Wir für Familie

Katholische Familienbildungsstätte Andernach e.V.

Jahresprogramm 2022

Vielfältig wie das Leben

Einrichtungen im Bistum Trier

ANDERNACH Andernach · Bad Kreuznach · Bad Neuenahr-Ahrweiler · Bitburg · Koblenz · Linz · Mayen
Merzig · Neunkirchen · Neuwied · Saarbrücken · Saarlouis · Simmern · Trier · Trier-Ehrang

Kommen Sie zum Marktführer!

Jetzt einfach das Konto wechseln! Wir kümmern uns persönlich um alle Formalitäten rund um Ihren Kontowechsel.

Problemlos und einfach.

Einfach mit Herzblut!

Kreissparkasse
Mayen

Impressum

Herausgeber

Katholische Familienbildungsstätte Andernach e.V.
Ludwig-Hillesheim-Straße 3
Bischof-Bernhard-Stein-Haus
56626 Andernach
Telefon: 02632 - 250 350
Fax: 02632 - 250 352
E-Mail: info@fbs-andernach.de
Internet: www.fbs-andernach.de

Bürozeiten:
Montag, Donnerstag, Freitag:
09.00 Uhr – 12.00 Uhr
Dienstag: geschlossen
Mittwoch: 9.00 Uhr – 14.00 Uhr
Bitte beachten Sie die eingeschränkten Bürozeiten während der Schulferien!

Leitung:
Stefanie Lange, Diplompädagogin
stefanie.lange@fbs-andernach.de
02632 - 250 351

Projektleitung „Netzwerk Familienbildung“:
Sabine Prüstel, Kommunikationswirtin, Erzieherin
netzwerk-familienbildung@fbs-andernach.de
02632 - 250 353

Sekretariat:
Nicole Klein, Verwaltungsangestellte
Monika Braune, Verwaltungsangestellte

Vorstand:
Paul Meyer 1. Vorsitzender
Marie-Louise Offergeld 2. Vorsitzende
Alexander Just (Dekanatsreferent)
Markus Annen
Detlev Ullrich

Bankverbindungen:
Gläubiger-Identifikationsnummer:
DE81FBS00000292615
Kreissparkasse Mayen
IBAN: DE 94 5765 0010 0024 0013 15
BIC: MALADE51MYN

Volksbank RheinAhrEifel e.G.
IBAN: DE12 5776 1591 0261 9931 00
BIC: GENODED1BNA

Willkommen

Habe stets ein Ohr für die Vergangenheit, ein Auge für die Zukunft und ein Lächeln für den Augenblick!

Stefan Radulian

Liebe Kursteilnehmerinnen und Kursteilnehmer, liebe Freunde und Förderer der Familienbildungsstätte, liebe Kooperationspartner,
von uns allen ist in den letzten 1,5 Jahren viel Geduld, Vertrauen und auch Mut gefragt gewesen. Diesen Mut möchten wir Ihnen gerne auch mit unseren Angeboten machen: trotz aller Widrigkeiten und Beschränkungen suchen und finden Sie Ihre neuen Gestaltungsspielräume, lernen Sie neue Menschen kennen, entdecken Sie ein neues Hobby für sich oder engagieren sich in einem unserer Projekte.
Mit diesem neuen Jahres-Programmheft möchten wir Sie in diesen besonderen Zeiten in den nächsten Wochen und Monaten unterstützen und begleiten. Wir halten wieder spannende Kurse und Veranstaltungen für Sie bereit. Sie finden bewährte und neue
Kurse wie Babymassage oder Gebärdensprach-Kurse, Selbstbehauptungskurse für Frauen, eine kleine Auswahl an Online-Angeboten sowie zahlreiche Kurse für Seniorinnen, Senioren und Junggebliebene. Eine gemeinsame schöne Zeit ist in diesen Zeiten besonders wichtig.

An dieser Stelle auch ein herzliches Dankeschön an SIE, unsere Teilnehmerinnen und Teilnehmer im vergangenen Jahr. Sie haben diese außergewöhnlichen Zeiten mit uns so wunderbar gemeistert, waren flexibel wo nötig und immer dabei. Spontan werden wir mit Corona weiterhin sein müssen, aber zusammen kommen wir sicher gut durch diese Zeit!

Das Team und der Vorstand der FBS
Stefanie Lange, Nicole Klein, Sabine Prüstel, Monika Braune, Valentina Raff
Paul Meyer, Marie-Louise Offergeld, Alexander Just, Detlev Ullrich, Markus Annen

Katholische Familienbildungsstätte Andernach e.V.

Vorwort

Liebe Leserinnen und liebe Leser,

bereits zum zweiten Mal halten Sie ein Programm in Händen, das an die momentan geltenden Bedingungen aufgrund der Corona-Pandemie angepasst ist. Aber auch in dieser schwierigen Zeit soll deutlich werden: Wir alle sind gemeinsam auf dem Weg und in der Lage, Wege zueinander zu finden. Gerade auch in den Einschränkungen dieser Tage. Wie viele Beispiele von kreativen, neuen Wegen habe ich in der letzten Zeit erleben dürfen. Wege, die die Normalität nicht ersetzen, aber doch manchmal ganz neue Impulse setzen.

Dieses Programm soll in der aktuellen Situation Hoffnung machen. Die Katholischen Familienbildungsstätten stehen ja in dem Auftrag, den Menschen die frohe Botschaft des Evangeliums zu bringen, und zwar ganz handfest – in der Ermöglichung von gemeinsamen Erlebnissen und Lernerfahrungen. Der Apostel Paulus schreibt in seinem ersten Brief an die Gemeinde in Korinth:

Für jetzt bleiben Glaube, Hoffnung, Liebe, diese drei;

doch am größten unter ihnen ist die Liebe. (1 Kor 13,13)

Die Liebe steht im Vordergrund. Denn Hoffnung kann man nicht machen. Nur dort, wo Menschen liebevoll miteinander umgehen, entsteht sie und blüht auf als das Ergebnis liebevollen, achtsamen Umgangs miteinander.

Deshalb wurde dieses Programm liebevoll für Sie zusammengestellt. Die Referentinnen und Referenten möchten Ihnen auch in diesem Jahr wieder vielfältige und unterschiedliche Anregungen bieten. Ich danke allen, die in den 15 Familienbildungsstätten unseres Bistums dafür sorgen, dass die Nähe zu Ihnen und Ihren Anliegen nie aus dem Blick gerät. Machen Sie von dem Angebot Gebrauch – damit in allen Herausforderungen die Hoffnung wächst.

Ich wünsche Ihnen Gottes Segen für Sie und Ihre Lieben!

+ Stephan Ackermann

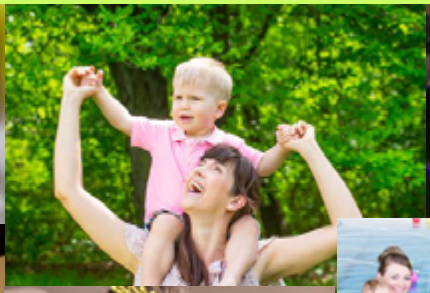
Dr. Stephan Ackermann,
Bischof von Trier

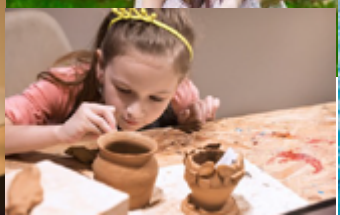
Wir für Familie

Katholische Familienbildungsstätte Andernach e.V.

Gemeinnütziger Verein

Herzlich Willkommen!





Inhalt

Vielfältig wie das Leben

Der Farbcode hilft Ihnen, sich in der Broschüre leicht zurechtzufinden.

Eltern und Kinder

Kinder und Jugendliche

Erwachsene

KiTa und Schule

Weiterbildung und Qualifizierung

Haus der Familie in der VG Pellenz

Eltern und Kinder

Werdende und junge Eltern 09
Eltern-Kind- und PEKIP-Gruppen 13
Aktivitäten für Eltern und Kinder 15

Kinder und Jugendliche

Ferienangebote 29
Kinder-Geburtstag 36
Kreativität 38
Kochen und Backen 42
Bewegung und Entspannung 43
Allerlei 45

Erwachsene

Erziehung 50
Lebenshilfe 53
Erziehung und Lebenshilfe 55
Religiösität 58
Seniorinnen und Senioren 61
Bewegung und Entspannung 64
Ernährung und Hauswirtschaft 74
Kreatives Gestalten 75
Nähen und Textiles Gestalten 78

KiTa und Schule

Forum Familie 80
Netzwerk Familienbildung 81
Angekommen-Angenommen 82
Lernpaten 83

Weiterbildung und Qualifizierung

Qualifizierung Sprachförderung 85
Qualifizierung Tagespflege 85
Angebote in Schulen 86
Empowerment 88

Haus der Familie

in der VG Pellenz 90
Bewegungsangebot in Kretz 91

Nützliche Informationen

Teilnahmebedingungen 92
Datenschutz 93
Nützliche Informationen 94

HAUS DER FAMILIE Rheinland-Pfalz

Wir für Familie

Katholische Familienbildungsstätte Andernach e.V.

In eigenger Sache:

Vielfältig wie das Leben - so ist auch unser Kursprogramm

Referent*innen gesucht!

Wir freuen uns, wenn Sie mit uns als Kursleiter*in Kurse gestalten, Impulse und Akzente setzen und Familien begleiten.

Wir suchen immer neue Kursleiter*innen für verschiedene Bereiche - Ihre Gelegenheit Kurse mitzugestalten!

Kontakt:

www.fbs-andernach.de

info@fbs-andernach.de

Nr. 100

Eltern und Kinder

Eltern-Kind-Gruppen · PEKIP-Gruppen · Musik
Babyschwimmen · Bewegung für Mama und Kind
Entspannung · Erste Hilfe · Offenes Familienfrühstück

Leitung:
Sabine Prüstel, zertifizierte Pilateslehrerin

Ort: FBS Andernach

MamaFit - Nimm dein Baby mit!

Pilates für Frauen mit Babys ab 3 Monaten

Pilates ist das ideale Ganzkörper-Training nach der Rückbildungsgymnastik, das gezielt Bauch-, Bein-, Becken- und die Rückenmuskulatur kräftigt. Besonders die tiefliegenden stabilisierenden Muskeln werden trainiert und das gibt dem Körper eine stabile Körpermitte. Ziel des Kurses ist es für sich etwas Gutes und Gesundes zu tun, um sich mit Baby fit und wohl zu fühlen. Babys und Kleinkinder können mitgebracht und einbezogen werden. Mütter von Kitakindern sind auch willkommen. Bei Kaiserschnittgeburten bitte vor Kursbeginn das O.K. vom Arzt einholen! Der Kurs ist fortlaufend.

Material: 1 großes und 1 kleines Handtuch und eine warme Unterlage für das Baby

Kursnr.	Wochentag, Uhrzeit	Beginn	Dauer	Kosten	+ Material
10101	Fr, 10:15 - 11:00 Uhr	07.01.2022	6 x	48,00 €	
10102	Fr, 10:15 - 11:00 Uhr	04.03.2022	8 x	64,00 €	
10103	Fr, 10:15 - 11:00 Uhr	20.05.2022	7 x	56,00 €	
10104	Fr, 10:15 - 11:00 Uhr	09.09.2022	5 x	40,00 €	
10105	Fr, 10:15 - 11:00 Uhr	04.11.2022	6 x	48,00 €	

Eltern und Kinder

WERDENDE UND JUNGE ELTERN

Leitung:
Jasmin Heuft

Ort: FBS Andernach

Mamifitness mit Kind - Outdoor

Ganzheitliches Training an der frischen Luft für aktive Mamis mit Baby im Kinderwagen/Tragehilfe im Anschluss an die Rückbildung. Mit Walking und abwechslungsreichen Krafteinheiten stabilisieren wir unsere Körpermitte, stärken den Beckenboden und lassen die Schwangerschaftspfunde purzeln.
Mitmachen können Mamis mit Kindern im Alter von 10 Wochen bis zum Ende der Buggyzeit.

Kursnr.	Wochentag, Uhrzeit	Beginn	Dauer	Kosten	+ Material
10106	Mi, 11:00 - 12:00 Uhr	09.02.2022	8 x	64,00 €	
101061	Mi, 11:00 - 12:00 Uhr	27.04.2022	8 x	64,00 €	
101062	Mi, 11:00 - 12:00 Uhr	22.06.2022	5 x	40,00 €	
101063	Mi, 11:00 - 12:00 Uhr	14.09.2022	8 x	64,00 €	

Leitung:
Jasmin Heuft

Ort: FBS Andernach

Babymassage

Babymassage meets Babyyoga - Durch sanfte Berührungen und Dehnübungen erfahren die Babys Geborgenheit, Zuwendung und Entspannung. Nehmt euch bewusst eine kleine Auszeit vom Alltag und genießt die gemeinsame Wohlfühlzeit mit eurem kleinen Schatz!
Die Babys sollten bei Kursbeginn zwischen 6-16 Wochen alt sein.

Kursnr.	Wochentag, Uhrzeit	Beginn	Dauer	Kosten	+ Material
10107	Mi, 9:30 - 10:30 Uhr	12.01.2022	5 x	40,00 €	
101071	Mi, 9:30 - 10:30 Uhr	02.03.2022	5 x	40,00 €	
101072	Mi, 9:30 - 10:30 Uhr	27.04.2022	5 x	40,00 €	
101073	Mi, 9:30 - 10:30 Uhr	08.06.2022	5 x	40,00 €	
101074	Mi, 9:30 - 10:30 Uhr	14.09.2022	5 x	40,00 €	
101075	Mi, 9:30 - 10:30 Uhr	09.11.2022	5 x	40,00 €	

Leitung:
Jessica Leinert

Gebühr: 65,00 €

Ort: FBS Andernach

10108
ab April 2022
montags
9:00 - 10:00 Uhr, 8 x

NEU

jederzeit ONLINE möglich

Mini Signs®

Babys und Kleinkindern zwischen 6 und 18 Monaten

MiniSigns® ist ein bindungsorientierter Babygebärdenkurs für Eltern/ Großeltern und Kinder im Alter von 6-18 Monate, der aus 8 Treffen besteht.
Mit viel Spaß, Spielanregungen, Finger- und Singspielen, ganz ohne Erwartungsdruck, werden die Kleinen unterhalten und die Erwachsenen erlernen nebenbei alltagstaugliche und entwicklungsspezifische Gebärden (dt. Gebärdensprache), die parallel zum Sprechen verwendet werden.
Gleichzeitig findet eine Wissensvermittlung rund um bindungsorientierte Inhalte (z.B. Achtsamkeit, Selbstwirksamkeit, Konflikte unter Kindern) statt und Austausch mit anderen Eltern ist möglich.
Babygebärden bereichern die Bindung und die gemeinsame Kommunikation, da sie gegenseitiges Verstehen und die Sprachentwicklung positiv beeinflussen können.

Leitung:
Martina Schwarz-Heintges, Erzieherin, PEKiP-Gruppenleiterin, zertifizierte Musik- und Klangpädagogin, Elternbegleiterin

Gebühr: 110,00 €

Ort: FBS Andernach

10109
10 x mittwochs
Termine nach Absprache

BabyBauchTöne

Pränatales Singen für mich und dich

Die Mutter-Kind-Bindung beginnt viel früher als bisher angenommen. Die Stimme und die darin liegenden verschiedenen Emotionen der Mutter werden bereits vor der Geburt wahrgenommen. Sie wirkt zugleich beruhigend und vertraut.
Singen bringt Freude und Abwechslung in den Familienalltag und wirkt sich positiv auf die werdende Mutter und damit auf das Ungeborene aus.
Der Kurs beinhaltet:

- Freude bringendes Singen und Tönen
- Atmung und Entspannung zur Unterstützung einer sanften Geburt
- Erlernen von Wiegen-, Streichel- und Entspannungsliedern für Ihr Baby

Der Kurs ist fortlaufend geplant; ein Einstieg ist jederzeit möglich!

Bei Interesse melden Sie sich bitte bei der Kursleiterin unter 0179-4728487.

Änderungen aufgrund der Corona-Pandemie sind uns vorbehalten und werden den Kursteilnehmer*innen rechtzeitig mitgeteilt!

Einzelheiten zur Babysitter-Börse auf unserer Homepage www.fbs-andernach.de oder per Telefon unter 02632 - 250 350

Eltern und Kinder

ELTERN-KIND-UND PEKIP-GRUPPEN

Leitung:
Elisabeth Freyth, Dipl.-Päd., PEKiP-Gruppenleiterin
Martina Schwarz-Heintges, Erzieherin, PEKiP-Gruppenleiterin, zertifizierte Musik- und Klangpädagogin, Elternbegleiterin

Ort: FBS Andernach

jederzeit ONLINE möglich

PEKiP

Das Prager-Eltern-Kind-Programm geht auf den Prager Psychologen und Kinderarzt Dr. Jaroslav Koch zurück.
Hauptschwerpunkte der Kurse sind:

- Intensive Beschäftigung mit den Kindern
- Stärkung der Eltern-Kind-Beziehung
- Vermittlung von Sinnes- und Wahrnehmungsanregungen
- Möglichkeiten zum Erfahrungsaustausch in einer geschlossenen kleinen Gruppe mit Personen in der gleichen Lebensphase

PEKiP heißt

- Zeit füreinander haben
- erste Erfahrungen der Kinder mit Gleichaltrigen
- Unterstützung der Entwicklung der Kinder
- mit allen Sinnen Erfahrungen machen

Die PEKiP-Gruppen werden fortlaufend angeboten und nach dem Alter der Kinder (ab 6 Wochen) zusammengestellt. Nach abgeschlossenem Kurs werden die Folgetermine in der Gruppe abgesprochen. Innerhalb des Kurses wird thematische Elternarbeit auf Wunsch durch eine Referentin z. B. zur Entwicklung der Kinder stattfinden.
Bitte melden Sie sich im Büro der FBS

Kursnr.	Wochentag, Uhrzeit	Beginn	Dauer	Kosten	+ Material
10200	Do, 9:00 - 10:15 Uhr	06.01.2022	15 x	102,00 €	zzgl. MK
10201	Do, 10:30 - 11:45 Uhr	06.01.2022	15 x	102,00 €	zzgl. MK
10202	Do, 13:30 - 15:00 Uhr	06.01.2022	15 x	102,00 €	zzgl. MK
10203	Do, 15:00 - 16:30 Uhr	06.01.2022	15 x	102,00 €	zzgl. MK
10204	Do, 9:00 - 10:15 Uhr	08.09.2022	13 x	88,40 €	zzgl. MK
10205	Do, 10:30 - 11:45 Uhr	08.09.2022	13 x	88,40 €	zzgl. MK
10206	Do, 13:30 - 15:00 Uhr	08.09.2022	13 x	88,40 €	zzgl. MK
10207	Do, 15:00 - 16:30 Uhr	08.09.2022	13 x	88,40 €	zzgl. MK

Eltern und Kinder

ELTERN-KIND-UND PEKIP-GRUPPEN

Leitung:
Andrea Feistel,
Krippenerzieherin

Ort: FBS Andernach

Eltern-Kind-Gruppe ab 6 Monate

Was sind Eltern-Kind-Gruppen?
Zeit - das ist das Zauberwort, was die Eltern-Kind-Gruppen besonders charakterisiert:
Eltern haben Zeit für

- Begegnung mit anderen Eltern
- Gespräche zu Themen des Familienalltags
- das Miteinander der Kinder
- Gemeinsame Erlebnisse
- Impulse und Anregungen
- Freude am gemeinsamen Tun

Die Eltern-Kind-Gruppen werden fortlaufend angeboten; man kann jederzeit nach Absprache in die Gruppen einsteigen und werden nach dem Alter der Kinder (ab 6 Monaten) zusammengestellt.

Kursnr.	Wochentag, Uhrzeit	Beginn	Dauer	Kosten	+ Material
10250	Mo, 9:30 - 11:00 Uhr	03.01.2022	10 x	45,00 €	zzgl. MK
10251	Di, 9:30 - 11:00 Uhr	04.01.2022	10 x	45,00 €	zzgl. MK
10252	Mi, 9:30 - 11:00 Uhr	05.01.2022	10 x	45,00 €	zzgl. MK
10253	Do, 9:30 - 11:00 Uhr	06.01.2022	10 x	45,00 €	zzgl. MK
10254	Mo, 9:30 - 11:00 Uhr	05.09.2022	10 x	45,00 €	zzgl. MK
10255	Di, 9:30 - 11:00 Uhr	06.09.2022	10 x	45,00 €	zzgl. MK
10256	Mi, 9:30 - 11:00 Uhr	07.09.2022	10 x	45,00 €	zzgl. MK
10257	Do, 9:30 - 11:00 Uhr	08.09.2022	10 x	45,00 €	zzgl. MK

Wassergewöhnung für Kindergartenkinder ab 3 Jahren bis zur Einschulung mit Eltern, kann zur Zeit noch nicht stattfinden. Anmeldung auf Warteliste per Email an info@fbs-andernach.de oder per Telefon unter 02632 - 250 350

Leitung:
Marina Razlaw-Meermann, ÜL Breitensport

Ort: Hallenbad Andernach

Babyschwimmen für Babys von 6 - 15 Monaten

Hier ist Spaß und Spiel am Element Wasser für Klein und Groß angesagt:
die Kinder verlieren durch gemeinsame, spielerische Bewegung die Scheu vor dem Wasser und nehmen das Körpergefühl im Wasser bewusster wahr. Die Motorik wird gefördert, Kraft und Koordination werden spielerisch geschult. Der enge Körperkontakt zu den Eltern festigt die Vertrauensbindung.

Für Babys von 6 - 15 Monate von 8.30 - 9.00 Uhr
Für Babys von 11 Monate - 2 Jahre von 9.15 - 9.45 Uhr
Für Babys von 11 Monate - 2 Jahre von 9.45 - 10.15 Uhr

Kursnr.	Wochentag, Uhrzeit	Beginn	Dauer	Kosten	+ Material
10307	Fr, 8:30 - 9:00 Uhr	21.01.2022	9 x	45,00 €	
103071	Fr, 8:30 - 9:00 Uhr	01.04.2022	8 x	40,00 €	
103072	Fr, 8:30 - 9:00 Uhr	16.09.2022	10 x	50,00 €	

Leitung:
Marina Razlaw-Meermann, ÜL Breitensport

Ort: Hallenbad Andernach

Babyschwimmen für Babys von 11 Monate - 2 Jahre

Für Babys von 6 - 15 Monate von 8.30 - 9.00 Uhr
Für Babys von 11 Monate - 2 Jahre von 9.15 - 9.45 Uhr
Für Babys von 11 Monate - 2 Jahre von 9.45 - 10.15 Uhr

Kursnr.	Wochentag, Uhrzeit	Beginn	Dauer	Kosten	+ Material
10308	Fr, 9:15 - 9:45 Uhr	21.01.2022	9 x	45,00 €	
10309	Fr, 9:45 - 10:15 Uhr	21.01.2022	9 x	45,00 €	
103081	Fr, 9:15 - 9:45 Uhr	01.04.2022	8 x	40,00 €	
103091	Fr, 9:45 - 10:15 Uhr	01.04.2022	8 x	40,00 €	
103082	Fr, 9:15 - 9:45 Uhr	16.09.2022	10 x	50,00 €	
103092	Fr, 9:45 - 10:15 Uhr	16.09.2022	10 x	50,00 €	

Leitung:
Jannik Böffgen

Ort: FBS Andernach

Erste Hilfe im Kleinkindalter: "Aua, Hilfe, Hilfe....!!"

Wer mit einem Kind spielt, merkt schnell, dass die Heranwachsenden, Gefahren noch nicht angemessen einschätzen können. Auf Stühle klettern, allerlei Dinge in den Mund stecken, mit dem Laufrad ungebremst einen Berg herunterfahren - es gibt viele Situationen, in denen Erwachsene schnell reagieren müssen, um einen Unfall zu vermeiden.

Da es aber leider nicht immer gelingt, ein Kind zu schützen, sind Kenntnisse über Erste-Hilfe-Maßnahmen unentbehrlich. Das gilt vor allem bei Säuglingen und Kleinkindern, da diese noch nicht zur Selbsthilfe angeleitet werden können. Durch die Teilnahme an diesem Erste-Hilfe-Kurs für Kinder stellen Sie sicher, bei einem eintretenden Notfall richtig zu reagieren und das Leben des betroffenen Kindes retten zu können.

In unserem Erste-Hilfe-Kurs am Kind lernen Sie alles Wichtige über die größten Unfall- und Gefahrenquellen, die täglich im Alltag lauern. Wir geben Ihnen wertvolle Tipps an die Hand, wie Sie das Umfeld eines Kindes sicher gestalten können und wie Sie im Notfall die Zeit bis zum Eintreffen der Rettungskräfte bestmöglich überbrücken.

Kursnr.	Wochentag, Uhrzeit	Beginn	Dauer	Kosten	+ Material
10313	Di, 18:00 - 20:00 Uhr	05.04.2022	4 x	45,00 €	Paare 70 €
103131	Di, 18:00 - 20:00 Uhr	08.11.2022	4 x	45,00 €	Paare 70 €

ERSTE-HILFE-KURSE
in Andernach

Erste-Hilfe Ausbildung (9 UE)

Samstag, 29.01.2022
Samstag, 26.02.2022
Samstag, 26.03.2022
Samstag, 28.05.2022
Samstag, 25.06.2022
Samstag, 23.07.2022
Samstag, 27.08.2022
Samstag, 29.10.2022
Samstag, 26.11.2022
Samstag, 17.12.0222

Zielgruppe:

- Führerscheinbewerber
- Übungsleiter
- Betriebliche Ersthelfer

Erste-Hilfe in Bildungs- und Betreuungseinrichtungen für Kinder (9 UE)

Samstag, 30.04.2022
Samstag, 17.09.2022

Zielgruppe:

- Erzieher
- Lehrer
- Tagesmütter

Weitere Termine oder In-House-Schulungen in Ihrer Einrichtung/Firma gerne auch auf Anfrage.

- alle Kurse jeweils von 8:30 - 17:00 Uhr
- Räumlichkeiten der Kath. Familienbildungsstätte, Ludwig-Hillesheim-Straße 3, 56626 Andernach
- Teilnahmegebühr: 45,00 Euro

Anmeldung unter:
www.jannik-boeffgen.de

Ermächtigte Ausbildungsstelle nach DGUV-Grundsatz 1 - Kennziffer der Ausbildungsstelle: 8.0991

JANNIK BÖFFGEN

St. Martins-Leuchten

Leitung:
Stefanie Lange, Dipl.-Päd.

Gebühr: 3,50 € je Familie, 1,50 € für den Weckmann Unser Sparschwein freut sich über eine Spende

Ort: FBS Andernach

10315
wird geplant, genaueres zeitnah auf unserer Homepage und in der Presse

Der St. Martins-Tag ist für alle Kinder etwas Besonderes. Aber gerade die ganz Kleinen sind oft mit den großen Umzügen überfordert. Daher möchten wir für die Kinder der Eltern-Kind- und PEKiP-Gruppen der FBS eine etwas andere St. Martinsveranstaltung ausrichten, die sich an den Bedürfnissen der Kleinsten orientiert.
In gemütlicher Atmosphäre wird die Geschichte des heiligen Martin in vielen Räumen der FBS durch Lieder, Tanz und Musik erlebbar. Zur besseren Organisation ist eine Anmeldung erforderlich!

Auf der Suche nach dem Nikolaus

Leitung:
Martina Schwarz-Heintges, Erzieherin, PEKiP-Gruppenleiterin, zertifizierte Musik- und Klangpädagogin, Elternbegleiterin

Gebühr: 6,50 € pro Kind; Spende für Brezeln und Punsch

Ort: Andernach-Eich

10316
wird geplant, genaueres zeitnah auf unserer Homepage und in der Presse

Wanderung für alle interessierten Eltern mit ihren Kindern ab 3 Jahren

Habt ihr den Nikolaus schon gesehen? Heute wird er alle Kinder besuchen und wir machen uns auf die Suche nach ihm! Auf der Wanderung im Wald singen wir lustige Lieder und bereiten uns auf die Begegnung vor. Vielleicht finden wir ihn ja im Schein des Lagerfeuers? Bei Brezeln und Punsch lassen wir im Wald den Abend ausklingen.

Eltern und Kinder

AKTIVITÄTEN FÜR ELTERN UND KINDER

Nähere Informationen und Anmeldungen zu folgenden Kursen bitte direkt bei der Kursleiterin:
Martina Schwarz-Heintges,
Erzieherin, PEKIP-Gruppenleiterin, zertifizierte Musik- und Klangpädagogin, Elternbegleiterin (Musikgarten, Klangstraße EMP)
unter Tel. 0179 - 4728487
Ein Einstieg in die Gruppen ist jederzeit möglich!

Musikzwerge

Leitung:
Martina Schwarz-Heintges

Gebühr: 80,00 €
bei 10 Treffen

Ort: FBS Andernach

10317
montags fortlaufend von 14:00 - 14:45 Uhr

Musik und Bewegung für Kinder von 15 Monaten bis ca. 3 Jahren und deren Eltern

Bei den Musikzwergen lernen Kinder ab ca. 15 Monaten in Begleitung eines Eltern- oder Großelternteils mit Kinderliedern, Kniereitern und Tänzen die Freude an der Musik auf spielerische Art kennen. Kindgerechte Materialien wie Chiffontücher und einfache Klanginstrumente und eine lockere vielseitige Beschäftigung mit allem, was mit Musik zu tun hat, sorgen für Abwechslung. Der Musikgarten I gliedert sich in 3 Themenbereiche: "Zu Hause", "Tierwelt" und "Beim Spiel".

Material: Stoppersocken für Kind und Erwachsenen

Musikgarten I

Leitung:
Martina Schwarz-Heintges

Gebühr: 80,00 €
bei 10 Treffen

Ort: FBS Andernach

10318
montags fortlaufend von 16:00 - 16:45 Uhr

Musikalische Früherziehung für Kinder ab 3 Jahre bis 4 1/2 Jahre

Musik ist aktiv und macht Spaß! Gemeinsames Musizieren ist ein ideales Mittel für Familien, zusammenzuwachsen.

- Lieder zur Begrüßung und Verabschiedung
- Körpererfahrung, Fingerspiele, Kniereiterspiele
- Schaukel- und Wiegelieder
- Fortbewegung und Tanz
- Einfacher Einsatz von Klanghölzern & Co

Eltern und Kinder

AKTIVITÄTEN FÜR ELTERN UND KINDER

Musikgarten II

Musikalische Früherziehung für Kinder ab 2 1/2 Jahre bis 4 Jahre

Gemeinsames Musizieren macht Spaß und fördert die Kreativität. Unterschiedlichste Methoden geben Impulse für das musikalische Familienleben. Grundschlagtraining, Orffspiel und Gitarrenbegleitung, Klassische Musik hören, tanzen, dazu bewegen.

Leitung:
Martina Schwarz-Heintges

Gebühr: 80,00 €
bei 10 Treffen

Ort: FBS Andernach

10319
montags fortlaufend von
15:00 - 15:45 Uhr

Instrumentenkarussell

Musikalische Früherziehung für Kinder ab 4 1/2 Jahre

Erste Instrumente kennenlernen und ausprobieren mit Musik und Klang an Klavier, Gitarre, Flöte oder Trommel in Verbindung mit Rhythmus, Orff-Instrumenten und Gesang.

Leitung:
Martina Schwarz-Heintges

Gebühr: 100,00 €
bei 10 Treffen

Ort: FBS Andernach

10320
donnerstags fortlaufend

Musikkarussell

Instrumentalunterricht für Kinder ab 5 Jahren

Musik und Klang an Klavier, Gitarre, C-Flöte oder Alt-Flöte in Verbindung mit Rhythmus, Orff-Instrumenten und Gesang.

Leitung:
Martina Schwarz-Heintges

Gebühr: 110,00 €
bei 10 Treffen,
Kleingruppen 120 €
Einzelunterricht 130 €

Ort: FBS Andernach

10321
Termine nach Absprache

Kurs-angebote von Martina Schwarz-Heintges jederzeit ONLINE möglich

Musikalische Früherziehung: Klangstraße I

für musikinteressierte Kinder ab 5 Jahre

Leitung:
Martina Schwarz-Heintges

Gebühr: 110,00 €
Kleingruppen 120 €
bei 10 Treffen

Ort: FBS Andernach

10329
donnerstags forlaufend,
Termine nach
Vereinbarung

Kurs-angebote von Martina Schwarz-Heintges jederzeit ONLINE möglich

Die Kinder lernen anhand vieler geeigneter Lieder und Spiele erste Tonfolgen zu hören, zu singen und zu notieren, wobei das Hören und Singen im Vordergrund steht und dann mit dem Notieren im Kinderheft ergänzt wird. Als erweitertes Instrument wird das große Xylophon eingesetzt. Lieder, Tänze und Bewegungsspiele bringen Abwechslung und Bewegung in den Stundenablauf.
Der Kurs endet mit einem weihnachtlichen Singspiel, zu dem auch Eltern und Kinder aus den Musikgarten-Kursen eingeladen werden. In den ersten Stunden der Klangstraße 1 a können die Eltern (als Zuhörer) anwesend sein, nach einigen Stunden findet der Unterricht ohne Erwachsene statt.

Material: Stoppersocken für Kind und Erwachsenen

Musikalische Früherziehung: Klangstraße II

Aufbaukurs - für musikinteressierte Kinder ab 5 Jahre

Leitung:
Martina Schwarz-Heintges

Gebühr: 110,00 €
Kleingruppen 120 €
bei 10 Treffen

Ort: FBS Andernach

10330
donnerstags forlaufend,
Termine nach
Vereinbarung

Der Kurs Klangstraße II führt das Erlernte aus der Klangstaße I fort und vertieft dieses.

Material: Stoppersocken für Kind und Erwachsenen

Leitung:
Martina Schwarz-Heintges

Gebühr: 90,00 €
bei 10 Treffen

Ort: FBS Andernach

10331
donnerstags forlaufend,
Termine nach
Vereinbarung

Entspannungskurs für Kinder

Stressprävention für Kinder ab 5 Jahre

Bei diesem Kurs geht es um Stressprävention für Kinder ab 5 Jahren, diese ganzheitlich zu fördern, unterstützen und zu begleiten.

- Autogenes Training
- Wahrnehmungsspiele
- progressive Muskelentspannung
- Spiele die zur Ruhe finden
- Atemübungen
- Stärken der Kinder suchen
- orientiertes Arbeiten
- Phantasiereisen
- mit Klang arbeiten (z.B. Klangschalen)
- Yoga

Material: Stoppersocken für Kind und Erwachsenen

Allianz

Nutzen Sie unsere Erfahrung

Versichern, Vorsorgen, Vermögen bilden. Dafür sind wir als ihre Allianz Fachleute der richtige Partner. Wir beraten Sie umfassend und ausführlich. Überzeugen Sie sich selbst.

Kurzke & Gros
Generalvertretung der Allianz
Marktstr.22, 56564 Neuwied
kurzke.gros@allianz.de
https://vertretung.allianz.de/kurzke.gros/
Tel. 0 26 31.2 60 65 Fax 0 26 31.3 1138

Leitung:
Sabine Prüstel,
Netzwerkkoordinatorin

Gebühr: frei

Ort: FBS Andernach

10341
Termine auf Anfrage

Vater Kind Aktionen

Dieses neue Projekt, dass buchbar ist von Kitas aus Andernach und Umgebung, richtet sich an Väter aus einer Kita, die am Wochenende zusammen eine Aktion mit ihren Kindern machen möchten. Das Ziel ist, dass Väter mit ihren Kindern einen ganzen Tag aktive Zeit zusammen verbringen können, weil das neben dem Beruf oft zu kurz kommt.
Die Aktion kann sportlich, spielerisch, kreativ, abenteuerlustig etc. sein. Wir entwickeln zusammen mit Ihnen die Idee und unterstützen Sie praktisch und inhaltlich mit einem erfahrenen Organisationsteam bestehend aus meheren ehrenamtlichen Vätern.
Termine auf Anfrage bei Sabine Prüstel:
Netzwerk-familiernbildung@fbs-andernach.de oder telefonisch unter 02632- 250353

KANGA - Du wirst fit und dein Baby macht mit! - für Babys ab 6 Wochen bis 2 Jahre
wird wieder angeboten, nähere Informationen auf unserer Homepage www.fbs-andernach.de oder per Telefon unter 02632 - 250 350
Anmeldung auf Warteliste möglich!

GESCHENK-IDEE:

Verschenken Sie doch mal einen Gutschein

egal zu welchem Anlass!

Vielfältige Kurse für alle Generationen!

Leitung:
Sabine Wangler,
Hebamme

Gebühr: Erstattung durch Krankenkasse

Ort: FBS Andernach

10344A
05.01. - 16.02.2022,
mittwochs von
20:00 - 22:00 Uhr, 7 x

NEU

jederzeit ONLINE möglich

Ganzheitlicher Geburtsvorbereitungskurs für Paare

Möchten Sie sich gemeinsam auf die Geburt und die erste Lebenszeit Ihres Kindes vorbereiten? Wollen Sie als Paar gestärkt Eltern werden? Sie bekommen Informationen und wir machen praktische Übungen zu allen relevanten Themen rund um Schwangerschaft, Geburt, Wochenbett und Kind.

Dazu gehört neben den körperlichen Prozessen auch

- Partnerschaft und Bindungsaufbau von Eltern und Baby schon ab der Schwangerschaft
- Entspannungstechniken, Selbstwahrnehmung, Atmung, Bewegung für die Schwangerschaft, zur Geburtserleichterung sowie für die Wochenbettzeit
- Stillen, Wickeln, Handling des Neugeborenen, Tragehilfen, Babylesen
- eine Kreißsaalbesichtigung

In entspannter Atmosphäre tauschen wir uns zu den einzelnen Themen aus, machen gemeinsam Bewegung und Übungen, wodurch Sie sich untereinander kennenlernen und häufig gute Kontakte entstehen, die in der neuen Lebensphase hilfreich sein können.

Emotionelle Erste Hilfe, Basic Bonding und Hypnose für Schwangere, Eltern und Kinder wird von **Sabine Wangler**, freiberufliche Hebamme, EEH-Fachberaterin, systemische Beraterin, Ausbildung in selbstorganisatorischer Autosystemhypnose und haltgebender Pädagogik durchgeführt. Die Angebote finden Sie auf unserer Homepage: www.fbs-andernach.de
Termine und Gebühr werden nach Absprache vereinbart.
Kontakt: 02632 - 810624, sabine.wangler@gmx.de

Leitung:
Ivonne Burgard, dipl. Sozialpädagogin, systemetische Beraterin und Coachee

Gebühr: Gebühr nach Vereinbarung

Ort: FBS Andernach

10345
Termine nach Vereinbarung

Mein Kind schreit: Hilfe ich verliere die Nerven!

Emotionale Hilfe für Eltern in Grenzsituationen (Kontakt per Telefon und whatsapp)

Ihr Kind schreit und sie können es nicht beruhigen?
Sie fühlen sich leer, hilflos und isoliert?
Wenn Sie nicht mehr weiter wissen, dann wenden Sie sich telefonisch (per Whats app) an Ivonne Burgard.
Hier bekommen Sie konkrete Hilfe, kompetente Unterstützung und Verständnis.
Ein Gespräch kann in diesen schwierigen Situationen ihre Akkus auffüllen.
Aber auch zu allem anderen Erziehungsfragen rund um die Familie steht ihnen Frau Burgard zur Verfügung.

Leitung:
Sabine Prüstel, Netzwerkkoordinatorin

Ort: FBS Andernach

Zeit.Raum

"Zeit.Raum" ist ein Frühstückstreff für alle Kursteilnehmerinnen. An wechselnden Tagen in der Woche wird es diesen Treff alle drei Monate (4x im Jahr) geben. So haben alle Teilnehmende die Möglichkeit daran teilzunehmen. Bei "Zeit.Raum" kann man sich auszutauschen, Infos zu pädagogischen Themen durch wechselnde Referenten erhalten und das Team der FBS steht beratend zur Seite. Der Frühstückstreff findet im 1. Stock im Essraum der FBS statt. Wir sorgen für ein leckeres Frühstücksbufett und freuen uns über eine Spende.

Kursnr.	Wochentag, Uhrzeit	Beginn	Dauer	Kosten	+ Material
10346	Mi, 10:00 - 12:00 Uhr	09.03.2022	1 x		
103461	Do, 10:00 - 12:00 Uhr	09.06.2022	1 x		
103462	Mi, 10:00 - 12:00 Uhr	07.09.2022	1 x		
103463	Do, 10:00 - 12:00 Uhr	08.12.2022	1 x		

Familienbildungsstätte und St. Nikolaus Stifthospital sind neue Kooperationspartner für Familien in Andernach

Leitung:
Sabine Seninger

Gebühr: Variiert je nach Kurs, einige Krankenkassen tragen die Kosten für Kursangebote

10348

NEU

St. Nikolaus-Stiftshospital
Andernach
Akademisches Lehrkrankenhaus der Universität Bonn

Elternschule des St. Nikolaus-Stiftshospitals

Sie sind schwanger oder gerade Eltern geworden?
Sie haben viele Fragen oder möchten andere Eltern treffen?
Die Elternschule des St. Nikolaus-Stiftshospitals bietet Ihnen ein umfangreiches Kursangebot:

- Geburtsvorbereitung für Schwangere und Paare
- Säuglingspflege
- Babyschwimmen
- Babymassage
- Rückbildungsgymnastik
- Infoabend zur Geburt

Unser erfahrenes Elternschul-Team, das u.a. aus Ärzten, Hebammen, Kinderkrankenschwestern, einer Yogalehrerin sowie einer Fitnesstrainerin besteht, geht gerne individuell auf Ihre Fragen und Bedürfnisse ein. Wir freuen uns, Sie in dieser spannenden Zeit zu begleiten!

Das vollständige Kursangebot finden Sie auf unserer Homepage. Bei Interesse an einem Kurs hund zur Geburtsanmeldung wenden Sie sich gerne direkt an Sabine Seninger.

Kontakt: Elternschule des St. Nikolaus-Stiftshospitals
Tel.: 0162-2942706,
E-Mail: elternschule@stiftshospital-andernach.de
www.stiftshospital-andernach.de/eltern-und-babys/elternschule-und-kursangebot

Leitung:
Sabine Prüstel,
Netzwerkkoordinatorin

Gebühr: frei

Ort: Pfarrheim Maria Himmelfahrt, Andernach

10347
sonntags, 9:30 - 10:45 Uhr

Offenes Familienfrühstück

für Kinder, Mütter, Väter, Alleinstehende, Paare, Tanten, Onkel, Omas, Opas, Nachbarn, Freunde.....von 0 - 100 Jahre

Das erwartet Sie:
- Ein leckeres und reichhaltiges Frühstücksbuffet
- Alle Generationen unter einem Dach
- Viele neue Kontakte
- "Spielzeit" für Ihre Kinder
- Ein besonderer Ort von Begegnung
- Informationen für alle Generationen

Termine 2022:
Sonntag, 23.01.2022
Sonntag, 15.05.2022
Sonntag, 18.09.2022
Sonntag, 20.11.2022

Wir freuen uns auf Sie!

Material: Unser Sparschwein freut sich immer über eine kleine Spende!

RheinlandPfalz
MINISTERIUM FÜR FAMILIE, FRAUEN, KULTUR UND INTEGRATION

Pfarreiengemeinschaft Andernach

Nr. 200

Kinder und Jugendliche

Ferien · Musik · Lesenächte · Backen und Kochen · Kunst und Kreativität · Bewegung Entspannung · Geburtstagsfeiern in der FBS

Leitung:
Nicole Hoffmann

Ort: FBS Andernach

Kunstwerkstatt

für Kinder von 6 - 12 Jahren

Die Kids werden in dieser Zeit mehrere Projekte erstellen und arbeiten dabei mit verschiedenen Materialien, seien es Bilder mit Acryl auf Leinwand oder Bleistift/Kohle, Serviettentechnik, verschiedenen Naturmaterialien, Speckstein, Schmuckerstellung und vielem mehr.
Der Phantasie sind keine Grenzen gesetzt!
Inhaltsanpassung durch Corona:
Als Themen bzw. Inhalt des Kurses wird sich auf Lettering und die Aquarellmalerei festlegt. Jedes Kind erhält sein eigenes Materialpaket, damit keine Pinsel oder sonstiges untereinander getauscht werden müssen.

Kursnr.	Wochentag, Uhrzeit	Beginn	Dauer	Kosten	+ Material
20101	Di, 9:00 - 13:00 Uhr	19.04.2022	4 x	44,00 €	15,00 €
201011	Mo, 9:00 - 13:00 Uhr	25.07.2022	5 x	55,00 €	15,00 €
201012	Mo, 9:00 - 13:00 Uhr	08.08.2022	5 x	55,00 €	15,00 €

Leitung:
Antje Kohl, Geologin

Gebühr: 110,00 €

Materialkosten: 9,00 €

Ort: FBS Andernach

20103
21.02. - 25.02.2022,
8:30 - 14:00 Uhr, 5 x

Winterferienfreizeit: Mit Mopsi Mammut in die Steinzeit

Für Kinder von 7-10 Jahren (Grundschulkinder)

Nach dem Aussterben der Dinosaurier lebten immer noch riesige Tiere auf der Erde.
Wer waren diese Urzeitgiganten? Sicher kennst Du schon einige von Ihnen, wie die Säbelzahnkatze und das Mammut. Aber wie sahen diese urtümlichen Tiere aus? Wie haben eigentlich die Menschen damals gelebt und wie haben sie Feuer gemacht? Hatten Sie vielleicht schon ein Feuerzeug oder besaßen sie sogar Lampen um das Feuer aufzubewahren?
Na, seid Ihr neugierig geworden? Dann kommt mit auf unsere abenteuerliche Reise zu den Steinzeitmenschen, den Mammuts und all den anderen seltsamen Tieren.

Leitung:
Antje Kohl, Geologin

Gebühr: 110,00 €

Materialkosten: 9,00 €

Ort: FBS Andernach

20104
24.10. - 28.10.2022,
8:30 - 14:00 Uhr, 5 x

Herbstferienfreizeit: Dinosaurierzahn und Urzeittiere

Für Kinder von 7-10 Jahren (Grundschulkinder)

Kommt mit auf eine spannende Zeitreise zu den Dinosauriern und den anderen Urzeitwesen.
Was kann man eigentlich alles von einem Dinosaurier finden und was sind Fossilien überhaupt?
Wir werden hier neben ein paar kleinen Experimenten auch längst ausgestorbene Tiere wie die Ammoniten und Trilobiten kennen lernen.

Leitung:
Ingeborg Feddersen

Ort: FBS Andernach

Erste Stiche an der Maschine

Ferienworkshop für Anfänger und Fortgeschrittene ab 8 Jahren

- Kreativ sein - Ideen umsetzen - mit den eigenen Händen etwas Schönes schaffen -

Der Kurs soll euch mit Spaß an ein wunderschönes Hobby heranführen. Zunächst wird euch die Maschine mit ihren wichtigsten Funktionen kurz erklärt und erste Nähversuche werden unternommen. Dabei geht es darum, ein Gefühl für Material und Werkzeug zu bekommen.
Danach widmet ihr euch der Gestaltung eines Loopschals. Größe, Farbe, Breite und Muster bestimmt ihr selber und es entsteht etwas ganz Besonderes!

Material: Schere, Fingerhut, Nähnadeln, Stecknadeln, Nähgarn, Maßband und Bleistift evtl. eigene Nähmaschine, falls vorhanden, Stoff, den ihr bearbeiten möchtet

Kursnr.	Wochentag, Uhrzeit	Beginn	Dauer	Kosten	+ Material
20112	Mo, 9:00 - 13:00 Uhr	11.04.2022	4 x	44,00 €	zzgl. MK
20113	Mo, 9:00 - 13:00 Uhr	01.08.2022	5 x	55,00 €	zzgl. MK
20114	Mo, 9:00 - 13:00 Uhr	17.10.2022	5 x	55,00 €	zzgl. MK

Leitung:
Ingeborg Feddersen

Ort: FBS Andernach

Kreativwerkstatt Nähen

für Kinder ab 6 Jahren

Spielerisch werden Grundkenntnisse des Nähens vermittelt. Ihr lernt wie man von Hand Dinge aufnähen kann und so entstehen kreative Unikate, die es nirgendwo zu kaufen gibt. Die selbst gefertigte Eule könnt ihr zum Kuscheln, Liebhaben, zur Deko oder als Nadelkissen nutzen. Die Kursleiterin hilft euch gerne dabei, etwas ganz Besonderes zu gestalten und ein echtes Unikat herzustellen.

Material: Schere, Steck- u. Nähnadeln

Motto am 13.04.2022: Schmetterling
Motto am 19.10.2022: Eule

Kursnr.	Wochentag, Uhrzeit	Beginn	Dauer	Kosten	+ Material
20118	Mi, 14:00 - 17:00 Uhr	13.04.2022	1 x	12,00 €	zzgl. MK
201181	Mi, 14:00 - 17:00 Uhr	19.10.2022	1 x	12,00 €	zzgl. MK

Leitung:
Therese Rubröder,
Erzieherin

Ort: FBS Andernach

Töpferwerkstatt für Kinder ab 6 Jahre

- freies kreatives Arbeiten -

In den Kursen werden Spaß und Freude an den vielfältigen Gestaltungsmöglichkeiten mit dem Material Ton geweckt.
Anregungen und Tipps werden durch langjährige Erfahrung anschaulich vermittelt, und ermöglichen so die Umsetzung eigener kunstfertiger Objekte. Sowohl Anfänger als auch Fortgeschrittene finden entsprechend ihrer Kenntnisse und Fertigkeiten die passenden Modellieraufgaben.
Jahreszeitbezogene Themen: Vogelhaus, Osterkranz, Sommerschale mit Blüten etc.

Kinder und Jugendliche

FERIENANGEBOTE

Kursnr.	Wochentag, Uhrzeit	Beginn	Dauer	Kosten	+ Material
20120A	Mi, 10:30 - 12:00 Uhr	13.04.2022	1 x	9,50 €	zzgl. MK + BK
20120	Mi, 14:45 - 16:15 Uhr	13.04.2022	1 x	9,50 €	zzgl. MK + BK
201201	Mi, 14:45 - 16:15 Uhr	27.07.2022	1 x	9,50 €	zzgl. MK + BK
20120B	Mi, 10:30 - 12:00 Uhr	12.10.2022	1 x	9,50 €	zzgl. MK + BK
201202	Mi, 14:45 - 16:15 Uhr	12.10.2022	1 x	9,50 €	zzgl. MK + BK

Lern- und heiltherapeutische Praxis

Yvonne Kossmann
Diplom Pädagogin, Dipl. Montessori Päd.

Franz-Josef-Str. 17, 56642 Kruft, Tel.: 02652/559131
www.lernen-kruft.de

Wir sind qualifizierte Ansprechpartner für:

- **Kinder mit Teilleistungsschwächen, ADHS**
- **Kinder mit Ängsten, Aggressionen, sozialen Problemen**
- **Vorschulische Förderung**
- **Lebens- und Erziehungsberatung**

Änderungen aufgrund der Corona-Pandemie sind uns vorbehalten und werden den Kursteilnehmer*innen rechtzeitig mitgeteilt!

Leitung:
N.N.

Gebühr: 66,00 €

Materialkosten: 6,00 €

Ort: FBS Andernach

20124
22.08. - 26.08.2022,
8:00 - 14:00 Uhr, 5 x

Sommerferien - Freizeit 2021 für Kinder von 6 - 10 Jahren

Spiel und Spaß in den Ferien!
Selber mitgestalten - Kreativ sein - Neues erleben - Freunde finden - Draußen sein

Leitung:
Kelly Sach

Gebühr: 80,00 €

Ort: FBS Andernach

20127
29.08. - 02.09.2022,
8:00 - 13:00 Uhr, 5 x

Kids unschlagbar

für Kinder von 6 - 11 Jahren

Das Programm besteht aus T-Shirt Bemalung (T-Shirts werden von uns mitgebracht), bestimmte Bastelaktivitäten, Outdooraktivitäten, Quizshow mit Preisen, Filmausklang (Disney und Co), eigene Präventions-Filme drehen, Selbstbehauptung und Selbstverteidigung, versch. Spiele, Bogenschießen, Schlag den Betreuer, Supertalent, Grillen (je nach Wetterlage), Entdeckungstour und vieles mehr.

Betreuung bis 14:00 Uhr nach Absprache möglich.

NEU

Leitung:
Petra Woyk, Erzieherin

Ort: FBS Andernach

NEU

Nassfilzen für Kinder

ab 6 Jahre bis 12 Jahre

In diesem Kurs können die Kinder das Material kennenlernen und erleben das Abenteuer, wie man mit warmen Wasser und der weichen Wolle, kleine Objekte herstellt. z.B.: ein kleines Körbchen, ein kleines Bild zum hinhängen, kleine erste Figuren oder auch Schmuck
Natürlich können die erstellten Filzobjekte im Anschluss mit nach Hause genommen werden.

Kursnr.	Wochentag, Uhrzeit	Beginn	Dauer	Kosten	+ Material
20130	Di, 9:30 - 11:00 Uhr	22.02.2022	1 x	8,00 €	2,00 €
20131	Do, 15:00 - 16:30 Uhr	04.08.2022	1 x	8,00 €	2,00 €
20132	Do, 9:30 - 11:00 Uhr	11.08.2022	1 x	8,00 €	2,00 €
20133	Do, 15:00 - 16:30 Uhr	20.10.2022	1 x	8,00 €	2,00 €
20134	Di, 9:30 - 11:00 Uhr	25.10.2022	1 x	8,00 €	2,00 €

80% RABATT AUF DIE KURSGEBÜHR ÜBER BILDUNGS-GUTSCHEINE!

Bitte einfach im Büro nachfragen.
Ihre Anfrage wird natürlich diskret und unbürokratisch behandelt!

Leitung:
N.N.

Gebühr: 70,- bis 110,- €

Ort: FBS Andernach

20201

Kindergeburtstag einmal ganz anders!

Ohne Trubel und ohne Stress Geburtstag feiern - geht das?? Na klar!!
Wir bieten Ihnen mehrere Möglichkeiten, den Geburtstag Ihrer Kinder zu einem besonderen Erlebnis werden zu lassen: Sie suchen sich mit Ihrem Kind einen der folgenden Kurse aus unserem Programm für Kinder aus.

1. Basteln - Filzen - Kochen - Backen - Tanzen - Trommeln - und Eulen-Nähen
2. Töpfern
3. Kreatives Basteln
4. Der Clown kommt!
5. Abenteuer Natur
6. Kinderstadtführungen ("Alte Mauern neu entdeckt" oder "Wahr oder erfunden? Geschichten aus Andernach"
7. Gipfelstürmer - Klettern im Kanditurm
8. Insektenhotel - Laubsägearbeiten - Collagen

Nähere Infos zu den Inhalten der Angebote erhalten Sie telefonisch oder per Mail.
Im Anschluss reichen Sie uns Ihre Terminvorschläge per Mail oder telefonisch ein und wir vereinbaren alles Weitere mit der Kursleitung.
Wir freuen uns auf Ihre Anfragen!

Leitung:
Nicole Hoffmann

Gebühr: 35,00 €

Ort: Online

20202

ONLINE

Kindergeburtstags-Event "Bunte Stunde" Online

Du hast Geburtstag und möchtest mit deinen Freunden/innen eine gemeinsame kreative Zeit verbringen? Dann zeige ich dir und deinen Gästen Schritt für Schritt, wie ihr ein tolles Motiv zeichnerisch umsetzen könnt - und im Anschluss colorieren wir gemeinsam eure Gemälde. Wir arbeiten dabei mit Materialien, die jeder zuhause hat - zur Not reichen Buntstifte und Papier! Du hast spezielle Wünsche? Kein Problem, die spreche ich gerne mit dir und deinen Eltern ab. Ich freue mich auf eine tolle Geburtstagsfeier mit Dir!

Bitte reichen Sie uns Ihre Terminvorschläge per Mail oder telefonisch ein und wir vereinbaren alles Weitere mit der Kursleitung.
Wir freuen uns auf Ihre Anfragen!

Leitung:
Therese Rubröder,
Erzieherin

Ort: FBS Andernach

Töpfern für Kinder

ab 3 J. mit Begleitung der Eltern, für Kinder ab 5 J. ohne Begleitung

Die Kinder können in kleiner Gruppe nach eigenen Vorstellungen töpfern: Weihnachts- oder Herbstdekorationen, kleine Geschenke zu verschiedenen Anlässen oder Motive zu den Jahreszeiten. Eigene Ideen sind sehr erwünscht und können abgesprochen werden; gerne gibt Frau Rubröder aber auch Anregungen wie z.B. Elfenhaus, Burg, Tiere, Weihnachtskrippe, Masken usw.

Kursnr.	Wochentag, Uhrzeit	Beginn	Dauer	Kosten	+ Material
20301	Di, 14:45 - 16:15 Uhr	04.01.2022	2 x	18,00 €	inkl. MK und BK
203011	Di, 16:30 - 18:00 Uhr	04.01.2022	2 x	18,00 €	inkl. MK und BK
20302	Di, 14:45 - 16:15 Uhr	01.02.2022	2 x	18,00 €	inkl. MK und BK
203021	Di, 16:30 - 18:00 Uhr	01.02.2022	2 x	18,00 €	inkl. MK und BK
20303	Di, 14:45 - 16:15 Uhr	01.03.2022	2 x	18,00 €	inkl. MK und BK
203031	Di, 16:30 - 18:00 Uhr	01.03.2022	2 x	18,00 €	inkl. MK und BK
20304	Di, 14:45 - 16:15 Uhr	05.04.2022	2 x	18,00 €	inkl. MK und BK
203041	Di, 16:30 - 18:00 Uhr	05.04.2022	2 x	18,00 €	inkl. MK und BK
20305	Di, 14:45 - 16:15 Uhr	03.05.2022	2 x	18,00 €	inkl. MK und BK
203051	Di, 16:30 - 18:00 Uhr	03.05.2022	2 x	18,00 €	inkl. MK und BK
20306	Di, 14:45 - 16:15 Uhr	07.06.2022	2 x	18,00 €	inkl. MK und BK
203061	Di, 16:30 - 18:00 Uhr	07.06.2022	2 x	18,00 €	inkl. MK und BK
20307	Di, 14:45 - 16:15 Uhr	06.09.2022	2 x	18,00 €	inkl. MK und BK
203071	Di, 16:30 - 18:00 Uhr	06.09.2022	2 x	18,00 €	inkl. MK und BK
20308	Di, 14:45 - 16:15 Uhr	04.10.2022	2 x	18,00 €	inkl. MK und BK
203081	Di, 16:30 - 18:00 Uhr	04.10.2022	2 x	18,00 €	inkl. MK und BK
20309	Di, 14:45 - 16:15 Uhr	08.11.2022	2 x	18,00 €	inkl. MK und BK
203091	Di, 16:30 - 18:00 Uhr	08.11.2022	2 x	18,00 €	inkl. MK und BK

Leitung:
Nicole Hoffmann

Ort: Online

ONLINE

Aquarellieren mit Brushpen Online

Hast du schon mal von Brushpen gehört? Das sind wasserbasierte Stifte, mit denen man wunderschöne Bilder in Aquarelloptik erstellen kann. Mit einer speziellen Technik und Materialien, die du sicherlich alle zuhause hast, zeichnest du mit mir zusammen tolle Motive, die du später mit den Brushpen und dieser speziellen Technik colorieren wirst. Es ist nahezu jeder stärkere Papieruntergrund möglich, ideal ist ein Aquarellpapier.
Du bräuchtest zur ersten Stunde:

- Aquarellpapier in Din A 5 Format
- Brushpens (ein kleines Set mit Grundfarben)
- einen kleinen Pinsel und ein Glas Wasser
- Bleistift und Radiergummi
- Fineliner
- einen Plastikdeckel aus einer Umverpackung
- ein Papiertuch von einer Küchenrolle

Kursnr.	Wochentag, Uhrzeit	Beginn	Dauer	Kosten	+ Material
20312	Fr, 14:30 - 15:30 Uhr	28.01.2022	4 x	22,00 €	
20313	Fr, 14:30 - 15:30 Uhr	11.03.2022	4 x	22,00 €	
20314	Fr, 14:30 - 15:30 Uhr	11.11.2022	4 x	22,00 €	

Leitung:
Therese Rubröder,
Erzieherin

Gebühr: 19,50 €
zzgl. MK- + BK
je nach Verbrauch

Ort: FBS Andernach

20317
02.11. - 30.11.2022,
mittwochs von
16:15 - 17:45 Uhr, 3 x

Meine Weihnachtskrippe

Töpferkurs für Kinder ab 6 Jahren

An drei Nachmittagen töpfern wir verschiedene Krippenfiguren für unsere eigene Unikat-Weihnachtskrippe. Es können auch weihnachtliche Figuren oder Weihnachtsgeschenke kreiert werden.

Leitung:
Ingeborg Feddersen

Ort: FBS Andernach

Erste Stiche an der Nähmaschine

für Anfänger ab 8 Jahren

Kreativ sein - Ideen umsetzen - mit den eigenen Händen etwas Schönes schaffen -
Der Kurs soll euch mit Spaß an ein wunderschönes Hobby heranführen. Zunächst wird euch die Maschine mit ihren wichtigsten Funktionen kurz erklärt und erste Nähversuche werden unternommen. Dabei geht es darum, ein Gefühl für Material und Werkzeug zu bekommen. Danach widmet ihr euch der Gestaltung eines Loopschals. Größe, Farbe, Breite und Muster bestimmt ihr selber und es entsteht etwas ganz Besonderes!

Material: Schere, Fingerhut, Nähnadeln, Stecknadeln, Nähgarn, Maßband u. Bleistift, evtl. eigene Nämaschine, falls vorhanden, Stoff, den ihr bearbeiten möchtet.

Kursnr.	Wochentag, Uhrzeit	Beginn	Dauer	Kosten	+ Material
20318	Do, 15:30 - 17:45 Uhr	03.03.2022	6 x	50,00 €	zzgl. MK
203181	Do, 15:30 - 17:45 Uhr	15.09.2022	6 x	50,00 €	zzgl. MK

Leitung:
Ingeborg Feddersen

Gebühr: 26,50 €

Ort: FBS Andernach

20319
10.09./17.09.2022, jeweils
10:00 - 13:00 Uhr

Kreativ mit Stoff

ab 6 Jahren

Du lernst wie man aus Stoffresten oder aus liebevoll zusammen gesuchten Stoffen, Spitze und Knöpfen die kreativsten Einzelstücke fertigt.

Material: Schere

Nähen an der Maschine

Leitung:
Ingeborg Feddersen

Ort: FBS Andernach

für Fortgeschrittene ab 10 Jahren

Kreativ sein - eigene Ideen umsetzen - mit den Händen etwas Schönes schaffen?
Dann bist du hier genau richtig!

Material: Schere, Fingerhut, Nähnadeln, Stecknadeln, Nähgarn, Maßband u. Bleistift, evtl. eigene Nämaschine, falls vorhanden, Stoff, den ihr bearbeiten möchtet.

Kursnr.	Wochentag, Uhrzeit	Beginn	Dauer	Kosten	+ Material
20320	Fr, 15:00 - 17:15 Uhr	04.03.2022	6 x	55,00 €	zzgl. MK
203201	Fr, 15:00 - 17:15 Uhr	16.09.2022	6 x	55,00 €	zzgl. MK

Filzen mit der Nadel- Trockenfilzen

Leitung:
Katrin Eggers,
Buchbinderin

Gebühr: 9,00 €

Materialkosten: 5,00 €

Ort: FBS Andernach

20330
Samstag, 30.04.2022,
10:00 - 11:30 Uhr

Mit einer besonderen Nadel formen wir aus bunter Märchenwolle kleine Figuren, Tiere, Elfen und andere kleine Glücksbringer.

NEU

Referent*innen gesucht!

Vielfältig wie das Leben - so ist auch unser Kursprogramm

Wir freuen uns, wenn Sie mit uns als Kursleiter*in Kurse gestalten, Impulse und Akzente setzen und Familien begleiten.
Wir suchen immer neue Kursleiter*innen für verschiedene Bereiche - Ihre Gelegenheit Kurse mitzugestalten!

Kontakt: info@fbs-andernach.de

Leitung:
Sabine Prüstel,
Netzwerkkoordinatorin
Lisa Scharrenbach, Haus der Familie Andernach

Gebühr: 6,00 €

Ort: Andernach,
Haus der Familie

20403
Samstag, 03.12.2022,
14:00 - 17:00 Uhr

In der Weihnachtsbäckerei...!

Erlebnisnachmittag für Kinder ab 5 Jahren

Der Nachmittag steht ganz im Zeichen der Vorweihnachtszeit. Gestartet wird in der Stadtbücherei mit einer gemütlichen Vorleserunde im Rahmen von 2VIP ś für Kids.
Danach "wandern" alle ins Haus der Familie, um dort gemeinsam Plätzchen zu backen.
Außerdem besteht die Möglichkeit kleine kreative Dinge herzustellen, während die Plätzchen im Ofen "schmoren".
Zum Abschluss sind die Eltern herzlich eingeladen, die selbst gebackenen Plätzchen bei einer Tasse Kaffee zu probieren.

Anmeldung zu den Schwimmkursen, nur über Wartelisten per Mail an info@fbs-andernach.de oder per Telefon unter 02632 - 250 350 Wassergewöhnung mit und ohne Eltern, Silber-/Gold-Kurse sind weiterhin in Planung!!!

Leitung:
Christiane Wohlgemuth, C-Trainerin Schwimmen
Kathrin Sals, C-Trainerin Schwimmen

Ort: Hallenbad Andernach

Schwimmen für Kinder

für Kinder ab 5 Jahren ohne Eltern

Schwimmen für Kinder - ohne Begleitung der Eltern
Vertiefungskurs zur Abnahme des Seepferdchens

Kursnr.	Wochentag, Uhrzeit	Beginn	Dauer	Kosten	+ Material
20503	Mi, 15:30 - 16:30 Uhr	12.01.2022	12 x	66,00 €	
205031	Mi, 15:30 - 16:30 Uhr	12.01.2022	12 x	66,00 €	
20504	Mi, 15:30 - 16:30 Uhr	27.04.2022	12 x	66,00 €	
205041	Mi, 15:30 - 16:30 Uhr	27.04.2022	12 x	66,00 €	
20505	Mi, 15:30 - 16:30 Uhr	14.09.2022	12 x	66,00 €	
205051	Mi, 15:30 - 16:30 Uhr	14.09.2022	12 x	66,00 €	

Änderungen aufgrund der Corona-Pandemie sind uns vorbehalten und werden den Kursteilnehmer*innen rechtzeitig mitgeteilt!

Leitung:
Kathrin Sals, C-Trainerin Schwimmen

Ort: Hallenbad Andernach

Schwimmen

für Kinder ab 5 Jahren ohne Eltern

Die Kinder sollten bereits an der Wassergewöhnung teilgenommen bzw. keine Angst vor dem Wasser haben. Vertiefungskurs zur Abnahme des Seepferdchens.

Kursnr.	Wochentag, Uhrzeit	Beginn	Dauer	Kosten	+ Material
20513	Fr, 15:00 - 16:00 Uhr	14.01.2022	12 x	66,00 €	
20516	Fr, 16:15 - 17:15 Uhr	14.01.2022	12 x	66,00 €	
205131	Fr, 15:00 - 16:00 Uhr	29.04.2022	10 x	55,00 €	
205161	Fr, 16:15 - 17:15 Uhr	29.04.2022	10 x	55,00 €	
205132	Fr, 15:00 - 16:00 Uhr	16.09.2022	11 x	60,50 €	
205162	Fr, 16:15 - 17:15 Uhr	16.09.2022	11 x	60,50 €	

Leitung:
Christiane Wohlgemuth, C-Trainerin Schwimmen
Kathrin Sals, C-Trainerin Schwimmen

Ort: Hallenbad Andernach

Schwimmen

für Kinder ab 5 Jahren ohne Eltern

vom Seepferd über "Pirat" zum "Bronze"-Abzeichen!

Voraussetzung für diese Schwimmkurse ist ein gültiger Seepferdchen-Pass!
In diesem Kurs vertieft und erlernt Ihr Kind alle nötigen Schwimmtechniken um am Ende, nach Möglichkeit, das Deutsche Jugendschwimmabzeichen "Bronze" (Freischwimmer) zu erlangen. Dazu gehören:
Ausdauerschwimmen, Strecken- und Tieftauchen, Baderegeln, Springen.

Kursnr.	Wochentag, Uhrzeit	Beginn	Dauer	Kosten	+ Material
20519	Mi, 16:45 - 17:45 Uhr	12.01.2022	12 x	66,00 €	
205191	Mi, 16:45 - 17:45 Uhr	12.01.2022	12 x	66,00 €	
20520	Mi, 16:45 - 17:45 Uhr	27.04.2022	12 x	66,00 €	
205201	Mi, 16:45 - 17:45 Uhr	27.04.2022	12 x	66,00 €	
20521	Mi, 16:45 - 17:45 Uhr	14.09.2022	12 x	66,00 €	
205211	Mi, 16:45 - 17:45 Uhr	14.09.2022	12 x	66,00 €	

Leitung:
N.N.
Melissa Hörstel,
Studentin Lehramt

Gebühr: 15,00 €

Materialkosten: 5,00 €

Ort: FBS Andernach

20601
Freitag, 22.04.2022,
19:00 Uhr bis Samstag,
23.04.2022, 9:00 Uhr

Lesenacht - Märchenhafte Geschichten über Prinzessinnen

für Schulkinder der Klassen 2-6

Du wolltest dich schon immer mal wie eine Prinzessin fühlen? Dann bist du hier genau richtig! Begib dich mit uns auf eine Reise durch die Welt der Prinzessinnen. Du kannst deine eigene Krone basteln und im Ballsaal tanzen. Dabei hören wir die traumhaften Geschichten deiner Lieblingsprinzessinnen. Mach dich bereit für eine Nacht wie im Märchen.

Leitung:
N.N.
Melissa Hörstel,
Studentin Lehramt

Gebühr: 15,00 €

Materialkosten: 5,00 €

Ort: FBS Andernach

20602
Freitag, 28.10.2022,
19:00 Uhr bis Samstag,
29.10.2022, 9:00 Uhr

Lesenacht - Zauberhafte Zeit mit Harry Potter

für Schulkinder der Klassen 2-6

Gemeinsam mit seinen Freunden Hermine und Ron lernt der junge Zauberer in spannenden Lektionen alles über die Welt der Magie. Begib dich gemeinsam mit Ihnen auf die Reise, braue eine Zaubertrank, meistere ein Quidditch-Spiel und halte dich bereit für ein Abenteuer.

80% RABATT AUF DIE KURSGEBÜHR ÜBER BILDUNGS-GUTSCHEINE!

Bitte einfach im Büro nachfragen.
Ihre Anfrage wird natürlich diskret und unbürokratisch behandelt!

Leitung:
Johanna Kraus,
Familienpflegerin

Ort: FBS Andernach

Babysitterkurs

für Jugendliche von 14 - 18 Jahren

Jugendliche bekommen in diesem Kurs eine theoretische und praktische Einführung in das richtige Babysitten: Kinderpflege, Erste Hilfe, Aufsichtspflicht, pädagogische Tipps, Spiel-, Sing-, Vorlesevorschläge. Am Ende des Kurses erhalten die Teilnehmer/innen eine Teilnahmebescheinigung.
Wer ein "Babysitter-Diplom" erhalten und in die Babysitter-Kartei der FBS aufgenommen werden möchte, absolviert einen kleinen Test, der die Inhalte des Kurses zusammenfasst.

Kursnr.	Wochentag, Uhrzeit	Beginn	Dauer	Kosten	+ Material
20605	Sa, 10:00 - 15:00 Uhr	26.03.2022	1 x	25,00 €	
206051	Sa, 10:00 - 15:00 Uhr	05.11.2022	1 x	25,00 €	

Kurzzeitpflege „Jakobus-Haus“
Altenzentrum St. Stephan-Stiftung · Telefon 02632/409-0

Altenzentrum-Sankt-Stephan-Stiftung
MITEINANDER. FÜREINANDER.

Gast sein und Leben wie „zu Hause“
bei Ausfall der Pflegeperson (Urlaub, Krankheit)

Theodor-Heuss-Straße 8-12 · 56626 Andernach

Leitung:
Frank Schreier,
Polizeibeamter bei der Bundespolizei

Ort: FBS Andernach

Selbstbehauptungskurs für Kinder

von 6-12 Jahren

Im Kurs lernen die Kinder Selbstbewusst mit unangenehmen Situationen umzugehen:

- Ich kann und darf über meine Gefühle reden.
- Ich entscheide wer mich anfassen darf.
- Ich kann und darf nein sagen.
- Angst ist nicht schlimm, denn Angst macht Vorsichtig.

Im Kurs wird alles spielerisch geübt. Das Gelernete wird beim Theaterspielen direkt geübt!

Kursnr.	Wochentag, Uhrzeit	Beginn	Dauer	Kosten	+ Material
20606	Di, 15:30 - 17:00 Uhr	22.03.2022	2 x	33,00 €	
206061	Mi, 15:30 - 17:00 Uhr	07.09.2022	2 x	33,00 €	

Leitung:
Frank Schreier,
Polizeibeamter bei der Bundespolizei

Ort: FBS Andernach

Selbstbehauptungskurs Teens

für Mädchen von 12 - 16 Jahren

Habt Ihr euch auch schon abends auf dem Heimweg unwohl gefühlt oder ein Gefühl von Hilflosigkeit und Unsicherheit wenn euch ein Mann zu nah kommt?
Wir trainieren sicheres und selbstbewusstes Auftreten und besprechen:

- klares und konsequentes Grenzenziehen
- Sicheres Verhalten in bedrohlichen Situationen
- Zivilcourage ohne Selbstgefährdung
- Selbstverteidigung
- schulische Probleme
- Gruppendynamik
- Mobbing

Kursnr.	Wochentag, Uhrzeit	Beginn	Dauer	Kosten	+ Material
20606A	Mi, 15:30 - 17:00 Uhr	30.03.2022	2 x	33,00 €	
20606B	Mi, 15:30 - 17:00 Uhr	09.11.2022	2 x	33,00 €	

Leitung:
N.N.

Ort: FBS Andernach

"Hurra - ich bin ein Schulkind!"

- Vorschulprogramm für Kinder im letzten Kindergartenjahr -

An diesen Nachmittagen gehen wir auf abenteuerliche Lernreise, die eingebettet in eine Piraten-Abenteuergeschichte ist. Die Kinder bereisen Inseln, die verschiedene Entwicklungsthemen bearbeiten.
Dabei greift das Projekt wichtige Bausteine der Entwicklung auf, die für das Lernen in der Schule wichtig sind.
Am Ende unserer Reise finden wir den Schatz von Abrafax.

Kursnr.	Wochentag, Uhrzeit	Beginn	Dauer	Kosten	+ Material
20607	Mo, 15:30 - 17:00 Uhr	25.04.2022	10 x	60,00 €	zzgl. ca. 5,- €
20607A	Mi, 16:00 - 17:30 Uhr	27.04.2022	10 x	60,00 €	zzgl. ca. 5,- €

Nr. 300

Erwachsene

Erziehung · Partnerschaft · Kultur und Religion
Trauer · Selbsthilfe · Senioren · Kreativität
Kochen · Bewegung und Entspannung

Leitung:
Jochen Raguse, Dipl.-Päd.

Gebühr: 42,00 €
65 € für Paare

Ort: FBS Andernach

30101
Samstag, 08.10.2022,
9:00 - 13:00 Uhr

Elterncoaching - die größten Erziehungsirrtümer.... und wie man sie in den Griff bekommt !

Seminar für Eltern und Fachleute

Heute gibt es neben der klassischen „Familie“ eine große Anzahl unterschiedlicher Lebensentwürfe- ob z.B. als alleinerziehender Vater oder Mutter, als Teenagerfamilie oder Patchworkfamilie.
Dennoch hat die Neuorientierung innerhalb dieser Familienkultur nichts an dem fundamentalen, existenziellen Entwicklungs- und Konfliktpotential geändert.
Schulverweigerung oder Trotzalter, Computersucht und Pubertät, Konflikte mit der/m Stiefmutter/-vater sind nur einige Beispiele hierfür. Eltern versuchen dem oft durch „Erziehung“ zu begegnen und unterliegen leider zu oft den größten Erziehungsirrtümern:
Irrtum 1: Eltern müssen konsequent sein
Irrtum 2: Belohnen ist besser als bestrafen
Irrtum 3: Höflichkeit ist wichtig
Irrtum 4: Eltern müssen gute Vorbilder sein
Irrtum 5: Kinder brauchen Grenzen
Irrtum 6: Vater und Mutter dürfen sich den Kindern gegenüber nicht widersprechen
Von entscheidender Bedeutung für das Wohlergehen und die Entwicklung des Einzelnen sind die zwischenmenschlichen Beziehungen. In diesem Seminar werden wir an vielen Praxisbeispielen entdecken wie Beziehungen gelingen können und wir die „Erziehungsirrtümer“ in den Griff bekommen.
Der Inhalt dieses Seminars beschäftigt sich mit diesen Fragen. Neben Impuls-Referaten bieten die Seminare ausreichend Raum, persönliche Erfahrungen einzubringen.

Leitung:
Jochen Raguse, Dipl.-Päd.

Gebühr: 42,00 €
65€ für Paare

Ort: FBS Andernach

30102
Samstag, 15.01.2022,
9:00 - 13:00 Uhr

Wie können wir das Selbst(Wert) gefühl unserer Kinder stärken?

Seminar für Eltern und Fachleute

Auf der Suche nach neuen Werten für die Kindererziehung und eine moderne Familie ist eines deutlich geworden: Kinder haben von Anfang an eine eigene Persönlichkeit und sind damit menschlich und sozial kompetente Partner ihrer Eltern. Wir Erwachsene müssen lernen auch störendes Verhalten in Botschaften zu übersetzen.
Dieses Seminar soll Orientierung und konkrete Hilfestellung geben. Es ist für Eltern und Interessierte gedacht, die eine solide Basis als Eltern und Partner finden wollen und die gerne ihre eigenen Werte hinsichtlich Familienleben und Kindererziehung entwickeln wollen.

- Selbst(Wert)gefühl und Selbstvertrauen
- Ein gesundes Selbst(Wert)gefühl und was wir dafür tun können
- Die Feinde eines starken Selbst(Wert)gefühls
- Integrität und Kooperation
- Gleichwürdigkeit in unseren Beziehungen
- Persönliche und gemeinschaftliche Verantwortung
- Die persönliche Sprache, und wie sie uns hilft, tragfähige Beziehungen zu leben
- Führung durch Erwachsene

Änderungen aufgrund der Corona-Pandemie sind uns vorbehalten und werden den Kursteilnehmer*innen rechtzeitig mitgeteilt!

Leitung:
Jochen Raguse, Dipl.-Päd.

Gebühr: 42,00 €
65 € für Paare

Ort: FBS Andernach

30103
Samstag, 05.03.2022,
9:00 - 13:00 Uhr

Die Pubertät - Gelassen erziehen

Seminar für Eltern und Fachleute

Eltern und Erziehende befinden sich heute in einer einmaligen Situation: Sie wünschen sich ein neues Erziehungsmodell. Und das wäre noch gar nichts Besonderes. Jede Eltern-Generation hat sich seit jeher in einer ähnlichen Situation befunden: "Wir wollen es nicht so wie unsere Eltern machen, wir wollen es besser machen."
Das Einmalige aber ist heute, dass das seit vielen Generationen bekannte, auf Gehorsam beruhende Erziehungsmuster überhaupt nicht mehr greift.
In der Pubertät fangen Eltern oft an mit einer Art Turboerziehung, um in letzter Minute noch alles richtig zu machen. Das kann nicht funktionieren. Jetzt kommt es auf Beziehung an.

- Von Erziehung zu Beziehung
- Die Pubertät ist eine Tatsache, keine Krankheit
- Sind Grenzen notwendig?
- Inhalt und Prozess
- Eltern als Sparringspartner
- Gleichwürdigkeit und Integrität
- Authentizität und Verantwortung
- Was erzieht wirklich?

Gemeinsam für starke Familien
Online-Eltern-Reihe der Familienbildungsstätten im Bistum Trier für 2022

Wie verläuft die Entwicklung von Säuglingen und Kleinkindern? Wie kann ich mein Kind beim Lernen unterstützen? Wie meistern wir die Zeit der Pubertät?...

Je nach Alter und Entwicklungsstand von Kindern stehen Eltern vor neuen Fragen und Herausforderungen. Mit dieser Online-Veranstaltungsreihe laden die Familienbildungsstätten im Bistum Trier Eltern zu Information und Austausch ein.

Die Veranstaltungen können unabhängig voneinander besucht werden, die Teilnahme ist kostenfrei. Eine Anmeldung ist erforderlich, so dass Sie im Vorfeld der Veranstaltung einen Zugang zum jeweils genutzten Onlineportal erhalten.

Nähere Informationen zu Themen und Terminen erhalten Sie unter www.katholische-familienbildungsstaetten.de/was-wir-bieten/onlineangebote/

NEU

Abenteuer Pubertät

Leitung:
Dr. Petra Rösgen,
Systemische Familienberaterin

Gebühr: frei

Ort: Online

30104
Dienstag, 15.11.2022,
19:30 - 21:30 Uhr

Die Pubertät ist für alle Beteiligten ein Erlebnis, ein Aufbrechen in Unbekanntes, kurz ein Abenteuer mit vielen Chancen. Sowohl für die Jugendlichen als auch für die Eltern sind die neuen Herausforderungen nicht immer einfach zu bewältigen. Viele Eltern fragen sich, wie Gelassenheit und eine Haltung, die beiden Seiten dazu verhilft, auch das ein oder andere Wunder der Entwicklung zu entdecken, erreicht werden kann. Themen: Entwicklungsprozesse in der Pubertät, Verhaltensweisen Jugendlicher, kritisches Elternverhalten, Beziehungsfallen, was hilft Eltern?

ONLINE

Leitung:
Sabine Prüstel,
Netzwerkkoordinatorin

Martina Schwarz-Heintges, Erzieherin, Elternbegleiterin

Ort: Online

ONLINE

Elternsprechstunde - Herzenssachen Online

Was berührt eigentlich Ihr Herz? Für was engagieren Sie sich? Oftmals sind es die kleinen Dinge, die unser Herz und dass der anderen berühren. Die Herzenssprechstunde möchte die Teilnehmer- und Teilnehmerinnen dazu bewegen miteinander ins Gespräch zu kommen. Der Austausch über die persönlichen Herzenssachen lädt Sie ein auf persönliche Art und Weise neues zu erfahren und auszuprobieren. Die Sprechstunde richtet sich nach den Bedürfnissen und Fragen der Eltern.

Es wird Bezug genommen auf aktuelle Wünsche und Interessen der Gruppe. Die Themenpunkte sind flexibel gestaltbar.

Anmeldung über FBS Andernach Tel. 02632 250350 oder Pfarrbüro Tel. 02632-499875-0

Kursnr.	Wochentag, Uhrzeit	Beginn	Dauer	Kosten	+ Material
30105	Di, 20:15 - 21:45 Uhr	08.03.2022	6 x	41,00 €	
301051	Di, 20:15 - 21:45 Uhr	13.09.2022	6 x	41,00 €	

Leitung:
Martina Ihrlich,
Trauerbegleiter

Gebühr: frei

Ort: FBS Andernach

30200
Für die ersten Schritte:
Martin Ihrlich,
betroffene Mutter
02630 - 4422 oder
0152 - 29589331

Leben ohne Dich

Selbsthilfegruppe verwaister Eltern

Jeden 1. Montag im Monat um 19.30 Uhr kommen betroffene Eltern und erwachsene Geschwisterkinder in der Familienbildungsstätte Andernach zusammen, um gemeinsam mit dem Tod des Kindes, egal wie alt es war oder wodurch es gestorben ist, leben zu lernen.

Leitung:
Iris Emmerich

Gebühr: 150,00 €

Ort: FBS Mayen

30204

EPL Gesprächstraining für Paare

Das Geheimnis glücklicher Paare liegt in ihnen selbst, im offenen und vertrauensvollen Gespräch. Wünsche mitteilen, Meinungsverschiedenheiten klären, den Alltag gestalten nichts geht ohne miteinander zu reden. Wie Paare miteinander sprechen, beeinflusst maßgeblich ihre Beziehung.

EPL (Ein partnerschaftliches Lernprogramm) hilft Ihnen:

- sich so auszudrücken, dass beim Gegenüber genau das ankommt, was Sie mitteilen wollen
- so zuzuhören, dass Sie besser verstehen, was ihr Partner/Ihre Partnerin meint
- Meinungsverschiedenheiten und Probleme fair auszutragen.

Im Gesprächskreis werden zunächst grundlegende Gesprächs- und Problemlösefertigkeiten eingeübt. Mit diesen Fertigkeiten sprechen die Paare dann über wichtige Themen ihrer Partnerschaft und zwar nur mit dem eigenen Partner/der eigenen Partnerin, räumlich getrennt von anderen Paaren. Ein Training besteht in der Regel aus bis zu vier Paaren mit zwei Kursleiter/Innen.

Geplante Termine 2022:
07.+08.05.2022
12.+13.11.2022

QUALIFIZIERT IM EHRENAMT

Ehrenamtliches Engagement ist nach wie vor für viele Menschen attraktiv.
Zeitgemäßes Ehrenamt braucht aber Rahmenbedingungen,
wie sie in der Kath. Familienbildungsstätte Andernach e.V. geboten werden:
persönliche Begleitung durch hauptamtliche Mitarbeiterinnen
und professionelle Weiterbildungsangebote.

Info´s unter www.fbs-andernach.de

Leitung:
Paul Meyer, Lehrer
Roswitha Meyer, Lehrerin
Dr. Theol.-Kuno Füssel

Gebühr: frei

Ort: Thomas-Becket-Haus

30301
i.d.R. dienstags jeweils
19:30 - 21:00 Uhr

Biblisches Lehrhaus - Offener Gesprächskreis

Wir möchten uns ein Beispiel nehmen an der Tradition des jüdischen Lehrhauses.
Ein biblisches Lehrhaus versteht sich als ein Ort von Kirchesein. In den kommenden Monaten werden wir die Texte der Apostelgeschichte reflektieren.
Wir werden die biblischen Texte lesen und verschiedene methodische Zugangsweisen kennen lernen, um sie zu verstehen und deuten zu können. Dabei müssen wir offen sein für den Geist, den der Messias uns nach seinem Abschied zugesagt hat, jener Geist, der einst die Gemeinden des Messias Jesus geschaffen hat und dann zu einer Ekklesia, einer großen Versammlung, vereinte und auf den Weg durch die Geschichte schickte, was wir an Pfingsten feiern.
Unser Impuls zur Einrichtung eines biblischen Lehrhauses richtet sich an alle, die an einer solchen Reflexion und Aneignung biblischer Texte interessiert sind.

Die Themen und Termine werden jeweils mit den Teilnehmern des Gesprächskreises festgelegt.
Die Termine werden über den Pfarrbrief und den Newsletter aus dem Pfarrbüro Maria Himmelfahrt veröffentlicht.

Leitung:
Stefanie Montermann-Müller, Dipl.-Religionspädagogin (FH), Lebens- und Trauerbegleiterin (IFAH)

Gebühr: 25,00 €
je Treffen, die Kosten können anteilig übernommen werden

Ort: FBS Andernach

30302
Termine nach Vereinbarung, bitte Rücksprache mit Frau Montermann-Müller, Tel. 02655-4174

In der Trauer nicht alleine sein

Gesprächsangebot für Trauernde

"Den eigenen Tod stirbt man nur, mit dem Tod der anderen muss man leben." Mascha Kaléko

Situationen in der Gesellschaft:

- Viele tun sich schwer mit Trauernden
- schnell wieder funktionieren müssen
- wenig Zeit zum Sortieren der Gefühle und Gedanken
- kaum Vorbilder und Erfahrung im Umgang mit sich selbst als Trauerndem

Was kann mir die Begleitung geben?

- einen geschützten Raum zum Reden
- Orientierung und Halt in der Trauerzeit
- einen Platz für die aktuellen Gefühle und Gedanken
- Anregungen für einen wertschätzenden Umgang mit mir selbst
- neue Kraft und Mut für den Alltag

Was für Sie wichtig ist:

- die Begleitung ist freiwillig und unabhängig von Konfession und Weltanschauung.
- alles, was im Gespräch gesagt wird, unterliegt der Schweigepflicht

Referent*innen gesucht!

Vielfältig wie das Leben - so ist auch unser Kursprogramm

Wir freuen uns, wenn Sie mit uns als Kursleiter*in Kurse gestalten, Impulse und Akzente setzen und Familien begleiten.
Wir suchen immer neue Kursleiter*innen für verschiedene Bereiche - Ihre Gelegenheit Kurse mitzugestalten!

Kontakt: info@fbs-andernach.de

Leitung:
Yvonne Zecha-Bartz

Ort: FBS Andernach

Letzte Hilfe Kurs

Am Ende wissen wie es geht!

Im Kurs sprechen wir über die Normalität des Sterbens als Teil des Lebens, es werden auch Patientenverfügung und Vorsorgevollmacht kurz angefügt. Wir thematisieren mögliche Leiden als Teil des Sterbeprozesses und wie wir lindernd unterstützen können.Wir überlegen gemeinsam, wie man Abschied nehmen kann und besprechen Möglichkeiten und Grenzen.
Die vier Unterrichtsstunden stehen jeweils für eines der vier Module:
1. Sterben ist ein Teil des Lebens
2. Vorsorgen und Entscheiden
3. Leiden lindern
4. Abschied nehmen vom Leben

Kursnr.	Wochentag, Uhrzeit	Beginn	Dauer	Kosten	+ Material
303021	Sa, 14:00 - 18:00 Uhr	02.04.2022	1 x	43,00 €	
303022	Sa, 14:00 - 18:00 Uhr	01.10.2022	1 x	43,00 €	

Leitung:
AK Trauer und Ehrenamtliche

Gebühr: frei

Ort: wird noch bekannt gegeben

30306
Uhrzeit 16:00 - 18:00 Uhr, 1x monatlich

NEU

Horizonte - Trauercafé Andernach

Trauer braucht Raum.
Auch wenn Freunde und Angehörige ein Stück des Wegs mitgehen, bleibt doch immer wieder das Gefühl, allein zu sein mit der Trauer.
Der Austausch mit Betroffenen kann eine große Hilfe bei der Verarbeitung der eigenen Trauer sein.
So plant der Arbeitskreis Trauer in Andernach ein Trauercafe einzurichten, das Trauernden einen geschützten Raum, unabhängig von Alter und Religion, Herkunft und Weltanschauung bietet. Es werden zwanglose Treffen bei Kaffee und Kuchen sein. Neben ausgebildeten Trauerbegleiter*innen arbeiten Ehrenamtliche im Trauercafé mit.

Leitung:
Reinhold Schellberg,
Dipl.-Theologe

Gebühr: frei

Ort: Thomas-Becket-Haus,Breite Str. 112, Andernach

30303
18.01. - 19.07.2022,
dienstags von
19:30 - 21:00 Uhr, 6 x

Bibelgespräche

Mithilfe der Methode "Bibel-Teilen" wollen wir über das Evangelium des jeweiligen Sonntags ins Gespräch kommen.
18.01.2022: Lk 1, 1-4; 14-21 - Jesu erstes Auftreten in Galiläa (3. So. i. JKr. [C])
15.02.2022: Lk 6, 27-38 - Von der Liebe zu den Feinden (7. So. i. JKr.)
15.03.2022: Lk 13, 1-9 - Mahnung zur Umkehr (3. Fastensonntag)
17.05.2022: Joh 14, 23-29 - "Der Heilige Geist (...) wird euch alles lehren" (6. So. d. Osterzeit)
21.06.2022: Lk 9, 51-62 - Ablehnung und Konsequenz der Nachfolge (13. So. i. Jkr.)
19.07.22: Lk 11, 1-13 - "Bittet und es wird euch gegeben" (17. So. i. Jkr.)

Eine Anmeldung ist nicht erforderlich.
Weitere Informationen und Termine für das Jahr 2022 entnehmen Sie dem Pfarrbrief der Katholischen Pfarreiengemeinschaft Andernach, den Aushängen oder der Homepage www.kpga.de

Wir für Familie
Katholische Familienbildungsstätte Andernach e.V.

Ludwig-Hillesheim-Str. 3
Bischof-Bernhard-Stein-Haus
56626 Andernach
02632-250351
info@fbs-andernach.de
www.fbs-andernach.de

Vielfältig wie das Leben

Angebote für Jung & Alt

Eltern und Kinder
Kinder und Jugendliche
Erwachsene
KITA und Schule
Weiterbildung und Qualifizierung

Leitung:
Alexander Just,
Dekanatsreferent

Ort: FBS Andernach

Brautleutetag "In Beziehung leben - mit Gottes Segen"

Kirchliche Ehevorbereitung im Dekanat Andernach-Bassenheim

Was bedeutet es, kirchlich zu heiraten? Ist das nur eine schöne alte Tradition? Erhöht es die Feierlichkeit der Eheschließung? Oder geht es um all das und noch viel mehr? Für alle, die demnächst kirchlich heiraten, bietet das Dekanat Andernach-Bassenheim Ehevorbereitungsseminare an, die Bestandteil des Weges zur kirchlichen Trauung sein wollen. Inhaltlich geht es um das Ja zu einer dauerhaften Partnerschaft, christliche Grundlagen und die Hinführung zum katholischen Verständnis der Ehe als Sakrament. Anregungen zur Gestaltung der kirchlichen Trauung sind auf Wunsch möglich.

Anmeldung bei Pastoralreferent Alexander Just
Mail: alexander.just@bistum-trier.de
Tel.: 02632/30979-12 Fax: 02632/30979-19

Kursnr.	Wochentag, Uhrzeit	Beginn	Dauer	Kosten	+ Material
30305	Sa, 10:00 - 17:00 Uhr	26.03.2022	1 x		
303051	Sa, 10:00 - 17:00 Uhr	12.11.2022	1 x		

GESCHENK-IDEE:

Verschenken Sie doch mal einen Gutschein

egal zu welchem Anlass!

Vielfältige Kurse für alle Generationen!

Erwachsene

SENIORINNEN UND SENIOREN

Leitung:
Martina Heuser,
ÜL Breitensport

Ort: Pfarrsaal St. Peter

Fit 60 plus

Golden Girls

Wer sein ganzes Leben lang regelmäßig trainiert, bleibt auch im Alter nicht nur aktiv, sondern vor allem fit!

Material: Bitte bequeme Kleidung und Turnschuhe mitbringen.

Kursnr.	Wochentag, Uhrzeit	Beginn	Dauer	Kosten	+ Material
30405	Mo, 9:30 - 10:30 Uhr	10.01.2022	6 x	23,00 €	
30406	Mo, 9:30 - 10:30 Uhr	07.03.2022	6 x	23,00 €	
30407	Mo, 9:30 - 10:30 Uhr	25.04.2022	12 x	46,00 €	
30408	Mo, 9:30 - 10:30 Uhr	05.09.2022	11 x	42,00 €	

Die Tagespflege „Raphael“

ist die passende Einrichtung für Senioren

- und ihre Angehörigen, die fachliche Unterstützung und Entlastung suchen
- die selbstbestimmt einen halben oder ganzen Tag in Gesellschaft erleben und gestalten möchten und selbst entscheiden, an wie viel Tagen in der Woche

Altenzentrum-Sankt-Stephan-Stiftung
MITEINANDER. FÜREINANDER.

Wir beraten und informieren Sie gerne.

Altenzentrum St. Stephan-Stiftung
Theodor-Heuss-Straße 8-12 · 56626 Andernach · Telefon 0 26 32 / 409-0
Fax 0 26 32 / 40 94 60 · Internet: www.altenzentrum-sanktstephan.de

Leitung:
Carmen Groß,
Yogalehrerin

Ort: Andernach, Thomas-Becket-Haus, Saal

Fragen Sie nach freien Plätzen

Yoga für Senioren und Menschen mit körperlichen Einschränkungen

Sanfte, den Bedürfnissen angepasste Yogahaltungen fördern Muskelkraft, Flexibilität, Koordination und Gleichgewicht. Atem- und Entspannungsübungen geben Energie und Wohlbefinden.
Für Yoga ist es nie zu spät! Es gibt keine Leistungs- und Flexibilitätsanforderung.

Material: Yoga-Matte, Decke und ein hartes hohes Kissen

Kursnr.	Wochentag, Uhrzeit	Beginn	Dauer	Kosten	+ Material
30409	Di, 14:30 - 16:00 Uhr	11.01.2022	12 x	90,00 €	
304091	Di, 16:15 - 17:45 Uhr	11.01.2022	12 x	90,00 €	
30410	Di, 14:30 - 16:00 Uhr	26.04.2022	12 x	90,00 €	
304092	Di, 16:15 - 17:45 Uhr	26.04.2022	12 x	90,00 €	
30411	Di, 14:30 - 16:00 Uhr	06.09.2022	12 x	90,00 €	
304093	Di, 16:15 - 17:45 Uhr	06.09.2022	12 x	90,00 €	

Leitung:
Bettina Kriegel,
ÜL Breitensport

Ort: FBS Andernach

Muskelaufbautraining 70 +

Fitness kennt kein Alter

In diesem Kurs speziell für Ältere und Senioren ist das Hauptziel, dem altersbedingten Kraftabbau entgegen zu wirken. Die Übungen dienen der Kraftförderung des Bewegungsapparates und der Koordinationsförderung.
In Gemeinschaft macht das Training Freude. Machen Sie mit! Bitte erkundigen Sie sich im Vorfeld bei Ihrem Arzt, ob Sie das Angebot wahrnehmen können.

Material: Bequeme Kleidung

Kursnr.	Wochentag, Uhrzeit	Beginn	Dauer	Kosten	+ Material
30414	Fr, 15:00 - 16:00 Uhr	07.01.2022	10 x	44,00 €	
304141	Fr, 16:00 - 17:00 Uhr	07.01.2022	10 x	44,00 €	
30415	Fr, 15:00 - 16:00 Uhr	09.09.2022	10 x	44,00 €	
304151	Fr, 16:00 - 17:00 Uhr	09.09.2022	10 x	44,00 €	

Leitung:
Frank Schreier,
Polizeibeamter bei der Bundespolizei

Ort: FBS Andernach

NEU

Selbstbehauptungskurs für Senioren

Haben Sie sich schon mal gefragt wie sie sich in gefährlichen Situationen verhalten können, wenn Sie sich auf dem Heimweg unwohl fühlen, Sie belästigt werden, wie sie Betrüger erkennen?
Dann sind Sie in meinem Training gut aufgehoben. In lockerer Atmosphäre tranieren wir sicheres Verhalten, altersgerecht auch mit möglicher Selbstverteidigung.

Kursnr.	Wochentag, Uhrzeit	Beginn	Dauer	Kosten	+ Material
30416	Sa, 17:00 - 20:00 Uhr	19.03.2022	1 x	42,00 €	
304161	Sa, 17:00 - 20:00 Uhr	05.11.2022	1 x	42,00 €	

Herzenssprechstunde

In Kooperation mit der Pfarreiengemeinschaft Andernach

Leitung:
Sabine Prüstel,
Netzwerkkoordinatorin
Luzia Waszewski,
Gemeindereferentin

Gebühr: frei

Ort: Pfarrheim Maria Himmelfahrt

30417
6 Treffen à 90 Minuten
Termine bitte bei der FBS Andernach erfragen

Was berührt eigentlich Ihr Herz? Für was engagieren Sie sich? Oftmals sind es die kleinen Dinge, die unser Herz und dass der anderen berühren. Die Herzenssprechstunde möchte die Teilnehmer- und Teilnehmerinnen dazu bewegen miteinander ins Gespräch zu kommen. Der Austausch über die persönlichen Herzenssachen lädt Sie ein auf persönliche Art und Weise neues zu erfahren und auszuprobieren. Sie kommen mit anderen Menschen aus der Nachbarschaft in Kontakt und daraus können sich neue Gruppen, Treffs, Projekte oder Impulse für ein nachbarschaftliches Miteinander und Engagement ergeben.

Themen:

1. Herzenssache(n)
2. Worte, die mein Herz berühren
3. Musik, die mein Herz erfreut
4. Das Herz im Märchen
5. Herzensduft & Herzenslust
6. Herzensangelegenheiten

Anmeldung über FBS Andernach Tel. 02632 250350 oder Pfarrbüro Tel. 02632-499875-0

Rücken-Yoga

Leitung:
Shobha Gaur-Krämer,
Yogalehrerin

Ort: FBS Andernach

Rücken-Yoga ist eine zeitgemäße, dynamische Yogaform, abgestimmt auf den modernen Menschen von heute. Das Yoga-Programm wirkt ganzheitlich auf Körper und Seele. Sie erlernen Übungen aus dem Yoga speziell für die Wirbelsäule. Der gesamte Rücken wird durch intensives Dehnen und Strecken des Körpers im Stehen, Sitzen und Liegen sowie das intensive Beugen der Wirbelsäule in alle Richtungen bewegt und trainiert. So wird die Wirbelsäule geschmeidig und biegsam.

Material: Wolldecke, bequeme Kleidung, Kissen

Erwachsene

BEWEGUNG UND ENTSPANNUNG

Kursnr.	Wochentag, Uhrzeit	Beginn	Dauer	Kosten	+ Material
30502	Do, 18:15 - 19:45 Uhr	06.01.2022	15 x	125,00 €	
30501	Do, 9:00 - 10:30 Uhr	06.01.2022	15 x	125,00 €	
30504	Do, 18:15 - 19:45 Uhr	08.09.2022	13 x	108,50 €	
30503	Do, 9:00 - 10:30 Uhr	08.09.2022	13 x	108,50 €	

Leitung:
Sabine Prüstel, zertifizierte Pilateslehrerin

Ort: FBS Andernach

jederzeit ONLINE möglich

Pilates

für Anfänger und leicht Fortgeschrittene

Pilates ist ein besonders effektives Ganzkörpertraining, das die Muskeln im Körper gleichmäßig kräftigt und dehnt. Das beugt Rücken-, Nacken- und Schulterverspannungen etc. vor. Sie werden beweglicher, Ihre Haltung verbessert sich und Sie fühlen sich stabiler und fitter. Das Training ist abwechslungsreich gestaltet und geeignet für jeden, der sich ohne Probleme auf den Boden legen kann.
Der Kurs ist fortlaufend und Neueinsteiger sind jederzeit herzlich willkommen.

Material: 1 großes und 1 kleines Handtuch, evt. kleines Kissen, Socken

Kursnr.	Wochentag, Uhrzeit	Beginn	Dauer	Kosten	+ Material
30505	Fr, 9:00 - 10:00 Uhr	07.01.2022	6 x	48,00 €	
30506	Fr, 9:00 - 10:00 Uhr	04.03.2022	8 x	64,00 €	
30507	Fr, 9:00 - 10:00 Uhr	20.05.2022	7 x	56,00 €	
30508	Fr, 9:00 - 10:00 Uhr	09.09.2022	5 x	40,00 €	
30509	Fr, 9:00 - 10:00 Uhr	04.11.2022	6 x	48,00 €	

Leitung:
Sabine Prüstel, zertifizierte Pilateslehrerin

Ort: Online

Pilates Online-Kurs

für Anfänger und leicht Fortgeschrittene

Pilates ist ein besonders effektives Ganzkörpertraining, das die Muskeln im Körper gleichmäßig kräftigt und dehnt. Das beugt Rücken-, Nacken- und Schulterverspannungen etc. vor. Sie werden beweglicher, Ihre Haltung verbessert sich und Sie fühlen sich stabiler und fitter. Das Training ist abwechslungsreich gestaltet und geeignet für jeden, der sich ohne Probleme auf den Boden legen kann.
Der Kurs ist fortlaufend und Neueinsteiger sind jederzeit herzlich willkommen.

Material: 1 großes und 1 kleines Handtuch, evt. kleines Kissen, Socken

Kursnr.	Wochentag, Uhrzeit	Beginn	Dauer	Kosten	+ Material
30505A	Mi, 19:00 - 20:00 Uhr	05.01.2022	6 x	52,50 €	
30505B	Mi, 19:00 - 20:00 Uhr	02.03.2022	8 x	70,00 €	
30505C	Mi, 19:00 - 20:00 Uhr	18.05.2022	8 x	70,00 €	
30505D	Mi, 19:00 - 20:00 Uhr	07.09.2022	5 x	43,75 €	
30505E	Mi, 19:00 - 20:00 Uhr	02.11.2022	6 x	52,50 €	

Leitung:
Anke Zilles, zertifizierte Pilateslehrerin

Ort: FBS Andernach

Fragen Sie nach freien Plätzen

Yoga-Pilates

Fortgeschrittene, für Teilnehmer, die bereits Yoga oder Pilates gemacht haben -

Eine Kombination aus Yoga und Pilates hilft dem Körper sich zu dehnen und zu entspannen. Dieses Workout bietet Entspannung, Dehnung und Muskeltraining.

Material: dicke Socken, 1 - 2 große Decken und evtl. eine Iso-Matte

Kursnr.	Wochentag, Uhrzeit	Beginn	Dauer	Kosten	+ Material
30509	Do, 18:30 - 19:30 Uhr	06.01.2022	12 x	66,00 €	
305091	Do, 18:30 - 19:30 Uhr	28.04.2022	10 x	55,00 €	
305092	Do, 18:30 - 19:30 Uhr	08.09.2022	12 x	66,00 €	

Leitung:
Zarlascht Karimi-Yussof,
Yogalehrerin

Ort: FBS Andernach

Yoga

für Anfänger und Fortgeschrittene

Yoga ist ein seit Jahrtausenden erprobtes System, um Körper, Geist und Seele in Harmonie zu bringen. Körperstellungen, Atemübungen, Entspannung und Meditation kennzeichnen das Yoga Gesundheitskonzept.
Durch Körperübungen (Asanas) gewinnt man an Flexibilität, Kraft und Leistungsfähigkeit, mit Hilfe der Atemtechniken (Pranayama) lernt man Energien bewusst zu aktivieren.
Mit Yoga wächst auch die Konzentration und das Selbstbewusstsein, welches gerade in der heutigen Zeit von besonderer Wichtigkeit ist.

Kursnr.	Wochentag, Uhrzeit	Beginn	Dauer	Kosten	+ Material
30517	Fr, 9:00 - 10:30 Uhr	07.01.2022	13 x	130,00 €	
30518	Fr, 10:45 - 12:15 Uhr	07.01.2022	13 x	130,00 €	
305171	Fr, 9:00 - 10:30 Uhr	29.04.2022	11 x	110,00 €	
305181	Fr, 10:45 - 12:15 Uhr	29.04.2022	11 x	110,00 €	
305172	Fr, 9:00 - 10:30 Uhr	09.09.2022	13 x	130,00 €	
305182	Fr, 10:45 - 12:15 Uhr	09.09.2022	13 x	130,00 €	

Änderungen aufgrund der Corona-Pandemie sind uns vorbehalten und werden den Kursteilnehmer*innen rechtzeitig mitgeteilt!

Leitung:
Carmen Groß,
Yogalehrerin

Ort: Andernach, Thomas-Becket-Haus, Saal

Fragen Sie nach freien Plätzen

jederzeit ONLINE möglich

Hatha-Yoga

für Anfänger und Fortgeschrittene

Yoga hat einen Einfluss auf alle Körperfunktionen. Es kann Ihnen dabei helfen, Spannungszustände zu lösen, die Beweglichkeit zu fördern und Stoffwechsel und Durchblutung anzuregen. Ziel des Kurses ist nicht nur die Körperbeherrschung, sondern die Reinigung eines im Alltag so häufig aufgewühlten, abgestumpften oder abgelenkten Geistes. Dieser Kurs dient dem Ziel, sich selbst besser kennen zu lernen, die eigenen Grenzen wahrzunehmen und zu akzeptieren, um selbstverantwortlich mit der eigenen Gesundheit umzugehen.
Yoga ent-automatisiert Bewegungs- und Verhaltensmuster.

Material: Yogamatte, festes hohes Kissen, Decke

Kursnr.	Wochentag, Uhrzeit	Beginn	Dauer	Kosten	+ Material
30519	Di, 18:00 - 19:30 Uhr	11.01.2022	12 x	84,00 €	
305191	Di, 18:00 - 19:30 Uhr	26.04.2022	12 x	84,00 €	
305192	Di, 18:00 - 19:30 Uhr	06.09.2022	12 x	84,00 €	

Leitung:
Ulrich Wolters, Dipl.-Sozial-Pädagoge (FH)

Ort: FBS Andernach

Stressbewältigung durch Achtsamkeit (MBSR)

Einführungsseminar

Dieses Seminar gibt eine Einführung in das Achtsamkeitsprogramm "Mindfulness Based Stress Reduction". MBSR vermittelt Fähigkeiten für den Umgang mit Stress und dient der bewussteren Lebensführung und Burnout-Prophylaxe. Die Kurselemente umfassen u.a. Sitz- und Gehmeditation, Yoga und Körperwahrnehmung, sowie Erfahrungsaustausch in der Gruppe.
Bitte bequeme Kleidung und eine Decke mitbringen.

Kursnr.	Wochentag, Uhrzeit	Beginn	Dauer	Kosten	+ Material
305211	Sa, 10:00 - 17:00 Uhr	05.03.2022	1 x	38,50 €	
305212	Sa, 10:00 - 17:00 Uhr	24.09.2022	1 x	38,50 €	

Leitung:
Dagmar Martini-Castor, Ausbildung nach Liebscher & Bracht Schmerztherapie; examinierte Krankenschwester

Ort: FBS Andernach

Fragen Sie nach freien Plätzen

Kombikurs aus Aerobic und Bauch-Beine-Po

ab 18 Jahren für Anfänger und Fortgeschrittene

Die abwechslungsreichen Stunden beinhalten immer einen Ausdauerteil, gefolgt von Muskelkräftigung des ganzen Körpers. Es wird immer mit fetziger Musik gearbeitet. Die Stunden werden mit einem Entspannungs- oder Stretchingteil beendet. Bei regelmäßiger Teilnahme verbessern sich die Kondition, Haltung, Koordination und Muskelaufbau. Außer Steppboards kommen noch Handgeräte wie Hanteln, Bänder, Bälle oder Flexibars zum Einsatz.

Material: Turnschuhe, Handtuch und Getränk

Kursnr.	Wochentag, Uhrzeit	Beginn	Dauer	Kosten	+ Material
30522	Mi, 18:00 - 19:15 Uhr	05.01.2022	10 x	65,00 €	
305221	Mi, 18:00 - 19:15 Uhr	16.03.2022	10 x	65,00 €	
305222	Mi, 18:00 - 19:15 Uhr	25.05.2022	8 x	52,00 €	
305223	Mi, 18:00 - 19:15 Uhr	07.09.2022	10 x	65,00 €	

Leitung:
Dagmar Martini-Castor,
Ausbildung nach Liebscher&Bracht Schmerztherapie;
examinierte Krankenschwester

Ort: FBS Andernach

Engpassdehnung nach Liebscher und Bracht

Mit der Engpassdehnung nach Liebscher und Bracht lassen sich 90% der Schmerzen im Bewegungsapparat natürlich und wirksam behandeln.
In dem Bewegungstraining lernen Sie den wirklichen Ursprung der Schmerzen zu beseitigen. Dieser liegt in den zu hohen Spannungen der Muskulatur und den verfilzten Faszien. Durch das Wiederherstellen aller Bewegungswinkel wird der hohe Druck auf die Bandscheiben und Gelenke abgebaut, dadurch werden Gefäße und Nerven wieder frei und Verschleißvorgänge werden gestoppt und Schmerzen können verschwinden.

Material: Turnschuhe, Handtuch und Getränk

Kursnr.	Wochentag, Uhrzeit	Beginn	Dauer	Kosten	+ Material
30523	Mi, 16:30 - 17:30 Uhr	05.01.2022	10 x	80,00 €	
305231	Mi, 16:30 - 17:30 Uhr	16.03.2022	10 x	80,00 €	
305232	Mi, 16:30 - 17:30 Uhr	25.05.2022	8 x	64,00 €	
305233	Mi, 16:30 - 17:30 Uhr	07.09.2022	10 x	80,00 €	

Leitung:
Rosa Hiller

Ort: Hallenbad
Andernach

Fragen Sie nach freien Plätzen

Aquarobic am Vormittag

Wasser ist das ideale Element, ein gelenkschonendes, fettverbrennendes aber intensives Ausdauertraining durchzuführen. Zusätzlich hat Wasser eine durchblutungsanregende und hautstraffende Wirkung. Bei warmer Wassertemperatur hat jeder Teilnehmer die Möglichkeit, das Tempo auf seine individuellen Bedürfnisse anzupassen. Der Einsatz von Aquanoodlen und anderen Handgeräten spricht alle Bereiche der Muskulatur an.
Aquafitness ist für alle Altersgruppen sowie für Nichtschwimmer geeignet.

Kursnr.	Wochentag, Uhrzeit	Beginn	Dauer	Kosten	+ Material
30527	Fr, 11:45 - 12:30 Uhr	07.01.2022	12 x	102,00 €	
30528	Fr, 12:30 - 13:15 Uhr	07.01.2022	12 x	102,00 €	
305271	Fr, 11:45 - 12:30 Uhr	29.04.2022	12 x	102,00 €	
305281	Fr, 12:30 - 13:15 Uhr	29.04.2022	12 x	102,00 €	
305272	Fr, 11:45 - 12:30 Uhr	09.09.2022	12 x	102,00 €	
305282	Fr, 12:30 - 13:15 Uhr	09.09.2022	12 x	102,00 €	

80% RABATT AUF DIE KURSGEBÜHR ÜBER BILDUNGS-GUTSCHEINE!

Bitte einfach im Büro nachfragen.
Ihre Anfrage wird natürlich diskret und unbürokratisch behandelt!

Leitung:
Rosemarie Lang,
ÜL Breitensport,
freiberufliche Musikerin

Gebühr: 56,25 €
48,- € für Jgdl.

Ort: FBS Andernach

30546
17.01. - 04.04.2022,
montags von
17:30 - 18:45 Uhr, 10 x

Tanzen bis zum Abwinken

- die sanfte Rückenschule -

Mit einem Mix aus orientalischem Tanz, Tribale Dance, Jazztanz, Salsa, Samba, kannst du dich körperlich fit halten und mit Spass Rückenschule und Ganzkörpertraining vebinden. Die Sportübungsleiterin macht die Bewegungen vor und du brauchst nur noch nachtanzen.
Komm und tanz dich fit!

Material: ein Fransentuch für die Hüften, Noppensocken oder Schläppchen und bequeme Kleidung

Leitung:
Rosemarie Lang,
ÜL Breitensport,
freiberufliche Musikerin

Gebühr: 67,00 €
48,- € für Jgdl.

Ort: FBS Andernach

30549
10.01. - 21.03.2022,
montags von
19:00 - 20:30 Uhr, 10 x

Afrikanisches Trommeln

für für Interessierte mit Vorkenntnissen

Fortführung und Ausbau der erlernten Rhythmen sowie afrik. Lieder und wenn gewünscht, Tanzschritte zu den vorhandenen Rhythmen. Weiterer Ausbau von Musik mit Alltagsgegenständen. Quereinsteiger sind willkommen.

Material: eigene Trommel; es besteht auch die Möglichkeit, gegen eine kleine Gebühr, eine Trommel bei der Leiterin auszuleihen.
Bitte bei der Anmeldung mitteilen, ob eine Trommel benötigt wird.

Leitung:
Thomas Thür,
Personaltrainer

Ort: FBS Andernach

Rückenfit

Präventionstraining für eine stabile Nacken-, Rücken- und Bauchmuskulatur

Rücken- und Nackenschmerzen sind weit verbreitet - ab dem mittleren Lebensalter leidet fast jeder Mensch aufgrund der immer mehr sitzenden Tätigkeiten gelegentlich darunter. Wie kann man diesem "Leiden" gezielt vorbeugen? Das beinhaltet dieser Kurs für Prävention der Nacken-, Rücken- und Bauchmuskulatur. Sie erlernen grundlegende Verhaltens- und Trainingstipps, die die Nacken- und Rücken- sowie Bauchmuskulatur für eine stabile "Körpermitte" kräftigen und durch verschiedene Dehntechniken auflockern.
Wer keine Lust auf die Auflagen eines Fitnesstudios hat, ist hier in der lockeren Runde genau richtig!

Kursnr.	Wochentag, Uhrzeit	Beginn	Dauer	Kosten	+ Material
30552	Mi, 18:00 - 19:00 Uhr	12.01.2022	12 x	84,00 €	
305521	Mi, 18:00 - 19:00 Uhr	27.04.2022	12 x	84,00 €	
305522	Mi, 18:00 - 19:00 Uhr	14.09.2022	12 x	84,00 €	

GESCHENK-IDEE:

Verschenken Sie doch mal einen Gutschein

egal zu welchem Anlass!

Vielfältige Kurse für alle Generationen!

Leitung:
Christiane Bonn,
Heilpraktikerin

Ort: FBS Andernach

Qigong Yang Sheng

In Kooperation mit der Naturheilpraxis Christiane Bonn

Qigong - Stärkung der Lebenskraft - mit Übungen in Bewegung - in Ruhe - der Atmung - der Vorstellungskraft - der Imagination. Ihre Stärke liegt in der allumfassenden Wirkung auf körperlicher, seelischer und geistiger Ebene.

- zur Erhaltung der Gesundheit
- in der Prävention
- Therapie chron. Erkrankungen
- Linderung von Beschwerden
- Übung der Wahrnehmungs- u. Konzentrationsfähigkeit

Qigong Übungen können in jedem Alter und der individuellen Gesundheit angepasst, ausgewählt und geübt werden.

Kurs 1: Qigong Yang Sheng, freitags 16:30-18:00 Uhr
Kurs 2: Qigong - Wirbelsäule im Focus, freitags 18:30-20:00 Uhr

Kursnr.	Wochentag, Uhrzeit	Beginn	Dauer	Kosten	+ Material
30554	Fr, 16:30 - 18:00 Uhr	14.01.2022	8 x	130,00 €	
305541	Fr, 16:30 - 18:00 Uhr	30.09.2022	6 x	97,50 €	

Leitung:
Christiane Bonn,
Heilpraktikerin

Ort: FBS Andernach

Qigong - Wirbelsäule im Focus

In Kooperation mit der Naturheilpraxis Christiane Bonn

Qigong im Bezug auf die Wirbelsäule als "das Innere nährende Qigong"

Kursnr.	Wochentag, Uhrzeit	Beginn	Dauer	Kosten	+ Material
30554A	Fr, 18:30 - 20:00 Uhr	14.01.2022	8 x	130,00 €	
30554B	Fr, 18:30 - 20:00 Uhr	30.09.2022	6 x	97,50 €	

Leitung:
Christiane Bonn,
Heilpraktikerin

Ort: Online

Qigong Online

In Kooperation mit der Naturheilpraxis Christiane Bonn

ONLINE

Kursnr.	Wochentag, Uhrzeit	Beginn	Dauer	Kosten	+ Material
30555	Di, 20:00 - 21:00 Uhr	18.01.2022	8 x	130,00 €	
30555	Di, 20:00 - 21:00 Uhr	18.10.2022	8 x	130,00 €	

Leitung:
Frank Schreier

Gebühr: 72,00 €

Ort: FBS Andernach

30560
22.03. - 23.03.2022,
dienstags von
18:00 - 21:00 Uhr, 2 x

NEU

Selbstbehauptungskurs für Frauen

Haben Sie sich auch schon abends auf dem Heimweg unwohl gefühlt?
Oder ein Gefühl von Hilflosigkeit und Unsicherheit wenn Ihnen ein Mann zu nah kommt?
Wir trainieren:

- sicheres und selbstbewusstes Auftreten
- klares und konsequentes Grenzenziehen
- Sicheres Verhalten in bedrohlichen Situationen
- Zivilcourage ohne Selbstgefährdung
- Selbstverteidigung

Viva Mexiko! Tacos - Chilies - Salsa

Leitung:
Britta König

Gebühr: 12,00 € zzgl.
12,00 € Zutatenumlage

Ort: FBS Andernach

30605
Mittwoch, 26.01.2022,
18:30 - 21:30 Uhr

Ein feuriger Abend mit den Spezialitäten Mexikos! Würzige Salsa, Chili con und sin carne, selbstgemachte Tacos, all das und noch viel mehr. Dazu ein fruchtig-exotischer Cocktail ohne Alkohol

Vegetarisch / Veganes Frühlingsmenü

Leitung:
Britta König

Gebühr: 12,00 € zzgl.
15,00 € Zutatenumlage

Ort: FBS Andernach

30606
Mittwoch, 30.03.2022,
18:30 - 21:30 Uhr

Es wird ein Frühlingsmenü mit jungen Gemüsen und frischen Kräutern aber ohne Fleisch und Fisch gekocht. Leichte französische und mediterrane Akzente bringen die unwiderstehliche Raffinesse.

Tapas

Leitung:
Britta König

Gebühr: 12,00 € zzgl.
13,00 € Zutatenumlage

Ort: FBS Andernach

30607
Mittwoch, 29.06.2022,
18:30 - 21:30 Uhr

Tapas - die beliebten Häppchen aus Spanien. Nicht nur die Klassiker, sondern auch viele neue Ideen und ungewöhnliche Zutatenkombinationen versprechen einen interessanten und lehrreichen Abend. Eine fruchtige Sangria ohne Alkohol wird ebenfalls von uns zubereitet.

Vegetarisch / Veganes Weihnachtsmenü

Leitung:
Britta König

Gebühr: 16,00 € zzgl.
15,00 € Zutatenumlage

Ort: FBS Andernach

30608
Mittwoch, 02.11.2022,
18:30 - 22:30 Uhr

Zum Fest der Liebe biete ich Ihnen ein Weihnachtsmenü ohne Fisch und Fleisch an, weil viele Menschen eine Alternative zu den klassischen Rezepten wünschen. Voller Genuss ist garantiert, es lohnt sich diese Gerichte auch zu Hause nachzukochen.

Leitung:
Therese Rubröder,
Erzieherin

Ort: FBS Andernach

Töpfern für Erwachsene

Die spielerische Formbarkeit von Ton lässt auch der ungeübten Hand viel Spielraum für das Ausleben der eigenen Kreativität und Fantasie.
Die geübten Teilnehmer vertiefen bereits vorhandene Kenntnisse und lernen weiterhin neue Tricks und Kniffe dazu. Innerhalb der Gruppe werden Ideen, Erfahrungen und Kenntnisse ausgetauscht. Ein Kursabend dient der Entspannung vom Alltag, der Kommunikation und der gestalterischen Betätigung.

Die Treffen 2 - 4 werden jeweils mit den Teilnehmern abgesprochen.

Kursnr.	Wochentag, Uhrzeit	Beginn	Dauer	Kosten	+ Material
30701	Mo, 18:30 - 20:45 Uhr	28.02.2022	4 x	33,00 €	17,00 €
30702	Mo, 18:30 - 20:45 Uhr	13.06.2022	4 x	33,00 €	17,00 €
30703	Mo, 18:30 - 20:45 Uhr	29.08.2022	4 x	33,00 €	17,00 €
30704	Mo, 18:30 - 20:45 Uhr	07.11.2022	4 x	33,00 €	17,00 €

Leitung:
Petra Woyk, Erzieherin

Ort: FBS Andernach

Filzen für Einsteiger

Bei diesem Kurs können Sie, Ihre eigenen Erfahrungen mit dem schönen Naturprodukt Wolle zu erleben und die Gestaltungsmöglichkeit sind groß. Sie können von Schmuck über Tischläufer, Hausschuhe, Deko oder Feeen, alles Mögliche filzen. Es besteht sowohl die Möglichkeit Gegenstände naß oder trocken zu filzen. Sie können sich auf eine schöne entspannte Zeit freuen und auf Ihre Ergebnissse gespannt sein.

Kursnr.	Wochentag, Uhrzeit	Beginn	Dauer	Kosten	+ Material
30705	Mo, 18:00 - 19:30 Uhr	07.03.2022	5 x	42,00 €	zzgl. 2-8 € MK
307051	Mo, 18:00 - 19:30 Uhr	07.11.2022	5 x	42,00 €	zzgl. 2-8 € MK

Erwachsene

KREATIVES GESTALTEN

Leitung:
Katrin Eggers,
Buchbinderin

Gebühr: 7,00 €

Materialkosten: 10,00 €

Ort: FBS Andernach

30708
Samstag, 10.09.2022,
10:00 - 12:00 Uhr

Phantasiereisen mit Henri Rousseau

Für Jugendliche ab 10 Jahren und Erwachsene

Wilde Tiere, exotische Früchte im Dschungel: obwohl (oder weil) Rousseau nie in den Tropen gewesen ist, wirken seine Bilder besonders geheimnisvoll. Wir malen einen Urwald mit vielen Details in Acryl auf Leinwand.

Material: Kittelschürze o.ä.

Leitung:
Katrin Eggers,
Buchbinderin

Gebühr: 7,00 €

Materialkosten: 5,00 €

Ort: FBS Andernach

307081
Samstag, 26.11.2022,
10:00 - 12:00 Uhr

"Der Goldene Fisch" von Paul Klee

Für Jugendliche ab 10 Jahren und Erwachsene

Mit Pastell - und Ölkreide und Aquarellfarbe entwerfen wir eine geheimnisvolle Unterwasserwelt mit zauberhaften Bewohnern und lernen dabei Wissenswertes über Klees Bildsymbolik. Wir malen auf Leinwand oder Malkarton.

Material: Kittelschürze o.ä.

Leitung:
Nicole Hoffmann

Ort: Online

ONLINE

"Creative Evening" für Erwachsene Online

Dieser eine Abend im Monat gehört ganz Dir und Deiner Kreativität! Ich werde gemeinsam mit Dir und allen anderen Teilnehmern ein Projekt im Bereich Zeichnen/Malen/Handlettering durchführen, dass wirklich für jeden geeignet ist, auch für absolute Anfänger! Es geht in erster Linie darum, Zeit und Raum nur für Dich zu schaffen und in die Kreativität zu kommen. Du bekommst im Vorfeld eine Materialliste zugemailt, damit du an deinem "Creative Evening" ganz entspannt mitmachen kannst, zur Not reichen aber auch Papier und Bleistift! Also, mach es Dir gemütlich - ich freue mich auf einen kreativen Abend mit Dir!
Der "Creative Evening" findet alle 3 Wochen von 19.00 bis 21 Uhr statt.

Kursnr.	Wochentag, Uhrzeit	Beginn	Dauer	Kosten	+ Material
30710	Mi, 19:00 - 21:00 Uhr	16.02.2022	4 x	46,00 €	
307101	Mi, 19:00 - 21:00 Uhr	21.09.2022	4 x	46,00 €	

Leitung:
Nicole Hoffmann
Ort: FBS Andernach

NEU

Handlettering für Anfänger

Schöne Karten selbst gestalten

Dieser Workshop richtet sich an Interessierte von 15 - 99 Jahre, die erste Einblicke in die Kunst des Handlettering erhalten möchten. Es werden wichtige Schritte und Techniken zum Thema Brushlettering und Schriften, den Aufbau einer gelungenen Bild-Komposition von Sprüchen, Dekoelemente und "Lückenfüller" gezeigt. Infos über einige der schier unendlichen Materialien und Handlettering-Ideen und vieles mehr werden vermittelt. Sofort können hier im Kurs neu erworbenen Kenntnisse mithilfe eines Materialpaketes umgesetz und tolle Ergebnisse erzielt werdem. In diesem Workshop erlernt man, eigenständig schöne Karten, Geschenkanhänger und dergleichen erstellen zu können. Es ist gar nicht schwer - einfach überraschen lassen!

Kursnr.	Wochentag, Uhrzeit	Beginn	Dauer	Kosten	+ Material
30711	Sa, 13:00 - 16:00 Uhr	05.02.2022	1 x	21,00 €	9,00 €
307111	Sa, 13:00 - 16:00 Uhr	02.04.2022	1 x	21,00 €	9,00 €
307112	Sa, 13:00 - 16:00 Uhr	08.10.2022	1 x	21,00 €	9,00 €

Leitung:
Birgit Stolt

Ort: FBS Andernach

Nähen

für Anfänger und alle Interessierten

Kleidungsstücke und andere Dinge zu nähen erfordert kein besonderes Talent, sondern lediglich ein wenig Übung. Sie werden mit den Grundlagen des Nähens vertraut gemacht und in das Maschinennähen eingeführt. Wir besprechen gemeinsame oder individuelle Projekte. Sie lernen nach Schnittmuster zu arbeiten.
Bitte alle nötigen Materialien mit bringen, Stoff vor Gebrauch waschen.
Nähmaschinen sind vorhanden, können aber gerne mitgebracht werden.

Material: Stoff (schon vorgewaschen), Garn, Schere (1 x Papier, 1 x Stoff)
Maßband, Maschinennadeln und gute Laune. Infos auch direkt bei der Kursleiterin Birgit Stolt, 02630-5283068

Kursnr.	Wochentag, Uhrzeit	Beginn	Dauer	Kosten	+ Material
30803	Di, 17:30 - 19:30 Uhr	04.01.2022	8 x	61,00 €	zzgl. MK
30813	Mi, 17:30 - 19:30 Uhr	05.01.2022	8 x	61,00 €	zzgl. MK
30804	Di, 17:30 - 19:30 Uhr	08.03.2022	6 x	46,00 €	zzgl. MK
30814	Mi, 17:30 - 19:30 Uhr	09.03.2022	6 x	46,00 €	zzgl. MK
30805	Di, 17:30 - 19:30 Uhr	26.04.2022	10 x	76,00 €	zzgl. MK
30815	Mi, 17:30 - 19:30 Uhr	27.04.2022	10 x	76,00 €	zzgl. MK
30806	Di, 17:30 - 19:30 Uhr	20.09.2022	4 x	31,00 €	zzgl. MK
30816	Mi, 17:30 - 19:30 Uhr	21.09.2022	4 x	31,00 €	zzgl. MK
30807	Di, 17:30 - 19:30 Uhr	08.11.2022	6 x	46,00 €	zzgl. MK
30817	Mi, 17:30 - 19:30 Uhr	09.11.2022	6 x	46,00 €	zzgl. MK

Nr. 400

KiTa und Schule

Forum Familie · Lernpaten
Begrüßungsprojekt „Angekommen - Angenommen“
Netzwerk Familienbildung

Leitung:
Sabine Prüstel,
Netzwerkkoordinatorin
Lisa Scharrenbach

40201

Forum Familie

Das Forum Familie ist ein Zusammenschluss der beiden Projekte "Netzwerk Familienbildung" der katholischen Familienbildungsstätte Andernach und des Projektes "Familienbildung im Netzwerk" der/des Stadtverwaltung/ Haus der Familie Andernach. Es wurde 2019 gegründet mit dem Ziel gemeinsam bedarfsgerechte Angebote für Andernacher Familien, Kinder und Jugendliche zu erschaffen und ihnen einen leichten Zugang dazu zu ermöglichen.

Neben den beiden Netzwerkkoordinatorinnen sind u.a. Kolleginnen und Kollegen der Schulsozialarbeit und der Sozialpädagogischen Familienhilfe am Forum Familie beteiligt. Das Forum Familie ist offen für neue Teilnehmer aus allen Familienbildungseinrichtungen aus Andernach, die sich gerne mit Ideen einbringen möchten und an einer einheitlichen, gemeinsamen und kommunalen Familienbildungsplanung interessiert sind. Das Forum Familie wird vom Jugendamt (insbesondere ASD und SPFH) unterstützt.

Bereits durchgeführte Projekte:

- Video mit Bastel-, Bau- und Backanleitungen für Jugendliche als Geschenkidee zu Weihnachten
- „Ein Teil vom Ganzen sein“: Versendung von Bauklötzen an Andernacher Grundschulkinder zur kreativen Gestaltung und gemeinsamen Spielen
- in Planung: „Gute Nachrichtenaktion für Andernach“ mit Andernacher Grundschulkindern

Interessierte am Projekt melden sich bitte bei:
Sabine Prüstel, Projektkoordinatorin "Netzwerk Familienbildung" der FBS Andernach unter Tel. 02632 250353 oder netzwerk-familienbildung@fbs-andernach.de
Lisa Scharrenbach, Projektkoordinatorin "Familienbildung im Netzwerk", Tel. 02632 922350, lisa.scharrenbach@andernach.de

Leitung:
Sabine Prüstel,
Netzwerkkoordinatorin

40203

"Netzwerk Familienbildung"

Die katholische Familienbildungsstätte Andernach e.V. ist Träger der Projektstelle „Netzwerk Familienbildung“, die vom Land Rheinland-Pfalz gefördert wird.
Die Aufgabe des Netzwerkes ist es, sich mit anderen sozialen Institutionen, wie z.B. dem Jugendamt, den Gemeinden, Kindergärten, Familienzentren, städtischen Einrichtungen etc. so zu vernetzen, dass gemeinsam bedarfsgerechte Beratungs- und Bildungsangebote für Familien erschaffen und koordiniert werden.
Zielgruppen sind junge Familien, Familien mit Schulkindern, Familien aus anderen Kulturen und auch die ältere Generation. Im Mittelpunkt steht die Stärkung der Familienkompetenz, das Schaffen von Strukturen der Selbsthilfe sowie leicht zugänglichen überschaubaren Angeboten.
In regelmäßigen Treffen tauschen wir uns mit unterschiedlichen Projektpartnern über bestehende Angebote und Bedarfe aus und entwickeln neue zeitgemäße Angebote.
Die Netzwerkarbeit bietet den Vorteil einer transparenten und optimalen Versorgung von Bildung, Betreuung, Begegnung und Beratung im Stadtgebiet und in den Landkreisen, wo Angebotsdoppelungen vermieden und Synergieeffekte genutzt werden.

Sie interessieren sich für die ehrenamtliche Tätigkeit in einem unserer Projekte, oder möchten noch gerne Informationen zu anderen Projekten erhalten, dann wenden Sie sich bitte an Sabine Prüstel, Projektleiterin Netzwerk Familienbildung, 02632 - 250353, netzwerk-familienbildung@fbs-andernach.de

Kooperationsprojekt:
VG Pellenz,
CV Rhein-; Mosel-Ahr und
FBS Andernach

40204

"Angekommen - Angenommen"

- Begrüßung von Familien mit Neugeborenen in der Pellenz-

Sie haben gerade Nachwuchs bekommen?
...dann möchten wir Sie mit unserem Kooperations-Projekt "angekommen - angenommen in der Pellenz" gerne in der Pellenz begrüßen und Ihnen zeigen, dass Sie und ihr Neugeborenes hier bei uns angenommen sind!
Kurz nach der Geburt eines Neugeborenen erhalten Sie ein Begrüßungsschreiben zur Geburt des Kindes mit dem Angebot des Besuchs eines ehrenamtlichen Helfers, der/die zur Geburt des Kindes gratuliert und Ihnen eine Begrüßungstasche überreicht mit wichtigen Informationen und Geschenken rund ums Baby.
Sie können dann wählen, ob sie besucht werden oder die Begrüßungstasche in der Familienbildungsstätte abholen möchten. Nähere Informationen und Änderungen bezgl. der Abholung der Taschen, erhalten Sie bei den drei Projektträgern:
Verbandsgemeinde Pellenz, 02632 - 29937, Kath. Familienbildungsstätte Andernach, 02632 - 250353 und Caritasverband Andernach, 02632 - 250226 oder auf der Homepage des Projektes unter www.angenommen-in-der-pellenz.de

QUALIFIZIERT IM EHRENAMT

Ehrenamtliches Engagement ist nach wie vor für viele Menschen attraktiv.
Zeitgemäßes Ehrenamt braucht aber Rahmenbedingungen,
wie sie in der Kath. Familienbildungsstätte Andernach e.V. geboten werden:
persönliche Begleitung durch hauptamtliche Mitarbeiterinnen
und professionelle Weiterbildungsangebote.

Info´s unter www.fbs-andernach.de

Leitung:
Sabine Prüstel,
Netzwerkkoordinatorin

40205
Termine nach Absprache

Werden Sie Lernpatin oder Lernpate!

Wenn Sie gerne Ihre Zeit mit Kindern verbringen, schenken Sie einem Kind aus der Grundschule Ihre Aufmerksamkeit, in dem Sie Spielen und Vorlesen, Zuhören und Erzählen, Unterstützen bei den Hausaufgaben und dem Lernen, individuell betreuen und fördern sowie Ihre eigenen Fähigkeiten weitergeben.
Konkret heißt das, dass sie einmal pro Woche ca. 2 Stunden ein Kind in der Grundschule betreuen, regelmäßige Coaching Abende durch eine pädagogische Fachkraft erhalten können sowie professionelle Unterstützung und fachliche Begleitung durch die kath. Familienbildungsstätte Andernach e.V. erfahren.
Die Ehrenamtlichen des Lenrpaten-Projektes sind weiterhin tätig.
Nicht nur die Kinder, sondern auch Sie als Lernpatin und Lernpate profitieren von der gemeinsamen Zeit.
Wir freuen uns, wenn Sie sich ehrenamtlich engagieren möchten!
Abweichungen durch aktuelle Situationen können bei Kontakt: Sabine Prüstel, Projektkoordinatorin "Netzwerk Familienbildung", 02632-250353
erfragt werden.

Nr. 500

Weiterbildung und Qualifizierung

Qualifizierung Sprachförderung · Qualifizierung Kindertagespflege · Team-Fortbildungen

Leitung:
Stephanie Paffhausen, Bildungs- und Sozialmanagerin (B.A.)

Ort: FBS Andernach

Gebühr: 100,00 € pro Modul

50301
Termine: samstags, jeweils von 8:30 - 15:30 Uhr

Qualifizierung Sprachförderung 2022

Mit dem neuen Kitagesetz findet Sprachförderung seit August 2021 alltagsintegriert in den Kitas statt.
Diese Fortbildung befähigt Erzieher*innen zur Entwicklung und atäquaten Begleitung von Sprachförderanlässen im Kita-Alltag.
Modul 1: Frage- und Modellierungsstrategien 12.03.2022
Modul 2: Strategien zur Konzeptentwicklung 26.03.2022
Modul 3: Rückmeldestrategien 09.04.2022
Modul 4: Lesesituationen 30.04.2022
Modul 5: Routinesituationen 21.05.2022
Modul 6: Gezielte Aktivitäten 25.06.2022
Modul 7: Rollenspiele 16.07.2022
Modul 8: Spontane Sprechanlässe 10.09.2022
Modul 9: Markt & Möglichkeiten 08.10.2022

Leitung:
Andrea Roggenfelder

Gebühr: 150,00

Ort: FBS Mayen

50701
neuer Kurs in Mayen
Start April 2022

Berufliche Qualifikation von Tagespflegepersonen

In Zusammenarbeit mit der KV-Mayen-Koblenz

Bewerbungen erfolgen über den Fachdienst Kindertagespflege Kreis Mayen – Koblenz (Dorothee Geishecker dorothee.geishecker@kvmyk.de und Annette Rühle annette.ruehle@kvmyk.de). Vor der Teilnahme wird ein Bewerbergespräch beim Fachdienst Kindertagespflege geführt.

Leitung:
Jochen Hiester

Gebühr: 55,00 €

Ort: FBS Andernach

50401
Samstag, 01.10.2022,
10:00 - 18:00 Uhr

Respektvoll und wertschätzend mit Kindern kommunizieren

Fortbildung für Erzieher*innen, Lehrer*innen, Tagespflegepersonen und Eltern

Sind Sie es leid immer wieder so stark um die Korrektur schlechten Benehmens von Kindern zu kümmern? Möchten Sie neue Wege finden Ihr erzieherisches Potenzial optimal zu erschließen? Möchten Sie eine Atmosphäre schaffen, die auf gegenseitigem Respekt, Wertschätzung, emotionaler Sicherheit und positiver, offener Kommunikation basiert? Auf der Grundlage des Kommunikationsmodells nach Dr. Marschall B. Rosenberg lernen Sie in vier konkreten Schritten bei diesem Seminar, wie dies möglich ist.
Während der Fortbildung wechseln sich Gespräch, Wissensvermittlung und Kommunikationsübungen mit eigenen Beispielen ab, so dass Sie für eine spätere Anwendung der Inhalte im eigenen Alltag gerüstet sind.
Detailierte Informationen erhalten Sie auf unserer Homepage unter: www.fbs-andernach.de

Leitung:
Therese Rubröder,
Erzieherin

Gebühr: 80,00 € inkl.
MK- und Brennkosten

Ort: FBS Andernach

50601
individuell abzustimmen,
1,5 Stunden pro Termin

Team - Arbeit kreativ gestalten

Töpferkurse für Schulen, Vereine, Teams, Kindergärten.....

Sie wollen mit einer Gruppe etwas Kreatives gestalten, für sich und Ihr Team eine Auszeit nehmen oder an einem Projekt gemeinschaftlich arbeiten? Ton ist ein besonderer Werkstoff, der es ermöglicht Kreativität zu entfalten und eigene Ideen zu entwickeln. So können Teams einander anders erleben als im Berufs-, Schul- oder Vereinsalltag und aktiv die Gemeinschaft stärken.

Leitung:
Martina Schwarz-Heintges, Erzieherin, PEKiP-Gruppenleiterin, zertifizierte Musik- und Klangpädagogin, Elternbegleiterin

Gebühr: 80,00 € inkl. Getränke

Ort: FBS Andernach

50502
Termine nach Vereinbarung

Jelgi - Jeder lernt Gitarre -

für (Groß-) Eltern, Erzieher/innen, Lehrer/in

Kurs für (Groß-) Eltern, Erzieher/innen, Lehrer/innen und sonstige Interessierte. Dieser Kurs richtet sich an alle, die sich gerne beim Singen auf der Gitarre begleiten möchten, die aber keine Zeit und Energie haben, die schwierigen Griffe der linken Hand zu erlernen und zu üben! Bei der mehrfach patentierten JelGi-Methode, bei der die Gitarre auf C-Dur gestimmt wird, können Sie in kürzester Zeit viele einfache Lieder und Songs begleiten. In den 3 Terminen lernen Sie die Grundlagen der JelGi-Methode kennen, ohne dass Sie Vorkenntnisse im Gitarrenspiel oder Notenlesen haben müssen.

Material: eigene Gitarre, 4 Gitarren können auf Anfrage ausgeliehen werden

Leitung:
N.N.

Gebühr: 100,00 € zzgl. MK

Ort: FBS Andernach

50701
Termine auf Anfrage

Einfach lecker - bewusst genießen!

- für Teams (ehrenamtlich oder hauptamtlich) im Dekanat Andernach-Bassenheim -

Ein Angebot der besonderen Art machen die Dekanatsfachkonferenz "KiTa und Familie" und die FBS-Andernach auch in diesem Jahr den ehrenamtlichen oder hauptamtlichen Teams in unserem Dekanat.
Unter Anleitung von Fachfrauen geht es um gesunde Ernährung, um Wissenswertes bei der Auswahl und Zubereitung der Lebensmittel, um gemeinsames Tun und Genießen, frei von Notwendigkeit der täglichen Arbeit.
Die Teams können ihren Wunschtermin mit der Koordinatorin der FBS, Sabine Prüstel, absprechen. Terminanfragen bitte an das Büro der FBS unter 02632-250350

Leitung:
Iwona Engers

Gebühr: frei

Ort: FBS Andernach

50803
10.01. - 09.05.2022,
montags von
9:30 - 11:30 Uhr, 8 x

Empowerment für Frauen

Wie und woran merke ich, wie es mir eigentlich geht? Und wenn ich mich überfordert fühle, wie kann ich mit guter Selbstfürsorge reagieren? Wie kann ich meine Stärken entdecken und gezielt einsetzen?
In dem Kurs erfahren Sie, wie Sie eigene Ressourcen erkennen und diese für sich nutzen können. Sie knüpfen neue Kontakte und bauen Unterstützungsmöglichkeiten aus.
Als Methoden werden Beobachtungsaufgaben, Wahrnehmungs- und Körperübungen, kurze Meditationen oder „Genussinterviews" aber auch theoretische Erklärungsmodelle genutzt.

Der Einstieg in den Kurs ist jederzeit möglich

Gefördert durch:

LZG Eine gesunde Zukunft gestalten

Änderungen aufgrund der Corona-Pandemie sind uns vorbehalten und werden den Kursteilnehmer*innen rechtzeitig mitgeteilt!

GESCHENK-IDEE:

Verschenken Sie doch mal einen Gutschein

egal zu welchem Anlass!

Vielfältige Kurse für alle Generationen!

Nr. 600

Haus der Familie in der VG Pellenz

Leitung:
Sabine Prüstel,
Netzwerkkoordinatorin

Gebühr: frei

60101

Haus der Familie in der VG Pellenz

Wir sind für Sie da!
Das Haus der Familie wurde 2020 als Außenstelle der FBS Andernach gegründet. Das HdF ist eine Außenstelle der FBS Andernach. Mit dem HdF haben die VG Pellenz und die FBS Andernach ihre bisherigen Erfahrungen in der Familienbildung und der Zusammenarbeit ausgebaut. Entstanden ist ein Ort und Anlaufpunkt für Familien und alle Generationen, um gemeinsam mit den Akteuren vor Ort bedarfsgerechte Angebote für Familien zu schaffen.

Haben Sie Interesse, näheres zu den Angeboten in Ihrer Umgebung zu erfahren? z.B. zu: Bewegungsangebot für Senioren in Kretz; virtueller Adventskalender; Online Schnitzeljagd durch die VG Pellenz
Welches Angebot interessiert Sie am meisten?
<u>In Planung sind:</u> Elternsprechstunde online; Herzenssprechstunde für Senioren; Eltern-Kind-Gruppen
Möchten Sie sich ehrenamtlich engagieren?

Dann melden Sie sich gerne bei Sabine Prüstel unter:
netzwerk-familienbildung@fbs-andernach.de
oder 02632 250353

Gefördert vom Ministerium für Familie, Frauen, Kultur und Integration des Landes Rheinland-Pfalz.

Neues Haus der Familie in der Verbandsgemeinde **Pellenz!**

Wir sind für **Sie** da!

Bitte teilen Sie uns mit, an welchen Angeboten Sie Interesse haben. Schreiben Sie uns eine Email oder rufen Sie uns an.

Ein Haus der Familie ist ein Ort, wo sich Familien und alle Generationen begegnen, austauschen und gemeinsame Angebote wahrnehmen können.
Wir unterstützen und beraten Familien und fördern ehrenamtliches Engagement.

Kontakt: Sabine Prüstel, Projektkoordinatorin des „Hauses der Familie“
Email: **HdF-VGPellenz@fbs-andernach.de** Telefon: **02632/250353**
Gerne vereinbaren wir einen Gesprächstermin.

Leitung:
Kerstin Bernstädt

Ort: Mehrzweckhalle
Kretz

Bewegungsangebot für Seniorinnen und Senioren aus der Pellenz

Das Bewegungsangebot richtet sich an Seniorinnen und Senioren, die dem normalen Hallensport nicht mehr nachgehen können, aber durchaus Spaß an Bewegung haben und die Gemeinschaft in einer kleinen Gruppe gerne pflegen würden.
Ziel ist es die Beweglichkeit zu fördern und zu erhalten, um alltägliche Aufgaben auch weiterhin selbständig ausführen zu können. Dabei soll die Freude und der Spaß gemeinsam mit anderen in Bewegung zu kommen, sich zu begegnen und auszutauschen im Vordergrund stehen.

Kursnr.	Wochentag, Uhrzeit	Beginn	Dauer	Kosten	+ Material
60102	Mo, 14:30 - 15:30 Uhr	10.01.2022	11 x	54,00 €	
601021	Mo, 14:30 - 15:30 Uhr	25.04.2022	11 x	54,00 €	
601022	Mo, 14:30 - 15:30 Uhr	05.09.2022	11 x	54,00 €	

Teilnahmebedingungen

Anmeldung:

Zu jedem Kurs ist eine Anmeldung erforderlich. Auch eine telefonische Anmeldung gilt als verbindliche Kursbuchung. Jede Anmeldung (per E-Mail oder mit Anmeldeformular im Anhang) ist verbindlich und verpflichtet zur Zahlung der Kursgebühr. Die Anmeldungen werden in der zeitlichen Reihenfolge des Eingangs berücksichtigt. Es werden keine Anmeldebestätigungen verschickt!

Erhalten Sie von uns keine Nachricht, dürfen Sie sicher davon ausgehen, dass Sie am Kurs, für den Sie sich angemeldet haben, teilnehmen können. Wird ein Kurs abgesagt oder verschoben bzw. ist er bereits belegt, werden die angemeldeten Teilnehmer telefonisch oder schriftlich informiert. Die Teilnahmeberechtigung kann jederzeit auf einen schriftlich zu benennenden Ersatzteilnehmer übertragen werden.

Abmeldungen/Rücktritt:

Abmeldungen sind bis spätestens fünf Werktage vor Kursbeginn möglich, für Ferienfreizeiten gelten gesonderte Regelungen. Bei Nichterscheinen oder nicht fristgerechter Stornierung wird die gesamte Kursgebühr fällig.

Dies gilt auch für die Materialkosten und Umlagen, falls diese im betreffenden Kurs anfallen. Die Abmeldung soll in Textform (Brief, E-Mail oder Fax) gegenüber dem Veranstalter erklärt werden. Kursleiter sind nicht berechtigt, Abmeldungen entgegen zu nehmen. Diese haben immer im Sekretariat zu erfolgen.

Kursgebühren:

Die Höhe der Kursgebühr ist in der Regel aus dem Programmheft ersichtlich. Die Kursgebühr wird zu Beginn des Kurses fällig und ist unaufgefordert per Überweisung zu zahlen. Bei Überweisung geben Sie bitte unbedingt die Kursnummer und den Teilnehmernamen als Verwendungszweck an. Durch Versäumnis oder Abbrechen der Teilnahme entsteht kein Anspruch auf Erstattung bezahlter Gebühren oder auf Nachlass rückständiger Beiträge. Bei Vorlage eines ärztlichen Attestes gelten Ausnahmeregelungen.

Kurse mit weniger als der Mindestteilnehmerzahl werden grundsätzlich nur durchgeführt, wenn die Teilnehmer bereit sind, die Kursgebühr der fehlenden Personen anteilig zu übernehmen oder wenn die Zahl der Unterrichtsstunden entsprechend gekürzt wird.
Empfängerinnen und Empfänger von Leistungen nach ALG II und Hartz IV erhalten eine Ermäßigung. Personen aus Andernach und seinen Stadtteilen können einen Bildungsgutschein im Büro der FBS beantragen.
Nehmen Geschwisterkinder an Kursen für „Kinder und Jugendliche“ teil, zahlt das erste Kind die volle Gebühr, alle Geschwisterkinder erhalten eine Gebührenermäßigung von 30 %.
Werden die Gebühren nicht pünktlich bezahlt, muss die FBS Erinnerungen (Bearbeitungspauschale 2,00 €) und Mahnungen (Gebühr 3,00 €) versenden.

Haftung:

Die Familienbildungsstätte haftet nicht für Unfälle während der Veranstaltungen und auf dem Weg zum oder vom Veranstaltungsort sowie für den Verlust oder die Beschädigung von persönlichem Eigentum. Bitte achten Sie auf Ihre Garderobe und persönlichen Gegenstände.

Urheberschutz:

Fotografieren sowie Film- und Tonaufzeichnungen während der Veranstaltungen sind nicht erlaubt. Lehrmaterial darf ohne Genehmigung der Familienbildungsstätte nur zu privaten Zwecken genutzt werden.

Aufsichtspflicht:

Für alle Angebote für Kinder gilt, dass unsere Aufsichtspflicht erst mit der Übergabe des Kindes an die zuständige Kursleitung beginnt und entsprechend mit der Übergabe des Kindes an die Eltern endet.

Veranstaltungsort:

Wenn nichts anderes vermerkt ist, finden alle Kurse in der Kath. Familienbildungsstätte Andernach, Ludwig-Hildesheim-Str.3, 56626 Andernach statt. Andere Veranstaltungsorte werden im Programmheft ausgewiesen. Es gilt die jeweilige Hausordnung.

Teilnahmebedingungen / Datenschutz

Sonstiges:

Mit Bekanntgabe dieser Teilnahmebedingungen verlieren alle bisherigen Regelungen ihre Gültigkeit. Für Druckfehler im Programmheft oder in anderen Veröffentlichungen wird keine Haftung übernommen. Programmänderungen behalten wir uns vor.

Einverständnis:

Mit Ihrer Anmeldung erkennen Sie die Teilnahmebedingungen der Kath. Familienbildungsstätte Andernach e.V. an.

Betriebsferien:

Unser Büro ist zu folgenden Zeiten geschlossen:
08. August 2022 bis 24. August 2022
(Sommerferien 2022)
24. Oktober 2022 bis 28. Oktober 2022
(Herbstferien)
21. Dezember 2022 bis 03. Januar 2023
(Weihnachtsferien)

DATENSCHUTZ

Datenschutzerklärung auf Grundlage der EU-Datenschutz Grundverordnung (EU-DSGVO) im Einklang mit dem Gesetz über den Kirchlichen Datenschutz (KDG) zur Nutzung der Angebote der Kath. Familienbildungsstätte Andernach e.V.

Der Vorstand der Kath. Familienbildungsstätte nimmt den Schutz Ihrer personenbezogenen Daten sehr ernst. Soweit wir personenbezogene Daten (beispielsweise Name, Anschrift oder E-Mail-Adresse) erheben, erfolgt dies, soweit möglich, stets auf freiwilliger Basis. Diese Daten werden ohne Ihre ausdrückliche Zustimmung nicht an Dritte weitergegeben. Die von der Kath. Familienbildungsstätte Andernach e. V. abgefragten Daten zur Kurs- und Angebotsanmeldung (online, per E-Mail, persönlich oder schriftlich) werden lediglich zu diesem Zweck erhoben. Die Speicherung erfolgt nur auf Anfrage des Teilnehmenden bzw. des Besuchers oder bei Abschluss einer Kursbuchung. Die personenbezogenen Daten werden von uns ab dem Tag der Buchung gespeichert, damit wir Sie im Falle einer Kursänderung oder über nicht stattgefundene Kurse, die im Folgesemester angeboten werden, erneut informieren können.

Sie können zu jeder Zeit Auskunft über Ihre gespeicherten Daten erhalten, eine Löschung oder Änderung Ihrer Daten erwirken sowie dieser Zustimmung widerrufen, indem Sie uns dies schriftlich, fernmündlich oder persönlich mitteilen.

Zudem haben Sie im Falle eines Vergehens im Umgang mit Ihren Daten bei der Kath. Familienbildungsstätte Andernach e. V. das Recht, dieses Vergehen bei einer entsprechenden Aufsichtsbehörde über zu melden. Wir weisen darauf hin, dass die Datenübertragung im Internet (z.B. bei der Kommunikation per E-Mail) Sicherheitslücken aufweisen kann. Ein lückenloser Schutz der Daten vor dem Zugriff durch Dritte ist nicht möglich.

Quellen:
Datenschutz-Grundverordnung, Amtsblatt der EU, L119 vom 4.5.2016
Gesetz über den Kirchlichen Datenschutz (KDG), Erlass des Bischofs im Kirchlichen Amtsblatt, Nr. 65, 1.4.2018
www.e-recht24.de/muster-datenschutzerklaerung.html [15.05.2018]

Bildnachweise / Illustrationen im Heft:
FBS Andernach, Privat, fotolia.com, Pixabay.com

Nützliche Informationen

Beratungsstellen des Bistums Trier für Ehe-, Erziehungs-, Familien- und Lebensfragen

56626 Andernach, Haus der Familie, Gartenstr. 4,
Nur nach Terminvereinbarung unter
02651 - 48085 oder 0261 - 9156125
56727 Mayen, St. Veit-Str. 42,
02651 - 490046
53474 Bad Neuenahr-Ahrweiler, Altenbaustr. 2,
02641 - 3222
56564 Neuwied, Marktstr. 1, 02631 - 22032

Caritasverband Rhein – Mosel – Ahr e.V.

Dienststellenleitung: Margret Marxen-Ney
Ludwig-Hillesheim-Str. 3, 56626 Andernach
02632 - 25020,info@caritas-andernach.de

- Allgemeine Sozialberatung
- Schwangerschaftsberatung
- Kurberatung
- Rechtliche Betreuung
- Essen auf Rädern
- Mobiler Sozialer Dienst
- Schulsozialarbeit
- Kinderstadtranderholung
- Patenschaften

Dekanat Andernach-Bassenheim

56626 Andernach, Ludwig-Hillesheim-Str. 3
Tel.: 02632 - 3097912, Fax: 02632 - 3097919
www.dekanat-andernach-bassenheim.de

Katholische Erwachsenenbildung Koblenz

Die KEB umfasst die Dekanate Ahr-Eifel, Andernach-Bassenheim, Kirchen, Koblenz, Remagen-Brohltal und Rhein-Wied in den Landkreisen Ahrweiler, Altenkirchen, Mayen-Koblenz, Neuwied und der Stadt Koblenz.
Katholische Erwachsenenbildung 56068 Koblenz,
Florinspfaffengasse 14, Tel.: 0261 - 9635590
Email: info@keb-bistum-trier.de
Fachstellenleiter: Daniel Steiger
Sekretariat: Doris Brauneck, Ursula Emmerich

Katholische Fachstelle für Kinder- und Jugendpastoral Andernach

56626 Andernach, Ludwig-Hillesheim Str. 3,
02632 – 49080, fachstellejugend.andernach@bistum-trier.de

Kinderschutzbund - Andernach / Mayen

56727 Mayen, Stehbachstr. 22, 02651 - 6002

Kinderschutzdienst

56564 Neuwied, Marktstr. 81, 02631 - 22200

Kirchliche Sozialstation

56626 Andernach, Theodor-Heuss-Str. 8-12,
02632 - 409359

Kreisjugendamt Mayen-Koblenz

Fachdienst für Kindertagespflege
56068 Koblenz, Bahnhofstraße 9,
0261 - 108-164 und 108-166

Jugendamt der Stadt Andernach

56626 Andernach, Läufstr. 11, 02632 - 9220

Gleichstellungsbeauftragte

56626 Andernach, Läufstraße 11,
Haus der Familie, Stadthausgalerie 1.OG,
Andrea Kohlhaas: 02632 - 922-269

Zentrum für ambulante Suchtkrankenhilfe (zas) -Außenstelle Andernach-

Bischof-Bernhard-Stein-Haus, 56626 Andernach,
Ludwig-Hillesheim-Str. 3, 02632 - 250240

Evangelische Kirchengemeinde Andernach

56626 Andernach, Friedlandstr. 1a
Tel: 02632 - 43959, Fax: 02632 - 491773

Katholische Pfarreiengemeinschaft

Pfarrbüro, 56626 Andernach, Agrippastraße13
Telefon: 02632 - 499875-0
pfarrbuero@pfarreiengemeinschaft-andernach.de

Einrichtungen im Bistum Trier

Katholische
Familienbildungsstätte
Andernach e. V.
Bischof-Bernhard-
Stein-Haus
Ludwig-Hillesheim-Str. 3
56626 Andernach
Telefon: 02632 250 350
info@fbs-andernach.de
www.fbs-andernach.de

Katholische
Familienbildungsstätte
Caritasverband Rhein-
Hunsrück-Nahe e. V.
Bad Kreuznach
Bahnstr. 26
55543 Bad Kreuznach
Telefon: 0671 83 82 840
fbs@caritas-rhn.de
www.caritas-rhn.de

Katholische
Familienbildungsstätte Bad
Neuenahr-Ahrweiler e. V.
Weststr. 6
53474 Bad Neuenahr-
Ahrweiler
Telefon: 02641 270 39
info@fbs-bna.de
www.fbs-bna.de

Katholische
Familienbildungsstätte Bit-
burg e. V.
Maria-Kundenreich-Str. 4
54634 Bitburg
Telefon: 06561 7966
info@fbs-bitburg.de
www.fbs-bitburg.de

Katholische
Familienbildungsstätte
Koblenz e. V.
Hohenfelder Str. 16
56068 Koblenz
Telefon: 0261 356 79
info@fbs-koblenz.de
www.fbs-koblenz.de

Katholische
Familienbildungsstätte Linz
Historisches Rathaus
Am Markt 14
53545 Linz
Telefon: 02644 4163
sekretariat@fbs-linz.de
www.fbs-linz.de

Katholische
Familienbildungsstätte
Mayen e. V.
Bäckerstr. 12
56727 Mayen
Telefon: 02651 6800
info@fbs-mayen.de
www.fbs-mayen.de

Katholische
Familienbildungsstätte
Haus der Familie
Merzig e. V.
Hochwaldstr. 13
66663 Merzig
Telefon: 06861 6032
info@haus-der-familie-merzig.de
www.haus-der-familie-merzig.de

Katholische
Familienbildungsstätte
Neunkirchen e. V. und
Senioren-Akademie der
Familienbildungsstätte
Marienstr. 5
66538 Neunkirchen
Telefon: 06821 904 650
kathfbs@aol.com
www.fbs-nk.de

Katholische
Familienbildungsstätte
Neuwied e. V.
Wilhelm-Leuschner-Straße 5
56564 Neuwied
Telefon: 02631 39070
sekretariat@fbs-neuwied.de
www.fbs-neuwied.de

Katholische
Familienbildungsstätte
Saarbrücken e. V.
Ursulinenstr. 67
66111 Saarbrücken
Telefon: 0681 90 68 191
info@fbs-saarbruecken.de
www.fbs-saarbruecken.de

Katholische
Familienbildungsstätte
Saarlouis e. V.
Ludwig-Karl-Balzer Allee 3
66740 Saarlouis
Telefon: 06831 43637
fbs-sls@t-online.de
www.fbs-saarlouis.de

Katholische
Familienbildungsstätte
Simmern e. V.
Aulergasse 8
55469 Simmern
Telefon: 06761 950 20
fbs-simmern@t-online.de
www.fbs-simmern.de

Katholische
Familienbildungsstätte
Trier e. V.
Krahnenstr. 39b
54290 Trier
Telefon: 0651 745 35
info@fbs-trier.de
www.fbs-trier.de

Katholische
Familienbildungsstätte
Remise Trier-Ehrang e. V.
Von-Pidoll-Str. 18
54293 Trier
Telefon: 0651 64895
remise-ehrang@t-online.de
www.remise-ehrang.de

Unterstützen Sie die Arbeit für **Familien** vor Ort.

Gemeinsam für das Kind in uns Allen!

#zusammenstehen

Wir für Familie

Katholische Familienbildungsstätte Andernach e.V.

www.fbs-andernach.de

ANDERNACH · BAD NEUENAHR-AHRWEILER · KOBLENZ · LINZ · MAYEN · NEUWIED

Familie

Eine Hand, die uns aufhilft. Ein Netz, das uns auffängt. Ein Ort, an dem wir uns geborgen fühlen.

Das ist Familie für uns. Sie gibt uns Halt und ein Gefühl der Zugehörigkeit. Sie ist Wegweiser und sicherer Hafen zugleich.

Unsere Familienbildungsstättensind nicht nur Anlaufstellen, sondern ebenfalls ein Stück Zuhause, das offen ist, für Menschen jeden Alters, unterschiedlicher Herkunft, Religion und Lebensentwürfe. Mit unserer Arbeit leisten wir somit einen wichtigen Mehrwert für das Miteinander in unserer Region.

Wir für Familie

WIR FÜR FAMILIE - heißt für uns, allen Menschen eine Chance zu geben, Familie als positive Erfahrung zu erleben.

Unterstützen Sie unser Engagement für Familien und leisten Sie mit Ihrer Spende einen wertvollen Beitrag für die Gemeinschaft und die Menschen vor Ort.

Wer mithelfen möchte, kann spenden unter:
Spendenkonto Kreissparkasse Mayen
Gemeinsam für das Kind in uns allen
IBAN: DE94 5765 0010 0024 0013 15
BIC: MALSDE51MYN

Wir für Familie

Kath. Familienbildungasstätte Andernach e.V.
Ludwig-Hillesheim-Str.3 • 56626 Andernach
Tel.: 02632/250350 • info@fbs-andernach.de

www.voba-rheinahreifel.de

GEMEINSAM blicken wir nach vorn – MACHEN statt wollen!

Morgen kann kommen.

Wir machen den Weg frei.

Volksbank RheinAhrEifel eG

Wir sind Heimat!