

1. Halbjahr 2022

VERANSTALTUNGSVERZEICHNIS

für Eltern und Familien in Niederkassel



Die Familienzentren – die Ansprechpartner für Familien vor Ort:

Familienzentren Villa Kunterbunt

1. Familienzentrum Bahnhofstraße, Bahnhofstr. 144, 53859 Niederkassel - Rheidt, Tel.: 0 22 08 / 927 500, info@familienzentrum-niederkassel.de
2. Familienzentrum Sanddornstraße, Sanddornstr. 20, 53859 Niederkassel, Tel.: 0 22 08 / 914 5310; info@familienzentrum-niederkassel.de

Städtische Familienzentren

3. Familienzentrum Willy-Brandt-Platz, Willy-Brandt-Platz, 53859 Niederkassel - Ranzel, Tel.: 0 22 08 / 42 05, kita-willy-brandt-platz@niederkassel.de
4. Familienzentrum Pappelweg, Pappelweg 7, 53859 Niederkassel, Tel.: 0 22 08 / 29 27, kita-pappelweg@niederkassel.de

Katholische Familienzentren

5. Katholisches Familienzentrum Niederkassel-Nord, Rheinstr. 35, 53859 Niederkassel – Lülldorf; Tel.: 0 22 08 / 50 00 954, Familienzentrum@k-k-n-n.de
 - Kindertagesstätte St. Jakobus Lülldorf, Rheinstr. 29, 53859 Niederkassel, Tel.: 0 22 08 / 33 99, kkg-jakobus@t-online.de
 - Kindertagesstätte St. Matthäus Niederkassel, Roncallistr. 4, 53859 Niederkassel, Tel.: 0 22 08 / 87 87, KiGa-SanktMatthaeus@NetCologne.de
 - Kindertagesstätte St. Ägidius Ranzel, Ommerichstr. 68, 53859 Niederkassel, Tel.: 0 22 08 / 46 30, kigara@t-online.de

Vorwort

Liebe Familien in Niederkassel,

das Veranstaltungsverzeichnis für Eltern und Familien bündelt Angebote für Kinder, Jugendliche und Familien, welche die verschiedensten Träger für Niederkasseler Familien bereit stellen.

So enthält es etwa die Veranstaltungen der 5 Niederkasseler Familienzentren, der Familienberatungsstelle, der Evangelischen Kirchengemeinde, der Katholischen Kirchengemeinden, der Volkshochschule, des DRK-Bildungswerkes, des Kinderkulturprogramms, des Jugendamtes der Stadt Niederkassel sowie der Kindertagespflege. Die Institutionen kooperieren in unterschiedlichen Gremien miteinander, etwa im „Netzwerk Frühe Hilfen der Stadt Niederkassel“ (www.fruehe-hilfen-niederkassel.de) oder in der Lenkungsgruppe Familienzentren in Niederkassel.

Wichtig ist: alle Angebote stehen allen Niederkasseler Familien, Kindern und Jugendlichen offen, unabhängig davon ob und in welcher Einrichtung ihr Kind betreut wird.

Die insgesamt 91 Veranstaltungen in diesem Verzeichnis sind wie folgt gegliedert:

1. Angebote für Kinder und Jugendliche
2. Veranstaltungen für Eltern
3. Eltern-Kind-Veranstaltungen
4. Spirituelle Angebote für Kinder, Jugendliche & Familien

Dabei sind die Gliederungspunkte 1 bis 3 jeweils noch einmal unterteilt in „Fortlaufende Veranstaltungen“ sowie „Einzelveranstaltungen und Kurse“. Im Einzelnen finden Sie die Veranstaltungen über das Inhaltsverzeichnis auf den folgenden 3 Seiten.

Die Angebote finden im gesamten Stadtgebiet von Niederkassel statt, in Einzelfällen bei Trägern die für mehrere Städte gemeinsam zuständig sind, auch in unmittelbar angrenzenden Städten. Sofern Sie nicht motorisiert sein sollten oder aus anderem Grund eine Mitfahrgelegenheit benötigen, wenden Sie sich bitte an das zuständige Familienzentrum. Ziel ist es, allen Interessierten die Teilnahme zu ermöglichen.

Die Anmeldung nehmen Sie bitte beim jeweiligen Träger der Veranstaltung vor. Der Anmeldeweg ist bei jeder Veranstaltung aufgeführt.

Da in diesem Verzeichnis die Angebote einer Vielzahl von Trägern enthalten ist, kann für die Richtigkeit der Angaben keine Gewähr übernommen werden.

Hinweisen möchten wir noch auf Folgendes. Die Veranstaltungen wurden von den jeweiligen Trägern auf Basis der jeweils zum Veranstaltungszeitpunkt vermutet gültigen Bestimmungen im Rahmen der Corona-Krise geplant. Natürlich können sich Veränderungen im Rahmen der Corona-Pandemie, d.h. veränderte Bedingungen, Regelungen, Teilnehmerbegrenzungen oder Zugangsbeschränkungen (2G, 2G+, 3G), ergeben bzw. bestehen. Dies kann die Durchführung der Veranstaltungen auch noch kurzfristig verändern oder unmöglich machen. Nehmen Sie bitte deshalb kurz vor Stattfinden der Veranstaltung am besten nochmals Kontakt zum Träger auf, um sich zu informieren, ob die Veranstaltung überhaupt und unter welchen Bedingungen diese stattfindet. Falls Ihrerseits Fragen zum jeweiligen Hygienekonzept einer Veranstaltung bestehen, wenden Sie sich bitte auch direkt an den Veranstalter.

Ungeachtet der Sorgen dieser Zeit wünschen wir viel Spaß beim Schmökern

Die Mitglieder der Lenkungsgruppe Familienzentren

Niederkassel, 13.01.2022

Inhaltsverzeichnis:

1.	<i>Angebote für Kinder und Jugendliche</i>	5
1.1.	Fortlaufende Veranstaltungen	5
1.1.1.	Jugendgruppe „nonames“ (für Jugendliche der 5.. 6. & 7. Jahrgangsstufe) .	5
1.1.2.	Kindergruppe „Emmäuse“ (für Kinder ab 6 Jahren)	5
1.1.3.	Toni im Liederkindergarten“ (für Kinder von 4 bis 6 Jahren)	5
1.1.4.	Kindergruppe „Die Schlümpfe“ (für Kinder von 5 bis 10 Jahren)	5
1.1.5.	Kindergruppe „Kirchenmäuse“ (Kinder im Alter von 4 bis 11 Jahren)	5
1.1.6.	„Cookies“ (für Jugendliche ab 12 Jahren)	6
1.2.	Einzelveranstaltungen, Kurse und Ferienangebote	7
1.2.1.	Englisch: Grammatik für Schüler 7. bis 9. Klasse.....	7
1.2.2.	Englisch für Grundschul Kinder der 3. und 4. Klasse	7
1.2.3.	„Mädels Power“ – Selbstbehauptungskurs für Mädchen zwischen 13 und 16 Jahren	7
1.2.4.	Comics zeichnen im Disney Stil.....	7
1.2.5.	Mangas zeichnen lernen	8
1.2.6.	Kindertheater von und mit Achim Sonntag: „Für Hund und Katz ist auch noch Platz“ – Kindertheater für Kinder ab 3 Jahren)	8
1.2.7.	Osterferienworkshop (Kinder von 6 bis 13 Jahre)	8
1.2.8.	„Groß fühlen – nach vorne springen!“ - Ein Kurs für Vorschulkinder	9
1.2.9.	Achja! Theater: „Held oder Huhn“ – Kindertheater für Kinder ab 5 Jahren....	9
1.2.10.	Theater Artisanen: „Die 3 kleinen Schweinchen“ – Kindertheater für Kinder ab 4 Jahren).....	10
1.2.11.	Sommerferienprogramm (Kinder von 6 bis 13 Jahre).....	10
1.2.12.	Sommerfreizeit nach Südfrankreich (Jugendliche von 14 bis 17 Jahren).....	10
1.2.13.	Ferispaß in den Sommerferien für Kinder/Jugendliche im Alter von 5 bis 11 Jahren.....	11
1.2.14.	„Kinder in Trennungssituationen: Starke Gefühle - Starke Kinder“ – Gruppe für 8- bis 10jährige Kinder	11
2.	<i>Veranstaltungen für Eltern</i>	13
2.1.	Fortlaufende Veranstaltungen	13
2.1.1.	Elterncafé	13
2.1.2.	Offenes Elterncafé	13
2.1.3.	Offenes Elterncafé	13
2.1.4.	Offenes Elterncafé / Elternfrühstück	13
2.1.5.	Offenes Elterncafé	13
2.1.6.	Offenes Elterncafé	13
2.1.7.	Offenes Elterncafé	13
2.2.	Einzelveranstaltungen und Kurse	14
2.2.1.	„Offene Sprechstunde der Caritas-Erziehungsberatungsstelle“	14

2.2.2.	„Offene Sprechstunde der Familien-, Paar- und Lebensberatungsstelle“	14
2.2.3.	Kindernotfall-Kurs „Erste Hilfe bei Kindern“	14
2.2.4.	Funktionelles Outdoor-Training.....	15
2.2.5.	Themenabend: Cybermobbing.....	15
2.2.6.	Themenabend: Erziehung positiv im Alltag umsetzen	16
2.2.7.	Fit durchs Jahr - Heilpflanzen im Jahreszyklus.....	16
2.2.8.	Rückenfit – Programm zur Stärkung der Körpermitte	16
2.2.9.	Workshop: Nähen intensiv für Anfänger	16
2.2.10.	Meditation kennenlernen und ausprobieren.....	16
2.2.11.	Yogilates.....	17
2.2.12.	Elternseminar „Schlaf, Kindchen, schlaf“ – Schlafprobleme bei Kindern verstehen und begleiten	17
2.2.13.	Walking plus Workout	17
2.2.14.	„Wer hat dem Maulwurf auf den Kopf gemacht?“- Informationsabend zur Sauberkeitserziehung.....	17
2.2.15.	Freiheit und Grenzen in der Kindererziehung.....	17
2.2.16.	Workshop: Nähen zero waste.....	18
2.2.17.	Frauenkurs: Selbstbehauptung + Selbstverteidigung (ab ca.16 Jahren)	18
2.2.18.	Workshop für Väter: „Väter können das! - erfolgreich sein in Beruf und Familie“	18
2.2.19.	„Beruf und Familie in Balance- Mehr Leichtigkeit statt Alltagsstress“.....	19
2.2.21.	„Erste Hilfe am Kind“	19
2.2.22.	Mama, warum hast du einen Busen und Papa nicht? - Informationsveranstaltung zur sexuellen Entwicklung im Kindergartenalter“	19
2.2.23.	Themenabend: Eingewöhnung in die erste Fremdbetreuung	20
2.2.24.	Yoga für Berufstätige.....	20
2.2.26.	Schuldnerberatung.....	20
2.2.27.	Exkursion: Arboretum Park Härle	21
2.2.28.	Workshop: Nähen (lernen) intensiv	21
2.2.29.	Yoga.....	21
2.2.30.	Yoga in der Schwangerschaft	21
2.2.31.	Ganzheitliches Rückentraining.....	22
2.2.32.	Elternkurs: „Ruhe finden - kraftvoll sein“ im Umgang mit meinem Kind.....	22
2.2.33.	„Trennung meistern – Kinder stärken“ - Ein Angebot für getrennte Eltern..	23
3.	<i>Eltern-Kind-Veranstaltungen</i>	24
3.1.	Fortlaufende Veranstaltungen.....	24
3.1.1.	Eltern-Kind-Bewegungsspaß von klein auf (für Kleinkinder im Alter von 9 bis 18 Monaten)	24
3.1.2.	Eltern-Kind-Bewegungsspaß (für Kleinkinder im Alter von 18 bis 36 Monaten).....	24

3.1.3.	Eltern-Kind-Bewegungsspaß (für Kleinkinder im Alter von 18 bis 36 Monaten).....	24
3.1.4.	Eltern-Kind-Spielgruppe für 1 bis 3 Jährige	24
3.1.5.	Eltern-Kind-Gruppe (ab ca. 1 Jahr bis 3 Jahre).....	25
3.1.6.	Eltern-Kind-Kreis.....	25
3.1.7.	Babytreff in der Villa Kunterbunt - Kontakt und Austausch für Eltern mit Kindern im ersten Lebensjahr	25
3.1.8.	Eltern-Kind-Gruppe (ab ca. 1 Jahr bis 3 Jahre).....	25
3.1.9.	Eltern-Kind-Kreis.....	26
3.1.10.	Baby Treff / Elternstart NRW.....	26
3.1.11.	Eltern-Zwillings-Treff	26
3.1.12.	Eltern-Kind-Gruppe „Schnecken“ (für Kinder ab 1 Jahr).....	27
3.1.13.	Eltern-Kind-Turnen für Kinder im Alter von 13 Monaten bis 35 Monaten.....	27
3.1.14.	„Kinderwagentreff“- Kontakt und Austausch für Eltern mit Kindern im ersten Lebensjahr	27
3.2.	Einzelveranstaltungen und Kurse	28
3.2.1.	PEKIP-Kurse für Eltern und Babys	28
3.2.2.	„Flohkiste – Bewegung für die Kleinen“ - Ein Eltern Kind Angebot Kinder ab 1 Jahr.....	28
3.2.3.	DELFI-Kurs für Eltern und Babys (geboren Mai bis Juli 2021).....	28
3.2.4.	Yoga für Mütter und Babys – ONLINE-.....	29
3.2.5.	„Eltern– Baby–Treff“ – Ihr Baby besser verstehen - Kurs für Eltern mit Kindern Januar/Februar/März 2021 geboren	29
3.2.6.	Baby-Massage-Kurs für Babys ab der 6. Lebenswoche.....	29
3.2.7.	„Flohkiste – Bewegung für die Kleinen“ - Ein Eltern Kind Angebot Kinder ab 1 Jahr.....	30
3.2.8.	„Eltern– Baby–Treff“ – Ihr Baby besser verstehen - Kurs für Eltern mit Kindern Januar/Februar/März 2022 geboren	30
3.2.9.	„Alle forschen mit“ – Eltern-Kind-Forscherworkshop zum Thema „Wasser“	30
3.2.10.	Baby-Yoga (Alter Kinder zwischen 10 Wochen und 6 Monaten).....	30
4.	<i>Spirituelle Angebote für Kinder, Jugendliche & Familien</i>	31
4.1.	„Osternacht für Kinder“ (Kinder im Alter von 5 bis 11 Jahre).....	31
4.2.	Kindergottesdienst für Kinder ab 4 Jahren.....	31
4.3.	Kindergottesdienst für Kinder ab 4 Jahren.....	31
4.4.	You Go - Gottesdienst von jungen Menschen gestaltet für alle Altersgruppen	31
4.5.	Kleinkinderwortgottesdienst in St. Matthäus	32
4.6.	Taufelternabende	32
4.7.	Kinderchor	32

1. Angebote für Kinder und Jugendliche

1.1. Fortlaufende Veranstaltungen

1.1.1. Jugendgruppe „nonames“ (für Jugendliche der 5.. 6. & 7. Jahrgangsstufe)

Turnus: jeweils mittwochs von 17:00 Uhr bis 18:30 Uhr (außer in den Ferien)
Leitung: Jugendleiterin Miriam Edel (Diakonin und Dipl.-Sozialpädagogin)
Kosten: kostenlos
Veranstalter: Evangelische Kirchengemeinde Niederkassel
Ort: Gemeindehaus der Auferstehungskirche, Spicher Str. 6, Niederkassel-Ort
Anmeldung: erforderlich unter 0 22 08 / 25 93 oder miriam.edel@ekir.de
Infos: für Jugendliche der 5., 6. & 7. Jahrgangsstufe

1.1.2. Kindergruppe „Emmäuse“ (für Kinder ab 6 Jahren)

Turnus: jeweils mittwochs von 17:00 Uhr bis 18:30 Uhr, Start: 19.01.2022
Leitung: Marion Steinbach-Cremer und Team
Kosten: kostenlos
Veranstalter: Evangelische Kirchengemeinde Niederkassel
Ort: Ev. Emmauskirche, Kopernikusstraße 2-4, Niederkassel-Ranzel
Anmeldung: bei Jugendleiterin Marion Steinbach-Cremer unter 01575 1616798 oder marion.steinbach-cremer@ekir.de
Infos: Spielen, basteln, kochen, Gemeinschaft erleben

1.1.3. Toni im Liederkindergarten“ (für Kinder von 4 bis 6 Jahren)

Turnus: jeden Donnerstag (außer in den Schulferien), 8:30 Uhr
laufender Kurs, Re-Start 13.01.2022
Leitung: Annegret Jürgens, „Toni singt“-Referentin
Kosten: 22,- € im Monat
Veranstalter: Familienzentrums Villa Kunterbunt Bahnhofstraße in Zusammenarbeit mit Projekt „Toni singt“
Ort: Familienzentrums Villa Kunterbunt Bahnhofstraße 144, Rheidt
Anmeldung: erforderliche Anmeldung und Aufnahme in die Warteliste telefonisch in der Villa Kunterbunt unter 0 22 08 / 927 500

1.1.4. Kindergruppe „Die Schlümpfe“ (für Kinder von 5 bis 10 Jahren)

Turnus: jeweils donnerstags von 16:30 Uhr bis 18:00 Uhr (außer in den Ferien)
Leitung: Jugendleiterin Miriam Edel (Diakonin und Dipl.-Sozialpädagogin)
Kosten: kostenlos
Veranstalter: Evangelische Kirchengemeinde Niederkassel
Ort: Gemeindehaus der Auferstehungskirche, Spicher Str. 6, Niederkassel-Ort
Anmeldung: erforderlich unter 0 22 08 / 25 93 oder miriam.edel@ekir.de
Infos: für Kinder zwischen 5 und 10 Jahren (Vorschulkinder und Grundschüler)

1.1.5. Kindergruppe „Kirchenmäuse“ (Kinder im Alter von 4 bis 11 Jahren)

Turnus: jeweils freitags von 16:30 Uhr bis 18:00 Uhr (außer in den Ferien oder an Brückentagen)
Termine: ab 21.01.2022 bis 17.06.2022 (außer in den Ferien)
Leitung: Nicole Schäfer, Diplom-Sozialpädagogin
Kosten: kostenlos
Veranstalter: Evangelische Kirchengemeinde Niederkassel – Bezirk Süd
Ort: Jugendräume der Maria-Magdalena-Kirche, Oberstr. 205, Niederkassel-Rheidt

Anmeldung: erforderlich unter 0 22 08 / 77 08 99 oder 0 15 75 / 255 38 59 oder nicole.schaefer@ekir.de
Infos: Gruppenangebot für 4-11jährige. Wir erleben in altersspezifischen Kleingruppen Spiel, Sport, Spaß und haben auch Zeit für kreative Einheiten.

1.1.6. „Cookies“ (für Jugendliche ab 12 Jahren)

Turnus: jeweils freitags von 19:00 Uhr bis 20:30 Uhr (außer in den Ferien oder an Brückentagen)
Termine: ab 21.01.2022 bis 17.06.2022 (außer in den Ferien)
Leitung: Nicole Schäfer, Diplom-Sozialpädagogin
Kosten: kostenlos
Veranstalter: Evangelische Kirchengemeinde Niederkassel – Bezirk Süd
Ort: Jugendräume der Maria-Magdalena-Kirche, Oberstr. 205, Niederkassel-Rheidt
Anmeldung: erforderlich unter 0 22 08 / 77 08 99 oder 0 15 75 / 255 38 59 oder nicole.schaefer@ekir.de
Infos: ... gemeinsam die verschiedenen Küchen dieser Welt kennenlernen, ausprobieren, mit allen Sinnen genießen, Spaß haben und Gemeinschaft (er)leben. Für alle ab 12 Jahre, die Lust und Zeit haben, Neues kennen zu lernen oder eigene Ideen einzubringen.

1.2. Einzelveranstaltungen, Kurse und Ferienangebote

1.2.1. Englisch: Grammatik für Schüler 7. bis 9. Klasse

Termin: ab Freitag, 18.02.2022, 10 Nachmittage, jeweils 17:00 Uhr bis 18:30 Uhr
Leitung: Frau Katayoun Mahboubi, vhs-Dozentin
Kosten: 100,- €
Veranstalter: vhs Troisdorf und Niederkassel
Ort: Troisdorf-Spich
Anmeldung: erforderlich, bei der vhs unter www.vhs-tdf-ndk.de oder 02241-8744-33
Infos: Durchführung abhängig von den dann geltenden Corona-Bestimmungen.
Bitte unter 02241-8744-0 erfragen.

1.2.2. Englisch für Grundschul Kinder der 3. und 4. Klasse

Termin: ab Donnerstag, 03.03.2022, 12 Nachmittage, jeweils 17:00 Uhr bis 18:30 Uhr
Leitung: Saskia Gehrman, vhs-Dozentin
Kosten: 60,- €
Veranstalter: vhs Troisdorf und Niederkassel
Ort: Troisdorf-Spich
Anmeldung: erforderlich, bei der vhs unter www.vhs-tdf-ndk.de oder 02241-8744-33
Infos: Durchführung abhängig von den dann geltenden Corona-Bestimmungen.
Bitte unter 02241-8744-0 erfragen.

1.2.3. „Mädels Power“ – Selbstbehauptungskurs für Mädchen zwischen 13 und 16 Jahren

Termin: Samstags, 12.03. / 26.03. / 02.04.2022 – jeweils 10:00 Uhr bis 12:30 Uhr
Leitung: Ina Krachten, Diplom sportlehrerin und geprüfte Trainerin für Frauensicherheitstraining
Kosten: 79,- €
Veranstalter: Ina Krachten in Kooperation mit dem FZ Porz der Diakonie Michaelshoven
Ort: Turnhalle der Kita Himmelsstürmer, Helmholtzstr. 11, 51145 Köln
Anmeldung: erforderlich über ina.krachten@netzwerk-praevention.net oder Telefon: 0170 - 9031257
Infos: Wie gerate ich gar nicht in Notsituationen? Darf und kann ich in Notsituationen intervenieren? Wie kann ich mich verteidigen? Was hat meine Körpersprache damit zu tun? Wie wichtig ist Abgrenzung? Ich werde gemobbt – wie komme ich da raus? Zu den Kursinhalten gehören nicht nur Selbstverteidigungstechniken sondern auch das Üben von Körpersprache. Im Kurs werden Grundkenntnisse in Täter- und Opferverhalten vermittelt, wir besprechen Deeskalationsstrategien, um Notsituationen abzuwenden, und festigen bestimmte Handlungsmuster in Rollenspielen. Altersgerecht sprechen wir über Cybermobbing, Cybergrooming, Schwierigkeiten im Umgang mit Gleichaltrigen und wir geben Tipps für „unterwegs“. Es ist also ein ganzheitliches und effektives Selbstschutzkonzept, das zudem das Selbstwertgefühl stärkt und ein selbstbewusstes Auftreten fördert.

1.2.4. Comics zeichnen im Disney Stil

Termin: Freitag, 25.03.2022 – 16:00 Uhr bis 19:15 Uhr und Samstag, 26.03.2022 - 10:00 Uhr bis 15:15 Uhr
Leitung: Victoria Hilbrecht, vhs-Dozentin
Kosten: 40,- €
Veranstalter: vhs Troisdorf und Niederkassel
Ort: Troisdorf

Anmeldung: erforderlich, bei der vhs unter www.vhs-tdf-ndk.de oder 02241-8744-33
Infos: Durchführung abhängig von den dann geltenden Corona-Bestimmungen.
Bitte unter 02241-8744-0 erfragen.

1.2.5. Mangas zeichnen lernen

Termin: Freitag, 01.04.2022 – 16:00 Uhr bis 19:15 Uhr und Samstag, 02.04.2022 - 10:00 Uhr bis 15:15 Uhr
Leitung: Victoria Hilbrecht, vhs-Dozentin
Kosten: 40,- €
Veranstalter: vhs Troisdorf und Niederkassel
Ort: Troisdorf
Anmeldung: erforderlich, bei der vhs unter www.vhs-tdf-ndk.de oder 02241-8744-33
Infos: Durchführung abhängig von den dann geltenden Corona-Bestimmungen.
Bitte unter 02241-8744-0 erfragen.

1.2.6. Kindertheater von und mit Achim Sonntag: „Für Hund und Katz ist auch noch Platz“ – Kindertheater für Kinder ab 3 Jahren)

Termin: Donnerstag, 07.04.2022 - 16:30 Uhr
Es gelten am Tag der Veranstaltung die dann aktuellen Vorgaben der Corona-Schutzverordnung!

Leitung: Kinderkulturprogramm für Niederkassel
Kosten: 6,- Euro pro Person
Veranstalter: Familienzentrum Villa Kunterbunt Sanddornstraße in Kooperation mit dem Fachbereich Jugend der Stadt Niederkassel
Ort: Aula der Realschule Mondorf, Langgasse 126, Niederkassel-Mondorf
Anmeldung: erforderlich unter kinderkultur@familienzentrum-niederkassel.de oder telefonisch 0228/9454374 (Kerstin Lenders); keine Tageskasse
Infos: Ein Theaterstück mit Schauspiel, Puppenspiel und dem Originaltext der gleichnamigen Bilderbuchvorlage für Kinder ab 3 Jahren.
„Die Hex´ wollt´ eine Reise machen. Drum packt sie ihre sieben Sachen. Hut, Zauberstab und Zaubertopf und eine Schleife für den Zopf. Die Katze hat sie auch dabei, zusammen sind sie also zwei.“
Eigentlich möchte Achim Sonntag in diesem Stück die Geschichte nur vorlesen. Aber als er das Riesenbuch, das auf der Bühne steht, aufschlägt, o weh, ist die Hexe aus dem ersten Bild verschwunden, und nur noch ihre schwarze Silhouette ist zu sehen. Also bleibt ihm nichts anderes übrig, als selber in die Rolle der Hexe zu schlüpfen, die im Laufe ihrer Reise einen Hund, einen Vogel und einen Frosch aufließt. Solch einer großen Last ist der Besen jedoch nicht gewachsen. Was passiert, als der Besen zerbricht, und wie die Tiere der Hexe in höchster Not zu Hilfe kommen, das erfahren die Kinder dann Live vor Ort!

1.2.7. Osterferienworkshop (Kinder von 6 bis 13 Jahre)

Termin: Dienstag, 19.04. bis Freitag, 22.04.22 - jeweils von 7:30 Uhr bis 16:00 Uhr
Kosten: 40,- € pro Kind (Ermäßigung für Geschwisterkinder sowie z.B. bei SGB II-Bezug)
Veranstalter: Stadt Niederkassel – Fachbereich Jugend – Jugendförderung
Ort: voraussichtlich Jugendclub Widdig, Markusstr. 60, 53859 Niederkassel-Ranzel
Anmeldung: <https://www.unser-ferienprogramm.de/niederkassel/index.php>
Infos: Das Ferienprogramm ist ein Betreuungsangebot für alle Niederkasseler Kinder und Jugendliche zwischen 6 und 13 Jahren. Genaue Infos über das Programm und die Zeiten finden sie auf dem Anmeldeportal.

1.2.8. „Groß fühlen – nach vorne springen!“ - Ein Kurs für Vorschulkinder

- Termin: jeweils dienstags – insgesamt 10 Treffen von je 45 Minuten
Kurs I: dienstags 14:00 Uhr bis 14:45 Uhr
Kurs II: dienstags 15:15 Uhr bis 16:00 Uhr
Kurs III: dienstags 16:30 Uhr bis 17:15 Uhr
Termine werden aufgrund der aktuellen Pandemie-Situation kurzfristig bekannt gegeben, Start voraussichtlich im Frühjahr 2022
- Leitung: Anke Schäfer, systemische Familientherapeutin, systemische Kinder- und Jugendlichen Therapeutin, Mitarbeiterin der Familien-, Paar- und Lebensberatungsstelle
Kirsten van Well, Diplomsportpädagogin, Achtsamkeitsbasierte Kommunikation, Gewaltprävention
- Kosten: kostenlos
- Veranstalter: Familien-, Paar- und Lebensberatungsstelle Niederkassel
- Ort: wird noch bekannt gegeben
- Anmeldung: erforderlich; unter (0 22 08) 73 774 oder per Mail unter familienberatungsstelle@niederkassel.de
- Infos: Groß Fühlen – Nach Vorne springen! - Der Übergang von Kita in Schule
Die Familien-, Paar- und Lebensberatungsstelle der Stadt Niederkassel bietet drei Kurse für Kinder im Vorschulalter an, die in 2022 ihre Einschulung feiern werden.
Die Zeit rund um die Einschulung ist geprägt von sehr unterschiedlichen Gefühlen. Zum einen sind die Kinder die Ältesten, Stärksten und Größten in der Kita, zum anderen tauchen aber auch Gefühle auf, die unsicher machen und vielleicht Ängste hervorlocken. Viele Kinder können durch ihre natürliche Neugier die Unsicherheiten in den Hintergrund schieben und so selbstbewusst in den Schulstart gehen. Manche Kinder brauchen dabei Unterstützung.
Wir wollen mit diesem Kursangebot Kindern einen Platz bieten, sich spielerisch und bewegungsreich mit dieser besonderen Situation auseinanderzusetzen.
Themen werden sein:
- Abschiednehmen von der Kita
 - Neues auf sich zukommen lassen
 - Selbstbewusstsein wachsen lassen, um in der Schule als I-Dötzchen zu bestehen
 - Soziales Miteinander in der Gruppe üben

1.2.9. Achja! Theater: „Held oder Huhn“ – Kindertheater für Kinder ab 5 Jahren

- Termin: Donnerstag, 28.04.2022- 16:30 Uhr
Es gelten am Tag der Veranstaltung die dann aktuellen Vorgaben der Corona-Schutzverordnung!
- Leitung: Kinderkulturprogramm für Niederkassel
- Kosten: 6,- Euro pro Person
- Veranstalter: Familienzentrum Villa Kunterbunt Sanddornstraße in Kooperation mit dem Fachbereich Jugend der Stadt Niederkassel
- Ort: Aula des Kopernikus Gymnasium, Kopernikusstr. 3, Niederkassel-Lülsdorf
- Anmeldung: erforderlich unter kinderkultur@familienzentrum-niederkassel.de oder telefonisch 0228/9454374 (Kerstin Lenders); keine Tageskasse
- Infos: Ein Musiktheaterstück vom Achja! Theater über Mut und Zivilcourage und gegen Mobbing.
Pennys bester Freund Mo wird jeden Tag von Störe schikaniert. Penny traut sich einfach nicht den Mund aufzumachen, doch als Störe auch noch Mo's Zeitmaschine kaputt macht, ist es genug. Penny beschließt, Superheldin zu werden und macht sich auf eine Helden-Reise nach

NATAPATATA, dem Land hinter Opas Wanduhr. Dort trifft sie auf den Muskelprotz Bomba, der trotz seiner Muckis irgendwie gar nicht so mutig ist, die seltsame Waldhexe Curiosa, die ihr ein rätselhaftes Helden-Elixier braut und die böse Königin, die alle Untertanen schrumpft und sie irgendwie an Störe erinnert... Ob Penny es schafft, eine Heldin zu werden und was genau ein Huhn damit zu tun hat, erzählt diese Theatergeschichte über Gummibeine und Mut, Heldentum und innere Stärke.

1.2.10. Theater Artisanen: „Die 3 kleinen Schweinchen“ – Kindertheater für Kinder ab 4 Jahren)

Termin: Mittwoch, 08.06.2022 - 16:30 Uhr
Es gelten am Tag der Veranstaltung die dann aktuellen Vorgaben der Corona-Schutzverordnung!

Leitung: Kinderkulturprogramm für Niederkassel

Kosten: 6,- Euro pro Person

Veranstalter: Familienzentrums Villa Kunterbunt Sanddornstraße in Kooperation mit dem Fachbereich Jugend der Stadt Niederkassel

Ort: Aula der Realschule Mondorf, Langgasse 126, Niederkassel-Mondorf

Anmeldung: erforderlich unter kinderkultur@familienzentrums-niederkassel.de oder telefonisch 0228/9454374 (Kerstin Lenders); keine Tageskasse

Infos: Ein sauturbulentes Puppentheaterstück für Kinder ab 4 Jahren und die ganze Familie nach dem berühmten englischen Märchen der 3 kleinen Schweinchen.
Die 3 kleinen Schweinchen Bob, Beate und Bernhardt haben nichts anderes im Sinn als Fressen, Spielen und Krach machen. Da muss doch jemand mal ein Machtwort sprechen. So werden sie von den eigenen Eltern aus dem Haus gejagt und müssen ihre eigenen Wege gehen. Jedes Schweinchen baut sich ein eigenes Haus, eins aus Stroh, eins aus Holz und eins aus Stein. Aber die 3 haben nicht mit dem gewitzten Wolf gerechnet, der sich etwas ganz besonderes ausgedacht hat, um sie zu überlisten.

1.2.11. Sommerferienprogramm (Kinder von 6 bis 13 Jahre)

Termin: 27.06. bis 05.08.2022, jeweils montags – freitags von 7:30 Uhr bis 16:00 Uhr

Kosten: 50,- € pro Kind pro Woche (Ermäßigung für Geschwisterkinder sowie z.B. bei SGB II-Bezug)

Veranstalter: Stadt Niederkassel – Fachbereich Jugend – Jugendförderung

Ort: Aufgrund der Corona Situationen noch nicht abzusehen, wird zu einem späteren Zeitpunkt festgelegt

Anmeldung: <https://www.unser-ferienprogramm.de/niederkassel/index.php>

Infos: Das Ferienprogramm ist ein Betreuungsangebot für alle Niederkasseler Kinder und Jugendliche zwischen 6 und 13 Jahren. Genaue Infos über das Programm und die Zeiten finden sie auf dem Anmeldeportal.

1.2.12. Sommerfreizeit nach Südfrankreich (Jugendliche von 14 bis 17 Jahren)

Termin: Samstag, 02.07. bis Samstag, 16.07.2019

Leitung: Jugendleiterin Miriam Edel, Dipl. Soz.Päd. Diakonin

Kosten: 599,- €

Veranstalter: Evangelische Kirchengemeinde Niederkassel; Auferstehungskirche Niederkassel-Ort

Ort: Blajoux in Südfrankreich

Anmeldung: Anmeldeflyer ab Ende Januar erhältlich

Infos: miriam.edel@ekir.de oder 02208/2593
Wir wollen mit 25 Jugendlichen in Südfrankreich am Tran zelten und uns selbst verpflegen. „Natur und Achtsamkeit“ werden von den Veranstaltern

groß geschrieben und wird auch uns in vielerlei Hinsicht sensibilisieren. Wir können dort unter fachlicher Anleitung klettern, Kanufahren, uns von Bergen und in Höhlen abseilen, Höhlentouren machen sowie wandern, Volleyball und Fußball spielen, im Fluss baden, die Seele baumeln lassen und vieles mehr. Die Jugendlichen werden Gemeinschaft erleben, ein ganz besonderes Fleckchen Erde kennen lernen und viele Aktivitäten ausprobieren können.

1.2.13. Ferienspaß in den Sommerferien für Kinder/Jugendliche im Alter von 5 bis 11 Jahren

Termin: Montag, 01.08.2022 bis Samstag, 05.08.2022
angedachte Veranstaltung, konkrete Entscheidung findet erst nach Beruhigung an der „Coronafront“ statt
Bitte ab April auf E-Mail-Newsletter oder Pressemitteilungen schauen oder ggf. bei Frau Schäfer unter 0 22 08 / 77 08 99 oder 0 15 75 / 255 38 59 oder nicole.schaefer@ekir.de nachfragen

Leitung: Dipl. Soz.päd. Nicole Schäfer & Team

Kosten: 25,- €

Veranstalter: Evangelische Kirchengemeinde Niederkassel – Bezirk Süd

Ort: Jugendräume der Maria-Magdalena-Kirche, Oberstr. 205, Niederkassel-Rheidt

Anmeldung: erforderlich unter 0 22 08 / 77 08 99 oder 0 15 75 / 255 38 59 oder nicole.schaefer@ekir.de

1.2.14. „Kinder in Trennungssituationen: Starke Gefühle - Starke Kinder“ – Gruppe für 8- bis 10jährige Kinder

Turnus: montags oder dienstags, insgesamt 9 Termine, jeweils 16:00 Uhr bis 17:30 Uhr

Termine: 2 begleitende Elternabende: jeweils 19:00 Uhr bis 20:30 Uhr
genaue Termine werden noch festgelegt, gegebenenfalls in der Familienberatungsstelle erfragen

Leitung: Antje Frieling, Mitarbeiterin der Familien-, Paar- und Lebensberatungsstelle/ Kinder- und Jugendlichen Psychotherapeutin (VT)

Kosten: kostenlos

Veranstalter: Familien-, Paar- und Lebensberatungsstelle Niederkassel

Ort: Matthiashaus, Rheinstr. 33, Niederkassel-Lülsdorf

Anmeldung: erforderlich; unter (0 22 08) 73 774 oder per Mail unter familienberatungsstelle@niederkassel.de Bei Anmeldung nennen Sie bitte folgende Daten: Namen und Anschriften der Eltern, Geb. Datum des Kindes, Schule, Klasse, Mail Adressen und Telefonnummern beider Eltern. Eine Einverständniserklärung der Sorgeberechtigten ist notwendig.

Infos: Die Familien- Paar- und Lebensberatungsstelle Niederkassel bietet eine Gruppe für Acht- bis Zehnjährige Kinder in Trennungs- und Scheidungssituationen an. Begleitend zur Gruppe finden zwei Elternabende statt, in denen die Sichtweisen der Kinder auf Trennungs- und Scheidungssituationen im Fokus stehen.

Spiel- und kunstpädagogische Methoden ermöglichen, mit Kindern in Kontakt zu kommen und sich untereinander auf verbale wie nonverbale Art auszutauschen. Es wird geübt, gelacht und Neues erprobt. Das gemeinsame Tun macht Freude, fördert die Bewegung und Koordination, verschafft innere Ruhe und Ausgeglichenheit und stärkt das Selbstwertgefühl.

Wir planen mit Jonglieren und einfachen akrobatischen Kunststücken miteinander in Bewegung zu sein. Es wird Elemente geben, bei denen Ruhe und Konzentration im Vordergrund stehen: Das Arbeiten mit Farben und das Modellieren mit Ton bringt den Fokus auf das innere Erleben.

Es geht darum, die Kinder zu stärken, sich in der veränderten Familiensituation zurechtzufinden. Das Angebot bietet den Kindern eine Möglichkeit, sich in geschütztem Rahmen mit diesen schwierigen Gedanken und Gefühlen auseinander zu setzen und darüber hinaus Spaß, Entspannung und Entlastung zu erleben. Die gemeinsamen Erfahrungen der Kinder regen zum Austausch an.

Eltern bleiben, auch wenn sie getrennt sind, Eltern. Die Elternrolle nach der Trennung ist eine andere, als die zusammenlebender Eltern. An zwei Terminen, die begleitend zum Kurs für beide Eltern oder auch für nur einen Elternteil angeboten werden, soll Verständnis und Sicherheit im Umgang mit der neuen Situation gewonnen werden.

Der Kurs für Kinder sowie das Elternangebot bauen jeweils aufeinander auf.

2. Veranstaltungen für Eltern

2.1. Fortlaufende Veranstaltungen

2.1.1. Elterncafé

Turnus: 1 x im Monat, jeweils 8:30 Uhr bis 10:30 Uhr
Termine: 28.01. / 18.02. / 04.03. / 29.04. / 20.05.2022
Kosten: kostenlos
Veranstalter: Familienzentrum Willy-Brandt-Platz in Kooperation mit der Familienberatungsstelle Niederkassel
Ort: Familienzentrum Willy-Brandt-Platz Ranzel
Anmeldung: erforderlich - Tel. 02208-4205 od. kita-willy-brandt-platz@niederkassel.de

2.1.2. Offenes Elterncafé

Turnus: grundsätzlich jeden 1. Donnerstag im Monat, 16:00 Uhr bis 17:30 Uhr
Termine: 03.02. / 03.03. / 07.04. / 05.05. / 02.06.2022
Kosten: kostenlos
Veranstalter: Familienzentrum Villa Kunterbunt Bahnhofstraße
Ort: Familienzentrum Villa Kunterbunt, Bahnhofstr. 144, Rheidt
Anmeldung: erforderlich unter 0 22 08 / 927 500

2.1.3. Offenes Elterncafé

Turnus: grundsätzlich jeden 2. Donnerstag im Monat, 16:00 Uhr bis 17:30 Uhr
Termine: 10.02. / 10.03. / 07.04. / 12.05. / 09.06.2022
Kosten: kostenlos
Veranstalter: Familienzentrum Villa Kunterbunt Sanddornstraße
Ort: Familienzentrum Villa Kunterbunt, Sanddornstr. 20, Niederkassel-Ort
Anmeldung: erforderlich unter 0 22 08 / 914 53 10

2.1.4. Offenes Elterncafé / Elternfrühstück

Turnus: jeden 1. Dienstag im Monat, 8:30 Uhr bis 10:00 Uhr
Kosten: kostenlos
Veranstalter: Städtisches Familienzentrum Pappelweg
Ort: Familienzentrum Pappelweg, Pappelweg 7, Niederkassel-Ort
Anmeldung: erforderlich unter 0 22 08 / 29 27

2.1.5. Offenes Elterncafé

Turnus: jeden Donnerstag, 8:00 Uhr bis 9:00 Uhr
Kosten: kostenlos
Veranstalter: Katholisches Familienzentrum Niederkassel-Nord
Ort: Kindertagesstätte St. Ägidius, Ommerichstr. 68, Ranzel
Anmeldung: nicht erforderlich

2.1.6. Offenes Elterncafé

Turnus: jeden 1. Dienstag im Monat, 8:00 Uhr bis 9:00 Uhr
Kosten: kostenlos
Veranstalter: Katholisches Familienzentrum Niederkassel-Nord
Ort: Kindertagesstätte St. Jakobus, Rheinstr. 27, Lülsdorf
Anmeldung: nicht erforderlich

2.1.7. Offenes Elterncafé

Turnus: jeden Mittwoch, 8:00 Uhr bis 9:00 Uhr
Kosten: kostenlos
Veranstalter: Katholisches Familienzentrum Niederkassel-Nord
Ort: Kindertagesstätte St. Matthäus, Roncallistr. 4, Niederkassel
Anmeldung: nicht erforderlich

2.2. Einzelveranstaltungen und Kurse

2.2.1. „Offene Sprechstunde der Caritas-Erziehungsberatungsstelle“

Termine:	Montag, 24.01.2022 - 14:00 Uhr bis 18:00 Uhr in der Kita St. Ägidius Mittwoch, 16.03.2022 - 10:00 Uhr bis 14:00 Uhr in der Kita St. Jakobus Montag, 02.05.2022 - 14:00 Uhr bis 18:00 Uhr in der Kita St. Matthäus Mittwoch, 08.06.2022 - 10:00 Uhr bis 14:00 Uhr in der Kita St. Ägidius
Leitung:	Frau Claudia Bongartz, Dipl. Sozialpädagogin, systemische Familientherapeutin
Kosten:	kostenlos
Veranstalter:	Kath. Familienzentrum Niederkassel Nord in Kooperation mit der Erziehungsberatungsstelle des Caritasverbandes Bonn
Ort:	KiTa St. Jakobus, Rheinstr. 27, Lülisdorf KiTa St. Ägidius, Ommerichst. 68, Ranzel KiTa St. Matthäus, Roncallistr. 4, Niederkassel
Anmeldung:	in der jeweiligen KiTa oder in der Beratungsstelle Tel.: 0228 – 22 30 88
Infos:	Eltern, Kinder, Jugendliche, junge Erwachsene und Fachkräfte können sich hier ersten Rat holen bei Schwierigkeiten in der Familie, mit Freunden oder in der Schule. Die Beratung ist kostenlos, anonym und unterliegt der Schweigepflicht. Sie steht allen Eltern Niederkassels offen.

2.2.2. „Offene Sprechstunde der Familien-, Paar- und Lebensberatungsstelle“

Termine:	insgesamt 24 Termine 17.01. / 14.03. / 09.05. / 22.08. / 26.09. / 21.11.22 - jeweils von 8:15 Uhr bis 10:15 Uhr in der Villa Kunterbunt Bahnhofstr. 15.02. / 28.04. / 14.06. / 16.08. / 04.10. / 13.12.22 - jeweils von 08:00 Uhr bis 10:00 Uhr im Familienzentrum Pappelweg 10.02. / 17.03. / 28.04. / 25.08. / 20.10. / 17.11.22 - jeweils von 09:00 Uhr bis 11:00 Uhr in der Villa Kunterbunt Sanddornstr. 28.01. / 04.03. / 29.04. / 19.08. / 30.09. / 02.12.22 - jeweils von 8:15 Uhr bis 10:15 Uhr im Familienzentrum Willy-Brandt-Platz
Leitung:	Mitarbeiterinnen der Familien-, Paar- und Lebensberatungsstelle
Kosten:	kostenlos
Veranstalter:	Familien-, Paar- und Lebensberatungsstelle Niederkassel in Kooperation mit den folgend genannten Familienzentren
Ort:	Die Mitarbeiterinnen der Familien-, Paar- und Lebensberatungsstelle stehen Ihnen im Schnitt 2mal im Monat an folgenden Orten zur einer Offenen Sprechstunde zur Verfügung: Städtisches Familienzentrum Willy-Brandt-Platz, Familienzentrum Villa Kunterbunt Bahnhofstraße, Städtisches Familienzentrum Pappelweg, Familienzentrum Villa Kunterbunt Sanddornstraße.
Infos:	Die Beratung ist kostenlos, anonym und unterliegt der Schweigepflicht. Sie steht allen Eltern Niederkassels offen.

2.2.3. Kindernotfall-Kurs „Erste Hilfe bei Kindern“

Termin:	Samstag, xx.xx.2022 - 9:30 Uhr bis 12:30 Uhr Mehrere Erste-Hilfe-Kurse im 1. Halbjahr vorgesehen - Dauer ca. 3 Stunden, konkrete Terminierung findet erst nach Beruhigung an der „Coronafront“ stand Bitte dann auf E-Mail Newsletter, Pressemitteilungen und Homepage schauen oder ggf. unter kinderkultur@familienzentrum-niederkassel.de oder telefonisch bei Frau Lenders (02 28 / 94 54 374) anfragen
Leitung:	Dr. med. Kira Jungbluth und Sharon Lia Wilson (Kinderärztinnen) von „Kinderhelden“
Kosten:	45,- € pro Person

Veranstalter: Familienzentrum Villa Kunterbunt Sanddornstraße in Kooperation mit Kinderhelden
 Ort: Familienzentrum Villa Kunterbunt, Sanddornstraße 20, 53859 Niederkassel-Ort
 Anmeldung: kinderkultur@familienzentrum-niederkassel.de oder telefonisch bei Frau Lenders (02 28 / 94 54 374)
 Infos: Für Eltern, Großeltern und Babysitter - Die Kurse finden unter den jeweils geltenden Corona-Vorgaben statt!
 Das Familienzentrum Villa Kunterbunt bietet in Kooperation mit „Kinderhelden“ einen Kindernotfallkurs an. Diese finden in regelmäßigen Abständen statt
 Zwei erfahrene Kinderärztinnen der Uniklinik Bonn vermitteln den Teilnehmer/innen alle notwendigen Verhaltensweisen, um im Ernstfall das Richtige zu tun. Die Themen betreffen sowohl Kinder als auch Säuglinge. Daher eignet sich der Kurs für Betreuungspersonen von Kindern aller Altersgruppen.
 Nach einem interaktiven Vortrag zu den häufigsten Notfallsituationen trainieren die Teilnehmer/innen gemeinsam verschiedene Handgriffe, falls sich ein Kind bedrohlich verschluckt und üben ausführlich die Herz-Lungen-Wiederbelebung an realistischen Säuglings- und Kinderpuppen. Durch eine kleine Kursgruppe von maximal 20 Personen bleibt viel Raum für individuelle Fragen.

2.2.4. Funktionelles Outdoor-Training

Termin: 07.02.2022 bis 25.04.2022 – insgesamt 8 Trainingseinheiten innerhalb dieses Zeitraums von 10 Wochen
 Kurs I : Montags von 18:15 bis 19:15 Uhr
 Kurs II: Montags von 19:15 bis 20:15 Uhr
 Leitung: Ina Becker-Piontek, Fitnesstrainer B-Lizenz, Group-Trainer, Funktional-Trainer
 Kosten: 8 Treffen für 48,- €
 Veranstalter: Städt. Familienzentrum Willy-Brandt -Platz
 Ort: Spielplatz in der Ommerichstr. in Ranzel:
 Anmeldung: bei Ina Becker-Piontek, 0176-56524102
 Infos: Wir bewegen uns an der frischen Luft..... Ein Kraft-Ausdauertraining mit Elementen aus dem Crossfit und Funktionellem Training. Dem jeweiligen Fitnesslevel angepasst.

2.2.5. Themenabend: Cybermobbing

Termin: Mittwoch, 09.02.2022 - 19:00 Uhr
 Leitung: Melanie Kabus, Journalistin & Medientrainerin der LfM
 Kosten: Kostenfrei. Spenden sind herzlich willkommen.
 Veranstalter: Katholisches Familienzentrum Niederkassel-Nord in Kooperation mit dem kath. Bildungswerk Rhein-Sieg
 Ort: Matthiashaus, Rheinstr. 33, Niederkassel-Lülsdorf
 Anmeldung: Bitte bei Frau Pacholski unter 02208/ 5000954 (Mo-Do 9-13 Uhr) oder per Mail an familienzentrum@k-k-n-n.de
 Infos: Ein großer Teil der Kommunikation von Kindern und Jugendlichen geschieht heute im digitalen Raum. Konflikte und Mobbing werden ebenfalls hier ausgetragen. Gerade die Pandemie hat durch wachsende Online-Zeiten das Konfliktpotential weiter verschärft: Wie äußern sich wichtige Warnzeichen? Wie können Kinder und Jugendliche Menschen geschützt und bestmöglich begleitet werden? Welche konkreten Tipps gibt es für Familien?

2.2.6. Themenabend: Erziehung positiv im Alltag umsetzen

Termin: Mittwoch, 09.02.2022 – 19:30 Uhr bis 21:45 Uhr
Leitung: Stephanie Heer
Kosten: kostenlos
Veranstalter: Städt. Familienzentrum Willy-Brandt- Platz in Kooperation mit DRK Familienbildung Rhein-Sieg
Ort: Städtisches Familienzentrum Willy-Brandt Platz 2, Niederkassel-Ranzel
Anmeldung: kita-willy-brandt-platz@niederkassel.de oder Tel: 02208-4205
Infos: Alle Eltern kennen Situationen mit ihrem Kind, die einfach nicht so laufen, wie man es sich vorstellt. Es gibt Konflikte und Streitereien, die immer wieder um die gleichen Themen kreisen, es geht um Hausaufgaben oder das Aufräumen.
An diesem Abend sollen ihnen Möglichkeiten vorgestellt werden, die sie nutzen können, um die Beziehung zu ihrem Kind zu stärken. Wir wollen nach Wegen suchen, um gemeinsam mit dem Kind Konflikte zu verhindern und aus den täglichen Kreisläufen auszubrechen.

2.2.7. Fit durchs Jahr - Heilpflanzen im Jahreszyklus

Termin: Mittwoch, 16.02.2022, 18:00 bis 21:00 Uhr
Leitung: Ute Kühn, Kräuterpädagogin
Kosten: 25,- € €
Veranstalter: vhs Troisdorf und Niederkassel
Ort: Troisdorf
Anmeldung: erforderlich, bei der vhs unter www.vhs-tdf-ndk.de

2.2.8. Rückenfit – Programm zur Stärkung der Körpermitte

Termin: 17.02.2022 bis 21.04.2022
Kurs I : Donnerstags von 17:30 Uhr bis 18:30 Uhr
Kurs II: Donnerstags von 18:45 Uhr bis 19:45 Uhr
Leitung: Ina Becker-Piontek, Fitnesstrainer B-Lizenz, Group-Trainer, Funktional-Trainer
Kosten: bitte bei Ina Becker-Piontek erfragen
Veranstalter: Städt. Familienzentrum Willy-Brandt -Platz
Ort: Städtisches Familienzentrum Willy-Brandt Platz 2, Niederkassel-Ranzel oder outdoor auf dem Spielplatz
Anmeldung: bei Ina Becker-Piontek, 0176-56524102
Infos: Kurs zur Stärkung der Körpermitte. Wir dehnen, mobilisieren und stabilisieren den Rücken, Nacken, Bauch und die Hüfte und stärken dadurch unsere Körpermitte.

2.2.9. Workshop: Nähen intensiv für Anfänger

Termin: Freitag, 18.02.2022 - 16:30 Uhr bis 19:30 Uhr
Samstag, 19.02.2022 - 11:00 Uhr bis 17:00 Uhr
Leitung: Zuzana Mäkinen, vhs-Dozentin
Kosten: 42,60 €
Veranstalter: vhs Troisdorf und Niederkassel
Ort: Niederkassel
Anmeldung: erforderlich, bei der vhs unter www.vhs-tdf-ndk.de

2.2.10. Meditation kennenlernen und ausprobieren

Termin: Mittwoch, 02.03.2022 - 18:30 bis 20:00 Uhr
Leitung: Beatrix Zimpel, vhs-Dozentin
Kosten: 11,70 €
Veranstalter: vhs Troisdorf und Niederkassel
Ort: Troisdorf
Anmeldung: erforderlich, bei der vhs unter www.vhs-tdf-ndk.de

2.2.11. Yogilates

Termin: ab Dienstag, 08.03.2022 - 10 Termine – jeweils 15:00 Uhr bis 16:30 Uhr
Leitung: Saskia Macht, Yogalehrerin
Kosten: 50,- €
Veranstalter: vhs Troisdorf und Niederkassel
Ort: Troisdorf
Anmeldung: erforderlich, bei der vhs unter www.vhs-tdf-ndk.de

2.2.12. Elternseminar „Schlaf, Kindchen, schlaf“ – Schlafprobleme bei Kindern verstehen und begleiten

Termin: Dienstag, 08.03.2022 – 19:30 Uhr bis 21:00 Uhr
Leitung: Frau Kristin Weppler
Kosten: kostenlos
Veranstalter: Lebenshilfe Familienbildungsstätte St. Augustin (FABI Rhein-Sieg) in Kooperation mit dem Familienzentrum Pappelweg
Ort: Familienzentrum Pappelweg, Pappelweg 7, Niederkassel-Ort
Anmeldung: erforderlich; direkt bei der Familienbildungsstätte Sankt Augustin, Tel. (0 22 41) 34 18 38 bzw. unter fab-rheinsieg@lebenshilfe-nrw.de ; Kurs-Nr. 2022-RG-821

2.2.13. Walking plus Workout

Termin: ab Donnerstag, 10.03.2022, 12 Termine, jeweils 09:45 Uhr bis 11:15 Uhr
Leitung: Sabine Adels, Trainerin
Kosten: 48,- €
Veranstalter: vhs Troisdorf und Niederkassel
Ort: Niederkassel
Anmeldung: erforderlich, bei der vhs unter www.vhs-tdf-ndk.de

2.2.14. „Wer hat dem Maulwurf auf den Kopf gemacht?“- Informationsabend zur Sauberkeitserziehung

Termin: Donnerstag, 10.03.2022 – 19:30 Uhr bis 21:00 Uhr
Leitung: Kathrin Lamberts-Broden, Dipl. Pädagogin
Kosten: kostenlos
Veranstalter: Lebenshilfe Familienbildungsstätte St. Augustin (FABI Rhein-Sieg) in Kooperation mit dem Familienzentrum Pappelweg
Ort: Familienzentrum Pappelweg, Pappelweg 7, Niederkassel-Ort
Anmeldung: erforderlich; direkt bei der Familienbildungsstätte Sankt Augustin, Tel. (0 22 41) 34 18 38 bzw. unter fab-rheinsieg@lebenshilfe-nrw.de ; Kurs-Nr. 2022-RG-825
Infos: Informationsabend zur Sauberkeitserziehung zu Hause und in der Kita. Ihr Kind zeigt selbst Interesse an Toilette und Windelinhalt? Nun ist der Zeitpunkt gekommen: Ihr Kind wird sauber. Sie können Ihr Kind bei diesem wichtigen Schritt unterstützen. Jetzt ist es besonders wichtig, dass Eltern und Erzieherinnen dies gemeinsam unterstützen. Der Vortrag gibt praxisnahe Tipps und Anregungen für zu Hause und die Kita. Konkrete Verhaltensmöglichkeiten können auf Wunsch im anschließenden Gespräch vermittelt werden.

2.2.15. Freiheit und Grenzen in der Kindererziehung

Termin: Montag, 14.03.2022 – 19:30 Uhr bis 21:45 Uhr
Leitung: Irmgard Boos-Hammes, Dipl. Sozialpädagogin/Erzieherin
Kosten: kostenlos, Spenden sind herzlich willkommen.
Veranstalter: Katholisches Familienzentrum Niederkassel-Nord in Kooperation mit dem kath. Bildungswerk Rhein-Sieg
Ort: Matthiashaus, Rheinstr. 33, Niederkassel-Lülsdorf

Anmeldung: Bitte bei Frau Pacholski unter 02208/ 5000954 (dienstags 9-12 Uhr) oder per Mail an familienzentrum@k-k-n-n.de

Infos: Kinder brauchen Freiräume, Kinder brauchen aber auch Grenzen. Diese orientieren sich unter anderem an den Entwicklungsphasen der Kinder. Wann sind Grenzen wichtig? Wie kann ich Grenzen setzen ohne mein Kind in der Entwicklung zu bremsen? Wie viel Freiraum kann ich meinem Kind lassen, ohne inkonsequent zu wirken? Wie reagiere ich bei Grenzüberschreitungen? Wie kann ich mit Konflikten umgehen - am besten ohne Geschrei?

An diesem Abend erhalten Eltern Antworten auf diese Fragen und gewinnen so Sicherheit im Umgang mit Grenzen und Konflikten insbesondere mit Kindern im Kindergarten- und Schulalter.

2.2.16. Workshop: Nähen zero waste

Termin: Freitag, 22.04.2022 - 18:00 Uhr bis 21:15 Uhr
Samstag, 23.04.2022 - 11:00 Uhr bis 16:00 Uhr

Leitung: Zuzana Mäkinen, vhs-Dozentin

Kosten: 36,70 €

Veranstalter: vhs Troisdorf und Niederkassel

Ort: Troisdorf

Anmeldung: erforderlich, bei der vhs unter www.vhs-tdf-ndk.de

2.2.17. Frauenkurs: Selbstbehauptung + Selbstverteidigung (ab ca.16 Jahren)

Termin: Dienstags, 26.04. / 03.05. / 10.05. 7 17.05.2022 – jeweils 18:30 Uhr bis 20:00 Uhr

Leitung: Ina Krachten, Diplomsporthlehrerin und geprüfte Trainerin für Frauensicherheitstraining

Kosten: 79,- €

Veranstalter: Ina Krachten in Kooperation mit dem FZ Porz der Diakonie Michaelshoven

Ort: Turnhalle der Kita Himmelsstürmer, Helmholtzstr. 11, 51145 Köln

Anmeldung: erforderlich über ina.krachten@netzwerk-praevention.net oder Telefon: 0170 - 9031257

Infos: In dem Sicherheitstraining erlernen die Frauen ein ganzheitliches und effektives Selbstschutzkonzept, das zudem das Selbstwertgefühl stärkt und ein selbstbewusstes Auftreten fördert. Die Kursinhalte sind durch drei Bereiche bestimmt: **1. Prävention 2. Intervention 3. Selbstverteidigung** Alle drei Punkte sind eng miteinander verknüpft. Wissen und Können in diesen Bereichen sind die Voraussetzung für ein selbstbewusstes, selbstbestimmtes Leben einer Frau, die sich im Alltag behaupten und auch in Notsituationen wehren kann.

2.2.18. Workshop für Väter: „Väter können das! - erfolgreich sein in Beruf und Familie“

Termin: Dienstag, 26.04.2022 – 19:00 Uhr bis 20:30 Uhr

Leitung: Hans G. Nelles, Sozialwissenschaftler & Vorsitzender der LAG Väterarbeit

Kosten: kostenlos

Veranstalter: Katholisches Familienzentrum Niederkassel-Nord in Kooperation mit dem kath. Bildungswerk Rhein-Sieg

Ort: Roncallihaus, Pastor-Grimm-Str. 11, Niederkassel-Ort

Anmeldung: Bitte bei Frau Pacholski unter 02208/ 5000954 (dienstags 9-12 Uhr) oder per Mail an familienzentrum@k-k-n-n.de

Infos: Im Workshop 'VÄTER KÖNNEN DAS!' geht es vor allem darum, die eigene Position im Spannungsfeld von Familie und Beruf zu klären und Strategien zu entwickeln, die eigenen Ansprüche mit den Erwartungen der Partnerin, den Kindern und dem/der Arbeitgebenden zufriedenstellend

abstimmen und verwirklichen zu können. Das wird thematisiert:

- Alte Einsichten ... und die Suche nach neuen Rollen
- Arbeit ist nur das halbe Leben Konsequenzen aus der Pandemie
- Was Unternehmen und Vätern nutzt Möglichkeiten & Potenziale neuer Normalitäten
- Worauf es ankommt etwas zu Kosten, Nutzen und Motivation
- Wie Väter & Führungskräfte von Morgen ticken demografische Entwicklungen und Wertewandel

Die Veranstaltung richtet sich sowohl an Väter mit Krabbel- und Vorschulkindern als auch an solche deren Kids schon die Schule besuchen.

2.2.19. „Beruf und Familie in Balance- Mehr Leichtigkeit statt Alltagsstress“

Termin: Mittwoch, 27.04.2022 – 19:30 Uhr bis 21:00 Uhr
Leitung: Frau Silke Herchenbach
Kosten: kostenlos
Veranstalter: Lebenshilfe Familienbildungsstätte St. Augustin (FABI Rhein-Sieg) in Kooperation mit dem Familienzentrum Pappelweg
Ort: Familienzentrum Pappelweg, Pappelweg 7, Niederkassel-Ort
Anmeldung: erforderlich; direkt bei der Familienbildungsstätte Sankt Augustin, Tel. (0 22 41) 34 18 38 bzw. unter fab-rheinsieg@lebenshilfe-nrw.de ; Kurs-Nr. 2022-RG-831
Infos: Ein Angebot speziell für berufstätige Eltern. Finden Sie heraus, wie Sie mehr Leichtigkeit in den Alltag bringen können.

2.2.20. Elternabend „Doktorspiele in der Kita“

Termin: Donnerstag, 28.04.2022 – 19:30 Uhr
Leitung: Thomas Pieger, Sexualpädagoge
Kosten: kostenlos
Veranstalter: Familienzentrum Villa Kunterbunt Sanddornstr.
Ort: Familienzentrum Villa Kunterbunt, Sanddornstr. 20, 53859 Niederkassel-Rheidt
Anmeldung: erforderlich; telefonisch unter 0 22 08 / 927 500 oder per Mail unter info@familienzentrum-niederkassel.de

2.2.21. „Erste Hilfe am Kind“

Termin: Samstag, 07.05.2022 – 10:00 Uhr bis 12:15 Uhr
Leitung: Marion Eichinger, Krankenschwester
Kosten: kostenlos, Spenden sind herzlich willkommen
Veranstalter: Katholisches Familienzentrum Niederkassel-Nord in Kooperation mit dem kath. Bildungswerk Rhein-Sieg
Ort: Matthiashaus, Rheinstr. 33, Niederkassel-Lülsdorf
Anmeldung: Erforderlich. Bei Frau Pacholski unter 02208/ 5000954 (Mo. bis Do. 9-13 Uhr) oder per Mail an familienzentrum@k-k-n-n.de
Infos: Kindernotfälle -was tun? Im Notfall richtig handeln ist einfach, wenn man weiß wie. Anhand von Beispielen und praktischen Übungen werden Ihnen die Grundlagen und wichtigsten Maßnahmen der Ersten Hilfe bei Kindern vermittelt. Individuell werden die Fragen der Teilnehmer beantwortet und wenn der Zeitrahmen es zulässt, Wunschthemen behandelt.

2.2.22. Mama, warum hast du einen Busen und Papa nicht? - Informationsveranstaltung zur sexuellen Entwicklung im Kindergartenalter“

Termin: Dienstag, 10.05.2022 – 19:30 Uhr bis 21:00 Uhr
Leitung: Kathrin Wegmann, Sexualpädagogin
Kosten: kostenlos

Veranstalter: Lebenshilfe Familienbildungsstätte St. Augustin (FABI Rhein-Sieg) in Kooperation mit dem Familienzentrum Pappelweg
Ort: Familienzentrum Pappelweg, Pappelweg 7, Niederkassel-Ort
Anmeldung: Bei der Lebenshilfe Familienbildungsstätte, Tel. (0 22 41) 34 18 38 bzw. unter fab-rheinsieg@lebenshilfe-nrw.de; Kursnummer: 2022-RG-823
Infos: Ein Themenelternabend der bereits in der Vergangenheit guten Anklang gefunden hat. Er wird auf Wunsch der Eltern wiederholt. Fragen und Diskussionen ausdrücklich erwünscht.

2.2.23. Themenabend: Eingewöhnung in die erste Fremdbetreuung

Termin: Mittwoch, 11.05.2022 – 19:30 Uhr bis 21:45 Uhr
Leitung: Sylwia Bocianski, Systemische Therapeutin / Familientherapeutin (DGSF)
Kosten: kostenlos
Veranstalter: Städt. Familienzentrum Willy-Brandt-Platz in Kooperation mit DRK Familienbildung Rhein-Sieg
Ort: Städtisches Familienzentrum Willy-Brandt Platz 2, Niederkassel-Ranzel
Anmeldung: beim DRK Tel.: 02241- 59 69 79 10 oder familienbildung@drk-rheinsieg.de
Infos: Eingewöhnung in die erste Fremdbetreuung. Was gibt es zu beachten und wie können wir eine gute Eingewöhnung gestalten ?
Wäre es besser, eine kurz, knackige Eingewöhnung zu gestalten oder sollte man sich doch lieber etwas mehr Ruhe und Zeit lassen ? Und wie könnte ein bindungsorientierter Ablauf eigentlich aussehen ?
Diesen und weiteren Fragen möchte ich gerne mit Ihnen gemeinsam auf den Grund gehen.

2.2.24. Yoga für Berufstätige

Termin: ab Mittwoch, 11.05.2022 - 7 Termine, Uhrzeit bei der vhs erfragen unter 02241 – 8744-0
Leitung: Saskia Macht, Yogalehrerin
Kosten: 35,- €
Veranstalter: vhs Troisdorf und Niederkassel
Ort: Niederkassel
Anmeldung: erforderlich, bei der vhs unter www.vhs-tdf-ndk.de

2.2.25. Psychomotorik aktiv!

Termin: Donnerstag, 19.05.2022 – 19:30 Uhr bis max. 21:30 Uhr
Leitung: Jennifer Lütke, Motopädin
Kosten: kostenlos
Veranstalter: Familienzentrum Villa Kunterbunt Bahnhofstraße
Ort: Familienzentrum Villa Kunterbunt, Bahnhofstr. 144, Niederkassel-Rheidt
Anmeldung: erforderlich; telefonisch unter 0 22 08 / 927 500 oder per Mail unter info@familienzentrum-niederkassel.de
Infos: Wer Psychomotorik mit allen Sinnen erleben möchte sowie zugleich Material- und Spielideen sammeln möchte, ist zu diesem Abend eingeladen. Die Referentin wird an diesem Abend aus ihrem reichhaltigen Fundus schöpfen und die Teilnehmer aktiv einbinden. Der Abend richtet sich an Eltern, aber auch pädagogische Mitarbeiter und Tagespflegepersonen sind herzlich eingeladen. Bequeme Kleidung empfohlen.

2.2.26. Schuldnerberatung

Turnus: Vierter Montag im Monat, 9:00 Uhr bis 11:00 Uhr
Termine: 23.05. / 27.06. / 25.07.2022
Durchführung: SKM Rhein-Sieg
Kosten: kostenlos

Veranstalter: Kath. Familienzentrum Niederkassel Nord in Kooperation mit dem SKM Rhein Sieg
Ort: Pfarrbüro St. Ägidius, Ommerichstr. 68, Ranzel
Anmeldung: Erforderlich unter der Tel.-Nr.: 02241/177816
Infos: Der SKM - Katholischer Verein für soziale Dienste im Rhein-Sieg-Kreis e.V. leistet seit der Gründung im Jahre 1925 gemeinnützige, sozial-caritative Arbeit im Dienst der Kirche und Gesellschaft. Qualifizierte Fachkräfte beraten Sie kostenlos und vertraulich bei finanziellen Notlagen und entwickeln gemeinsam mit Ihnen eine Lösung für Ihr Schuldenproblem.

2.2.27. Exkursion: Arboretum Park Härle

Termin: Mittwoch, 08.06.2022 – 14:00 Uhr bis 16:00 Uhr
Leitung: Elisabeth Sternberg, vhs-Dozentin
Kosten: 17,95 €
Veranstalter: vhs Troisdorf und Niederkassel
Ort: Bonn
Anmeldung: erforderlich, bei der vhs unter www.vhs-tdf-ndk.de

2.2.28. Workshop: Nähen (lernen) intensiv

Termin: Freitag, 08.07.2022 - 18:00 Uhr bis 19:30 Uhr
Samstag, 09.07.2022 - 11:00 Uhr bis 14:45 Uhr
Leitung: Elke Hüsson, Schneiderin
Kosten: 30,- €
Veranstalter: vhs Troisdorf und Niederkassel
Ort: Troisdorf
Anmeldung: erforderlich, bei der vhs unter www.vhs-tdf-ndk.de

2.2.29. Yoga

Termin: Donnerstags - genaue Termine und Uhrzeiten bei der Dozentin erfragen
Leitung: Janine Lorenz, staatlich geprüfte Gymnastiklehrerin
Kosten: bei der Dozentin erfragen
Veranstalter: Janine Lorenz in Zusammenarbeit mit Familienzentrum Villa Kunterbunt
Ort: bei der Dozentin erfragen
Anmeldung: unter www.janine-lorenz.de oder info@janine-lorenz.de
Infos: Yoga richtet sich an Menschen, die ihrem Körper etwas gutes tun wollen. An Menschen, die den Körper kräftigen und entspannen möchten. Durch das Regelmässige Üben, können positive Auswirkungen, wie Stressabbau, entspannter und Klarheit, verspürt werden. Ebenfalls können auch Verspannungen gelöst werden. Der Kurs ist für Yogaeinsteiger geeignet, da wir uns mit den Basics beschäftigen.

2.2.30. Yoga in der Schwangerschaft

Termin: Donnerstags - genaue Termine und Uhrzeiten bei der Dozentin erfragen
Leitung: Janine Lorenz, staatlich geprüfte Gymnastiklehrerin und Trainerin für Schwangerschaftsgymnastik
Kosten: bei der Dozentin erfragen
Veranstalter: Janine Lorenz in Zusammenarbeit mit Familienzentrum Villa Kunterbunt
Ort: bei der Dozentin erfragen
Anmeldung: unter www.janine-lorenz.de oder info@janine-lorenz.de
Infos: Wichtig ist, das sich die Schwangere in Ihrem Körper wohlfühlen kann, damit sie die Schwangerschaft auch in vollen Zügen genießen kann. Trotz dem wachsendem Bauch soll sie ihre Weiblichkeit erfahren. Yoga in der Schwangerschaft soll auf der einen Seite der Schwangeren Kraft geben, aber auch die Möglichkeit, aufkommende Ängste und / oder Stress abzubauen. Sie soll sich in der Rolle als zukünftige Mama wiederfinden und

diese Zeit genießen können. Die Atmung spielt im Yoga sowie in der Schwangerschaft und auch während der Geburt eine wichtige Rolle. Während der Entspannung und Meditation beschäftigen wir uns mit der Atmung. Die Atmung wird in die Asanas (Körperübung) angewendet. Durch das Üben der Bauchatmung werden die Schwangeren immer „sicherer“ mit der bewussten Atmung. Sie atmen tiefer, ruhiger und fließender. Dies kommt der Schwangeren unter der Geburt wieder zu gute.

2.2.31. Ganzheitliches Rückentraining

Termin: Donnerstags - genaue Termine und Uhrzeiten bei der Dozentin erfragen
Leitung: Janine Lorenz, staatlich geprüfte Gymnastiklehrerin und krankenkassenzertifizierte Entspannungstrainiererin nach §20 SGB V
Kosten: bei der Dozentin erfragen, Kurs ist krankenkassenzertifiziert
Veranstalter: Janine Lorenz in Zusammenarbeit mit Familienzentrum Villa Kunterbunt
Ort: bei der Dozentin erfragen
Anmeldung: unter www.janine-lorenz.de oder info@janine-lorenz.de
Infos: Rückenschmerzen kennt jeder und ist leider eine Volkskrankheit geworden. Damit keine Rückenschmerzen auftreten bzw. vielleicht sogar eine leichte Linderung erzielen, gibt es diesen Kurs.
Durch einfache Übungen und Erklärungen werden die Übungen vom Kursleiter erklärt und können nach dem Erlernen auch zuhause in den Alltag mit einbaut werden.
Wir besprechen den Aufbau der Wirbelsäule und was noch so alles zu einem Rückentraining dazugehört.
Tue Dir und deinem Rücken was gutes!

2.2.32. Elternkurs: „Ruhe finden - kraftvoll sein“ im Umgang mit meinem Kind

Termin: Kurs 1 (Wochenendkurs): Freitag - 17:00 Uhr bis 21:00 Uhr und Samstag, - 11:00 Uhr bis 14:00 Uhr
Kurs 2 (fortlaufender Kurs): Dienstags Vormittags, 9:00 Uhr bis 10:30 Uhr
Kurs 3 (fortlaufender Kurs): Dienstags Abends, 19:00 Uhr bis 21:00 Uhr
Termine noch offen, werden noch festgelegt
Bei Interesse bitte in der Familienberatungsstelle melden, Sie werden dann über die Termine informiert
Leitung: Heidemarie Müller, systemische Therapie und Supervision; Mitarbeiterin der Familien-, Paar- und Lebensberatungsstelle
Kirsten van Well, Diplomsportpädagogin, Achtsamkeitsbasierte Kommunikation, Gewaltprävention
Kosten: kostenlos
Veranstalter: Familien-, Paar- und Lebensberatungsstelle Niederkassel
Ort: Karl-Hass-Str. 11; 53859 Niederkassel
Anmeldung: erforderlich; unter (0 22 08) 73 774 oder per Mail unter familienberatungsstelle@niederkassel.de Bei Anmeldung nennen Sie bitte folgende Daten: Ihren Namen und Geburtsdatum, Anzahl und Alter ihrer Kinder, ihre Postadresse, Mail Adresse und Telefonnummer
Infos: Dieses Angebot ist für Wieder- und Neueinsteiger*innen geeignet.
Als Eltern erfüllen Sie eine der schönsten, anstrengendsten, schwierigsten und stressreichsten Aufgaben. Sie begleiten ihre Kinder durch wichtige Entwicklungsphasen in denen sich durch Begegnung und Auseinandersetzung Herz, Seele und Bewusstsein ausbilden.
Dieser Kurs unterstützt Eltern, gelassen und klar im Umgang mit ihrem Kind zu sein.
Wir machen sanfte Körper- und Atemübungen, die in den eigenen Alltag integriert werden können, achtsamkeits- und selbstwertstärkende Übungen, tauschen uns aus über die Herausforderung der Elternrolle und gehen ein auf Themen, die von den Teilnehmer*innen kommen. Unser Ziel

ist es, dass Sie hilfreiche Anregungen mitnehmen können und im Eltern-Sein gestärkt werden.
Ganz gleich, wie beschwerlich das Gestern war, stets kannst du heute von neuem beginnen.

2.2.33. „Trennung meistern – Kinder stärken“ - Ein Angebot für getrennte Eltern

- Termin: 6 Abende - jeweils 17:00 Uhr bis 20:00 Uhr – konkrete Daten werden noch bekannt gegeben
- Leitung: Heidemarie Müller, Familien-, Paar- und Lebensberatungsstelle
Anke Schäfer, Familien-, Paar- und Lebensberatungsstelle
- Kosten: kostenlos
- Veranstalter: Familien-, Paar- und Lebensberatungsstelle Niederkassel
- Ort: wird noch bekannt gegeben
- Anmeldung: erforderlich; unter (0 22 08) 73 774 oder per Mail unter familienberatungsstelle@niederkassel.de
- Infos: Das Kurskonzept „Trennung meistern – Kinder stärken“ wird mittlerweile in vielen Kommunen in ganz Deutschland angeboten, um Eltern ein besonderes Einfühlungsvermögen in die Situation ihrer Kinder zu ermöglichen. Das Besondere dieses Kurses ist, dass die Eltern nicht gemeinsam an den Abenden teilnehmen, sondern jedes Elternteil seine eigene Gruppe besucht.
Gemeinsam mit anderen getrennten Elternteilen werden an sechs Abenden die besonderen Lebensumstände von getrennten Familien betrachtet und gute Möglichkeiten für den Umgang mit der Trennung können entwickelt werden. Im Mittelpunkt steht dabei immer das Kind, welches als schwächstes Mitglied der Familie besondere Unterstützung benötigt.
In dem Kurs geht es darum, aus hochkochenden Emotionen und Konflikten auszusteigen und wieder gut für sich zu sorgen. Die oftmals festgefahrene Kommunikation kann durch neue Handlungsmöglichkeiten erleichtert werden.
Gemeinsam nehmen wir die Gefühle und Bedürfnisse Ihrer Kinder in den Blick. So kann die Elternschaft trotz Trennung weiterhin positiv gestaltet werden.

Organisation und Ablauf des Elterntrainings

- Das Angebot findet in kleinen Gruppen mit 6 – 10 Teilnehmern statt
- Die Elternteile nehmen an getrennten Gruppen teil
- Die Gruppen finden an 6 Abenden statt
- Die Abende werden gestaltet mit Impulsvorträgen, Übungen und Gesprächen

3. Eltern-Kind-Veranstaltungen

3.1. Fortlaufende Veranstaltungen

3.1.1. Eltern-Kind-Bewegungsspaß von klein auf (für Kleinkinder im Alter von 9 bis 18 Monaten)

Turnus: jeweils montags, 9:00 Uhr bis 9:45 Uhr
Termine: 02.05. bis 27.06.2022
Leitung: Frau Annika Chirulli
Kosten: Bitte bei der Anmeldung erfragen
Veranstalter: Kath. Familienzentrum Niederkassel Nord in Kooperation mit dem kath. Bildungswerk des Rhein- Sieg- Kreises
Ort: Franziskushaus, Rheinstr. 31, 53859 Niederkassel-Lülsdorf
Anmeldung: erforderlich; bei Frau Chirulli: Tel. 0177 / 7595156 oder per Mail an annikachirulli@gmail.com

3.1.2. Eltern-Kind-Bewegungsspaß (für Kleinkinder im Alter von 18 bis 36 Monaten)

Turnus: jeweils montags, 10:00 Uhr bis 10:45 Uhr
Termine: 02.05. bis 27.06.2022
Leitung: Frau Annika Chirulli
Kosten: Bitte bei der Anmeldung erfragen
Veranstalter: Kath. Familienzentrum Niederkassel Nord in Kooperation mit dem kath. Bildungswerk des Rhein- Sieg- Kreises
Ort: Franziskushaus, Rheinstr. 31, 53859 Niederkassel-Lülsdorf
Anmeldung: erforderlich; bei Frau Chirulli: Tel. 0177 / 7595156 oder per Mail an annikachirulli@gmail.com

3.1.3. Eltern-Kind-Bewegungsspaß (für Kleinkinder im Alter von 18 bis 36 Monaten)

Turnus: jeweils montags, 11:00 Uhr bis 11:45 Uhr
Termine: 02.05. bis 27.06.2022
Leitung: Frau Annika Chirulli
Kosten: Bitte bei der Anmeldung erfragen
Veranstalter: Kath. Familienzentrum Niederkassel Nord in Kooperation mit dem kath. Bildungswerk des Rhein- Sieg-Kreises
Ort: Franziskushaus, Rheinstr. 31, 53859 Niederkassel-Lülsdorf
Anmeldung: erforderlich; bei Frau Chirulli: Tel. 0177 / 7595156 oder per Mail an annikachirulli@gmail.com

3.1.4. Eltern-Kind-Spielgruppe für 1 bis 3 Jährige

Turnus: jeweils montags, 14:45 bis 16:15 Uhr
Termine: 1. Kurs: 10.01. bis 04.04.2022
2. Kurs: 25.04. bis 20.06.2021
Leitung: Frau Desiree Czybulka, diplomierte Krabbel- & Spielgruppenleitung
Kosten: 1. Kurs: 66,- €
2. Kurs: 33,- €
Veranstalter: Kath. Familienzentrum Niederkassel Nord in Kooperation mit DRK Familienbildungswerk Kreisverband Rhein-Sieg e. V.
Ort: Matthiashaus, Rheinstr. 33, 53859 Niederkassel-Lülsdorf
Anmeldung: erforderlich. Beim Familienbildungswerk unter Tel.: 02241 / 5969 - 7910 oder familienbildung@drk-rhein-sieg.de

3.1.5. Eltern-Kind-Gruppe (ab ca. 1 Jahr bis 3 Jahre)

Turnus: jeweils dienstags, 09:15 Uhr bis 10:45 Uhr
Termine: 11.01. bis 05.04.2022 – Thema: Singen, spielen, malen, kneten – in einer Gruppe Neues erleben!
Leitung: Frau Gisela Mies
Kosten: bitte bei Frau Mies erfragen
Veranstalter: Kath. Familienzentrum Niederkassel Nord in Kooperation mit dem kath. Bildungswerk des Rhein- Sieg- Kreises
Ort: Roncalli-Haus , Pastor-Grimm-Str. 11, Niederkassel-Ort
Anmeldung: erforderlich; Anmeldung bei Frau Mies (Tel. 0 22 08 / 75 256) oder gisela.mies@googlemail.com

3.1.6. Eltern-Kind-Kreis

Turnus: jeweils dienstags, 2 Gruppen
Gruppe 1: 8:45 Uhr bis 10:15 Uhr
Gruppe 1: 10:45 Uhr bis 12:00 Uhr
Termine: Kurs I: 18.01. bis 29.03.2022 – Themenschwerpunkt: „Und alles fängt wieder von vorne an ...“
Kurs II: 03.05. bis 21.06.2022 – Themenschwerpunkt: Augen auf! - Wir entdecken gemeinsam unsere Welt im Frühling und Sommer
Leitung: Frau Iris Grau
Kosten: bitte bei Anmeldung erfragen
Veranstalter: Kath. Familienzentrum Niederkassel Nord in Kooperation mit dem kath. Bildungswerk des Rhein- Sieg- Kreises
Ort: Matthiashaus der Kath. Kirchengemeinde, Rheinstraße 33, Lülsdorf
Anmeldung: erforderlich; Anmeldung bei Frau Grau (Tel. 0 22 08 / 77 01 52) oder iris@com-lan.de

3.1.7. Babytreff in der Villa Kunterbunt - Kontakt und Austausch für Eltern mit Kindern im ersten Lebensjahr

Turnus/Termine: jeden Dienstag von 10:00 Uhr bis 11:30 Uhr
fortlaufend, Einstieg ist jederzeit möglich
Leitung: Sabine Bernard, Familienkinderkrankenschwester und Sarah Sachse, Familienkinderkrankenschwester
Kosten: kostenlos
Veranstalter: Koordinierungsstelle Frühe Hilfen beim Jugendamt der Stadt Niederkassel
Ort: Familienzentrum Villa Kunterbunt, Bahnhofstr. 144, Rheidt
Anmeldung: Anmeldung bei Neueinstieg erforderlich per Mail unter fruehehilfen@niederkassel.de oder telefonisch unter 0175/4192933
Infos: Im Babytreff können sich Mütter und Väter gemeinsam mit ihrem Kind wöchentlich in der Zeit von 10:00 – 11:30 Uhr in gemütlicher Atmosphäre treffen. Hier haben sie die Möglichkeit neue Kontakte zu knüpfen, sich auszutauschen und dem Alltag für kurze Zeit zu entfliehen. Die Familienkinderkrankenschwestern Sabine Bernard und Sarah Sachse begleiten sie zu allen Themen rund ums erste Lebensjahr. So erhalten sie Tipps und Antworten auf ihre Fragen z.B. zur Ernährung, Babyschlaf oder Entwicklung der Kinder.

3.1.8. Eltern-Kind-Gruppe (ab ca. 1 Jahr bis 3 Jahre)

Turnus: jeweils mittwochs, 09:15 Uhr bis 10:45 Uhr
Termine: 12.01. bis 06.04.2022 – Thema: Singen, spielen, malen, kneten – in einer Gruppe Neues erleben!
Leitung: Frau Gisela Mies
Kosten: bitte bei Frau Mies erfragen
Veranstalter: Kath. Familienzentrum Niederkassel Nord in Kooperation mit dem kath.

Ort: Bildungswerk des Rhein- Sieg- Kreises
Roncalli-Haus, Pastor-Grimm-Str. 11, Niederkassel-Ort
Anmeldung: erforderlich; Anmeldung bei Frau Mies (Tel. 0 22 08 / 75 256) oder
gisela.mies@googlemail.com

3.1.9. Eltern-Kind-Kreis

Turnus: jeweils mittwochs, 2 Gruppen
Gruppe 1: 8:45 Uhr bis 10:15 Uhr
Gruppe 1: 10:45 Uhr bis 12:00 Uhr
Termine: Kurs I: 19.01. bis 30.03.2022 – Themenschwerpunkt: „Und alles fängt wieder von vorne an ...“
Kurs II: 04.05. bis 22.06.2022 – Themenschwerpunkt: Augen auf! - Wir entdecken gemeinsam unsere Welt im Frühling und Sommer
Leitung: Frau Iris Grau
Kosten: bitte bei Anmeldung erfragen
Veranstalter: Kath. Familienzentrum Niederkassel Nord in Kooperation mit dem kath. Bildungswerk des Rhein- Sieg- Kreises
Ort: Matthiashaus der Kath. Kirchengemeinde, Rheinstraße 33, Lülsdorf
Anmeldung: erforderlich; Anmeldung bei Frau Grau (Tel. 0 22 08 / 77 01 52) oder
iris@com-lan.de

3.1.10. Baby Treff / Elternstart NRW

Turnus/Termine: fortlaufend jeden Mittwoch (außer in den Ferien)
Gruppe 1: 09:00 Uhr bis 10:30 Uhr
Gruppe 2: 10:30 Uhr bis 12:00 Uhr
Start: 12.01.2022 – Einstieg ist jederzeit möglich
Leitung: Desiree Czybulka, diplomierte Krabbel- und Spielgruppenleitung
Kosten: kostenlos
Veranstalter: Städt. FamZ. Willy-Brandt-Platz in Kooperation mit dem DRK-Familienbildungswerk, Kreisverband Rhein-Sieg e. V.
Ort: Familienzentrum Willy-Brandt-Platz Ranzel
Anmeldung: Einstieg jederzeit möglich, bei Neueinstieg Anmeldung unter 02208 / 4205 oder unter kita-willy-brandt-platz@niederkassel.de
Infos: Eine offene Gruppe für Eltern mit Babys im 1. Lebensjahr. Sich auszutauschen und Kontakte zu knüpfen, Zeit für das Baby zu haben stehen im Vordergrund. Es werden aber auch Spiel und Bewegungsmöglichkeiten angeregt und es gibt Informationen zu den Themen Ernährung, Schlafen und Körpersprache des Babys.

3.1.11. Eltern-Zwillings-Treff

Turnus: jeweils donnerstags, 9:00 Uhr bis 10:30 Uhr
Termine: 1. Kurs: 13.01. bis 07.04.2022
2. Kurs: 28.04. bis 23.06.2022
Leitung: Frau Desiree Czybulka, diplomierte Krabbel- & Spielgruppenleitung
Kosten: im Rahmen von „Elternstart NRW“ kostenlos
Veranstalter: Kath. Familienzentrum Niederkassel Nord in Kooperation mit DRK Familienbildungswerk Kreisverband Rhein-Sieg e. V.
Ort: Matthiashaus, Rheinstr. 33, Niederkassel-Lülsdorf
Anmeldung: erforderlich; beim Familienbildungswerk unter Tel.: 02241 / 5969 - 7910 oder familienbildung@drk-rhein-sieg.de
Infos: Unabhängig davon, ob Sie als Erstgeborene oder als Geschwisterkinder auf die Welt kommen, bringen Zwillinge eine andere Atmosphäre in das Leben der Familie und fordern die Eltern auf besondere Weise. Es tut gut zu hören, dass es anderen Eltern ähnlich ergeht. Ein Kurs für Eltern mit Zwillingen, Drillingen und Mehrlichsschwangere.

3.1.12. Eltern-Kind-Gruppe „Schnecken“ (für Kinder ab 1 Jahr)

Turnus: jeden Donnerstag von 10:45 Uhr bis 12:15 Uhr, 12 Treffen, Start: 13.01.2022
Leitung: Marion Steinbach-Cremer, Dipl.-Sozialpädagogin
Kosten: bitte bei der Anmeldung erfragen
Veranstalter: Ev. Kirchengemeinde Niederkassel
Ort: Gemeindehaus der Auferstehungskirche, Spicher Str. 6, Niederkassel-Ort
Anmeldung: erforderlich; Anmeldung bei Marion Steinbach-Cremer unter 01575 1616798 oder marion.steinbach-cremer@ekir.de
Infos: Bewegungsspiele, Fingerspiele, kreative Angebote, singen, freies Spielen, stille Zeit, gemeinsames Frühstück

3.1.13. Eltern-Kind-Turnen für Kinder im Alter von 13 Monaten bis 35 Monaten

Turnus: 1. Gruppe; Donnerstags von 15:00 Uhr bis 16:00 Uhr
2. Gruppe: Donnerstags von 16:00 Uhr bis 17:00 Uhr
Termine: Kurs I: Donnerstag, 13.01. bis 07.04.2022
Kurs II: Donnerstag, 28.04. bis 23.06.2022
Leitung: Desiree Czybulka diplomierte Krabbel- und Spielgruppenleitung
Kosten: Kurs I: 30,- €
Kurs II: 21,- €
Veranstalter: Städt. FamZ. Willy-Brandt-Platz in Kooperation mit dem DRK-Familienbildungswerk, Kreisverband Rhein-Sieg e. V.
Ort: Familienzentrum Willy-Brandt Platz, Ranzel
Anmeldung: DRK-Familienbildungswerk, Tel.: 0 22 41 - 59 69 79 10, familienbildung@drk-rhein-sieg.de oder www.drk-familienbildung.de
Infos: Kinder im Lebensalter von 13 Monaten bis 35 Monaten treffen sich mit ihren Eltern im Bewegungsraum des Familienzentrums, um dort unter sachkundiger Anleitung spielerische Bewegungsförderung zu erleben.

3.1.14. „Kinderwagentreff“- Kontakt und Austausch für Eltern mit Kindern im ersten Lebensjahr

Turnus/Termine: jeden Freitag von 9:30 Uhr bis 11:00 Uhr
fortlaufend, Einstieg ist jederzeit möglich
Leitung: Sarah Sachse, Familienkinderkrankenschwester
Kosten: kostenlos
Veranstalter: Koordinierungsstelle Frühe Hilfen beim Jugendamt der Stadt Niederkassel
Ort: Beratungszentrum Karl-Hass-Str. 11; 53859 Niederkassel
Anmeldung: Anmeldung erforderlich per Mail unter fruehehilfen@niederkassel.de oder telefonisch bei Frau Sachse unter 015122105229
Infos: Im Kinderwagentreff können sich Mütter und Väter gemeinsam mit ihrem Kind wöchentlich in der Zeit von 9:30 – 11:00 Uhr in gemütlicher Atmosphäre treffen. Hier haben sie die Möglichkeit neue Kontakte zu knüpfen, sich auszutauschen und dem Alltag für kurze Zeit zu entfliehen. Die Familienkinderkrankenschwester Sarah Sachse begleitet Sie zu allen Themen rund ums erste Lebensjahr. So erhalten sie Tipps und Antworten auf ihre Fragen z.B. zur Ernährung, Babyschlaf oder Entwicklung der Kinder.

3.2. Einzelveranstaltungen und Kurse

3.2.1. PEKIP-Kurse für Eltern und Babys

Termine:	1. Kurs: Mittwochs, 12.01. bis 06.04.2022 – 9:00 Uhr bis 10:30 Uhr für Juni – August 2021 Geborene 2. Kurs: Mittwochs, 12.01. bis 06.04.2022 – 10:30 Uhr bis 12:00 Uhr für September - November 2021 Geborene 3. Kurs: Mittwochs, 27.04. bis 22.06.2022 – 9:00 Uhr bis 10:30 Uhr für Juni – August 2021 Geborene 4. Kurs: Mittwochs, 27.04. bis 22.06.2022 – 10:30 Uhr bis 12:00 Uhr für September - November 2021 Geborene
Leitung:	Katrin Linßen, zertifizierte PEKIP-Kursleiterin
Kosten:	1. Kurs: 114,- € / 2. Kurs: 114,-€ 3. Kurs: 85,50 € / 4. Kurs: 85,50 €
Veranstalter:	Kath. Familienzentrum Niederkassel Nord in Kooperation mit DRK Familienbildungswerk Kreisverband Rhein-Sieg e. V.
Ort:	Matthiashaus, Rheinstr. 33, Lülsdorf
Anmeldung:	DRK-Familienbildungswerk, Tel.: 0 22 41 - 59 69 79 10, familienbildung@drk-rhein-sieg.de oder www.drk-familienbildung.de
Infos:	Das Prager-Eltern-Kind-Programm PEKiP® ist für Eltern und ihren Babys im ersten Lebensjahr, in denen u.a. Spiel-, Bewegungs- und Sinnesanregungen stattfinden. Ziel des PEKiP®-Programms ist es, dass Eltern ihr Baby in seiner Entwicklung bewusst erleben, begleiten und fördern. Der Kontakt zwischen dem Baby und den Eltern wird gestärkt.

3.2.2. „Flohkiste – Bewegung für die Kleinen“ - Ein Eltern Kind Angebot Kinder ab 1 Jahr

Termin:	wöchentlich ab Montag, 10.01.2022 bis Montag, 28.03.2022 - 8 Treffen – jeweils 9:00 Uhr bis 10:30 Uhr
Leitung:	Frau Susanne Gerlach
Kosten:	38,50 €
Veranstalter:	Lebenshilfe Familienbildungsstätte St. Augustin (FABI Rhein-Sieg) in Kooperation mit dem Familienzentrum Pappelweg
Ort:	Familienzentrum Pappelweg, Pappelweg 7, Niederkassel-Ort
Anmeldung:	Bei der Lebenshilfe Familienbildungsstätte, Tel. (0 22 41) 34 18 38 bzw. unter fab-rheinsieg@lebenshilfe-nrw.de ; Kursnummer: 2022-RG-237
Infos:	Eltern-Kind Spielgruppe für Kinder ab 1 Jahr

3.2.3. DELFI-Kurs für Eltern und Babys (geboren Mai bis Juli 2021)

Termine:	ab Donnerstag, 13.01.2022 – 9:00 Uhr bis 10:15 Uhr (16 Treffen)
Leitung:	Marion Steinbach-Cremer, Dipl.-Sozialpädagogin
Kosten:	80,- € (1 Erwachsener und 1 Kind)
Veranstalter:	Ev. Kirchengemeinde Niederkassel
Ort:	Gemeindehaus der Auferstehungskirche, Spicher Str. 6, Niederkassel-Ort
Anmeldung:	erforderlich direkt bei Marion Steinbach-Cremer unter 01575 1616798 oder marion.steinbach-cremer@ekir.de
Infos:	Inhalte: <ul style="list-style-type: none">• Bindung und Beziehung zum Kind stärken• Netzwerk unter den Müttern aufbauen• Kennenlernen von Liedern, Fingerspielen, Bewegungsspiele....• Freude am Umgang mit dem Baby• Sicherheit im Umgang mit dem Baby verschaffen• Richtiges handling Mögliche Themen: Beikost, Bewegungsentwicklung, Spielentwicklung, Rituale, Zahnen, Fremdeln, Hausapotheke, kindersichere Umgebung, Literaturempfehlung...

3.2.4. Yoga für Mütter und Babys – ONLINE-

Termin: ab Donnerstag, 13.01.2022 bis Donnerstag, 10.03.2022 - 8 Treffen – jeweils 10:45 Uhr bis 11:45 Uhr
Leitung: Petra Rossberg
Kosten: 64,- €
Veranstalter: Lebenshilfe Familienbildungsstätte St. Augustin (FABI Rhein-Sieg) in Kooperation mit dem Familienzentrum Pappelweg
Ort: online
Anmeldung: Bei der Lebenshilfe Familienbildungsstätte, Tel. (0 22 41) 34 18 38 bzw. unter fabi-rheinsieg@lebenshilfe-nrw.de; Kursnummer: 2022-RG-181 online
Infos: Erlangen Sie die eigene Körperkraft wieder, stärken Sie gezielt Arm,- Bein,- bauch und Beckenbodenmuskulatur. Verspannungen im Rücken und im Nacken können entspannt werden. Lassen Sie sich auf eine intensive Stunde für sich und Ihr Baby ein. Das alles bequem von zu Hause aus, in der gewohnten Umgebung des Babys.

3.2.5. „Eltern– Baby–Treff“ – Ihr Baby besser verstehen - Kurs für Eltern mit Kindern Januar/Februar/März 2021 geboren

Termine: ab Montag, 17.01.2022 bis Montag, 28.03.2022 – 7 Treffen - 10:45 Uhr bis 12:15 Uhr
Leitung: Kristin Wepler, Dipl. Pädagogin, DAIS-Stillbegleiterin
Kosten: 40,00 € (1 Erwachsener und 1 Kind)
Veranstalter: Lebenshilfe Bildung NRW, Familienbildungsstätte St. Augustin in Zusammenarbeit mit dem Städtischen Familienzentrum Pappelweg
Ort: Familienzentrum Pappelweg, Pappelweg 7, Niederkassel-Ort
Anmeldung: erforderlich direkt bei der Familienbildungsstätte Sankt Augustin, Tel. (0 22 41) 34 18 38 oder unter fabi-rheinsieg@lebenshilfe-nrw.de; Kurs-Nr. 2022-RG 160 A
Infos: Der Schwerpunkt des Treffs liegt auf den Themen Stillen/Ernährung, Schlafen, Tragen, Babypflege und Bindung, also auf den grundlegenden Bedürfnissen eines Menschen. Die Eltern lernen ihr Baby besser verstehen, indem sie Informationen darüber erhalten, welche grundlegenden Bedürfnisse Baby seit hunderttausenden von Jahren haben und wie sie diese heutzutage erfüllen können. Durch den Austausch mit anderen Eltern erkennen sie zudem, dass jedes Baby individuelle Eigenschaften hat, die entdeckt werden wollen.

3.2.6. Baby-Massage-Kurs für Babys ab der 6. Lebenswoche

Termin: Montag, 07.03.2022 bis Montag, 02.04.2022 – insgesamt 5 Treffen
09:00 Uhr bis 10:15 Uhr
Leitung: Desiree Czybulka, zertifizierte Babymassage-Kursleiterin
Kosten: 25,- €
Veranstalter: DRK Familienbildung Rhein-Sieg
Ort: Städtisches Familienzentrum Willy-Brandt Platz 2, Niederkassel-Ranzel
Anmeldung: Familienzentrum kita-willy-brandt-platz@niederkassel.de
Infos: Inhalte des Babymassagekurses sind:

- Ganzkörpermassage für ihr Baby
- Massagen gegen Blähungen und Koliken
- Wie Ihr Baby mit Ihnen kommuniziert
- Mehr Freude füreinander und Freude aneinander

Neben der Massage bleibt Zeit für Fragen und einen Erfahrungsaustausch über das Leben mit dem Kind, wie Ernährung, Hausapotheke, Kinderkrankheiten u.v.m.

3.2.7. „Flohkiste – Bewegung für die Kleinen“ - Ein Eltern Kind Angebot Kinder ab 1 Jahr

Termin: wöchentlich ab Montag, 25.04.2022 bis Montag, 13.06.2022 - jeweils 9:00 Uhr bis 10:30 Uhr
Leitung: Frau Susanne Gerlach
Kosten: 38,- €
Veranstalter: Lebenshilfe Familienbildungsstätte St. Augustin (FABI Rhein-Sieg) in Kooperation mit dem Familienzentrum Pappelweg
Ort: Familienzentrum Pappelweg, Pappelweg 7, Niederkassel-Ort
Anmeldung: Bei der Lebenshilfe Familienbildungsstätte, Tel. (0 22 41) 34 18 38 bzw. unter fabirheinsieg@lebenshilfe-nrw.de; Kursnummer: 2022-RG-237
Infos: Eltern-Kind Spielgruppe für Kinder ab 1 Jahr

3.2.8. „Eltern– Baby–Treff“ – Ihr Baby besser verstehen - Kurs für Eltern mit Kindern Januar/Februar/März 2022 geboren

Termine: ab Montag, 25.04.2022 bis Montag, 30.05.2022 –10:45 Uhr bis 12:15 Uhr
Leitung: Kristin Weppeler, Dipl. Pädagogin, DAIS-Stillbegleiterin
Kosten: kostenfrei im Rahmen Elternstart NRW
Veranstalter: Lebenshilfe Bildung NRW, Familienbildungsstätte St. Augustin in Zusammenarbeit mit dem Städtischen Familienzentrum Pappelweg
Ort: Familienzentrum Pappelweg, Pappelweg 7, Niederkassel-Ort
Anmeldung: erforderlich direkt bei der Familienbildungsstätte Sankt Augustin, Tel. (0 22 41) 34 18 38 oder unter fabirheinsieg@lebenshilfe-nrw.de; Kurs-Nr. 2022-RG 161 A
Infos: siehe Kurs 3.2.5.

3.2.9. „Alle forschen mit“ – Eltern-Kind-Forscherworkshop zum Thema „Wasser“

Termin: Samstag, 30.04.2022 – 10:00 Uhr bis 11:30 Uhr
Leitung: Natalia Schepp, zertifizierte Kursleiterin
Kosten: kostenlos
Veranstalter: Städt. FamZ. Willy-Brandt-Platz in Kooperation mit dem DRK-Familienbildungswerk, Kreisverband Rhein-Sieg e. V.
Ort: Städtisches Familienzentrum Willy-Brandt Platz 2, Niederkassel-Ranzel
Anmeldung: beim DRK unter Tel.: 02241- 59 69 79 10 oder familienbildung@drk-rheinsieg.de
Infos: (Groß-) Eltern und Kinder begeben sich auf eine Entdeckungsreise zum Thema Wasser. Mit kleinen Experimenten, die mit einfachen Materialien und wenig Zeitaufwand funktionieren, wird unter Anleitung gemeinsam geforscht.

3.2.10. Baby-Yoga (Alter Kinder zwischen 10 Wochen und 6 Monaten)

Termin: ab Donnerstag, 20.01.2022 – jeweils 11:00 Uhr bis 11:45 Uhr – fortlaufender Kurs
Leitung: Janine Lorenz, staatlich geprüfte Gymnastiklehrerin und Beckenbodentrainerin
Kosten: bei der Dozentin erfragen
Veranstalter: Janine Lorenz in Zusammenarbeit mit Familienzentrum Villa Kunterbunt
Ort: Familienzentrum Villa Kunterbunt, Bahnhofstr. 144, Rheidt
Anmeldung: unter www.janine-lorenz.de oder info@janine-lorenz.de
Infos: Weitere Infos bei Janine Lorenz unter 0177 3188069

4. Spirituelle Angebote für Kinder, Jugendliche & Familien

4.1. „Osternacht für Kinder“ (Kinder im Alter von 5 bis 11 Jahre)

Termine: Samstag, 16:04. / Sonntag, 17.04.2022
Beginn Samstag um 15.30 Uhr - Ende Sonntag nach dem Familiengottesdienst

Leitung: Jugendleiterin Miriam Edel (Diakonin / Dipl. Soz.Päd.)

Kosten: 5,- €

Veranstalter: Ev. Kirchengemeinde Niederkassel

Ort: Gemeindehaus der Auferstehungskirche, Spicher Str. 6, Niederkassel-Ort

Anmeldung: Anmeldeflyer wird es ab Februar geben.
miriam.edel@ekir.de oder 02208/2593

Infos: Für Kinder im Alter von 5 bis 11 Jahren. Maximal 30 Kinder können teilnehmen.
Es wird ein buntes Programm geben, angefangen von Passionsgeschichte bis hin zum Osterfeuer. Sonntag früh möchten wir gemeinsam mit den Eltern und Geschwistern frühstücken und danach gemeinsam den Ostergottesdienst in der Kirche feiern.

4.2. Kindergottesdienst für Kinder ab 4 Jahren

Turnus: grundsätzlich jeden 1. Samstag im Monat – 10:30 Uhr

Termine: 05.02. / 05.03. / 02.04. / 07.05. / 04.06.2022

Kosten: kostenlos

Veranstalter: Ev. Kirchengemeinde Niederkassel

Ort: Ev. Emmauskirche, Kopernikusstraße 2 - 4

Anmeldung: nicht erforderlich

Infos: bei Jugendleiterin Marion Steinbach-Cremer unter 01575 1616798 oder marion.steinbach-cremer@ekir.de

4.3. Kindergottesdienst für Kinder ab 4 Jahren

Turnus: jeden 3. Sonntag im Monat – 10:30 Uhr bis ca. 12:00 Uhr (Termine beachten)

Termine: 16.01. / 20.02. / 20.03. / 15.05. / 19.06.2022

Leitung: Jugendleiterin Miriam Edel (Diakonin, Dipl-Sozialpädagogin)

Kosten: kostenlos

Veranstalter: Ev. Kirchengemeinde Niederkassel

Ort: Gemeindehaus der Auferstehungskirche, Spicher Str. 6, Niederkassel-Ort

Anmeldung: nicht erforderlich

Infos: Für Kinder ab 4 Jahren. Ohne Eltern. Eltern sind eingeladen parallel den Abendmahlsgottesdienst besuchen. Im Anschluss Einladung zu MAHL.Zeit (gemeinsames Mittagessen) mit der gesamten Gemeinde. Weitere Infos unter 02208/2593 oder miriam.edel@ekir.de

4.4. You Go - Gottesdienst von jungen Menschen gestaltet für alle Altersgruppen

Turnus: 4mal bis 5mal im Jahr gemäß gesonderter Terminierung / Aushang

Termine: Sonntag, 30.01.2022 – 18:00 Uhr bis ca. 19:00 Uhr und Sonntag, 27.03.2022 - 18:00 Uhr bis ca. 19:00 Uhr

Leitung: Miriam Edel (Diakonin, Dipl-Sozialpädagogin)

Kosten: kostenlos

Veranstalter: Ev. Kirchengemeinde Niederkassel

Ort: Auferstehungskirche, Spicher Str. 6, niederkassel-Ort

Anmeldung: nicht erforderlich

Infos: Gottesdienst von Jugendlichen für alle, die mit uns feiern möchten. Weitere Infos unter 02208/2593 oder miriam.edel@ekir.de

4.5. Kleinkinderwortgottesdienst in St. Matthäus

Termine: Sonntag, 23.01. / 27.02. / 27.03. / 14.04. / 22.05. / 26.06.2022 – jeweils
11:00 Uhr
Kosten: kostenlos
Veranstalter: Kath. Pfarrverband Niederkassel-Nord
Ort: Kath. Kirche St. Matthäus, Annostr. 11, Niederkassel-Ort

4.6. Taufelternabende

Termine: Freitag, 18.02. / 18.03. / 20.05. / 17.06.2022 um 20:00 Uhr
Kosten: kostenlos
Veranstalter: Kath. Pfarrverband Niederkassel-Nord
Ort: Matthiashaus, Rheinstr. 33
Anmeldung: im Pfarrbüro unter 0 22 08 / 45 36

4.7. Kinderchor

Termine: Dienstags, 15:30 bis 16:00 Uhr (für Kinder der 1. – 4. Klasse)
Dienstags, 16:00 bis 16.45 Uhr (für Kinder ab der 5. Klasse)
Leitung: Herr Rubach, Kirchenmusiker
Kosten: kostenlos
Veranstalter: Kath. Pfarrverband Niederkassel-Nord
Ort: Matthiashaus, Rheinstr. 33
Anmeldung: Nicht erforderlich. Bei Fragen wenden Sie sich bitte an den Kirchenmusiker Henning Rubach unter 0163/3928396.