

# KURSE & VERANSTALTUNGEN

# 2022

## 1. Halbjahr

**Familie**

**Gesundheit**

**Senioren**

**Fachkräfte**

**Ehrenamt**

**Integration**

## Perspektiven für das Leben e. V.

Perspektiven für das Leben e. V. hat seinen Sitz in Haus Heisterbach im Siebengebirge. Der Verein möchte Menschen ganzheitlich unterstützen und weiterbilden.

Perspektiven für das Leben e.V. arbeitet mildtätig und ist parteipolitisch sowie konfessionell unabhängig.



Die drei Hauptaufgaben des Vereins sind:

- Bildungsangebote für Familien, Fachkräfte in der sozialen Arbeit und ehrenamtlich Engagierte
- Förderung und Unterstützung des Ehrenamts
- Unterstützung und Förderung von Menschen in Not- und Krisensituationen

Der Verein erstellt regelmäßig ein umfangreiches Programm mit Seminaren, Informationsveranstaltungen und Fortbildungen, die ortsnahe und auf den Bedarf und das Interesse der Region abgestimmt sind. Dabei kooperiert der Verein mit anderen Trägern, wie Familienzentren, Kindertagesstätten, Schulen und anderen sozialen Einrichtungen.

Perspektiven für das Leben e.V. ist Träger des Gütesiegels Kindertagespflege des Bundesministeriums für Familie, Senioren, Frauen und Jugend, der Bundesagentur für Arbeit und des Landes Nordrhein-Westfalen. Die Zertifizierung mit dem Gütesiegel Kindertagespflege zeichnet unsere Arbeit mit einer hohen Qualität in der Qualifizierung von Tagesmüttern und -vätern aus. Perspektiven für das Leben e.V. ist zertifizierter Bildungsträger des Bundesverbandes für Kindertagespflege und engagiert sich für die Weiterentwicklung der Qualifizierung von Kindertagespflegepersonen.

Perspektiven für das Leben e.V. ist anerkannter Fortbildungsanbieter im Rahmen des rheinland-pfälzischen Fortbildungszertifikats „Zukunftschancen Kinder – Bildung von Anfang an“. Fortbildungen, die im Rahmen des Programms anerkannt sind, finden Sie unter der Rubrik Weiterbildung für Fachkräfte.

Perspektiven für das Leben e.V. möchte das Engagement von Ehrenamtlichen unterstützen und ist seit 2008 Träger von „Forum Ehrenamt – Freiwilligenagentur für Königswinter und Umgebung“: eine unabhängige, trägerübergreifende Plattform für ehrenamtliches Engagement in Königswinter.



## Ihre Ansprechpartner



Geschäftsführer,  
Ehrenamt, Verein  
**Jochen Beuckers**

Sie haben Fragen zu unseren Kursen, zur Anmeldung oder möchten sich beraten lassen? Wir freuen uns über Ihre Nachricht.

**Telefon:**  
**02223/92360**

**E-Mail:**  
**[kurse@haus-heisterbach.de](mailto:kurse@haus-heisterbach.de)**



Familienbildung, Gesundheit,  
Weiterbildung Fachkräfte  
**Anja Christalle**



Weiterbildung Fachkräfte,  
Kindertagespflege, Fachkraft U3  
**Sonja Graftschaff**



Ehrenamt, Integration  
**Nisa Punnampambil-Wolf**



Teilnehmerverwaltung  
**Samira Sediq**

## Familie

Yoga für Schwangere	8
Spielraum – Bewegung in Anlehnung an Emmi Pikler	9
PEKiP®– Prager-Eltern-Kind-Programm	10
Geschwisterkinder	11
Ayurvedische Babymassage	12
Hilfe, mein Kind ist krank	13
Yoga für Mütter mit Babys	13
Kleine Füße – Große Bewegungen Zumba® Kids Junior	15
Mönch von Heisterbach Wanderung – Geisterstunde auf dem Klostergelände	16
Entspannte Eltern – Entspannte Kinder	16
Magic Book – Trau Dich!	17
„Achtsam aus der Krise in die Zukunft“ – Ein Selbsterfahrungsseminar	18
Kulinarische Reise nach Indien	19
Indian Summer mit Ingwer und Kurkuma	19
Baby- und Juniorsitter	20
Erste Hilfe am Kind	21

## Gesundheit

Faszienpilates	23
Hatha Yoga für Senioren – „Golden Age“	24
Hatha Yoga	25
Qi Gong	26
Rücken Fit – Gesunder Rücken	27
Sunshine-Yoga – Hatha Yoga für Erwachsene	28
Tai Chi	29

## Senioren

Hatha Yoga für Senioren – „Golden Age“	30
Online-Banking – Grundlagen	31
Warnung vor Trickbetrügern	32
Erben und Vererben	33
Mönch von Heisterbach Wanderung – Geisterstunde auf dem Klostergelände	34
Notfälle im Alter – Erste Hilfe für Senioren	35

„Kleiner Betreuungsschein“ Weiterbildung nach §45b SGB XI	
– für haushaltsnahe Dienstleistungen	37
Erste Hilfe	38
Qualifikationskurs für Kindertagespflege	39
Fachkraft U3 – Kompetenzen in der Früherziehung	40
„Die spielen ja nur“ – Spielentwicklung und	
„Zeug zum Spielen“ U2/U3	42
Magic Book – Trau Dich!	43
Rechtsfragen in der Kindertagespflege	44
„Nur ruhig Blut, dann wird alles gut.“	44
Versicherungsschutz in der Kindertagespflege	46
Das Selbstwertgefühl der Kinder stärken	47
Die Welt des Kinderyoga –	
Wirkung und Einsatz im Kitaalltag	48
Unfallvermeidung in der Kita und KTP	49
Sprachentwicklung U3	49
„Lass mich, ich kann das!“ Partizipation hört sich so	
selbstverständlich an. Ist sie das?	50
Hygiene in der Kita und der KTP	51
„Muss das ein? Ich weiß doch was ich sehe!“	52
Musik in der Arbeit mit verhaltensauffälligen Kindern	
(u.a. AD(H)S, Autismus)	53
„Wie sage ich es den Eltern?“	
Elterngespräche leicht gemacht	54
„Wie sieht’s denn hier aus?“ Bildungsräume für Kinder U3	
bewusst und differenziert gestalten	55
Fantasie- und Klangreisen in der Arbeit mit Kindern	56
Was nun? Kindern mit Auffälligkeiten gerecht werden	56
„Weißt Du wo der Himmel ist?“ Kinder begegnen dem	
Tod und suchen Antworten	57
Kindergesundheit – erkennen, erhalten und fördern	58
Das machen die doch extra! –	
Voraussetzungen für die sozial-emotionale Entwicklung	59
Herausforderung angenommen! Kleinstkinder ticken anders	60
Bindungs- und Beziehungsgestaltung –	
Das sichere Band für kleine Weltentdecker	61
Wege aus der Angst – Kinderängsten begegnen	62
Erste Hilfe am Kind	63

## Ehrenamt

Ausbildungsgang für Ehrenamtliche in der sozialen Arbeit	64
Weiterbildungsreihe ehrenamtliche: Lernpatin & Lernpate	
Königswinter „Für die Freude am Lernen“	66
Weiterbildung: Ehrenamtliche Seniorenbegleiter	67
Soziales Leben. Angebote. Hilfen – Chancenportal Königswinter	68
Ehrenamt macht Spaß – Wege zum freiwilligen Engagement	69
Ein Bild sagt mehr als tausend Worte – Mein Verein und das Bild	70
Das Recht auf das eigene Bild	70
Gute Fotos – Gute Öffentlichkeitsarbeit: erfolgreiche Werbung für meinen Verein	71
Erste Praxisübungen mit eigener Kamera	71

## Integration

Fahrradschule für Flüchtlinge	72
Politik auf zwei Rädern	72
Fahrrad-Check „Mein Fahrrad ist kaputt, kannst du mir zeigen wie es repariert wird“	73
Fahrradtraining für Flüchtlinge	73
Perspektive Afghanistan?	
Afghanistan nach der Machtergreifung der Taliban	74
Teilnahmebedingungen	76



Foto: HighKey/shutterstock.com

das    
*Frauen* +   
 zimmer

Dollendorfer Str. 4  
 53639 Königswinter-  
 Oberpleis  
 Tel. 02244 7776

 facebook.com/  
 AnettesFrauenzimmer

Markt 12  
 53604 Bad Honnef info@dasfrauenzimmer.de  
 Tel. 02224 122244 www.dasfrauenzimmer.de

Forum

**Ehrenamt**

Wir engagieren uns.



Wir



engagierte Stadt  
Königswinter

**engagieren  
uns!**

**EHRENAMTSTAG  
KÖNIGSWINTER**

Samstag,

**26. März 2022**

Aula Schulzentrum Oberpleis

Einlass 13.00 Uhr, Beginn 14.00 Uhr

Vereine präsentieren sich

Workshops und Mit-mach-Aktionen

Preisverleihung **Drachenstarkes Ehrenamt** –

entdecken Sie die Vielfalt des Engagements in

Königswinter!

[www.forum-ehrenamt.de](http://www.forum-ehrenamt.de)

## Yoga für Schwangere

Die Zeit der Schwangerschaft ist eine ganz besondere Zeit im Leben einer Frau. Sie erlebt umfassende Veränderungen, was sich körperlich, mental und seelisch bemerkbar macht.

Schwangere Frauen finden häufig zum Yoga, weil sie das Bedürfnis haben, ihre Schwangerschaft bewusst zu erleben, sich wohl und ausgeglichen zu fühlen sowie sich optimal auf das bevorstehende Ereignis der Geburt vorzubereiten.

Sie können den geschützten Raum einer Schwangerenyogastunde dazu nutzen, zu sich und zur Ruhe zu kommen, in den Körper hinein und zu ihrem Baby hinzuspüren.

Durch das Erlernen verschiedener Atemtechniken, Asanas (Yogahaltungen) und Entspannungstechniken können Sie Körper und Geist auf die Geburt vorbereiten, indem Sie den Körper kräftigen, ihn dehnen und sich entspannen. Auch einige schwangerschaftsspezifische Beschwerden können so vermieden bzw. gelindert werden.

Gemeinsam mit anderen werdenden Müttern tun Sie sich selbst und dem Kind, das mit Ihnen verbunden ist, in ruhiger, schöner Atmosphäre etwas Gutes.

**Bitte bringen Sie eine Decke, ein Stillkissen und eine Gymnastikmatte mit.**

**S004.26**      donnerstags, 18:00 – 19:30 Uhr | 10 Termine

**140,00 €\***

6–10 Teilnehmer

**Start: 20.01.2022**

Anmeldeschluss: 13.01.2022

Ort: Haus Heisterbach, Blauer Raum

Zielgruppe: Schwangere Frauen

Referent: Antje Richter-Mendau, Yogalehrerin (BYV)

**S004.27**      donnerstags, 18:00 – 19:30 Uhr | 8 Termine

**112,00 €\***

6–10 Teilnehmer

**Start: 31.03.2022**

Anmeldeschluss: 24.03.2022

Ort: Haus Heisterbach, Blauer Raum

Zielgruppe: Schwangere Frauen

Referent: Antje Richter-Mendau, Yogalehrerin (BYV)

**\* Durch die Zentrale Prüfstelle Prävention anerkannte Veranstaltung – die Kursgebühren können bei regelmäßiger Teilnahme anteilig von der Krankenkasse übernommen werden.**

## Spielraum – Bewegung in Anlehnung an die Kleinkindpädagogik von Emmi Pikler

„Jeder Schritt, den ein Kind selbständig macht, erleichtert den nächsten.“ (Emmi Pikler)

Dieser Kurs möchte Eltern dabei unterstützen, die kleinen und großen Entwicklungsschritte ihres Kindes wahrzunehmen, zu verstehen und einfühlsam zu begleiten. Er orientiert sich an der Kleinkindpädagogik der ungarischen Kinderärztin Emmi Pikler, die in besonderer Weise das kleine Kind und seinen Wunsch achtet, aus eigener Kraft und nach eigenem Rhythmus sich und die Welt zu entdecken. Im Mittelpunkt dieses Kurses stehen das Kind und seine Persönlichkeit mit den Zielen das Kind zu achten und zu respektieren; dem Kind eine anregende Umgebung für Bewegung und Spiel zu geben; es ungestört aktiv sein zu lassen; ihm Zeit zu lassen, damit es sich in seinem Rhythmus entwickeln kann

Im Kursraum gibt es für die Kinder eine Spielumgebung mit Pikler Bewegungselementen.

**Während die Kinder spielen, können die Eltern zuschauen, sich informieren und austauschen.**

**K038.13** montags, 09:15 – 10:45 Uhr | 7 Termine

**120,00 €** **Start: 14.02.2022**  
6–7 Teilnehmer Anmeldeschluss: 07.02.2022  
Zielgruppe: Kinder von 1–1,5 Jahren mit Bezugsperson

**K038.14** montags, 11:00 – 12:30 Uhr | 7 Termine

**120,00 €** **Start: 14.02.2022**  
6–7 Teilnehmer Anmeldeschluss: 07.02.2022  
Zielgruppe: Kinder von 1,5–2 Jahren mit Bezugsperson

**K038.15** montags, 09:15 – 10:45 Uhr | 7 Termine

**120,00 €** **Start: 02.05.2022**  
6–7 Teilnehmer Anmeldeschluss: 25.04.2022  
Zielgruppe: Kinder von 1–1,5 Jahren mit Bezugsperson

**K038.16** montags, 11:15 – 12:30 Uhr | 7 Termine

**120,00 €** **Start: 02.05.2022**  
6–7 Teilnehmer Anmeldeschluss: 25.04.2022  
Zielgruppe: Kinder von 1,5–2 Jahren mit Bezugsperson

Ort: Fröbel Kindergarten Sonnenschein  
Eudenbacherstraße 113, 53639 Königswinter  
Referent: Monika Stollenwerk, Dipl. Sozialpädagogin

## PEKiP® – Prager-Eltern-Kind-Programm

PEKiP® ist ein Konzept der Gruppenarbeit für Eltern und ihre Babys im ersten Lebensjahr. Ziel ist, dass Eltern ihr Baby bewusst in seiner Entwicklung erleben, begleiten und fördern können.

Der Kontakt zwischen Baby und Eltern wird gestärkt und vertieft. Die Eltern werden begleitet und können ihre Erfahrungen austauschen. Den Babys wird der wichtige Kontakt zu Gleichaltrigen ermöglicht. Es finden u. a. Spiel-, Bewegungs- und Sinnesanregungen statt.

Bei der Anmeldung Name und Geburtsdatum des Kindes angeben.

**Bitte bringen Sie ein Handtuch, eine Gymnastikmatte und eine Wickelunterlage mit.**

**Eine Bezugsperson pro Baby!**

**K018.119** dienstags, 09:00 – 10:30 Uhr | 7 Termine

**110,00 €**  
5–7 Teilnehmer

**Start: 15.02.2022**  
Anmeldeschluss: 08.02.2022  
Zielgruppe: Kinder geboren 7/8/9. 2021

**K018.120** dienstags, 10:45 – 12:15 Uhr | 7 Termine

**110,00 €**  
5–7 Teilnehmer

**Start: 15.02.2022**  
Anmeldeschluss: 08.02.2022  
Zielgruppe: Kinder geboren 10/11/12. 2021

**K018.121** dienstags, 09:00 – 10:30 Uhr | 7 Termine

**110,00 €**  
5–7 Teilnehmer

**Start: 03.05.2022**  
Anmeldeschluss: 26.04.2022  
Zielgruppe: Kinder geboren 7/8/9. 2021

**K018.122** dienstags, 10:45 – 12:15 Uhr | 7 Termine

**110,00 €**  
5–7 Teilnehmer

**Start: 03.05.2022**  
Anmeldeschluss: 26.04.2022  
Zielgruppe: Kinder geboren 10/11/12. 2021  
Ort: Haus Heisterbach, Blauer Raum  
Referent: Monika Stollenwerk, Dipl. Sozialpädagogin,  
qualifizierte PEKiP-Kursleiterin



**Regina Piker**

Heisterbacherstr. 43  
53639 Königswinter

Tel.: 0 22 23 / 29 68 28  
Fax: 0 22 23 / 29 82 46

## Geschwisterkinder



Hier werden zukünftige große Schwestern und große Brüder auf ihre Rolle vorbereitet. Sie lernen das Spielen, Beruhigen, Halten, Singen und das zum Lachen bringen des Babys. Aber auch, was es bedeutet, weniger ungeteilte Aufmerksamkeit von den Eltern zu bekommen, aber trotzdem genauso geliebt zu werden.

Wichtige Fragen werden besprochen, wie z. B.: Was passiert im Krankenhaus und warum schreit das kleine Geschwisterkind? Wann kann ich endlich mit ihm spielen und warum reagiert es am Anfang nicht auf mich? Was darf es essen und was nicht? Welches Spielzeug ist geeignet? Am Schluss erhalten alle Teilnehmer ein Geschwisterexpertenabzeichen und einen Zettel mit ein paar Tipps für die Eltern.

Der Kurs ist für Kindergartenkinder, die bald ein Geschwisterchen bekommen werden oder gerade erst bekommen haben.

**Schön wäre es, wenn jedes Kind ein Babyfoto von sich selbst mitbringt.**

**K013.20**

Samstag, 10:00 – 12:00 Uhr | 1 Termin

**20,00 €**

5–7 Teilnehmer

**26.03.2022**

Anmeldeschluss: 17.03.2022

Ort: Haus Heisterbach, Gelber Raum

Zielgruppe: Kinder von 3–7 Jahren

Referent: Nicola Hamelmann, Fach-/Kinderkrankenschwester

## Ayurvedische Babymassage



„Abhyanga“ – so nennt sich die ayurvedische Ganzkörpermassage (Oberkörper, die Gliedmaßen, der Bauch und der Rücken), dabei stehen kräftige und intensive Massagegriffe im Wechsel mit sanften und ausgleichenden Anwendungen.

Vorteile für Mutter und Kind auf physischer und emotionaler Ebene: fördert die motorische Entwicklung, wirkt stärkend und entspannend auf die Muskulatur, stärkt das Immunsystem, stabilisiert das Nervensystem, fördert Vertrauen und ein starkes Körperbewusstsein. Das Baby ist ausgeglichener und zufriedener, da die Verarbeitung der vielen Eindrücke, die täglich auf unser Kind einwirken, sehr gut unterstützt wird. Man kann niemanden berühren, ohne selbst auch berührt zu werden – daher hat die Massage nicht nur eine Wirkung auf das Baby, sondern auch auf die Eltern. Die elterliche Intuition wird gestärkt, Achtsamkeit geschult und die Wahrnehmung sensibilisiert. Die Kompetenz im Umgang mit seinem Baby wird gefördert, das man mit jeder Massage besser kennen und verstehen lernt.

**Bitte bringen Sie ein Handtuch, eine Gymnastikmatte und eine Wickelunterlage mit.**

**K014.21**      donnerstags, 11:00 – 12:00 Uhr | 8 Termine

**96,00 €**

5–8 Teilnehmer

**Start: 10.02.2022**

Anmeldeschluss: 03.02.2022

Ort: Haus Heisterbach, Blauer Raum

Zielgruppe: Mütter mit Babys (6 Wochen-6 Monaten)

Referent: Sali Barry, Ayurvedische Babymassage

**K014.22**      donnerstags, 11:00 – 12:00 Uhr | 6 Termine

**72,00 €**

5–8 Teilnehmer

**Start: 28.04.2022**

Anmeldeschluss: 21.04.2022

Ort: Haus Heisterbach, Blauer Raum

Zielgruppe: Mütter mit Babys (6 Wochen-6 Monaten)

Referent: Sali Barry, Ayurvedische Babymassage

## Hilfe, mein Kind ist krank

Viele Eltern fragen sich, was sie gerade in diesen Zeiten, tun können, um das Immunsystem ihrer Kinder zu stärken. In diesem Kurs besprechen die Teilnehmer verschiedene Aspekte, wie sie im Alltag die Gesundheit ihrer Kinder fördern und im Falle einer Erkrankung die Genesung unterstützen können. Ihre Erfahrungen und Fragen finden dabei besondere Berücksichtigung.

**K059.8**

Donnerstag, 19:30 – 22:00 Uhr | 1 Termin

**30,00 €**

**10.02.2022**

**inkl. Material**

Anmeldeschluss: 03.02.2022

7–10 Teilnehmer

Ort: Haus Heisterbach, Gelber Raum

Zielgruppe: Eltern, Großeltern und Interessierte

Referent: Nicola Hamelmann, Fach- und Kinderkrankenschwester

## Yoga für Mütter mit Babys

Besonders junge Mütter sehnen sich nach der ersten, aufregenden Zeit mit ihrem Baby wieder nach etwas mehr Zeit für sich.

Dieser Kurs bietet die Möglichkeit, Zweisamkeit zu genießen und gleichzeitig etwas Gutes und Ausgleichendes für sich zu tun. Sie entscheiden selbst, ob Sie eher alleine, oder Ihr Baby in die Übungen mitintegrieren möchten. Dieser Kurs findet in lockerer, gemütlicher und liebevoller Atmosphäre statt. Stillen und füttern gehört genauso dazu wie ein gemeinsamer Tee, bei dem Sie sich mit anderen Eltern austauschen können.

In diesem Kurs finden Sie durch die Yogaübungen wieder Kraft, können durchatmen, entspannen und Sie stärken die Bindung zu Ihrem Baby. Denn wenn Sie entspannt sind, ist es auch Ihr Kind!

Bitte beachten: Sie und Ihr Baby sollten über eine gute Allgemeingesundheit verfügen. Wenn Sie unsicher sind bitten wir Sie, Rücksprache mit Ihrem Arzt oder Hebamme zu halten.

Es sind keine Vorkenntnisse erforderlich.

**Bitte bringen Sie eine Gymnastikmatte, eine Wickelunterlage, ein Kopfkissenbezug sowie einen großen, dünnen Socken (für die Entspannungsübungen mit Lavendelsäckchen) mit.**

**G034.20**

freitags, 10:00 – 11:00 Uhr | 6 Termine

**72,00 €**

**Start: 29.04.2022**

5–9 Teilnehmer

Anmeldeschluss: 22.04.2022

Ort: Haus Heisterbach, Blauer Raum

Zielgruppe: Mütter mit Babys

Referent: Kerstin Rudnik, Yogalehrerin

# Stilltreff

## » Milchcafé «



### Stilltreff (nicht nur) für stillende Frauen und werdende Mütter

- Stillvorbereitung schon in der Schwangerschaft
- Unterstützung und Begleitung bei Fragen während der Stillzeit/Flaschenzeit
- Einführung der Beikost
- Abstillen
- Schlafberatung



In angenehmer, ruhiger Runde haben Sie die Möglichkeit, Ihre Erfahrungen auszutauschen, Fragen zum Thema Stillen, Ernährung und Schlafen zu stellen und eventuelle Probleme anzusprechen. Sie erhalten kompetente Beratung durch eine zertifizierte Still- und Schlafberaterin und kommen mit anderen Eltern ins Gespräch.

**Wann?** – jeden dritten Montag im Monat von 10:00 – 11:30 Uhr (auch in den Ferien)

**Wo?** – Haus Heisterbach, Veranda (eine Anmeldung ist nicht erforderlich)



Es ist ein Unkostenbeitrag von 2,00 € zu leisten. Bitte eine Krabbeldecke o. ä. mitbringen.

## Kleine Füße – Große Bewegungen

### Zumba® Kids Junior

Willkommen sind Mädchen und Jungen (4-6 Jahre und 7-10 Jahre), die Freude an Musik und Bewegung haben.

Zumba für Kinder verbessert nicht nur die Fitness und Ausdauer, sondern macht auch richtig Spaß! Hier können sie spielerisch ihre Ausdauer, Koordination und Muskelspannung verbessern und trainieren ihre Teamfähigkeit. Beim Zumba entwickeln die Kinder ein gutes Körpergefühl und mehr Selbstvertrauen. Mit immer wieder neuen Liedern und Tanzschritten, wird Spaß garantiert!

Die Kinder können sich bei der ultimativen Tanz- und Spielparty richtig austoben. Es gibt nur eine Regel: richtig abrocken!

**K103.16** donnerstags, 15:15 – 16:15 Uhr | 10 Termine

**90,00 €** **Start: 20.01.2022**  
 6–8 Teilnehmer Anmeldeschluss: 13.01.2022  
 Ort: Haus Heisterbach, Blauer Raum  
 Zielgruppe: Kinder von 4–6 Jahren  
 Referent: Yvonne Streuper, Zumbatrainerin

**K103.17** donnerstags, 16:30 – 17:30 Uhr | 10 Termine

**90,00 €** **Start: 20.01.2022**  
 6–8 Teilnehmer Anmeldeschluss: 13.01.2022  
 Ort: Haus Heisterbach, Blauer Raum  
 Zielgruppe: Kinder von 7–10 Jahren  
 Referent: Yvonne Streuper, Zumbatrainerin

**K103.18** donnerstags, 15:15 – 16:15 Uhr | 6 Termine

**54,00 €** **Start: 28.04.2022**  
 6–8 Teilnehmer Anmeldeschluss: 21.04.2022  
 Ort: Haus Heisterbach, Blauer Raum  
 Zielgruppe: Kinder von 4–6 Jahren  
 Referent: Yvonne Streuper, Zumbatrainerin

**K103.19** donnerstags, 16:30 – 17:30 Uhr | 6 Termine

**54,00 €** **Start: 28.04.2022**  
 6–8 Teilnehmer Anmeldeschluss: 21.04.2022  
 Ort: Haus Heisterbach, Blauer Raum  
 Zielgruppe: Kinder von 7–10 Jahren  
 Referent: Yvonne Streuper, Zumbatrainerin

## Mönch von Heisterbach Wanderung – Geisterstunde auf dem Klostergelände

Ihm ist ein Tag wie tausend Jahre und tausend Jahr wie ein Tag – eine Erlebniswanderung für alle Generationen.

Die Mönchwanderung: Auf den Spuren des Mönches von Heisterbach wollen wir uns durch die Pforten in der Klostermauer begeben. Sagen und Mythen begleiten uns, wie auch geschichtlich interessante Orte. Ob Ruhestätten, Spuren der Zisterzienser oder Überbleibsel aus dem Mittelalter. Vielleicht mag uns im Wald sogar der Mönch von Heisterbach begegnen und gibt uns die ein oder andere Geschichte preis? Wer weiß?

**K069.4** Freitag, 19:30 – 22:00 Uhr | 1 Termin

**Erwachsene 35,00 € 01.04.2022**

**Kinder 20,00 €** Anmeldeschluss: 18.03.2022

8–10 Teilnehmer Treffpunkt: Haus Heisterbach, Eingang

Zielgruppe: Kinder und Erwachsene von 8-99 Jahren

Referent: Peter Wendland, Dipl. Sozialpädagoge,

Musiktherapeut

## Entspannte Eltern – Entspannte Kinder

In diesem Kurs geht es nicht um Entspannungsübungen, sondern darum zukünftige oder „noch frische“ Eltern zu stärken.

Was sagt mir mein Bauchgefühl in der einen oder anderen Situation? Liege ich da richtig? Woher weiß ich warum mein Kind schreit? Wie erhole ich mich, wenn mein Kind noch nicht durchschläft? Wie bekomme ich es zum durchschlafen? Schaffe ich das mit dem Stillen?

Der Kursinhalt wird stark von den Bedürfnissen der Teilnehmer bestimmt. Hier dürfen Sie alles fragen, was Sie wissen wollen oder befürchten. Die Kursleiterin, eine erfahrene Kinderkrankenschwester, und selbst 2-fache Mutter, hat viele Tipps und Tricks parat.

**K085.4** Donnerstag, 17:30 – 20:00 Uhr | 1 Termin

**20,00 € 12.05.2022**

5–7 Teilnehmer Anmeldeschluss: 05.05.2022

Treffpunkt: Haus Heisterbach, Gelber Raum

Zielgruppe: Eltern, Großeltern und Interessierte

Referent: Nicola Hamelmann, Fach- und Kinderkrankenschwester

## Magic Book – Trau Dich!

### Gestalte Dein eigenes künstlerisches Tagebuch in Collagen!

Magic Book® ist eine Kreativitätstechnik für pädagogische Fachkräfte und im Grunde für Jedermann, die kinderleicht zu lernen ist. Es sind keine Vorkenntnisse oder künstlerischen Erfahrungen notwendig. Beim Magic Book® geht es nicht in erster Linie um Kunst und Ästhetik. Es geht um die Entdeckung und Entfaltung kreativer Anlagen, die in jedem von uns stecken. In dem neuen Raum für die Kreativität werden Selbstbewusstsein und Vertrauen am Prozess gefördert. Daher ist die Methode stabilisierend und fördert Selbstwirksamkeit hervor.

Wir arbeiten mit Bildern und Farben und sehr unterschiedlichen Materialien, wodurch Collagen in einem Buch (Ringbuch, Fotoalbum o.ä.) entstehen. Alle Materialien, wie Bücher, Magazine, Bilder, Farben aller Art, Malwerkzeuge und vielfältige Bastelutensilien, stehen den Teilnehmer\*innen im Seminar zur Verfügung.

Und weil diese Methode des künstlerischen Tagebuchs „kinderleicht“ ist und sehr viel Spaß macht, kann man sie auch in der Arbeit mit Kindern (ab dem Vorschulalter) anwenden. Kinder lieben es, mit Farben zu experimentieren, aus Zeitschriften und Magazinen Bilder auszuschneiden, Glitzer, Sticker und andere reizvolle Materialien hinzuzufügen und eine bunte starke Collage zu zaubern.

Sie erlernen somit eine Kreativitätstechnik für den beruflichen und privaten Gebrauch. Wer einmal damit anfängt, hört nicht wieder auf. Lassen sie sich einfach mal ein.

**A117.2**

Samstag, 09:00 – 16:00 Uhr | 1 Termin

**120,00 €**

6–12 Teilnehmer

**30.04.2022**

Anmeldeschluss: 16.04.2022

Ort: Haus Heisterbach, Blauer Raum

Zielgruppe: Pädagogische Fachkräfte, Kindertagespflegepersonen, Eltern

Referent: Maria Zens, Dipl. Heilpädagogin, Dipl. Sozialarbeiterin



**Therapeutisches Reiten**

**Stockhausen**

Pädagogische Förderung mit dem Pferd für Kinder und Jugendliche ab 3 Jahren.

**[www.thr-stockhausen.de](http://www.thr-stockhausen.de)**

**Büro und Reitplatz:**

Ruttscheiderstraße 28

53639 Königwinter-Oberpleis

**Information und Anmeldung:**

Tel.: 02244/82830

Email: [webmaster@ThR-Stockhausen.de](mailto:webmaster@ThR-Stockhausen.de)

## „Achtsam aus der Krise in die Zukunft“ – Ein Selbsterfahrungsseminar

Die Corona Pandemie hat uns in vielen Bereichen vor neue Herausforderungen gestellt. Viele Dinge verändern sich im beruflichen, privaten und familiären Umfeld. Die Krise birgt Chancen, gewohnte Dinge zu reflektieren und zu überdenken.

Bin ich auf dem Weg, den ich eigentlich gehen möchte?

Welche Veränderungen haben sich bereits in meinem Leben bemerkbar gemacht?

Wo möchte ich persönlich hin?

Was gilt es loszulassen?

Soll ich all meine Energie nutzen, um alles wieder zu erreichen, was vor der Krise war?

Wie kann ich aufatmen und loslassen?

Wie gehe ich achtsam und respektvoll mit mir selbst um?

In diesem Seminar möchte ich einladen mit Methoden aus dem Buddhismus und der Gewaltfreien Kommunikation sich mit sich selbst auseinanderzusetzen. Ein Coaching um eigene Potentiale zu erkennen und nutzen.

Wir werden auf dem wundervollen Gelände des Kloster Heisterbach verschiedene Stationen aufsuchen um Vorträgen zu Achtsamkeit, Kommunikation und Wahrnehmung zuzuhören.

Wir werden die Natur und ihre Energie auf uns wirken lassen.

In einer Meditation werden wir unseren Atem spüren und die Bedeutung des Atmens für unsere Seele kennenlernen.

**K114.2**

Donnerstag, 18:00 – 20:00 Uhr | 1 Termin

**40,00 €**

7–10 Teilnehmer

**05.05.2022**

Anmeldeschluss: 28.04.2022

Treffpunkt: Haus Heisterbach, Eingang

Zielgruppe: Interessierte ab 18 Jahre

Referent: Peter Wendland, Dipl. Sozialpädagoge,  
Musiktherapeut



**Babysitter werden...  
Babysitter suchen ...**

**[www.babysitter-siebengebirge.de](http://www.babysitter-siebengebirge.de)**

## Kulinarische Reise nach Indien

### Indian Summer mit Ingwer und Kurkuma

Indisches Essen ist so vielfältig wie ihre Sprachen, Religionen und Volksgruppen. Die südindische Küche beeindruckt vor allem durch die Vielzahl an verschiedenen Gerichten, die mit Kokosmilch und Kokosflocken zubereitet werden. Kokos ist ein typisches Charakteristikum der Küche Keralas, des Bundesstaates an der Westküste.

Verschiedene Fleisch- und Fischgerichte in allen Variationen, dazu eine Fülle raffinierter vegetarischer Kreationen, gewürzt mit Kardamom, Koriander und Ingwer stehen hier auf dem Speiseplan. Frau Punnampambil lebt seit über 40 Jahren in Deutschland, stammt aus Kerala und bringt Ihnen die Geheimnisse der südindischen Küche näher. Ein Koch-Workshop mit anschließendem gemeinsamem Essen.

Ein Koch-Workshop mit anschließendem gemeinsamem Essen.

Bitte bringen Sie ein scharfes Messer und Brettchen mit.

**K090.14**

Freitag, 18:00 – 22:00 Uhr | 1 Termin

**35,00 €**

**10.06.2022**

6–10 Teilnehmer

Anmeldeschluss: 03.06.2022

Ort: Haus Heisterbach, Gelber Raum

Zielgruppe: Interessierte

Referent: Sosamma Punnampambil



## Kindertagespflege

QUALIFIZIERTE BETREUUNG FÜR KINDER



Ein Beruf für mich?



Informieren Sie sich jetzt!



Perspektiven für das Leben e.V.

Haus Heisterbach | 53639 Königswinter

02223/9236 0 | kurse@haus-heisterbach.de

[www.perspektiven-fuer-das-leben.de](http://www.perspektiven-fuer-das-leben.de)

## Baby- und Juniorsitter

In diesem Kurs lernen Jugendliche ab 14 Jahren den sicheren Umgang mit Säuglingen und Kleinkindern.

Durch die strukturierte Gliederung wird gezielt auf die Säuglingspflege mit Wickeln, Baden, Nahrungszubereitung und Füttern eingegangen. Im Vordergrund dieses Kurses werden speziell die altersgerechte Betreuung von Kleinkindern besprochen, altersgemäße Spielideen entwickelt und notwendige Sicherheitsmaßnahmen für dieses Alter vorgestellt. Verhaltensregeln beim Babysitten und die besondere Rolle des Babysitters runden das Angebot ab.

**Bei regelmäßiger Teilnahme erhalten die Jugendlichen ein Zertifikat, das sie als qualifizierte Baby- und Juniorsitter ausweist.**

**B003.43** 10:00 – 15:30 Uhr | 2 Termine

**45,00 €**  
6–10 Teilnehmer

**1. Termin: Samstag 11.06.2022**

**2. Termin: Sonntag 12.06.2022**

Anmeldeschluss: 02.06.2022

Ort: Haus Heisterbach, Gelber Raum

Zielgruppe: Jugendliche ab 14 Jahren

Referent: Nicola Hamelmann, Fach-/Kinderkrankenschwester

**Heizung und Sanitär  
Meisterbetrieb**



**Matthias Frischke** gmbH

- **Gas- und Ölheizung**
- **Wärmepumpen**
- **Solarsysteme**
- **Sanitär und Bäder**
- **Lüftungsanlagen**

*Schön, dass Sie uns anrufen...*

**Mobil** 0171 5788363

**Fax** 02223 9090888



**02223 9090880**

Oberkasseler Strasse 23

D-53639 Königswinter

[www.matthias-frischke.de](http://www.matthias-frischke.de)

## Erste Hilfe am Kind

Erste Hilfe kann Leben retten!

Hier geht es um spezielle Maßnahmen, wenn Säuglinge und Kinder erkranken oder sich verletzen. Von der Prävention bis zu Sofortmaßnahmen in Notfällen werden Grundlagen praktisch vermittelt. Es wird nach den Richtlinien (ERC) ausgebildet.

**Gutscheine der Unfallkasse werden akzeptiert.**

**G026.28** Samstag, 09:00 – 17:00 Uhr | 1 Termin

**55,00 €**

12–20 Teilnehmer



**JOHANNITER**

**05.03.2022**

Anmeldeschluss: 19.02.2022

Ort: Haus Heisterbach, Blauer Raum

Zielgruppe: Baby- und Juniorsitter, Erzieher,

Kindertagespflegepersonen, Eltern, Großeltern

Referent: Johanniter-Unfall-Hilfe e.V.

Veranstalter: Regionalverband Bonn/Rhein-Sieg/  
Euskirchen

**G026.29** Samstag, 09:00 – 17:00 Uhr | 1 Termin

**55,00 €**

12–20 Teilnehmer



**JOHANNITER**

**03.09.2022**

Anmeldeschluss: 20.08.2022

Ort: Haus Heisterbach, Blauer Raum

Zielgruppe: Baby- und Juniorsitter, Erzieher,

Kindertagespflegepersonen, Eltern, Großeltern

Referent: Johanniter-Unfall-Hilfe e.V.

Veranstalter: Regionalverband Bonn/Rhein-Sieg/  
Euskirchen

**G026.30** Samstag, 09:00 – 17:00 Uhr | 1 Termin

**55,00 €**

12–20 Teilnehmer



**JOHANNITER**

**19.11.2022**

Anmeldeschluss: 05.11.2022

Ort: Haus Heisterbach, Blauer Raum

Zielgruppe: Baby- und Juniorsitter, Erzieher,

Kindertagespflegepersonen, Eltern, Großeltern

Referent: Johanniter-Unfall-Hilfe e.V.

Veranstalter: Regionalverband Bonn/Rhein-Sieg/  
Euskirchen

**FAHRSCHULE METROPOL**  
*dein Weg zum Führerschein*

Inh. Hakan Caliskan  
Heisterbacherstraße 45  
53639 Königswinter

Tel.: 02223 - 900 970  
Handy : 0163- 36 11 740  
info@fahrschule-metropol.com  
www.fahrschule-metropol.com

SECOND HAND FÜR KLEINE LEUTE

# Heisternestchen



Erstlingsausstattung

Kinderkleidung

Kinderschuhe

Kindermöbel

Kinderfahrzeuge

Spielsachen

Kinderbücher

Kinderwagen

Schwangerenmode

UND VIELES MEHR

**GEÄNDERTE  
ÖFFNUNGSZEITEN  
IN DER CORONA-ZEIT**

**MONTAGS**  
10.00 - 12.00 UHR

**MITTWOCHS**  
15.00 - 18.00 UHR  
*ab 01.02.2022 zusätzlich*  
10.00 - 12.00 UHR

*Gutes Kaufen -  
Gutes Tun*

Gerne nimmt das ehrenamtliche Team zu den Öffnungszeiten Ihre Sachspenden entgegen. Die Einnahmen fließen zu 100% in die mildtätige Arbeit des Vereins Bausteine für das Leben e.V. - Haus Heisterbach.

**Haus Heisterbach, 53639 Königswinter**  
Buslinie 520 Haltestelle: Kloster Heisterbach

## Faszienpilates

Durch spezielle Pilates und Rückenübungen werden Trainingsreize gesetzt, die gezielt auf das Bindegewebe abzielen. Zusätzlich wird mittels der Faszien-Rolle (Blackrolle) das Bindegewebe auch bearbeitet. Die Gewebsflüssigkeiten und Lymphflüssigkeiten werden abgeleitet. Schmerzhaftes Verkleben wird behoben, die Regeneration der Muskulatur wird gefördert.

**Bitte kommen Sie in Sportkleidung und bringen Sie eine Gymnastikmatte mit.**

**G036.18** dienstags, 19:00 – 20:00 Uhr | 11 Termine

**110,00 €**

6–8 Teilnehmer

**Start: 11.01.2022**

Anmeldeschluss: 04.01.2022

Ort: Haus Heisterbach, Blauer Raum

Zielgruppe: Männer und Frauen

Referent: Kerstin Giese, Gesundheitsmanagerin

**G036.19** dienstags, 19:00 – 20:00 Uhr | 7 Termine

**70,00 €**

6–8 Teilnehmer

**Start: 26.04.2022**

Anmeldeschluss: 19.04.2022

Ort: Haus Heisterbach, Blauer Raum

Zielgruppe: Männer und Frauen

Referent: Kerstin Giese, Gesundheitsmanagerin

## Carports und Vordächer

individuell von Meisterhand



**HOITZ** KG

**Holzbau**

**Holzzäune**

**Holzhandel**

Oberkasseler Straße 63

53639 Königswinter/Oberdollendorf

Telefon (0 22 23) 2 42 20

Telefax (0 22 23) 2 63 14

[www.hoitz-kg.de](http://www.hoitz-kg.de)

## Hatha Yoga für Senioren – „Golden Age“

Yoga kennt keine Altersgrenze! Das ganzheitliche System Yoga ist gerade für ältere Menschen ein großes Geschenk.

Alle Körperübungen werden angeleitet und von den Teilnehmern entsprechend ihrer individuellen Fitness und Tagesform ausgeführt. Die Teilnehmer dürfen sich so bewegen, wie sie können, ohne Stress und Leistungsdruck. Regenerierende Phasen der Entspannung und Meditation ergänzt mit einfachen Atemübungen harmonisieren den Fluss der Lebensenergie.

Menschen in fortgeschrittener Lebensphase profitieren durch die vielfältigen Wirkungen von Yoga: körperliche und geistige Entspannung, erhöhte Konzentrationsfähigkeit, verbesserte Körperwahrnehmung, Beweglichkeit, Balance und Stressresistenz tragen dazu bei, die eigene Gesundheit und Lebensqualität zu erhalten.

**Bitte kommen Sie in Sportkleidung und bringen Sie ein Kissen sowie eine Gymnastikmatte mit.**

**G035.19** dienstags, 15:00 – 16:30 Uhr | 12 Termine

**186,00 €\***

6–8 Teilnehmer

**Start: 11.01.2022**

Anmeldeschluss: 04.01.2022

**G035.20** dienstags, 15:00 – 16:30 Uhr | 8 Termine

**155,00 €\***

6–8 Teilnehmer

**Start: 26.04.2022**

Anmeldeschluss: 19.04.2022

Ort: Haus Heisterbach, Blauer Raum

Zielgruppe: Senioren

Referent: Dr. Nikolaus Nagel, Yogalehrer, Gesundheitspädagoge

**\* Durch die Zentrale Prüfstelle Prävention anerkannte Veranstaltung – die Kursgebühren können bei regelmäßiger Teilnahme anteilig von der Krankenkasse übernommen werden.**



## Hatha Yoga



Hatha-Yoga lebt vom Wechsel zwischen Anspannung & Entspannung und eignet sich hervorragend, um einen Ausgleich zum stressigen Alltag zu erfahren.

Du lernst dabei alle wichtigen Grundlagen des Yoga kennen: Pranayama (Atmung), Asanas (Körperstellungen), ein bisschen Yoga-Philosophie und natürlich viel Entspannung.

Die Übungen zielen gleichermaßen auf Entspannung & Flexibilität sowie Kräftigung & Stabilität ab.

Eine gute Portion Spaß darf dabei nicht fehlen.

**Bitte kommen Sie in Sportkleidung und bringen Sie ein Kissen sowie eine Gymnastikmatte mit.**

**G008.8**

donnerstags, 20:00 – 21:15 Uhr | 11 Termine

**132,00 €**

6–8 Teilnehmer

**Start: 13.01.2022**

Anmeldeschluss: 06.01.2022

Ort: Haus Heisterbach, Blauer Raum

Zielgruppe: Frauen und Männer

Referent: Kerstin Giese, Gesundheitsmanagerin

**G008.9**

donnerstags, 20:00 – 21:15 Uhr | 7 Termine

**72,00 €**

6–8 Teilnehmer

**Start: 28.04.2022**

Anmeldeschluss: 21.04.2022

Ort: Haus Heisterbach, Blauer Raum

Zielgruppe: Frauen und Männer

Referent: Kerstin Giese, Gesundheitsmanagerin

## Qi Gong

### Einführung in die alte chinesische Bewegungstherapie



Qi Gong ist ein wesentlicher Bestandteil in der „Traditionellen Chinesischen Medizin (TCM)“ und hat sich in China über mehrere Jahrtausende entwickelt.

Die 18 Bewegungen haben ihren Ursprung in der Verbindung von Elementen aus dem Taiji Quan und dem Inneren Training des Qi Gong, der ganzheitlichen Regulation von Körper, Geist und Atem. Qi Gong hilft maßgeblich, die innere Balance und die Achtsamkeit für sich selbst zu finden. Die 18 Bewegungen sind für jeden leicht erlernbar und unterstützen wirksam im alltäglichen Leben.

**G027.73** montags, 09:30 – 11:00 Uhr | 9 Termine

**112,50 €** **Start: 31.01.2022**  
5–8 Teilnehmer Anmeldeschluss: 24.01.2022

**G027.74** mittwochs, 16:00 – 17:30 Uhr | 9 Termine

**112,50 €** **Start: 02.02.2022**  
5–8 Teilnehmer Anmeldeschluss: 26.01.2022

**G027.75** montags, 09:30 – 11:00 Uhr | 6 Termine

**75,00 €** **Start: 25.04.2022**  
5–8 Teilnehmer Anmeldeschluss: 18.04.2022

**G027.76** mittwochs, 16:00 – 17:30 Uhr | 6 Termine

**75,00 €** **Start: 27.04.2022**  
5–8 Teilnehmer Anmeldeschluss: 20.04.2022

Ort: Haus Heisterbach, Blauer Raum  
Zielgruppe: Frauen und Männer  
Referent: Monika Mönig, Qi Gong-Lehrerin

## Rücken Fit – Gesunder Rücken

Fehlbelastungen ausgleichen und einseitigen Verschleißerscheinungen entgegenwirken ist Ziel des Kurses, der Übungen aus der klassischen Rückenschule mit den Konzepten von Pilates und dem Faszien-Training verbindet. Es handelt sich um ein wunderbares Training zur Kräftigung, Vitalisierung und Entspannung von Körper und Geist. Es ist ein ganzheitliches Konzept, welches ausgewogen und effektiv, aber leicht zu erlernen ist.

**Bitte kommen Sie in Sportkleidung und bringen Sie ein Kissen sowie eine Gymnastikmatte mit.**

**G024.46** dienstags, 17:30 – 18:30 Uhr | 11 Termine

**110,00 €**

6–8 Teilnehmer

**Start: 11.01.2022**

Anmeldeschluss: 04.01.2022

Ort: Haus Heisterbach, Blauer Raum

Zielgruppe: Frauen und Männer

Referent: Kerstin Giese, Gesundheitsmanagerin

**G024.47** dienstags, 17:30 – 18:30 Uhr | 7 Termine

**70,00 €**

6–8 Teilnehmer

**Start: 26.04.2022**

Anmeldeschluss: 19.04.2022

Ort: Haus Heisterbach, Blauer Raum

Zielgruppe: Frauen und Männer

Referent: Kerstin Giese, Gesundheitsmanagerin

**Gut/Heckenhof**  
Hotel- & Golfresort an der Sieg

### FASZINATION GOLF – JETZT EINSTEIGEN!

Platzreifekurs

jetzt nur **139,- €**  
statt **219,- €**

**Aktion**

Schnupperkurs

**29,- €**

Platzreifekurs inkl. DGV-Zertifikat.  
Zwei Wochen gratis spielen auf der 6-Loch  
Par 3 Anlage und der Driving Range.

Einfach mal Golf schnuppern ohne  
Vorkenntnisse. Spaß haben bei den  
ersten Drives und Putts!

Online buchen: [www.gut-heckenhof.de](http://www.gut-heckenhof.de) · (02243) 92 32 62

## Sunshine-Yoga – Hatha Yoga für Erwachsene

Hatha-Yoga lebt vom Wechsel zwischen Anspannung und Entspannung und eignet sich hervorragend, um einen Ausgleich zum stressigen Alltag zu erfahren. Du lernst dabei alle wichtigen Grundlagen des Yoga kennen: Pranayama (Atmung), Asanas (Körperstellungen), ein bisschen Yoga-Philosophie und natürlich viel Entspannung.

Die Übungen zielen gleichermaßen auf Entspannung und Flexibilität sowie Kräftigung und Stabilität ab. Eine gute Portion Spaß darf dabei nicht fehlen.

**Bitte kommen Sie in Sportkleidung und bringen Sie ein Kissen sowie eine Gymnastikmatte mit.**

**G029.42**                      mittwochs, 17:30 – 18:45 Uhr | 10 Termine

**120,00 €**                      **Start: 12.01.2022**  
 6–8 Teilnehmer              Anmeldeschluss: 05.01.2022  
    Ort: Familienzentrum Villa Kunterbunt,  
    Luisenstraße 43a, 53604 Bad Honnef  
    Zielgruppe: Frauen und Männer  
    Referent: Kerstin Giese, Gesundheitsmanagerin

**G029.43**                      mittwochs, 18:00 – 18:45 Uhr | 7 Termine

**84,00 €**                      **Start: 27.04.2022**  
 6–8 Teilnehmer              Anmeldeschluss: 20.04.2022  
    Ort: Familienzentrum Villa Kunterbunt,  
    Luisenstraße 43a, 53604 Bad Honnef  
    Zielgruppe: Frauen und Männer  
    Referent: Kerstin Giese, Gesundheitsmanagerin

**\* Durch die Zentrale Prüfstelle Prävention anerkannte Veranstaltung – die Kursgebühren können bei regelmäßiger Teilnahme anteilig von der Krankenkasse übernommen werden.**

 <p><b>dollendorfer bücherstube</b> Inh. Anne Alfen</p>	<p>Heisterbacher Straße 60                  53639 Königswinter                  Fon 0 22 23 / 91 26 30                  Fax 0 22 23 / 91 26 31                  Mo.-Fr. 9<sup>00</sup>-12<sup>30</sup>; 15<sup>00</sup>-18<sup>30</sup>; Sa 9<sup>30</sup>-13<sup>00</sup></p>
<p><b>JETZT 24/7 Bücher kaufen in unserem Online-Shop unter                  WWW.DOLLENDORFERBUECHERSTUBE.DE</b></p>	

## Tai Chi

### Einführung in die alte chinesische Bewegungstherapie

Tai Chi Chuan ist Meditation in Bewegung und stellt eines der vollständigsten, gesundheitsorientiertesten Übungssysteme überhaupt dar. Tai Chi ist ein ganzheitliches, traditionelles Trainingsprogramm für Körper, Geist und Psyche und kommt ursprünglich aus dem Taoismus.

Auf körperlicher Ebene trainieren wir Kraft, Fitness, Beweglichkeit, Koordination. Auf psychischer Ebene trainieren wir Ruhe und Gelassenheit, Aufmerksamkeit und Konzentration, innere Balance und Stabilität.

**G028.24** montags, 16:00 – 17:30 Uhr | 9 Termine

**112,50 €** **Start: 31.01.2022**  
 5–8 Teilnehmer Anmeldeschluss: 24.01.2022  
 Ort: Haus Heisterbach, Blauer Raum  
 Zielgruppe: Frauen und Männer  
 Referent: Monika Mönig, Tai Chi-Lehrerin

**G028.25** montags, 16:00 – 17:30 Uhr | 6 Termine

**75,00 €** **Start: 25.04.2022**  
 5–8 Teilnehmer Anmeldeschluss: 18.04.2022  
 Ort: Haus Heisterbach, Blauer Raum  
 Zielgruppe: Frauen und Männer  
 Referent: Monika Mönig, Tai Chi-Lehrerin

**PHYSIO**  
**Dynamik**

Anja Steenken  
 Friederike Saloschin

Siebengebirgsstr. 70  
 53639 Königswinter – Thomasberg

Tel. 02244 – 87 66 100  
 Fax 02244 – 87 66 101

info@physio-dynamik.de  
 www.physio-dynamik.de

**KRAFT**  
**DURCH**  
**BEWEGUNG**

## Hatha Yoga für Senioren – „Golden Age“

Yoga kennt keine Altersgrenze! Das ganzheitliche System Yoga ist gerade für ältere Menschen ein großes Geschenk. Alle Körperübungen werden angeleitet und von den Teilnehmern entsprechend ihrer individuellen Fitness und Tagesform ausgeführt.

Die Teilnehmer dürfen sich so bewegen, wie sie können, ohne Stress und Leistungsdruck. Regenerierende Phasen der Entspannung und Meditation ergänzt mit einfachen Atemübungen harmonisieren den Fluss der Lebensenergie.

Menschen in fortgeschrittener Lebensphase profitieren durch die vielfältigen Wirkungen von Yoga: körperliche und geistige Entspannung, erhöhte Konzentrationsfähigkeit, verbesserte Körperwahrnehmung, Beweglichkeit, Balance und Stressresistenz tragen dazu bei, die eigene Gesundheit und Lebensqualität zu erhalten.

**Bitte kommen Sie in Sportkleidung und bringen Sie eine Gymnastikmatte mit.**

**G035.19** dienstags, 15:00 – 16:30 Uhr | 12 Termine

**186,00 €\***

6–8 Teilnehmer

**Start: 11.01.2022**

Anmeldeschluss: 04.01.2022

Ort: Haus Heisterbach, Blauer Raum

Zielgruppe: Senioren

Referent: Dr. Nikolaus Nagel, Yogalehrer, Gesundheitspädagoge

**G035.20** dienstags, 15:00 – 16:30 Uhr | 8 Termine

**124,00 €\***

6–8 Teilnehmer

**Start: 26.04.2022**

Anmeldeschluss: 19.04.2022

Ort: Haus Heisterbach, Blauer Raum

Zielgruppe: Senioren

Referent: Dr. Nikolaus Nagel, Yogalehrer, Gesundheitspädagoge

**\* Durch die Zentrale Prüfstelle Prävention anerkannte Veranstaltung – die Kursgebühren können bei regelmäßiger Teilnahme anteilig von der Krankenkasse übernommen werden.**

aufregend • anders • anziehen

**MODE**  
~ Mit Charakter

**MODE**  
~ Mit Persönlichkeit

**MODE**  
~ Von Malu



**MODE & SCHUHE MALU**  
**BAD HONNEF**  
Hauptstr. 32 53604 Bad Honnef  
Tel. 02244 / 9879770

**MODE & SCHUHE MALU**  
**OBERPLEIS - KÖNIGSWINTER**  
Dollendorfer Str. 26 53639 Oberpleis-Königswinter  
Tel.: 02244 - 90 35 87

## Online-Banking – Grundlagen

Online-Banking hat viele Vorteile! Unabhängig von den Öffnungszeiten Ihrer Bankfiliale haben Sie zuhause oder unterwegs von Ihrem PC, Tablet oder Smartphone aus jederzeit Zugriff auf Ihre Finanzen, können eine Überweisung tätigen, einen Dauerauftrag einrichten oder den Kontostand einsehen. Häufig ist die Kontoführung auch kostengünstiger als ein normales Bankkonto. Was müssen Sie beachten, wenn Sie Online-Banking einrichten? Wie ist es um die Sicherheitsstandards bestellt und was ist ein TAN Verfahren?

Unser Referent gibt praktische Tipps rund um dieses Thema.

**C022.5**

Freitag, 15:00 – 16:30 Uhr | 1 Termin

**5,00 €**

8–15 Teilnehmer

**11.02.2022**

Anmeldeschluss: 04.02.2022



**Beratung  
Schulung  
Netzwerk**

Ort: Haus Heisterbach, Blauer Raum

Zielgruppe: Senioren, Interessierte

Referent: Christian Debertshäuser, eMinus Beratung, Schulung & Netzwerk UG



Dollendorfer Str. 9  
53639 Königswinter  
Tel. 02244 6882

Mo. – Fr.: 8.30 – 18.30 Uhr  
Sa.: 8.30 – 13.00 Uhr

Besuchen Sie uns auch auf [www.optikkraemer.com](http://www.optikkraemer.com)

Foto: Andres Rodriguez/fotolia.com



Wir verwenden  
Qualitätsgläser von

**R**  
RODENSTOCK

# ...Psssst!

**Jetzt die tollen Angebote bei  
Optik Kraemer nicht verschlafen!**

## Warnung vor Trickbetrügern

Fühlen Sie sich sicher? Was verbirgt sich hinter dem Enkeltrick? Wie kann ich mich verhalten, wenn ich angerufen werde? Woran erkenne ich „echte“ Polizisten?

Achtsamkeit ist notwendig – ob am Telefon, am Bankautomaten oder im Krankenhaus. Gerade dort richtet sich die Aufmerksamkeit von Ärztinnen, Ärzten und des Pflegepersonals vorrangig auf die Patientenversorgung und nicht auf das Erkennen verdächtiger Personen.

Medizinische Untersuchungen und Behandlungen sowie Spaziergänge und Cafébesuche bringen mit sich, das Patientenzimmer verlassen werden und gegebenenfalls auch für einen längeren Zeitraum unbeaufsichtigt bleiben. Das Zusammenwirken all dieser Umstände nutzen Diebe aus und verschaffen sich unauffällig und ungehindert Zugang zu den Patientenzimmern und den darin befindlichen Wertsachen.

Tipps und Informationen der Polizei, wie Sie sich vor Betrug, Einbruch und Überfällen schützen können, erfahren Sie in diesem Vortrag.

**C007.4**

Dienstag, 14:30 – 16:00 Uhr | 1 Termin

**5,00 €**

8–15 Teilnehmer

**15.03.2022**

Anmeldeschluss: 08.03.2022

Ort: Haus Heisterbach, Gelber Raum

Zielgruppe: Senioren, Interessierte

Referent: Marita Wichterich, Kriminalhauptkommissarin



Apothekerin Sabine Nöthel  
Dollendorfer Str. 400  
53639 Königswinter

Tel. 02244/870620  
Fax. 02244/870621

- Kompressionsstrümpfe und Bandagen nach Maß
- Inkontinenzberatung, Stomaversorgung
- Naturheilmittel und Homöopathie
- Kosmetikkabine und Beratung
- Lieferservice

## Erben und Vererben

Statistisch errichten nur rund 25 % der Deutschen ein Testament. Ist es wirklich sinnvoll, die Nachlassregelung dem Gesetzgeber zu überlassen oder ist nicht eine persönliche Regelung des Nachlasses vorzugswürdig? So vermeidet nämlich eine intelligente Nachlassregelung nicht nur Streit innerhalb der Familie, sondern ermöglicht auch Zuwendungen an Personen, welche bei gesetzlicher Erbfolge nicht oder nicht ausreichend bedacht würden.

Der Vortrag gibt einen Überblick über die Konsequenzen der gesetzlichen Regelung und einer alternativen Gestaltung durch Testamente etc. Erläutert wird, was beim Tode eines Menschen erbrechtlich geschieht und wie unerwünschte Konsequenzen vermieden werden können. Weiterer Gegenstand des Vortrags sind das Pflichtteilsrecht sowie schließlich auch die Frage lebzeitiger Vorsorge durch Vorsorgevollmacht und Patientenverfügung.

Nach dem Vortrag besteht die Möglichkeit zu ausführlicher Diskussion und Fragestellung.

**C003.7**

Mittwoch, 17:30 – 19:00 Uhr | 1 Termin

**5,00 €**

8–15 Teilnehmer

**30.03.2022**

Anmeldeschluss: 23.03.2022

Ort: Haus Heisterbach, Gelber Raum

Zielgruppe: Senioren, Interessierte

Referenten: Dr. Norbert Gierlach und RA Klaus

Gladischefski, Fachanwalt für Erbrecht/Familienrecht, Testamentsvollstrecker



**Peter Kittlaus IVD**  
Immobilien & Hausverwaltung

**RALF BROICH - Ihr Immobilien-Experte**

### ■ VERKAUF

Wir vermarkten Ihre Immobilie zum bestmöglichen Preis

### ■ VERMIETUNG

Wir finden den passenden Mieter

### ■ LEIBRENTE

Wir beraten Sie unverbindlich

Tel.: 02244-87 78 30

[broich@immobilien-kittlaus.de](mailto:broich@immobilien-kittlaus.de)

## Mönch von Heisterbach Wanderung – Geisterstunde auf dem Klostergelände

Ihm ist ein Tag wie tausend Jahre und tausend Jahr wie ein Tag – eine Erlebniswanderung für alle Generationen.

Die Mönchwanderung: Auf den Spuren des Mönches von Heisterbach wollen wir uns durch die Pforten in der Klostermauer begeben. Sagen und Mythen begleiten uns, wie auch geschichtlich interessante Orte. Ob Ruhestätten, Spuren der Zisterzienser oder Überbleibsel aus dem Mittelalter. Vielleicht mag uns im Wald sogar der Mönch von Heisterbach begegnen und gibt uns die ein oder andere Geschichte preis? Wer weiß?

**K069.4**

Freitag, 19:30 – 22:00 Uhr | 1 Termin

**Erwachsene 35,00 € 01.04.2022**

**Kinder 20,00 €**

5–7 Teilnehmer

Anmeldeschluss: 18.03.2022

Ort: Haus Heisterbach, Eingang

Zielgruppe: Kinder und Erwachsene von 8-99 Jahren

Referent: Peter Wendland, Dipl. Sozialpädagoge,  
Musiktherapeut

**JB** sanitär  
heizungstechnik  
jens bellinghausen meisterbetrieb



Filiale Königswinter  
Dollendorfer Str. 280  
53639 Königswinter  
Fon: 022 44 - 87 84 49-0

Filiale Bonn  
Josefstr. 24  
53111 Bonn  
Fon: 0228 - 63 48 61



[info@jb-sanitar.de](mailto:info@jb-sanitar.de)

[www.jb-sanitaer.de](http://www.jb-sanitaer.de)

## Notfälle im Alter – Erste Hilfe für Senioren

Die Lebensumstände von Senioren gestalten sich oftmals in der Art, dass es zu besonderen Notfällen kommen kann. Bewegungsmangel, chronische Erkrankungen, wie z. B. Diabetes sowie die oftmals nur schwer barrierefrei zu gestaltende häusliche Umgebung sind hier mögliche Ursachen.

Die Themen dieser Veranstaltung sind vom Scheitel bis zur Sohle auf Besonderheiten im Alter ausgewählt: Schlaganfall, Herzinfarkt und Angina Pectoris, Diabetes mellitus, Flüssigkeitsdefizite, Versorgung von Wunden und Verletzungen am Bewegungsapparat. Hierbei liegt der Schwerpunkt im Erkennen der Symptome – nicht im Stellen von Diagnosen!

Wann muss der Notruf abgesetzt werden und vor allem wie? Erste Hilfe ist Silber, Vorbeugung ist Gold und so erhalten Sie auch Tricks und Kniffe, die bestenfalls Notfälle verhindern und Leiden einschränken! Vor allem erfahren Sie aber, wie Sie sich selber schützen können!

**C004.8**

Donnerstag, 13:00 – 16:00 Uhr | 1 Termin

**33,00 €**

7–10 Teilnehmer

**02.06.2022**

Anmeldeschluss: 26.05.2022

Ort: Haus Heisterbach, Gelber Raum

Zielgruppe: Senioren

Referent: Johanniter-Unfall-Hilfe e.V.

Veranstalter: Regionalverband Bonn/Rhein-Sieg/  
Euskirchen



**JOHANNITER**

Tag und Nacht  
persönlich erreichbar  
0 22 23 - 2 22 64

**WIRZ**  
Beratungsbüro  
Gestaltungshaus-wirz.de

www.Gestaltungshaus-wirz.de

# *Haus Bramkamp*

Propsteistr. 1  
53639 Königswinter  
Tel. 02244 / 9000055  
Mobil. 0157 / 555 87 860



*Fam. Shala*

## *Kroatische und Internationale Küche*

### *Öffnungszeiten*

*Täglich 17:00 - 23:30*

*Sonn- und Feiertage 11:00 - 14:30  
17:00 - 23:30*

### *Warme Küche*

*Montag - Samstag 17:00 - 22:00  
Sonn- und Feiertage 11:00 - 14:30  
17:00 - 22:00*

*Mittwoch Ruhetag*

## „Kleiner Betreuungsschein“ Weiterbildung nach §45b SGB XI – für haushaltsnahe Dienstleistungen

Betreuungskräfte und Alltagsunterstützer werden von dringend gesucht. Betreuungskräfte können als Arbeitnehmer aber auch als selbstständige Alltagsunterstützer tätig werden. Der Aufgabenbereich ist abwechslungsreich und vielfältig. Vom Einkaufshilfe über Freizeitgestaltungen bis hin zu Hilfen im Haushalt oder Begleitung zum Arzt.

Der „kleine Betreuungsschein“ – wie man die Qualifizierung nach §45b SGB XI auch gerne nennt – befähigt Betriebe und Privatpersonen diese haushaltsnahen Dienstleistungen und/oder alltagsunterstützende Dienste anzubieten und über das SGB XI abzurechnen. Zielgruppe der Betreuungsleistungen sind Seniorinnen und Senioren und von Behinderung betroffene Menschen in der häuslichen Versorgung.

Inhalte der Basisqualifizierung sind (entsprechend §8 AnFöVo):

- Basiswissen über Krankheits- und Behinderungsbilder, UN-Behinderungskonvention
- Inhaltliche Grundsätze im Handlungsfeld (z. B. Hauswirtschaft)
- Wahrnehmung des sozialen Umfeldes
- Kommunikationskompetenz im Umgang mit der Zielgruppe
- Selbstmanagement und Reflexionskompetenz
- Klärung der Rahmenbedingungen
- Angebote zur Unterstützung und Förderung im Alltag

Die Weiterbildung umfasst 44 Unterrichtsstunden, zuzüglich eines speziellen Erste-Hilfe-Kurses. Nach erfolgreicher Teilnahme und Abschlussprüfung erhalten die Teilnehmende ein Zertifikat.

Ob die Unternehmen deren Mitarbeitende an der Qualifizierung teilnehmen und auch teilnehmende Privatpersonen, mit der jeweils zuständigen Sozialversicherung abrechnen können, muss vorher mit den für den Arbeitsort zuständigen Ämtern selbst geklärt werden.

**A140.1**

samstags, 09:00 – 16:00 Uhr | 6 Termine

**390,00 €**

8 – 15 Teilnehmer

**Start: 26.02.2022**

Anmeldeschluss: 12.02.2022

Ort: Haus Heisterbach, Gelber Raum

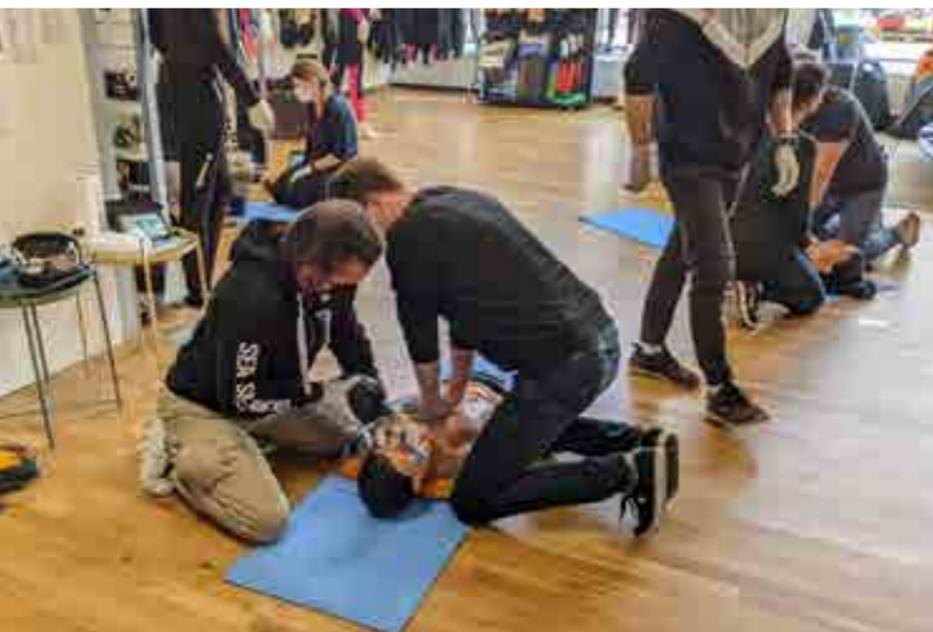
Zielgruppe: Interessierte an der Tätigkeit als Betreuungskraft und Alltagsunterstützung

Referenten: Maria Zens, Dipl. Heilpädagogin, Dipl.

Sozialarbeiterin und Therese Heck, Wirtschaftlerin

**Der Bildungsscheck des Landes NRW und der Prämiegutschein des Bundes werden anerkannt und reduzieren den Teilnehmerbeitrag.**

## Erste Hilfe – Betreuungskräfte nach §45b SGB XI



Erste Hilfe kann Leben retten!

Hier geht es um spezielle Maßnahmen für Betreuungskräfte und Alltagsunterstützer.

Von der Prävention bis zu Sofortmaßnahmen in Notfällen werden Grundlagen praktisch vermittelt. Zusätzlich geht der Kurs auf die Besonderheiten im Alter ein. Erkennen und reagieren auf Unterzuckerung, Dehydrierung, Stürzen oder Verbrennungen. Wann muss der Notruf abgesetzt werden und vor allem wie?

Erste Hilfe ist Silber, Vorbeugung ist Gold und hier erhalten Sie auch Tricks und Kniffe, wie man Unfälle von älteren Menschen vorbeugen und verhindern kann.

**Gutscheine der Unfallkasse werden akzeptiert.**

**G026.31**

Freitag, 09:00 – 17:00 Uhr | 1 Termin

**55,00 €**

12–20 Teilnehmer



**JOHANNITER**

**11.03.2022**

Anmeldeschluss: 25.02.2022

Ort: Haus Heisterbach, Blauer Raum

Zielgruppe: Betreuungskräfte nach §45b SGB XI

Referent: Johanniter-Unfall-Hilfe e.V.

Veranstalter: Regionalverband Bonn/Rhein-Sieg/  
Euskirchen

## Qualifikationskurs für Kindertagespflege

### – Anschlussqualifizierung QHB 160 +

Die QHB-Qualifizierung für Kindertagespflegepersonen entwickelt sich bundesweit zum Standard und ist bereits im KiBiz NRW verankert. Die Anschlussqualifizierung QHB 160+ ist mit dem Ziel der beruflichen Gleichstellung für bereits tätige und nach dem DJI 160 zertifizierte Kindertagespflegepersonen konzipiert.

Der Qualifizierungskurs QHB 160+ ist kompetenzorientiert aufgebaut und bietet den Teilnehmenden ein hohes Maß an Weiterentwicklung der persönlichen, sowie der fachlichen Kompetenzen. Im QHB wird eine neue kompetenzorientierte Lehr-Lern-Methodik angewandt und die vorhandenen Kompetenzen, sowie die individuellen Bedürfnisse und Kenntnisse der Teilnehmer\*innen fließen ins Kursgeschehen mit ein. Der Kurs wird durch praxiserfahrene Referent\*innen aus den jeweiligen Fachbereichen kompetent angeleitet und unterstützt.

Die Qualifizierung umfasst 160 UE in Präsenzveranstaltungen, sowie 40 Stunden als Selbstlerneinheiten und wird einen Zeitraum von ca. 8–12 Monaten bis zur abschließenden Lernergebnisfeststellung beanspruchen.

Voraussetzungen zur Teilnahme:

- Teilnehmer\*in verfügt über Erfahrung als Kindertagespflegeperson
- Qualifizierungskurs nach DJI 160 UE ist abgeschlossen oder vom Bundesverband für Kindertagespflege anerkannte pädagogische Fachkräfte
- Konzeption über die eigene Tagespflegestelle ist vorhanden bzw. wird neu erstellt

Der Bildungsscheck des Landes NRW und der Prämiegutschein des Bundes werden anerkannt und reduzieren den Teilnehmerbeitrag. Ratenzahlung des Teilnehmerbeitrags ist ebenfalls möglich.

**A138.1**

160 UE

**1.250,00 € \***

8 – 15 Teilnehmer

**Start: 06.05.2022**

Anmeldeschluss: 06.04.2022

Ort: Haus Heisterbach, Blauer Raum

Zielgruppe: Kindertagespflegepersonen nach DJI 160 mit gültiger Pflegeerlaubnis oder päd. Fachkräfte

zertifiziert durch



\* zzgl. Prüfungsgebühr und Kosten Bundeszertifikat

## Fachkraft U3 – Kompetenzen in der Früherziehung

### Zusatzqualifizierung für Fachkräfte

Kinder unter drei Jahren gehören in den Kindertagesstätten und in der Kindertagespflege inzwischen zum Alltag. Der Zuwachs an Kindern unter drei Jahren in der Betreuung ist eine große Herausforderung für die Fachkräfte. Die ersten drei Lebensjahre eines Kindes sind entscheidend für seine weitere Biografie. Unverzichtbar für die Betreuung und Förderung von Kindern unter drei Jahren sind daher kompetente pädagogische Fachkräfte mit einem breiten theoretischen und praktischen Wissen in der Frühpädagogik.

Die Zusatzqualifizierung „Fachkraft U3 – Kompetenzen in der Früherziehung“ richtet sich an alle pädagogischen Fachkräfte, die mit Kindern unter drei Jahren arbeiten. Ziel ist es, Kenntnisse und Handlungskompetenzen im Umgang mit diesen Kindern zu erweitern.

Die Zusatzqualifizierung ist praxis- und kompetenzorientiert aufgebaut und orientiert sich an den tatsächlichen Handlungsanforderungen in der Praxis. Praxiserfahrene Referenten integrieren ihre Erfahrungen und Kenntnisse aus der Arbeit in Einrichtungen und Kindertagespflege. Selbstgesteuerte Lernprozesse ergänzen die eigenständige Erarbeitung von Themen anhand von Lernsituationen. Dazu gehört die Reflexion der eigenen Lernentwicklung und die Dokumentation des individuellen Lernwegs in Form eines Lerntagebuchs.

Themen der berufsbegleitenden Fortbildung sind u. a. erprobte Methoden für die individuelle Beobachtung, Dokumentation und Förderung der Bildungs- und Entwicklungsprozesse von Kleinkindern und die Möglichkeiten zum Aufbau einer fördernden Bildungspartnerschaft zwischen Erziehern und Eltern.

### Der Qualifizierungskurs besteht aus zwei Teilen:

- einem Grundkurs mit 80 Unterrichtsstunden (freitags, 18:30–21:30 Uhr und samstags, 09:00–16:00 Uhr) und
- einem Wahlpflichtteil zur Vertiefung mit mind. 20 weiteren Unterrichtsstunden, die selbst aus den mit **U3** gekennzeichneten Kursen des Programms zusammengestellt werden können.

Nach Abschluss des Qualifizierungskurses kann nach einer Prüfung das Zertifikat „Fachkraft U3“ erworben werden.

A042.10

freitags/samstags | 13 Termine

990,00 €\*  
8 – 15 Teilnehmer**Start: Auf Anfrage**

Ort: Haus Heisterbach, Gelber Raum

Zielgruppe: Erzieher/innen, Kindertagespflegepersonen, pädagogische Fachkräfte

Referenten: praxiserfahrene Referenten mit unterschiedlichen Schwerpunkten in der Frühpädagogik

**\*Kosten zzgl. 50,00 € Prüfungsgebühr**

Der Bildungsscheck des Landes NRW und der Prämiengutschein des Bundes werden anerkannt und reduzieren den Teilnehmerbeitrag. Ratenzahlung des Teilnehmerbetrages ist ebenfalls möglich.

**Forum Ehrenamt**  
Wir engagieren uns.

**Machen Sie mit!**

Freiwilligenagentur  
für Königswinter und Umgebung

Schirmherrschaft:  
Bürgermeister Lutz Wagner

Forum Ehrenamt - Haus Heisterbach - 53859 Königswinter - Telefon 0 22 23 02 36 38

## BERATUNG RUND UMS EHRENAMT UND BÜRGERSCHAFTLICHES ENGAGEMENT

**persönlich, telefonisch, digital**

Terminvereinbarung unter:

02223-92 36 36 oder [info@forum-ehrenamt.de](mailto:info@forum-ehrenamt.de)

[www.forum-ehrenamt.de](http://www.forum-ehrenamt.de)

## „Die spielen ja nur“ – Spielentwicklung und „Zeug zum Spielen“ U2/U3

Es gibt ein Buch, welches „Die spielen ja nur!?“ heißt.

Spielen ist die Grundform der kindlichen Handlungsweise und sein Weg, sich die Welt zu erklären, sie zu begreifen und zu erforschen. Spielen geschieht lustvoll, intensiv und gleichzeitig ernsthaft. Spielen ist eine der wichtigsten Lebenstätigkeiten von Kindern.

Jeder von uns hat schon einmal ein Spiel der Kinder „sinnvoll unterstützen und mit Wissen anreichern wollen“, woraufhin die Spielenden ihr Tun dann freundlich aber unabänderlich nach der Einmischung aufgegeben haben.

U3 Kinder haben ihren eigene Art zu spielen. Sie benötigen Freiraum und Begleitung, Unterstützung und Möglichkeiten, eigene Fähigkeiten auszuprobieren. Beobachtung dient als Grundlage, um kindliches Spiel sinnvoll zu begleiten, die Bedürfnisse des Kindes zu erkennen und Einblick sowie Verständnis für das kindliche Spiel zu bekommen.

Wir beschäftigen uns mit dem Thema „Spiel“ unter folgenden Gesichtspunkten:

- Was ist Spiel? Bedeutung von Spiel
- Forschen, Entdecken, Untersuchen – Typische Spielformen in den ersten 3 Lebensjahren
- Bedeutung von Spiel in der frühen Kindheit
- „Zeugs“ zum Spielen – Anregungen für das Materialangebot
- Räumliche Gestaltung des Raums im Hinblick auf U3 und Nutzung der vorhandenen Materialien. Aufforderungscharakter von Raum und Material
- Meine Rolle als Bezugsperson im Raum – sichere Basis?
- Streit ums Spielzeug – Wie gehe ich mit Streit und Zank im Freispiel um?
- „Nicht alles für alle“ – Umgang mit Erlaubnissen, Verboten u. Regeln

**A096.5**

Samstag, 09:00 – 16:00 Uhr | 1 Termin

**120,00 €**

6 – 12 Teilnehmer



**12.02.2022**

Anmeldeschluss: 29.01.2022

Ort: Familienzentrum Villa Kunterbunt

Luisenstraße 43a, 53604 Bad Honnef

Zielgruppe: Pädagogische Fachkräfte,

Kindertagespflegepersonen

Referent: Ursula Kühn, Erzieherin

## Magic Book – Trau Dich!

### Gestalte Dein eigenes künstlerisches Tagebuch in Collagen!

Magic Book® ist eine Kreativitätstechnik für pädagogische Fachkräfte und im Grunde für Jedermann, die kinderleicht zu lernen ist. Es sind keine Vorkenntnisse oder künstlerischen Erfahrungen notwendig. Beim Magic Book® geht es nicht in erster Linie um Kunst und Ästhetik. Es geht um die Entdeckung und Entfaltung kreativer Anlagen, die in jedem von uns stecken. In dem neuen Raum für die Kreativität werden Selbstbewusstsein und Vertrauen am Prozess gefördert. Daher ist die Methode stabilisierend und fördert Selbstwirksamkeit hervor.

Wir arbeiten mit Bildern und Farben und sehr unterschiedlichen Materialien, wodurch Collagen in einem Buch (Ringbuch, Fotoalbum o. ä.) entstehen. Alle Materialien, wie Bücher, Magazine, Bilder, Farben aller Art, Malwerkzeuge und vielfältige Bastelutensilien, stehen den Teilnehmer\*innen im Seminar zur Verfügung.

Und weil diese Methode des künstlerischen Tagebuchs „kinderleicht“ ist und sehr viel Spaß macht, kann man sie auch in der Arbeit mit Kindern (ab dem Vorschulalter) anwenden.

Kinder lieben es, mit Farben zu experimentieren, aus Zeitschriften und Magazinen Bilder auszuschneiden, Glitzer, Sticker und andere reizvolle Materialien hinzuzufügen und eine bunte starke Collage zu zaubern.

Sie erlernen somit eine Kreativitätstechnik für den beruflichen und privaten Gebrauch. Wer einmal damit anfängt, hört nicht wieder auf. Lassen sie sich einfach mal ein.

**A117.2**

Samstag, 09:00 – 16:00 Uhr | 1 Termin

**120,00 €**

6–12 Teilnehmer

**30.04.2022**

Anmeldeschluss: 16.04.2022

Ort: Haus Heisterbach, Blauer Raum

Zielgruppe: Pädagogische Fachkräfte, Kindertagespflegepersonen, Eltern

Referent: Maria Zens, Dipl. Heilpädagogin, Dipl. Sozialarbeiterin



## Rechtsfragen in der Kindertagespflege

Rechtsfragen sind für Kindertagespflegepersonen oft ein schwieriges Feld. Von Verträgen bis rechtlichen Fragen im beruflichen Alltag ist manches zu regeln.

Die Veranstaltung dient der Vertiefung des in der Qualifizierung erworbenen Wissens und der Klärung von Fragen, die in der beruflichen Praxis seitdem aufgetreten sind. Gern können die Teilnehmenden Themen benennen und Fragen vorab einreichen.

Die Referentin ist Kindertagespflegeperson und Rechtsanwältin und hat sich auf die Beratung von Kindertagespflegepersonen spezialisiert.

**A037.6**

Montag, 19:00 – 21:30 Uhr | 1 Termin

**60,00 €**

**14.03.2022**

6 – 12 Teilnehmer

Anmeldeschluss: 28.02.2022

Ort: Haus Heisterbach, Gelber Raum

Zielgruppe: Kindertagespflegepersonen

Referent: Eva-Maria Koslowski, Rechtsanwältin, Kindertagespflegeperson

## „Nur ruhig Blut, dann wird alles gut.“

Dieser Satz aus „Kapitans Nemo Entspannungsgeschichten“ wird uns begleiten: Auf unsere Kinder strömen viele Reize ein, Ruhephasen, um diese zu verarbeiten werden immer seltener. Wahrnehmungsdefizite haben zugenommen und Kinder reagieren immer häufiger mit Verhaltensauffälligkeiten wie Konzentrationschwächen, Nervosität oder erhöhter Aggressivität auf die Reizüberflutung ihres Alltages.

Über Entspannungsübungen können Kinder an Ruhe herangeführt und auf dem Weg in die Entspannung begleitet werden.

Themenschwerpunkte mit Praxisanteil:

- Grundlagen: Stress und Entspannung im Gleichgewicht
- Entspannungstechniken für den Alltag?
- Selbsterfahrung und Erfahrungsaustausch

**A132.2**

Samstag, 09:00 – 16:00 Uhr | 1 Termin

**120,00 €**

**26.03.2022**

6 – 12 Teilnehmer

Anmeldeschluss: 12.03.2022

Ort: Haus Heisterbach, Blauer Raum

Zielgruppe: Pädagogische Fachkräfte, Kindertagespflegepersonen

Referent: Nicole Ling, Heilpädagogin, Fachkraft f. Sprachförderung RLP, Familientherapeutin





**Soziales Leben. Angebote. Hilfen:**

# Das Chancenportal Königswinter

Suchen Sie eine Beratung, eine Selbsthilfegruppe, Treffpunkte für Senioren, Babykurse, eine Kleiderstube oder andere Angebote im sozialen Bereich?

Im Chancenportal Königswinter werden Sie bestimmt fündig!

**Mit 3 Schritten finden Sie das passende Angebot:**

**1. Chancenportal Königswinter aufrufen**  
Link auf den Partnerseiten anklicken oder  
■ [www.chancenportal-koenigswinter.de](http://www.chancenportal-koenigswinter.de) aufrufen.

**2. Angebot suchen**  
Mittels Filter und Suchbegriffen lassen sich ge-  
■ suchte Angebote eingrenzen und schnell finden.

**3. Angebot auswählen**  
Über Ihre Auswahl haben Sie direkt Kontakt  
■ zum Anbieter und alle Informationen über  
das Angebot.

[www.chancenportal-koenigswinter.de](http://www.chancenportal-koenigswinter.de)

## Versicherungsschutz in der Kindertagespflege



Präsenz/  
Online

Kindertagespflegepersonen sind über die Sozialversicherungen gesetzlich Renten- und Krankenversichert, zusätzlich über die Unfallkasse unfallversichert. Diese gesetzlichen Absicherungen bieten aber in Notfällen wie z.B. bei Unfall, langwierigen Krankheiten oder Erwerbsminderung nur eine Basisversorgung. Und damit ist sehr oft ein massiver Einkommensverlust verbunden, der die eigene und die Existenz der Familie gefährden kann.

Denn was passiert, wenn man der Tätigkeit als Kindertagespflegeperson aus gesundheitlichen Gründen nicht mehr nachgehen kann? Welche Ansprüche haben Kindertagespflegepersonen in solchen Situationen aus der gesetzlichen Rentenversicherung heraus? Wann tritt die Unfallkasse bzw. die Berufsgenossenschaft ein?

Alle diese Fragen werden wir beantworten, damit Sie Ihre eigene Situation und Ihr persönliches Risiko einschätzen und ggf. reagieren können.

Im weiteren Verlauf wird man sich auch dem Thema der Haftung widmen. Wann haftet eine KТП für Unfälle und wann nicht? Was hat die Berufsgenossenschaft bzw. die Unfallkasse damit zu tun? Welche Lösungen gibt es dafür?

**A139.1**

Dienstag, 18:00 – 20:30 Uhr | 1 Termin

60,00 €

6 – 12 Teilnehmer



**29.03.2022**

Anmeldeschluss: 15.03.2022

Ort: Haus Heisterbach, Gelber Raum oder digital

Zielgruppe: Kindertagespflegepersonen

Referent: Thomas Schilder, IHK-geprüfter Versicherungsfachmann



## Das Selbstwertgefühl der Kinder stärken

Wir lieben unsere Kinder, wir möchten, dass es ihnen gut geht und am liebsten möchten wir, dass sie nur positiver Erfahrungen machen und dass wir alles Negative von ihnen fernhalten können.

Der Begriff der Helikoptereltern kreist durch die Medien als eine Art von Eltern, die im vorausseilenden Gehorsam ihren Kindern alle Steine aus dem Weg räumt, die überhaupt nur da liegen könnten. Überbehütung ist ein Thema unserer Gesellschaft.

Auch in Kita oder Tagespflege versuchen wir es, den Kindern eine angenehme Atmosphäre zu schaffen, ihnen ein Gefühl von Geborgenheit zu geben und ihnen viele positive Erlebnisse mitzugeben und positive Erfahrungen zu machen.

Das soll und muss auch so sein, dennoch: wir können nicht alles von unseren Kindern fernhalten, was sie belastet. Wir können nicht verhindern, dass sie beim Laufen lernen hinfallen, dass Ihre Freunde sie hin und wieder enttäuschen, dass sie bestimmte Aufgaben nicht so schnell bewältigen wie andere Kinder oder dass sie in einer Gruppe nicht so beliebt sind wie ihr Nachbar.

Um diese Erfahrungen auszuhalten und zu bewältigen, brauchen Kinder ein gesundes Selbstwertgefühl, auch Resilienz genannt.

Wenn Sie ihr Kind stark machen wollen, dann ersparen sie im keine negativen Erfahrungen, sondern...!

Darum geht es an diesem Tag. Wie können wir dazu beitragen, dass unsere Kinder ein gesundes und starkes Selbstwertgefühl aufbauen?

Dass sie psychische Widerstandsfähigkeit erlangen und im Leben gesund zurechtkommen.

Gemeinsam wollen wir uns bewusst machen, wo die Grundlagen für ein starkes Selbstwertgefühl liegen und wie wir dazu beitragen können, dass es sich entwickelt und erhalten bleibt.

**A091.5**

Samstag, 09:00 – 16:00 Uhr | 1 Termin

**120,00 €**

6 – 12 Teilnehmer



**02.04.2022**

Anmeldeschluss: 19.03.2022

Ort: Haus Heisterbach, Gelber Raum

Zielgruppe: Kindertagespflegepersonen, pädagogische Fachkräfte

Referent: Ursula Kühn, Erzieherin

## Die Welt des Kinderyoga – Wirkung und Einsatz im Kitaalltag



Mit Yoga wachsen Kinder gesund und entspannt heran. Studien belegen die positiven Wirkungen für Kinder bereits im Alter ab drei Jahren. Die Körper- und Sinneswahrnehmung werden verbessert, Angst und Aggressionen abgebaut sowie Selbstwertgefühl und Konzentration erhöht. Weiterhin können die mit Yoga verbundenen körperlichen Bewegungen und achtsamen Übungen helfen, das Gehirn auf das Lernen vorzubereiten!

In dieser praxisorientierten Fortbildung lernen Sie Grundlagen kennen, um Yoga und Entspannung für Kinder auf spielerische Weise, alters- und entwicklungsgerecht, in den Tagesablauf Ihrer KITA zu integrieren.

Die Vermittlung der wichtigsten Yoga Asanas und deren therapeutische Wirkung, Atemübungen und Meditation in der für Kinder am besten geeigneten Form stehen genauso im Fokus, wie die spielerische Verbindung von Yoga und Geschichten.

Sie lernen eine Yogastunde selbst zu gestalten, abhängig von den Bedürfnissen der Kinder, erfahren durch eigenes Tun die Wirkung und erhalten vier Themenvorlagen, die Sie sofort im pädagogischen Alltag einsetzen können.

**A027.1**

**Samstag, 09:00 – 16:00 Uhr | 1 Termin**

**120,00 €**

6 – 12 Teilnehmer

**30.04.2022**

Anmeldeschluss: 16.04.2022

Ort: Familienzentrum Villa Kunterbunt

Luisenstr. 43a, 53604 Bad Honnef

Zielgruppe: pädagogische Fachkräfte

Referent: Elisabeth Müller, Yogalehrerin

## Unfallvermeidung in der Kita und KTP

Kinder sind neugierig, erfinderisch und voller Entdeckungs- und Bewegungsdrang. Die meisten Unfälle sind keine Zufälle oder Pech – man kann aktiv etwas dagegen tun. Damit Kinder sicher und gesund aufwachsen, muss der Verhütung von Unfällen auch im Bereich der Kindertagesbetreuung ein besonderes Augenmerk geschenkt werden. Die Veranstaltung weist auf die häufigsten Unfallarten wie Verbrühungs-, Verbrennungs-, Schnitt- und Sturzgefahren hin. Prävention bedeutet aber nicht nur Vermeidung. Gemeinsam mit der Referentin und den Teilnehmern werden die Besonderheiten der Einrichtungen betrachtet und konkrete Maßnahmen der Unfallvermeidung besprochen.

**A110.5**

Donnerstag, 19:00 – 22:00 Uhr | 1 Termin

**60,00 €**

6 – 12 Teilnehmer


**19.05.2022**

Anmeldeschluss: 05.05.2022

Ort: Haus Heisterbach, Gelber Raum

Zielgruppe: Kindertagespflegepersonen, pädagogische Fachkräfte

Referent: Nicola Hamelmann, Fach-/Kinderkrankenschwester

## Sprachentwicklung U3

Verstehen und verstanden werden – ein wichtiger Baustein, um sich in der Gesellschaft zurecht zu finden und sein Leben bewältigen zu können.

Viele Fachkräfte und Eltern sind verunsichert: ist die Sprachentwicklung des Kindes „normal“?

Was kann ich anbieten, um die Kinder zu unterstützen? Wie erkenne ich Auffälligkeiten und was kann ich machen?

An diesem Nachmittag erhalten Sie Einblick in die Sprachentwicklung der Kinder im Alter von 0 bis 3 Jahren:

- Entwicklung der Sprache und des Sprechens
- Alltagsbegleitende Sprachförderung
- Erkennen von Auffälligkeiten und mögliche Unterstützung

**A086.10**

Freitag, 14:00 – 17:00 Uhr | 1 Termin

**60,00 €**

6 – 12 Teilnehmer


**03.06.2022**

Anmeldeschluss: 20.05.2022

Ort: Haus Heisterbach, Gelber Raum

Zielgruppe: Kindertagespflegepersonen, pädag. Fachkräfte

Referent: Nicole Ling, staal. anerk. Heilpädagogin, Fachkraft f. Sprachförderung RLP, Familientherapeutin

## „Lass mich, ich kann das!“

Partizipation hört sich so selbstverständlich an. Ist sie das?

Jedes Kind hat ein Recht auf Partizipation. Wie kann dieses Recht umgesetzt werden, wo viele Kinder zusammenleben und die pädagogische Fachkraft auch noch zu ihrem Recht kommen soll.

Was heißt überhaupt Partizipation konkret im Kita-Alltag?

Wie kann es gelingen, den Kindern individuell zur Selbstbestimmung und Selbstwirksamkeit zu verhelfen?

Welche Grundstrukturen und welche Grundhaltung ist aus pädagogischer Sicht förderlich?

Um diese allgemeinen und auch um ganz persönliche Fragen aus dem Alltag soll es in dieser Fortbildung gehen. Wir werden danach mit konkreten praktischen Ideen in den Alltag zurückkehren.

**A081.5**

Samstag, 09:00 – 16:00 Uhr | 1 Termin

**120,00 €**

6 – 12 Teilnehmer



**27.08.2022**

Anmeldeschluss: 13.08.2022

Ort: Haus Heisterbach, Gelber Raum

Zielgruppe: Kindertagespflegepersonen, pädagogische Fachkräfte

Referent: Maria Zens, Dipl. Heilpädagogin, Dipl. Sozialarbeiterin

### Bildungsprämie

Wenn Sie beruflich voran kommen wollen, indem Sie einen Kurs, eine Qualifizierung oder ein Seminar besuchen, haben Sie die Möglichkeit einen Prämiegutschein zu beantragen. Mit dem Prämiegutschein werden 50 Prozent der Weiterbildungskosten vom Bund übernommen, max. jedoch 500,- €. Sie können den Prämiegutschein einmal jährlich erhalten; anschließend können Sie ihn mit der Anmeldung beim Bildungsträger abgeben und erhalten eine reduzierte Rechnung.

**Wichtig: Erst beraten lassen, dann anmelden!**

» Zahlt sich aus: **Die Bildungsprämie**

Beratung erhalten Sie unter der kostenlosen Hotline 0800/2623000 oder unter [www.lernet.de](http://www.lernet.de)

## Hygiene in der Kita und der KTP

Viren und Bakterien sind in der Kita und der Kindertagespflege einfach an der Tagesordnung. Geregelt wird Hygiene durch Vorschriften zur Desinfektion, dem Lebensmittelhygienerecht und den Rahmenhygieneplänen. Die Arbeit mit Kindern besonders mit Kleinkindern erfordert aufgrund des noch im Aufbau befindlichen Immunsystems besondere Sorgfalt im hygienischen Handeln. In allen Betreuungssituationen muss dies Berücksichtigung finden, wie zum Beispiel der Zubereitung von Babynahrung, im Umgang mit Lebensmitteln, der Pflege und alltäglichen Spielsituationen. Auch die Raumhygiene und die persönliche Hygiene spielen eine wichtige Rolle im Alltag.

Das Seminar informiert über die wichtigsten Bestimmungen und Maßnahmen zur Hygiene und vermittelt Lösungen bei der Umsetzung im Alltag.

Fragen und Fallbeispiele können eingebracht werden.

**A058.5**

Donnerstag, 18:00 – 21:00 Uhr | 1 Termin

**60,00 €**

6 – 12 Teilnehmer



**01.09.2022**

Anmeldeschluss: 18.08.2022

Ort: Haus Heisterbach, Gelber Raum

Zielgruppe: Kindertagespflegepersonen, pädagogische Fachkräfte

Referent: Nicola Hamelmann, Fach- und Kinderkrankenschwester

Schiffer GmbH  
Ihr Mineralölvertrieb in Königswinter!

Mineralölvertrieb Schiffer GmbH  
Berliner Allee 12 • 53023 Königswinter  
Tel. 02223 21439 • Fax 02223 28284  
E-Mail: g.schiffer@mineraloelvertrieb-schiffergmbh.de

www.schiffer-gmbh.com

**„Muss das ein? Ich weiß doch was ich sehe!“  
Wahrnehmen, beobachten und dokumentieren – wichtiges  
Handwerkzeug**

Jede pädagogische Fachkraft kennt mindestens einen Beobachtungsbogen. Und jede Einrichtung hat einen anderen.

Wozu sind die Bögen gut? Wie unterscheiden sie sich?

Und vor allem: Was mach ich mit dem ausgefüllten Bogen?

In dieser Fortbildung fragen wir uns, wozu wir beobachten, wie wir beobachten und was wir mit unseren Beobachtungen machen?

Dürfen wir Hypothesen bilden?

Wie besprechen wir unsere Wahrnehmung im Team und auch mit den Eltern, die vielleicht eine andere Meinung haben?

Und was oder wen empfehlen wir den Eltern, wenn wir nach gründlicher Beobachtung und Dokumentation einen bestimmten Verdacht haben?

Diese Fortbildung soll die pädagogischen Fachkräfte sicher im Umgang mit dem Instrument der Beobachtung machen und soll konkrete Fallbeobachtungen und Fallbesprechungen zum Inhalt haben.

**A038.10**

Samstag, 09:00 – 16:00 Uhr | 1 Termin

**120,00 €**

6 – 12 Teilnehmer



**10.09.2022**

Anmeldeschluss: 27.08.2022

Ort: Haus Heisterbach, Gelber Raum

Zielgruppe: Kindertagespflegepersonen, pädagogische Fachkräfte

Referent: Maria Zens, Dipl. Heilpädagogin, Dipl. Sozialarbeiterin

Ihr Italiener in Ittenbach mit täglich frisch zubereiteten Speisen!  
Kommen Sie vorbei und genießen Sie Ihr Essen bei einem  
leckeren Glas Wein.



Königswinterer Straße 297, 53639 Königswinter-Ittenbach  
Tel. 0 22 23 / 29 59 700, [info@osteriacasamia.de](mailto:info@osteriacasamia.de)  
[www.osteriacasamia.de](http://www.osteriacasamia.de)

## Musik in der Arbeit mit verhaltensauffälligen Kindern (u.a. AD(H)S, Autismus)

Welche Ansätze bietet die Musik, Kinder in Ihrer (Sinnes-)Wahrnehmung zu erreichen?

Welche Ansätze bietet die Musik, mit verhaltensauffälligen Symptomen, sich selbst wahrzunehmen?

Wie können Kinder mit Asperger Syndrom oder AD(H)S der Musik begegnen?

Welche Möglichkeiten bietet Musik für Kinder mit diesen Störungsbildern?

In einem Teil des Seminars erfahren wir fachliche Aspekte über AD(H)S und Asperger Autismus sowie Therapieansätze. Inhaltlich liegt der Schwerpunkt auf der therapeutischen Nutzung von Musik.

Musik, Kommunikation und soziale Kontakte:

Welche Möglichkeiten bietet Musik zum nonverbalen Ausdruck?

Umgang mit Störung des geregelten Ablaufs.

Wie erlebe ich mich? Wie erlebt mich mein Umfeld?

Wie kann ich in der Musik gespiegelt werden?

Körper, Geist und Seele. Was ist das?

Wie erleben wir Musik? Wie wirkt Musik auf mich und wo?

Auf welcher Ebene werde ich in meiner jetzigen Verfassung gerade angesprochen?

Welche Gefühle sind in mir?

Wie kann eine Arbeit mit Gefühlen aussehen?

Musik als Medium:

Welche Instrumente bieten sich an?

Wie sieht eine rezeptive Arbeit mit Musik aus?

An praktischen Beispielen wollen wir selbst erfahren, wie wir uns nonverbal ausdrücken können und erleben, auf welcher Ebene uns Musik erreicht.

Voraussetzungen:

Interesse an inhaltlichen Aspekten der o.a. Störungsbilder und Interesse an der Arbeit mit Musik.

**A054.6**

Donnerstag, 19:00 – 21:00 Uhr | 1 Termin

**60,00 €**

6 – 12 Teilnehmer

**15.09.2022**

Anmeldeschluss: 01.09.2022

Ort: Haus Heisterbach, Gelber Raum

Zielgruppe: Kindertagespflegepersonen, pädagogische Fachkräfte

Referent: Peter Wendland, Dipl. Sozialpädagoge, Musiktherapeut

U3



## „Wie sage ich es den Eltern?“ Elterngespräche leicht gemacht



In diesem Seminar beschäftigen wir uns mit der Frage: Wie spreche ich mit den Eltern über schwierige Themen. Ob es um tägliche Konflikte geht (z.B. weil Kinder regelmäßig zu spät gebracht werden, kein gesundes Frühstück dabei haben etc.) oder um schwerwiegende Themen, zum Beispiel um Entwicklungsverzögerungen, von denen die Eltern nichts hören mögen.

Immer wieder sind pädagogische Fachkräfte herausgefordert sich zu positionieren, eine klare Sprache zu sprechen, die eigenen Emotionen wahrzunehmen und zielstrebig an einer Konfliktlösung zu arbeiten. Eine Mammutaufgabe, für die man Kompetenzen, Sicherheit und Übung braucht.

Sie sind herzlich willkommen an diesem Thema zu arbeiten und Ihre eigenen Kompetenzen zu erweitern.

**A023.15**

Samstag, 09:00 – 16:00 Uhr | 1 Termin

**120,00 €**

6 – 12 Teilnehmer

**24.09.2022**

Anmeldeschluss: 10.09.2022

Ort: Haus Heisterbach, Gelber Raum

Zielgruppe: Kindertagespflegepersonen, pädagogische Fachkräfte

Referent: Maria Zens, Dipl. Heilpädagogin, Dipl. Sozialarbeiterin

**U3**



## „Wie sieht’s denn hier aus?“ Bildungsräume für Kinder U3 bewusst und differenziert gestalten

Krippe, Tagespflege oder Kita als Lebensraum für Kinder sollen ein Umfeld bieten, welches den Entwicklungsphasen und Bedürfnissen der Kinder angepasst ist und ausreichend anregungsreiche Bildungsmöglichkeiten bereithält.

Die Wahrnehmung kindlicher Bedürfnisse und dessen, was Kinder können, spielt eine zentrale Rolle in der Entwicklung von Handlungsempfehlungen für pädagogische Fachkräfte die Tagesabläufe, Raumgestaltung und Materialien betreffend.

In diesem Seminar setzen wir uns mit den individuellen Raum- und Gestaltungsmöglichkeiten auseinander, bezogen auf die verschiedenen Bildungsbereiche.

In einer „vorbereiten Umgebung“ spielen Farben, Raumaufteilung, Materialien und Möbel eine zentrale Rolle und bieten die Basis für ein selbstgesteuertes Spielen.

Dazu beschäftigen wir uns mit folgenden Aspekten:

- Grundlagen der Raumgestaltung
- Entwicklungs- und Bildungsprozesse als Grundlage der Raumgestaltung
- Bedeutung der einzelnen Raumbestandteile
- Strukturfragen – Komplexität braucht Struktur und verantwortliche Partner
- vorbereitete Umgebung
- Keine Frage des Geschmacks – Spielmaterial und Möblierung
- Alltagstauglichkeit
- Flexibilität der räumlichen Gestaltung für individuelle Spiel- und Lernarrangements

**A127.2**

Samstag, 09:00 – 16:00 Uhr | 1 Termin

**120,00 €**

6 – 12 Teilnehmer

**24.09.2022**

Anmeldeschluss: 10.09.2022

Ort: Familienzentrum Villa Kunterbunt

Luisenstr. 43a, 53604 Bad Honnef

Zielgruppe: Kindertagespflegepersonen, pädagogische Fachkräfte

Referent: Ursula Kühn, Erzieherin



## Fantasie- und Klangreisen in der Arbeit mit Kindern

Atemübungen, Meditation, Fantasiereisen und Klangwelten führen uns in unser inneres Erleben. Anhand von Übungen mit Selbsterfahrungen werden in diesem Seminar Methoden der Atemübungen und Meditation als Möglichkeit sich zu zentrieren und auf sich zu besinnen gezeigt. Es werden Fantasiereisen vorgestellt. Aus der Klangtrance kommend werden Methoden gezeigt, Musikinstrumente wie Klangschalen, Gong, Trommeln, Monochord, etc. einzusetzen um sich auf eine innere Reise zu begeben und sich von der Musik und den Klängen tragen zu lassen. In der Gruppe werden die individuell erlebten Erfahrungen ausgetauscht. Anschließend wird die Gruppe eingeladen, über Integrationsmöglichkeiten der neu erlebten Methoden in den beruflichen Alltag – der Arbeit mit Kindern – zu diskutieren.

**A087.7**

Donnerstag, 19:00 – 21:00 Uhr | 1 Termin

**60,00 €**

6 – 12 Teilnehmer

**20.10.2022**

Anmeldeschluss: 06.10.2022

Ort: Haus Heisterbach, Gelber Raum

Zielgruppe: Kindertagespflegepersonen, pädagogische Fachkräfte, Interessierte

Referent: Peter Wendland, Dipl. Soz. Päd., Musiktherapeut



## Was nun? Kindern mit Auffälligkeiten gerecht werden

Wer oder was ist eigentlich normal, ab wann ist es eine Auffälligkeit, wann eine Entwicklungsstörung, was wächst sich raus und was können wir tun? Wie kann es der Fachkraft in der Kindertagesstätte gelingen, hier den Durchblick zu behalten und jedes Kind im Rahmen seiner und ihrer Möglichkeiten bestmöglich zu fördern?

Anhand von Beispielen aus der Praxis gehen wir den verschiedenen Stolpersteinen, die eine „normale“ Entwicklung erschweren können, auf den Grund um Sicherheit im Alltag zu bekommen und unser pädagogisches Handeln planen zu können.

Themschwerpunkte mit Praxisanteil: Begriffsklärung/Meilensteine der Entwicklung – Stolpersteine in der Motorik/Bindung als Grundlage/Sprache und Sprachauffälligkeiten

**A133.3**

Freitag, 14:00 – 20:00 Uhr | 1 Termin

**120,00 €**

6 – 12 Teilnehmer

**28.10.2022**

Anmeldeschluss: 14.10.2022

Ort: Haus Heisterbach, Gelber Raum

Zielgruppe: Pädag. Fachkräfte, Kindertagespflegepersonen

Referent: Nicole Ling, Heilpädagogin, Fachkraft f.

Sprachförderung RLP, Familientherapeutin



## „Weißt Du wo der Himmel ist?“

### Kinder begegnen dem Tod und suchen Antworten

Das Thema Tod und Trauer ist für alle Kinder irgendwann und immer mal wieder ganz aktuell. Ob es „nur“ der Vogel am Straßenrand ist, ein Haustier oder gar ein Familienmitglied oder Freund. Die Trauer ergreift Kinder und führt zu einer tiefen Erfahrung. Während wir Erwachsenen vielleicht ganz persönlich und still trauern, machen die Kinder diese Erfahrung gerne zu einem Thema über das sie mit vielen Menschen und in vielen Situationen sprechen wollen und das sie auch im Rollenspiel und in anderen kreativen Situationen verarbeiten.

Wie können wir ihnen in ihrem ganz individuellen Trauerprozess helfen?

Und wie behalten wir auch uns selbst dabei gut im Blick?

Darum soll es in diesem Seminar gehen.

Folgender Inhalt ist vorgesehen:

- Gedichte und Lieder zum Thema
- Kinderbücher zum Thema für jedes Alter
- Trauerphasen bei Kindern und konkrete Hilfen
- Mit Kindern über den Tod philosophieren
- Entspannungs- und Kreativitätstechniken

**A112.4**

Samstag, 09:00 – 16:00 Uhr | 1 Termin

120,00 €

6 – 12 Teilnehmer



**29.10.2022**

Anmeldeschluss: 15.10.2022

Ort: Evangelische Kindertagesstätte Dollendorf  
Am Dornenkreuz 1, 53639 Königswinter

Zielgruppe: Kindertagespflegepersonen, pädagogische Fachkräfte

Referent: Maria Zens, Dipl.Heilpädagogin, Dipl. Sozialarbeiterin

Rhein  genuss  
Café  
Restaurant

Inh. Familie Hoitz

Rheinufer 108  
Tel.: 0 22 23 - 906 98 60

53639 Königswinter  
Fax: 0 22 23 - 906 98 61

Öffnungszeiten:

Mittwoch bis Sonntag von 10 – 22 Uhr  
Durchgehend warme Küche  
Montag & Dienstag Ruhetag

Erste Hilfe, 0110 über die 112, 0110 über die 112, 0110 über die 112

## Kindergesundheit – erkennen, erhalten und fördern

ErzieherInnen/Tagespflegepersonen und Eltern sind natürlich stets um die Gesundheit der Kinder bemüht. Aber manchmal gehen die Meinungen, was notwendige Sorge und was Überbesorgtheit ist, auseinander.

Die Veranstaltung will aufzeigen wo die Grenzen verlaufen, was wichtig und was übertrieben ist. Es wird geklärt welcher Gesundheitszustand in der Einrichtung toleriert werden kann und ab wann gehört das Kind nach Hause. Wie kann ich das deutlich gegenüber den Eltern vertreten? Mit welchen Maßnahmen kann ich die Gesunderhaltung in meiner Gruppe fördern und welchen Beitrag können die Eltern leisten?

Durch die Inhalte, sowie Ihre Fragen an die Referentin und den Austausch mit den TeilnehmerInnen bekommen Sie Sicherheit in gesundheitsförderndem Verhalten, im Krankheitsfall und im Gespräch mit den Eltern.

**A109.4**

Samstag, 10:00 – 14:30 Uhr | 1 Termin

**60,00 €**

6 – 12 Teilnehmer



**05.11.2022**

Anmeldeschluss: 22.10.2022

Ort: Haus Heisterbach, Gelber Raum

Zielgruppe: Kindertagespflegepersonen, pädagogische Fachkräfte

Referent: Nicola Hamelmann, Fach- und Kinderkrankenschwester



**Markenmode OUTLET**

Siegburger Str. 23  
in Oberpleis

Facebook: ANJA's Outlet

02244-9189999 oder  
0163-4274996

Bekleidung, Schuhe, Accessoires, Kunst, Deko, Geschenkartikel u.v.m. ;-)

## Das machen die doch extra! – Voraussetzungen für die sozial-emotionale Entwicklung

Kinder entwickeln sich. Sie experimentieren, lachen, springen, bestimmen, trösten, nehmen Rücksicht. Und dann?

Beißen sie, schubsen, ziehen an den Haaren, schmeißen sich vor Wut auf den Boden, schreien beeindruckend in Lautstärke und Ausdauer. Sie zeigen ein Verhalten, das uns mitunter an unsere Grenzen bringt. Weil wir wissen, dass sie auch anders können, macht sich schnell der Gedanke breit: „Das machen die extra“ und Ärger, Frust und ein Gefühl der Ohnmacht stehen Spalier. Ist das tatsächlich so? Beantworten wir uns diese Frage, indem wir uns anschauen, welche Meilensteine der sozial-emotionalen Entwicklung für die soziale Interaktionsfähigkeit bewältigt sein müssen.

**A071.9**

Dienstag, 09:00 – 16:00 Uhr | 1 Termin

**120,00 €**

6 – 12 Teilnehmer

**U3**

**08.11.2022**

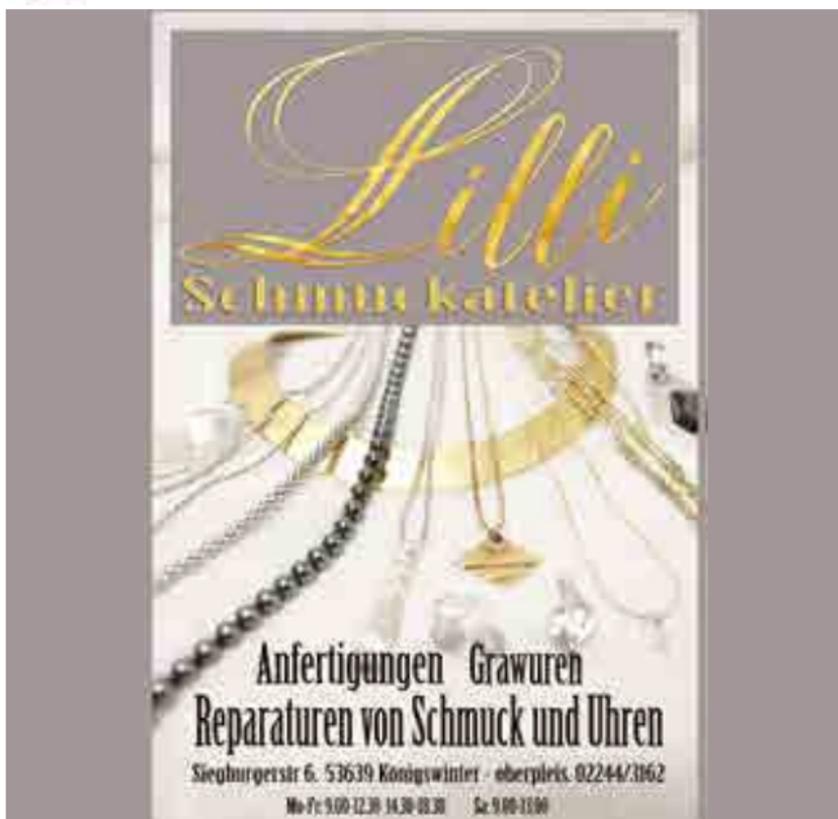
Anmeldeschluss: 25.10.2022

Ort: Evangelische Kindertagesstätte Dollendorf

Am Dornenkreuz 1, 53639 Königswinter

Zielgruppe: Kindertagespflegepersonen, pädag.Fachkräfte

Referent: Ursula Kühn, Erzieherin



## Herausforderung angenommen! Kleinstkinder ticken anders



Sowohl für die Arbeit in der altersgemischten Gruppe als auch in der Krippe braucht es als Fundament für eine gute Bindung und Beziehung vor allem Feinfühligkeit für diese Altersgruppe und Wissen um entwicklungspsychologische Grundlagen.

An praktischen Beispielen aus Ihrem Alltag mit Kleinstkindern werden wir wichtige Stationen der Entwicklung betrachten, da diese Altersgruppe andere Impulse benötigt als über 3-jährige.

Inhalt:

- Entwicklungspsychologische Grundlagen
- Grundlagen der Sprachentwicklung
- Einfühlen in die Altersstufen
- Bindung und Beziehungsgestaltung in der Praxis

**A131.2**

Samstag, 09:00 – 16:00 Uhr | 1 Termin

**120,00 €**

6 – 12 Teilnehmer

**U3**



**12.11.2022**

Anmeldeschluss: 29.10.2022

Ort: Haus Heisterbach, Gelber Raum

Zielgruppe: Kindertagespflegepersonen, pädagogische Fachkräfte

Referent: Nicole Ling, staatlich anerkannte Heilpädagogin, Fachkraft f. Sprachförderung RLP, Familientherapeutin

## Bindungs- und Beziehungsgestaltung – Das sichere Band für kleine Weltentdecker

Erkenntnisse der Psychologie und Neurobiologie stellt unser bisheriges Wissen zum Lernen und zur Bindungs- und Beziehungsgestaltung auf den Kopf und schafft wundervolle Möglichkeiten Beziehungsfelder zu gestalten in denen es möglich ist, das eigene kreative Potential, welches in uns und in jedem Kind steckt, zu entfalten.

In einer Zeit, in der viele Rahmenbedingungen und Erwartungen Stress auslösen brauchen kleine und große Menschen Möglichkeiten und Beziehungen, die Mut machen.

Es braucht Gestaltungsräume für Selbstwirksamkeit, Entfaltung und vor allem für das Gefühl der Begeisterung, denn das Gefühl der Begeisterung ist die Gießkanne für Hirn und Herz.

Inhalte:

- Bindungstheorie nach John Bowlby und Mary Ainsworth
- Voraussetzungen für eine sichere Bindungs- und Beziehungsgestaltung im pädagogischen Alltag
- Das Kind lesen lernen
- Entwicklungsschritte erkennen

**A089.2**

Samstag, 09:00 – 16:00 Uhr | 1 Termin

**120,00 €**

6 – 12 Teilnehmer



**19.11.2022**

Anmeldeschluss: 05.11.2022

Ort: Haus Heisterbach, Gelber Raum

Zielgruppe: Kindertagespflegepersonen, pädagogische Fachkräfte

Referent: Heike Kostarellis, Heilpädagogin, Erzieherin



**Meisterbetrieb**  
**Rolläden**  
**Sonnenschutz**  
**Fenster • Haustüren**  
**Garagentore**

				
Cäsariusstraße 27 53639 Königswinter	0 22 23 - 90 32 97	0 22 23 - 90 32 98	info@j-ting.de	www.j-ting.de

## Wege aus der Angst – Kinderängsten begegnen



Jedes Kind zeigt im Laufe seiner Entwicklung Ängste. Angst vor Hunden oder Angst vor Ausgrenzung zeigen sich schon sehr früh. Diese Ängste können im pädagogischen Alltag gut begleitet werden, weil sie sichtbar sind. Die Art der Kommunikation, besonders der Nonverbalen Kommunikation kann hier für das Kind einen vertrauensvollen Raum schaffen. Ziel ist es, diesen Raum bewusst zu gestalten, Ängsten in einem pädagogischen Kontext Raum zu geben, so dass das Kind diese aus sich selbst heraus wandeln kann.

Inhalte:

- Entwicklungsbedingte Ängste bei Kindern
- Die Haltung der pädagogischen Fachkraft
- Kommunikationsformen in Angstsituationen
- Hilfen aus der Angstspirale
- Möglichkeiten und Grenzen im pädagogischen Kontext

**A082.2**

Samstag, 09:00 – 16:00 Uhr | 1 Termin

**120,00 €**

6 – 12 Teilnehmer



**03.12.2022**

Anmeldeschluss: 19.11.2022

Ort: Haus Heisterbach, Gelber Raum

Zielgruppe: Kindertagespflegepersonen, pädagogische Fachkräfte

Referent: Heike Kostarellis, Heilpädagogin, Erzieherin

## Erste Hilfe am Kind

Erste Hilfe kann Leben retten!

Hier geht es um spezielle Maßnahmen, wenn Säuglinge und Kinder erkranken oder sich verletzen. Von der Prävention bis zu Sofortmaßnahmen in Notfällen werden Grundlagen praktisch vermittelt. Es wird nach den Richtlinien (ERC) ausgebildet.

**Gutscheine der Unfallkasse werden akzeptiert.**

**G026.28**

Samstag, 09:00 – 17:00 Uhr | 1 Termin

**55,00 €**

12–20 Teilnehmer



**JOHANNITER**

**05.03.2022**

Anmeldeschluss: 19.02.2022

Ort: Haus Heisterbach, Blauer Raum

Zielgruppe: Baby- und Juniorsitter, Erzieher, Kindertagespflegepersonen, Eltern, Großeltern

Referent: Johanniter-Unfall-Hilfe e.V.

Veranstalter: Regionalverband Bonn/Rhein-Sieg/Euskirchen

**G026.29**

Samstag, 09:00 – 17:00 Uhr | 1 Termin

**55,00 €**

12–20 Teilnehmer



**JOHANNITER**

**03.09.2022**

Anmeldeschluss: 20.08.2022

Ort: Haus Heisterbach, Blauer Raum

Zielgruppe: Baby- und Juniorsitter, Erzieher, Kindertagespflegepersonen, Eltern, Großeltern

Referent: Johanniter-Unfall-Hilfe e.V.

Veranstalter: Regionalverband Bonn/Rhein-Sieg/Euskirchen

**G026.30**

Samstag, 09:00 – 17:00 Uhr | 1 Termin

**55,00 €**

12–20 Teilnehmer



**JOHANNITER**

**19.11.2022**

Anmeldeschluss: 05.11.2022

Ort: Haus Heisterbach, Blauer Raum

Zielgruppe: Baby- und Juniorsitter, Erzieher, Kindertagespflegepersonen, Eltern, Großeltern

Referent: Johanniter-Unfall-Hilfe e.V.

Veranstalter: Regionalverband Bonn/Rhein-Sieg/Euskirchen

*Alter Zoll*

Gastronomie & Events

Siegburger Str. 13, 53639 Königswinter-Oberpleis

team@alterzoll.oberpleis.de | 02244 9299 626

## Ausbildungsgang für Ehrenamtliche in der sozialen Arbeit Das Königswinterer Modell



Der Ausbildungsgang „Ehrenamtliche in der sozialen Arbeit“ wurde 1998 in Haus Heisterbach, Königswinter, als Weiterbildung für ehrenamtliche Familienbegleiterinnen und Familienbegleiter entwickelt. Sich für andere Menschen einzusetzen, sie in einer Phase ihres Lebens zu begleiten ist eine höchst spannende und interessante ehrenamtliche Aufgabe.

Das Engagement ermöglicht es, eigene Erfahrungen und Stärken einzubringen, neue Menschen und Sichtweisen kennen zu lernen, und andere, neue Erfahrungen zu machen. Ehrenamtliche in der sozialen Arbeit können in den Fällen, in denen eine professionelle Hilfeleistung (noch) nicht greift, eine hoch motivierte Unterstützung anbieten, die eine eigene Qualität besitzt und in besonderer Weise geeignet ist, Ressourcen der Familie zur Klärung ihrer Fragestellungen nutzbar zu machen.

Sie übernehmen selbständig, in Anbindung an ein Team und unter professioneller Unterstützung durch eine pädagogische Fachkraft die Begleitung einer Familie für eine begrenzte Zeit, in der Regel ein bis zwei Jahre. Ziel ist der Aufbau einer zeitlich befristeten, zuverlässigen Beziehung in einer schwierigen Lebenssituation und die Unterstützung in Alltagsfragen im Sinne der „Hilfe zur Selbsthilfe“. Den Rahmen dieser persönlichen Begleitung bietet eine regelmäßige Hilfeplanung, die gemeinsam von der Familie mit der ehrenamtlichen Begleitperson und einer pädagogischen Fachkraft erarbeitet wird.

Der Austausch mit anderen Engagierten, der Rückhalt und das Feedback des Teams, und die Möglichkeit, sich gegenseitig beim En-

agement zu helfen und doch eigene Verantwortung zu übernehmen sind besonders interessante Merkmale dieses ehrenamtlichen Engagements.

Die Weiterbildung ist die Vorbereitung auf die Tätigkeit. Der Ausbildungsgang soll es den Teilnehmenden ermöglichen, sich persönlich weiter zu entwickeln und die eigenen und fachlichen Kompetenzen zu erweitern.

Dabei ist es das Ziel, eine wertschätzende Haltung in der Zusammenarbeit mit Hilfesuchenden zu entwickeln und zu lernen, das eigene Verhalten auf der Grundlage eigener persönlicher, beruflicher und familiärer Erfahrungen und Werthaltungen zu reflektieren.

Der Basiskurs von 80 Unterrichtsstunden richtet sich an alle Ehrenamtlichen, die in der sozialen Arbeit tätig werden möchten, die sich in der persönlichen Begleitung von Menschen engagieren wollen.

Die Seminare finden als:

Tagesveranstaltungen an Samstagen (9:30 – 17:00 Uhr) oder Abendveranstaltung an Donnerstagen (19:00 – 22:00 Uhr) statt.

**E001.26**

12 Termine

**200,00 €\***

6 – 12 Teilnehmer

Forum

**Ehrenamt**  
Wir engagieren uns.

**Start: 27.01.2022**

Anmeldeschluss: 13.01.2022

Ort: Haus Heisterbach, Gelber Raum

Zielgruppe: Ehrenamtliche in der sozialen Arbeit, an ehrenamtlicher Arbeit Interessierte

**\* Für in Königswinter tätige Familienbegleiter können die Kursgebühren, nach erfolgreichem Abschluss, anteilig erstattet werden.**

## Wir kümmern uns um Ihre Versicherungs- und Finanzfragen

LVM-Versicherungsagentur  
**Radermacher**

Schulstr. 30  
53639 Königswinter  
Telefon 02244 64 12  
info@radermacher.lvm.de

**LVM**  
VERSICHERUNG

## Weiterbildungsreihe ehrenamtliche: Lernpatin & Lernpate Königswinter „Für die Freude am Lernen“

Ehrenamtliche Lernpatinnen und Lernpaten helfen mit ihrem Engagement dabei, die möglichen sozialen Folgen abzumildern und Kindern und Jugendlichen wieder eine Chance zu geben. Ziel ist es, Lerndefizite abzubauen und den Kindern wieder die Freude am Lernen zu vermitteln.

Die Seminare richten sich an Ehrenamtliche, die als Lernpatin oder Lernpate aktiv werden möchten und die Bildungschancen der Kinder verbessern wollen. Sie treffen für jeweils mindestens ein Schulhalbjahr etwa zwei Stunden pro Woche mit ihrem Patenkind, unterstützen beim Lernen, stärken das kindliche Selbstvertrauen und fördern die Freude am Lernen.

Lernpatinnen und Lernpaten werden durch eine Koordinierungsgruppe unterstützt und treffen sie einmal im Monat zum Austausch.

### Lernpaten: System Schule

E048.5

Dienstag, 17:00 – 20:00 Uhr | 1 Termin

kostenfrei

25.01.2022

5–20 Teilnehmer

Anmeldeschluss: 18.01.2022

Ort: Haus Heisterbach: Gelber Raum

Zielgruppe: ehrenamtlich Interessierte

Forum

Ehrenamt

Wir engagieren uns.

### Lernpaten als Begleiter

E048.6

Dienstag, 17:00 – 20:00 Uhr | 1 Termin

kostenfrei

01.02.2022

5–20 Teilnehmer

Anmeldeschluss: 25.01.2022

Ort: Haus Heisterbach: Gelber Raum

Zielgruppe: ehrenamtlich Interessierte

Forum

Ehrenamt

Wir engagieren uns.

### Lernpaten: Das Projekt

E048.7

Dienstag, 17:00 – 20:00 Uhr | 1 Termin

kostenfrei

08.02.2022

5–20 Teilnehmer

Anmeldeschluss: 01.02.2022

Ort: Haus Heisterbach: Gelber Raum

Zielgruppe: ehrenamtlich Interessierte

Forum

Ehrenamt

Wir engagieren uns.

## Weiterbildung: Ehrenamtliche Seniorenbegleiter

„Im Alter nicht vereinsamen“ unter diesem Motto unterstützen qualifizierte ehrenamtliche Seniorenbegleiter ältere Menschen im Alltag. Ihr Einsatz verhilft älteren Menschen zu einem Stück Lebensqualität, zeigt ihnen, dass sie nicht alleine sind. Seniorenbegleiter besuchen ältere Menschen zu Hause oder im Seniorenheim und sorgen für ein lebendiges Miteinander. Im Vordergrund steht dabei der Kontakt von Mensch zu Mensch und die Unterstützung in Alltagssituationen.

Als Vorbereitung auf diese ehrenamtliche Aufgabe beschäftigt sich die Weiterbildung mit den Rahmenbedingungen ehrenamtlichen Engagements und der Aufgabe und den individuellen Möglichkeiten und Grenzen der Seniorenbegleitung. Wahrnehmung und Kommunikation, der Umgang mit kritischen Situationen in der Begleitung sind ebenso Themen wie die Auseinandersetzung mit unterschiedlichen Altersbildern und den Lebenssituationen von Senioren. Darüber hinaus werden Grundkenntnisse über rechtliche und soziale Grundlagen und Beschäftigungsmöglichkeiten mit älteren Menschen erarbeitet.

Im Anschluss an die Weiterbildung finden regelmäßige Treffen zum Erfahrungsaustausch und Fortbildungen zur Vertiefung statt.

Die Seminare finden als Abendveranstaltungen statt.

E016.11

freitags, 15:00 – 16:30 Uhr | 7 Termine

150,00 €\*  
5–10 Teilnehmer

Start: April 2022

Anmeldeschluss: 24.03.2022

Ort: Haus Heisterbach, Gelber Raum

Zielgruppe: ehrenamtlich Interessierte



\* Für in Königswinter tägige Seniorenbegleiter können die Kursgebühren, nach erfolgreichem Abschluss, erstattet werden.

### Weinhaus am Rhein

*Gutbürgerliche und mediterrane Küche  
Kuchen und Tortenspezialitäten*

Rheinufer 100  
53639 Königswinter Niederdollendorf  
02223/299393



[www.weinhaus-am-rhein.de](http://www.weinhaus-am-rhein.de)

Geöffnet ab 12 Uhr  
Durchgehend warme Küche bis 21:30 Uhr  
Mittwoch und Donnerstag Ruhetag

**Montags Hausgemachte Reibekuchen**



## Soziales Leben. Angebote. Hilfen – Chancenportal Königswinter



Präsenz/  
Online

Das Chancenportal ist DIE gemeinsame Plattform für alle Angebote im sozialen Bereich. Mitmachen können alle Organisationen/Einrichtungen/Vereine, die soziale Angebote IN Königswinter oder FÜR Königswinterer Bürger anbieten.

Wollen Sie Angebote veröffentlichen aber haben noch Fragen dazu? Brauchen Sie technische Hilfe? Wollen Sie Kooperationspartner werden?

Bei dieser Informationsveranstaltung erhalten Sie einen fundierten Überblick über das Chancenportal und es bleibt viel Raum für Ihre Fragen!

**E043.6**

Mittwoch, 09:30 – 11:00 Uhr | 1 Termin

**kostenfrei**

3–10 Teilnehmer



**02.02.2022**

Anmeldeschluss: 26.01.2022

Ort: Haus Heisterbach, Gelber Raum oder digital

Zielgruppe: Vereine, Organisationen, Initiativen, Interessierte

Referent: Mia Schulz-Rittich oder Ulrich Richard  
Redaktion Chancenportal

**E043.7**

Mittwoch, 09:30 – 11:00 Uhr | 1 Termin

**kostenfrei**

3–10 Teilnehmer



**08.06.2022**

Anmeldeschluss: 01.06.2022

Ort: Haus Heisterbach, Gelber Raum oder digital

Zielgruppe: Vereine, Organisationen, Initiativen, Interessierte

Referent: Mia Schulz-Rittich oder Ulrich Richard  
Redaktion Chancenportal

herrlich  weiblich

Einfach schöner Leben · Mode für Damen und Herren

Inh. Britta Friedrich · Dollendorfer Str. 11 · 53639 Königswinter

Tel.: 02244 / 82083 · [info@herrlichweiblich.de](mailto:info@herrlichweiblich.de)

## Ehrenamt macht Spaß – Wege zum freiwilligen Engagement

Viele Menschen möchten in ihrer Freizeit Sinnvolles tun, Kontakte knüpfen, sich mit anderen gemeinsam für andere einbringen.



Entdecken Sie mit der Freiwilligenagentur Forum Ehrenamt die Vielfalt der Engagementmöglichkeiten.

In dieser Informationsveranstaltung werden Wege in ein freiwilliges Engagement aufgezeigt, Rahmenbedingen dafür geklärt, ehrenamtliche Projekte vorgestellt – und es bleibt viel Raum für Ihre Fragen.

**E040.8**

Dienstag, 10:00 – 11:30 Uhr | 1 Termin

**kostenfrei**

3–6 Teilnehmer



**08.02.2022**

Anmeldeschluss: 01.02.2022

Ort: Haus Heisterbach, Gelber Raum oder digital, falls Präsenz nicht möglich

Zielgruppe: Interessierte

Referent: Mia Schulz-Rittich, Forum Ehrenamt

**E040.9**

Donnerstag, 17:00 – 18:30 Uhr | 1 Termin

**kostenfrei**

3–6 Teilnehmer



**05.05.2022**

Anmeldeschluss: 28.04.2022

Ort: Haus Heisterbach, Gelber Raum oder digital, falls Präsenz nicht möglich

Zielgruppe: Interessierte

Referent: Mia Schulz-Rittich, Forum Ehrenamt

**ZURSTRASSEN**  
ABSCHLEPP & BERGEDIENST

**PKW • LKW • BUSSE**

Internet: [www.bergedienst.de](http://www.bergedienst.de)  
Oberkasseler Straße 22  
53639 Königswinter  
Tel.: 02223/24083

**HIER**  
könnte Ihre  
**Anzeige**  
stehen!

## Ein Bild sagt mehr als tausend Worte – Mein Verein und das Bild

„Ein Bild sagt mehr als tausend Worte“, sagt ein altes Sprichwort, aber wie werbe ich mit einem Bild am besten für meinen Verein, auf einer Internetseite, bei Facebook & Co, oder in Flyern? Was muss ich beachten, und wie mache ich eigentlich aussagekräftige Bilder meines Vereins?

In Zusammenarbeit mit dem Fotoclub Troisdorf (DVF) e.V. haben wir eine Seminarreihe zusammengestellt, das interessierten Vereinsmitgliedern in einzelnen Themenabenden das Handwerkszeug gibt, mit eigenen Bildern für einen Verein zu werben. Die Veranstaltungen können einzeln besucht werden, ergeben aber zusammen einen umfassenden Überblick über das Themenfeld Fotografie für Vereine.

Im zweiten Halbjahr sind tiefergehende Praxis- und Theorieeinheiten geplant.

### Das Recht auf das eigene Bild

Einführung in die Thematik und Überblick über rechtliche Fragestellungen.

- Kurze, gemeinsame Vorstellungsrunde
- Welche rechtlichen Rahmenbedingungen muss ich erfüllen?
- Datenschutzgrundverordnung (DSGVO), Kunsturheberrecht und andere geltende Bedingungen bei der Veröffentlichung von Bildern
- Anpassung von Impressum und Datenschutzbestimmungen

**E047.2**

Donnerstag, 18:00 – 21:00 Uhr | 1 Termin

**10,00 €\***

5–15 Teilnehmer



**10.03.2022**

Anmeldeschluss: 03.03.2022

Ort: Haus Heisterbach, Gelber Raum

Zielgruppe: Interessierte, Vereine, Initiativen

Referenten: Heinz Schumacher, Heinz-Dieter Klauß



**Blumenhaus**  
Anneliese Wierz-Lachart  
Inh. Ilse Hardieß

53639 Königswinter-Oberdollendorf  
Heisterbacher Str. 89 • Tel./Fax. 02223-2 1118

## Gute Fotos – Gute Öffentlichkeitsarbeit: erfolgreiche Werbung für meinen Verein

Hier werden Anregungen gegeben für die Darstellung des Vereins in der Öffentlichkeit, auch anhand von Beispielen. Wie wird mein Vereinsmotiv am besten ins Bild gesetzt?

- Welche Motive eignen sich gut?
- Welche wirken gut in Social Media?
- Portrait oder Gruppenfoto?
- Action oder Panorama?

**E047.3**

Donnerstag, 18:00 – 20:00 Uhr | 1 Termin

**10,00 €\***

5–15 Teilnehmer



**17.03.2022**

Anmeldeschluss: 10.03.2022

Ort: Haus Heisterbach, Gelber Raum

Zielgruppe: Interessierte, Vereine, Initiativen

Referenten: Dr. Doris Nsiff, Ralf Loch, Roland Gras

## Erste Praxisübungen mit eigener Kamera

Zu diesem Modul bitte eine eigene Kamera mit vollgeladenen Akkus mitbringen!

- Gegenseitiges Kennenlernen mit Kamera
- Kurze, gemeinsame Vorstellungsrunde – welche Motive möchte ich für meinen Verein aufnehmen?
- Fotografieren bei freier Motivwahl
- Anschauen und Reden über die soeben erstellten Fotos

**E047.4**

Samstag, 10:00 – 13:00 Uhr | 1 Termin

**10,00 €\***

5–30 Teilnehmer



**19.03.2022**

Anmeldeschluss: 12.03.2022

Ort: Haus Heisterbach, Blauer Raum

Zielgruppe: Interessierte, Vereine, Initiativen

Referenten: Dr. Doris Nsiff, Ralf Loch, Roland Gras

**\* Bei Buchung aller drei Veranstaltungen beträgt die Teilnahmegebühr insgesamt 21,00 €.**

<p><b>Andrea Niering</b> Werkstatt für Möbelrestaurierungen</p> <p>Fachgerechte Restaurierung von Möbeln und Holzoberflächen</p> <p>Hauptstraße 137-139 · 53639 Königswinter-Niederdollendorf Tel. 0 22 23 / 2 11 96</p>	<p>Tischlerei <b>Klaus Niering</b> Meisterbetrieb</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Innenausbau</li> <li>• Möbelentwurf und Ausführung</li> <li>• Verlegearbeiten von Fertigböden</li> <li>• Küchenmodernisierung</li> <li>• Reparaturen rund ums Holz</li> </ul>
--	--

## Fahrradschule für Flüchtlinge



### Politik auf zwei Rädern

Bonn ist mit der politischen Geschichte der Bundesrepublik Deutschland eng verbunden. 50 Jahre lang war Bonn Regierungssitz und 40 Jahre Hauptstadt der Bundesrepublik Deutschland.

Gemeinsam radeln wir am Rhein entlang nach Bonn, Rhöndorf und Unkel. Ziele sind das Haus der Geschichte, das Konrad-Adenauer-Haus und das Willy-Brand Museum.

Je nach Interesse werden wir auch das Thema Klima und Naturschutz mit einem Besuch im „Museum König“ verbinden. Gästeführer werden uns Einblicke in die deutsche Geschichte und das demokratische System geben.

E034.6

1 Termin

**kostenlos**

10–15 Teilnehmer

Forum

**Ehrenamt**

Wir engagieren uns.

Start: **Juni 2022**

Geflüchtete (mindestens Sprachkenntnisse A2 Niveau) und andere Interessierte Ehrenamtliche

gefördert durch:



## Fahrrad-Check

### „Mein Fahrrad ist kaputt, kannst du mir zeigen wie es repariert wird“

Der Fahrrad-Check wird von einem ehrenamtlichen Team von Fahrrad Coaches betreut. Flüchtlinge lernen kleine Reparaturen selbstständig unter Anleitung vorzunehmen.

Auch 2022 bietet das Team wieder Fahrrad-Check-Workshops auf dem Gelände der Flüchtlingsunterkünfte in Stieldorf und im Tal an. Unter strengen Coronaregeln werden Fahrradspenden angenommen, einem intensiven Check unterzogen und ggf. auch gemeinsam repariert. So ist sichergestellt, dass die Fahrräder auch verkehrstüchtig und für den Straßenverkehr im Frühjahr geeignet sind.

E034.7

2 Termine

**kostenlos**

10–15 Teilnehmer

Forum



**Start: März 2022**

Ort: Flüchtlingsunterkünfte

Zielgruppe: Geflüchtete

gefördert durch:



## Fahrradtraining für Flüchtlinge

Mobil zu sein fördert die Unabhängigkeit und gibt den Flüchtlingen die Möglichkeit, die Stadt besser kennenzulernen. Die gemeinsamen Aktivitäten zwischen Einheimischen und Flüchtlingen fördern darüber hinaus das Erlernen der deutschen Sprache und sind wichtig für die Integration der Geflüchteten in der Gesellschaft.

E034.8

2 Termine

**kostenlos**

10–15 Teilnehmer

Forum



**Start: Mai 2022**

Zielgruppe: Geflüchtete

gefördert durch:



## Perspektive Afghanistan? Afghanistan nach der Machtergreifung der Taliban

Viele engagierte Integrationshelfer/innen begleiten afghanische Familien seit 2015. Zwei sehr engagierten afghanischen Referenten, die sich in Deutschland und Afghanistan für die Belange der Zivilbevölkerung engagieren, beleuchten die aktuelle politische und gesellschaftliche Situation in Afghanistan. Wie erleben Afghanen in Deutschland die Krise in ihrer Heimat? Ist ein Zurück in die Heimat überhaupt noch möglich?

Wie sieht das Engagement für die afghanische Zivilbevölkerung vor Ort aus? Dies wird an diesem Abend an den Beispielen Mädchenbildung, Gesundheit und Ernährung erläutert.

E049.3

Freitag, 18:30 – 21:30 Uhr | 1 Termin

**kostenlos**

8–15 Teilnehmer

**04.02.2022**

Anmeldeschluss: 27.01.2022

Ort: Haus Heisterbach, Blauer Raum

Zielgruppe: Interessierte

Referenten: Nasifa Fazeli (Afghanischer Frauenverein e.V., Hamburg/Königswinter)

Dr. Yahya Wardak ( Afghanic e.V., Bonn)

Forum

**Ehrenamt**

Mit engagierten uns.

gefördert durch:



STUDIO FÜR  
**NATUR**  
KOSMETIK

 Dr. Hauschka-  
Behandlungen

 Massagen

 Zusatz-  
behandlungen

Dr. Hauschka



*Besuchen Sie uns in unserem  
neuen Naturkosmetikstudio  
mit modernem, ruhigen Ambiente.*

*Königswinterer Str. 751  
direkt gegenüber unseres Bioladens  
Terminvereinbarung direkt im Laden oder  
telefonisch unter 0228 442168*



**Himmel und Erde**



Königswinterer Str. 708 - 710 | 53227 Bonn-Oberkassel  
tel. (0228) 44 21 68

Öffnungszeiten:  
Mo. bis Fr. 9 - 19 Uhr • Sa. 8 - 18 Uhr  
[www.himmel-und-erde-naturkost.de](http://www.himmel-und-erde-naturkost.de)



bioladenhimmelunderde



bioladen.himmelunderde



# FRIDA

**FRAUENFRÜHSTÜCK**

IN HAUS HEISTERBACH

WOMEN'S BREAKFAST

BAYANLAR ICIN KAHVALTI

DESAYUNO DE MUJERES

PETIT DÉJEUNER ENTRE FEMMES

Завтрак для женщин

صبحانه برای بانوان    فطور للنساء

23. Januar 2022, 10:30–13:00 Uhr

Frauen – Jahrespläne/Perspektiven 2022  
– was brauche ich dafür?

06. März 2022, 10:30–13:00 Uhr

Frauen – 4 Jahreszeiten in Deutschland!  
Wieviel Jahreszeiten gibt es bei Dir in der  
alten Heimat?

01. Mai 2022, 10:30–13:00 Uhr

Frauen und Berufsbilder – Hallo ich bin  
Reena aus dem Iran und ich werde  
Lokomotivführerin

26. Juni 2022, 10:30–13:00 Uhr

Frauen und Mobilität – Bewegung, Natur  
und Gesundheit



For translation use QR-Code



[www.forum-ehrenamt.de](http://www.forum-ehrenamt.de)



## Teilnahmebedingungen



### Allgemeines

Alle Veranstaltungen finden in Haus Heisterbach, 53639 Königswinter, statt, soweit im Programm kein anderer Veranstaltungsort ausgewiesen ist. Veranstalter ist „Perspektiven für das Leben e.V.“, soweit kein anderer Veranstalter genannt ist.

### Anmeldung und Vertragsabschluss

Sie können sich unter Angabe der Kursnummer (z.B. A003.1) bis zum angegebenen Anmeldeschluss schriftlich, per Telefax, per E-Mail oder über die Internetseite ([www.perspektiven-fuer-das-leben.de](http://www.perspektiven-fuer-das-leben.de)) anmelden. Die Anmeldung ist verbindlich. Anmeldungen werden in der Reihenfolge des Eingangs berücksichtigt. Nach Anmeldung erhalten Sie von uns eine Anmeldebestätigung.

### Absagen- und Widerrufsrecht

Sie können Ihre Anmeldung bis zum Anmeldeschluss kostenfrei schriftlich widerrufen. Bei späteren Absagen wird die Teilnahmegebühr in voller Höhe fällig. „Perspektiven für das Leben e.V.“ behält sich die Änderung von Terminen, Veranstaltungsorten und Absagen aus organisatorischen Gründen vor,

etwa bei Unterschreiten der Mindestteilnehmerzahl oder bei kurzfristigem Ausfall eines Referenten. Dies begründet keinen Rücktritt von der Anmeldung. Sollte ein Ersatztermin nicht eingerichtet werden können, erhalten Sie die bezahlten Gebühren für die ausgefallene Veranstaltung zurück. Kann eine Teilnahme aufgrund behördlichen Auflagen (z. B. Covid 19) oder Fällen höherer Gewalt nicht möglich sein, besteht kein Anspruch auf Erstattung der Teilnahmegebühren. Weitergehende Ansprüche bestehen nicht.

## Teilnahmegebühr

In der Teilnahmegebühr sind sämtliche pädagogische Leistungen, ggf. die Teilnehmerunterlagen enthalten.

Die Teilnahmegebühr wird vor Kursbeginn von Ihrem Konto abgebucht. Wenn Sie keine Abbuchung wünschen, überweisen Sie den Betrag bitte bis spätestens eine Woche vor Veranstaltungsbeginn (Zahlungseingang) auf unser Konto:

**Volksbank Köln Bonn eG**

**IBAN DE59 3806 0186 5500 5500 17 | BIC GENODED1BRS**

Eine ermäßigte Teilnahmegebühr gilt in besonderen Härtefällen (mit Nachweis). Eine nur zeitweise Teilnahme an den Veranstaltungen oder die Nichtinanspruchnahme eines Teils der Leistungen berechtigt nicht zu einer Minderung der Teilnahmegebühr. Teilnahmebescheinigungen können auf Nachfrage erstellt werden.

## Haftung

Die Gestaltung der Kursinhalte obliegt den Referenten. Kurzfristige Änderungen bleiben vorbehalten. Die Veranstaltungen sind so gestaltet, dass ein aufmerksamer Teilnehmer bei regelmäßiger Teilnahme die Ausbildungsziele erreichen kann. Für den Ausbildungserfolg haftet „Perspektiven für das Leben e.V.“ nicht. Bei Onlinekurse sorgen Sie selbst für die technischen Voraussetzungen, die Sie zur Teilnahme am Onlinekurs benötigen (Audio- und Videoverbindung, stabile Datenverbindung) und für die Datensicherheit.



**Johanniter-Unfall-Hilfe e. V. Regionalverband**  
Bonn/Rhein-Sieg/Euskirchen



**Katholisches Familienzentrum „Am Oelberg“**  
Königswinter-Oberpleis



**Fröbel Kindergarten „Sonnenschein“**  
Eudenbacher Str. 113, 53639 Eudenbach



**Familienzentrum Villa Kunterbunt**  
Luisenstraße 43a, 53604 Bad Honnef



**Fröbel Familienzentrum Schneckenhaus**  
Wohnpark Nord 1, 53639 Oberdollendorf



**Katholischer Kindergarten St. Pankratius**  
Lohrbergstraße 7, 53639 Königswinter



**Harmonisch-Stillen**  
53639 Königswinter, [www.harmonisch-stillen.de](http://www.harmonisch-stillen.de)



**Kath. Familienzentrum St. Magareta**  
Oelinghovener Str. 24, 53639 Stieldorf



**Mehr Generationen Haus Neustadt (Wied)**  
für die Verbandsgemeinde Asbach  
Hauptstraße 2, 53577 Neustadt (Wied)



**Evangelische Kindertagesstätte Dollendorf GmbH**  
Am Dornenkreuz 1  
53639 Königswinter

## Impressum

V.i.S.d.P.: Perspektiven für das Leben e.V.  
Haus Heisterbach, 53639 Königswinter  
Jochen Beuckers  
Telefon: 02223/9236-0  
Telefax: 02223/9236-22  
[kurse@haus-heisterbach.de](mailto:kurse@haus-heisterbach.de)  
[www.perspektiven-fuer-das-leben.de](http://www.perspektiven-fuer-das-leben.de)



Satz: Bärbel Gemmel

## Bankverbindung:

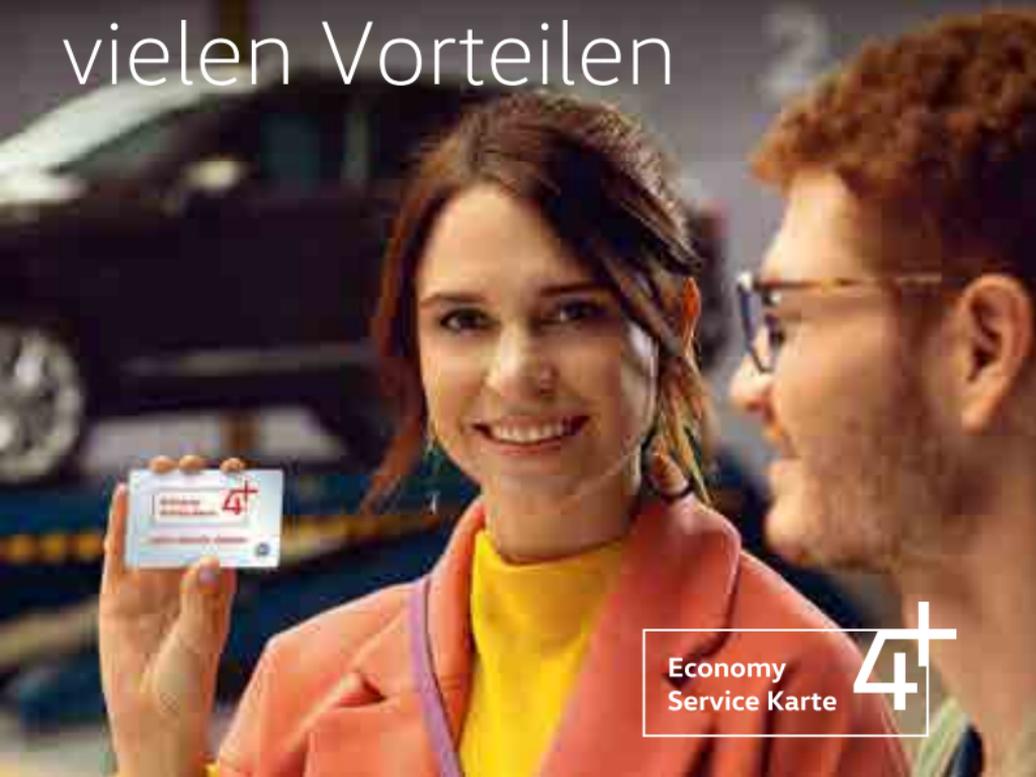
Perspektiven für das Leben e.V.  
Volksbank Köln Bonn eG  
IBAN DE59 3806 0186 5500 5500 17 BIC GENODED 1 BRS

*Alle Bezeichnungen in  
diesem Kursheft gelten  
jeweils in weiblicher und  
männlicher Form.*

Bildquelle: Shutterstock,  
Pixabay, unsplash



# Das Plus mit vielen Vorteilen



Economy  
Service Karte



## Die Economy Service Karte 4+

Attraktive Rabatte für Ihren Volkswagen ab 4 Jahren. Für die Dauer von 3 Jahren erhält Ihr Volkswagen bei allen Wartungs- und Verschleißreparaturen einen Nachlass von 10 % auf Lohnkosten, außer Räder/Reifen<sup>1</sup>.

<sup>1</sup> Ausgenommen sind: Aktionsangebote, Motorschäden, Getriebeschäden, Marderbisse



**AUTO**  
**THOMAS**  
FIRMENGRUPPE

## Volkswagen Economy Service Auto Thomas GmbH

Königstraße 18, 53639 Königswinter, Tel: 02223/9185-0  
[www.auto-thomas.de](http://www.auto-thomas.de)

Hier finden Sie uns:

