



**Familienalltag  
gestalten -  
Wir sind dabei!**

Bildungsprogramm 2026

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“**

Liststraße 2, 40470 Düsseldorf, Tel.: 0211 60025-172  
[ehrenamt@awo-duesseldorf.de](mailto:ehrenamt@awo-duesseldorf.de), [www.awo-duesseldorf.de](http://www.awo-duesseldorf.de)



[www.awo-duesseldorf.de](http://www.awo-duesseldorf.de)



Wir l(i)eben Vielfalt!

Bewirb Dich jetzt!



Arbeiterwohlfahrt  
Düsseldorf e.V.



## *Liebe Familien, liebe Besucher\*innen unserer Einrichtungen,*

wie blicken Sie auf das kommende Jahr?

Zukunftsforcher\*innen sprechen von sogenannten „Mega-trends“, die unsere Gesellschaft und Wirtschaft nachhaltig prägen. Wir erleben vielfältige Veränderungsprozesse, auf die sich jede und jeder einstellen muss: Fragen nach Sinn, Nachhaltigkeit, Digitalisierung, Vereinbarkeit von Familie und Beruf – die Zukunft verlangt Offenheit, Mut und Gemeinschaft.

Auch in der Familienbildung bleiben diese Entwicklungen nicht unbemerkt. Wir im Familienbildungswerk reagieren auf veränderte Lebensrealitäten, stellen uns den aktuellen gesellschaftlichen Herausforderungen und entwickeln unsere Angebote stetig weiter. Dabei steht immer die Familie im Mittelpunkt – ganz gleich, wie Sie leben. Familie in all ihrer Vielfalt liegt uns am Herzen.

In unserem neuen Programmheft finden Sie bewährte Themen ebenso wie neue Impulse. Wir freuen uns darauf, Sie in unseren Kursen, Workshops, Elterncafés und -abenden sowie bei Bildungsveranstaltungen – in Präsenz und online – begrüßen



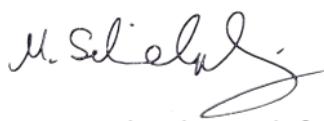
zu dürfen. Unser Angebot reicht von Eltern-Kind-Kursen über kreative und gesundheitsfördernde Aktivitäten bis hin zu Bildungsformaten für Erwachsene und Senior\*innen. Oft entstehen neue Angebote aus Ihren Rückmeldungen: Sprechen Sie uns gern an!

Lassen Sie uns gemeinsam die Herausforderungen annehmen und die Chancen nutzen.

Übrigens: Das AWO Familienbildungswerk in Düsseldorf feiert im Jahr 2026 sein 70-jähriges Bestehen – ein schöner Anlass, gemeinsam in die Zukunft zu blicken.

Blättern Sie in Ruhe durch die folgenden Seiten, es ist sicherlich auch ein Angebot für Sie dabei.

Weitere Informationen und aktuelle Kursangebote finden Sie auch bei einem Besuch auf Instagram, Facebook oder unter [www.awo-duesseldorf.de/awo-kurse](http://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

11

Eltern sein	11
Elternkompetenzkurse	12
Ausgewählte Themen für Eltern	
rund um die Erziehung	13
Präsenz-Kurse	13
Online-Kurse	19
Angebote für Alleinerziehende	24
Angebote der Fachstelle Regenbogenfamilien	25



## Angebote für Eltern und Kinder 32

Angebote für Eltern mit Babys	34
„Elternstart NRW“ - Kurse	34
Offener Treff „Elternstart NRW“	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	41
Zweitagesgruppen für Eltern mit Kindern	45
Interkulturelle und bilinguale Gruppen	46
Musik, Tanz und Kreatives für Eltern und Kinder	47
Bewegung, Rhythmik und Entspannung	
für Eltern und Kinder	52
Spiel- und Mitmachaktionen für Eltern und Kinder von 2 bis 6 Jahren	53
Angebote für Vorschul- und Grundschulkinder	57
Vater-Kind-Aktionen	59
<b>Schwimmen für Eltern und Kinder</b>	60
Lehrschwimmen	66



## Fortbildung & Qualifizierung 73

73

Angebote zur Kindertagespflege	74
Qualifizierung zur Tagespflege mit Zertifikatsabschluss	74
Fortbildungen für Kursleiter*innen	79



## Bildungszeit

83

Hinweise für Teilnehmer*innen	84
-------------------------------	----

<b>Eltern-Kind-Veranstaltungen</b>	<b>86</b>
Alleine erziehen – gemeinsam aktiv!	86
<b>Sonstige Veranstaltungen</b>	<b>87</b>
Ferienzeit ist Familienzeit	87



## Sprache & Kreativität

**89**

<b>Sprachen</b>	<b>90</b>
Spanisch	90
Englisch	91
<b>Kreative Angebote</b>	<b>92</b>



## Aktiv & gesund

**95**

<b>Fitness- und Gymnastikkurse</b>	<b>96</b>
Fitness- und Tanzkurse	96
Bauch-Beine-Po	96
Gymnastikkurse	99
Kurse für Schwangere und Mütter	101
Yoga und Selbstfürsorge	103
<b>Kurse im Wasser</b>	<b>105</b>
Wassergymnastik	105
<b>Angebote nur für Frauen</b>	<b>107</b>
Gymnastik	107
Lehrschwimmen	109
Wassergymnastik	110



## Integration & Deutschkurse

**113**

<b>Integrationskurse</b>	<b>114</b>
Allgemeine Integrationskurse	114
<b>Elternintegrationskurse</b>	<b>116</b>
Integrationskurse mit Alphabetisierung	117
Orientierungskurse	119
Mia-Kurse (Frauenkurse)	120
Berufssprachkurse	123
<b>Weitere Sprachangebote</b>	<b>124</b>
Deutsch für Eltern A1/A2	124



## Leben im Stadtteil

**127**

Bilk	128
Derendorf	129
Eller	130
Holthausen	131
Wersten	132
Lierenfeld	133

# *Standorte in Düsseldorf*

---

## **AWO Familienbildungswerk**

40470 Düsseldorf  
Liststraße 2  
Tel.: 0211 60025-110  
Fax: 0211 60025-077  
fbw@awo-duesseldorf.de

Haltestelle D-Derendorf S  
Straßenbahnen: 701  
Busse: 733, 752, 754, 756,  
758, 834, SB 55  
S-Bahnen: S 1, S 6, S 11

## **AWO Familientreff Bilk**

40223 Düsseldorf  
Aachener Straße 9  
Tel.: 0211 60025-422  
Fax: 0211 60025-423  
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  
Tel.: 0211 60025-211  
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  
Geeststraße 99  
Tel.: 0211 60025-534  
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 Straße 45  
Tel.: 0211 60025-435  
aktivtreff.wersten@awo-  
duesseldorf.de

Haltestelle Elbruchstraße  
U-Bahnen: U71, U74, U77,  
U83

Haltestelle Pattscheider Straße  
Busse: 731, 735

## **Quartierstreff im Michaelshaus**

40231 Düsseldorf  
Gatherweg 57  
Tel.: 0211 60025-132

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 sieben Tage vor Veranstaltungsbeginn – bei den Qualifizierungsangeboten zur Kindertagespflege 14 Tage und bei den Bildungsveranstaltungen außerhalb Düsseldorfs 30 Tage vorher – bar 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 Lastschrfeinzüge, 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 Weiternmeldeiste 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 Verwaltungs-pauschale 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
- anteilmäßig, wenn sie nicht im geplanten Umfang durchgeführt werden kann
- bei Rücktritt bis sieben 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 84.**

### **Gebührenermäßigung**

Die Kürzungen und Einsparungen des Landes NRW betreffen nun auch uns als Bildungsträger. Wie sie sich auf die Gebührenermäßigung im Jahr 2026 auswirken, können wir zum Zeitpunkt der Programmerstellung noch nicht absehen.

Bislang konnten wir Alleinerziehenden, Familien mit drei und mehr Kindern, Familien mit behinderten Kindern, Arbeitslosen und Bezieher\*innen von Bürgergeld bei wirtschaftlicher Bedürftigkeit gegen Vorlage des entsprechenden Nachweises eine Gebührenermäßigung von maximal 30 Prozent gewähren. Sollten Sie zu diesem Personenkreis gehören, sprechen Sie uns bei der Anmeldung auf eine eventuelle Gebührenermäßigung an.

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

### **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 Veranstaltungprogramm finden Sie einige Kurse, für die Sie sich nach dem AWbG freistellen lassen können. Diese Veranstaltungen finden Sie im Fachbereich „Bildungszeit“ ab Seite 83.

## **Termine**

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

Für das 1. Tertial: 06.01.2026 = Q in der Kursnummer

Für das 2. Tertial: 13.04.2026 = R in der Kursnummer

Für das 3. Tertial: 07.09.2026 = S in der Kursnummer

In der Regel finden während der Schulferien keine Kursveranstaltungen statt.

## **Ferientermine 2026**

Weihnachtsferien 2025/26: bis 06.01.2026

Osterferien: 30.03. bis 11.04.2026

Pfingsten: 26.05.2026

Sommerferien: 20.07. bis 01.09.2026

Herbstferien: 17.10. bis 31.10.2026

Weihnachtsferien 2026/27: 23.12.26 bis 06.01.2027

## **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, auf unserer Webseite [www.awo-duesseldorf.de/awo-kurse/](http://www.awo-duesseldorf.de/awo-kurse/) oder auf unseren Social-Media-Kanälen.

## **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](http://www.awo-duesseldorf.de/datenschutz) abrufen können. Bei Fragen zum Datenschutz können Sie sich an unseren Datenschutzbeauftragten unter [datenschutz@awo-duesseldorf.de](mailto:datenschutz@awo-duesseldorf.de) wenden.



# Werden Sie Kursleiter\*in

für Eltern-Kind-Kurse

Das AWO Familienbildungswerk sucht für

- Spielgruppen
- Krabbelgruppen
- PEKiP®-Kurse
- Bewegungsangebote für Eltern und Kinder u.a.

motivierte Kursleitungen auf Honorarbasis 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**

Liststraße 2, 40470 Düsseldorf, Tel.: 0211 60025-109  
[familienbildungswerk@awo-duesseldorf.de](mailto:familienbildungswerk@awo-duesseldorf.de)

# Eltern sein

Kinder zu erziehen ist eine schöne  
und große Herausforderung!





# Eltern sein

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 frühkindliche Entwicklung zu finden und den Erziehungsalltag kompetent zu meistern.

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



## Resilienz – was Kinder stark macht

Resilienz ist die Widerstandsfähigkeit der Seele. 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.

Die Teilnahme am Onlinekurs ist sowohl mit Laptop und PC, als auch mit Mobilgeräten möglich. Sie erhalten einen Link mit den Zugangsdaten spätestens am Veranstaltungstag per Email zugeschickt.

**Derendorf | AWO Familienzentrum Pusteblume | Liststraße 2**

**Anmeldung Tel.: 0211 60025-107 | Fr. Seresi**

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

QZ-100W-02 Mi 04.03. 4 x 3 Ust. 19.30-21.45 Uhr gebührenfrei

## Starke Eltern – starke Kinder

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 mit vielen praktischen Übungen haben Sie sicher auch Spaß miteinander.

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?

**Unterrath | AWO Familienzentrum Hokuspokus**

**Anmeldung Tel.: 0211 60025-459**

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

RZ-1301-06 Mi 15.04. 6 x 3 Ust. 19.00-21.15 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.

### 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.

#### Lierenfeld | Städt. Familienzentrum | Am Hackenbruch 29

##### Anmeldung Tel.: 0211 226868

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

QZ-1002-08 Di 27.01. 1 x 3 Ust. 15.30-17.45 Uhr gebührenfrei

### Erste-Hilfe-Kurs am Kind und Säugling

Ein verschlucktes Spielzeug oder ein Wespenstich im Mund – Notfälle bei Kindern können schnell lebensbedrohlich werden. In unserem praxisnahen Kurs lernen Eltern, wie sie in solchen Situationen ruhig und richtig handeln. Themen sind lebensrettende Maßnahmen, aber auch der Umgang mit Kinderkrankheiten und Sicherheit im Alltag.

#### Wersten | Städt. Familienzentrum | Werstener Feld 12

##### Anmeldung Tel.: 0211 763034

Das städtische Familienzentrum Werstener Feld in Kooperation mit dem AWO Familienbildungswerk.

QZ-1004-09 Mo 16.03. 1 x 3 Ust. 14.30-16.45 Uhr gebührenfrei

#### Rath | AWO Familienzentrum Sonnenhaus |

##### Dortmunder Straße 90

##### Anmeldung Tel.: 0211 60025-455/-453

AWO Familienzentrum Sonnenhaus in Kooperation mit dem AWO Familienbildungswerk.

RZ-1002-06 Di 21.04. 1 x 3 Ust. 15.00-17.15 Uhr gebührenfrei

#### Rath | Städt. Familienzentrum | Scheffelstraße 26

##### Anmeldung Tel.: 0211 8993068 Frau Plata/Frau Lemm

Städtisches Familienzentrum Scheffelstraße in Kooperation mit dem AWO Familienbildungswerk.

SZ-1002-06 Di 03.11. 1 x 3 Ust. 16.00-18.15 Uhr gebührenfrei



## **Medienzeit mit Kindern**

Wie begleite ich mein Kind altersgerecht durch die Medienvielfalt?

Wie viel Zeit sollten Kinder mit digitalen Geräten verbringen?

Wie können Eltern Regeln für den Medienkonsum aufstellen?

Welche Apps oder Plattformen sind empfehlenswert für Kinder?

Wie kann man Kinder beim sicheren und reflektierten Umgang mit Medien unterstützen?

All diese Fragen werden bei diesem Elternabend besprochen. Es wird auch genügend Raum sein für Fragen, Diskussionen und praktische Tipps.

### **Rath | Städt. Familienzentrum | Scheffelstraße 26**

#### **Anmeldung Tel.: 0211 8993068 Frau Plata/Frau Lemm**

Städt. Familienzentrum Scheffelstraße in Kooperation mit dem AWO Familienbildungswerk.

QZ-1021-06 Fr 06.02. 1 x 3 Ust. 14.30-16.45 Uhr gebührenfrei

### **Lierenfeld | Städt. Familienzentrum | Am Hackenbruch 29**

#### **Anmeldung Tel.: 0211 226868**

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

QZ-1000-08 Mi 11.03. 1 x 3 Ust. 18.00-20.15 Uhr gebührenfrei

### **Rath | AWO Familienzentrum Sonnenhaus |**

#### **Dortmunder Straße 90**

#### **Anmeldung Tel.: 0211 60025-455/-453**

AWO Familienzentrum Sonnenhaus in Kooperation mit dem AWO Familienbildungswerk.

SZ-1000-06 Di 10.11. 1 x 3 Ust. 15.00-17.15 Uhr gebührenfrei

## **Mobbing im Vorschul- und Grundschulalter**

In dieser Veranstaltung werden wir uns auf unterschiedliche Weise mit dem Thema „Mobbing“ auseinandersetzen. Im Mittelpunkt steht dabei die zentrale Frage: „Woran erkenne ich Mobbing?“

Die Kursleiterin ist Fachkraft für Gewaltprävention und Selbstverteidigung. Die Veranstaltung ist nicht nur theoretisch, sondern auch lebensnah, praktisch und alltagstauglich.

### **Düsseldorf | AWO Familienzentrum Kita Anna-Siemsen |**

#### **Grafenberger Allee 210**

#### **Anmeldung Tel.: 0211 681255**

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

QZ-1001-02 Mi 04.03. 1 x 3 Ust. 19.00-21.15 Uhr gebührenfrei

### **Rath | AWO Familienzentrum Sonnenhaus |**

#### **Dortmunder Straße 90**

#### **Anmeldung Tel.: 0211 60025-455/-453**

AWO Familienzentrum Sonnenhaus in Kooperation mit dem AWO Familienbildungswerk.

RZ-1000-06 Di 09.06. 1 x 3 Ust. 15.00-17.15 Uhr gebührenfrei



## 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 immer mal wieder 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 mit Hilfe einer qualifizierten Dozentin beschäftigen.

### Rath | Städt. Familienzentrum | Scheffelstraße 26

**Anmeldung Tel.: 0211 8993068 Frau Plata/Frau Lemm**

Städt. Familienzentrum Scheffelstraße in Kooperation mit dem AWO Familienbildungswerk.

QZ-1020-06 Di 10.03. 1 x 3 Ust. 16.00-18.15 Uhr gebührenfrei

## Raus aus den Pampers

Das Wickeln und die Babypflege sind nicht nur ein „technischer“ Vorgang. Mit ganz viel Aufmerksamkeit und Fürsorge wenden Sie sich Ihrem Kind zu. Der Weg „aus den Pampers auf das Töpfchen“ kann mit viel Geduld und auch ein paar Tricks gemeistert werden.

### Lierenfeld | AWO Familienzentrum Sternschnuppe |

**Ronsdorfer Straße 138**

**Anmeldung Tel.: 0211 60025-474**

AWO Familienzentrum Sternschnuppe in Kooperation mit dem AWO Familienbildungswerk.

QZ-1006-08 Do 12.03. 1 x 3 Ust. 09.00-11.15 Uhr gebührenfrei

## „Nein! Will nicht!“ Gelassen durch das Trotzalter

Wenn kleine Kinder ihren Willen entdecken, 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, ist Thema dieser Veranstaltung.

### Rath | Städt. Familienzentrum Scheffelstraße 26 |

**Anmeldung Tel.: 0211 8993068 Frau Plata/Frau Lemm**

Städt. Familienzentrum Scheffelstraße in Kooperation mit dem AWO Familienbildungswerk.

RZ-1001-06 Di 05.05. 1x3 Ust. 16.00-18.15 Uhr gebührenfrei

## Einstieg in das Berufsleben für Frauen

Diese Veranstaltung unterstützt Frauen beim (Wieder-)Einstieg ins Berufsleben mit praxisnahen Tipps zu Bewerbung, Jobsuche und Vereinbarkeit von Familie und Arbeit. Gemeinsam entwickeln wir individuelle Perspektiven und stärken Selbstvertrauen für den beruflichen Neustart. Ideal für Mütter, die neue Wege gehen möchten!

### Lierenfeld | Städt. Familienzentrum | Am Hackenbruch 29

**Anmeldung Tel.: 0211 226868**

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

RZ-1002-08 Mi 06.05. 1 x 3 Ust. 09.00-11.15 Uhr gebührenfrei



## **Das Kind mit zwei Sprachen**

### **Mehrsprachige Erziehung in der frühen Kindheit**

Schon längst ist sprachliche Vielfalt im familiären Umfeld eine 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.

**Lierenfeld | AWO Familienzentrum Sternschnuppe | Ronsdorfer Straße 138**

**Anmeldung Tel.: 0211 60025-474**

AWO Familienzentrum Sternschnuppe in Kooperation mit dem AWO Familienbildungswerk.

RZ-1003-08 Do 21.05. 1 x 3 Ust. 09.00-11.15 Uhr gebührenfrei

**Rath | AWO Familienzentrum Sonnenhaus |**

**Dortmunder Straße 90**

**Anmeldung Tel.: 0211 60025-455/-453**

AWO Familienzentrum Sonnenhaus in Kooperation mit dem AWO Familienbildungswerk.

RZ-1003-06 Di 19.05. 1 x 3 Ust. 15.00-17.15 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.

**Rath | Städt. Familienzentrum | Scheffelstraße 26**

**Anmeldung Tel.: 0211 8993068 Frau Plata/Frau Lemm**

Städt. Familienzentrum Scheffelstraße in Kooperation mit dem AWO Familienbildungswerk.

SZ-1001-06 Fr 11.09. 1 x 3 Ust. 09.00-11.15 Uhr gebührenfrei



## Schmeckt nicht, gibt's nicht?

„Schmeckt nicht, gibt's nicht?“ – diesen Satz haben viele von uns selbst als Kinder gehört. Heute wissen wir: Kinder entwickeln ihr Essverhalten auf ganz individuelle Weise. Was gestern noch gegessen wurde, wird heute abgelehnt – das ist oft kein Zeichen von Trotz, sondern ein ganz normaler Entwicklungsschritt.

Wir sprechen über typische Herausforderungen am Familientisch, räumen mit Mythen auf („Kinder müssen wenigstens probieren!“) und stellen konkrete Ideen vor, wie Sie im Alltag liebevoll, geduldig und gelassen mit dem Thema Essen umgehen können.

### **Derendorf | AWO Familienzentrum Pusteblume | Liststraße 2**

#### **Anmeldung Tel.: 0211 60025-107 Fr. Seresi**

AWO Familienbildungswerk in Kooperation mit dem AWO Familienzentrum Pusteblume.

SZ-1000-02 Di 13.10. 1 x 3 Ust. 15.00-17.15 Uhr gebührenfrei

### **Wersten | Städt. Familienzentrum | Werstener Feld 12**

#### **Anmeldung Tel.: 0211 763034**

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

SZ-1000-09 Fr 13.11. 1 x 3 Ust. 14.30-16.45 Uhr gebührenfrei

## **Resilienz – was Kinder stark macht**

Resilienz ist die Widerstandsfähigkeit der Seele. 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.

### **Lierenfeld | AWO Familienzentrum Sternschnuppe |**

#### **Ronsdorfer Straße 138**

#### **Anmeldung Tel.: 0211 60025-474**

AWO Familienzentrum Sternschnuppe in Kooperation mit dem AWO Familienbildungswerk.

SZ-1002-08 Fr 23.10. 1 x 3 Ust. 09.00-11.15 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 | Krönerweg 50**

**Anmeldung Tel.: 0211 60025-459**

In Kooperation mit dem AWO Familienbildungswerk und dem Familienzentrum Hokuspokus.

QZ-1003-06 Mi 25.03. 1 x 2 Ust. 16.30-18.00 Uhr gebührenfrei

SZ-1004-06 Mi 07.10. 1 x 2 Ust. 16.30-18.00 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.

**Eller | Städt. Familienzentrum | Am Hackenbruch 29**

**Anmeldung Tel.: 0211 226868**

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

RZ-1004-08 Di 21.07. 1 x 3 Ust. 15.00-17.15 Uhr gebührenfrei

SZ-1004-08 Mi 28.10. 1 x 3 Ust. 15.00-17.15 Uhr gebührenfrei

**Unterrath | AWO Familienzentrum Hokuspokus | Krönerweg 50**

**Anmeldung Tel.: 0211 60025-459**

In Kooperation mit dem AWO Familienbildungswerk und dem Familienzentrum Hokuspokus

SZ-1003-06 Fr 20.11. 1 x 3 Ust. 19.00-21.15 Uhr gebührenfrei



## Online-Kurse

Für unsere Online-Kurse können sich alle interessierten Eltern anmelden, vorausgesetzt sie leben in NRW! Auch bei diesen Angeboten kooperieren wir mit Familienzentren vor Ort, die in der Regel die Kosten übernehmen.

Die Teilnahme am Online-Kurs ist sowohl mit Laptop und PC als auch mit Mobilgeräten möglich.

Sie erhalten einen Link mit den Zugangsdaten spätestens am Veranstaltungstag per E-Mail.

### **Geschwister sind etwas Wunderbares**

Kinder streiten sich alle zehn Minuten. Da kommt für Sie als Eltern mehrerer Kinder 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 betrachten.

**Lierenfeld | AWO Familienzentrum Sauseschritt |**

**Königsberger Straße 197**

**Anmeldung Tel.: 0211 33995859**

AWO Familienzentrum Sauseschritt in Kooperation mit dem AWO Familienbildungswerk.

QZ-103W-08 Mo 19.01. 1 x 3 Ust. 19.00-21.15 Uhr gebührenfrei

### **„Nein! Will nicht!“ Gelassen durch das Trotzalter**

Wenn kleine Kinder ihren Willen entdecken, 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.

**Lierenfeld | AWO Familienzentrum Sauseschritt |**

**Königsberger Straße 197**

**Anmeldung Tel.: 0211 33995859**

AWO Familienzentrum Sauseschritt in Kooperation mit dem AWO Familienbildungswerk.

QZ-102W-08 Mo 09.02. 1 x 3 Ust. 19.00-21.15 Uhr gebührenfrei



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

Manche Erwachsene glauben, dass Kinder am besten auf das Leben vorbereitet werden, indem man erzieherischen Druck – inklusive 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 mit Kindern ohne Bestrafung gelingt und eine Begleitung auf Augenhöhe möglich ist.

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

**Anmeldung Tel.: 0211 33995859**

AWO Familienzentrum Sauseschritt in Kooperation mit dem AWO Familienbildungswerk.

QZ-101W-08 Mo 23.02. 1 x 3 Ust. 19.00-21.15 Uhr gebührenfrei

## **Resilienz – was Kinder stark macht**

Resilienz ist die Widerstandsfähigkeit der Seele. 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.

**Derendorf | AWO Familienzentrum Pustebelume | Liststraße 2**

**Anmeldung Tel.: 0211 60025-107 Fr. Seresi**

AWO Familienbildungswerk in Kooperation mit dem AWO Familienzentrum Pustebelume.

QZ-100W-02 Mi 04.03. 4 x 3 Ust. 19.30-21.45 Uhr gebührenfrei

**Eller | AWO Familienzentrum Marie Juchacz |**

**Von-Krüger-Straße 18**

**Anmeldung Tel.: 0211 60025-465**

AWO Familienzentrum Marie Juchacz in Kooperation mit dem AWO Familienbildungswerk.

RZ-102W-08 Di 09.06. 1 x 3 Ust. 19.30-21.45 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. ADHS oder Autismus wird dabei immer schneller herangezogen, doch das wird vielen Kindern nicht gerecht. Hochsensible sowie hochbegabte Kinder können sich auch sehr auffällig verhalten, wenn die Umstände nicht passen. Was ist bei Kindern „normal“? Und wo spricht man von ADHS, Autismus, Hochsensibilität oder Hochbegabung? Und wo ist der Unterschied zwischen diesen Phänomenen?

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

**Anmeldung Tel.: 0211 681255**

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

RZ-101W-02 Di 21.04. 1 x 3 Ust. 19.00-21.15 Uhr gebührenfrei

## **Grenzen setzen, Strukturen schaffen**

Kinder brauchen Orientierung – und diese finden sie durch klare Grenzen und verlässliche Strukturen. Doch wie gelingt es, liebevoll, aber konsequent zu erziehen?

An diesem Abend wollen wir gemeinsam darüber sprechen, wie Sie im Alltag Halt geben können, ohne zu streng zu sein. Sie erhalten praktische Impulse, können Fragen stellen und sich mit anderen Eltern austauschen.

**Eller | AWO Familienzentrum Marie Juchacz |**

**Von-Krüger-Straße 18**

**Anmeldung Tel.: 0211 60025-465**

AWO Familienzentrum Marie Juchacz in Kooperation mit dem AWO Familienbildungswerk

RZ-103W-08 Di 21.04. 1 x 3 Ust. 19.00-21.15 Uhr gebührenfrei

**Düsseldorf | AWO Familienzentrum Kita Anna-Siemsen |**

**Grafenberger Allee 210**

**Anmeldung Tel.: 0211 681255**

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

SZ-101W-02 Di 08.09. 1 x 3 Ust. 19.00-21.15 Uhr gebührenfrei



## **Mit Herz und Verstand – Gespräche, die Kinder stark machen!**

Kinder wollen reden – und gehört werden. Im Alltag zwischen Frühstück, Spielplatz und Abendritualen bleibt aber oft wenig Zeit für tiefergehende Gespräche. Dabei sind es genau diese alltäglichen kleinen Gespräche, die Kinder in ihrer Entwicklung prägen: Sie vermitteln Geborgenheit, stärken das Selbstvertrauen und helfen, Gefühle zu verstehen.

Mit viel Praxisnähe und einem Blick auf die kindliche Wahrnehmung lernen wir, wie wir durch einfühlsame und klare Kommunikation die Beziehung zu unseren Kindern vertiefen – und ihnen dabei helfen, emotional stark und selbstbewusst aufzuwachsen.

Ziel ist es, mehr Sicherheit und Freude in der Gesprächsführung mit Kindern zu gewinnen – und den Alltag durch gute Gespräche zu entlasten und zu bereichern.

**Düsseltal | AWO Familienzentrum Kita Anna-Siemsen |**

**Grafenberger Allee 210**

**Anmeldung Tel.: 0211 681255**

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

RZ-100W-02 Mi 10.06. 1 x 3 Ust. 19.00-21.15 Uhr gebührenfrei

## **Du spielst nicht mehr mit, du bist blöd! –**

### **Ausgrenzung 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 immer mal wieder 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 mit Hilfe einer qualifizierten Dozentin beschäftigen.

**Eller | AWO Familienzentrum Marie Juchacz |**

**Von-Krüger-Straße 18**

**Anmeldung Tel.: 0211 60025-465**

AWO Familienzentrum Marie Juchacz in Kooperation mit dem AWO Familienbildungswerk.

SZ-100W-08 Di 15.09. 1 x 3 Ust. 19.00-21.15 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.

**Lierenfeld | AWO Familienzentrum Sauseschritt |**

**Königsberger Straße 197**

**Anmeldung Tel.: 0211 33995859**

AWO Familienzentrum Sauseschritt in Kooperation mit dem AWO Familienbildungswerk.

SZ-101W-08 Mi 16.09. 1 x 3 Ust. 19.00-21.15 Uhr gebührenfrei

## Selbstfürsorge durch Achtsamkeit

An diesem Abend möchten wir Sie dazu einladen, sich mit dem Thema „Achtsamkeit als Weg zur Selbstfürsorge“ zu beschäftigen.

Was bedeutet Achtsamkeit und wie lässt sie sich im Alltag umsetzen, wenn die Zeit knapp ist? Wie können wir gut für uns sorgen, um unsere Kraftquellen zu stärken – nicht nur für uns selbst, sondern auch für unsere Kinder?

Die Kursleiterin, approbierte Psychotherapeutin und Heilpraktikerin, wird Sie durch diesen Themenabend begleiten.

**Düsseltal | AWO Familienzentrum Kita Anna-Siemsen |**

**Grafenberger Allee 210**

**Anmeldung Tel.: 0211 681255**

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

SZ-102W-02 Mi 14.10. 1 x 3 Ust. 19.00-21.15 Uhr gebührenfrei



# Angebote für Alleinerziehende



## Treffpunkt für Alleinerziehende in Wersten

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 dem/der 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.

**Wersten | AWO Aktiv- und Stadtteiltreff Wersten |**

**Immigrather Straße 45**

**Anmeldung Tel.: 0211 60025-132**

QU-1260-09 Di 20.01. 3 x 3 Ust. 17.00-19.15 Uhr gebührenfrei

RU-1260-09 Di 21.04. 4 x 3 Ust. 17.00-19.15 Uhr gebührenfrei

SU-1260-09 Di 13.10. 3 x 3 Ust. 17.00-19.15 Uhr gebührenfrei

## Treffpunkt für Alleinerziehende in Lierenfeld

Beim "Treffen für Alleinerziehende" findet ein regelmäßiger offener Austausch zu Erziehungsfragen, Berufstätigkeit und Alltagserlebnissen statt. Die Treffen bieten die Möglichkeit, Kontakte zu anderen in ähnlicher Lebenssituation zu knüpfen und zu entdecken, dass alleinerziehend zu sein, auch neue Energien und Fähigkeiten freisetzen kann. In der Runde finden die Eltern auch Zeit zum Abschalten und Krafttanken.

Die Kinder werden während der Treffen betreut.

Ein Einstieg ist jederzeit möglich.

**Lierenfeld | Quartierstreff im Michaelshaus | Gatherweg 57**

**Anmeldung Tel.: 0211 60025-132**

QU-1262-08 Mi 14.01. 3 x 3 Ust. 17.00-19.15 Uhr gebührenfrei

RU-1262-08 Mi 15.04. 4 x 3 Ust. 17.00-19.15 Uhr gebührenfrei

SU-1262-08 Mi 07.10. 3 x 3 Ust. 17.00-19.15 Uhr gebührenfrei



# Angebote der Fachstelle Regenbogenfamilien

---

## Regenbogenkrabbeln

Das Angebot richtet sich an queere Eltern mit Babys/Kleinkindern von 0 bis 2 Jahren, Geschwisterkinder sind herzlich willkommen.

Die Gruppe bietet Raum für Vernetzung und Austausch sowie gegenseitiges Empowerment.

Eine Kollegin der Fachstelle ist für Fragen und bei Beratungsbedarf immer vor Ort.

Die Gruppe findet ca. einmal monatlich von 14 bis 16.30 Uhr in den Räumen der Fachstelle Regenbogenfamilien statt.

Infos über aktuelle Termine per E-Mail an [regenbogenfamilien@awo-duesseldorf.de](mailto:regenbogenfamilien@awo-duesseldorf.de) oder über Instagram: [awo\\_regenbogenfamilien](#)

## Lesben mit Kinderwunsch

### Treffen und angeleitete Gruppe für FLINTA\*

In einer Gruppe, die sich als soziales Unterstützungssystem versteht, sollen Fragen und Unsicherheiten geklärt sowie Erfahrungen ausgetauscht werden.

Welche Wege zur Familiengründung gibt es? Was sollte bedacht werden? Welche (positiven und negativen) Erfahrungen wurden gemacht?

Die Gruppe findet einmal monatlich dienstags von 19 bis 21 Uhr statt. Neueinsteiger\*innen können nach einem Vorgespräch dazukommen.

Leitung, Infos und Terminvereinbarung: AWO Fachstelle Regenbogenfamilien, 0211 60025-558,  
[regenbogenfamilien@awo-duesseldorf.de](mailto:regenbogenfamilien@awo-duesseldorf.de).

### Flingern | AWO im Kürtenhof | Bruchstraße 12

#### Anmeldung Tel.: 0211 60025-558

AWO Familienbildungswerk in Kooperation mit der AWO Fachstelle Regenbogenfamilien. Die Kosten werden von der AWO Fachstelle Regenbogenfamilien übernommen.

QU-1600-08 Di 06.01. 4 x 3 Ust. 19.00-21.15 Uhr gebührenfrei

RU-1600-08 Di 05.05. 3 x 3 Ust. 19.00-21.15 Uhr gebührenfrei

SU-1600-08 Di 04.08. 5 x 3 Ust. 19.00-21.15 Uhr gebührenfrei



## Treffen für Regenbogenfamilien

Das Treffen richtet sich an Regenbogen- und queere Familien für Austausch und Vernetzung untereinander. Die Gruppe bietet einen Raum für die Eltern und Kinder, um ihre Familie als Normalität erleben zu können und nicht erklären zu müssen. Die Kolleg\*innen der Fachstelle sind vor Ort auch immer für Unterstützungsfragen und Beratung ansprechbar.

Die Treffen finden in der Regel in den Räumen der AWO Fachstelle Regenbogenfamilien statt. Spielmöglichkeiten sind dort vorhanden.

**Flingern | AWO im Kürtenhof | Bruchstraße12**

**Anmeldung Tel: 0211 60025-558**

AWO Familienbildungswerk in Kooperation mit der AWO Fachstelle Regenbogenfamilien. Die Kosten werden von der AWO Fachstelle Regenbogenfamilien übernommen.

QU-1601-08 Sa 31.01. 3 x 4 Ust. 15.00-18.00 Uhr gebührenfrei

RU-1601-08 Sa 25.04. 3 x 4 Ust. 15.00-18.00 Uhr gebührenfrei

SU-1601-08 Sa 26.09. 2 x 4 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 25.

**Fachstelle Regenbogenfamilien – AWO im Kürtenhof**  
Bruchstraße 12, 40235 Düsseldorf  
Tel.: 0211 60025-558  
[regenbogenfamilien@awo-duesseldorf.de](mailto:regenbogenfamilien@awo-duesseldorf.de)  
[www.awo-duesseldorf.de](http://www.awo-duesseldorf.de)

# Schul- sozialarbeit & Offene Ganztagsschule



**AWO Offene Ganztagschule** (OGS) ermöglicht Eltern die Vereinbarung von Berufs- und Erziehungstätigkeit und unterstützt Kinder in 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](mailto:jessica.stam@awo-duesseldorf.de)

# Kinder- tagesstätten



Die 30 Kindertagesstätten der AWO Düsseldorf sind über das ganze Stadtgebiet verteilt. Sie sind Orte der liebevollen Betreuung, ganzheitlichen Versorgung und frühkindlichen Bildung.

Unsere Kitas bieten Schwerpunkte, u.a. Inklusion, Musik, Bewegung, Ökologie und Gesundheitsförderung.

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](mailto:kita.verwaltung@awo-duesseldorf.de)

<b>Buntes Leben</b> Hildegard-Knef-Str. 39 40549 Düsseldorf Tel.: 95760370	<b>Lummerland</b> Immigrather Str. 6 40591 Düsseldorf Tel.: 60025-471	<b>Sonnenhaus</b> Dortmunder Str. 90 40472 Düsseldorf Tel.: 60025-453
<b>Buschmäuse</b> Am Heerdter Busch 22 40549 Düsseldorf Tel.: 92 414407	<b>Marie Juchacz</b> Von-Krüger-Str. 18 40229 Düsseldorf Tel.: 60025-465	<b>Spatzennest</b> R.-Schneider-Str. 4 40595 Düsseldorf Tel.: 60025-462
<b>Cronenburg</b> Cronenberger Weg 33 40591 Düsseldorf Tel.: 60025-450	<b>Pandabären</b> Münsterstr. 304 40470 Düsseldorf Tel.: 20496800	<b>Sternschnuppe</b> Ronsdorfer Str. 138 40233 Düsseldorf Tel.: 60025-474
<b>Düssel-Biber</b> Eintrachtstr. 12 40227 Düsseldorf Tel.: 60025-804	<b>Paulsmühle</b> Tellerlingstraße 41 40597 Düsseldorf Tel.: 73777490	<b>Kita Im Hochfeld</b> Gerresheimer Landstr. 87 40627 Düsseldorf Tel.: 27406380
<b>Einstein</b> Ulrike-Scheffler- Rother-Str. 18 40476 Düsseldorf Tel.: 17520690	<b>Posener Straße</b> Dep. Kita Sausestritt Posener Straße 126 40231 Düsseldorf Tel.: 56685801	<b>Urmel</b> Fleher Str. 91 a 40223 Düsseldorf Tel.: 60025-468
<b>Erna Eckstein</b> Erna-Eckstein-Str. 8 40225 Düsseldorf Tel.: 53802580	<b>Pusteklumme</b> Liststr. 2 40470 Düsseldorf Tel.: 60025-107	<b>Waschbären</b> betrieblich gefördert von der Firma Henkel Niederheider Str. 8 40589 Düsseldorf Tel.: 60025-410
<b>Eulennest</b> Mindenerstraße 58 40227 Düsseldorf Tel.: 15836716	<b>Rundumbunt</b> Grafenberger Allee 291a 40235 Düsseldorf Tel.: 53809408	<b>Wawuschels</b> Aachener Str. 39 40223 Düsseldorf Tel.: 60025-430
<b>Gerda Henkel</b> betrieblich gefördert von der Firma Henkel Bonner Str. 22a 40589 Düsseldorf Tel.: 60025-447	<b>Sausestritt</b> Königsberger Str. 197 40231 Düsseldorf Tel.: 33995859	<b>Wiesenwichtel</b> Wiesenstr. 70 b 40549 Düsseldorf Tel.: 69515380
<b>Hokuspokus</b> Krönerweg 50 40468 Düsseldorf Tel.: 60025-459	<b>Schatzkiste</b> Schlossallee 12 c 40229 Düsseldorf Tel.: 60025-858	
<b>Kleine Löwen</b> betrieblich gefördert von der Firma Henkel Niederheider Str. 6 40589 Düsseldorf Tel.: 989696-25	<b>Schwanenhöfe</b> Erkrather Str. 222 40233 Düsseldorf Tel.: 60025-490	
<b>Löwenherz</b> Siegstr. 2 40219 Düsseldorf Tel.: 60025-257	<b>Siebenstern</b> Fleher Str. 7 40223 Düsseldorf Tel.: 60025-238	



## **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](mailto:rosita.mikolasch@awo-duesseldorf.de)

# Angebote für Eltern und Kinder

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





## Angebote für Eltern und Kinder

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:

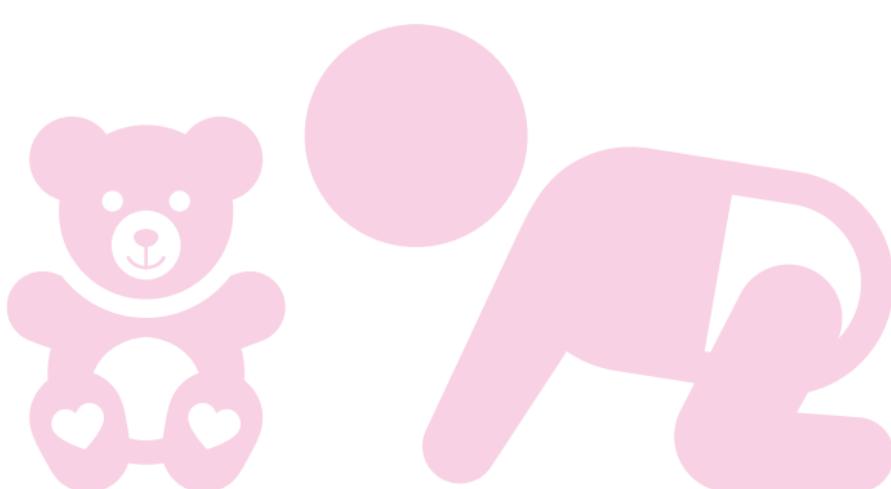
- Wie werden die ersten Monate mit Baby sein?
- Was braucht ein Baby?
- Wie gestalten wir unseren Alltag?

In dieser spannenden, aber auch anstrengenden Zeit wollen wir Sie mit unseren Kursen begleiten, unterstützen und bestimmt auch an einer 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 Babytreff für Eltern mit Babys bis 1 Jahr**

Herzlich willkommen beim Kurs „Elternstart NRW“ – der perfekte Start für euch und euer Baby im ersten Lebensjahr! Der Kurs bietet Unterstützung durch eine erfahrene Kursleitung und den Austausch mit anderen Eltern. Es werden Alltagsthemen rund um die Elternschaft besprochen, ergänzt durch spielerische Elemente, Lieder und einfache Spielideen für zuhause. Ein freundliches Netzwerk hilft beim Ankommen in der neuen Elternrolle und beim Zusammenwachsen als Familie.

**Eller | AWO Familientreff Eller | Schloßallee 12c**

**Anmeldung Tel.: 0211 60025-211**

SU-2200-08 Mi 09.09. 5 x 2 Ust. 10.00-11.30 Uhr gebührenfrei

**Derendorf | AWO Familienbildungswerk | Liststraße 2**

**Anmeldung Tel.: 0211 60025-110**

SU-2250-02 Fr 11.09. 5 x 2 Ust. 10.00-11.30 Uhr gebührenfrei



## Offener Treff Elternstart NRW

### „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 (MKJFCFI) finanziert für Mütter und Väter mit einem Kind im ersten Lebensjahr 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 Tel.: 0211 60025-422

RU-2251-03 Fr 17.04. 11 x 2 Ust. 09.00-10.30 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 zusammenwachsen. PEKiP bietet einen geschützten Raum zum Austausch in gemütlicher Atmosphäre und die Möglichkeit, alle Themen zu besprechen, die die Eltern beschäftigen. Sie können diesen Kurs besuchen, sobald Ihr Baby etwa zwei Monate alt ist.

**Bilk | AWO Familientreff Bilk | Aachener Straße 9**

**Anmeldung Tel.: 0211 60025-422**

QU-2101-03	Mi	14.01.	11 x 2 Ust.	09.30-11.00 Uhr	99.00 €
RU-2101-03	Mi	15.04.	10 x 2 Ust.	09.30-11.00 Uhr	90.00 €
SU-2101-03	Mi	23.09.	10 x 2 Ust.	09.30-11.00 Uhr	90.00 €
QU-2102-03	Mi	14.01.	11 x 2 Ust.	11.15-12.45 Uhr	99.00 €
RU-2102-03	Mi	15.04.	10 x 2 Ust.	11.15-12.45 Uhr	90.00 €
SU-2102-03	Mi	23.09.	10 x 2 Ust.	11.15-12.45 Uhr	90.00 €
QU-2103-03	Mi	14.01.	11 x 2 Ust.	13.15-14.45 Uhr	99.00 €
RU-2103-03	Mi	15.04.	10 x 2 Ust.	13.15-14.45 Uhr	90.00 €
SU-2103-03	Mi	23.09.	10 x 2 Ust.	13.15-14.45 Uhr	90.00 €
QU-2104-03	Do	15.01.	11 x 2 Ust.	09.30-11.00 Uhr	99.00 €
RU-2104-03	Do	16.04.	10 x 2 Ust.	09.30-11.00 Uhr	90.00 €
SU-2104-03	Do	24.09.	10 x 2 Ust.	09.30-11.00 Uhr	90.00 €
QU-2105-03	Do	15.01.	11 x 2 Ust.	11.15-12.45 Uhr	99.00 €
RU-2105-03	Do	16.04.	10 x 2 Ust.	11.15-12.45 Uhr	90.00 €
SU-2105-03	Do	24.09.	10 x 2 Ust.	11.15-12.45 Uhr	90.00 €



## *Krabbelgruppen*

### **Krabbelgruppe für Eltern mit Kindern ab 3 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.**

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

**Eller | AWO Familientreff Eller | Schloßallee 12c**

**Anmeldung Tel.: 0211 60025-211**

QZ-2001-08	Mi	14.01.	10 x 2 Ust.	10.00-11.30 Uhr	60.00 €
RZ-2001-08	Mi	15.04.	12 x 2 Ust.	10.00-11.30 Uhr	72.00 €
SZ-2001-08	Mi	04.11.	6 x 2 Ust.	10.00-11.30 Uhr	36.00 €

# Angebote für Eltern mit Kleinkindern, Vorschul- und Grundschulkindern

---



## Offene Treffs

### Offenes Spielcafé für Eltern mit Kindern von 2 Monaten bis 6 Jahren

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 trinken in Ruhe Kaffee und können sich austauschen.

Gleichzeitig besteht die Möglichkeit, Fragen, die die Eltern beschäftigen, mit der 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.**

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

**Derendorf | AWO Familienbildungswerk | Liststraße 2**

**Anmeldung Tel.: 0211 60025-110**

QZ-2400-02 Do 15.01. 10 x 3 Ust. 15.15-17.30 Uhr gebührenfrei

RZ-2400-02 Do 16.04. 10 x 3 Ust. 15.15-17.30 Uhr gebührenfrei

SZ-2400-02 Do 10.09. 11 x 3 Ust. 15.15-17.30 Uhr gebührenfrei



## Offenes Spielcafé

### **Für Eltern mit Kindern von 1-3 Jahren**

Im Familiencafé kommen Eltern und Kinder aus dem Stadtteil zusammen, um sich in gemütlicher Runde auszutauschen.

Immer mittwochs von 10 bis 12 Uhr sprechen wir über alles, was Familien bewegt von Erziehung über Gesundheit bis hin zu Fragen rund ums Zusammenleben.

Währenddessen können die Kinder nach Herzenslust spielen, klettern, sortieren, entdecken und einfach Kind sein.

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

**Bilk | AWO Familientreff Bilk | Aachener Straße 9**

**Anmeldung Tel.: 0211 60025-422**

QE-2400-03 Mi 14.01. 11 x 3 Ust. 10.00-12.15 Uhr gebührenfrei

RE-2400-03 Mi 15.04. 14 x 3 Ust. 10.00-12.15 Uhr gebührenfrei

SE-2400-03 Mi 09.09. 12 x 3 Ust. 10.00-12.15 Uhr gebührenfrei

## Café Clementinchen

### **Das Eltern-Kind-Café im Familientreff Eller**

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

Immer dienstags von 10 bis 12 Uhr und donnerstags von 15:30 bis 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 Tel.: 0211 60025-211**

QE-2400-08 Di 13.01. 11 x 3 Ust. 10.00-12.15 Uhr gebührenfrei

RE-2400-08 Di 14.04. 13 x 3 Ust. 10.00-12.15 Uhr gebührenfrei

SE-2400-08 Di 08.09. 13 x 3 Ust. 10.00-12.15 Uhr gebührenfrei

QE-2401-08 Do 15.01. 9 x 3 Ust. 15.30-17.45 Uhr gebührenfrei

RE-2401-08 Do 16.04. 12 x 3 Ust. 15.30-17.45 Uhr gebührenfrei

SE-2401-08 Do 10.09. 13 x 3 Ust. 15.30-17.45 Uhr gebührenfrei



## Familiencafé für Familien aus der Ukraine *Für Eltern mit Kindern von 1-3 Jahren*

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 1,5 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 "Pusteblume" 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!

**Anmeldung über die Kursleiterin:  
Frau Cherniak, Tel.: 0151 61583763**

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

**Derendorf | AWO-Familienbildungswerk | Liststraße 2**

**Anmeldung Tel.: 0211 60025-110**

QZ-2401-02	Fr	16.01.	10 x 3 Ust.	16.00-18.15 Uhr	gebührenfrei
RZ-2401-02	Fr	17.04.	11 x 3 Ust.	16.00-18.15 Uhr	gebührenfrei
SZ-2401-02	Fr	11.09.	11 x 3 Ust.	16.00-18.15 Uhr	gebührenfrei

## Sommertreff im Stadtteil

### *Für Eltern mit Kindern von 1-3 Jahren*

Zu heiß in der Wohnung und der Spielplatz ist auch schon überfüllt? Kommen Sie zu unserem Treff im kühlen Hinterhof des Familientreffs und verbringen Sie entspannte Sommernachmittage mit anderen Eltern und ihren kleinen Kindern. Unser offener Treff richtet sich an Familien mit Kindern bis drei Jahre und bietet einen geschützten Raum zum Spielen, Begegnen und Auftanken. Während die Kinder den schattigen Spielplatz erkunden, gibt es Zeit für Gespräche, Austausch und kleine Pausen vom Familienalltag.

Damit wir gut planen können, bitten wir Sie, sich vor Ihrem ersten Besuch kurz anzumelden.

**Bilk | AWO Familientreff Bilk | Aachener Straße 9**

**Anmeldung Tel.: 0211 60025-422**

RE-2401-03	Mo	20.07.	9 x 3 Ust.	15.00-17.15 Uhr	gebührenfrei
------------	----	--------	------------	-----------------	--------------



## *Spielgruppen für Eltern und Kinder von 6 Monaten bis 3 Jahren*

### **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 erwarten einen entwicklungsgerechten 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 Tel.: 0211 226868**

Dieser Kurs findet in Kooperation mit dem Städtischen Familienzentrum Am Hackenbruch statt. Einen Teil der angegebenen Kosten übernimmt das Familienzentrum.

QZ-2309-08	Mo	12.01.	9 x 2 Ust.	09.00-10.30 Uhr	54.00 €
RZ-2309-08	Mo	13.04.	11 x 2 Ust.	09.00-10.30 Uhr	66.00 €
SZ-2309-08	Mo	07.09.	12 x 2 Ust.	09.00-10.30 Uhr	72.00 €
QZ-2310-08	Mo	12.01.	9 x 2 Ust.	11.00-12.30 Uhr	54.00 €
RZ-2310-08	Mo	13.04.	11 x 2 Ust.	11.00-12.30 Uhr	66.00 €
SZ-2310-08	Mo	07.09.	12 x 2 Ust.	11.00-12.30 Uhr	72.00 €

**Lierenfeld | AWO Familienzentrum Sternschnuppe |**

**Ronsdorfer Straße 138**

**Anmeldung Tel.: 0211 60025-474**

Dieser Kurs findet in Kooperation mit dem AWO Familienzentrum Sternschnuppe statt. Einen Teil der angegebenen Kosten übernimmt das Familienzentrum.

QZ-2302-08	Mo	12.01.	9 x 2 Ust.	10.00-11.30 Uhr	54.00 €
RZ-2302-08	Mo	13.04.	11 x 2 Ust.	10.00-11.30 Uhr	66.00 €
SZ-2302-08	Mo	07.09.	12 x 2 Ust.	10.00-11.30 Uhr	72.00 €

**Eller | AWO Famlientreff Eller | Schloßallee 12c**

**Anmeldung Tel.: 0211 60025-211**

QU-2301-08	Mo	12.01.	10 x 2 Ust.	10.00-11.30 Uhr	60.00 €
RU-2301-08	Mo	13.04.	12 x 2 Ust.	10.00-11.30 Uhr	72.00 €
SU-2301-08	Mo	07.09.	12 x 2 Ust.	10.00-11.30 Uhr	72.00 €



## **Spielen und toben**

### **Gemeinsam macht es mehr Spaß! Winteredition**

Verbringen Sie mit Ihrem Kind/Ihren Kindern einen abwechslungsreichen Nachmittag in unseren „tobegerechten“ Räumen. Wir wollen gemeinsam spielen, singen, toben, basteln und, auch bei gutem Wetter im Winter, 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 Tel.: 0211 60025-211**

QU-2309-08 Di 13.01. 10 x 3 Ust. 15.30-17.45 Uhr 90.00 €

## **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 Tel.: 0211 60025-211**

RU-2308-08 Di 14.04. 12 x 2 Ust. 15.30-17.00 Uhr 72.00 €

SU-2308-08 Di 08.09. 12 x 2 Ust. 15.30-17.00 Uhr 72.00 €



## Spielgruppe

### ***Spielgruppe Frühe Förderung für Eltern mit Kindern ab ca. 6 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.**

### ***Derendorf | AWO Familienbildungswerk | Liststraße 2***

**Anmeldung Tel.: 0211 60025-110**

QU-2300-02 Mo 12.01. 9 x 3 Ust. 09.30-11.45 Uhr 81.00 €

RU-2300-02 Mo 13.04. 11 x 3 Ust. 09.30-11.45 Uhr 99.00 €

SU-2300-02 Mo 07.09. 12 x 3 Ust. 09.30-11.45 Uhr 108.00 €

### ***Derendorf | AWO Familienbildungswerk | Liststraße 2***

**Anmeldung Tel.: 0211 60025-110**

QU-2305-02 Mi 14.01. 10 x 3 Ust. 09.30-11.45 Uhr 90.00 €

RU-2305-02 Mi 15.04. 11 x 3 Ust. 09.30-11.45 Uhr 99.00 €

SU-2305-02 Mi 09.09. 12 x 3 Ust. 09.30-11.45 Uhr 108.00 €

## Spielgruppe für die Kleinen

### ***Für die Kleinen ab ca. 4 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.**

### ***Derendorf | AWO Familienbildungswerk | Liststraße 2***

**Anmeldung Tel.: 0211 60025-110**

QU-2301-02 Fr 16.01. 10 x 2 Ust. 10.00-11.30 Uhr 60.00 €

RU-2301-02 Fr 17.04. 10 x 2 Ust. 10.00-11.30 Uhr 60.00 €

Nach „Elternstart NRW“

SU-2301-02 Fr 16.10. 7 x 2 Ust. 10.00-11.30 Uhr 42.00 €



## Gemeinsam spielen und wachsen – plus!

### Für Eltern mit Kindern ab 12 Monaten

Die Kinder sind schon älter und wir nehmen uns mehr Zeit für gemeinsame Erlebnisse. Singen, Spielen, Basteln, Toben, das macht doch gemeinsam mehr Spaß.

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

**Eller | AWO Familientreff Eller | Schloßallee 12c**

**Anmeldung Tel.: 0211 60025-211**

Dieser Kurs findet in Kooperation mit dem AWO Familienzentrum Marie Juchacz statt. Einen Teil der angegebenen Kosten übernimmt das Familienzentrum.

QZ-2305-08 Fr 16.01. 9 x 3 Ust. 10.00-12.15 Uhr 81.00 €

RZ-2305-08 Fr 17.04. 11 x 3 Ust. 10.00-12.15 Uhr 99.00 €

SZ-2305-08 Fr 11.09. 12 x 3 Ust. 10.00-12.15 Uhr 108.00 €





## Zweitägesgruppen für Eltern mit Kindern

### 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 Gruppe von Gleichaltrigen. 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 kann Ihr Kind sich gut orientieren und eingewöhnen.

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

**Derendorf | AWO Familienbildungswerk | Liststraße 2**

**Anmeldung Tel.: 0211 60025-110**

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

QZ-2801-02 Di, Do 15.01. 19 x4 Ust. 08.30-11.30 Uhr 136.80 €

RZ-2801-02 Di, Do 16.04. 19 x4 Ust. 08.30-11.30 Uhr 144.00 €

SZ-2801-02 Di, Do 10.09. 23 x4 Ust. 08.30-11.30 Uhr 165.60 €



## Interkulturelle und bilinguale Gruppen

### Logopädische Spielgruppe

#### Für russischsprachige Kinder ab 4 Jahren (Eltern-Kind-Gruppe)

Haben Sie erkannt, dass der Erwerb der Muttersprache Ihres Kindes sich nicht spielend leicht, sondern stockend, verlangsamt 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.

**Anmeldung: Fr. Spindler Tel.: 0211 7053146**

**Derendorf | AWO Familienbildungswerk | Liststraße 2**

**Anmeldung Tel.: 0211 60025-110**

#### Ab 4 Jahren

QU-2809-02	Mi	14.01.	10 x2 Ust.	14.30-16.00 Uhr	90.00 €
RU-2809-02	Mi	22.04.	6 x2 Ust.	14.30-16.00 Uhr	54.00 €
SU-2809-02	Mi	09.09.	10 x2 Ust.	14.30-16.00 Uhr	90.00 €

#### Ab 5 Jahren

QU-2810-02	Mi	14.01.	10 x2 Ust.	16.00-17.30 Uhr	90.00 €
RU-2810-02	Mi	22.04.	6 x2 Ust.	16.00-17.30 Uhr	54.00 €
SU-2810-02	Mi	09.09.	10 x2 Ust.	16.00-17.30 Uhr	90.00 €



## *Musik, Tanz und Kreatives für Eltern und Kinder*

### **Kreativer Kindertanz**

#### **Für Kinder ab 3 Jahren**

Dieser Kurs bietet eine erste Begegnung mit dem Tanz mit einem spielerischen Ansatz. 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 Tel.: 0211 763034**

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

QZ-2652-09 Do 08.01. 12 x 1 Std. 09.30-10.30 Uhr gebührenfrei

RZ-2652-09 Do 16.04. 12 x 1 Std. 09.30-10.30 Uhr gebührenfrei

SZ-2652-09 Do 03.09. 14 x 1 Std. 09.30-10.30 Uhr gebührenfrei

#### **Derendorf | AWO Familienbildungswerk | Liststraße 2**

**Anmeldung Tel.: 0211 60025-107, Fr. Seresi**

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

#### **Für Kinder von 3 bis 4 Jahren**

QZ-2750-02 Mi 14.01. 10 x 1 Std. 10.00-11.00 Uhr gebührenfrei

RZ-2750-02 Mi 15.04. 11 x 1 Std. 10.00-11.00 Uhr gebührenfrei

SZ-2750-02 Mi 09.09. 12 x 1 Std. 10.00-11.00 Uhr gebührenfrei

#### **Für Kinder von 5 bis 6 Jahren**

QZ-2751-02 Mi 14.01. 10 x 1 Std. 11.00-12.00 Uhr gebührenfrei

RZ-2751-02 Mi 15.04. 11 x 1 Std. 11.00-12.00 Uhr gebührenfrei

SZ-2751-02 Mi 09.09. 12 x 1 Std. 11.00-12.00 Uhr gebührenfrei



## Musikbabys

### ***Musikalische Früherziehung für Eltern mit Kindern im ersten Lebensjahr***

In dieser Gruppe erleben und gestalten Ihre Kinder gemeinsam mit Gleichaltrigen und Eltern ihre ersten Erfahrungen mit Ton, Klang, Rhythmus, Stimme und Musik.

Wir singen und spielen, lauschen Klängen und probieren einfache Instrumente aus.

Die Eltern erhalten vielfältige Anregungen zur musikalischen Frühförderung, die sie zu Hause weiter umsetzen können.

**Derendorf | AWO Familienbildungswerk | Liststraße 2**

**Anmeldung Tel.: 0211 60025-110**

QU-2700-02	Do	15.01.	10 x 1 Std.	09.00-10.00 Uhr	60.00 €
RU-2700-02	Do	16.04.	10 x 1 Std.	09.00-10.00 Uhr	60.00 €
SU-2700-02	Do	10.09.	12 x 1 Std.	09.00-10.00 Uhr	72.00 €

## Musikalische Früherziehung für die Kleinsten

### ***Angebot für Eltern mit Kindern von 1 bis 2,5 Jahren***

Musik macht schon den ganz Kleinen Spaß. Und Forschungen belegen, wie wichtig Musik für die Entwicklung von Kindern ist. Ihre Kinder erleben und gestalten in dieser Gruppe ihre ersten Erfahrungen mit Ton, Klang, Rhythmus, Stimme und Musik und werden an einfache Instrumente herangeführt.

Wir singen und spielen, lauschen Klängen, probieren einfache Instrumente und haben Spaß an der Bewegung zur Musik. Daneben gibt es für die Kinder viel Raum für freies Bewegungsspiel.

**Derendorf | AWO Familienbildungswerk | Liststraße 2**

**Anmeldung Tel.: 0211 60025-110**

QU-2702-02	Do	15.01.	10 x 1 Std.	10.10-11.10 Uhr	60.00 €
RU-2702-02	Do	16.04.	10 x 1 Std.	10.10-11.10 Uhr	60.00 €
SU-2702-02	Do	10.09.	12 x 1 Std.	10.10-11.10 Uhr	72.00 €



## Wir machen heut' Musik

### **Musikalische Frühförderung für Eltern und Kinder von 2 bis 5 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.

Bitte eine Decke/Handtuch zum Sitzen und Spielzeug zum Musizieren mitnehmen.

**Derendorf | AWO Familienbildungswerk | Liststraße 2**

**Anmeldung Tel.: 0211 60025-110**

QU-2701-02	Di	13.01.	10 x 1 Std.	15.00-16.00 Uhr	60.00 €
RU-2701-02	Di	14.04.	11 x 1 Std.	15.00-16.00 Uhr	66.00 €
SU-2701-02	Di	08.09.	12 x 1 Std.	15.00-16.00 Uhr	72.00 €

**Unterrath | AWO Familienzentrum Hokuspokus | Körnerweg 50**

**Anmeldung Tel.: 0211 60025-459**

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

### **Für Kinder von 3 bis 4 Jahren**

QZ-2701-06	Mi	14.01.	10 x 1 Std.	13.15-14.15 Uhr	gebührenfrei
RZ-2701-06	Mi	15.04.	12 x 1 Std.	13.15-14.15 Uhr	gebührenfrei
SZ-2701-06	Mi	09.09.	12 x 1 Std.	13.15-14.15 Uhr	gebührenfrei

### **Für Kinder von 5 bis 6 Jahren**

QZ-2702-06	Mi	14.01.	10 x 1 Std.	14.15-15.15 Uhr	gebührenfrei
RZ-2702-06	Mi	15.04.	12 x 1 Std.	14.15-15.15 Uhr	gebührenfrei
SZ-2702-06	Mi	09.09.	12 x 1 Std.	14.15-15.15 Uhr	gebührenfrei





## Klangzwerge

### **Musik und Bewegung für Eltern und Kinder von 2 bis 5 Jahren**

Eltern gehen mit ihren Kindern auf Entdeckungsreise, wo sie mit bekannten, aber auch vielen neuen Elementen der Musik und Bewegung vertraut werden. Die Stunden werden mit Liedern, Versen, Reimen, Fingerspielen, Kniereitern, kleinen Geschichten, Spielen zum Berühren und berührt werden, zum Loslassen und Wiederfinden, zum Kitzeln und Lachen geschmückt.

**Eller | AWO Familientreff Eller | Schloßallee 12c**

**Anmeldung Tel.: 0211 60025-211**

QU-2701-08 Mi 14.01. 10 x 2 Ust. 15.00-16.30 Uhr 88.00 €

RU-2701-08 Mi 15.04. 12 x 2 Ust. 15.00-16.30 Uhr 105.60 €

## Musikalische Frühförderung

### **Für russischsprachige Eltern und Kinder**

In dieser Gruppe können Ihre Kinder:

- in spielerischer Form Ton, Klang, Rhythmus und Stimme erleben und gestalten,
- spielerisch mit Sprache, Bewegung und Musik (rhythmisches-musikalische Entwicklung) umgehen,
- einfache Perkussioninstrumente 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 | Liststraße 2**

**Anmeldung Tel.: 0211 60025-110**

### **Für Kinder von 1,5 bis 3 Jahren**

QU-2800-02 Do 15.01. 10 x 1 Std. 15.15-16.15 Uhr 60.00 €

RU-2800-02 Do 16.04. 10 x 1 Std. 15.15-16.15 Uhr 60.00 €

SU-2800-02 Do 10.09. 11 x 1 Std. 15.15-16.15 Uhr 66.00 €

### **Für Kinder von 4 bis 7 Jahren**

QU-2802-02 Do 15.01. 10 x 1 Std. 16.30-17:30 Uhr 60.00 €

RU-2802-02 Do 16.04. 10 x 1 Std. 16.30-17:30 Uhr 60.00 €

SU-2802-02 Do 10.09. 11 x 1 Std. 16.30-17:30 Uhr 66.00 €



## **Zeit für uns - kreativer Workshop 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-Workshop genau richtig. An drei Nachmittagen wollen wir unserer Kreativität freien Lauf lassen. Sei es nun Basteln, Malen oder auch mal mit Naturmaterialien werken. Hier können Sie vieles ausprobieren und was dabei rauskommt, 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.

**Eller | AWO Familientreff Eller | Schloßallee 12c**

**Anmeldung Tel.: 0211 60025-211**

QU-2506-08	Mo	09.03.	3 x 3 Ust.	15.30-17.45 Uhr	36.00 €
RU-2506-08	Mo	01.06.	3 x 3 Ust.	15.30-17.45 Uhr	36.00 €
SU-2506-08	Mo	28.09.	3 x 3 Ust.	15.30-17.45 Uhr	36.00 €
SU-2505-08	Mo	30.11.	3 x 3 Ust.	15.30-17.45 Uhr	36.00 €



## Bewegung, Rhythmatik 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 | Gotenstraße 20**

**Anmeldung Tel.: 0211 60025-422**

QU-2601-03	Mo	12.01.	10 x 2 Ust.	16.30-18.00 Uhr	75.00 €
RU-2601-03	Mo	13.04.	11 x 2 Ust.	16.30-18.00 Uhr	82.50 €
SU-2601-03	Mo	14.09.	11 x 2 Ust.	16.30-18.00 Uhr	82.50 €

**Bilk | Städt. Gemeinschaftsgrundschule | Konkordiastraße 26**

**Anmeldung Tel.: 0211 60025-422**

QU-2602-03	Di	13.01.	11 x 2 Ust.	16.30-18.00 Uhr	82.50 €
RU-2602-03	Di	14.04.	11 x 2 Ust.	16.30-18.00 Uhr	82.50 €
SU-2602-03	Di	15.09.	11 x 2 Ust.	16.30-18.00 Uhr	82.50 €

**Bilk | Regenbogenschule | Kirchfeldstraße 74-80**

**Anmeldung Tel.: 0211 60025-422**

QU-2603-03	Di	13.01.	11 x 1 Ust.	17.00-18.00 Uhr	55.00 €
RU-2603-03	Di	14.04.	11 x 1 Ust.	17.00-18.00 Uhr	55.00 €
SU-2603-03	Di	15.09.	11 x 1 Ust.	17.00-18.00 Uhr	55.00 €

**Bilk | Städt. Gemeinschaftsgrundschule | Konkordiastraße 26**

**Anmeldung Tel.: 0211 60025-422**

QU-2604-03	Fr	16.01.	11 x 2 Ust.	16.30-18.00 Uhr	82.50 €
RU-2604-03	Fr	17.04.	11 x 2 Ust.	16.30-18.00 Uhr	82.50 €
SU-2604-03	Fr	18.09.	11 x 2 Ust.	16.30-18.00 Uhr	82.50 €



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

### **Kamfu mir helfen?**

„Kamfu mir helfen?“ fragt der Elefant seinen Freund, den Ameisenbären, der auch schon mal Probleme mit seinem Rüssel hatte. Gemeinsam mit den anderen Freund\*innen versuchen sie dem Elefanten zu helfen.

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

**Eller | AWO Familienzentrum Marie Juchacz |  
von-Krüger-Str. 18**  
**Anmeldung Tel.: 0211 60025-465**

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

QZ-2504-08 Do 15.01. 1 x 3 Ust. 15.00-17.15 Uhr gebührenfrei

### **Wie der Tiger lesen lernte**

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.

**Derendorf | AWO Familienbildungswerk | Liststraße 2**  
**Anmeldung Tel.: 0211 60025-107, Frau Seresi**

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

QZ-2500-02 Do 05.02. 1x 3 Ust. 15.00-17.15 Uhr gebührenfrei



## **Winter-Vorleseabenteuer**

Wir laden zum Winter-Vorleseabenteuer ein. Gemeinsam möchten wir in gemütlicher Atmosphäre spannenden, lustigen und herzerwärmenden Geschichten lauschen – passend zur winterlichen Jahreszeit.

Wir freuen uns auf eine schöne gemeinsame Zeit mit Geschichten, Fantasie und winterlichem Zauber.

**Lierenfeld | AWO Familienzentrum Sternschnuppe |**

**Ronsdorfer Straße 138**

**Anmeldung Tel.: 0211 60025-474**

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

QZ-2502-08 Do 22.01. 1 x 3 Ust. 14.15-16.30 Uhr gebührenfrei

## **Wir begrüßen den Frühling**

Wir begrüßen den Frühling mit neuen Geschichten.

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

**Eller | AWO Familienzentrum Marie Juchacz |**

**von-Krüger-Straße 18**

**Anmeldung Tel.: 0211 60025-465**

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

QZ-2505-08 Do 12.03. 1 x 3 Ust. 15.00-17.15 Uhr gebührenfrei

## **Osterfest-Vorleseabenteuer**

Wir laden zum Osterfest-Vorleseabenteuer ein. Gemeinsam wollen wir in fröhlicher Atmosphäre Geschichten rund um den Frühling, das Osterfest und kleine Abenteuer hören, entdecken und genießen. Das Vorlesen spielt eine wichtige Rolle in der Sprach- und Leseförderung – und macht gemeinsam einfach noch mehr Spaß!

**Lierenfeld | AWO Familienzentrum Sternschnuppe |**

**Ronsdorfer Straße 138**

**Anmeldung Tel.: 0211 60025-474**

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

QZ-2503-08 Do 19.03. 1 x 3 Ust. 14.15-16.30 Uhr gebührenfrei



## **Sommer - Ferien - Vorleseabenteuer**

Die Sommerferien stehen vor der Tür. Gemeinsam wollen wir Geschichten hören, uns auf die Reise begeben und den Sommer freudig begrüßen.

**Lierenfeld | AWO Familienzentrum Sternschnuppe |**

**Ronsdorfer Straße 138**

**Anmeldung Tel.: 0211 60025-474**

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

RZ-2503-08 Do 02.07. 1 x 3 Ust. 14.15-16.30 Uhr gebührenfrei

## **Der Bär und das Wörterglitzern**

Dieses regenbogenbunte Bilderbuch nimmt seine kleinen Leser\*innen mit in den Dschungel und zeigt, dass man am besten so ist, wie man ist.

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

**Derendorf | AWO Familienbildungswerk | Liststraße 2**

**Anmeldung Tel.: 0211 60025-107, Frau Seresi**

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

SZ-2500-02 Do 17.09. 1x 3 Ust. 15.00-17.15 Uhr gebührenfrei

**Eller | AWO Familienzentrum Marie Juchacz |**

**von-Krüger-Straße 18**

**Anmeldung Tel.: 0211 60025-465**

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

SZ-2505-08 Do 24.09. 1 x 3 Ust. 15.00-17.15 Uhr gebührenfrei



## Panther, Panther sei entspannter

Panther kann nicht schlafen. So etwas kennen wir bestimmt auch, oder nicht?

Er hat viele Freund\*innen im Regenwald und alle wollen ihm helfen.

Ob das Faultier womöglich die beste Idee hat?

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

**Derendorf | AWO Familienbildungswerk | Liststraße 2**

**Anmeldung Tel.: 0211 60025-107, Frau Seresi**

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

SZ-2501-02 Do 19.11. 1x 3 Ust. 15.00-17.15 Uhr gebührenfrei

## Wir begrüßen die Weihnachtszeit

Wir begrüßen die schönste Zeit des Jahres und machen es uns gemütlich mit neuen und alten Geschichten.

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

**Eller | AWO Familienzentrum Marie Juchacz |**

**von-Krüger-Straße 18**

**Anmeldung Tel.: 0211 60025-465**

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

SZ-2504-08 Do 26.11. 1x 3 Ust. 15.00-17.15 Uhr gebührenfrei

## Weihnachtsgeschichten

Die besinnliche Zeit des Jahres naht, und wir möchten gemeinsam mit Ihnen und Ihren Kindern den Zauber der Weihnachtszeit erleben!

Deshalb laden wir Sie herzlich zu unserem Weihnachts-Vorleseabenteuer ein, bei dem wir zusammen in festliche Geschichten eintauchen und die Vorfreude auf das Fest genießen.

**Lierenfeld | AWO Familienzentrum Sternschnuppe |**

**Ronsdorfer Straße 138**

**Anmeldung Tel.: 0211 60025-474**

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

SZ-2503-08 Do 03.12. 1x 3 Ust. 14.15-16.30 Uhr gebührenfrei



## Angebote für Vorschul- und Grundschulkinder

### 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 | Liststraße 2

##### Anmeldung Tel.: 0211 60025-110

QU-8734-02	Mo	12.01.	8 x 2 Ust.	15.00-16.30 Uhr	24.00 €
RU-8734-02	Mo	13.04.	11 x 2 Ust.	15.00-16.30 Uhr	33.00 €
SU-8734-02	Mo	14.09.	11 x 2 Ust.	15.00-16.30 Uhr	33.00 €

#### Holthausen | AWO Familientreff Holthausen | Geeststraße 99

##### Anmeldung Tel.: 0211 60025-534/-535

QU-8736-09	Mo	12.01.	9 x 2 Ust.	16.15-17.45 Uhr	19.40 €
RU-8736-09	Mo	13.04.	11 x 2 Ust.	16.15-17.45 Uhr	23.80 €
SU-8736-09	Mo	14.09.	11 x 2 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.**

**Derendorf | AWO Familienbildungswerk | Liststraße 2**

**Anmeldung Tel.: 0211 60025-110**

AWO Familienzentrum Pusteblume in Kooperation mit dem AWO Familienbildungswerk. Das Familienzentrum übernimmt einen Teil der angegebenen Kosten.

QZ-2922-02	Mi	14.01.	10 x 1 Ust.	09.00-09.45 Uhr	45.00 €
RZ-2922-02	Mi	15.04.	10 x 1 Ust.	09.00-09.45 Uhr	45.00 €
SZ-2922-02	Mi	16.09.	10 x 1 Ust.	09.00-09.45 Uhr	45.00 €
QZ-2923-02	Mi	14.01.	10 x 1 Ust.	09.45-10.30 Uhr	45.00 €
RZ-2923-02	Mi	15.04.	10 x 1 Ust.	09.45-10.30 Uhr	45.00 €
SZ-2923-02	Mi	16.09.	10 x 1 Ust.	09.45-10.30 Uhr	45.00 €

**Rath | AWO Familienzentrum Sonnenhaus |**

**Dortmunder Straße 90**

**Anmeldung Tel.: 0211 60025-455/-453**

AWO Familienzentrum Sonnenhaus in Kooperation mit dem AWO Familienbildungswerk. Das Familienzentrum übernimmt einen Teil der angegebenen Kosten.

RZ-2921-06	Do	16.04.	10 x1 Ust.	09.00-09.45 Uhr	45.00 €
SZ-2921-06	Do	17.09.	10 x1 Ust.	09.00-09.45 Uhr	45.00 €
RZ-2922-06	Do	16.04.	10 x1 Ust.	09.45-10.30 Uhr	45.00 €
SZ-2922-06	Do	17.09.	10 x1 Ust.	09.45-10.30 Uhr	45.00 €



## Vater-Kind-Aktionen

### Mit dem Esel durch den Wald

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.

**Unterrath | Treffpunkt Wildpark im Grafenberger Wald**

**Anmeldung Tel.: 0211 60025-110**

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

QZ-2552-06 Sa 21.03. 1 x 3 Ust. 10.00-13.00 Uhr gebührenfrei





## Eltern-Kind-Schwimmen

### 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 | Wrangelstraße 40**

**Anmeldung Tel.: 0174 5164777**

QU-6000-06	Sa	10.01.	12 x 1 Ust.	09.00-09.45 Uhr	111.00 €
RU-6000-06	Sa	18.04.	14 x 1 Ust.	09.00-09.45 Uhr	129.50 €
SU-6000-06	Sa	05.09.	13 x 1 Ust.	09.00-09.45 Uhr	120.20 €

**Bilk | Schwimmbad der Martin-Luther-Schule | Gotenstraße 20**

**Anmeldung Tel.: 0211 60025-116**

QU-6012-03	Sa	10.01.	12 x 1 Ust.	10.30-11.15 Uhr	111.00 €
RU-6012-03	Sa	18.04.	14 x 1 Ust.	10.30-11.15 Uhr	129.50 €
SU-6012-03	Sa	05.09.	13 x 1 Ust.	10.30-11.15 Uhr	120.20 €

**Gerresheim | Franz-Marc-Schule | Lohbachweg 16**

**Anmeldung Tel.: 0211 60025-211**

QU-6016-07	Sa	10.01.	12 x 1 Ust.	10.30-11.15 Uhr	111.00 €
RU-6016-07	Sa	18.04.	14 x 1 Ust.	10.30-11.15 Uhr	129.50 €
SU-6016-07	Sa	05.09.	13 x 1 Ust.	10.30-11.15 Uhr	120.20 €

## **Eltern-Kind-Schwimmen**

### **Für Eltern mit Kindern im Alter von 2-3 Jahren**

In kleinen Gruppen lernen Kinder ab 2 Jahren, mit aktiver Hilfe der Eltern, spielerisch das Element 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 | Wrangelstraße 40**

**Anmeldung Tel.: 0174 5164777**

QU-6001-06	Sa	10.01.	12 x 1 Ust.	09.45-10.30 Uhr	111.00 €
RU-6001-06	Sa	18.04.	14 x 1 Ust.	09.45-10.30 Uhr	129.50 €
SU-6001-06	Sa	05.09.	13 x 1 Ust.	09.45-10.30 Uhr	129.50 €

**Bilk | Schwimmbad der Martin-Luther-Schule | Gotenstraße 20**

**Anmeldung Tel.: 0211 60025-116**

QU-6010-03	Sa	10.01.	12 x 1 Ust.	09.00-09.45 Uhr	111.00 €
RU-6010-03	Sa	18.04.	14 x 1 Ust.	09.00-09.45 Uhr	129.50 €
SU-6010-03	Sa	05.09.	13 x 1 Ust.	09.00-09.45 Uhr	120.20 €

**Gerresheim | Franz-Marc-Schule | Lohbachweg 16**

**Anmeldung Tel.: 0211 60025-211**

QU-6017-07	Sa	10.01.	12 x 1 Ust.	11.15-12.00 Uhr	111.00 €
RU-6017-07	Sa	18.04.	14 x 1 Ust.	11.15-12.00 Uhr	129.50 €
SU-6017-07	Sa	05.09.	13 x 1 Ust.	11.15-12.00 Uhr	120.20 €



## **Eltern-Kind-Schwimmen**

### **Für Eltern mit Kindern im Alter von 3-4 Jahren**

In kleinen Gruppen lernen die Kinder spielerisch das Element 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 Selbstvertrauens der Kinder.

**Bitte Badekleidung, Badeschuhe, Handtuch & Hygieneartikel mitbringen.**

**Mörsenbroich | Janusz-Korczak-Schule | Wrangelstraße 40**

**Anmeldung Tel.: 0174 5164777**

QU-6002-06	Sa	10.01.	12 x 1 Ust.	10.30-11.15 Uhr	111.00 €
RU-6002-06	Sa	18.04.	14 x 1 Ust.	10.30-11.15 Uhr	129.50 €
SU-6002-06	Sa	05.09.	13 x 1 Ust.	10.30-11.15 Uhr	120.20 €

**Bilk | Schwimmbad der Martin-Luther-Schule | Gotenstraße 20**

**Anmeldung Tel.: 0211 60025-116**

QU-6011-03	Sa	10.01.	12 x 1 Ust.	09.45-10.30 Uhr	111.00 €
RU-6011-03	Sa	18.04.	14 x 1 Ust.	09.45-10.30 Uhr	129.50 €
SU-6011-03	Sa	05.09.	13 x 1 Ust.	09.45-10.30 Uhr	120.20 €

**Gerresheim | Franz-Marc-Schule | Lohbachweg 16**

**Anmeldung Tel.: 0211 60025-211**

QU-6015-07	Sa	10.01.	12 x 1 Ust.	09.45-10.30 Uhr	111.00 €
RU-6015-07	Sa	18.04.	14 x 1 Ust.	09.45-10.30 Uhr	129.50 €
SU-6015-07	Sa	05.09.	13 x 1 Ust.	09.45-10.30 Uhr	120.20 €



## Eltern-Kind-Schwimmen

### **Für Eltern mit Kindern im Alter von 2 bis 5 Jahren**

In kleinen Gruppen lernen die Kinder spielerisch das Element 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 geplanscht, 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.

**Bitte Badekleidung, Badeschuhe, Handtuch & Hygieneartikel mitbringen.**

**Mörsenbroich | Janusz-Korczak-Schule | Wrangelstraße 40**

**Anmeldung Tel.: 0174 5164777**

QU-6004-06	So	11.01.	12 x 1 Ust.	13.30-14.15 Uhr	111.00 €
RU-6004-06	So	19.04.	13 x 1 Ust.	13.30-14.15 Uhr	120.20 €
SU-6004-06	So	06.09.	14 x 1 Ust.	13.30-14.15 Uhr	129.50 €





## Eltern-Kind-Schwimmen

### Für Eltern mit Kindern im Alter von 4-5 Jahren

In kleinen Gruppen lernen die Kinder spielerisch das Element 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 geplanscht, 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 drei Euro 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 | Wrangelstraße 40**

**Anmeldung Tel.: 0174 5164777**

QU-6003-06	Sa	10.01.	12 x 1 Ust.	11.15-12.00 Uhr	111.00 €
RU-6003-06	Sa	18.04.	14 x 1 Ust.	11.15-12.00 Uhr	129.50 €
SU-6003-06	Sa	05.09.	13 x 1 Ust.	11.15-12.00 Uhr	120.20 €

**Bilk | Schwimmbad der Martin-Luther-Schule | Gotenstraße 20**

**Anmeldung Tel.: 0211 60025-116**

QU-6013-03	Sa	10.01.	12 x 1 Ust.	11.15-12.00 Uhr	111.00 €
RU-6013-03	Sa	18.04.	14 x 1 Ust.	11.15-12.00 Uhr	129.50 €
SU-6013-03	Sa	05.09.	13 x 1 Ust.	11.15-12.00 Uhr	120.20 €

**Gerresheim | Franz-Marc-Schule | Lohbachweg 16**

**Anmeldung Tel.: 0211 60025-211**

QU-6014-07	Sa	10.01.	12 x 1 Ust.	09.00-09.45 Uhr	111.00 €
RU-6014-07	Sa	18.04.	14 x 1 Ust.	09.00-09.45 Uhr	129.50 €
SU-6014-07	Sa	05.09.	13 x 1 Ust.	09.00-09.45 Uhr	120.20 €

**Bilk | Schwimmbad der Martin-Luther-Schule | Gotenstraße 20**

**Anmeldung Tel.: 0211 60025-116**

QU-6053-03	Sa	10.01.	12 x 1 Ust.	12.00-12.45 Uhr	111.00 €
RU-6053-03	Sa	18.04.	14 x 1 Ust.	12.00-12.45 Uhr	129.50 €
SU-6053-03	Sa	05.09.	13 x 1 Ust.	12.00-12.45 Uhr	120.20 €

**Mörsenbroich | Janusz-Korczak-Schule | Wrangelstraße 40**

**Anmeldung Tel.: 0174 5164777**

QU-6059-06	Do	08.01.	12 x 1 Ust.	15.30-16.15 Uhr	111.00 €
RU-6059-06	Do	16.04.	12 x 1 Ust.	15.30-16.15 Uhr	111.00 €
SU-6059-06	Do	03.09.	14 x 1 Ust.	15.30-16.15 Uhr	129.50 €



## Mutter-Kind-Schwimmen

### *Für Mütter mit Kindern bis 5 Jahren*

In kleinen Gruppen lernen die Kinder spielerisch das Element 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 geplanscht, 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 drei Euro 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 | Wrangelstraße 40**

**Anmeldung Tel.: 0174 5164777**

QU-6005-06	So	11.01.	12 x 1 Ust.	15.00-15.45 Uhr	111.00 €
RU-6005-06	So	19.04.	13 x 1 Ust.	15.00-15.45 Uhr	120.20 €
SU-6005-06	So	06.09.	14 x 1 Ust.	15.00-15.45 Uhr	129.50 €
QU-6006-06	So	11.01.	12 x 1 Ust.	15.45-16.30 Uhr	111.00 €
RU-6006-06	So	19.04.	13 x 1 Ust.	15.45-16.30 Uhr	120.20 €
SU-6006-06	So	06.09.	14 x 1 Ust.	15.45-16.30 Uhr	129.50 €
QU-6007-06	So	11.01.	12 x 1 Ust.	16.30-17.15 Uhr	111.00 €
RU-6007-06	So	19.04.	13 x 1 Ust.	16.30-17.15 Uhr	120.20 €
SU-6007-06	So	06.09.	14 x 1 Ust.	16.30-17.15 Uhr	129.50 €



## *Lehrschwimmen*

### **„Wasserfrösche“**

#### **Lehrschwimmen für Kinder ab 5 Jahren**

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 drei Euro 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 | Gotenstraße 20**

**Anmeldung Tel.: 0211 60025-116**

QU-6050-03	Sa	10.01.	12 x 1 Ust.	12.45-13.30 Uhr	105.00 €
RU-6050-03	Sa	18.04.	14 x 1 Ust.	12.45-13.30 Uhr	122.50 €
SU-6050-03	Sa	05.09.	13 x 1 Ust.	12.45-13.30 Uhr	113.80 €

**Oberbilk | FGZ Sonnenstraße – Lehrschwimmbad |**

**Sonnenstraße 10**

**Anmeldung Tel.: 0211 60025-211**

QU-6055-03	Di	13.01.	11 x 1 Ust.	16.15-17.00 Uhr	96.30 €
RU-6055-03	Di	14.04.	13 x 1 Ust.	16.15-17.00 Uhr	113.80 €
SU-6055-03	Di	08.09.	13 x 1 Ust.	16.15-17.00 Uhr	113.80 €

**Mörsenbroich | Janusz-Korczak-Schule | Wrangelstraße 40**

**Anmeldung Tel.: 0174 5164777**

QU-6060-06	Do	08.01.	12 x 1 Ust.	16.15-17.00 Uhr	105.00 €
RU-6060-06	Do	16.04.	12 x 1 Ust.	16.15-17.00 Uhr	105.00 €
SU-6060-06	Do	03.09.	14 x 1 Ust.	16.15-17.00 Uhr	122.50 €
QU-6064-06	Sa	10.01.	12 x 1 Ust.	12.45-13.30 Uhr	105.00 €
SU-6063-06	Sa	05.09.	13 x 1 Ust.	12.00-12.45 Uhr	113.80 €
QU-6068-06	Mi	07.01.	12 x 1 Ust.	16.15-17.00 Uhr	105.00 €
RU-6068-06	Mi	15.04.	14 x 1 Ust.	16.15-17.00 Uhr	122.50 €



## **Wersten | Mosaikschule-Städt. Förderschule |**

**Am Massenberger Kamp 45**

**Anmeldung Tel.: 0211 60025-211**

QU-6071-09	Mo	12.01.	10 x 1 Ust.	15.45-16.30 Uhr	87.50 €
RU-6071-09	Mo	13.04.	13 x 1 Ust.	15.45-16.30 Uhr	113.80 €
SU-6071-09	Mo	07.09.	13 x 1 Ust.	15.45-16.30 Uhr	113.80 €

## **Gerresheim | Franz-Marc-Schule | Lohbachweg 16**

**Anmeldung Tel.: 0211 60025-211**

QU-6075-07	Sa	10.01.	12 x 1 Ust.	12.00-12.45 Uhr	105.00 €
RU-6075-07	Sa	18.04.	14 x 1 Ust.	12.00-12.45 Uhr	122.50 €
SU-6075-07	Sa	05.09.	13 x 1 Ust.	12.00-12.45 Uhr	113.80 €

## **Garath | Fritz-Henkel-Schule | Stettiner Straße 98 -**

**Lehrschwimmbad**

**Anmeldung Tel.: 0211 60025-211**

QU-6085-10	Fr	09.01.	12 x 1 Ust.	16.15-17.00 Uhr	105.00 €
RU-6085-10	Fr	17.04.	13 x 1 Ust.	16.15-17.00 Uhr	113.80 €
SU-6085-10	Fr	04.09.	14 x 1 Ust.	16.15-17.00 Uhr	122.50 €

## **Mörsenbroich | Janusz-Korczak-Schule | Wrangelstraße 40**

**Anmeldung Tel.: 0174 5164777**

SU-6065-06	Fr	04.09.	14 x 1 Ust.	17.45-18.30 Uhr	122.50 €
RU-6065-06	Fr	17.04.	13 x 1 Ust.	17.45-18.30 Uhr	113.80 €

### **„Seepferdchen“**

### **Aufbaukurs I – Lehrschwimmen für Kinder ab 5 Jahren**

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 drei Euro erlangt werden. Die Prüfung umfasst:

- Sprung vom Beckenrand und 25 Meter 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 | Gotenstraße 20

Anmeldung Tel.: 0211 60025-116

QU-6051-03	Sa	10.01.	12 x 1 Ust.	13.30-14.15 Uhr	105.00 €
RU-6051-03	Sa	18.04.	14 x 1 Ust.	13.30-14.15 Uhr	122.50 €
SU-6051-03	Sa	05.09.	13 x 1 Ust.	13.30-14.15 Uhr	113.80 €

## Oberbilk | Sonnenstraße - Lehrschwimmbad - Sonnenstraße 10

Anmeldung Tel.: 0211 60025-211

QU-6056-03	Di	13.01.	11 x 1 Ust.	17.00-17.45 Uhr	96.30 €
RU-6056-03	Di	14.04.	13 x 1 Ust.	17.00-17.45 Uhr	113.80 €
SU-6056-03	Di	08.09.	13 x 1 Ust.	17.00-17.45 Uhr	113.80 €

## Mörsenbroich | Janusz-Korczak-Schule | Wrangelstraße 40

Anmeldung Tel.: 0174 5164777

QU-6061-06	Do	08.01.	12 x 1 Ust.	17.00-17.45 Uhr	105.00 €
RU-6061-06	Do	16.04.	12 x 1 Ust.	17.00-17.45 Uhr	105.00 €
SU-6061-06	Do	03.09.	14 x 1 Ust.	17.00-17.45 Uhr	122.50 €
QU-6063-06	Sa	10.01.	12 x 1 Ust.	12.00-12.45 Uhr	105.00 €
RU-6063-06	Sa	18.04.	14 x 1 Ust.	12.00-12.45 Uhr	122.50 €
RU-6069-06	Mi	15.04.	14 x 1 Ust.	17.00-17.45 Uhr	122.50 €
SU-6068-06	Mi	02.09.	14 x 1 Ust.	16.15-17.00 Uhr	122.50 €

## Wersten | Moaaikscole-Städt. Förderschule |

Am Massenberger Kamp 45

Anmeldung Tel.: 0211 60025-211

QU-6072-09	Mo	12.01.	10 x 1 Ust.	16.30-17.15 Uhr	87.50 €
RU-6072-09	Mo	13.04.	13 x 1 Ust.	16.30-17.15 Uhr	113.80 €
SU-6072-09	Mo	07.09.	13 x 1 Ust.	16.30-17.15 Uhr	113.80 €

## Gerresheim | Franz-Marc-Schule | Lohbachweg 16

Anmeldung Tel.: 0211 60025-211

QU-6076-07	Sa	10.01.	12 x 1 Ust.	12.45-13.30 Uhr	105.00 €
RU-6076-07	Sa	18.04.	14 x 1 Ust.	12.45-13.30 Uhr	122.50 €
SU-6076-07	Sa	05.09.	13 x 1 Ust.	12.45-13.30 Uhr	113.80 €

## Garath | Fritz-Henkel-Schule | Stettiner Straße 98 -

Lehrschwimmbad

Anmeldung Tel.: 0211 60025-211

QU-6086-10	Fr	09.01.	12 x 1 Ust.	17.00-17.45 Uhr	105.00 €
RU-6086-10	Fr	17.04.	13 x 1 Ust.	17.00-17.45 Uhr	113.80 €
SU-6086-10	Fr	04.09.	14 x 1 Ust.	17.00-17.45 Uhr	122.50 €

## Mörsenbroich | Janusz-Korczak-Schule | Wrangelstraße 40

Anmeldung Tel.: 0174 5164777

QU-6065-06	Fr	09.01.	12 x 1 Ust.	17.45-18.30 Uhr	105.00 €
SU-6066-06	Fr	04.09.	14 x 1 Ust.	18.30-19.15 Uhr	122.50 €



## „Speeräuber“

### Aufbaukurs II – Lehrschwimmen für Kinder ab 5 Jahren

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 „Speeräuber“, für eine einmalige Gebühr von drei Euro, erlangt werden (abhängig vom Schwimmbad).

Die Prüfung umfasst:

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

**Bitte Badekleidung, Badeschuhe, Handtuch & Hygieneartikel mitbringen.**

### Bilk | Schwimmbad der Martin-Luther-Schule | Gotenstraße 20

**Anmeldung Tel.: 0211 60025-116**

QU-6052-03	Sa	10.01.	12 x 1 Ust.	14.15-15.00 Uhr	105.00 €
RU-6052-03	Sa	18.04.	14 x 1 Ust.	14.15-15.00 Uhr	122.50 €
SU-6052-03	Sa	05.09.	13 x 1 Ust.	14.15-15.00 Uhr	113.80 €

### Oberbilck | Sonnenstraße - Lehrschwimmbad | Sonnenstraße 10

**Anmeldung Tel.: 0211 60025-211**

QU-6057-03	Di	13.01.	11 x 1 Ust.	17.45-18.30 Uhr	96.30 €
RU-6057-03	Di	14.04.	13 x 1 Ust.	17.45-18.30 Uhr	113.80 €
SU-6057-03	Di	08.09.	13 x 1 Ust.	17.45-18.30 Uhr	113.80 €

### Mörsenbroich | Janusz-Korczak-Schule | Wrangelstraße 40

**Anmeldung Tel.: 0174 5164777**

QU-6062-06	Do	08.01.	12 x 1 Ust.	17.45-18.30 Uhr	105.00 €
RU-6062-06	Do	16.04.	12 x 1 Ust.	17.45-18.30 Uhr	105.00 €
SU-6062-06	Do	03.09.	14 x 1 Ust.	17.45-18.30 Uhr	122.50 €
RU-6064-06	Sa	18.04.	14 x 1 Ust.	12.45-13.30 Uhr	122.50 €
SU-6064-06	Sa	05.09.	13 x 1 Ust.	12.45-13.30 Uhr	113.80 €
QU-6069-06	Mi	07.01.	12 x 1 Ust.	17.00-17.45 Uhr	105.00 €



SU-6069-06 Mi 02.09. 14 x 1 Ust. 17.00-17.45 Uhr 122.50 €

**Wersten | Mosaikschule-Städt. Förderschule |**

**Am Massenberger Kamp 45**

**Anmeldung Tel.: 0211 60025-211**

QU-6073-09 Mo 12.01. 10 x 1 Ust. 17.15-18.00 Uhr 87.50 €

RU-6073-09 Mo 13.04. 13 x 1 Ust. 17.15-18.00 Uhr 113.80 €

SU-6073-09 Mo 07.09. 13 x 1 Ust. 17.15-18.00 Uhr 113.80 €

**Gerresheim | Franz-Marc-Schule | Lohbachweg 16**

**Anmeldung Tel.: 0211 60025-211**

QU-6077-07 Sa 10.01. 12 x 1 Ust. 13.30-14.15 Uhr 105.00 €

RU-6077-07 Sa 18.04. 14 x 1 Ust. 13.30-14.15 Uhr 122.50 €

SU-6077-07 Sa 05.09. 13 x 1 Ust. 13.30-14.15 Uhr 113.80 €

**Garath | Fritz-Henkel-Schule | Stettiner Straße 98 -**

**Lehrschwimmbad**

**Anmeldung Tel.: 0211 60025-211**

QU-6087-10 Fr 09.01. 12 x 1 Ust. 17.45-18.30 Uhr 105.00 €

RU-6087-10 Fr 17.04. 13 x 1 Ust. 17.45-18.30 Uhr 113.80 €

SU-6087-10 Fr 04.09. 14 x 1 Ust. 17.45-18.30 Uhr 122.50 €

**Mörsenbroich | Janusz-Korczak-Schule | Wrangelstraße 40**

**Anmeldung Tel.: 0174 5164777**

QU-6066-06 Fr 09.01. 12 x 1 Ust. 18.30-19.15 Uhr 105.00 €

RU-6066-06 Fr 17.04. 13 x 1 Ust. 18.30-19.15 Uhr 113.80 €



# Miteinander. Mittendrin.



**Gemeinsam mit Ihnen  
setzen wir auf Respekt,  
Offenheit und Vertrauen.**

**sskduesseldorf.de**

Weil's um mehr als Geld geht.



**Stadtsparkasse  
Düsseldorf**

# Qualifi- zierung & Fortsbildung

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 Kindertagespflegeperson mit Zertifikatsabschluss

**Tätigkeitsvorbereitende (160 UE) und -begleitende (140 UE) Grundqualifizierung Kindertagespflege nach QHB.**

***Qualität durch Kooperation – vier Träger\*innen starten gemeinsam eine neue Grundqualifizierung nach dem QHB.***

Diese berufliche Qualifizierung bereitet Sie auf Ihre Tätigkeit als Kindertagespflegeperson vor.

Als qualifizierte Tagespflegeperson begleiten Sie Kinder auf ihrem spannenden Weg ins Leben und unterstützen Eltern bei der Vereinbarkeit von Familie und Beruf. Die kompetenzorientierte Qualifizierung Kindertagespflege (QHB) ist die neue Qualifizierung von Kindertagespflegepersonen vom Bundesverband für Kindertagespflege. Um diese Qualifizierung auf hohem fachlichem Niveau umzusetzen, haben sich in Düsseldorf vier anerkannte Weiterbildungsträger zu einem starken Kooperationsverbund zusammengeschlossen. Denn: Die Kindertagespflege ist bedeutend – insbesondere für die Bildung, Betreuung und Erziehung von Kindern unter drei Jahren.

Die Träger\*innen des Kooperationsverbundes sind:

- ASG-Bildungsforum e. V.
- AWO Familienbildungswerk
- Evangelisches Familienbildungswerk Düsseldorf
- Kaiserswerther Familienakademie

Durch die gebündelte Erfahrung und Expertise dieser Partner\*innen wird eine Qualifizierung nach aktuellen fachlichen Standards gewährleistet.

Die Grundqualifizierung nach QHB umfasst insgesamt 300 Unterrichtsstunden (plus 140 UE Selbstlernerneinheiten), die in zwei Qualifizierungsphasen unterteilt sind, die tätigkeitsvorbereitende und die tätigkeitsbegleitende Grundqualifizierung.

Termin auf Anfrage.



## **Fortbildungen für qualifizierte Kindertagespflegepersonen (KTPP)**

### ***Das pädagogische Konzept in der KTP – Konzeptionen erstellen und aktualisieren***

Das pädagogische Konzept ist obligatorischer Bestandteil einer Kindertagespflegestelle. 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. Die Teilnehmer\*innen erhalten aufgrund der maximalen Teilnehmendenzahl von sechs Personen intensive und individuelle Hilfestellungen.

**Bilk | AWO Familientreff Bilk | Aachener Straße 9**

**Anmeldung Tel.: 0211 60025-110**

QU-3961-03 Sa 31.01.& 21.02. 2 x 5 Ust. 10.30-14.30 Uhr 70.00 €

## **Inklusion in der Kindertagespflege**

### ***Fortbildung für qualifizierte Kindertagespflegepersonen***

Im Rahmen des Fortbildungsangebotes wird das Konzept der Inklusion als pädagogischer Rahmen für die Betreuungspraxis vorgestellt. Es werden erste Handlungsansätze und methodische Zugänge zu einer inklusiven Arbeit mit Kindern gegeben und es besteht die Möglichkeit zum Austausch über bisherige Erfahrungen.

**Bilk | AWO Familientreff Bilk | Aachener Straße 9**

**Anmeldung Tel.: 0211 60025-110**

QU-3940-03 Sa 07.02. 1 x 8 Ust. 09.00-15.00 Uhr 56.00 €

RU-3940-03 Sa 13.06. 1 x 8 Ust. 09.00-15.00 Uhr 56.00 €



## **Individuelle Lernprozesse von Kindern in der Kindertagespflege erkennen, beobachten und dokumentieren**

### ***Fortbildung für qualifizierte Kindertagespflegepersonen***

Kinder entwickeln sich in ihrem eigenen Tempo. Sie lernen spielerisch, mit Neugier und aufbauend auf bisherige Erfahrungen stetig Neues dazu. Neben sichtbaren körperlichen Lernprozessen sind auch die emotionalen Entwicklungsaufgaben im Kindesalter bedeutsam. Welche großen und kleinen Meilensteine gibt es in den ersten Lebensjahren? Warum ist eigentlich die Trotzphase so wichtig für die frühkindliche Entwicklung und wie können Kinder in dieser Phase wertschätzend begleitet werden? Diesen und anderen Fragen gehen wir in dem Kurs nach. Dabei geht es neben den Beobachtungen von Entwicklungsschritten auch um das Dokumentieren von Bildungsprozessen im beruflichen Alltag in der Kindertagespflegestelle.

**Bilk | AWO Familientreff Bilk | Aachener Straße 9**

**Anmeldung Tel.: 0211 60025-110**

QU-3911-03 Sa 14.02. 1 x 8 Ust. 09.00-15.00 Uhr 56.00 €

## **Übergänge von der KTP in die Kita gestalten**

### ***Fortbildung für qualifizierte Kindertagespflegepersonen***

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 Tel.: 0211 60025-110**

QU-3942-03 Mi 18.03.& 25.03. 2 x 4 Ust. 18.00-21.00 Uhr 56.00 €



## Kinderrechte in der KTP

### ***Fortbildung für qualifizierte Kindertagespflegepersonen***

Die UN-Kinderrechtskonvention hat über 50 Artikel zu Kinderrechten formuliert. In dieser Fortbildung werden wichtige Kinderrechte benannt, die im pädagogischen Alltagsgeschehen der jeweiligen Kindertagespflegestelle 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 Tel.: 0211 60025-110**

RU-3944-03

Termin auf Anfrage 1 x 6 Ust.

42.00 €

## Mittelbare Bildungs- und Betreuungsarbeit: Pädagogik nach Pikler und Montessori

### ***Fortbildung für qualifizierte Kindertagespflegepersonen***

Als Kindertagespflegeperson sind Sie eine für das Kind bedeutende Person, um es in seiner individuellen Entwicklung der würdevollen Autonomie zu fördern. Die Pädagogik nach Emmi Pikler und Maria Montessori lässt sich mit Handlungsmaximen wie „Laufende Kommunikation“, „Genaues Beobachten“, „Liebevolle Achtsamkeit“ und „Zurückhaltung“ beschreiben. In dieser Fortbildung werden die theoretischen Grundlagen von Pikler und Montessori dargestellt und es werden Alltagssituationen aufgegriffen und reflektiert. Die zentrale Frage lautet: Wie verhalte ich mich gegenüber dem Kind, wenn es beispielsweise gerade frustriert ist oder wenn ich es auch nur anziehen möchte? Die Fortbildung erfüllt die Vorgaben der Richtlinien Kindertagespflege der Stadt Düsseldorf.

**Bilk | AWO Familientreff Bilk | Aachener Straße 9**

**Anmeldung Tel.: 0211 60025-110**

RU-3912-03

Termin auf Anfrage 1 x 8 Ust.

56.00 €



## Konfliktmanagement in der Kindertagespflege

### *Fortbildung für qualifizierte Kindertagespflegepersonen*

Kindertagespflegepersonen werden mit verschiedenen Anforderungen und Erwartungen konfrontiert. Unterschiedliche Wertvorstellungen, Erziehungsmethoden oder auch der Umgang mit modernen Medien in der Kinderbetreuung bieten Konfliktpotential zwischen Kindertagespflegeperson und den Erziehungsberechtigten. Die Kursteilnehmer\*innen bekommen verschiedene Methoden und Techniken vorgestellt, wie sie in Interaktionssituationen gelassen und zielführend den Dialog gestalten und lenken können.

Themenbereich: Konfliktmanagement

**Bilk | AWO Familientreff Bilk | Aachener Straße 9**

**Anmeldung Tel.: 0211 60025-110**

RU-3932-03 Di Termin auf Anfrage 2 x 4 Ust. 56.00 €

## Kindeswohlgefährdung – Erkennen, Benennen und sinnvolles Handeln

### *Fortbildung für qualifizierte Kindertagespflegepersonen*

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 Tel.: 0211 60025-110**

RU-3901-03 Termin auf Anfrage 1 x 8 Ust. 56.00 €



# Forbildungen für Kursleiter\*innen

## 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 zum Beispiel Konflikte im Kurs, Umgang mit schwierigen Teilnehmenden, Grenzüberschreitung. Supervision kann helfen, eigene Ressourcen besser kennenzulernen 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 | Liststraße 2**

**Anmeldung Tel.: 0211 60025-110**

QU-3000-02	Di	03.02.	2 x 2 Ust.	10.00-11.30 Uhr	gebührenfrei
RU-3000-02	Di	19.05.	2 x 2 Ust.	10.00-11.30 Uhr	gebührenfrei
SU-3000-02	Di	07.10.	2 x 2 Ust.	10.00-11.30 Uhr	gebührenfrei





# 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 Jugandanwalt“ 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](mailto:schuldnerberatung@awo-duesseldorf.de)

# Bildungs- zeit

Abstand vom Alltag finden!

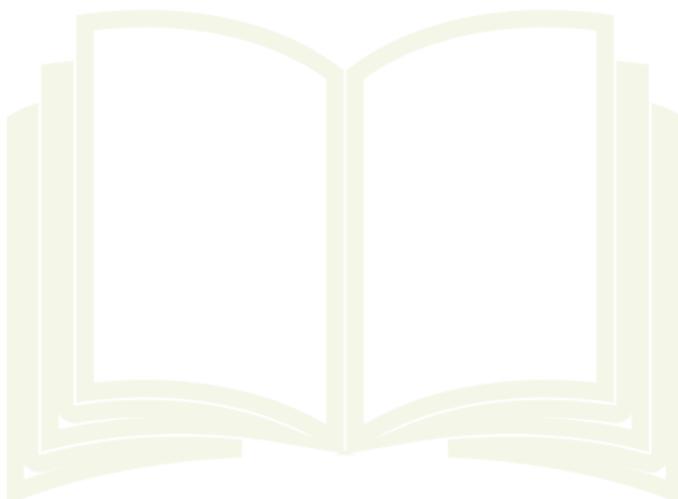




Unsere Seminare außerhalb Düsseldorfs sind eine Möglichkeit, sich in landschaftlich schön gelegenen Tagungshäusern zu pädagogischen, gesellschaftlichen und beruflichen Themen weiterzubilden, neue Perspektiven des Zusammenlebens in der Familie und zur persönlichen Lebensgestaltung zu entwickeln und gleichzeitig 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 geleitet von erfahrenen haupt- und freiberuflichen Mitarbeitenden. Zu den meisten Seminaren bieten wir eine Kinderbetreuung an, denn: Kinder sind herzlich willkommen! Sie spielen und basteln mit Kinderbetreuerinnen und Kinderbetreuern während die Erwachsenen in der Gruppe zusammen arbeiten. Gleichwohl haben in unseren Familienseminaren gemeinsame Aktivitäten von Erwachsenen und Kindern einen hohen Stellenwert.

Die Termine für die Bildungsurlaube mit Kinderbetreuung, die Yoga-Wochenenden für Eltern mit Kindern und sonstige Veranstaltungen sind auf der Website ersichtlich.

Die Bildungsurlaube sind nach dem Arbeitnehmerweiterbildungsgesetz (AWbG) des Landes NRW anerkannt. 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/Jahr bei Fortzahlung des Gehaltes.





## Anmeldung zu Bildungsveranstaltungen

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 etwa zehn 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 Euro bezahlen,
- weniger als 90 und bis 60 Tage vor Veranstaltungsbeginn müssen Sie 60 Prozent der Teilnahmegebühr bezahlen,
- weniger als 60 und bis 30 Tage vor Veranstaltungsbeginn müssen Sie 80 Prozent 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.



## 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.



## **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 wiederzufinden. 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 alleinerziehender 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.

#### **Mit einem pädagogischen Angebot für Kinder bis 12 Jahre**

**Naturfreundehaus Käte Strobel | Gummersbach**

**Anmeldung Tel.: 0211 6 0025-211**

RT-4403 Fr-So 08.05.-10.05. 3 Tage 09.00-11.15 Uhr 45.00 €

## **Surfing USA**

### **Wochenende für Eltern mit Kinderbetreuung**

Gemeinsam entdecken wir an diesem Wochenende die Vereinigten Staaten von Amerika in Bildern, Berichten, Film, Quiz und Musik. Welche Impulse können uns die amerikanische Geschichte, Kultur und das typische Lebensgefühl der amerikanischen Bevölkerung geben?

Das Wochenende bietet Input, Austausch und Kreativität durch die Teilnehmenden.

Abwechslung entsteht durch den Wechsel von Plenums- und Kleingruppenarbeit, einen dialogischen Spaziergang und eine Naturbeobachtung im Wald.

Kinder bis 13 Jahre haben zeitweise ihr eigenes Programm.

### **Familienbildungswochenende mit einem pädagogischen Angebot für Kinder.**

**Naturfreundehaus Käte Strobel | Gummersbach**

**Anmeldung Tel.: 0211 6 0025-211**

QT-4101 Fr. 13.03. 3 Tage 18.00-17.45 Uhr 163.00 €



## Sonstige Veranstaltungen

### 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.

#### **AWO Familienerholung in Kooperation mit dem AWO Familienbildungswerk.**

AWO Familienerholung in Kooperation mit dem AWO Familienbildungswerk.

RT-4502        Mi      22.07. 15 Tage      09.00-21.15 Uhr      Auf Anfrage  
Römerstadt-Jugendherberge Trier

ST-4501        Sa      17.10. 15 Tage      09.00-21.15 Uhr      Auf Anfrage  
Familienferiendorf Schillig Wangerland

# Kultur, Sprache & Kreativität

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

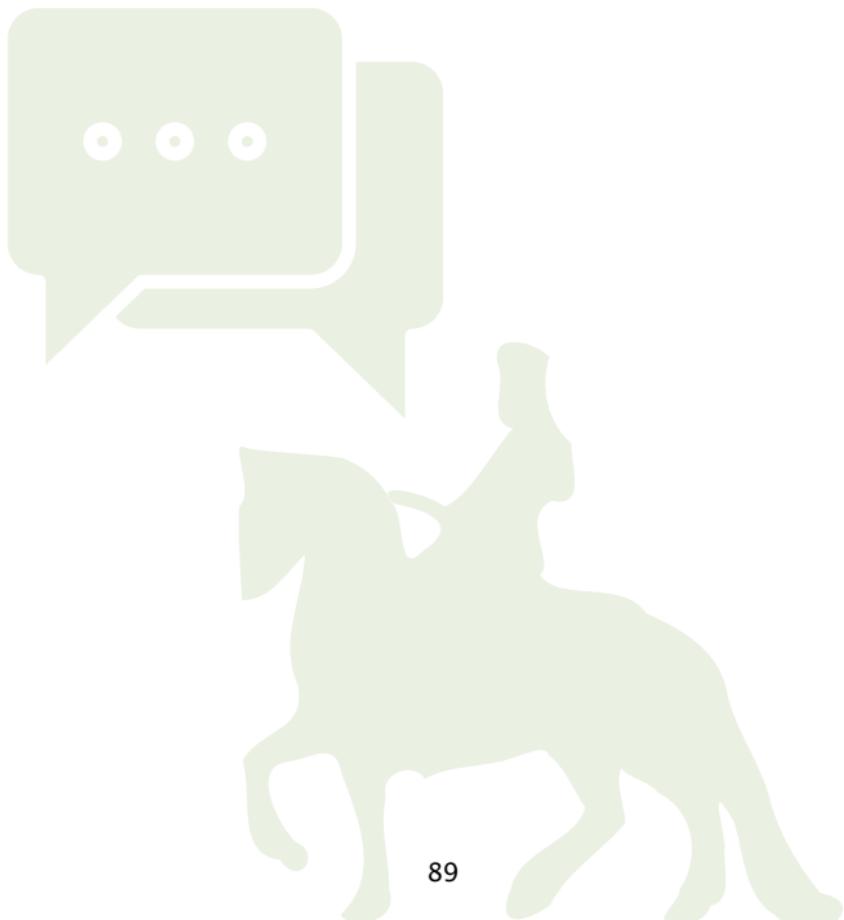




## Sprache und Kreativität

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 acht 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 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 oder Grammatikübungen vermittelt dieser Kurs "praktisches" Spanisch.

Das ist nützlich auf Reisen oder im privaten Umfeld.

**Bilk | AWO Familientreff Bilk | Aachener Straße 9**

**Anmeldung Tel.: 0211 60025-422**

QU-5601-03	Di	13.01.	10 x 2 Ust.	18.00-19.30 Uhr	76.00 €
RU-5601-03	Di	21.04.	10 x 2 Ust.	18.00-19.30 Uhr	76.00 €
SU-5601-03	Di	15.09.	10 x 2 Ust.	18.00-19.30 Uhr	76.00 €

### 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 Tel.: 0211 60025-422**

QU-5602-03	Do	15.01.	10 x 2 Ust.	10.15-11.45 Uhr	76.00 €
RU-5602-03	Do	16.04.	10 x 2 Ust.	10.15-11.45 Uhr	76.00 €
SU-5602-03	Do	17.09.	10 x 2 Ust.	10.15-11.45 Uhr	76.00 €



## Englisch

### Englisch für Fortgeschrittene – für Eltern und Großeltern

Viele Begriffe aus der Jugendsprache stammen aus dem Englischen. Vielleicht haben auch Sie sich schon gefragt, was genau Ihre Kinder oder Enkel\*innen mit Wörtern wie „LOL“, „Goofy“ oder „Cringe“ meinen. In diesem unterhaltsamen Englischkurs gehen wir gemeinsam diesen Ausdrücken auf den Grund und bringen Sie sprachlich auf den neuesten Stand.

Neben dem Kennenlernen aktueller Jugendbegriffe frischen Sie spielerisch Ihre Grammatikkenntnisse auf und erweitern Ihren Wortschatz. Durch leichte Konversationsübungen stärken Sie Ihre Sprechfähigkeit und gewinnen mehr Sicherheit im Umgang mit der englischen Sprache.

**Bilk | AWO Familientreff Bilk | Aachener Straße 9**

**Anmeldung: Tel.: 0211 60025-422**

QU-5700-03	Fr	16.01.	10 x 2 Ust.	10.30-12.00 Uhr	76.00 €
RU-5700-03	Fr	17.04.	11 x 2 Ust.	10.30-12.00 Uhr	83.60 €
SU-5700-03	Fr	18.09.	10 x 2 Ust.	10.30-12.00 Uhr	76.00 €





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 Website 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 Haushaltsskasse. 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 | Liststraße 2**

**Anmeldung: Tel.: 0211 60025-110**

QU-5503-02	Mi	14.01.	10 x 4 Ust.	17.00-20.00 Uhr	112.00 €
RU-5503-02	Mi	15.04.	12 x 4 Ust.	17.00-20.00 Uhr	134.40 €
SU-5503-02	Mi	09.09.	12 x 4 Ust.	17.00-20.00 Uhr	134.40 €

## Offener Nähtreff in Eller

Der offene Nähtreff im Familientreff Eller richtet sich an Hobby näher\*innen, die nicht immer alleine in den eigenen vier Wänden nähen möchten.

Man trifft sich alle 14 Tage Donnerstagabend, bringt das eigene 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: Tel.: 0211 60025-211**

QU-5500-08	Do	15.01.	6 x 4 Ust.	19.00-22.00 Uhr	gebührenfrei
RU-5500-08	Do	09.04.	10 x 4 Ust.	19.00-22.00 Uhr	gebührenfrei
SU-5500-08	Do	10.09.	8 x 4 Ust.	19.00-22.00 Uhr	gebührenfrei



Follow us on

*Instagram*



AWO\_FBW\_DUESSELDORF

[www.awo-duesseldorf.de/awo-kurse](http://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 (BBP)

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 wird 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 Straße (Parkplatz)**

**Anmeldung Tel.: 0211 60025-211**

QU-6205-08	Do	08.01.	12 x 1 Std.	18.00-19.00 Uhr	60.00 €
RU-6205-08	Do	16.04.	12 x 1 Std.	18.00-19.00 Uhr	60.00 €
SU-6205-08	Do	10.09.	13 x 1 Std.	18.00-19.00 Uhr	65.00 €

### 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.

Auch wenn du keine Kinder hast, bist du selbstverständlich im Kurs willkommen.

**Derendorf | Online-Seminar**

**Anmeldung Tel.: 0211 60025-110**

QU-621W-02	Mo	12.01.	10 x 1 Std.	17.30-18.30 Uhr	60.00 €
RU-621W-02	Mo	13.04.	13 x 1 Std.	17.30-18.30 Uhr	78.00 €
SU-621W-02	Mo	07.09.	12 x 1 Std.	17.30-18.30 Uhr	72.00 €



## Zumba

Für alle und jeden, 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 | Liststraße 2**

**Anmeldung Tel.: 0211 60025-110**

QU-6230-02	Mi	14.01.	11 x 1 Std.	18.00-19.00 Uhr	69.70 €
RU-6230-02	Mi	17.04.	14 x 1 Std.	18.00-19.00 Uhr	88.70 €
SU-6230-02	Mi	11.09.	14 x 1 Std.	18.00-19.00 Uhr	88.70 €

**Derendorf | AWO Familienbildungswerk | Liststraße 2**

**Anmeldung Tel.: 0211 60025-110**

QU-6231-02	Fr	16.01.	11 x 1 Std.	17.00-18.00 Uhr	69.70 €
RU-6231-02	Fr	17.04.	13 x 1 Std.	17.00-18.00 Uhr	82.30 €
SU-6231-02	Fr	11.09.	12 x 1 Std.	17.00-18.00 Uhr	76.00 €

**Unterrath | AWO Familienzentrum Hokuspokus | Krönerweg 50**

**Anmeldung Tel.: 0211 60025-110**

AWO Familienzentrum Hokuspokus in Kooperation mit dem AWO Familienbildungswerk.

QZ-6232-06	Di	13.01.	11 x 1 Std.	19.00-20.00 Uhr	69.70 €
RZ-6232-06	Di	14.04.	13 x 1 Std.	19.00-20.00 Uhr	82.30 €
SZ-6232-06	Di	08.09.	13 x 1 Std.	19.00-20.00 Uhr	82.30 €



## 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 | Liststraße 2**

**Anmeldung Tel.: 0211 60025-110**

QU-6226-02	Di	13.01.	11 x 1 Std.	17.00-18.00 Uhr	69.70 €
RU-6226-02	Di	14.04.	13 x 1 Std.	17.00-18.00 Uhr	82.30 €
SU-6226-02	Di	08.09.	12 x 1 Std.	17.00-18.00 Uhr	76.00 €



## Gymnastikkurse

### Rückengymnastik

Mit gezielten gymnastischen Übungen wird der gesamte Bewegungsapparat schonend trainiert. Im Vordergrund stehen die Wirbelsäule und die dazugehörige Rumpfmusculatur. Durch die gesundheitliche Ausrichtung des Angebots werden die Körperhaltung verbessert, ein rücksenschonendes 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 | Liststraße 2**

**Anmeldung Tel.: 0211 60025-110**

AWO Familienzentrum "Pusteblume" in Kooperation mit dem AWO Familienbildungswerk. Das Familienzentrum finanziert einen Teil der Kursgebühr.

QZ-6200-02	Mo	12.01.	10 x 1 Std.	16.30-17.30 Uhr	66.70 €
RZ-6200-02	Mo	13.04.	13 x 1 Std.	16.30-17.30 Uhr	86.70 €
SZ-6200-02	Mo	07.09.	12 x 1 Std.	16.30-17.30 Uhr	80.00 €

**Unterrath | Ev. Gemeindezentrum Unterrath | Am Röttchen 10**

**Anmeldung Tel.: 0211 4220408 (Renate Hild)**

QU-6201-06	Di	20.01.	13 x 1 Std.	14.00-15.00 Uhr	86.70 €
RU-6201-06	Di	14.04.	13 x 1 Std.	14.00-15.00 Uhr	86.70 €
SU-6201-06	Di	08.09.	12 x 1 Std.	14.00-15.00 Uhr	80.00 €

**Eller | GGS Deutzerstraße | Waldshuter Straße (Parkplatz)**

**Anmeldung Tel.: 0211 60025-211**

QU-6206-08	Do	08.01.	12 x 1 Std.	19.00-20.00 Uhr	60.00 €
RU-6206-08	Do	16.04.	12 x 1 Std.	19.00-20.00 Uhr	60.00 €
SU-6206-08	Do	10.09.	13 x 1 Std.	19.00-20.00 Uhr	65.00 €



## 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 | Liststraße 2**

**Anmeldung Tel.: 0211 60025-110**

QU-6220-02	Di	13.01.	11 x 1 Std.	18.15-19.15 Uhr	73.30 €
RU-6220-02	Di	14.04.	13 x 1 Std.	18.15-19.15 Uhr	86.70 €
SU-6220-02	Di	08.09.	12 x 1 Std.	18.15-19.15 Uhr	80.00 €





## Kurse für Schwangere und Mütter

### „Happy Bauch“

### Fit in der Schwangerschaft

Eine Schwangerschaft bedeutet in erster Linie Veränderung: körperlich und emotional. In unserem ganzheitlichem 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 Mamis in spe!

**Der Einstieg ist ab der 13. Schwangerschaftswoche möglich.  
Voraussetzung ist eine komplikationslose Schwangerschaft und die Zustimmung vom Frauenarzt.**

**Derendorf | AWO Familienbildungswerk | Liststraße 2**

**Anmeldung Tel.: 0211 60025-110**

QU-6227-02 Mi 21.01. 8 x 2 Ust. 17.45-19.15 Uhr 76.00 €

## 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.

Auch wenn du keine Kinder hast, bist du selbstverständlich im Kurs willkommen.

**Derendorf | Online-Seminar**

**Anmeldung Tel.: 0211 60025-110**

QU-621W-02 Mo 12.01. 10 x 1 Std. 17.30-18.30 Uhr 60.00 €

RU-621W-02 Mo 13.04. 13 x 1 Std. 17.30-18.30 Uhr 78.00 €

SU-621W-02 Mo 07.09. 12 x 1 Std. 17.30-18.30 Uhr 72.00 €



## 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 | Liststraße 2**

**Anmeldung Tel.: 0211 60025-110**

QU-6228-02	Mo	12.01.	6 x 1 Std.	10.00-11.00 Uhr	38.00 €
RU-6228-02	Mo	16.03.	7 x 1 Std.	10.00-11.00 Uhr	44.30 €

## 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 Tel.: 0211 60025-110**

QU-6229-06	Fr	06.03.	8 x 1 Std.	10.30-11.30 Uhr	32.00 €
RU-6228-02	Mo	16.03.	7 x 1 Std.	10.00-11.00 Uhr	44.30 €



## *Yoga und Selbstfürsorge*

### **„Fit im Kopf“**

Fit bleiben - wer möchte das nicht!

In diesem Kurs werden vielfältige Übungen aus dem Bereich des Gehirnjoggings/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 Tel.: 0211 60025-585**

QU-6320-06	Do	08.01.	12 x 1 Std.	10.00-11.00 Uhr	60.00 €
RU-6320-06	Do	16.04.	12 x 1 Std.	10.00-11.00 Uhr	60.00 €
SU-6320-06	Do	10.09.	12 x 1 Std.	10.00-11.00 Uhr	60.00 €

### **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 Teilnehmenden abgestimmt.

**Bitte bequeme Kleidung, Wasser und ggf. Sportmatte mitbringen.**

**Rath | AWO Zentrum Plus Rath | Am Gather Hof 23-25**

**Anmeldung Tel.: 0211 60025-585**

QU-6370-02	Mi	14.01.	11 x 1 Std.	09.45-10.45 Uhr	66.00 €
RU-6370-02	Mi	15.04.	14 x 1 Std.	09.45-10.45 Uhr	84.00 €
SU-6370-02	Mi	09.09.	12 x 1 Std.	09.45-10.45 Uhr	72.00 €



## 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 zugleichfordernde Praxis, welche Dir Kraft und Energie für den Familienalltag schenken soll. Vinyasa ist ein lebendiger, kraftvoller Yoga Stil, 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.**

**Unterrath | AWO Familienzentrum Hokuspokus | Krönerweg 50**

**Anmeldung Tel.: 0211 60025-459**

QZ-6308-06 Mo 12.01. 10 x 2 Ust. 18.00-19.30 Uhr 95.00 €

RZ-6306-06 Mo 13.04. 13 x 2 Ust. 18.00-19.30 Uhr 123.50 €

SZ-6306-06 Mo 07.09. 12 x 2 Ust. 18.00-19.30 Uhr 114.00 €

**Bilk | AWO Familienzentrum Wawuschels | Aachener Straße 39**

**Anmeldung Tel.: 0211 60025-422**

QZ-6300-03 Mi 14.01. 11 x 1¼ Ust. 19.45-21.00 Uhr 87.10 €

RZ-6300-03 Mi 15.04. 14 x 1¼ Ust. 19.45-21.00 Uhr 110.80 €

SZ-6300-03 Mi 02.09. 14 x 1¼ Ust. 19.45-21.00 Uhr 110.80 €

## Yoga für Erwachsene

**Bitte bequeme Kleidung, warme Socken und Trinkwasser mitbringen!**

**Derendorf | AWO Familienbildungswerk | Liststraße 2**

**Anmeldung Tel.: 0211 60025-110**

QU-6303-02 Mi 14.01. 11 x 1 Std. 17.15-18.45 Uhr 104.50 €

RU-6303-02 Mi 15.04. 14 x 1 Std. 17.15-18.45 Uhr 133.00 €

SU-6303-02 Mi 09.09. 12 x 1 Std. 17.15-18.45 Uhr 114.00 €



## 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 | Wrangelstraße 40**

**Anmeldung Tel.: 0174 5164777 | Natali Paschen**

QU-6100-06	Do	08.01.	12 x 1 Ust.	18.30-19.15 Uhr	111.00 €
RU-6100-06	Do	16.04.	12 x 1 Ust.	18.30-19.15 Uhr	111.00 €
SU-6100-06	Do	03.09.	14 x 1 Ust.	18.30-19.15 Uhr	129.50 €

**Oberbilk | FGZ Sonnenstraße – Lehrschwimmbad |**

**Sonnenstraße 10**

**Anmeldung Tel.: 0211 60025-211**

QU-6107-03	Mi	07.01.	12 x 1 Ust.	18.30-19.15 Uhr	111.00 €
RU-6107-03	Mi	15.04.	14 x 1 Ust.	18.30-19.15 Uhr	129.50 €
SU-6107-03	Mi	02.09.	14 x 1 Ust.	18.30-19.15 Uhr	129.50 €

**Mörsenbroich | Janusz-Korczak-Schule | Wrangelstraße 40**

**Anmeldung Tel.: 0174 5164777 | Natali Paschen**

QU-6107-06	Mi	07.01.	12 x 1 Ust.	17.45-18.30 Uhr	111.00 €
RU-6107-06	Mi	15.04.	14 x 1 Ust.	17.45-18.30 Uhr	129.50 €
SU-6107-06	Mi	02.09.	14 x 1 Ust.	17.45-18.30 Uhr	129.50 €

**Oberbilk | FGZ Sonnenstraße – Lehrschwimmbad |**

**Sonnenstraße 10**

**Anmeldung Tel.: 0211 60025-211**

QU-6108-03	Mi	14.01.	15 x 1 Ust.	19.15-20.00 Uhr	138.80 €
RU-6108-03	Mi	15.04.	14 x 1 Ust.	19.15-20.00 Uhr	129.50 €
SU-6108-03	Mi	02.09.	14 x 1 Ust.	19.15-20.00 Uhr	129.50 €

**Flingern | Allwetterbad Flingern | Flinger Broich 91a**

**Anmeldung Tel.: 0211 60025-116**

QU-6110-02	Di	13.01.	11 x 1 Ust.	15.00-15.45 Uhr	101.80 €
RU-6110-02	Di	14.04.	13 x 1 Ust.	15.00-15.45 Uhr	120.20 €
SU-6110-02	Di	08.09.	13 x 1 Ust.	15.00-15.45 Uhr	120.20 €
QU-6111-02	Di	13.01.	11 x 1 Ust.	15.45-16.30 Uhr	101.80 €
RU-6111-02	Di	14.04.	13 x 1 Ust.	15.45-16.30 Uhr	120.20 €
SU-6111-02	Di	08.09.	13 x 1 Ust.	15.45-16.30 Uhr	120.20 €



## **Wersten | Mosaikschule-Städt. Förderschule |**

**Am Massenberger Kamp 45**

**Anmeldung Tel: 0211 60025-211**

QU-6120-09	Mo	12.01.	10 x 1 Ust.	18.00-18.45 Uhr	92.50 €
RU-6120-09	Mo	13.04.	13 x 1 Ust.	18.00-18.45 Uhr	120.20 €
SU-6120-09	Mo	07.09.	13 x 1 Ust.	18.00-18.45 Uhr	120.20 €
QU-6121-09	Mo	12.01.	10 x 1 Ust.	18.45-19.30 Uhr	92.50 €
RU-6121-09	Mo	13.04.	13 x 1 Ust.	18.45-19.30 Uhr	120.20 €
SU-6121-09	Mo	07.09.	13 x 1 Ust.	18.45-19.30 Uhr	120.20 €

## **Garath | Fritz-Henkel-Schule | Stettiner Straße 98 –**

**Lehrschwimmbad**

**Anmeldung Tel.: 0211 60025-211**

QU-6130-10	Di	13.01.	11 x 1 Ust.	18.30-19.15 Uhr	101.80 €
RU-6130-10	Di	14.04.	13 x 1 Ust.	18.30-19.15 Uhr	120.20 €
SU-6130-10	Di	08.09.	13 x 1 Ust.	18.30-19.15 Uhr	120.20 €

## **Bilk | Schwimmbad der Martin-Luther-Schule | Gotenstraße 20**

**Anmeldung Tel.: 0211 60025-116**

QU-6140-03	Do	08.01.	12 x 1 Ust.	18.30-19.15 Uhr	111.00 €
RU-6140-03	Do	16.04.	12 x 1 Ust.	18.30-19.15 Uhr	111.00 €
SU-6140-03	Do	03.09.	14 x 1 Ust.	18.30-19.15 Uhr	129.50 €

## **AQUAFITNESS**

### ***Aquafitness für Erwachsene***

Wer etwas für Fitness und Wohlbefinden tun möchte, ist im Wasser gut aufgehoben. Denn Aquafitness ist Krafttraining, Ausdauerschulung, Stretching und Entspannung in einem. 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 Tel.: 0211 60025-211**

QU-6122-09	Mo	12.01.	10 x 1 Ust.	19.30-20.15 Uhr	92.50 €
RU-6122-09	Mo	13.04.	13 x 1 Ust.	19.30-20.15 Uhr	120.20 €
SU-6122-09	Mo	07.09.	13 x 1 Ust.	19.30-20.15 Uhr	120.20 €



## 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 | Liststraße 2**

**Anmeldung Tel.: 0211 60025-110**

QU-6210-02	Di	13.01.	11 x 1 Ust.	17.30-18.15 Uhr	52.30 €
RU-6210-02	Di	14.04.	13 x 1 Ust.	17.30-18.15 Uhr	61.80 €
SU-6210-02	Di	08.09.	13 x 1 Ust.	17.30-18.15 Uhr	61.80 €
QU-6211-02	Di	13.01.	11 x 1 Ust.	18.30-19.15 Uhr	52.30 €
RU-6211-02	Di	14.04.	13 x 1 Ust.	18.30-19.15 Uhr	61.80 €
SU-6211-02	Di	08.09.	13 x 1 Ust.	18.30-19.15 Uhr	61.80 €

**Unterrath | AWO Familienzentrum Hokuspokus | Krönerweg 50**

**Anmeldung Tel.: 0211 60025-116**

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

QZ-6215-06	Fr	16.01.	11 x 2 Ust.	19.00-20.30 Uhr	104.50 €
RZ-6215-06	Fr	17.04.	13 x 2 Ust.	19.00-20.30 Uhr	123.50 €
SZ-6215-06	Fr	11.09.	12 x 2 Ust.	19.00-20.30 Uhr	114.00 €

**Derendorf | AWO Familienbildungswerk | Liststraße 2**

**Anmeldung Tel.: 0211 60025-110**

QU-6216-02	Do	08.01.	12 x 1 Std.	18.00-19.00 Uhr	72.00 €
RU-6216-02	Do	16.04.	12 x 1 Std.	18.00-19.00 Uhr	72.00 €
SU-6216-02	Do	10.09.	12 x 1 Std.	18.00-19.00 Uhr	72.00 €



## 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 | Liststraße 2**

**Anmeldung Tel.: 0211 60025-110**

QU-6213-02	Mo	12.01.	10 x 1 Std.	17.30-18.30 Uhr	63.30 €
RU-6213-02	Mo	13.04.	13 x 1 Std.	17.30-18.30 Uhr	82.30 €
SU-6213-02	Mo	07.09.	13 x 1 Std.	17.30-18.30 Uhr	82.30 €





## 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 drei Euro, erlangt werden. Anforderungen an die Prüfung:

- Sprung vom Beckenrand und 25 Meter schwimmen,
- Herausholen eines Gegenstandes mit den Händen aus schultertiefem Wasser
- sichtbar unter Wasser ausatmen

**Bitte Badekleidung, Badeschuhe, Handtuch & Hygieneartikel mitbringen.**

**Mörsenbroich | Janusz-Korczak-Schule | Wrangelstraße 40**

**Anmeldung Tel.: 0174 5164777 | Natali Paschen**

QU-6105-06	So	18.01.	12 x 1 Ust.	14.15-15.00 Uhr	111.00 €
RU-6105-06	So	19.04.	13 x 1 Ust.	14.15-15.00 Uhr	120.20 €
SU-6105-06	So	06.09.	14 x 1 Ust.	14.15-15.00 Uhr	129.50 €
QU-6106-06	So	18.01.	12 x 1 Ust.	17.15-18.00 Uhr	111.00 €
RU-6106-06	So	19.04.	13 x 1 Ust.	17.15-18.00 Uhr	120.20 €
SU-6106-06	So	06.09.	14 x 1 Ust.	17.15-18.00 Uhr	129.50 €

**Oberbilk | Sonnenstraße - Lehrschwimmbad - Sonnenstraße 10**

**Anmeldung Tel.: 0211 60025-211**

QU-6117-03	Di	13.01.	11 x 1 Ust.	20.00-20.45 Uhr	101.80 €
RU-6117-03	Di	14.04.	13 x 1 Ust.	20.00-20.45 Uhr	120.20 €
SU-6117-03	Di	08.09.	13 x 1 Ust.	20.00-20.45 Uhr	120.20 €

**Garath | Fritz-Henkel-Schule | Stettiner Straße 98 –**

**Lehrschwimmbad**

**Anmeldung Tel.: 0211 60025-211**

QU-6132-10	Di	13.01.	11 x 1 Ust.	20.00-20.45 Uhr	101.80 €
RU-6132-10	Di	14.04.	13 x 1 Ust.	20.00-20.45 Uhr	120.20 €
SU-6132-10	Di	08.09.	13 x 1 Ust.	20.00-20.45 Uhr	120.20 €



## Wassergymnastik

### Aquafitness für Frauen

Wer etwas für Fitness und Wohlbefinden tun möchte, ist im Wasser gut aufgehoben. Denn Aquafitness ist Krafttraining, Ausdauerschulung, Stretching und Entspannung in einem. 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 | Wrangelstraße 40**

**Anmeldung Tel.: 0211 60025-116**

QU-6102-06	Do	08.01.	12 x 1 Ust.	20.00-20.45 Uhr	111.00 €
RU-6102-06	Do	16.04.	12 x 1 Ust.	20.00-20.45 Uhr	111.00 €
SU-6102-06	Do	03.09.	14 x 1 Ust.	20.00-20.45 Uhr	129.50 €

**Mörsenbroich | Janusz-Korczak-Schule | Wrangelstraße 40**

**Anmeldung Tel.: 0174 5164777 | Natali Paschen**

QU-6103-06	Fr	09.01.	12 x 1 Ust.	19.15-20.00 Uhr	111.00 €
RU-6103-06	Fr	17.04.	13 x 1 Ust.	19.15-20.00 Uhr	120.20 €
SU-6103-06	Fr	04.09.	14 x 1 Ust.	19.15-20.00 Uhr	129.50 €
QU-6104-06	Fr	09.01.	12 x 1 Ust.	20.00-20.45 Uhr	111.00 €
RU-6104-06	Fr	17.04.	13 x 1 Ust.	20.00-20.45 Uhr	120.20 €
SU-6104-06	Fr	04.09.	14 x 1 Ust.	20.00-20.45 Uhr	129.50 €

**Oberbilk | Sonnenstraße - Lehrschwimmbad - Sonnenstraße 10**

**Anmeldung Tel.: 0211 60025-211**

QU-6116-03	Di	20.01.	14 x 1 Ust.	19.15-20.00 Uhr	129.50 €
RU-6116-03	Di	14.04.	13 x 1 Ust.	19.15-20.00 Uhr	120.20 €
SU-6116-03	Di	08.09.	13 x 1 Ust.	19.15-20.00 Uhr	120.20 €

**Wersten | Mosaikschule-Städt. Förderschule |**

**Am Massenberger Kamp 45**

**Anmeldung Tel.: 0211 60025-211**

QU-6123-09	Mo	12.01.	10 x 1 Ust.	20.15-21.00 Uhr	92.50 €
RU-6123-09	Mo	13.04.	13 x 1 Ust.	20.15-21.00 Uhr	120.20 €
SU-6123-09	Mo	07.09.	13 x 1 Ust.	20.15-21.00 Uhr	120.20 €



## **Garath | Fritz-Henkel-Schule | Stettiner Straße 98 - Lehrschwimmbad**

**Anmeldung Tel.: 0211 60025-211**

QU-6131-10	Di	13.01.	11 x 1 Ust.	19.15-20.00 Uhr	101.80 €
RU-6131-10	Di	14.04.	13 x 1 Ust.	19.15-20.00 Uhr	120.20 €
SU-6131-10	Di	08.09.	13 x 1 Ust.	19.15-20.00 Uhr	120.20 €

## **Bilk | Schwimmbad der Martin-Luther-Schule | Gotenstraße 20**

**Anmeldung Tel.: 0211 60025-116**

QU-6141-03	Do	08.01.	12 x 1 Ust.	19.15-20.00 Uhr	111.00 €
RU-6141-03	Do	16.04.	12 x 1 Ust.	19.15-20.00 Uhr	111.00 €
SU-6141-03	Do	03.09.	14 x 1 Ust.	19.15-20.00 Uhr	129.50 €
QU-6142-03	Do	08.01.	12 x 1 Ust.	20.00-20.45 Uhr	111.00 €
RU-6142-03	Do	16.04.	12 x 1 Ust.	20.00-20.45 Uhr	111.00 €
SU-6142-03	Do	03.09.	14 x 1 Ust.	20.00-20.45 Uhr	129.50 €

## **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.**

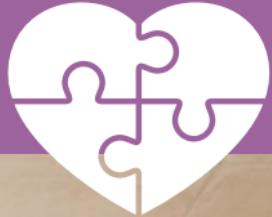
## **Mörsenbroich | Janusz-Korczak-Schule | Wrangelstraße 40**

**Anmeldung Tel.: 0174 5164777 | Natali Paschen**

QU-6101-06	Do	08.01.	12 x 1 Ust.	19.15-20.00 Uhr	111.00 €
RU-6101-06	Do	16.04.	12 x 1 Ust.	19.15-20.00 Uhr	111.00 €
SU-6101-06	Do	03.09.	14 x 1 Ust.	19.15-20.00 Uhr	129.50 €

# 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 für 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 Abschluss tests 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**

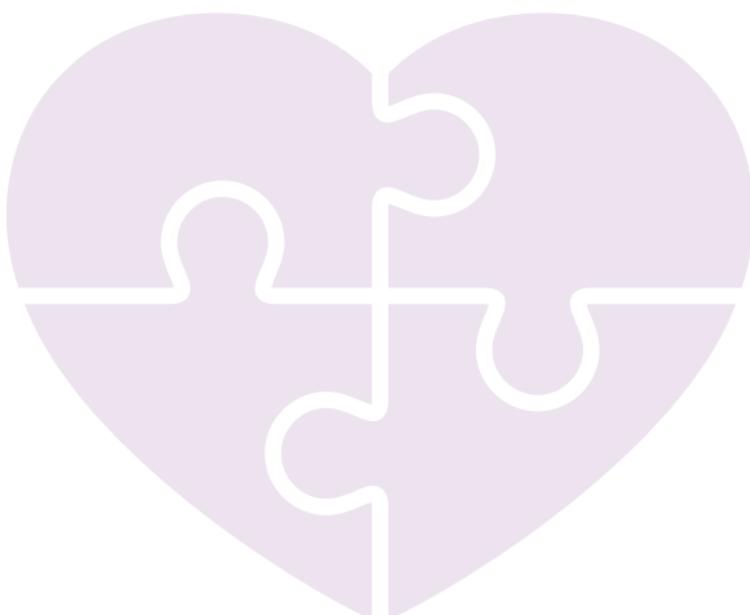
Tel.: 0211 60025-122 oder 60025-123

**Berufssprachkursen / DeuFöV**

Tel.: 0211 60025-121

**Weiteren Deutschkursen und Angeboten für Eltern**

Tel.: 0211 60025-117





## Allgemeine Integrationskurse

Der Allgemeine Integrationskurs umfasst 600 Ust. Sprachkurs und 100 Ust. Orientierungskurs. Im Anschluss an den Sprachkurs erfolgt der Deutschtest für Zuwanderer (A2/B1-Prüfung). Vor Anmeldung erfolgt ein Einstufungstest, um Ihr Niveau zu ermitteln. Bitte vereinbaren Sie hierfür einen Termin mit uns.

**Am Standort Derendorf bieten wir ein pädagogisches Angebot für Kinder an.**

**Derendorf | AWO-Familienbildungswerk | Liststraße 2**

Anmeldung Tel.: 0211 60025-122

### Allgemeiner Integrationskurs Modul 1

QD-8121-02 Mo, Di, Mi, Do 17.02. 20 x 5 Ust. 08.45-12.45 Uhr

RD-8241-02 Mo, Di, Do, Fr 06.07. 20 x 5 Ust. 08.45-12.45 Uhr

### Allgemeiner Integrationskurs Modul 2

QD-8122-02 Mo, Di, Mi, Do 23.03. 20 x 5 Ust. 08.45-12.45 Uhr

SD-8242-02 Mo, Di, Do, Fr 23.09. 20 x 5 Ust. 08.45-12.45 Uhr

### Allgemeiner Integrationskurs Modul 3

QD-8113-02 Mo, Di, Do, Fr 05.02. 25 x 4 Ust. 13.15-16.30 Uhr

SD-8243-02 Mo, Di, Do, Fr 10.11. 20 x 5 Ust. 08.45-12.45 Uhr

### Allgemeiner Integrationskurs Modul 4

QD-8114-02 Mo, Di, Mi, Do 07.04. 25 x 4 Ust. 13.15-16.30 Uhr

SD-8244-02 Mo, Di, Do, Fr 15.12. 20 x 5 Ust. 08.45-12.45 Uhr

### Allgemeiner Integrationskurs Modul 5

RD-8115-02 Mo, Di, Do, Fr 21.05. 25 x 4 Ust. 13.15-16.30 Uhr

SD-8125-02 Mo, Di, Mi, Do 09.09. 20 x 5 Ust. 08.45-12.45 Uhr

### Allgemeiner Integrationskurs Modul 6

RD-8116-02 Mo, Di, Mi, Do 08.07. 25 x 4 Ust. 13.15-16.30 Uhr

SD-8126-02 Mo, Di, Mi, Do 14.10. 20 x 5 Ust. 08.45-12.45 Uhr



**Holthausen | AWO Familientreff Holthausen | Geeststraße 99**  
**Anmeldung Tel.: 0211 60025-122**

**Allgemeiner Integrationskurs Modul 1**

RD-8141-09 Mo, Di, Mi, Do 13.04. 20 x 5 Ust. 08.45-12.45 Uhr

**Allgemeiner Integrationskurs Modul 2**

RD-8142-09 Mo, Di, Mi, Do 19.05. 20 x 5 Ust. 08.45-12.45 Uhr

**Allgemeiner Integrationskurs Modul 3**

RD-8143-09 Mo, Di, Mi, Do 29.06. 20 x 5 Ust. 08.45-12.45 Uhr

**Allgemeiner Integrationskurs Modul 4**

SD-8144-09 Mo, Di, Mi, Do 16.09. 20 x 5 Ust. 08.45-12.45 Uhr

**Allgemeiner Integrationskurs Modul 5**

SD-8145-09 Mo, Di, Mi, Do 04.11. 20 x 5 Ust. 08.45-12.45 Uhr

**Allgemeiner Integrationskurs Modul 6**

SD-8146-09 Mo, Di, Mi, Do 09.12. 20 x 5 Ust. 08.45-12.45 Uhr

**Eller | AWO Familientreff Eller | Schloßallee 12 c**

**Anmeldung Tel.: 0211 60025-122**

**Allgemeiner Integrationskurs Modul 1**

QD-8131-08 Mo, Di, Do, Fr 26.01. 20 x 5 Ust. 08.45-12.45 Uhr

**Allgemeiner Integrationskurs Modul 2**

QD-8132-08 Mo, Di, Do, Fr 03.03. 20 x 5 Ust. 08.45-12.45 Uhr

**Allgemeiner Integrationskurs Modul 3**

RD-8133-08 Mo, Di, Do, Fr 21.04. 20 x 5 Ust. 08.45-12.45 Uhr

**Allgemeiner Integrationskurs Modul 4**

RD-8134-08 Mo, Di, Do, Fr 02.06. 20 x 5 Ust. 08.45-12.45 Uhr

**Allgemeiner Integrationskurs Modul 5**

RD-8135-08 Mo, Di, Do, Fr 09.07. 20 x 5 Ust. 08.45-12.45 Uhr

**Allgemeiner Integrationskurs Modul 6**

SD-8136-08 Mo, Di, Do, Fr 28.09. 20 x 5 Ust. 08.45-12.45 Uhr



## **Elternintegrationskurse**

Der Elternintegrationskurs besteht aus 900 Ust. Sprachkurs und 100 Ust. Orientierungskurs. Nach Abschluss des Sprachkurses findet der Deutschtest für zugewanderte Personen (A2/B1-Prüfung) statt.

Derendorf | AWO-Familienbildungswerk | Liststraße 2

Anmeldung Tel.: 0211 60025-122

### **Elternintegrationskurs Modul 7**

QD-8247-02 Mo, Di, Do, Fr 19.01. 20 x 5 Ust. 08.45-12.45 Uhr

### **Elternintegrationskurs Modul 8**

QD-8248-02 Mo, Di, Do, Fr 24.02. 20 x 5 Ust. 08.45-12.45 Uhr

### **Elternintegrationskurs Modul 9**

RD-8249-02 Mo, Di, Do, Fr 14.04. 19 x 5 Ust. 08.45-12.45 Uhr

Gefördert durch:



Bundesministerium  
des Innern



Bundesamt  
für Migration  
und Flüchtlinge

aufgrund eines Beschlusses  
des Deutschen Bundestages



## Integrationskurse mit Alphabetisierung

Der Integrationskurs mit Alphabetisierung besteht aus 900 Ust. Sprachkurs und 100 Ust. Orientierungskurs sowie 300 Ust. Wiederholerkurs. Nach Abschluss des Sprachkurses findet der Deutschtest für zugewanderte Personen (A2/B1-Prüfung) statt.

**Am Standort Derendorf bieten wir ein pädagogisches Angebot für Kinder an.**

**Derendorf | AWO-Familienbildungswerk | Liststraße 2**

**Anmeldung Tel: 0211 60025-122**

### **Alphabetisierungskurs Modul 1**

SD-8701-02	Mo, Di, Mi, Fr	07.09.	20 x 5 Ust.	08.45-12.45 Uhr
QD-8721-02	Mo, Di, Do, Fr	12.03.	20 x 5 Ust.	08.45-12.45 Uhr

### **Alphabetisierungskurs Modul 2**

RD-8722-02	Do	30.04.	20 x 5 Ust.	08.45-12.45 Uhr
SD-8702-02	Mo, Di, Do, Fr	12.10.	20 x 5 Ust.	08.45-12.45 Uhr

### **Alphabetisierungskurs Modul 3**

QD-8713-02	Mo, Mi, Do, Fr	15.01.	20 x 5 Ust.	08.45-12.45 Uhr
RD-8723-02	Mo, Di, Do, Fr	12.06.	20 x 5 Ust.	08.45-12.45 Uhr
SD-8703-02	Mo, Di, Mi, Fr	30.11.	20 x 5 Ust.	08.45-12.45 Uhr

### **Alphabetisierungskurs Modul 4**

QD-8714-02	Mo, Mi, Do, Fr	23.02.	20 x 5 Ust.	08.45-12.45 Uhr
SD-8724-02	Mo, Di, Do, Fr	07.09.	20 x 5 Ust.	08.45-12.45 Uhr

### **Alphabetisierungskurs Modul 5**

RD-8715-02	Mo, Mi, Do, Fr	13.04.	20 x 5 Ust.	08.45-12.45 Uhr
SD-8725-02	Mo, Di, Do, Fr	12.10.	20 x 5 Ust.	08.45-12.45 Uhr

### **Alphabetisierungskurs Modul 6**

RD-8716-02	Mo, Mi, Do, Fr	21.05.	20 x 5 Ust.	08.45-12.45 Uhr
SD-8726-02	Mo, Di, Do, Fr	30.11.	20 x 5 Ust.	08.45-12.45 Uhr

### **Alphabetisierungskurs Modul 7**

RD-8717-02	Mo, Mi, Do, Fr	29.06.	20 x 5 Ust.	08.45-12.45 Uhr
------------	----------------	--------	-------------	-----------------

### **Alphabetisierungskurs Modul 8**

SD-8718-02	Mo, Mi, Do, Fr	16.09.	20 x 5 Ust.	08.45-12.45 Uhr
------------	----------------	--------	-------------	-----------------

### **Alphabetisierungskurs Modul 9**

SD-8719-02	Mo, Mi, Do, Fr	04.11.	20 x 5 Ust.	08.45-12.45 Uhr
------------	----------------	--------	-------------	-----------------

### **Alphabetisierungskurs Modul 10**

QD-8901-02	Mo, Di, Mi, Fr	13.01.	20 x 5 Ust.	08.45-12.45 Uhr
SD-8911-02	Mo, Mi, Do, Fr	09.12.	20 x 5 Ust.	08.45-12.45 Uhr



## **Alphabetisierungskurs Modul 11**

QD-8902-02 Mo, Di, Mi, Fr 18.02. 20 x 5 Ust. 08.45-12.45 Uhr

## **Alphabetisierungskurs Modul 12**

QD-8903-02 Mo, Di, Mi, Fr 25.03. 20 x 5 Ust. 08.45-12.45 Uhr

**Eller | AWO Familientreff Eller | Schloßallee 12 c**

Anmeldung Tel.: 0211 60025-122

## **Alphabetisierungskurs Modul 1**

RD-8731-08 Mo, Di, Mi, Do 20.04. 20 x 5 Ust. 09.00-13.00 Uhr

## **Alphabetisierungskurs Modul 2**

RD-8732-08 Mo, Di, Mi, Do 28.05. 20 x 5 Ust. 09.00-13.00 Uhr

## **Alphabetisierungskurs Modul 3**

RD-8733-08 Mo, Di, Mi, Do 06.07. 20 x 5 Ust. 09.00-13.00 Uhr

## **Alphabetisierungskurs Modul 4**

SD-8734-08 Mo, Di, Mi, Do 23.09. 20 x 5 Ust. 09.00-13.00 Uhr

## **Alphabetisierungskurs Modul 5**

SD-8735-08 Mo, Di, Mi, Do 11.11. 20 x 5 Ust. 09.00-13.00 Uhr

## **Alphabetisierungskurs Modul 6**

SD-8736-08 Mo, Di, Mi, Do 16.12. 20 x 5 Ust. 09.00-13.00 Uhr



# Orientierungskurse

Der Orientierungskurs umfasst 100 Ust. Der Kurs vermittelt Alltagswissen und Kenntnisse über die deutsche Rechtsordnung, die Kultur und die Geschichte Deutschlands. Wichtig sind auch die Werte des demokratischen Staatswesens der BRD und die Prinzipien der Rechtsstaatlichkeit, Gleichberechtigung, Toleranz und Religionsfreiheit.

**Derendorf | AWO-Familienbildungswerk | Liststraße 2**

Anmeldung Tel.: 0211 60025-122

QD-8620-02	Mo, Di, Mi, Do	28.01.	20 x 5 Ust.	08.45-12.45 Uhr
QD-8602-02	Mo, Di, Do, Fr	29.01.	20 x 5 Ust.	08.30-12.30 Uhr
RD-8601-02	Mo, Di, Mi, Fr.	15.05.	20 x 5 Ust.	08.45-12.45 Uhr
RD-8640-02	Mo, Di, Do, Fr	21.05.	20 x 5 Ust.	08.45-12.45 Uhr
SD-8601-02	Mo, Di, Mi, Do	10.09.	25 x 4 Ust.	13.15-16.30 Uhr
SD-8127-02	Mo, Di, Mi, Do	02.12.	20 x 5 Ust.	08.45-12.45 Uhr

**Eller | AWO Familientreff Eller | Schloßallee 12 c**

Anmeldung Tel.: 0211 60025-122

QD-8631-08	Mo, Di, Mi, Do	26.02.	20 x 5 Ust.	09.00-13.00 Uhr
SD-8137-08	Mo, Di, Do, Fr	16.11.	20 x 5 Ust.	08.45-12.45 Uhr

**Holthausen | AWO Familientreff Holthausen | Geeststraße 99**

Anmeldung Tel.: 0211 60025-122

QD-8602-09	Mo, Di, Mi, Do	09.02.	20 x 5 Ust.	08.45-12.45 Uhr
------------	----------------	--------	-------------	-----------------



Die seit den 1990er-Jahren durch den Bund finanzierten niederschwelligen 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 erst wenig oder noch kein Deutsch sprechen. Aber auch schon länger in Deutschland lebende Frauen können hieran teilnehmen.

In einer kleinen Gruppe von zehn Teilnehmerinnen können Sie sich mit der deutschen Sprache vertraut machen und erste Erfolge sammeln. Es werden themenbezogene Lerneinheiten angeboten (zum Beispiel Besuche bei Ärzt\*innen, 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. Sie können insgesamt an drei MiA-Kursen teilnehmen.

## **Deutsch für Frauen aus dem Stadtteil mit Kinderbetreuung**

***In Kooperation mit dem AWO Familienzentrum Pusteblume***

Dieser MiA-Kurs richtet sich an Mütter und deren Kinder, die noch keinen Kita-Platz haben. Aber auch Frauen ohne Kinder können hieran teilnehmen. Unter fachkundiger Anleitung lernen Sie durch unterschiedliche Methoden Deutsch. Sie lernen Gleichgesinnte und Ihren Stadtteil besser kennen. Kommen Sie vorbei und fragen nach. Vielleicht ist ein Einstieg ab sofort möglich. Dieser Kurs ist kostenlos.

**Derendorf | AWO-Familienbildungswerk | Liststraße 2**

**Anmeldung Tel.: 0211 60025-123**

QF-8711-02	Di, Do	08.01.	11 x 3 Std.	09.00-12.00 Uhr
QF-8712-02	Di, Do	19.02.	11 x 3 Std.	09.00-12.00 Uhr
RF-8713-02	Mo, Do	13.04.	11 x 3 Std.	09.00-12.00 Uhr
RF-8714-02	Mo, Do	21.05.	11 x 3 Std.	09.00-12.00 Uhr
RF-8715-02	Di, Do	07.07.	11 x 3 Std.	09.00-12.00 Uhr
SF-8716-02	Di, Do	29.09.	11 x 3 Std.	09.00-12.00 Uhr
SF-8717-02	Di, Do	19.11.	11 x 3 Std.	09.00-12.00 Uhr



## **Erste Sprachorientierung für Frauen**

***In Kooperation mit dem AWO Familienzentrum  
Pusteblume***

Dieser Kurs richtet sich an Frauen, die noch nicht oder noch nicht ausreichend lesen und schreiben können. Auch Frauen, die den Integrationskurs bereits abgeschlossen und immer noch viel Mühe beim Lesen und Schreiben haben, können teilnehmen. Kommen Sie vorbei und fragen nach. Vielleicht ist ein Einstieg ab sofort möglich. Dieser Kurs ist kostenfrei.

**Derendorf | AWO-Familienbildungswerk | Liststraße 2**

**Anmeldung Tel.: 0211 60025-123**

QF-8721-02	Mo, Do	08.01.	11 x 3 Std.	09.30-12.30 Uhr
QF-8722-02	Mo, Do	16.02.	11 x 3 Std.	09.30-12.30 Uhr
RF-8723-02	Mo, Do	13.04.	11 x 3 Std.	09.30-12.30 Uhr
RF-8724-02	Mo, Do	25.05.	11 x 3 Std.	09.30-12.30 Uhr
RF-8725-02	Mo, Do	09.07.	11 x 3 Std.	09.30-12.30 Uhr
SF-8726-02	Mo, Do	01.10.	11 x 3 Std.	09.30-12.30 Uhr
SF-8727-02	Mo, Do	23.11.	11 x 3 Std.	09.30-12.30 Uhr

## **Deutsch für den Alltag – Kurs für Ukrainerinnen**

In diesem Kurs erhalten zugewanderte Ukrainerinnen vertiefte Kenntnisse über die deutsche Gesellschaft. Die Themen richten sich nach den Bedürfnissen der Teilnehmerinnen. Dieser kostenfreie Kurs kann sowohl nach, vor bzw. begleitend zum Integrationskurs besucht werden.

**Derendorf | AWO-Familienbildungswerk | Liststraße 2**

**Anmeldung Tel.: 0211 60025-123**

QF-8731-02	Di, Do	08.01.	14 x 2,5 Std.	14.00-16.30 Uhr
QF-8732-02	Di, Do	02.03.	14 x 2,5 Std.	14.00-16.30 Uhr
RF-8733-02	Di, Do	05.05.	14 x 2,5 Std.	14.00-16.30 Uhr
RF-8734-02	Di, Do	02.07.	14 x 2,5 Std.	14.00-16.30 Uhr
SF-8735-02	Di, Do	06.10.	14 x 2,5 Std.	14.00-16.30 Uhr



## Deutsch für Frauen aus dem Stadtteil mit Kinderbetreuung

*In Kooperation mit dem AWO Familienzentrum  
Marie Juchacz*

Dieser MiA-Kurs richtet sich an Mütter und deren Kinder, die noch keinen Kita-Platz haben. Aber auch Frauen ohne Kinder können teilnehmen. Unter fachkundiger Anleitung lernen Sie durch unterschiedliche Methoden Deutsch. Sie lernen Gleichgesinnte und Ihren Stadtteil besser kennen. Kommen Sie vorbei und fragen nach. Vielleicht ist ein Einstieg ab sofort möglich. Dieser Kurs ist kostenfrei.

**Eller | AWO Familientreff Eller | Schloßallee 12 c**

Anmeldung Tel.: 0211 60025-211

QF-8741-08	Di, Fr	13.01.	11 x 3 Std.	09.30-12.30 Uhr
QF-8742-08	Di, Fr	20.02.	11 x 3 Std.	09.30-12.30 Uhr
RF-8743-08	Di, Fr	14.04.	11 x 3 Std.	09.30-12.30 Uhr
RF-8744-08	Di, Fr	29.05.	11 x 3 Std.	09.30-12.30 Uhr
RF-8745-08	Di, Fr	07.07.	11 x 3 Std.	09.30-12.30 Uhr
SF-8746-08	Di, Fr	29.09.	11 x 3 Std.	09.30-12.30 Uhr
SF-8747-08	Di, Fr	20.11.	11 x 3 Std.	09.30-12.30 Uhr

## Deutsch für Frauen aus dem Stadtteil mit Kinderbetreuung

Dieser MiA-Kurs richtet sich an Mütter und deren Kinder, die noch keinen Kita-Platz haben. Aber auch Frauen ohne Kinder können teilnehmen. Unter fachkundiger Anleitung lernen Sie durch unterschiedliche Methoden Deutsch. Sie lernen Gleichgesinnte und Ihren Stadtteil besser kennen. Kommen Sie vorbei und fragen nach. Vielleicht ist ein Einstieg ab sofort möglich. Dieser Kurs ist kostenfrei.

**Holthausen | AWO Familientreff Holthausen | Geeststraße 99**

Anmeldung Tel.: 0211 60025-534/-535

QF-8751-09	Mi	07.01.	11 x 3 Std.	09.30-12.30 Uhr
RF-8752-09	Mi	15.04.	11 x 3 Std.	09.30-12.30 Uhr
RF-8753-09	Mi	01.07.	11 x 3 Std.	09.30-12.30 Uhr
SF-8754-09	Mi	11.11.	11 x 3 Std.	09.30-12.30 Uhr

Gefördert durch:



Bundesministerium  
des Innern



Bundesamt  
für Migration  
und Flüchtlinge

aufgrund eines Beschlusses  
des Deutschen Bundestages



# Berufssprachkurse

In 2026 werden wir Berufssprachkurse vorsehen. Weitere Informationen erhalten Sie bei  
**Frau Rees Tel: 0211 60025-121**



Gefördert durch:



Bundesministerium  
des Innern



Bundesamt  
für Migration  
und Flüchtlinge



aufgrund eines Beschlusses  
des Deutschen Bundestages



## Deutsch für Eltern A1/A2

Der Kurs richtet sich an Menschen mit Fluchterfahrung, die keinen Zugang zu einem Integrationskurs haben.

Hier wird niedrigschwellig ein Kursangebot für diese Personengruppe erstellt. Diese Kurse sind kostenfrei.

**Derendorf | AWO-Familienbildungswerk | Liststraße 2**

Anmeldung Tel.: 0211 60025-117

QI-8801-02 Mi 07.01. 12 x 3 Ust. 09.00-11.15 Uhr

RI-8801-02 Mi 15.04. 14 x 3 Ust. 09.00-11.15 Uhr

SI-8801-02 Mi 09.09. 13 x 3 Ust. 09.00-11.15 Uhr

## Deutsch für Frauen A1

Der Kurs richtet sich an Frauen mit Fluchterfahrung. Das Sprachniveau ist niedrigschwellig und passt sich dem Bedarf der Teilnehmenden an.

**Bilk | AWO Familientreff Bilk | Aachener Straße 9**

Anmeldung Tel.: 0211 60025-422

QI-8803-03 Mo, Di 12.01. 22 x 3 Ust. 09.00-11.15 Uhr

RI-8803-03 Mo, Di 13.04. 25 x 3 Ust. 09.00-11.15 Uhr

SI-8803-03 Mo, Di 08.09. 26 x 3 Ust. 09.00-11.15 Uhr



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

Ferienzentrum  
**Burhave**

Familienferiendorf  
**Schillig**



Handicap-  
Reisen

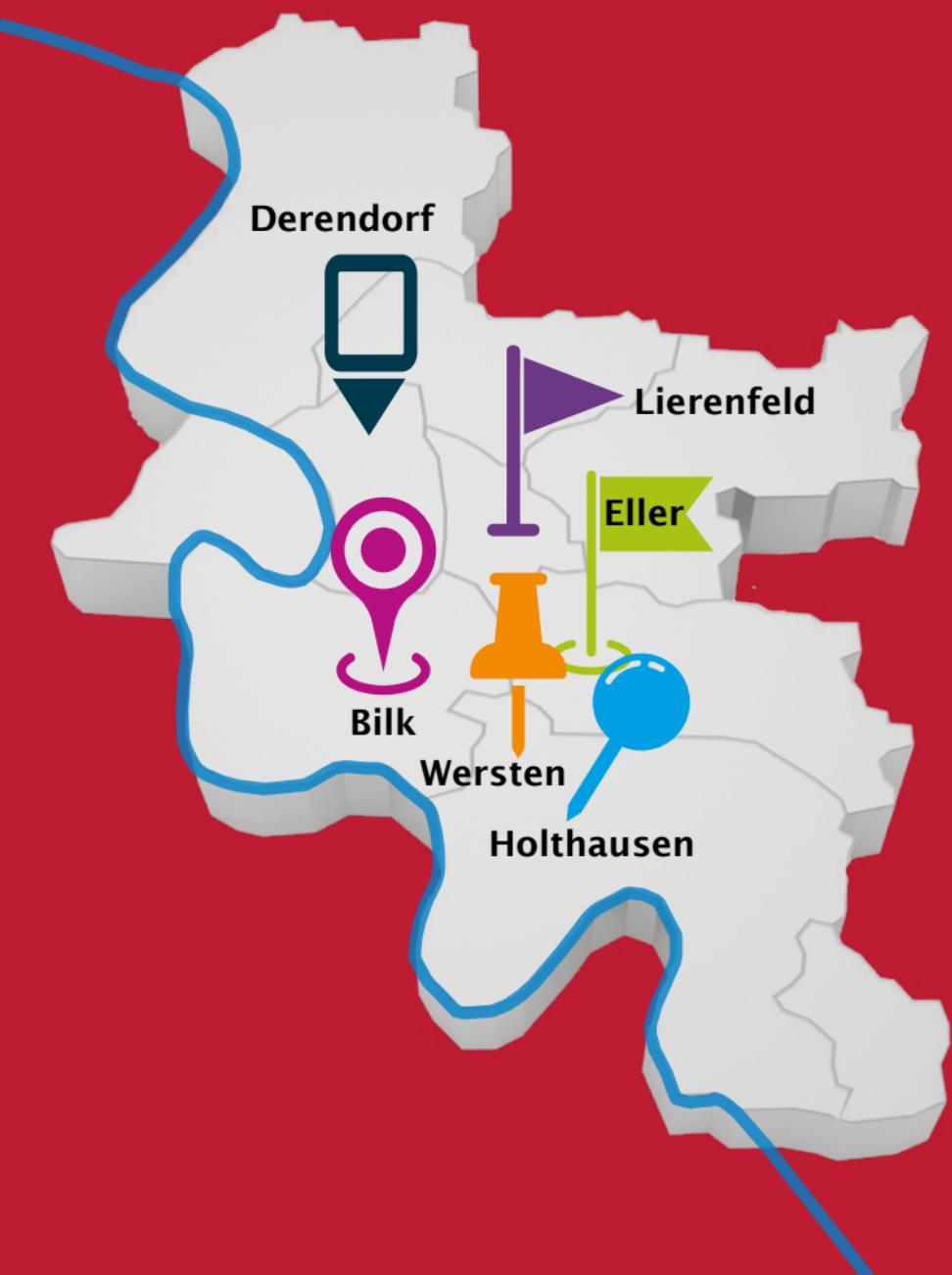


Geschwister-  
kinder



# 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 Familientreff Wersten

AWO Quartierstreff im Michaelshaus





Der Familientreff Bilk ist ein wichtiger Treffpunkt im Stadtteil 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.

Unsere Angebote:

- Kurse in der Schwangerschaft
- PEKiP
- ElternStart NRW
- Krabbel- und Spielgruppen
- Offene Treffs
- Eltern-Kind-Turnen: Bewegung, Spiel und Spaß
- Sprachkurse (Englisch, Spanisch, Deutsch)
- Eltern-Kind-Schwimmen, Lehrschwimmen für Kinder

**Für Informationen und Anmeldungen erreichen Sie uns telefonisch unter 0211 60025-422 oder per E-Mail an [ft.bilk@awo-duesseldorf.de](mailto:ft.bilk@awo-duesseldorf.de).**



Wir bieten vieles unter einem Dach. Unsere Arbeit zeichnet sich aus durch Wertschätzung, Verständnis und Vertrauen gegenüber unseren Besucher\*innen. Im Maria-Nitzschke-Haus ist die Familienbildung mit vielen AWO-Einrichtungen, aber auch mit anderen Diensten im Stadtbezirk, gut vernetzt. Hier finden Sie Bildungsangebote, Beratung und auch Veranstaltungen für alle Familien, Kinder und Alleinlebende aus der Umgebung und den angrenzenden Stadtteilen. Neben unseren Angeboten aus der klassischen Familienbildung finden Sie im Familientreff Derendorf unterschiedliche Angebote für zugewanderte Menschen bzw. Familien.

## Unsere Angebote

- Eltern-Baby-Treffs, Krabbel- und Spielgruppen
- Offene Spielcafés, ElternStart NRW
- Musikalische Frühförderung und kreativer Kindertanz
- Interkulturelle Spielgruppen
- Elternkurse und Informationsveranstaltungen zu pädagogischen und entwicklungspsychologischen Themen
- Kurse, Workshops
- Integrations- und Berufssprachkurse, Sprachpartner\*innen
- Niederschwellige Sprach- und Frauenkurse sowie Elterncafés
- Eltern-Kind-Schwimmen, Lehrschwimmen für Kinder
- Sport- und Gesundheitsangebote für Erwachsene an Land und im Wasser

**Für Informationen und Anmeldung sind wir erreichbar  
unter Tel.: 0211 60025-110/-116,  
per Fax: 0211 60025-077 oder [fbw@awo-duesseldorf.de](mailto: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, ElternStart NRW
- Eltern-Kind-Turnen: Bewegung, Spiel und Spaß
- 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 bis 12 Uhr und donnerstags von 15:30 bis 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 Website.

**Für Informationen und Anmeldung sind wir erreichbar unter Tel.: 0211 60025-211 oder [ft.eller@awo-duesseldorf.de](mailto: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 Bewohner\*innen aus dem Stadtteil. 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.

Unsere Angebote:

- diversitätssensible Krabbel- und Spielgruppen, z.B. griffbereit und griffbereitMINI
- Kurse, Workshops für Erwachsene z.B. offener Nähtreff
- Kurse für Kinder, z.B. Schulfähigkeit
- (niedrigschwellige) Deutschkurse für Mütter und Eltern
- Angebote der Frühen Hilfen

Darüber hinaus veranstalten wir jährlich ein Sommerfest, jeweils am zweiten Samstag im Juni.

Weitere Angebote und neue Kurse während des Jahres werden auf der Internetseite oder auf Instagram und in den Schaufenstern vor dem Familientreff veröffentlicht.

**Für Informationen und Anmeldung sind wir erreichbar unter Tel.: 0211 60025-534 oder [familientreff.holthausen@wo-duesseldorf.de](mailto:familientreff.holthausen@wo-duesseldorf.de).**



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, Behördenkontakte oder Ähnlichem brauchen, melden Sie sich gerne bei uns. Wir unterstützen Sie oder suchen gemeinsam eine passende Beratungsstelle.

### **Offenes Spiel- und Lesecafé**

Montags 9:30 – 11:30 Uhr

Donnerstags 15:00 – 17:30 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

### **Offenes Stallangebot für Familien**

Montags 15 – 17 Uhr

Offene und neue Angebote finden Sie auf der Internetseite oder Facebook und Instagram.

**Bei Fragen zu den Angeboten oder Sonstigem  
melden Sie sich gerne unter Tel.: 0211 60025-435 oder  
aktivtreff.wersten@awo-duesseldorf.de.**

## Lierenfeld

---

Der Quartierstreff im Michaelshaus ist eine Einrichtung, die sich mit ihren Angeboten an die Menschen in Lierenfeld und Eller richtet. Ob junge Familien, Kinder und Jugendliche oder Erwachsene und Senioren – es sind alle herzlich willkommen.

In unseren modernen Räumen gibt es viel Platz zum Spielen und Toben, zum gemütlichen Beisammensein, für Bildungsveranstaltungen und verschiedenste Sportangebote für Groß und Klein.

Wir bieten Unterstützung in sozialen und familiären Fragen sowie beim Umgang mit Behörden und Ämtern. Bei Bedarf vermitteln wir schnell und unbürokratisch weiter, zum Beispiel an Fachberatungsstellen oder Hilfseinrichtungen.

Sie haben Ideen für Angebote oder würden sich gerne ehrenamtlich einbringen? Wir freuen uns immer über Unterstützung, denn gemeinsam bewegen wir mehr.

**Bei Fragen zu den Angeboten erreichen Sie uns unter  
Tel.: 0211 60025-132 oder  
[nadine.klett@awo-duesseldorf.de](mailto:nadine.klett@awo-duesseldorf.de).**

**STADTWERKE**  
DÜSSELDORF

Mitten im Leben.

**4:37 h**

**Angetrieben von  
unserer Energie.**

# AWO Familienbildungswerk

Liststraße 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

Telefon: 0211 60025-110 | Fax: 0211 60025-077

Montag bis Donnerstag: 8 - 16 Uhr

Freitag: 8 - 15 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.