetzt Haschisch rauchen? Wie gehen wir mit der Herausforderung um und wie können wir uns, unsere Kinder und unser gesellschaftliches Umfeld stärken?

Viele Eltern wünschen sich, dass ihre Kinder ihren Alltag meistern, ohne dafür Suchtmittel zu konsumieren.

Das Wochenende bietet rechtliche und medizinische Informationen und einen intensiven Austausch mit anderen Eltern.

Jugendliche ab 16 Jahren nehmen am Erwachsenenprogramm teil.

Kinder ab 3 Jahren sind in der Kinderbetreuung willkommen.

Naturfreundehaus Käte Strobel | Gummersbach

Anmeldung ☎ (02 11) 6 00 25 - 4 22

NT-4101 Fr-So 21.-23.03. 3 Tage 141.00 €

Yogazeit für Eltern und Großeltern mit Kindern und Großkindern

Osterseminar für Familien

Den Druck des Alltags loslassen, tief durchatmen, sich bewegen und regenerieren in einer angenehmen Atmosphäre. In diesem Seminar können (Groß-) Eltern und Kinder sich eine Auszeit mit Yoga gönnen.

Neben Yoga- und Atemübungen, Meditation sowie Tiefenentspannungen für die Erwachsenen werden für die Kinder Bewegungsspiele mit Yogaelementen angeboten.

Yogavorkenntnisse sind nicht erforderlich.

Mit Kinderbetreuung für Kinder von 3 bis 12 Jahren

Wasserburg Rindern | Kleve

Anmeldung ☎ (02 11) 6 00 25 - 4 22

NT-4201 Mo-Fr 21.-25.04. 5 Tage 235.00 €



Yoga-Wochenende

für Eltern mit Kindern ab 5 Jahren

Neue Anforderungen im Leben und mehr Ablenkungen machen Strategien für bewusste Ruhepausen und gezielte Entspannung notwendig. Yoga ist eine Möglichkeit dafür.

Die Erwachsenen können verschiedene Yoga-Stile ausprobieren (Kundalini Yoga, Yoga Nidra und Yin Yoga) und einfache, kurze Entspannungstechniken testen, die im Alltag integrierbar sind.

Hintergrundinfos zur Wirkungsweise der Techniken erleichtern den Zugang zum Yoga. Neben gemeinsamen Übungseinheiten gibt es Einheiten speziell für Kinder.

Yogavorkenntnisse sind nicht erforderlich.

Mit Kinderbetreuung für Kinder von 3 bis 12 Jahren.

Haus des Jugendrotkreuzes | Bad Münstereifel

Anmeldung ☎ (02 11) 6 00 25 - 4 22

OT-4103 Fr-So 23.-25.05. 3 Tage 141.00 €

Sport- und Tagungszentrum Hachen

Anmeldung ☎ (02 11) 6 00 25 - 4 22

PT-4104 Fr-So 12.-14.12. 3 Tage 141.00 €



Alleine erziehen - gemeinsam aktiv!

Ein Bildungswochenende für Alleinerziehende und ihre Kinder

Alleinerziehende Eltern, die Beruf, Kind(er) und Haushalt miteinander in Einklang bringen müssen, fühlen sich manchmal überfordert und allein gelassen. Sie benötigen ab und zu eine Auszeit, um die innere Balance und den Zugang zu den eigenen Ressourcen wieder zu finden. Hier wird Ihnen die Möglichkeit geboten, mal Zeit für sich zu haben während Ihr(e) Kind(er) betreut werden.

Themen an diesem Wochenende sind unter anderem Erziehungsfragen, die Rolle als Mutter/Vater oder allgemeine Strategien zur Alltagsbewältigung. Sie können sich mit der Rolle als alleinerziehendes Elternteil auseinandersetzen, Kraft tanken und gemeinsam in der Gruppe aktiv werden.

Da es sich um ein Bildungswochenende handelt, ist die Teilnahme an den Gruppenangeboten verbindlich.

Die Anreise muss selber organisiert werden.

Mit Kinderbetreuung für Kinder bis 12 Jahre.

Naturfreundehaus Käte Strobel | Gummersbach

Anmeldung ☎ (01 62) 6 48 10 01

OT-4403 Fr-So 05.-07.09.

3 Tage

45.00 €



Diese Veranstaltungen sind nach dem ARBEITNEHMERWEITERBILDUNGSGESETZ (AWBG) des Landes NRW anerkannt. Sie stellen Weiterbildung zu beruflichen und politischen Themen in den Mittelpunkt. Für die Teilnahme an diesen Veranstaltungen haben Sie in der Regel einen Anspruch auf Freistellung von der Arbeit von bis zu fünf Arbeitstagen im Jahr bei Fortzahlung des Gehaltes. Beantragen Sie diese rechtzeitig (mindestens sechs Wochen vor Veranstaltungsbeginn) bei Ihrem Arbeitgeber. Gerne schicken wir Ihnen auf Anfrage die notwendigen Unterlagen.

Konflikte als Chance?

Bildungsurlaub nach dem Arbeitnehmerweiterbildungsgesetz

Konflikte entstehen, wenn Wünsche, Meinungen, Werte und Ziele von Menschen nicht miteinander vereinbar sind. Sie sind Bestandteil zwischenmenschlicher Beziehungen und begleiten uns – manchmal auch als innere Konflikte – durch den (Arbeits-)Alltag. Sie gelten als eine der Hauptursachen für Stress am Arbeitsplatz. Die Überwindung von Konflikten ist eine Herausforderung und eine Chance zugleich.

Doch wie kann ich die Herausforderungen gestalten, die Chance dahinter erkennen und ergreifen? Mit Reflexionstechniken, Methoden aus dem systemischen Konfliktcoaching, der gewaltfreien Kommunikation sowie Achtsamkeits- und Entspannungsübungen machen wir uns in diesem Seminar auf den Weg, um – individuelle – Lösungsansätze zu finden.

Bildungsurlaub nach dem Arbeitnehmerweiterbildungsgesetz.

Mit Kinderbetreuung für Kinder von 3 bis 12 Jahren.

Naturfreundehaus Käte Strobel | Gummersbach

Anmeldung ☎ (02 11) 6 00 25 - 4 22

PT-4002 Mo-Fr 20.-24.10.

5 Tage

308.00 €



Ferienzeit ist Familienzeit

Seminar für Alleinerziehende und arbeitslose Familien

Die Familienerholung der Arbeiterwohlfahrt bietet Familien und Alleinerziehenden mit kleinem Einkommen abwechslungsreiche und erholsame Urlaube in familienfreundlichen Ferienhäusern.

Theodor-Schwartz-Haus | Travemünde-Brodten

Anmeldung ☎ (02 11) 6 00 25 - 2 56

AWO Familienerholung in Kooperation mit dem AWO Familienbildungswerk.

OT-4502 Fr-Fr 01.-15.08. 15 Tage Auf Anfrage

Römerstadt-Jugendherberge | Trier

Anmeldung ☎ (02 11) 6 00 25 - 2 56

AWO Familienerholung in Kooperation mit dem AWO Familienbildungswerk.

PT-4501 Sa-Sa 11.-25.10. 15 Tage Auf Anfrage

Level-Up! Gemeinsam durch die digitale Welt.

Für Familien mit Kindern, die von der ambulanten Familien- und Jugendhilfe begleitet werden.

Wir wollen den Kindern und Eltern durch diverse Angebote, Aktionen und Projekte die digitale Welt näherbringen. Kinder und Eltern werden auf unterschiedliche Weise über die Gefahren im Netz aufgeklärt und sensibilisiert.

Viel Spaß und vielleicht das ein oder andere Game dürfen dabei natürlich auch nicht fehlen. Für jede*n ist etwas dabei!

Gebühr für einen 2. Erw.: 15 €. Gebühr ab dem 2. Kind: 10 €

Jugendherberge Ratingen

Anmeldung ☎ (02 11) 6 00 25 - 2 84

AWO ambulante Familien- und Jugendhilfe in Kooperation mit dem AWO Familienbildungswerk.

PT-4502 Mo-Mi 20.-22.10. 3 Tage 55.00 €



URLAUB IN DEN HÄUSERN DER **AWO SANO** an der Nordsee

Ferienzentrum
Burhave

Familienferiendorf
Schillig



Gemeinsame
Erlebnisse in der
Gruppe

Wohlfühlen
in der
Familie



Handicap-
Reisen



Geschwister-
kinder



 **AWO SANO**
Für alle Familien.

Rufen Sie uns gern an!
Tel. 038296 72 0
www.awosano.de

Kultur, Sprache & Kreativität



Kultur ist die Art und Weise, wie wir unser Leben gestalten!

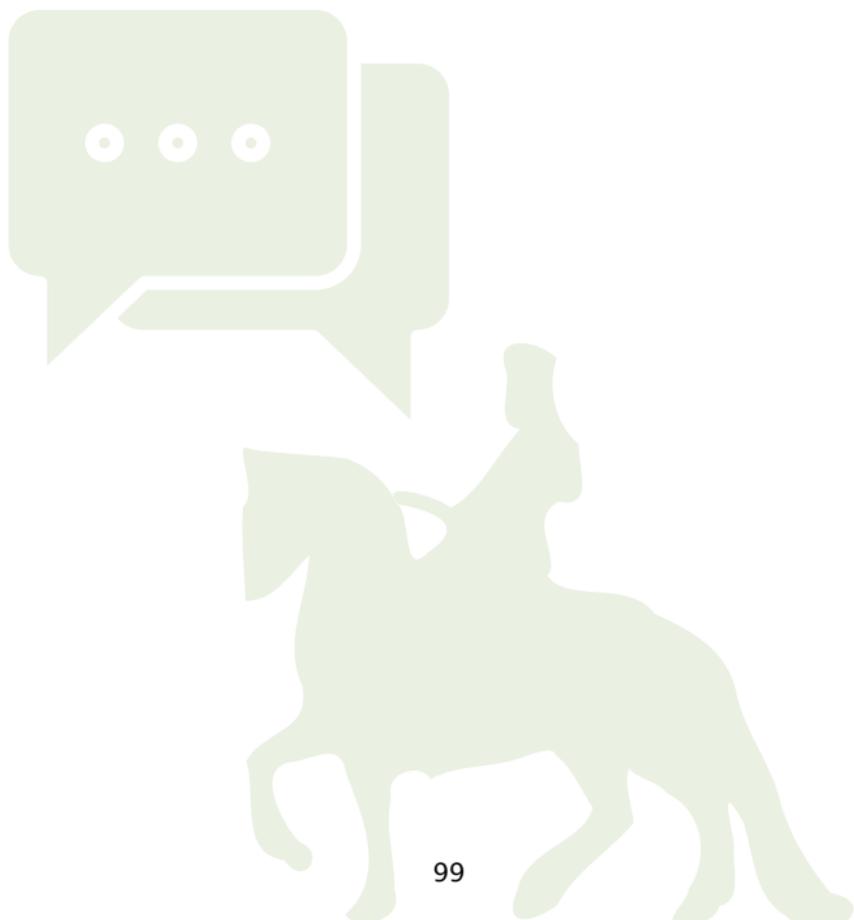




Sprache und Kreativität

In unseren Sprachkursen können Sie praxisnah eine Fremdsprache wie Englisch oder Spanisch erlernen. In einer überschaubaren Gruppe werden Sie dabei ohne Zeit- und Lerndruck von unseren erfahrenen Dozent*innen unterstützt.

Unsere Kreativangebote sind wichtige Bausteine in der Familienbildung. Kreativität bereichert uns auf unterschiedliche Art und Weise ein Leben lang. Verschiedene Nähkurse, Bastel- und Kreativangebote als Kurs oder Workshop tragen zum Gelingen des Familienalltags bei.





Bei weniger als 8 Teilnehmer*innen wird ein Kleingruppenzuschlag erhoben.

Spanisch

Spanisch für Anfänger*innen mit Vorkenntnissen A1

Der Spanischkurs A1 richtet sich an Anfänger*innen mit Vorkenntnissen und vermittelt Ihnen weitere Grundkenntnisse der spanischen Sprache.

Wir stellen Alltags- und Urlaubssituationen sprachlich dar und trainieren und üben Aussprache, Wortschatz und Grammatik.

Mit verschiedenen Methoden, wie z.B. Lernen durch Lesen, Hören und Sprechen, Lückentexte, Rätsel, Grammatikübungen ... vermittelt Ihnen dieser Kurs »praktisches« Spanisch.

Das ist nützlich auf Reisen oder im privaten Umfeld.

Bilk | AWO Familientreff Bilk | Aachener Straße 9

Anmeldung ☎ (02 11) 6 00 25 - 4 22

NU-5601-03	Di	18.02.	7x2 Ust.	18.00-19.30 Uhr	47.60 €
OU-5601-03	Di	06.05.	8x2 Ust.	18.00-19.30 Uhr	54.40 €
PU-5601-03	Di	09.09.	12x2 Ust.	18.00-19.30 Uhr	81.60 €

Spanisch für Fortgeschrittene B1

Der Spanischkurs für leicht Fortgeschrittene arbeitet auf das Niveau B1 hin. Im Kurs wird überwiegend Spanisch gesprochen und geschrieben.

Hier können Sie aktiv Ihre Kommunikationsfähigkeit trainieren und auch selbst kleine Texte verfassen, die in der Gruppe vorgetragen und besprochen werden.

Bilk | AWO Familientreff Bilk | Aachener Straße 9

Anmeldung ☎ (02 11) 6 00 25 - 4 22

NU-5602-03	Do	20.02.	7x2 Ust.	10.15-11.45 Uhr	47.60 €
OU-5602-03	Do	08.05.	7x2 Ust.	10.15-11.45 Uhr	47.60 €
PU-5602-03	Do	11.09.	12x2 Ust.	10.15-11.45 Uhr	81.60 €



Englisch

Englisch für Fortgeschrittene – für Eltern und Großeltern

LOL und Goofy? Viele Begriffe aus der Jugendsprache kommen aus dem Englischen – und vielleicht haben auch Sie schon öfter gehört, wie Ihre Kinder oder Enkel diese Worte verwenden. Überraschen Sie sie, indem Sie genau wissen, was dahinter steckt!

Im Kurs frischen Sie nicht nur Ihre Grammatikkenntnisse auf, sondern erweitern auch Ihren Wortschatz. Kleine Konversationsübungen helfen Ihnen, Ihre Sprachfähigkeiten zu verbessern und Hemmungen beim Sprechen abzubauen.

Bilk | AWO Familientreff Bilk | Aachener Straße 9

Anmeldung ☎ (02 11) 6 00 25 - 4 22

NU-5700-03	Fr	10.01.	13x2 Ust.	10.30-12.00 Uhr	88.40 €
OU-5700-03	Fr	09.05.	9x2 Ust.	10.30-12.00 Uhr	61.20 €
PU-5700-03	Fr	12.09.	11x2 Ust.	10.30-12.00 Uhr	74.80 €



Kreative Angebote

Weitere Kreativangebote finden Sie auch im Bereich »Angebote für Eltern und Kinder«. Darüber hinaus entwickeln wir im Laufe des Jahres neue Angebote, die Sie dann auf unserer Homepage finden.

Nähtreff: Auf Spitz und Knopf

Besondere Freude bereitet das Nähen von Kleidung: für sich selbst, für Andere und auch für Kinder und Enkelkinder. Jedes Kleidungsstück wird unter fachkundiger Anleitung zugeschnitten und genäht. Wir arbeiten mit fertigen Schnittmustern, die individuell verändert werden können. Auch Reparaturen an Kleidungsstücken können durchgeführt werden. Das ist nicht nur nachhaltig, sondern schont auch die Haushaltskasse. Eigene Nähmaschinen können mitgebracht, aber nicht vor Ort gelagert werden.

Anfänger*innen und fortgeschrittene Näher*innen sind herzlich willkommen.

Bitte bringen Sie mit: Stoff, Schere, Näh- und Stecknadeln, Nähgarn, Maßband und Zubehör.

Derendorf | AWO Familienbildungswerk | Liststr. 2

Anmeldung ☎ (02 11) 6 00 25 - 1 10

NU-5503-02	Mi	15.01.	12x4 Ust.	17.00-20.00 Uhr	134.40 €
OU-5503-02	Mi	30.04.	10x4 Ust.	17.00-20.00 Uhr	112.00 €
PU-5503-02	Mi	03.09.	12x4 Ust.	17.00-20.00 Uhr	134.40 €

Offener Nähtreff in Eller

Der offene Nähtreff im Familientreff Eller richtet sich an Hobbynäher*innen, die nicht immer alleine in den eigenen vier Wänden nähen wollen.

Man trifft sich donnerstags abends, bringt sein Projekt und die eigene Maschine mit, plaudert ein wenig und hilft sich auch mal gegenseitig, wenn es etwas knifflig wird.

Eller | AWO Familientreff Eller | Schloßallee 12c

Anmeldung ☎ (02 11) 6 00 25 - 2 11

NU-5500-08	Do	09.01.	14x4 Ust.	19.00-22.00 Uhr	gebührenfrei
OU-5500-08	Do	08.05.	8x4 Ust.	19.00-22.00 Uhr	gebührenfrei
PU-5500-08	Do	28.08.	17x4 Ust.	19.00-22.00 Uhr	gebührenfrei



Follow us on

Instagram



AWO_FBW_DUESSELDORF

www.awo-duesseldorf.de/awo-kurse



Arbeiterwohlfahrt
Düsseldorf
Familienglobus gGmbH

Aktiv & Gesund



Mit Spaß und Freude in Bewegung bleiben!





Unsere Angebote richten sich an alle, die sich bewegen wollen, um dadurch ihre Lebensqualität zu steigern.

Bewegung und auch Entspannung sind die Elemente, die wir Ihnen in einem breiten Kursspektrum anbieten. Um Ihre Gesundheit ganzheitlich zu unterstützen, finden Sie an dieser Stelle:

- Sport- und Bewegungsangebote
- Kurse aus dem Bereich Yoga und Entspannung
- Kurse im Wasser

So gestärkt meistern Sie den Familien- und Berufsalltag.





Fitness- und Tanzkurse

Bauch-Beine-Po

Dieser Kurs ist speziell für Frauen konzipiert und auch für Anfängerinnen geeignet. Die Übungsauswahl setzt sich zusammen aus den Bereichen BBP und Rückenschule und setzt gezielt auf die Körpermitte.

Mit kräftigenden Übungen werden vor allem die Tiefenmuskulatur trainiert, Haltungsprobleme verbessert und an Problemzonen gearbeitet. Und das nur mit Hilfe des eigenen Körpergewichts und einer Matte.

Bitte bequeme Kleidung, Wasser und ggf. Sport-Matte mitbringen.

Eller | GGS Deutzerstraße | Waldshuter Str. (Parkplatz)

Anmeldung ☎ (02 11) 6 00 25 - 2 11

NU-6205-08	Do	16.01.	13x1 Std.	18.00-19.00 Uhr	60.70 €
OU-6205-08	Do	08.05.	8x1 Std.	18.00-19.00 Uhr	37.30 €
PU-6205-08	Do	18.09.	15x1 Std.	18.00-19.00 Uhr	70.00 €

Fitness online für Eltern – Kids welcome

Du willst schon lange wieder Sport machen und fitter werden, aber wann sollst du das auch noch machen?

Unser Online-Fitness-Kurs ist viel mehr als einfach nur ein Fitness-Video. Der professionelle Trainer korrigiert dich, die Gruppe motiviert und Schummeln wird viel schwieriger also... Po hoch und eins und zwei und...

Und wenn die Kinder gerade mal wieder deine Aufmerksamkeit brauchen, dann kurz stumm schalten und gleich wieder weiter machen... gerne dann mit den Kleinen dabei.

Natürlich bist du auch im Kurs willkommen, wenn du keine Kinder hast.

Derendorf | Online-Seminar

Anmeldung ☎ (02 11) 6 00 25 - 1 10

NU-621W-02	Mo	13.01.	12x1 Std.	17.30-18.30 Uhr	72.00 €
OU-621W-02	Mo	28.04.	10x1 Std.	17.30-18.30 Uhr	60.00 €
PU-621W-02	Mo	01.09.	14x1 Std.	17.30-18.30 Uhr	84.00 €



Zumba

Für alle und jede*n, keine Vorerfahrung nötig! Zumba ist ein Tanz-Workout zu lateinamerikanischen und internationalen Rhythmen, welches sich eher wie eine Tanz-Party und nicht wie ein Training anfühlt.

Es ist der perfekte Mix aus Tanz und Fitness, der Kalorien purzeln lässt und gleichzeitig Glückshormone produziert. Man wird sofort von dieser besonderen positiven Stimmung angesteckt und verlässt den Kurs mit einem Lächeln und voller Energie. Probiert es aus!

Derendorf | AWO Familienbildungswerk | Liststr. 2

Anmeldung ☎ (02 11) 6 00 25 - 1 10

NU-6225-02	Fr	10.01.	14x1 Ust.	16.30-17.30 Uhr	84.00 €
OU-6225-02	Fr	02.05.	11x1 Ust.	16.30-17.30 Uhr	66.00 €
PU-6225-02	Fr	29.08.	14x1 Ust.	16.30-17.30 Uhr	84.00 €



Tanz und Bewegung

Tanzen vereint gleich mehrere Dinge, die uns guttun. In Gemeinschaft sein, Musik hören, sich bewegen. Und das Beste ist: Tanzen ist für alle Familienmitglieder geeignet und beim Alter sind bei dieser Sportart keine Grenzen gesetzt!

Durch das Tanzen werden Körper und Geist gleichermaßen trainiert. Es stärkt die Muskulatur und verbessert Koordination, Beweglichkeit und den Gleichgewichtssinn. Es regt das Gehirn an, mindert die Auswirkungen von Stress und stärkt die Konzentrationsfähigkeit. Durch das gemeinsame Bewegen im Raum tritt man mit Anderen in soziale Interaktion. Das hilft gegen Einsamkeit und macht vor allem Spaß!

Wir beginnen mit gezielter Körperarbeit und einfachem tänzerischem Training. Mit verschiedenen Bewegungsaufgaben erforschen und erweitern wir unser individuelles Bewegungsrepertoire. Anschließend tanzen wir gemeinsam kleine Choreographien, die schnell zu lernen sind und Spaß machen.

Derendorf | AWO Familienbildungswerk | Liststr. 2

Anmeldung ☎ (02 11) 6 00 25 - 1 10

NU-6226-02	Di	14.01.	12x1 Std.	17.15-18.15 Uhr	72.00 €
OU-6226-02	Di	29.04.	10x1 Std.	17.15-18.15 Uhr	60.00 €
PU-6226-02	Di	02.09.	14x1 Std.	17.15-18.15 Uhr	84.00 €



Gymnastikkurse

Rückengymnastik

Mit gezielten gymnastischen Übungen wird der gesamte Bewegungsapparat schonend trainiert. Im Vordergrund steht die Wirbelsäule und die dazugehörige Rumpfmuskulatur. Durch die gesundheitliche Ausrichtung des Angebots werden die Körperhaltung verbessert, ein rüchenschonendes Verhalten im Alltag geschult und das Wohlbefinden gesteigert.

Die Trainingseinheiten werden abwechslungsreich gestaltet mit dem Ziel, die Gelenke und die Muskulatur zu kräftigen, zu dehnen und zu mobilisieren. Koordinations-, Gleichgewichts- und Entspannungsübungen runden das Ganze ab.

Bitte bequeme Kleidung, Wasser und ggf. Sportmatte mitbringen.

Derendorf | AWO Familienbildungswerk | Liststr. 2

Anmeldung ☎ (02 11) 6 00 25 - 1 10

AWO Familienzentrum »Pustebume« in Kooperation mit dem AWO Familienbildungswerk. Das Familienzentrum finanziert einen Teil der Kursgebühr.

NZ-6200-02	Mo	13.01.	12x1 Std.	17.00-18.00 Uhr	80.00 €
OZ-6200-02	Mo	28.04.	10x1 Std.	17.00-18.00 Uhr	66.70 €
PZ-6200-02	Mo	01.09.	14x1 Std.	17.00-18.00 Uhr	93.30 €

Unterrath | Ev. Gemeindezentrum Unterrath | Am Röttchen 10

Anmeldung ☎ 4 22 04 08 (Renate Hild)

NU-6201-06	Di	14.01.	13x1 Std.	14.00-15.00 Uhr	86.70 €
OU-6201-06	Di	29.04.	10x1 Std.	14.00-15.00 Uhr	66.70 €
PU-6201-06	Di	02.09.	13x1 Std.	14.00-15.00 Uhr	86.70 €

Eller | GGS Deutzerstraße | Waldshuter Str. (Parkplatz)

Anmeldung ☎ (02 11) 6 00 25 - 2 11

NU-6206-08	Do	16.01.	13x1 Std.	19.00-20.00 Uhr	60.70 €
OU-6206-08	Do	08.05.	8x1 Std.	19.00-20.00 Uhr	37.30 €
PU-6206-08	Do	28.08.	15x1 Std.	19.00-20.00 Uhr	70.00 €



Ganzheitlich Fit – ein Sportangebot ab 50+

Ganzheitlich Fit ist ein Angebot für Menschen ab 50 Jahren, welche etwas für ihren Körper und ihre Gesundheit tun möchten. Es werden zielgerichtete und gelenkschonende Übungen für die gesamte Muskulatur durchgeführt.

Aber auch Tipps für ein rückengerechteres Verhalten im Alltag sowie Übungen für Gleichgewicht und Koordination dürfen hier nicht fehlen. Dehn- und Entspannungsübungen runden das Angebot ab.

Bitte bequeme Kleidung, Wasser und ggf. Sportmatte mitbringen.

Derendorf | AWO Familienbildungswerk | Liststr. 2

Anmeldung ☎ (02 11) 6 00 25 - 1 10

NU-6220-02	Di	14.01.	12x1 Std.	18.15-19.15 Uhr	80.00 €
OU-6220-02	Di	29.04.	10x1 Std.	18.15-19.15 Uhr	66.70 €
PU-6220-02	Di	02.09.	14x1 Std.	18.15-19.15 Uhr	93.40 €





Kurse für Schwangere und Mütter

»Happy Bauch«

Fit in der Schwangerschaft

Eine Schwangerschaft bedeutet in erster Linie Veränderung: körperlich und emotional. In unserem ganzheitlichen Fitnessangebot können Schwangere ein noch tieferes und besseres Körpergefühl entwickeln und Verspannungen loswerden, die durch die veränderte Statik in der Schwangerschaft auftreten können.

Der Kurs enthält:

- moderates Ausdauertraining
- Kräftigungsübung zur Vorbeugung von Fehlbelastungen
- Beckenbodenübungen, die auf die Geburt vorbereiten
- Dehnübungen, die genau dort im Körper Platz schaffen, wo er benötigt wird
- Atem- und Entspannungsübungen zur Linderung von Rückenschmerzen und zur mentalen Vorbereitung auf die Geburt

Und das Beste ist der Austausch mit anderen Baldmamis!

Der Einstieg ist ab der 13. SSW möglich.

Voraussetzung ist eine komplikationslose Schwangerschaft und die Zustimmung vom Frauenarzt.

Derendorf | AWO Familienbildungswerk | Liststr. 2

Anmeldung ☎ (02 11) 6 00 25 - 1 10

NU-6227-02	Mi	15.01.	7x2 Ust.	17.45-19.15 Uhr	63.00 €
PU-6227-02	Mi	08.10.	7x2 Ust.	17.45-19.15 Uhr	63.00 €



Buggy Fitness

Outdoor Fitness mit Baby

Ein vielseitiges, dynamisches Bewegungsprogramm für Frauen, die nach der Rückbildung ihre allgemeine Fitness und ihr Wohlbefinden verbessern wollen.

Beim Buggy Fitness werden insbesondere Ausdauer, Beweglichkeit, Koordination und Kraft gesteigert und wir sagen den schwangerschaftsbedingten Problemzonen den Kampf an!

Das gemeinsame Sporttreiben an der frischen Luft aktiviert die Sinne und bringt Körper, Geist und Seele in Balance.

Ob ihr mit eurem Kind im Kinderwagen, Trage oder doch ohne kommt, ist euch überlassen.

Unterrath | Spielplatz Cloppenburger Weg | 40468 Düsseldorf
Anmeldung ☎ (02 11) 6 00 25 - 1 10

OU-6229-06 Fr 27.06. 7x1 Std. 10.30-11.30 Uhr 42.00 €

Pilates mit Baby

Du hast wieder Lust, etwas für dich zu tun und möchtest wieder aktiv werden?

»Pilates mit Baby« richtet sich an Frauen nach abgeschlossener Rückbildung, die wieder zurück zu ihrem Körper kommen möchten. Nimm dir die Zeit, ganz ohne Stress und Aufwand, denn bei diesem Kurs kannst du dein Baby bis hin zum Krabbelalter mitnehmen.

Die Pilates-Methode ist ein Ganzkörpertraining, bei dem die Tiefenmuskulatur von Rücken, Bauch und Beckenboden besondere Aufmerksamkeit bekommt und ist somit ideal als Anschluss an die Rückbildung geeignet.

Eure Kleinen vergnügen sich währenddessen in kleinen Spielecken am Boden.

Derendorf | AWO Familienbildungswerk | Liststr. 2
Anmeldung ☎ (02 11) 6 00 25 - 1 10

PU-6228-02 Mo 15.09. 7x1 Std. 10.00-11.00 Uhr 42.00 €



Yoga und Selbstfürsorge

Yoga-Pause online

Besonders in unserem Arbeitsalltag begegnen wir oft Situationen, in denen wir unter Stress stehen. Eine aktive und gleichzeitig entspannende Pause ist perfekt, diesem Stress und den daraus resultierenden Verspannungen entgegenzuwirken. Einfache Yogastellungen (Asanas), energetisierende Atemübungen (Pranayama) und Tiefenentspannung (Yoga-Nidra) verhelfen zu zunehmend körperlicher und geistiger Wachheit. So fühlen Sie sich den beruflichen Anforderungen und denen des Alltags besser gewachsen.

Derendorf | Online-Seminar

Anmeldung ☎ (02 11) 6 00 25 - 1 10

NU-630W-02	Di	14.01.	6x½ Ust.	12.30-13.00 Uhr	8.00 €
NU-631W-02	Di	11.03.	5x½ Ust.	12.30-13.00 Uhr	6.70 €
OU-630W-02	Di	29.04.	4x½ Ust.	12.30-13.00 Uhr	5.00 €
OU-631W-02	Di	17.06.	4x½ Ust.	12.30-13.00 Uhr	5.00 €
PU-630W-02	Di	02.09.	6x½ Ust.	12.30-13.00 Uhr	8.00 €
PU-631W-02	Di	04.11.	6x½ Ust.	12.30-13.00 Uhr	8.00 €

Kundalini-Yoga für Erwachsene

Übungen des Kundalini-Yoga sind meistens 1-3 Minuten dauernde Positionen oder Bewegungen. Dabei werden verschiedene Atemtechniken und manchmal Mantras verwendet.

Durch bewusste Atemführung, die dynamischen Körperübungen, Entspannung und Meditation erreichen Sie mehr innere Ausgeglichenheit und Kraft. So können Sie Stress in Familie und Beruf gelassener begegnen und bewahren damit Ihre Gesundheit.

Bitte bequeme Kleidung, Wasser und ggf. Sportmatte mitbringen.

Bilk | Bürgerhaus im Stadtteilzentrum Bilk | Bachstr. 145

Anmeldung ☎ (02 11) 6 00 25 - 4 22

Dieser Kurs ist eine Kooperation von AWO Familienbildungswerk und Bürgerhaus Bilk. Matten sind vorhanden. Barrierefreier Zugang über den Aufzug am Schwimmbad (2. Etage).

NU-6307-03	Di	14.01.	13x2 Ust.	18.30-20.00 Uhr	117.00 €
OU-6307-03	Di	29.04.	10x2 Ust.	18.30-20.00 Uhr	90.00 €
PU-6307-03	Di	02.09.	14x2 Ust.	18.30-20.00 Uhr	126.00 €



Derendorf | AWO Familienbildungswerk | Liststr. 2

Anmeldung ☎ (02 11) 6 00 25 - 1 10

NU-6309-02	Mi	15.01.	13x2 Ust.	09.00-10.30 Uhr	117.00 €
OU-6309-02	Mi	30.04.	11x2 Ust.	09.00-10.30 Uhr	99.00 €
PU-6309-02	Mi	03.09.	13x2 Ust.	09.00-10.30 Uhr	117.00 €

Vinyasa Yoga

Für alle Level

Yoga zielt darauf ab, das Gleichgewicht zwischen Körper und Geist herzustellen, um ein harmonisches und gesundes Leben zu führen.

Es erwartet Dich eine sanfte und zugleich fordernde Praxis, welche Dir Kraft und Energie für den Familienalltag schenken soll. Vinyasa ist ein lebendiger, kraftvoller Yogastil, in dem wir von unserer Atmung geführt einzelne Asanas (Körperhaltungen) zu einem energetischen Flow verbinden. Dabei finden wir auch ausreichend Zeit für Dehnung und Entspannung.

Diese Stunde ist für Dich geeignet, egal ob Du neu im Yoga bist oder schon Erfahrung mitbringst. Im Vordergrund steht, dass du Dir etwas Gutes tun und Dich wieder mit Dir verbinden möchtest.

Bitte bequeme Kleidung, Wasser und ggf. Sportmatte mitbringen.

Bilk | AWO Familienzentrum Wawuschels | Aachener Str. 39

Anmeldung ☎ (02 11) 6 00 25 - 4 22

NZ-6300-03	Mi	15.01.	13x1¼ Ust.	19.45-21.00 Uhr	97.50 €
OZ-6300-03	Mi	30.04.	11x1¼ Ust.	19.45-21.00 Uhr	82.50 €
PZ-6300-03	Mi	03.09.	13x1¼ Ust.	19.45-21.00 Uhr	97.50 €

Unterrath | AWO Familienzentrum Hokuspokus | Krönerweg 50

Anmeldung ☎ (02 11) 6 00 25 - 4 59

NZ-6308-06	Mo	13.01.	12x2 Ust.	18.00-19.30 Uhr	108.00 €
OZ-6308-06	Mo	28.04.	10x2 Ust.	18.00-19.30 Uhr	90.00 €
PZ-6308-06	Mo	01.09.	14x2 Ust.	18.00-19.30 Uhr	126.00 €



Qi Gong mit Yoga-Elementen

Lernen Sie mit Hilfe des Atems, der Konzentration und mit leichten Körperübungen Ihre Lebensenergie zu spüren und zu verstärken. So können Sie wach und flexibel auf die Herausforderungen des Familienalltags reagieren. Zusätzlich wird der Körper durch gezielte Übungen gekräftigt.

Qi Gong ist eine hilfreiche Unterstützung für Ihre Gesundheit und regt die Selbstheilungskräfte an. Durch die Integration von Yoga-Elementen wird dieser Kurs zu einem abwechslungsreichen Angebot.

Vorkenntnisse sind nicht erforderlich. Der Unterricht wird jeweils auf die Bedürfnisse der einzelnen Teilnehmer*innen abgestimmt.

Bitte bequeme Kleidung, warme Socken und Trinkwasser mitbringen!

Derendorf | AWO Familienbildungswerk | Liststr. 2

Anmeldung ☎ (02 11) 6 00 25 - 1 10

NU-6370-02	Mi	15.01.	13x1 Std.	11.15-12.15 Uhr	78.00 €
OU-6370-02	Mi	30.04.	11x1 Std.	11.15-12.15 Uhr	66.00 €
PU-6370-02	Mi	03.09.	13x1 Std.	11.15-12.15 Uhr	78.00 €

»Fit im Kopf«

Fit bleiben - wer möchte das nicht!

In diesem Kurs werden vielfältige Übungen aus dem Bereich des Gehirnjogging/Gedächtnistrainings angeboten. Sie sind für jede*n geeignet und setzen kein spezielles Wissen voraus.

Die Gedächtnistrainerin wird mit unterschiedlichsten und abwechslungsreichen Übungen Ihre Konzentration und Merkfähigkeit sowie Ihre Kreativität anregen und fördern. In entspannter und stressfreier Atmosphäre bringen die Übungen Spaß und Sie bleiben gleichzeitig fit für die täglichen Anforderungen des Familienalltags.

Bitte bequeme Kleidung, Wasser und ggf. Sportmatte mitbringen.

Rath | AWO Zentrum Plus Rath | Am Gatherhof 25

Anmeldung ☎ 6 00 25 - 5 85

NU-6320-06	Do	09.01.	14x1Std.	10.00-11.00 Uhr	65.30 €
OU-6320-06	Do	08.05.	8x1 Std.	10.00-11.00 Uhr	37.30 €
PU-6320-06	Do	04.09.	13x1Std.	10.00-11.00 Uhr	60.70 €



Was könnte leichter sein?

Entspannen mit der Trager®-Methode

Das Alltagsleben führt bei uns allen zu Verspannungen der Muskeln und verklebten Faszien.

Die TRAGER®-Methode ist sehr wirksam, solche Verspannungen auf angenehme Weise zu lösen.

Diese Einführung in die Methode zeigt: Das eigene Körpergewicht hilft, Bewegungsspielräume bewusst zu erfahren und sie spielerisch und genussvoll zu erweitern. Das ermöglicht neue, freiere und leichtere Bewegungen unseres Körpers und Geistes.

Bitte bequeme Kleidung, Wasser und ggf. Sportmatte mitbringen.

Bilk | AWO Familienzentrum Wawuschels | Aachener Str. 39
Anmeldung ☎ (02 11) 6 00 25 - 4 22

OU-6321-03	Sa	15.03.	1x5 Ust.	10.00-14.00 Uhr	22.50 €
PU-6321-03	Sa	13.09.	1x5 Ust.	10.00-14.00 Uhr	22.50 €





Wassergymnastik

Wassergymnastik

Durch den Auftrieb des Wassers werden Wirbelsäule und Gelenke entlastet. Gleichzeitig wird dadurch der Gleichgewichtssinn geschult, was zu einer verbesserten Bewältigung von Alltagssituationen führt. Die Muskulatur wird mit Hilfe des Wasserwiderstandes und dem Einsatz verschiedener Materialien gekräftigt, um Rumpf und Wirbelsäule stabil zu halten. Da der Muskeltonus im Wasser vermindert ist, kommt es zu einer Muskelentspannung – auch der oft verspannten Rückenmuskulatur. Zusätzlich wird die Atemmuskulatur trainiert, der Stoffwechsel angeregt und die Beweglichkeit verbessert.

Bitte Badekleidung, Badeschuhe, Handtuch & Hygieneartikel mitbringen.

Mörsenbroich | Janusz-Korczak-Schule | Wrangelstr. 40

Anmeldung ☎ (01 74) 5 16 47 77 | Natali Paschen

NU-6100-06	Do	09.01.	14x1 Ust.	18.30-19.15 Uhr	126.00 €
OU-6100-06	Do	08.05.	8x1 Ust.	18.30-19.15 Uhr	72.00 €
PU-6100-06	Do	28.08.	15x1 Ust.	18.30-19.15 Uhr	135.00 €
NU-6107-06	Mi	08.01.	14x1 Ust.	17.45-18.30 Uhr	126.00 €
OU-6107-06	Mi	30.04.	11x1 Ust.	17.45-18.30 Uhr	99.00 €
PU-6107-06	Mi	27.08.	15x1 Ust.	17.45-18.30 Uhr	135.00 €

Flingern | Allwetterbad Flingern | Flinger Broich 91a

Anmeldung ☎ (0211) 6 00 25 1 16

NU-6110-02	Di	07.01.	14x1 Ust.	15.00-15.45 Uhr	126.00 €
OU-6110-02	Di	29.04.	10x1 Ust.	15.00-15.45 Uhr	90.00 €
PU-6110-02	Di	02.09.	14x1 Ust.	15.00-15.45 Uhr	126.00 €
NU-6111-02	Di	07.01.	14x1 Ust.	15.45-16.30 Uhr	126.00 €
OU-6111-02	Di	29.04.	10x1 Ust.	15.45-16.30 Uhr	90.00 €
PU-6111-02	Di	02.09.	14x1 Ust.	15.45-16.30 Uhr	126.00 €

Wersten | Mosaikschule-Städt. Förderschule |

Am Massenberger Kamp 45

Anmeldung ☎ (02 11) 6 00 25 - 2 11

NU-6120-09	Mo	13.01.	12x1 Ust.	18.00-18.45 Uhr	96.00 €
OU-6120-09	Mo	28.04.	10x1 Ust.	18.00-18.45 Uhr	90.00 €
PU-6120-09	Mo	01.09.	14x1 Ust.	18.00-18.45 Uhr	126.00 €
NU-6121-09	Mo	13.01.	12x1 Ust.	18.45-19.30 Uhr	108.00 €
OU-6121-09	Mo	28.04.	10x1 Ust.	18.45-19.30 Uhr	90.00 €
PU-6121-09	Mo	01.09.	14x1 Ust.	18.45-19.30 Uhr	126.00 €



Garath | Fritz-Henkel-Schule | Stettiner Str. 98 - Lehrschwimmbad

Anmeldung ☎ (02 11) 6 00 25 - 2 11

NU-6130-10	Di	07.01.	14x1 Ust.	18.30-19.15 Uhr	126.00 €
OU-6130-10	Di	29.04.	10x1 Ust.	18.30-19.15 Uhr	90.00 €
PU-6130-10	Di	02.09.	14x1 Ust.	18.30-19.15 Uhr	126.00 €

Bilk | Schwimmbad der Martin-Luther-Schule | Gotenstr. 20

Anmeldung ☎ (0211) 6 00 25 1 16

NU-6140-03	Do	09.01.	14x1 Ust.	18.30-19.15 Uhr	126.00 €
OU-6140-03	Do	08.05.	8x1 Ust.	18.30-19.15 Uhr	72.00 €
PU-6140-03	Do	28.08.	15x1 Ust.	18.30-19.15 Uhr	135.00 €

Schwerelos

Wassergymnastik für Menschen mit Adipositas/ Lipödem

Das gemeinsame Sporttreiben mit Gleichgesinnten motiviert und bringt die Freude an Bewegung zurück.

Für Adipositas-Betroffene ist Sport oft eine Tortur, weil entsprechende Angebote nicht auf die speziellen Bedürfnisse Übergewichtiger abgestimmt sind. Die Bewegung im Wasser ist da die ideale Lösung, auch für Menschen mit Lipödem. Der Wasserdruck funktioniert hierbei wie eine Lymphdrainage und entstaut die Beine. Wie der Titel schon sagt, ist das Besondere der Auftrieb im Wasser. Er reduziert das Körpergewicht auf ein Minimum. Wassergymnastik ist dadurch besonders schonend, erhöht den Stoffwechsel und bei den Bewegungen wird in alle Richtungen gegen den Wasserwiderstand trainiert. Dadurch stehen auch die Blutgefäße unter verstärktem Druck, was die Durchblutung fördert und das Herz-Kreislauf-System stärkt.

Durch den Einsatz von verschiedenen Materialien und Musik wird das Training abwechslungsreich gestaltet und auf die Bedürfnisse der Teilnehmer*innen abgestimmt.

Bitte Badekleidung, Badeschuhe, Handtuch & Hygieneartikel mitbringen.

Oberbilk | Sonnenstraße - Lehrschwimmbad - Sonnenstr. 10

Anmeldung ☎ (0211) 6 00 25 - 2 11

NU-6115-03	Di	07.01.	14x1 Ust.	18.30-19.15 Uhr	126.00 €
OU-6115-03	Di	29.04.	10x1 Ust.	18.30-19.15 Uhr	90.00 €
PU-6115-03	Di	02.09.	14x1 Ust.	18.30-19.15 Uhr	126.00 €



Aquafitness

Aqua Zumba®

Aqua Zumba® bringt die Zumba®-Philosophie mit Wasserwiderstand zusammen. Diese Pool-Party sollten Sie auf keinen Fall verpassen!

Bei einem Aqua Zumba®-Kurs werden die Gelenke weniger belastet und das Wasser schafft einen natürlichen Widerstand. Dadurch wird der Stoffwechsel angeregt und die Muskeln gestärkt. Dieser Kurs ist ein energiegeladenes Low-impact Training im Wasser und die perfekte Ergänzung Ihres Fitness-Programms.

Bitte Badekleidung, Badeschuhe, Handtuch & Hygieneartikel mitbringen.

Oberbilk | Sonnenstraße - Lehrschwimmbad - Sonnenstr. 10
Anmeldung ☎ (0211) 6 00 25 - 211

NU-6107-03	Mi	08.01.	14x1 Ust.	18.30-19.15 Uhr	126.00 €
OU-6107-03	Mi	30.04.	11x1 Ust.	18.30-19.15 Uhr	99.00 €
PU-6107-03	Mi	27.08.	15x1 Ust.	18.30-19.15 Uhr	135.00 €
NU-6108-03	Mi	08.01.	14x1 Ust.	19.15-20.00 Uhr	126.00 €
OU-6108-03	Mi	30.04.	11x1 Ust.	19.15-20.00 Uhr	99.00 €
PU-6108-03	Mi	27.08.	15x1 Ust.	19.15-20.00 Uhr	135.00 €

Aquafitness für Erwachsene

Wer etwas für Fitness und Wohlbefinden tun möchte, ist im Wasser gut aufgehoben. Denn Aquafitness ist zugleich Krafttraining, Ausdauerschulung, Stretching und Entspannung. Durch den Wasserauftrieb entsteht ein wirbelsäulen- und gelenkschonendes Training. Im Mittelpunkt steht die Kräftigung der Muskulatur und die Straffung des Bindegewebes. Durch die hohe Wärmeleitfähigkeit des Wassers gibt der Körper drei- bis viermal mehr Wärme an das Wasser ab als an die Luft. Dadurch ist Aquafitness der Fettkiller Nummer 1, denn der Körper muss diesen Wärmeverlust durch einen erhöhten Stoffwechsel ausgleichen und verbrennt dabei viele Kalorien.

Bitte Badekleidung, Badeschuhe, Handtuch & Hygieneartikel mitbringen.

Wersten | Mosaikschule-Städt. Förderschule |
Am Massenberger Kamp 45
Anmeldung ☎ (02 11) 6 00 25 - 211

NU-6122-09	Mo	13.01.	12x1 Ust.	19.30-20.15 Uhr	108.00 €
OU-6122-09	Mo	28.04.	10x1 Ust.	19.30-20.15 Uhr	90.00 €
PU-6122-09	Mo	01.09.	14x1 Ust.	19.30-20.15 Uhr	126.00 €



Gymnastik

Fitnessgymnastik für Frauen

Ein vielseitiges, dynamisches Bewegungsprogramm für Frauen, die bewusst ihre allgemeine Fitness und ihr Wohlbefinden verbessern wollen. Bei der Fitnessgymnastik werden insbesondere Ausdauer, Beweglichkeit, Koordination und Kraft gesteigert, die für eine gute Form und das Sporttreiben benötigt werden. Eine vielfältige Übungsauswahl bringt Abwechslung und Spaß. Dehn- und Entspannungsübungen runden die Stunden ab.

Bitte bequeme Kleidung, Wasser und ggf. Sport-Matte mitbringen.

Derendorf | AWO Familienbildungswerk | Liststr. 2

Anmeldung ☎ (02 11) 6 00 25 - 1 10

NU-6210-02	Di	14.01.	13x1 Ust.	17.30-18.15 Uhr	58.50 €
OU-6210-02	Di	29.04.	10x1 Ust.	17.30-18.15 Uhr	45.00 €
PU-6210-02	Di	02.09.	14x1 Ust.	17.30-18.15 Uhr	63.00 €
NU-6211-02	Di	14.01.	13x1 Ust.	18.30-19.15 Uhr	58.50 €
OU-6211-02	Di	29.04.	10x1 Ust.	18.30-19.15 Uhr	45.00 €
PU-6211-02	Di	02.09.	14x1 Ust.	18.30-19.15 Uhr	63.00 €
NU-6216-02	Do	09.01.	14x1 Std.	18.00-19.00 Uhr	84.00 €
OU-6216-02	Do	08.05.	8x1 Std.	18.00-19.00 Uhr	48.00 €
PU-6216-02	Do	28.08.	15x1 Std.	18.00-19.00 Uhr	90.00 €

Unterrath | AWO Familienzentrum Hokuspokus | Krönerweg 50

Anmeldung ☎ (02 11) 6 00 25 - 4 59

AWO Familienzentrum »Hokuspokus« in Kooperation mit dem AWO Familienbildungswerk.

NZ-6214-06	Di	14.01.	12x2 Ust.	19.00-20.30 Uhr	108.00 €
OZ-6214-06	Di	29.04.	10x2 Ust.	19.00-20.30 Uhr	90.00 €
PZ-6214-06	Di	02.09.	14x2 Ust.	19.00-20.30 Uhr	126.00 €
NZ-6215-06	Fr	17.01.	13x2 Ust.	19.00-20.30 Uhr	117.00 €
OZ-6215-06	Fr	02.05.	11x2 Ust.	19.00-20.30 Uhr	99.00 €
PZ-6215-06	Fr	29.08.	14x2 Ust.	19.00-20.30 Uhr	126.00 €



Fitnessgymnastik für Ukrainerinnen

Універсальна, динамічна програма вправ для жінок, які свідомо хочуть поліпшити свою загальну фізичну форму. Фітнес-гімнастика, зокрема, підвищує витривалість, рухливість, координацію і силу, які необхідні для хорошої форми і занять спортом. Вправи на розтяжку та релаксацію завершують уроки, які проводяться українською/російською мовою.

Bitte Badekleidung, Badeschuhe, Handtuch & Hygieneartikel mitbringen.

Derendorf | AWO Familienbildungswerk | Liststr. 2

Anmeldung ☎ (02 11) 6 00 25 - 1 10

NU-6213-02	Mo	13.01.	12x1 Std.	17.00-18.00 Uhr	72.00 €
OU-6213-02	Mo	28.04.	10x1 Std.	17.00-18.00 Uhr	60.00 €
PU-6213-02	Mo	01.09.	14x1 Std.	17.00-18.00 Uhr	84.00 €
NU-6214-02	Mi	15.01.	13x1 Std.	17.00-18.00 Uhr	78.00 €
OU-6214-02	Mi	30.04.	11x1 Std.	17.00-18.00 Uhr	66.00 €
PU-6214-02	Mi	27.08.	15x1 Std.	17.00-18.00 Uhr	90.00 €



Lehrschwimmen

Lehrschwimmen nur für Frauen

»Man lernt nie aus« ... In jedem Alter kann man beginnen, seine Träume und Ziele zu verwirklichen – auch beim Schwimmen. Man erkennt eigene Grenzen, man lernt gemeinsam, diese zu überwinden und Leistungsbereitschaft, Willenskraft sowie Durchhaltevermögen zu aktivieren, um sie jederzeit abzurufen. Inhalte: Gezielte Wassergewöhnung, angstfrei Gleiten und Tauchen, sowie das Erlernen von Brust- und Rückenschwimmen. Dieser Kurs richtet sich gezielt an Frauen, die gerne schwimmen lernen möchten.

In diesem Kurs kann das Frühschwimmerabzeichen »Seepferdchen« für eine einmalige Gebühr von 3 € erlangt werden. Anforderungen an die Prüfung:

- Sprung vom Beckenrand und 25 m schwimmen,
- Herausholen eines Gegenstandes mit den Händen aus schulertiefem Wasser
- Sichtbar unter Wasser ausatmen

Bitte Badekleidung, Badeschuhe, Handtuch & Hygieneartikel mitbringen.

Mörsenbroich | Janusz-Korczak-Schule | Wrangelstr. 40

Anmeldung ☎ (01 74) 5 16 47 77 | Natali Paschen

NU-6105-06	So	12.01.	14x1 Ust.	14.15-15.00 Uhr	126.00 €
OU-6105-06	So	04.05.	10x1 Ust.	14.15-15.00 Uhr	90.00 €
PU-6105-06	So	31.08.	16x1 Ust.	14.15-15.00 Uhr	144.00 €
NU-6106-06	So	12.01.	14x1 Ust.	17.15-18.00 Uhr	126.00 €
OU-6106-06	So	04.05.	10x1 Ust.	17.15-18.00 Uhr	90.00 €
PU-6106-06	So	31.08.	16x1 Ust.	17.15-18.00 Uhr	144.00 €

Oberbilk | Sonnenstraße - Lehrschwimmbad - Sonnenstr. 10

Anmeldung ☎ (0211) 6 00 25 - 2 11

NU-6117-03	Di	07.01.	14x1 Ust.	20.00-20.45 Uhr	126.00 €
OU-6117-03	Di	29.04.	10x1 Ust.	20.00-20.45 Uhr	90.00 €
PU-6117-03	Di	02.09.	14x1 Ust.	20.00-20.45 Uhr	126.00 €

Garath | Fritz-Henkel-Schule | Stettiner Str. 98 - Lehrschwimmbad

Anmeldung ☎ (02 11) 6 00 25 - 2 11

NU-6132-10	Di	07.01.	14x1 Ust.	20.00-20.45 Uhr	126.00 €
OU-6132-10	Di	29.04.	10x1 Ust.	20.00-20.45 Uhr	90.00 €
PU-6132-10	Di	02.09.	14x1 Ust.	20.00-20.45 Uhr	126.00 €



Wassergymnastik

Wassergymnastik für Frauen

Durch den Auftrieb des Wassers werden Wirbelsäule und Gelenke entlastet. Gleichzeitig wird dadurch der Gleichgewichtssinn geschult, was zu einer verbesserten Bewältigung von Alltagssituationen führt. Die Muskulatur wird mit Hilfe des Wasserwiderstandes und dem Einsatz verschiedener Materialien gekräftigt, um Rumpf und Wirbelsäule stabil zu halten. Da der Muskeltonus im Wasser vermindert ist, kommt es zu einer Muskelentspannung – auch der oft verspannten Rückenmuskulatur. Zusätzlich wird die Atemmuskulatur trainiert, der Stoffwechsel angeregt und die Beweglichkeit verbessert.

Bitte Badekleidung, Badeschuhe, Handtuch & Hygieneartikel mitbringen.

Mörsenbroich | Janusz-Korczak-Schule | Wrangelstr. 40
Anmeldung ☎ (01 74) 5 16 47 77 | Natali Paschen

NU-6101-06	Do	09.01.	14x1 Ust.	19.15-20.00 Uhr	126.00 €
OU-6101-06	Do	08.05.	8x1 Ust.	19.15-20.00 Uhr	72.00 €
PU-6101-06	Do	28.08.	15x1 Ust.	19.15-20.00 Uhr	135.00 €



Aquafitness für Frauen

Wer etwas für Fitness und Wohlbefinden tun möchte, ist im Wasser gut aufgehoben. Denn Aquafitness ist zugleich Krafttraining, Ausdauerschulung, Stretching und Entspannung. Durch den Wasserauftrieb entsteht ein wirbelsäulen- und gelenkschonendes Training. Im Mittelpunkt stehen die Kräftigung der Muskulatur und die Straffung des Bindegewebes. Durch die hohe Wärmeleitfähigkeit des Wassers gibt der Körper drei- bis viermal mehr Wärme an das Wasser ab als an die Luft. Dadurch ist Aquafitness der Fettkiller Nummer 1, denn der Körper muss diesen Wärmeverlust durch einen erhöhten Stoffwechsel ausgleichen und verbrennt dabei viele Kalorien.

Bitte Badekleidung, Badeschuhe, Handtuch & Hygieneartikel mitbringen.

Mörsenbroich | Janusz-Korczak-Schule | Wrangelstr. 40

Anmeldung ☎ (02 11) 6 00 25 - 1 16

NU-6102-06	Do	09.01.	14x1 Ust.	20.00-20.45 Uhr	126.00 €
OU-6102-06	Do	08.05.	8x1 Ust.	20.00-20.45 Uhr	72.00 €
PU-6102-06	Do	28.08.	15x1 Ust.	20.00-20.45 Uhr	135.00 €
NU-6103-06	Fr	10.01.	14x1 Ust.	19.15-20.00 Uhr	126.00 €
OU-6103-06	Fr	02.05.	11x1 Ust.	19.15-20.00 Uhr	99.00 €
PU-6103-06	Fr	29.08.	14x1 Ust.	19.15-20.00 Uhr	126.00 €
NU-6104-06	Fr	10.01.	14x1 Ust.	20.00-20.45 Uhr	126.00 €
OU-6104-06	Fr	02.05.	11x1 Ust.	20.00-20.45 Uhr	99.00 €
PU-6104-06	Fr	29.08.	14x1 Ust.	20.00-20.45 Uhr	126.00 €

Oberbilk | Sonnenstraße - Lehrschwimmbad - Sonnenstr. 10

Anmeldung ☎ (0211) 6 00 25 - 211

NU-6116-03	Di	07.01.	14x1 Ust.	19.15-20.00 Uhr	126.00 €
OU-6116-03	Di	29.04.	10x1 Ust.	19.15-20.00 Uhr	90.00 €
PU-6116-03	Di	02.09.	14x1 Ust.	19.15-20.00 Uhr	126.00 €

Wersten | Mosaikschule-Städt. Förderschule |

Am Massenberger Kamp 45

Anmeldung ☎ (02 11) 6 00 25 - 211

NU-6123-09	Mo	13.01.	12x1 Ust.	20.15-21.00 Uhr	108.00 €
OU-6123-09	Mo	28.04.	10x1 Ust.	20.15-21.00 Uhr	90.00 €
PU-6123-09	Mo	01.09.	14x1 Ust.	20.15-21.00 Uhr	126.00 €

Garath | Fritz-Henkel-Schule | Stettiner Str. 98 - Lehrschwimmbad

Anmeldung ☎ (02 11) 6 00 25 - 2 11

NU-6131-10	Di	07.01.	14x1 Ust.	19.15-20.00 Uhr	126.00 €
OU-6131-10	Di	29.04.	10x1 Ust.	19.15-20.00 Uhr	90.00 €
PU-6131-10	Di	02.09.	14x1 Ust.	19.15-20.00 Uhr	126.00 €



Bilk | Schwimmbad der Martin-Luther-Schule | Gotenstr. 20

Anmeldung ☎ (0211) 6 00 25 1 16

NU-6141-03	Do	09.01.	14x1 Ust.	19.15-20.00 Uhr	126.00 €
OU-6141-03	Do	08.05.	8x1 Ust.	19.15-20.00 Uhr	72.00 €
PU-6141-03	Do	28.08.	15x1 Ust.	19.15-20.00 Uhr	135.00 €
NU-6142-03	Do	09.01.	14x1 Ust.	20.00-20.45 Uhr	126.00 €
OU-6142-03	Do	08.05.	8x1 Ust.	20.00-20.45 Uhr	72.00 €
PU-6142-03	Do	28.08.	15x1 Ust.	20.00-20.45 Uhr	135.00 €

Aqua Zumba®

Nur für Frauen

Aqua Zumba® bringt die Zumba®-Philosophie mit Wasserwiderstand zusammen. Diese Pool-Party sollten Sie auf keinen Fall verpassen!

Bei einem Aqua Zumba®-Kurs werden die Gelenke weniger belastet und das Wasser schafft einen natürlichen Widerstand. Dadurch wird der Stoffwechsel angeregt und die Muskeln gestärkt. Dieser Kurs ist ein energiegeladenes Low-impact Training im Wasser und die perfekte Ergänzung Ihres Fitness-Programms.

Bitte Badekleidung, Badeschuhe, Handtuch & Hygieneartikel mitbringen.

Oberbilk | Sonnenstraße - Lehrschwimmbad - Sonnenstr. 10

Anmeldung ☎ (0211) 6 00 25 - 211

NU-6109-03	Mi	08.01.	14x1 Ust.	20.00-20.45 Uhr	126.00 €
OU-6109-03	Mi	30.04.	11x1 Ust.	20.00-20.45 Uhr	99.00 €
PU-6109-03	Mi	27.08.	15x1 Ust.	20.00-20.45 Uhr	135.00 €

Leben im Stadtteil

In und für Düsseldorf!





Leben im Stadtteil

In vielen Düsseldorfer Stadtteilen finden Sie unsere Angebote vor Ort: in unseren Treffs, in Turnhallen, Kindertagestätten, Familienzentren und "zentren plus".

AWO Familientreffs bieten Kurse, die Sie in den übrigen Kapiteln finden, und eine Menge mehr: Offene Treffs, geselliges Leben, Beratung, Selbsthilfegruppen und bürgerschaftliches Engagement.

Auf den folgenden Seiten stellen die Treffs Schwerpunkte oder Besonderheiten vor.

AWO Familientreff Bilk

AWO Familientreff Derendorf

AWO Familientreff Eller

AWO Familientreff Holthausen

AWO Aktiv- und Stadtteiltreff Wersten

Der Familientreff Bilk ist im Stadtteil ein wichtiger Treffpunkt für Familien, Alleinlebende und Senior*innen.

Sie sind gerade Eltern geworden? Besuchen Sie unseren Treff und informieren Sie sich über die verschiedenen Angebote. Im Elterncafé können Sie andere Eltern kennenlernen und sich austauschen. Erfahren Sie mehr über Elternstart NRW, die PEKiP-Kurse und weitere offene Angebote und Kurse im Familientreff.

Sie wohnen im Stadtteil und suchen Kontakte? Wie wäre es mit einem Sprachkurs direkt in Ihrer Nähe? Nutzen Sie die Gelegenheit, neue Menschen kennenzulernen und gleichzeitig Ihre Sprachkenntnisse zu verbessern.

Unser breites Hilfs- und Beratungsnetzwerk steht Ihnen bei Fragen zur Verfügung.

Für Informationen und Anmeldungen erreichen Sie uns telefonisch unter 0211 60025-422 oder per E-Mail an ft.bilk@awo-duesseldorf.de

Wir freuen uns auf Ihren Besuch!

Wir bieten Vieles unter einem Dach. Unsere Arbeit zeichnet sich durch Wertschätzung, Verständnis und Vertrauen gegenüber unseren Besucher*innen aus. Im Maria Nitzschke Haus ist die Familienbildung mit vielen AWO Einrichtungen, aber auch mit anderen Diensten im Stadtbezirk gut vernetzt.

„Große“ und „kleine“ Menschen aus dem Stadtteil und der Nachbarschaft sind herzlich willkommen. Wir sind zentral, gut zu erreichen und bieten Ihnen u.a.:

- Eltern-Baby-Treffs, Krabbel- und Spielgruppen
- Offene Spielcafés, ElternStart NRW
- Musikalische Frühförderung und kreativen Kindertanz
- Interkulturelle Spielgruppen
- Elternkurse und Informationsveranstaltungen zu pädagogischen und entwicklungspsychologischen Themen
- Kurse, Workshops
- Integrationskurse, (Berufs-) Sprachkurse
- Niederschwellige Sprachkurse und Gesprächskreise
- Eltern-Kind-Schwimmen, Lehrschwimmen für Kinder
- Sport- und Gesundheitsangebote für Erwachsene an Land und im Wasser

Familienglobus gGmbH/Familienbildungswerk
Familientreff Derendorf
Liststr. 2
40470 Düsseldorf

Tel. (0211) 6 00 25 - 1 10
Fax: (0211) 6 00 25 -0 77
fbw@awo-duesseldorf.de

Der Familientreff Eller ist eine Anlaufstelle für Familien, Erwachsene und Kinder. Wir sind gut vernetzt und arbeiten mit vielen Partner*innen zusammen.

Unsere Angebote

- Krabbel- und Spielgruppen
- PEKiP (Prager Eltern-Kind-Programm)
- Eltern-Kind-Café
- Kurse, Workshops
- Elternintegrationskurse
- Treffpunkt für Sprachpartner*innen und Selbsthilfegruppen
- Eltern-Kind-Schwimmen, Lehrschwimmen für Kinder
- Elternbegleitung und Bildungsberatung

Zu unseren regelmäßigen offenen Angeboten gehört das »Café Clementinchen«, das immer dienstags von 10:00 - 12:00 Uhr und donnerstags von 15:30 - 17:30 Uhr geöffnet hat (Ausnahmen in den Ferien).

Darüber hinaus veranstalten wir zweimal im Jahr einen Familien-Trödelmarkt. Die genauen Termine entnehmen Sie bitte unserer Homepage.

Für Informationen und Anmeldung sind wir erreichbar unter Tel.: (02 11) 6 00 25 - 2 11 oder ft.eller@awo-duesseldorf.de.

Der Familientreff Holthausen ist offen für Kinder und Erwachsene aus Holthausen und den angrenzenden Stadtteilen.

Unsere Angebote sind vielseitig und flexibel, wir richten unsere Kurse nach den Bedarfen der Stadtteilbewohner*innen aus. Unser Schwerpunkt liegt in der Stärkung von Müttern, Vätern, Alleinerziehenden und Kindern.

Bei Fragen und diversen Anliegen unterstützen wir die Besucher*innen und stellen unser breites Hilfs- und Beratungsnetzwerk zur Verfügung.

Weitere Angebote und neue Kurse während des Jahres werden auf der Internetseite oder auf Facebook und in den Schaufenstern vor dem Familientreff veröffentlicht.

Für Informationen und Anmeldung sind wir erreichbar unter (02 11) 6 00 25 - 5 34/ 6 00 25 - 5 35 oder familientreff.holthausen@awo-duesseldorf.

Im AWO Aktiv- und Stadtteiltreff Wersten gibt es neben den klassischen Familienbildungsangeboten auch ein großes Außengelände mit Sandkasten und einen Stall mit Ponys, Ziegen, Eseln, Kaninchen, Meerschweinchen, Hühnern und einem Kater. Dieses ist immer offen zugänglich und als Spielfläche oder zum gemeinsamen Picknicken oder Grillen nutzbar.

Auf dem Gelände lassen sich tolle Kindergeburtstage oder Angebote für Kita- oder Spielgruppen veranstalten. Sie können diese selbst durchführen, das Außengelände nutzen, Material ausleihen oder auch ein Programm im Stall bei uns buchen. Preise und Zeiten können wir individuell je nach Kapazität und Wünschen absprechen.

Außerdem stellen wir Gebäude und Gelände gerne für selbstorganisierte Gruppentreffen von Nachbar*innen zur Verfügung. Sprechen Sie uns einfach an oder melden Sie sich telefonisch.

Wir bieten auch niederschwellige Alltagsberatung zu verschiedenen Problemstellungen für Menschen aus dem Stadtteil an. Wenn Sie Hilfe beim Stellen von Anträgen, Behördenkontakten oder Ähnlichem brauchen, melden Sie sich gerne bei uns. Wir helfen gerne weiter oder suchen gemeinsam eine passende Beratungsstelle.

Hier finden Sie noch einige unserer offenen Angebote für Eltern bzw. Begleitpersonen mit (Klein-)kindern bis ca. 6 Jahren in Wersten. Offene und neue Angebote werden im Laufe des Jahres auf der Internetseite oder Facebook und Instagram veröffentlicht.

Offenes Spiel- und Lesecafé

Donnerstags 15:00 - 17:30 Uhr

Montags 9:30 - 11:30 Uhr

Babycafé

Mittwochs 9:30 - 11:30 Uhr

Offener Winterspielplatz (Herbst bis Frühjahr)

Dienstags 15:00 - 17:30 Uhr

Offener Treff für Alleinerziehende (mit Kinderbetreuung)

1x im Monat Dienstags 17:00 - 19:15 Uhr

Niederschwelliger Deutschkurs für Frauen

Freitags 9:30 - 11:45 Uhr



Weitere Angebote sind in Planung: Kung Fu für Kinder, Bewegungsangebot für Frauen, Sprachlerngruppe für Kinder ab 5 Jahren ohne Kita-Platz, Spielgruppen, verschiedene Cafés ...

Bei Fragen zu den Angeboten oder Sonstigem melden Sie sich gerne unter (02 11) 6 00 25 - 4 35 oder unter aktivtreff.wersten@awo-duesseldorf.de.

Integration und Deutschkurse

Gemeinsam mehr erreichen!





Integration & Deutschkurse

Hier finden Sie Deutschkurse und andere Angebote für erwachsene Migrant*innen mit einem gesicherten und ungesicherten Aufenthaltsstatus, gleich welcher Nationalität, sowie deren Kinder.

Wir möchten Sie durch unsere passgenauen Angebote und eine gute Kursberatung ein Stück weit auf Ihrem Weg der Integration begleiten.

Wir bieten Sprachkurse in verschiedenen Niveaustufen von A1 bis B2 sowie Alphabetisierung mit entsprechenden Abschlusstests an. Dies sind Integrationskurse, Berufssprachkurse (DeuFöV), niederschwellige Deutschkurse, sowie MiA-/Frauenkurse.

Einige Sprachkurse sind besonders auf die Bedürfnisse von Eltern zugeschnitten. Zu vielen Kursen bieten wir ein pädagogisches Angebot für mitgebrachte Kinder an. Die Themen in den Kursen greifen die Lebens- und Berufswelt von Eltern auf.

Beratung und Anmeldung zu Integrationskursen und MiA-/Frauenkursen

☎ 6 00 25 - 1 22 oder 6 00 25 - 1 23

Berufssprachkursen / DeuFöV

☎ 6 00 25 - 1 21

Weiteren Deutschkursen und Angeboten für Eltern

☎ 6 00 25 - 1 17





Allgemeine Integrationskurse – Schloßallee

Allgemeiner Integrationskurs Modul 1

Eller | AWO Familientreff Eller | Schloßallee 12c

Anmeldung ☎ (02 11) 6 00 25 - 1 22

ND-8121-08 Mo, Di, Do, Fr 20.01. 20x5 Ust. 08.45-12.45 Uhr

OD-8131-08 Mo, Di, Mi, Do 05.05. 25x5 Ust. 13.15-16.30 Uhr

Allgemeiner Integrationskurs Modul 2

Eller | AWO Familientreff Eller | Schloßallee 12c

Anmeldung ☎ (02 11) 6 00 25 - 1 22

ND-8122-08 Mo, Di, Do, Fr 24.02. 20x5 Ust. 08.45-12.45 Uhr

OD-8132-08 Mo, Di, Mi, Do 23.06. 25x5 Ust. 13.15-16.30 Uhr

Allgemeiner Integrationskurs Modul 3

Eller | AWO Familientreff Eller | Schloßallee 12c

Anmeldung ☎ (02 11) 6 00 25 - 1 22

ND-8123-08 Mo, Di, Do, Fr 01.04. 20x5 Ust. 08.45-12.45 Uhr

PD-8133-08 Mo, Di, Mi, Do 25.08. 25x5 Ust. 13.15-16.30 Uhr

Allgemeiner Integrationskurs Modul 4

Eller | AWO Familientreff Eller | Schloßallee 12c

Anmeldung ☎ (02 11) 6 00 25 - 1 22

OD-8124-08 Mo, Di, Do, Fr 16.05. 20x5 Ust. 08.45-12.45 Uhr

PD-8134-08 Mo, Di, Mi, Do 07.10. 25x5 Ust. 13.15-16.30 Uhr

Allgemeiner Integrationskurs Modul 5

Eller | AWO Familientreff Eller | Schloßallee 12c

Anmeldung ☎ (02 11) 6 00 25 - 1 22

OD-8125-08 Mo, Di, Do, Fr 26.06. 20x5 Ust. 08.45-12.45 Uhr

PD-8135-08 Mo, Di, Mi, Do 19.11. 25x5 Ust. 13.15-16.30 Uhr

Allgemeiner Integrationskurs Modul 6

Eller | AWO Familientreff Eller | Schloßallee 12c

Anmeldung ☎ (02 11) 6 00 25 - 1 22

PD-8126-08 Mo, Di, Do, Fr 25.08. 20x5 Ust. 08.45-12.45 Uhr



Elternintegrationskurse mit Kinderbetreuung

Elternintegrationskurse richten sich an diejenigen Zuwanderinnen und Zuwanderer, die ein besonderes Interesse an Erziehung, Bildung und Ausbildung ihrer Kinder haben.

Der Sprachkurs dient dem Erwerb ausreichender deutscher Sprachkenntnisse im Sinne der Integrationsziele und führt über den Basis- und die Aufbausprachkurse A und B zum Niveau B1, das auf der Skala des Gemeinsamen Europäischen Referenzrahmens (GER) als erste Stufe der selbstständigen Sprachverwendung beschrieben ist.

(BAMF: Konzept für bundesweiten Eltern- und Frauenintegrationskurs; 2015)

Derendorf

Elternintegrationskurs Modul 1

mit Kinderbetreuung

Derendorf | AWO Familienbildungswerk | Liststr. 2

Anmeldung ☎ (02 11) 6 00 25 - 1 22

ND-8241-02 Mo, Di, Do, Fr 24.02. 20x5 Ust. 08.45-12.45 Uhr

Elternintegrationskurs Modul 2

mit Kinderbetreuung

Derendorf | AWO Familienbildungswerk | Liststr. 2

Anmeldung ☎ (02 11) 6 00 25 - 1 22

ND-8242-02 Mo, Di, Do, Fr 01.04. 20x5 Ust. 08.45-12.45 Uhr

Elternintegrationskurs Modul 3

mit Kinderbetreuung

Derendorf | AWO Familienbildungswerk | Liststr. 2

Anmeldung ☎ (02 11) 6 00 25 - 1 22

OD-8243-02 Mo, Di, Do, Fr 22.05. 20x5 Ust. 08.45-12.45 Uhr

Elternintegrationskurs Modul 4

mit Kinderbetreuung

Derendorf | AWO Familienbildungswerk | Liststr. 2

Anmeldung ☎ (02 11) 6 00 25 - 1 22

OD-8244-02 Mo, Di, Do, Fr 03.07. 20x5 Ust. 08.45-12.45 Uhr



Elternintegrationskurs Modul 5

mit Kinderbetreuung

Derendorf | AWO Familienbildungswerk | Liststr. 2

Anmeldung ☎ (02 11) 6 00 25 - 1 22

ND-8215-02 Di, Mi, Do 21.01. 20x5 Ust. 08.45-12.45 Uhr

PD-8245-02 Mo, Di, Do, Fr 25.09. 20x5 Ust. 08.45-12.45 Uhr

Elternintegrationskurs Modul 6

mit Kinderbetreuung

Derendorf | AWO Familienbildungswerk | Liststr. 2

Anmeldung ☎ (02 11) 6 00 25 - 1 22

ND-8216-02 Di, Mi, Do 06.03. 20x5 Ust. 08.45-12.45 Uhr

PD-8246-02 Mo, Di, Do, Fr 14.11. 20x5 Ust. 08.45-12.45 Uhr

Elternintegrationskurs Modul 7

mit Kinderbetreuung

Derendorf | AWO Familienbildungswerk | Liststr. 2

Anmeldung ☎ (02 11) 6 00 25 - 1 22

OD-8217-02 Di, Mi, Do 08.05. 20x5 Ust. 08.45-12.45 Uhr

Elternintegrationskurs Modul 8

mit Kinderbetreuung

Derendorf | AWO Familienbildungswerk | Liststr. 2

Anmeldung ☎ (02 11) 6 00 25 - 1 22

OD-8218-02 Di, Mi, Do 02.07. 20x5 Ust. 08.45-12.45 Uhr

Elternintegrationskurs Modul 9

mit Kinderbetreuung

Derendorf | AWO Familienbildungswerk | Liststr. 2

Anmeldung ☎ (02 11) 6 00 25 - 1 22

PD-8219-02 Di, Mi, Do 07.10. 20x5 Ust. 08.45-12.45 Uhr



Holthausen

Elternintegrationskurs Modul 5

Holthausen | AWO Familientreff Holthausen | Geeststraße 99

Anmeldung ☎ (02 11) 600 25 -534 / -535

ND-8305-09 Mo, Di, Do 04.02. 20x5 Ust. 08.45-12.45 Uhr

Elternintegrationskurs Modul 6

Holthausen | AWO Familientreff Holthausen | Geeststraße 99

Anmeldung ☎ (02 11) 600 25 -534 / -535

ND-8306-09 Mo, Di, Do 25.03. 20x5 Ust. 08.45-12.45 Uhr

Elternintegrationskurs Modul 7

Holthausen | AWO Familientreff Holthausen | Geeststraße 99

Anmeldung ☎ (02 11) 600 25 -534 / -535

OD-8307-09 Mo, Di, Do 27.05. 20x5 Ust. 08.45-12.45 Uhr

Elternintegrationskurs Modul 8

Holthausen | AWO Familientreff Holthausen | Geeststraße 99

Anmeldung ☎ (02 11) 600 25 -534 / -535

PD-8308-09 Mo, Di, Do 09.09. 20x5 Ust. 08.45-12.45 Uhr

Elternintegrationskurs Modul 9

Holthausen | AWO Familientreff Holthausen | Geeststraße 99

Anmeldung ☎ (02 11) 600 25 -534 / -535

PD-8309-09 Mo, Di, Do 10.11. 20x5 Ust. 08.45-12.45 Uhr



Lierenfeld

Elternintegrationskurs Modul 3

Lierenfeld | Stadtteiltreff Michaelshaus | Gatherweg 57
Anmeldung ☎ (02 11) 6 00 25 - 1 22

ND-8323-08 Mo, Di, Mi, Do 04.02. 20x5 Ust. 08.45-12.45 Uhr

Elternintegrationskurs Modul 4

Lierenfeld | Stadtteiltreff Michaelshaus | Gatherweg 57
Anmeldung ☎ (02 11) 6 00 25 - 1 22

ND-8324-08 Mo, Di, Mi, Do 12.03. 20x5 Ust. 08.45-12.45 Uhr

Elternintegrationskurs Modul 5

Lierenfeld | Stadtteiltreff Michaelshaus | Gatherweg 57
Anmeldung ☎ (02 11) 6 00 25 - 1 22

OD-8325-08 Mo, Di, Mi, Do 30.04. 20x5 Ust. 08.45-12.45 Uhr

Elternintegrationskurs Modul 6

Lierenfeld | Stadtteiltreff Michaelshaus | Gatherweg 57
Anmeldung ☎ (02 11) 6 00 25 - 1 22

OD-8326-08 Mo, Di, Mi, Do 11.06. 20x5 Ust. 08.45-12.45 Uhr

Elternintegrationskurs Modul 7

Lierenfeld | Stadtteiltreff Michaelshaus | Gatherweg 57
Anmeldung ☎ (02 11) 6 00 25 - 1 22

PD-8327-08 Mo, Di, Mi, Do 04.09. 20x5 Ust. 08.45-12.45 Uhr

Elternintegrationskurs Modul 8

Lierenfeld | Stadtteiltreff Michaelshaus | Gatherweg 57
Anmeldung ☎ (02 11) 6 00 25 - 1 22

PD-8328-08 Mo, Di, Mi, Do 27.10. 20x5 Ust. 08.45-12.45 Uhr

Elternintegrationskurs Modul 9

Lierenfeld | Stadtteiltreff Michaelshaus | Gatherweg 57
Anmeldung ☎ (02 11) 6 00 25 - 1 22

PD-8329-08 Mo, Di, Mi, Do 01.12. 20x5 Ust. 08.45-12.45 Uhr



Alphabetisierungskurse mit Kinderbetreuung

Derendorf

Alphabetisierungskurs Modul 1

Derendorf | AWO Familienbildungswerk | Liststr. 2

Anmeldung ☎ (02 11) 6 00 25 - 1 22

PD-8711-02 Mo, Mi, Do, Fr 08.10. 20x5 Ust. 08.45-12.45 Uhr

Alphabetisierungskurs Modul 2

Derendorf | AWO Familienbildungswerk | Liststr. 2

Anmeldung ☎ (02 11) 6 00 25 - 1 22

PD-8712-02 Mo, Mi, Do, Fr 26.11. 20x5 Ust. 08.45-12.45 Uhr

Alphabetisierungskurs Modul 3

Derendorf | AWO Familienbildungswerk | Liststr. 2

Anmeldung ☎ (02 11) 6 00 25 - 1 22

ND-8703-02 Mo, Di, Mi, Fr 28.01. 20x5 Ust. 08.45-12.45 Uhr

Alphabetisierungskurs Modul 4

Derendorf | AWO Familienbildungswerk | Liststr. 2

Anmeldung ☎ (02 11) 6 00 25 - 1 22

ND-8704-02 Mo, Di, Mi, Fr 04.03. 20x5 Ust. 08.45-12.45 Uhr

Alphabetisierungskurs Modul 5

Derendorf | AWO Familienbildungswerk | Liststr. 2

Anmeldung ☎ (02 11) 6 00 25 - 1 22

ND-8705-02 Mo, Di, Mi, Fr 08.04. 20x5 Ust. 08.45-12.45 Uhr

Alphabetisierungskurs Modul 6

Derendorf | AWO Familienbildungswerk | Liststr. 2

Anmeldung ☎ (02 11) 6 00 25 - 1 22

ND-8726-02 Mo, Di, Do, Fr 31.01. 20x5 Ust. 08.30-12.30 Uhr

OD-8706-02 Mo, Di, Mi, Fr 27.05. 20x5 Ust. 08.45-12.45 Uhr

Alphabetisierungskurs Modul 7

Derendorf | AWO Familienbildungswerk | Liststr. 2

Anmeldung ☎ (02 11) 6 00 25 - 1 22

ND-8727-02 Mo, Di, Do, Fr 10.03. 20x5 Ust. 08.30-12.30 Uhr

OD-8707-02 Mo, Di, Mi, Fr 04.07. 20x5 Ust. 08.45-12.45 Uhr

Alphabetisierungskurs Modul 8

Derendorf | AWO Familienbildungswerk | Liststr. 2

Anmeldung ☎ (02 11) 6 00 25 - 1 22

OD-8728-02 Mo, Di, Do, Fr 28.04. 20x5 Ust. 08.30-12.30 Uhr

PD-8708-02 Mo, Di, Mi, Fr 23.09. 20x5 Ust. 08.45-12.45 Uhr



Alphabetisierungskurs Modul 9

Derendorf | AWO Familienbildungswerk | Liststr. 2

Anmeldung ☎ (02 11) 6 00 25 - 1 22

ND-8719-02 Mo, Mi, Do, Fr 08.01. 20x5 Ust. 08.45-12.45 Uhr

OD-8729-02 Mo, Di, Do, Fr 05.06. 20x5 Ust. 08.30-12.30 Uhr

PD-8709-02 Mo, Di, Mi, Fr 12.11. 20x5 Ust. 08.45-12.45 Uhr

Alphabetisierungskurs Modul 10

Derendorf | AWO Familienbildungswerk | Liststr. 2

Anmeldung ☎ (02 11) 6 00 25 - 1 22

ND-8911-02 Mo, Mi, Do, Fr 12.02. 20x5 Ust. 08.45-12.45 Uhr

PD-8921-02 Mo, Di, Do, Fr 01.09. 20x5 Ust. 08.30-12.30 Uhr

Alphabetisierungskurs Modul 11

Derendorf | AWO Familienbildungswerk | Liststr. 2

Anmeldung ☎ (02 11) 6 00 25 - 1 22

ND-8912-02 Mo, Mi, Do, Fr 20.03. 20x5 Ust. 08.45-12.45 Uhr

PD-8922-02 Mo, Di, Do, Fr 07.10. 20x5 Ust. 08.30-12.30 Uhr

Alphabetisierungskurs Modul 12

Derendorf | AWO Familienbildungswerk | Liststr. 2

Anmeldung ☎ (02 11) 6 00 25 - 1 22

OD-8913-02 Mo, Mi, Do, Fr 09.05. 20x5 Ust. 08.45-12.45 Uhr

PD-8923-02 Mo, Di, Do, Fr 25.11. 20x5 Ust. 08.30-12.30 Uhr



Schloßallee

Alphabetisierungskurs Modul 6

Eller | AWO Familientreff Eller | Schloßallee 12c

Anmeldung ☎ (02 11) 6 00 25 - 1 22

ND-8736-08 Mo, Mi, Do, Fr 16.01. 20x5 Ust. 08.45-12.45 Uhr

Alphabetisierungskurs Modul 7

Eller | AWO Familientreff Eller | Schloßallee 12c

Anmeldung ☎ (02 11) 6 00 25 - 1 22

ND-8737-08 Mo, Mi, Do, Fr 20.02. 20x5 Ust. 08.45-12.45 Uhr

Alphabetisierungskurs Modul 8

Eller | AWO Familientreff Eller | Schloßallee 12c

Anmeldung ☎ (02 11) 6 00 25 - 1 22

ND-8738-08 Mo, Mi, Do, Fr 28.03. 20x5 Ust. 08.45-12.45 Uhr

Alphabetisierungskurs Modul 9

Eller | AWO Familientreff Eller | Schloßallee 12c

Anmeldung ☎ (02 11) 6 00 25 - 1 22

OD-8739-08 Mo, Mi, Do, Fr 14.05. 20x5 Ust. 08.45-12.45 Uhr

Alphabetisierungskurs Modul 10

Eller | AWO Familientreff Eller | Schloßallee 12c

Anmeldung ☎ (02 11) 6 00 25 - 1 22

OD-8931-08 Mo, Mi, Do, Fr 23.06. 20x5 Ust. 08.45-12.45 Uhr

Alphabetisierungskurs Modul 11

Eller | AWO Familientreff Eller | Schloßallee 12c

Anmeldung ☎ (02 11) 6 00 25 - 1 22

PD-8932-08 Mo, Mi, Do, Fr 25.08. 20x5 Ust. 08.45-12.45 Uhr

Alphabetisierungskurs Modul 12

Eller | AWO Familientreff Eller | Schloßallee 12c

Anmeldung ☎ (02 11) 6 00 25 - 1 22

PD-8933-08 Mo, Mi, Do, Fr 29.09. 20x5 Ust. 08.45-12.45 Uhr



Derendorf

Orientierungskurs Alphabetisierungskurs

Derendorf | AWO Familienbildungswerk | Liststr. 2

Anmeldung ☎ (02 11) 6 00 25 - 1 22

OD-8614-02 Mo, Mi, Do, Fr 18.06. 20x5 Ust. 08.45-12.45 Uhr

Orientierungskurs Elternintegrationskurs

Derendorf | AWO Familienbildungswerk | Liststr. 2

Anmeldung ☎ (02 11) 6 00 25 - 1 22

PD-8601-02 Di, Mi, Do 04.12. 20x5 Ust. 08.45-12.45 Uhr

Schloßallee

Orientierungskurs Allgemeiner Integrationskurs

Eller | AWO Familientreff Eller | Schloßallee 12c

Anmeldung ☎ (02 11) 6 00 25 - 1 22

PD-8620-08 Mo, Di, Do 29.09. 20x5 Ust. 08.45-12.45 Uhr

Orientierungskurs Alphabetisierungskurs

Eller | AWO Familientreff Eller | Schloßallee 12c

Anmeldung ☎ (02 11) 6 00 25 - 1 22

PD-8631-08 Mo, Mi, Do, Fr 17.11. 20x5 Ust. 08.45-12.45 Uhr



Berufssprachkurse (gem. 45a AufenthG)

In 2025 werden wir Berufssprachkurse mit dem Ziel A2, B1 sowie B2 vorsehen. Weitere Informationen erhalten Sie bei Frau Rees (0211) 60025 - 121.



Gefördert durch:



Bundesministerium
des Innern
und für Heimat



Bundesamt
für Migration
und Flüchtlinge

aufgrund eines Beschlusses
des Deutschen Bundestages



Deutsch für Eltern A1/A2

Der Kurs richtet sich an Eltern, die keinen berechtigten Zugang zu Integrationskursen haben.

Besonderes Augenmerk wird dabei auf Alleinerziehende gelegt, die kaum Möglichkeiten haben, an einem Kurs zu teilzunehmen.

Derendorf | AWO Familienbildungswerk | Liststr. 2

Anmeldung ☎ (02 11) 6 00 25 - 1 17

NI-8808-02	Mi	08.01.	11x3 Ust.	09.00-11.15 Uhr	gebührenfrei
OI-8808-02	Mi	02.04.	11x3 Ust.	09.00-11.15 Uhr	gebührenfrei
PI-8808-02	Mi	10.09.	11x3 Ust.	09.00-11.15 Uhr	gebührenfrei

»Deutsch für Mütter«-Kommunikationskurs

Die Themen des Deutschkurses orientieren sich am Alltag der Familien. Der Kurs fördert die Zusammenarbeit zwischen Kita, Schule und Elternhaus.

Die Gebühren werden vom Familienzentrum übernommen.

Eller | Städt. Familienzentrum | Am Hackenbruch 29

Anmeldung ☎ (02 11) 22 68 68

Das AWO Familienbildungswerk in Kooperation mit dem städt. Familienzentrum Eller (Am Hackenbruch).

NI-8801-08	Di	07.01.	11x2 Ust.	09.00-10.30 Uhr	gebührenfrei
OI-8801-08	Di	01.04.	11x2 Ust.	09.00-10.30 Uhr	gebührenfrei
PI-8801-08	Di	02.09.	12x2 Ust.	09.00-10.30 Uhr	gebührenfrei

Konversationsgruppe im Stadtteil Wersten

Wersten | AWO Aktiv- und Stadtteiltreff Wersten |

Immigrather Straße 45

Anmeldung ☎ (02 11) 56 64 72 45

NU-8740-09	Fr	10.01.	11x3 Ust.	09.30-11.45 Uhr	gebührenfrei
OU-8740-09	Fr	09.05.	9x3 Ust.	09.30-11.45 Uhr	gebührenfrei
PU-8740-09	Fr	05.09.	13x3 Ust.	09.30-11.45 Uhr	gebührenfrei



Die seit den 1990er Jahren durch den Bund finanzierten niederschweligen Frauenkurse haben seit 2020 einen neuen Namen: MiA – Migrantinnen einfach stark im Alltag.

An diesen Kursen können Sie teilnehmen, wenn Sie ausländischer Herkunft sind, egal ob Sie wenig oder noch kein Deutsch sprechen. Aber auch schon länger in Deutschland lebende Frauen können hieran teilnehmen.

In einer kleinen Gruppe von 10 Teilnehmerinnen können Sie sich mit der deutschen Sprache vertraut machen und erste Erfolge sammeln. Es werden themenbezogene Lerneinheiten angeboten (z.B. Arztbesuche, Bildungssystem, Erziehung, Finanzen etc.).

Zudem erhalten Sie wertvolle Tipps zu weiterführenden Kursen sowie Beratungs- und Qualifizierungsangeboten.

In den MiA-Kursen bieten wir ein pädagogisches Angebot für mitgebrachte Kinder an.

Insgesamt können bis zu drei kostenfreie Kurse besucht werden.

Deutsch für Frauen aus dem Stadtteil mit Kinderbetreuung

In Kooperation mit dem Familienzentrum Pustebblume

In unseren MiA-Kursen sind Frauen ausländischer Herkunft und deren Kinder, die noch keinen Kitaplatz haben, herzlich willkommen. Unter fachkundiger Anleitung lernen die Frauen durch unterschiedliche Methoden Deutsch. Die themenbezogenen Lerneinheiten sind geeignet sowohl für neu im Stadtteil bzw. in Deutschland lebende als auch für schon gut deutsch sprechende Frauen. In angenehmer Atmosphäre lernen Frauen Gleichgesinnte und ihren Stadtteil besser kennen. Kommen Sie vorbei und fragen nach. Vielleicht ist ein Einstieg ab sofort möglich.

Derendorf | AWO Familienbildungswerk | Liststr. 2

Anmeldung ☎ (02 11) 6 00 25 - 1 23

NF-8711-02	Di, Do	07.01.	11x3 Std.	09.00-12.00 Uhr	gebührenfrei
NF-8712-02	Di, Do	13.02.	11x3 Std.	09.00-12.00 Uhr	gebührenfrei
NF-8713-02	Di, Do	25.03.	11x3 Std.	09.00-12.00 Uhr	gebührenfrei
OF-8714-02	Di, Do	20.05.	11x3 Std.	09.00-12.00 Uhr	gebührenfrei
OF-8715-02	Di, Do	08.07.	11x3 Std.	09.00-12.00 Uhr	gebührenfrei
PF-8716-02	Di, Do	30.09.	11x3 Std.	09.00-12.00 Uhr	gebührenfrei
PF-8717-02	Di, Do	20.11.	11x3 Std.	09.00-12.00 Uhr	gebührenfrei



Deutsch für Frauen aus dem Stadtteil

Mit Kinderbetreuung

Holthausen | AWO Familientreff Holthausen | Geeststraße 99

Anmeldung ☎ (02 11) 6 00 25 534 /-535

NF-8731-08	Mo, Mi	08.01.	11x3 Std.	09.00-12.00 Uhr	gebührenfrei
NF-8732-08	Mo, Mi	17.02.	11x3 Std.	09.00-12.00 Uhr	gebührenfrei
NF-8733-08	Mo, Mi	31.03.	11x3 Std.	09.00-12.00 Uhr	gebührenfrei
OF-8734-08	Mo, Mi	21.05.	11x3 Std.	09.00-12.00 Uhr	gebührenfrei
OF-8735-08	Mo, Mi	02.07.	11x3 Std.	09.00-12.00 Uhr	gebührenfrei
PF-8736-08	Mo, Mi	24.09.	11x3 Std.	09.00-12.00 Uhr	gebührenfrei
PF-8737-08	Mo, Mi	17.11.	11x3 Std.	09.00-12.00 Uhr	gebührenfrei

Deutsch für Frauen aus dem Stadtteil

In Kooperation mit dem AWO Familienzentrum

Marie-Juchacz

Eller | AWO Familienzentrum »Marie Juchacz« |

von-Krüger-Str. 18

Anmeldung ☎ (02 11) 6 00 25 - 4 65

AWO Familienzentrum »Marie Juchacz« in Kooperation mit dem AWO Familienbildungswerk. Die Kosten werden vom Familienzentrum übernommen.

NF-8751-08	Di, Fr	07.01.	11x4 Ust.	09.30-12.30 Uhr	gebührenfrei
NF-8752-08	Di, Fr	14.02.	11x4 Ust.	09.30-12.30 Uhr	gebührenfrei
NF-8753-08	Di, Fr	01.04.	11x4 Ust.	09.30-12.30 Uhr	gebührenfrei
OF-8754-08	Di, Fr	23.05.	11x4 Ust.	09.30-12.30 Uhr	gebührenfrei
OF-8755-08	Di, Fr	04.07.	11x4 Ust.	09.30-12.30 Uhr	gebührenfrei
PF-8756-08	Di, Fr	26.09.	11x4 Ust.	09.30-12.30 Uhr	gebührenfrei
PF-8757-08	Di, Fr	21.11.	11x4 Ust.	09.30-12.30 Uhr	gebührenfrei

Gefördert durch:



Bundesministerium
des Innern
und für Heimat



Bundesamt
für Migration
und Flüchtlinge

aufgrund eines Beschlusses
des Deutschen Bundestages



Danke an alle
Kund:innen
für **312.973 t**
weniger CO₂

Wir haben
alle¹ auf
Ökostrom
umgestellt



Unser Ökostrom² ist zu 100 % aus erneuerbaren Energien, zertifiziert vom TÜV Nord und mit Herkunftsnachweisen hinterlegt. So können Sie sicher sein: Wir sind voller Tatendrang für ein klimaneutrales Düsseldorf.
Für mehr Informationen scannen Sie einfach den QR-Code.

¹alle Privat- und Gewerbekund:innen

²Aktuell erfolgt die Belieferung der grundversorgten Kund:innen mit Ökostrom. Hieraus entsteht kein Anspruch auf eine Belieferung mit Ökostrom, die Beschaffung erfolgt im freien Ermessen der Stadtwerke.

Stadtwerke
Düsseldorf 

Mitten im Leben.

AWO Familienbildungswerk

Liststr. 2 · 40470 Düsseldorf (am S-Bahnhof Derendorf)

<https://www.awo-duesseldorf.de/awo-kurse>

fbw@awo-duesseldorf.de



@awo_fbw_duesseldorf



AWO Familienbildungswerk Düsseldorf



Bildungsberatung & Anmeldung

☎ (02 11) 6 00 25 - 1 10 · 📠 (02 11) 6 00 25 - 0 77

Montag bis Donnerstag: 08.00 - 16.00 Uhr

Freitag: 08.00 - 15.00 Uhr

Erreichbarkeit mit öffentlichen Verkehrsmitteln

Haltestelle D.-Derendorf S

Straßenbahnen: 701

Busse: 733, 752, 754, 756, 758, SB 55

S-Bahnen: S 1, S 6, S 11



Arbeiterwohlfahrt
Düsseldorf
Familienglobus gGmbH

Liststraße 2
40470 Düsseldorf
Telefon: 0211 60025-110
Fax: 0211 60025-077

Gefördert durch:



Landeshauptstadt Düsseldorf
Amt für Soziales und Jugend



Das AWO Familienbildungswerk ist nach der DIN EN ISO 9001 sowie den AWO Qualitätsnormen zertifiziert. Diese Broschüre wurde auf FSC® Mix zertifiziertem Papier und mit natureOffice klimaneutral gedruckt.