

# Treff

Punkte

Unsere Kursangebote in

Duisburg | Kamp-Lintfort | Wesel und im Kreis Wesel

JANUAR - JULI 2024

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

FÜR DEIN LEBEN GERN.



# Herzlich willkommen

im Katholischen Bildungsforum im Kreisdekanat Wesel.

Wir bieten im gesamten Kreis Wesel die vielfältigsten Angebote zu theologischen und aktuellen Themen, im Gesundheits-, Entspannungs-, Sport- und Ernährungsbereich an. Sprachen lernen, Fort- und Weiterbildungen, Kreatives mit Stoff, Farben und vielen anderen Materialien steht auf dem Programm.

Seien Sie neugierig und stöbern Sie auf den nächsten Seiten, was in unseren Standorten in Duisburg-West, Kamp-Lintfort und Wesel, in Pfarrheimen, in Familienzentren/Kindertagesstätten im 1. Halbjahr 2024 beginnt.

Unsere Angebote für Familien finden Sie in unserer Broschüre Treffo Eltern- und Kinderzeit.

## Wir freuen uns auf Sie!

Anmeldungen zu unseren Kursen sind möglich

- über unsere Homepage [www.bildung-im-forum.de](http://www.bildung-im-forum.de)
- unter der Rufnummer 02842 9112-0
- persönlich in unseren Standorten in Duisburg-West, Kamp-Lintfort - Haus der Familie - und Wesel



## Inhalt

Theologische Angebote.....	4
Persönlichkeit - Gesellschaft.....	4
Gesundheit - Entspannung.....	5
Entspannung - Fitness und Bewegung.....	5
Gesunde Ernährung.....	11
Aus- und Weiterbildung.....	13
Qualifizierung von Ehrenamtlichen.....	14
EDV.....	15
EDV - Sprachen.....	16
Kreativität.....	20
Einladung zum Interkulturellen Familienfest - .....	21
Kinderkram (ver-)kaufen - Kinderkleidung und Spielzeugmarkt.....	22
Wir suchen Sie - Werden Sie Kursleitende.....	23
Impressum.....	24

### *Herzliche Einladung*

*Interkulturelles Familienfest  
Samstag, den 31. August 2024*

*Es erwartet Sie / Euch ein buntes Programm  
rund um das Haus der Familie  
Am Kirchplatz 10 | 47475 Kamp-Lintfort*



## THEOLOGISCHE BILDUNG

Standort Duisburg-West  
Händelstraße 16  
47226 Duisburg  
02065 901334-0

### Trau Dich - kreativer Umgang mit belastenden Gefühlen

**F8121-005 | gebührenfrei**

Sa., 09.03.2024

11:00 - 17:00 Uhr

F8121-006 | gebührenfrei

Sa., 13.04.2024

11:00 - 17:00 Uhr

Andrea Zylka

Außengelände Toeppersee  
Wasserskianlage  
Lohfelder Weg 91  
47239 Duisburg  
Kath. Bildungsforum  
02065 901334-0

### Sonntagspaziergang mit Trauernden am Toeppersee

**F8121-011 | gebührenfrei**

So., 07.01. - 07.07.2024

jeden 1. Sonntag im Monat

14:00 - 16:15 Uhr

Sabine Kreuzer

Haus der Familie  
Kirchplatz 10  
47475 Kamp-Lintfort  
02842 9112-0

### Trauergruppe für Erwachsene - offener Treff

**F8121-203 | gebührenfrei**

Di., 09.01. - 11.06.2024

19:00 - 20:30 Uhr

Sabine Kreuzer

Standort Wesel  
Martinistraße 9  
46483 Wesel  
0281 460964-0

### Ehevorbereitung - Wagnis

**Ehe: Auf dem Weg zur**

**kirchlichen Trauung**

**F8121-312 | gebührenfrei**

Sa., 27.01.2024

10:00 - 16:00 Uhr

André Laschet



### MIASA - Mittendrin im Alter statt allein - Das Gruppenangebot gegen Einsamkeit!

**F8121-100 | gebührenfrei**

**Einführungstag**

Do., 14.03.2024

Weitere Termine werden  
bekanntgegeben

10:00 - 11:30 Uhr

Markus Kuhlmann

## PERSÖNLICHKEIT – GESELLSCHAFT

Standort Duisburg-West  
Händelstraße 16  
47226 Duisburg  
02065 901334-0

### Demenz-Café

"Vergiss mein nicht"

**F8624-002 | gebührenfrei**

Mi., 10.01. - 26.06.2024

14:00 - 17:00 Uhr

Eugenie Czarnecki

### Berliner Testament - Wie sichere ich meinen Partner ab!

**F8622-002 | € 5,00**

Mi., 31.01.2024

18:00 - 19:30 Uhr

Jennert & Ladwig

### Patientenverfügung und Vorsorgevollmacht

**F8622-001 | € 5,00**

Mi., 06.03.2024

19:30 - 21:00 Uhr

Gabriele Bernd

Haus der Familie  
Kirchplatz 10  
47475 Kamp-Lintfort  
02842 9112-0

### Schwangerschaftsberatung des SKF Moers

**F8624-200 | gebührenfrei**

Do., 18.01. - 26.06.2024

14:00 - 16:00 Uhr

Sabine Tappen

### Gesprächsangebote für von Angst und Panik Betroffene - Selbsthilfegruppe -

**F8623-200 | € 60,00**

Mi., 17.01. - 26.06.2024

19:00 - 21:15 Uhr

Susanne Arns

### Wenn die Seele leidet ... Gesprächskreis

**F8123-001 | € 204,60**

Mo., 22.01. - 24.06.2024

17:00 - 19:15 Uhr

Heike Arndt-Schmela

### Gedächtnistraining für Senioren ab 60 Jahren

**F8624-003 | € 24,00**

Mi., 31.01. - 06.03.2024

09:30 - 10:30 Uhr

Heike Heger

Standort Wesel  
Martinistraße 9  
46483 Wesel  
0281 460964-0

**Patientenverfügung,  
Betreuungsverfügung und  
Vorsorgevollmacht  
Vortrag und Gespräch  
F8623-002 | € 12,00**  
Mo., 26.02.2024  
19:30 - 21:00 Uhr  
Adalbert Gose

Familienzentrum  
Hamminkeln Arche Noah  
Diersfordter Str. 48  
46499 Hamminkeln  
Ansprechpartner  
Familienzentrum  
Hamminkeln Arche Noah  
02852 960809740

**Patientenverfügung,  
Betreuungsverfügung und  
Vorsorgevollmacht  
Vortrag und Gespräch  
F8623-201 |**  
Do., 14.03.2024  
19:30 - 21:00 Uhr  
Adalbert Gose

## GESUNDHEIT

Standort Duisburg-West  
Händelstraße 16  
47226 Duisburg  
02065 901334-0

**Fußworkshop - Glückliche  
Füße gehören zum gesunden  
Körper**  
Der Workshop bietet ein  
Wohlfühlprogramm für deine  
Füße!  
**F8531-001 | € 15,00**  
Fr., 14.06.2024  
17:30 - 19:45 Uhr  
Gerlinde Schatz

Haus der Familie  
Kirchplatz 10  
47475 Kamp-Lintfort  
02842 9112-0

**Fasten für Gesunde -  
Reinigung des Körpers und  
der Seele  
Informationsabend  
F8121-200 | gebührenfrei**  
Do., 15.02.2024  
19:00 - 20:00 Uhr  
**Fastenwoche  
F8121-201 | € 54,00**  
Mo., 04.03. – Sa., 09.03.2024  
19:00 - 20:30 Uhr  
Regina Möllengraf

Standort Wesel  
Martinistraße 9  
46483 Wesel  
0281 460964-0

**Fasten für Gesunde -  
Reinigung des Körpers und  
der Seele  
Informationsabend  
F8121-301 | gebührenfrei**  
Mi., 14.02. 2024  
19:00 - 20:30 Uhr  
**Fastenwoche  
F8121-302 | € 54,00**  
Mo., 26.02. – Sa., 02.03.2024  
19:00 - 20:30 Uhr  
Regina Möllengraf



## ENTSPANNUNG

Standort Duisburg-West  
Händelstraße 16  
47226 Duisburg  
02065 901334-0

**Hatha Yoga - Atem und  
Bewegung  
F8532-007 | € 94,00**  
Mo., 15.01. - 08.04.2024  
16:00 - 17:30 Uhr  
**F8532-008 | € 94,00**  
Mo., 15.04. - 24.06.2024  
16:00 - 17:30 Uhr  
Gerlinde Schatz

**Entspannung durch  
meditatives Yoga**  
Yoga, Entspannung und  
Meditation für Anfänger und  
Fortgeschrittene  
**F8532-005 | € 84,00**  
Di., 16.01. - 19.03.2024  
17:30 - 19:00 Uhr  
**F8532-006 | € 92,40**  
Di., 09.04. - 25.06.2024  
17:30 - 19:00 Uhr  
Christiane Brich

**Yoga für Dich zur  
Wochenmitte  
F8532-009 | € 94,00**  
Mi., 17.01. - 20.03.2024  
09:00 - 10:30 Uhr  
**F8532-010 | € 94,00**  
Mi., 10.04. - 19.06.2024  
09:00 - 10:30 Uhr  
Gerlinde Schatz

**Hatha-Yoga Kurs für Anfänger  
und Wiedereinsteiger**  
Sie erlernen verschiedene  
Körperübungen (Asanas),  
Atemübungen und  
Entspannungstechniken, um  
das Bewusstsein für den  
eigenen Körper zu schulen.  
**F8532-011 | € 96,00**  
Mi., 17.01. - 20.03.2024  
16:00 - 17:30 Uhr  
**F8532-012 | € 105,60**  
Mi., 10.04. - 26.06.2024  
16:00 - 17:30 Uhr  
Kirstin Glücks-Benger

## ENTSPANNUNG

**Hatha-Yoga Kurs für Anfänger und Wiedereinsteiger**

Sie erlernen verschiedene Körperübungen (Asanas), Atemübungen und Entspannungstechniken, um das Bewusstsein für den eigenen Körper zu schulen.

**F8532-013 | € 96,00**

Mi., 17.01. - 20.03.2024  
17:45 - 19:15 Uhr

**F8532-014 | € 105,60**

Mi., 10.04. - 26.06.2024  
17:45 - 19:15 Uhr

**F8532-015 | € 86,40**

Fr., 19.01. - 22.03.2024  
17:00 - 18:30 Uhr

**F8532-016 | € 96,00**

Fr., 12.04. - 28.06.2024  
17:00 - 18:30 Uhr

Kirstin Glücks-Benger

**Hatha Yoga - auf dem Stuhl -**

**F8532-021 | € 77,40**

Do., 18.01. - 21.03.2024  
10:00 - 11:30 Uhr

**F8532-022 | € 86,00**

Do., 11.04. - 27.06.2024  
10:00 - 11:30 Uhr

Anke Zorzetto

**Hatha Yoga - Rücken -**

**F8532-019 | € 77,40**

Do., 18.01. - 21.03.2024  
17:00 - 18:30 Uhr

**F8532-020 | € 86,00**

Do., 11.04. - 27.06.2024  
17:00 - 18:30 Uhr

Anke Zorzetto

**Hatha Yoga**

**F8532-017 | € 77,40**

Do., 18.01. - 21.03.2024  
18:45 - 20:15 Uhr

**F8532-018 | € 86,00**

Do., 11.04. - 27.06.2024  
18:45 - 20:15 Uhr

Anke Zorzetto

**Feldenkrais -  
kleine Bewegungen mit  
großem Effekt**

"Bewegung ist Leben. Leben ist ein Prozess. Verbessere die Qualität des Prozesses und du verbesserst die Qualität des Lebens selbst" - (Moshé Feldenkrais)

**F8532-001 | € 72,00**

Do., 18.01. - 21.03.2024  
17:15 - 18:15 Uhr

**F8532-002 | € 72,00**

Do., 11.04. - 27.06.2024  
17:15 - 18:15 Uhr

**F8532-003 | € 72,00**

Do., 18.01. - 21.03.2024  
18:30 - 19:30 Uhr

**F8532-004 | € 72,00**

Do., 11.04. - 27.06.2024  
18:30 - 19:30 Uhr

Jutta Gillner

**Familienzentrum St. Martin**

Ehrenstraße 40  
47198 Duisburg  
Ansprechpartnerin  
Tanja Friedrich  
02066 34230

**Autogenes Training -  
Workshop für**

**Fortgeschrittene -  
ein Elternangebot  
F8332-008 |**

Do., 18.01. - 20.06.2024  
14:15 - 15:45 Uhr

Nicole Koths

**Autogenes Training -  
Schnupperkurs - ein**

**Elternangebot  
F8332-007 |**

Do., 01.02. - 29.02.2024  
14:15 - 15:45 Uhr

Nicole Koths

Haus der Familie  
Am Kirchplatz 10  
47475 Kamp-Lintfort  
02842 9112-0

**Vini-Yoga für Anfänger und  
Fortgeschrittene**

**F8532-210 | € 183,60**

Do., 18.01. - 27.06.2024  
09:30 - 11:00 Uhr

Lorena Boldt

**Achtsamkeitstag**

**F8532-225 | € 48,00**

Sa., 20.01.2024  
10:00 - 14:30 Uhr

Bernadette Vorstius

Geistliches und kulturelles  
Zentrum Kloster Kamp  
Abteiplatz 24  
47475 Kamp-Lintfort  
Ansprechpartner  
Kath. Bildungsforum  
02842 9112-0

**Fit am Morgen  
mit Hatha-Yoga für Anfänger  
mit leichten Vorkenntnissen  
und Fortgeschrittene**

**F8532-200 | € 173,40**

Mo., 22.01. - 17.06.2024  
09:30 - 11:00 Uhr

**F8532-201 | € 173,40**

Di., 23.01. - 18.06.2024  
09:30 - 11:00 Uhr

Christiane Eickers



**Hatha-Yoga für Anfänger mit leichten Vorkenntnissen und Fortgeschrittene**

**F8532-202 | € 173,40**

Di., 23.01. - 18.06.2024

17:00 - 18:30 Uhr

Christiane Eickers

**Vini-Yoga für Anfänger und Fortgeschrittene**

**F8532-206 | € 193,80**

Di., 16.01. - 25.06.2024

18:45 - 20:15 Uhr

Lorena Boldt

**Yoga - ein Weg zur eigenen Mitte**

**F8532-218 | € 106,00**

Mi., 17.01. - 20.03.2024

09:30 - 11:00 Uhr

**F8532-219 | € 116,60**

Mi., 10.04. - 26.06.2024

09:30 - 11:00 Uhr

**F8532-220 | € 106,00**

Mi., 17.01. - 20.03.2024

11:15 - 12:45 Uhr

**F8532-221 | € 116,60**

Mi., 10.04. - 26.06.2024

11:15 - 12:45 Uhr

Anke Eißmann-Heiß

**Yoga - Übungsreihen mit Happinessfaktor**

**F8532-208 | € 204,00**

Mi., 17.01. - 26.06.2024

18:15 - 19:45 Uhr

Lorena Boldt

**Yoga bei Tinnitus und Migräne**

**F8532-212 | € 81,60**

Mi., 24.01. - 13.03.2024

16:30 - 18:00 Uhr

**F8532-213 | € 91,80**

Mi., 10.04. - 12.06.2024

16:30 - 18:00 Uhr

**Yoga bei Tinnitus und Migräne - Sommerferienkurs**

**F8532-224 | € 40,80**

Mi., 10.07. - 31.07.2024

16:30 - 18:00 Uhr

Brigitte Donner

Standort Wesel  
Martinstraße 9  
46483 Wesel  
0281 460964-0

**Senioren-Yoga auf dem Stuhl/Rollstuhl**

**F8532-302 | € 69,00**

Di., 09.01. - 19.03.2024

15:30 - 16:30 Uhr

**F8532-303 | € 69,00**

Di., 23.04. - 02.07.2024

15:30 - 16:30 Uhr

Frauke Kirstein

Familienzentrum Alpsray  
Alpsrayer Str. 104  
47495 Rheinberg  
Ansprechpartner  
Familienzentrum Alpsray  
02843 6663

**Yoga für Frauen**

**F8332-704 |**

Sa., 20.01.2024

10:00 - 12:15 Uhr

Melanie Roth

**FITNESS UND BEWEGUNG**

Standort Duisburg-West  
Händelstraße 16  
47226 Duisburg  
02065 901334-0

**Fit und gesund durch Bewegung**

**F8533-001 | € 90,00**

Mo., 15.01. - 24.06.2024

10:30 - 11:30 Uhr

Irina Berger

**Männer 50 Plus - Fit durch Gymnastik**

**F8533-027 | € 100,00**

Mo., 15.01. - 24.06.2024

11:45 - 12:45 Uhr

Gerhard Kandora

**Rückenfit - Gutes für Wirbelsäule und Muskulatur**

**F8533-031 | € 21,00**

Mo., 29.01. - 11.03.2024

15:00 - 15:45 Uhr

**F8533-032 | € 17,50**

Mo., 15.04. - 27.05.2024

15:00 - 15:45 Uhr

**Gymnastik für Ü70 - Mobil und selbstbestimmt älter werden -**

**F8533-004 | € 71,40**

Di., 16.01. - 25.06.2024

14:00 - 14:45 Uhr

Claudia Falß

**Seniorengymnastik**

**F8533-002 | € 71,40**

Di., 16.01. - 25.06.2024

15:00 - 15:45 Uhr

Claudia Falß

**"Locker vom Hocker" - Stuhlgymnastik**

**F8533-003 | € 71,40**

**Di., 16.01. - 25.06.2024**

16:00 - 16:45 Uhr

Claudia Falß

**Senioren Fit ab 65**

**F8533-007 | € 45,00**

Mi., 17.01. - 20.03.2024

09:45 - 10:45 Uhr

**F8533-008 | € 49,50**

Mi., 10.04. - 26.06.2024

09:45 - 10:45 Uhr

Susanne Bach



**Zumba® Fitness**

**F8533-029 | € 62,00**

Di., 16.01. - 19.03.2024

18:30 - 19:30 Uhr

**F8533-030 | € 68,20**

Di., 09.04. - 25.06.2024

18:30 - 19:30 Uhr

Jennifer Lo Vullo Cervellera

**FITNESS UND  
BEWEGUNG****Männer 50 Plus -****Fit durch Gymnastik****F8533-028 | € 105,00**

Mi., 17.01. - 26.06.2024

11:15 - 12:15 Uhr

Gerhard Kandora

**Bauch-Bein-Po-Training****F8533-033 | € 46,20**

Mi., 31.01. - 15.05.2024

16:30 - 17:30 Uhr

Heike Heger

**Bodyworkout & Stretch****F8533-009 | € 113,40**

Mi., 17.01. - 26.06.2024

18:00 - 19:00 Uhr

Sylvia Haag

**Rückenschonende Gymnastik  
für Frauen ab 60 Jahre****F8533-011 | € 68,00**

Do., 18.01. - 27.06.2024

16:00 - 16:45 Uhr

Theresia Redding

**Bodyfitness und  
Faszientraining****F8533-010 | € 164,00**

Do., 18.01. - 27.06.2024

18:00 - 19:30 Uhr

Sylvia Haag

Pfarrzentrum  
St. Peter in den Haesen  
Friedhofsallee 100  
47198 Duisburg  
Ansprechpartner  
Kath. Bildungsforum  
02065 901334-0

**Sitzgymnastik****F8533-202 | € 71,40**

Di., 16.01. - 25.06.2024

11:00 - 11:45 Uhr

Claudia Falß

Pfarrheim St. Johannes  
Marienstraße 5  
47198 Duisburg  
Ansprechpartner  
Kath. Bildungsforum  
02065 901334-0

**Ausgleichsgymnastik****F8533-205 | € 67,20**

Mi., 17.01. - 26.06.2024

10:30 - 11:15 Uhr

Theresia Redding

Pfarrgemeinde Liebfrauen  
Ottostr. 85  
47198 Duisburg  
Ansprechpartner  
Kath. Bildungsforum  
02065 901334-0

**Fit bis ins hohe Alter****F8533-203 | € 64,00**

Di., 16.01. - 18.06.2024

10:00 - 10:45 Uhr

Birgitta Gatz

**Rücken - Fit am Vormittag****F8533-201 | € 54,40**

Di., 16.01. - 18.06.2024

09:00 - 09:45 Uhr

**F8533-204 | € 64,00**

Di., 16.01. - 18.06.2024

11:00 - 11:45 Uhr

Birgitta Gatz

Familienzentrum  
Dieselstrasse  
Dieselstr. 66-70  
47166 Duisburg  
Ansprechpartnerin  
Frau Haasler  
0203 5785660

**Hoola dich fit!****F8333-030 | gebührenfrei**

Fr., 01.03. - 19.04.2024

09:00 - 10:00 Uhr

Lassdichbewegen

Haus der Familie  
Am Kirchplatz 10  
47475 Kamp-Lintfort  
02842 9112-0

**Bewegung macht Spaß****F8533-012 | € 64,00**

Mo., 15.01. - 24.06.2024

08:30 - 09:15 Uhr

Hannelore Kaudelka

**Men Fit 60plus****F8533-013 | € 51,20**

Mo., 15.01. - 24.06.2024

15:00 - 15:45 Uhr

Ute Kößlinger

**Hockergymnastik****F8533-014 | € 51,20**

Mo., 15.01. - 24.06.2024

16:00 - 16:45 Uhr

Ute Kößlinger

**Fit werden und fit bleiben !****F8533-016 | € 64,00**

Mo., 15.01. - 24.06.2024

17:15 - 18:00 Uhr

Martina Gerhards

**In Bewegung kommen !****F8533-017 | € 64,00**

Mo., 15.01. - 24.06.2024

18:00 - 18:45 Uhr

Martina Gerhards

**Pilates****F8533-020 | € 96,00**

Mo., 15.01. - 24.06.2024

19:15 - 20:00 Uhr

Weronika Schulz





**Body Shaping**

mit Latin Dance

**F8533-024 | € 115,60**

Di., 06.02. - 18.06.2024

09:00 - 10:30 Uhr

Angelika Soremsky

**Hockergymnastik**

**F8533-015 | € 67,20**

Di., 16.01. - 25.06.2024

11:15 - 12:15 Uhr

Ute Kößlinger

**XXL Sport**

**F8533-034 | € 40,50**

Di., 23.01. - 19.03.2024

17:00 - 17:45 Uhr

**F8533-035 | € 45,00**

Di., 09.04. - 18.06.2024

17:00 - 17:45 Uhr

Jadranka Rönicke

**Pilates für Senioren**

**F8533-021 | € 100,80**

Di., 16.01. - 25.06.2024

18:00 - 18:45 Uhr

Weronika Schulz

Standort Wesel

Martinstraße 9

46483 Wesel

0281 460964-0

**Wirbelsäulengymnastik  
für Frauen und Männer**

**F8533-307 | € 76,00**

Mo., 15.01. - 24.06.2024

09:00 - 10:00 Uhr

**F8533-308 | € 76,00**

Mo., 15.01. - 24.06.2024

15:30 - 16:30 Uhr

Brigitte Gottschalk

**Body Shape - bringt  
Deinen Körper in Form**

**F8533-306 | € 86,00**

Mo., 15.01. - 24.06.2024

18:45 - 19:45 Uhr

Sabine Johland

**Fitness für Frauen aller  
Altersgruppen**

**F8533-319 | € 50,00**

Di., 09.01. - 12.03.2024

18:15 - 19:15 Uhr

**F8533-320 | € 50,00**

Di., 23.04. - 02.07.2024

18:15 - 19:15 Uhr

Frauke Kirstein

**Ganzheitliches  
Fitnessstraining für  
jedermann**

**F8533-302 | € 70,00**

Mi., 17.01. - 26.06.2024

18:00 - 18:45 Uhr

Beate Bußmann

**Step-Aerobic und Workout**

**F8533-303 | € 140,00**

Mi., 17.01. - 26.06.2024

19:00 - 20:30 Uhr

Beate Bußmann

**Gesundheitsfördernde  
Gymnastik für den ganzen  
Körper**

Mobil und beweglich werden  
und bleiben für Frauen und

Männer ab 50 Jahren

**F8533-314 | € 65,55**

Do., 18.01. - 27.06.2024

09:00 - 09:45 Uhr

**F8533-315 | € 65,55**

Do., 18.01. - 27.06.2024

10:00 - 10:45 Uhr

Beate Kolb

**Pilates für Senioren**

**F8533-309 | € 72,20**

Do., 18.01. - 27.06.2024

11:00 - 12:00 Uhr

Brigitte Gottschalk

**Zu neuer Beweglichkeit  
finden - auch für Menschen  
mit körperlichen  
Einschränkungen**

Mobil und beweglich werden  
und bleiben, auch mit  
Gelenksbeschwerden

**F8533-316 | € 87,40**

Do., 18.01. - 27.06.2024

17:00 - 18:00 Uhr

Beate Kolb

**Gymnastik-Mix**

**F8533-317 | € 63,00**

Fr., 19.01. - 21.06.2024

08:30 - 09:15 Uhr

Anja van Bruck

Erich-Kästner-Schule

Rheinbabenstr. 2

46483 Wesel

Ansprechpartner

Kath. Bildungsforum

0281 460964-0

**Gymnastik für mich  
- für Frauen**

Abschalten, Wohlfühlen,  
Kraft tanken

**F8533-318 | € 80,50**

Mi., 10.01. - 03.07.2024

19:15 - 20:15 Uhr

Walburga Kalus



FITNESS UND BEWEGUNG

ZOOM-online  
Ansprechpartner  
Kath. Bildungsforum  
0281 460964-0



ZUMBA®Fitness am Abend - online

Durch Bewegung mit Spaß zur Fitness

**F8533-310 | € 39,60**

Mo., 15.01. - 18.03.2024  
20:00 - 21:00 Uhr

**F8533-311 | € 48,40**

Mo., 08.04. - 24.06.2024  
20:00 - 21:00 Uhr

Fitnessstudio clever fit  
Schepersweg 73  
46485 Wesel  
Ansprechpartner  
Kath. Bildungsforum  
0281 460964-0

ZUMBA®Gold am Nachmittag - Zumba® für Junggebliebene!

Geeignet für jede/n als einfachen Einstieg in Bewegung und Fitness.

**F8533-312 | € 29,70**

Di., 16.01. - 19.03.2024  
16:00 - 16:45 Uhr

**F8533-313 | € 36,30**

Di., 09.04. - 25.06.2024  
16:00 - 16:45 Uhr

Julia Bienen

Hundertwasserschule  
Ernst-Moritz-Arndt-Str.  
47506 Neukirchen-Vluyn  
Ansprechpartner  
Kath. Bildungsforum  
02842 9112-0

Gymnastik in Neukirchen-Vluyn

**F8533-301 | € 67,20**

Di., 16.01. - 25.06.2024  
18:00 - 18:45 Uhr

Irene Cyl-Michalak

Mehrzweckhalle  
Steinstraße  
46562 Voerde  
Ansprechpartner  
Kath. Bildungsforum  
0281 460964-0

Gymnastik für Damen Aktiv und beweglich mit 60+

**F8533-404 | € 56,00**

Di., 16.01. - 19.03.2024  
16:00 - 17:30 Uhr

**F8533-405 | € 61,60**

Di., 09.04. - 25.06.2024  
16:00 - 17:30 Uhr

Ingrid Parlow-Maletzki

Osteoporose-Sport **F8533-400 | € 59,40**

Mo., 22.01. - 24.06.2024  
16:00 - 17:00 Uhr

Heidi Hegemann

Barbarahaus  
Leitkamp 11  
46562 Voerde  
Ansprechpartner  
Kath. Bildungsforum  
0281 460964-0

Rücken - Fit - Wirbelsäulenschonende Gymnastik

**F8533-403 | € 39,60**

Mo., 26.02. - 10.06.2024  
15:30 - 16:30 Uhr

Karin Pfeiffer

Pfarrheim St. Peter  
Mehrumer Str. 10  
46562 Voerde  
Ansprechpartner  
Kath. Bildungsforum  
0281 460964-0

Seniorentanzgruppe

Tanzen ist wie Medizin, es hilft gegen alles!

**F8533-406 | gebührenfrei**

Di., 16.01. - 25.06.2024  
15:00 - 16:30 Uhr

Irmgard Jordans

Kath. Grundschule Birten  
Römerstr. 14  
46509 Xanten  
Ansprechpartner  
Kath. Bildungsforum  
02842 9112-0

Wirbelsäulengymnastik zur Vorbeugung, Kräftigung, Mobilisierung und Entspannung

**F8533-206 | € 51,80**

Do., 18.01. - 27.06.2024  
17:30 - 18:15 Uhr

**F8533-207 | € 103,60**

Do., 18.01. - 27.06.2024  
18:30 - 20:00 Uhr

Helga Freimuth-Rohleder

**ERNÄHRUNG**

Standort Duisburg-West  
Händelstraße 16  
47226 Duisburg  
02065 901334-0



**Vegetarisch indisch**  
**F8734-102 | € 38,40**

inkl. 18,00 €  
Lebensmittelumlage  
Sa., 27.01.2024  
17:00 - 21:30 Uhr  
Andrea Schäfer

**Schwedische Küche**  
**F8734-103 | € 35,00**

inkl. 18,00 €  
Lebensmittelumlage  
Fr., 23.02.2024  
18:00 - 21:45 Uhr  
Andrea Schäfer

**Backwahn International**  
**F8734-104 | € 35,00**

inkl. 18,00 €  
Lebensmittelumlage  
Fr., 15.03.2024  
18:00 - 21:45 Uhr  
Andrea Schäfer

**Italienisches Ostermenü**  
**F8734-100 | € 34,00**

inkl. 17,00 €  
Lebensmittelumlage  
Sa., 16.03.2024  
11:00 - 14:45 Uhr  
Incoronata Gemma

**Vegetarisches Frühjahr**  
**F8734-105 | € 35,00**

inkl. 18,00 €  
Lebensmittelumlage  
Sa., 20.04.2024  
17:00 - 20:45 Uhr  
Andrea Schäfer

**Kräuterhexe - Kochen mit**  
**frischen Kräutern**

**8734-106 | € 35,00**  
inkl. 18,00 €  
Lebensmittelumlage  
Fr., 24.05.2024  
18:00 - 21:45 Uhr  
Andrea Schäfer

**Pasta und Pizza**  
**F8734-101 | € 32,00**

inkl. 15,00 €  
Lebensmittelumlage  
Sa., 08.06.2024  
11:00 - 14:45 Uhr  
Incoronata Gemma

**Kochen wie im Süden**  
**Frankreichs - die Provence**  
**F8734-107 | € 35,00**

inkl. 18,00 €  
Lebensmittelumlage  
Sa., 22.06.2024  
17:00 - 20:45 Uhr  
Andrea Schäfer



**Kochevent für feste**  
**Gruppen**  
**Gestaltung und Termin auf**  
**Anfrage**  
**Ansprechpartnerin**  
**Regina Möllengraf**  
**02842 9112-22**  
**F8734-108 | € 220,00**  
**zzgl. Lebensmittelumlage**

Familienzentrum St. Peter in  
den Haesen  
Friedhofsallee 114  
47198 Duisburg  
Ansprechpartner  
Familienzentrum St. Peter  
i.d. Haesen  
Frau Böskens  
02066 34642

**Elternkochzeit**  
**- Made in Japan**  
**F8334-024 |**  
Mi., 13.03.2024  
19:00 - 22:00 Uhr

**- Fingerfood - Von der Hand**  
**in den Mund**  
**F8334-022 |**  
Mi., 17.01.2024  
19:00 - 22:00 Uhr

**- Hola Espana - Spanien**  
**vom Feinsten**  
**F8334-023 |**  
Mi., 14.02.2024  
19:00 - 22:00 Uhr

**- Griechische Küche**  
**F8334-025 |**  
Mi., 17.04.2024  
19:00 - 22:00 Uhr

**- Spargel**  
**F8334-026 |**  
Mi., 15.05.2024  
19:00 - 22:00 Uhr  
Britta Winkelhorst

Familienzentrum  
St. Johannes  
Marienstraße 13  
47198 Duisburg  
Ansprechpartner  
Familienzentrum  
St. Johannes  
Frau Schiffer  
02066 55181

**Elternkochzeit**  
**- Mexikanische Küche**  
**F8334-021 |**  
Di., 23.04.2024  
19:00 - 22:00 Uhr  
Britta Winkelhorst

**ERNÄHRUNG**

Haus der Familie  
Am Kirchplatz 10  
47475 Kamp-Lintfort  
02842 9112-0

**Wok-Küche - leicht, knackig und lecker**

**F8734-207 | € 38,00**

inkl. 23,00 €  
Lebensmittelumlage  
Mi., 17.01.2024  
18:00 - 21:45 Uhr  
Yanti Susanti Güttler



**"Die Welt der 1001 TAPAS"**

Gebühr inkl. 22,00 €  
Lebensmittelumlage  
**F8734-202 | € 37,00**

Fr., 24.05.2024  
18:00 - 21:45 Uhr  
Ana Maria Delgado Alvarez

**Liebe geht durch den Magen**

**F8734-203 | € 37,00**

inkl. 22,00 €  
Lebensmittelumlage  
Fr., 09.02.2024  
18:00 - 21:45 Uhr  
Ana Maria Delgado Alvarez

**Die Küche der Karibik**

**F8734-209 | € 38,00**

inkl. 23,00 €  
Lebensmittelumlage  
Mi., 28.02.2024

**F8734-208 | € 38,00**

inkl. 23,00 €  
Lebensmittelumlage  
Mi., 05.06.2024  
18:00 - 21:45 Uhr  
Yanti Susanti Güttler

**Finger Food Asia - asiatische Tapas**

**F8734-206 | € 38,00**

inkl. 23,00 €  
Lebensmittelumlage  
Mi., 17.04.2024  
18:00 - 21:45 Uhr  
Yanti Susanti Güttler

**Paella, Tortilla und mehr**

**F8734-204 | € 37,00**

inkl. 22,00 €  
Lebensmittelumlage  
Fr., 19.04.2024  
18:00 - 21:45 Uhr  
Ana Maria Delgado Alvarez

**Spanische Sommerküche - leicht und lecker**

**F8734-205 | € 37,00**

inkl. 22,00 €  
Lebensmittelumlage  
Fr., 21.06.2024  
18:00 - 21:45 Uhr  
Ana Maria Delgado Alvarez

Familienzentrum  
Tausendfüßler  
Moerser Str. 163  
47475 Kamp-Lintfort  
Ansprechpartner  
Familienzentrum  
Tausendfüßler  
02842 13186

**Kochevent mit Eltern**

**F8334-028 |**  
Di., 04.06.2024  
18:00 - 21:00 Uhr  
Sebastian Birnbaum

Familienzentrum Wirbelwind  
Vinnstraße 38  
47475 Kamp-Lintfort  
Ansprechpartnerin  
Alexandra Krause  
02842 1711

**Kochevent mit Eltern**

**F8334-027 |**  
Mi., 22.05.2024  
18:00 - 21:00 Uhr  
Sebastian Birnbaum



**Whisky-Tasting, der feinen Art Neue Abfüllungen aus Deutschland, Irland und Schottland.**

inkl. 22,00 € für die hochwertigen Whiskys und den Snack, Wasser und Brot wird bereitgestellt.  
**F8734-002 | € 48,00**  
Fr., 23.02.2024  
19:00 - 22:00 Uhr  
Lothar Kuntze

Standort Kamp-Lintfort - Haus der Familie - Kirchplatz 10  
Standort Wesel - Martinistraße 9



**Kochevent für feste Gruppen**

Gestaltung und Termin auf Anfrage  
Ansprechpartnerin  
Regina Möllengraf  
02842 9112-22  
**F8734-210 | € 195,00**  
**F8734-306 | € 195,00**  
zzgl. Lebensmittelumlage

Standort Wesel  
Martinistraße 9  
46483 Wesel  
0281 460964-0

**Skandinavische Küche**

**F8734-304 | € 37,50**

inkl. 20,00 €  
Lebensmittelkosten  
Mi., 24.01.2024  
19:00 - 22:45 Uhr  
Gaby Puschmann

**One Pot**

**F8734-305 | € 37,50**

inkl. 20,00 €  
Lebensmittelkosten  
Mi., 07.02.2024  
19:00 - 22:45 Uhr  
Gaby Puschmann

**Herzgesund kochen!**

**F8734-303 | € 41,50**

inkl. 18,00 €  
Lebensmittelumlage  
Do., 11.04.2024  
18:00 - 21:45 Uhr  
Anne Christin Sauer

**Kochen - für starke Knochen**

**F8734-301 | € 41,50**

inkl. 18,00 €  
Lebensmittelumlage  
Do., 25.04.2024  
18:00 - 21:45 Uhr  
Anne Christin Sauer

Kath. Kindertagesstätte  
St. Jakobus  
Baßfeldshof 16a  
46537 Dinslaken  
Ansprechpartner  
Familienzentrum  
Frau Julia Peters  
0157 36213342  
fz-vincentius@mail.de

**Pralinen - selbst hergestellt -**

**Süße Köstlichkeiten zum**

**Verschenken**

**F8334-500 |**

Termin wird rechtzeitig  
bekanntgegeben  
18:00 - 21:45 Uhr  
Regina Möllengraf

Forum Brünen  
Jahnstr. 5  
46499 Hamminkeln  
Ansprechpartnerin  
Gaby Puschmann  
02871 186436  
(Anrufbeantworter)  
g-puschmann@gmx.de



**Tapas, Mezze, Antipasti**

**F8734-400 | € 12,00**

zzgl. Lebensmittelkosten  
Mi., 17.01.2024  
19:00 - 22:00 Uhr  
Gaby Puschmann

**Genuss vom Blech -**

**Pikante Kuchen**

**F8734-401 | € 12,00**

zzgl. Lebensmittelkosten  
Mi., 21.02.2024  
19:00 - 22:00 Uhr  
Gaby Puschmann

**Pastahits**

**F8734-402 | € 12,00**

zzgl. Lebensmittelkosten  
Mi., 20.03.2024  
19:00 - 22:00 Uhr  
Gaby Puschmann

**AUS- UND  
WEITERBILDUNG**

Haus der Familie  
Kirchplatz 10  
47475 Kamp-Lintfort  
02842 9112-0

**Supervision für Kidix-**

**Referentinnen**

**F8941-201 | gebührenfrei**

Mi., 21.02.2024  
17:00 - 19:00 Uhr  
Regina Schneider

**UNSER GESAMTES  
ANGEBOT  
FINDEN SIE AUF  
UNSERER  
HOMEPAGE  
WWW.BILDUNG-IM-  
FORUM.DE**



**AUS- UND WEITERBILDUNG**

Standort Wesel  
Martinistraße 9  
46483 Wesel  
0281 460964-0

**Verschnupft ?! - Vom Schnupfen und anderen Kinderkrankheiten - Fortbildung für pädagogisches Fachpersonal**  
**F8941-002 | € 55,00**

Sa., 27.01.2024  
09:30 - 13:00 Uhr  
Heike Wolff

**Entdecke die zauberhafte Welt der Sprachförderung - Fortbildung**  
**F8941-001 | € 84,00**

Sa., 02.03.2024  
09:00 - 16:00 Uhr  
Eva Steinbrink

**Tanz, Bewegung und Musik in der Kindertagespflege - Fortbildung**  
**F8941-003 | € 84,00**

Sa., 25.05.2024  
09:00 - 16:00 Uhr  
Eva Steinbrink

Familienzentrum  
KiTa St. Michael  
Schulstr. 57  
46519 Alpen  
Ansprechpartner  
Familienzentrum St. Michael  
02802 3202

**Ruheinseln im Alltag schaffen - Fortbildung für Erzieherinnen**  
**F8341-600 |**

Di., 05.03.2024  
14:30 - 16:45 Uhr  
Roswitha Bannert-Schlabes

FZ Marienkindergarten  
Memellandstr. 7  
46562 Voerde  
Ansprechpartner Kath.  
Familienzentrum Voerde  
Marienkindergarten  
02855 4008

**Teamfortbildung: 'All Inclusive' nicht nur Integration, sondern auch Inklusion**  
**F8341-400 |**

Mo., 29.01.2024  
08:00 - 15:30 Uhr  
Heike Wolff

Kath. Kindertagesstätte  
St. Nikolaus Martinistraße  
Gerhard-Storm-Stiege 4  
46483 Wesel  
Ansprechpartner  
Familienzentrum  
Martinistraße  
0281 3002669-761

**Interne Teamfortbildung zum Thema: Diversität - Interkulturelles**  
**F8341-102 |**

Termin wird rechtzeitig bekanntgegeben  
14:00 - 15:30 Uhr  
Heike Wolff

Kath. Kindertagesstätte  
St. Nikolaus Blumenkamp  
Feuerdornstr. 20  
46487 Wesel  
Ansprechpartner  
Kath. Kindertagesstätte  
St. Nikolaus Blumenkamp  
0281 3002669-720

**Interne Teamfortbildung zum Thema: Autismus - Was ist eine autistische Spektrumsstörung ?**  
**F8341-101 |**

Termin wird rechtzeitig bekanntgegeben  
16:15 - 18:30 Uhr  
Heike Wolff

**QUALIFIZIERUNG VON EHRENAMTLICHEN**

Ansprechpartner  
Markus Kuhlmann  
02842 9112-0

Haus der Familie  
Kirchplatz 10  
47475 Kamp-Lintfort

**Präventionsschulung 6h Sexuelle Bildung (Auffrischung)**  
**F8242-001 | gebührenfrei**

Di., 07.05.2024  
09:30 - 15:30 Uhr  
Markus Kuhlmann

Gemeinschaftsgrundschule  
Alpen

**Präventionsschulung inkl. Einführung ISK**  
**F8242-003 | gebührenfrei**

Mo., 26.02.2024  
08:00 - 16:00 Uhr  
Markus Kuhlmann

Pfarrheim  
St. Maria Magdalena  
Herrenstraße 42  
47665 Sonsbeck

**Präventionsschulung für ehrenamtlich Tätige und Interessierte**

**- Basisschulung 6 h -**  
**F8242-006 | gebührenfrei**  
Sa., 20.01.2024

10:00 - 17:00 Uhr  
Claudia Fuest



Katholische  
Kirchengemeinde St. Peter  
Lange Str. 2  
47228 Duisburg

**Präventionsschulung für  
Pädagogisches Personal und  
Interessierte**  
"Hinsehen und Schützen" -  
Auffrischung 6 h  
- Kita St. Peter und  
Christus König - Duisburg  
F8242-005 | gebührenfrei  
Fr., 16.02.2024  
09:00 - 16:00 Uhr

Alexandra Van Holt-Nicot  
Sonja Fellner

Katholischer Kindergarten  
St. Peter  
Schwarzenberger Str. 47a  
47226 Duisburg

**Präventionsschulung für  
Pädagogisches Personal und  
Interessierte**  
"Hinsehen und Schützen" -  
Basisschulung 12 h  
- Kita St. Peter - Duisburg  
F8242-004 | gebührenfrei  
Fr., 19.01. - 20.01.2024  
09:00 - 16:00 Uhr  
Alexandra Van Holt-Nicot  
Sonja Fellner

## EDV



**Bitte bringen sie ihr eigenes  
Android-Smartphone/Tablet  
mit.**

Standort Duisburg-West  
Händelstraße 16  
47226 Duisburg  
02065 901334-0

**Android-Smartphone/Tablet  
- Grundlagen für die ältere  
Generation**  
F8943-007 | € 69,60  
Mi., 17.01. - 07.02.2024  
09:30 - 12:00 Uhr

F8943-008 | € 69,60  
Mi., 05.06. - 26.06.2024  
09:30 - 12:00 Uhr  
Friedrich Sievert

**Android-Smartphone/Tablet  
- Folgekurs für die ältere  
Generation**  
F8943-009 | € 52,20  
Mi., 10.04. - 24.04.2024  
09:30 - 12:00 Uhr  
Friedrich Sievert

**Internet - Einführung für die  
ältere Generation**  
F8943-011 | € 52,20  
Mi., 14.02. - 28.02.2024  
09:30 - 12:00 Uhr  
Friedrich Sievert

**Facebook - Einführung für die  
ältere Generation**  
F8943-012 | € 52,20  
Mi., 06.03. - 20.03.2024  
09:30 - 12:00 Uhr  
Friedrich Sievert

**Interessante und nützliche  
Apps für Senioren mit einem  
Android Smartphone**  
F8943-010 | € 34,80  
Mi., 08.05. - 15.05.2024  
09:30 - 12:00 Uhr  
Friedrich Sievert

Haus der Familie  
Kirchplatz 10  
47475 Kamp-Lintfort  
02842 9112-0

**Android-Smartphone/Tablet  
- Grundlagen für die ältere  
Generation**  
F8943-200 | € 64,20  
Di., 16.01. - 06.02.2024  
13:30 - 16:00 Uhr  
F8943-201 | € 64,20  
Di., 04.06. - 25.06.2024  
13:30 - 16:00 Uhr  
Friedrich Sievert

**Android-Smartphone/Tablet  
- Folgekurs für die ältere  
Generation**  
F8943-202 | € 64,20  
Di., 09.04. - 30.04.2024  
13:30 - 16:00 Uhr  
Friedrich Sievert

**Internet - Einführung für die  
ältere Generation**  
F8943-203 | € 48,15  
Di., 13.02. - 27.02.2024  
13:30 - 16:00 Uhr  
Friedrich Sievert

**Facebook - Einführung für die  
ältere Generation**  
F8943-204 | € 48,15  
Di., 05.03. - 19.03.2024  
13:30 - 16:00 Uhr  
Friedrich Sievert

**Interessante und nützliche  
Apps für Senioren mit einem  
Android Smartphone**  
F8943-205 | € 32,10  
Di., 07.05. - 14.05.2024  
13:30 - 16:00 Uhr  
Friedrich Sievert

## EDV

Pfarrheim St. Peter  
 Pastor-Bergmann-Str. 32  
 46487 Wesel  
 Ansprechpartner  
 Kath. Bildungsforum  
 0281 460964-0



### Android-Smartphone/Tablet Grundlagen für die ältere Generation

**F8943-100 | € 80,40**  
 Fr., 19.01. - 09.02.2024  
 09:30 - 12:00 Uhr

**F8943-101 | € 80,40**  
 Fr., 07.06. - 28.06.2024  
 09:30 - 12:00 Uhr  
 Friedrich Sievert

### Android Smartphone/Tablet Folgekurs für die ältere Generation

F8943-102 | € 80,40  
 Fr., 12.04. - 03.05.2024  
 09:30 - 12:00 Uhr  
 Friedrich Sievert

### Internet - Einführung für die ältere Generation

F8943-104 | € 60,30  
 Fr., 16.02. - 01.03.2024  
 09:30 - 12:00 Uhr  
 Friedrich Sievert

### Facebook - Einführung für die ältere Generation

F8943-105 | € 60,30  
 Fr., 08.03. - 22.03.2024  
 09:30 - 12:00 Uhr  
 Friedrich Sievert

### Interessante und nützliche Apps für Senioren mit einem Android-Smartphone

F8943-103 | € 40,20  
 Fr., 17.05. - 24.05.2024  
 09:30 - 12:00 Uhr  
 Friedrich Sievert

Maximilian Kolbe Haus  
 Spellenerstr. 60  
 46562 Voerde  
 Ansprechpartner  
 Kath. Bildungsforum  
 0281 460964-0

### Senioren ins Netz (SiN) - Die Internetsprechstunde F8943-400 | gebührenfrei

Mi., 17.01. - 12.06.2024  
 15:00 - 17:00 Uhr  
 Rainer Reipert

## SPRACHEN

Standort Duisburg-West  
 Händelstraße 16  
 47226 Duisburg  
 02065 901334-0

### Englisch 60 + für Reise, Hobby und Alltag (Kenntnisse ca. 3 Jahre)

**F8944-007 | € 172,20**  
 Di., 16.01. - 25.06.2024  
 16:00 - 17:30 Uhr  
 Heike Gallus

### NEU Englisch für Wiedereinsteiger mit leicht fortgeschrittenen

**Kenntnissen**  
**F8944-008 | € 172,20**  
 Di., 16.01. - 25.06.2024  
 17:45 - 19:15 Uhr  
 Heike Gallus

### Brush up your English für Fortgeschrittene

F8944-025 | € 129,60  
 Mi., 24.01. - 12.06.2024  
 16:45 - 18:15 Uhr  
 Angelina Gossen



### Hello 60 + Basic English (Vorkenntnisse ca. 2 Jahre)

In entspannter Atmosphäre  
 bringen wir Ihnen die  
 englische Sprache näher.  
**F8944-009 | € 164,00**  
 Do., 18.01. - 27.06.2024  
 09:45 - 11:15 Uhr  
 Heike Gallus

### Englisch für Fortgeschrittene 60+ (mit ca. 5 Jahren Vorkenntnissen)

**F8944-010 | € 164,00**  
 Do., 18.01. - 27.06.2024  
 11:30 - 13:00 Uhr  
 Heike Gallus

### Französisch für Anfänger ohne Vorkenntnisse

**F8944-011 | € 73,00**  
 Di., 16.01. - 19.03.2024  
 09:30 - 11:00 Uhr  
**F8944-029 | € 73,00**  
 Di., 09.04. - 18.06.2024  
 09:30 - 11:00 Uhr

Ilka Hatscher

### Französisch für Anfänger mit geringen Vorkenntnissen

**F8944-012 | € 73,00**  
 Mi., 17.01. - 20.03.2024  
 11:00 - 12:30 Uhr  
**F8944-030 | € 73,00**  
 Mi., 10.04. - 19.06.2024  
 11:00 - 12:30 Uhr

Ilka Hatscher



**Schnupperkurs -  
Niederländisch Sprachkurs  
für Anfänger - A1  
F8944-032 | € 135,80**

Mo., 15.01. - 27.05.2024  
17:00 - 18:30 Uhr  
Sarah Jung

**Niederländisch Sprachkurs  
für Anfänger mit  
Grundkenntnissen - A2**

F8944-033 | € 135,80  
Mo., 15.01. - 27.05.2024  
18:45 - 20:15 Uhr  
Sarah Jung

**Bildungsurlaub -  
Intensivwoche  
Niederländisch für Anfänger  
ohne Vorkenntnisse**

**F8944-034 | € 168,00**  
**Mo., 04.03. - Fr., 08.03.2024**  
09:30 - 15:15 Uhr

**F8944-035 | € 168,00**  
Mo., 03.06. - Fr., 07.06.2024  
09:30 - 15:15 Uhr  
Sarah Jung

**Spanisch für Fortgeschrittene  
- A2**

**F8944-021 | € 164,00**  
Di., 16.01. - 18.06.2024  
15:30 - 17:00 Uhr  
Marylu Markshausen-Fischer

**Spanisch für Anfänger mit  
geringen Vorkenntnissen -A1**

**F8944-022 | € 147,60**  
Do., 18.01. - 20.06.2024  
15:30 - 17:00 Uhr  
Marylu Markshausen-Fischer

Haus der Familie  
Kirchplatz 10  
47475 Kamp-Lintfort  
02842 9112-0

**Englisch für Erwachsene mit  
Vorkenntnissen 60plus  
F8944-015 | € 79,20**

Mi., 17.01. - 24.04.2024  
15:00 - 16:30 Uhr  
Ingrid Schumann

**Englisch für Senioren mit  
mittleren Vorkenntnissen  
F8944-028 | € 59,40**

Mi., 17.01. - 20.03.2024  
10:00 - 11:30 Uhr  
Ingeborg Weyergang

**Cours de francais B1 -  
Französisch für  
Fortgeschrittene  
F8944-017 | € 132,00**

Mi., 17.01. - 26.06.2024  
18:30 - 20:00 Uhr  
Sylvie Hoffmann

**Cours de conversation -  
Französisch für  
Fortgeschrittene  
F8944-016 | € 132,00**

Fr., 19.01. - 28.06.2024  
09:30 - 11:00 Uhr  
Sylvie Hoffmann

**Italienisch für die Reise für  
Anfänger mit geringen  
Vorkenntnissen**

**F8944-013 | € 124,80**  
Di., 30.01. - 04.06.2024  
17:00 - 18:30 Uhr  
Paola Pusceddu Meisel

**Italienisch für Interessierte  
mit geringen Vorkenntnissen  
F8944-014 | € 124,80**

Di., 30.01. - 04.06.2024  
18:45 - 20:15 Uhr  
Paola Pusceddu Meisel

**Niederländisch für  
Fortgeschrittene  
"Onderweg in NL"  
F8944-018 | € 132,00**

Mo., 15.01. - 24.06.2024  
17:45 - 19:15 Uhr  
Jac Müller

**Niederländisch für Anfänger  
und für Anfänger mit  
geringen Vorkenntnissen  
"op Reis naar Nederland"  
F8944-019 | € 132,00**

Mo., 15.01. - 24.06.2024  
19:30 - 21:00 Uhr  
Jac Müller

**Spanisch - Wiederholen,  
festigen, sprechen...  
F8944-003 | € 68,40**

Mo., 15.01. - 18.03.2024  
10:00 - 11:30 Uhr  
**F8944-004 | € 76,00**  
Mo., 08.04. - 17.06.2024  
10:00 - 11:30 Uhr  
Ana Maria Delgado Alvarez

**Spanisch für Anfänger  
F8944-005 | € 68,40**

Mo., 15.01. - 18.03.2024  
11:30 - 13:00 Uhr  
**F8944-006 | € 76,00**  
Mo., 08.04. - 17.06.2024  
11:30 - 13:00 Uhr  
Ana Maria Delgado Alvarez

Standort Wesel  
Martinistraße 9  
46483 Wesel  
0281 460964-0

**Informationsveranstaltung  
zum Französischkurs für  
Einsteiger**

**F8944-024 | gebührenfrei**  
Di., 23.01.2024  
11:00 - 11:30 Uhr  
Nourhan Shanan

**Französisch für Einsteiger  
ohne Vorkenntnisse  
F8944-031 | € 57,60**

Di., 30.01. - 19.03.2024  
11:00 - 12:30 Uhr  
Nourhan Shanan

**Niederländisch A 2 -  
Niederländisch für  
Fortgeschrittene  
F8944-001 | € 147,00**

Mi., 17.01. - 26.06.2024  
18:30 - 20:00 Uhr  
Rainer Beckmann



## SPRACHEN

Pfarrheim St. Mariä-  
Himmelfahrt  
Schwanenhof 2  
46487 Wesel  
Ansprechpartner  
Kath. Bildungsforum  
0281 460964-0

**Englisch für Fortgeschrittene -  
Conversation Course**
**F8944-100 | € 60,00**

 Mi., 17.01. - 20.03.2024  
18:00 - 19:30 Uhr

**F8944-101 | € 54,00**

 Mi., 10.04. - 12.06.2024  
18:00 - 19:30 Uhr

Inge Puyn

Pfarrheim St. Maria  
Himmelfahrt  
Marienplatz 2  
46499 Hamminkeln  
Ansprechpartnerin Claudia  
Feldmann - Pfarrbüro  
mittwochs 9:30 - 12:00 Uhr /  
donnerstags 8:00 - 12:00  
Uhr: 02852 960809-410  
Privat: 02852 2010

**Englisch für Fortgeschrittene -  
Conversation Course**
**F8944-200 | € 54,00**

 Mo., 15.01. - 18.03.2024  
09:00 - 10:30 Uhr

**F8944-201 | € 60,00**

 Mo., 08.04.2024 - 17.06.2024  
09:00 - 10:30 Uhr

Inge Puyn

**Deutsch lernen!**
**Deutsch als  
Fremdsprache/  
Zweitsprache**

Sprach- und Integrations-  
kurse finden durch die  
Finanzierung des  
Bundesamtes für Migration  
und Flüchtlinge mit  
laufendem Beginn statt.

**Kursarten:**

Allgemeine Kurse und Kurse  
mit Alphabetisierung,  
Grund- und Wiederholer-  
kurse, jeweils mit  
Sprachniveau A1, A2 bis B1

**Ansprechpartner**
**Standort Kamp-Lintfort**

 Haus der Familie  
Kirchplatz 10

 Marlies Schmidt-Menke  
02842 9112-12

 schmidt-menke@bistum-  
muenster.de

**Standort Wesel**

 Katholisches Bildungsforum  
Martinstraße 9

 Rüdiger Frings  
0281 460964-16

 frings-r@bistum-  
muenster.de

Bitte nutzen Sie für den  
Standort Wesel auch die  
digitale Terminbuchung zur  
Anmeldung:  
[www.kbf.setmore.com](http://www.kbf.setmore.com)

## LITERATUR

Standort Wesel  
Martinstraße 9  
46483 Wesel  
0281 460964-0

**Literaturkreis für Frauen**

Ein Lese- und Gesprächsforum  
für alle literarisch  
Interessierten, die den  
Gedankenaustausch mit  
anderen Leserinnen suchen  
(Treffen 14-tägig)

**F8651-001 | € 71,50**

 Mi., 17.01. - 19.06.2024  
16:30 - 18:00 Uhr

Ute Heymann gen. Hagedorn

## MODE - DESIGN

Standort Duisburg-West  
Händelstraße 16  
47226 Duisburg  
02065 901334-0

**Einfach schnittig Nähkurs  
Montagabend**
**F8652-100 | € 220,00**

 Mo., 15.01. - 24.06.2024  
18:00 - 21:00 Uhr

Martina Stecker

**Selbst schneiden**
**F8652-101 | € 110,00**

 Mi., 17.01. - 20.03.2024  
17:00 - 20:00 Uhr

**F8652-102 | € 121,00**

 Mi., 10.04. - 26.06.2024  
17:00 - 20:00 Uhr

Kerstin Nickel

Haus der Familie  
Kirchplatz 10  
47475 Kamp-Lintfort  
02842 9112-0

**Kreatives Nähen**
**F8652-201 | € 176,70**

 Do., 18.01. - 27.06.2024  
09:00 - 11:15 Uhr

Susanne Zorychta

**Nachhaltiges Nähen**
**F8652-203 | € 70,20**

 Mi., 17.01. - 20.03.2024  
18:00 - 20:15 Uhr

**F8652-204 | € 85,80**

 Mi., 10.04. - 26.06.2024  
18:00 - 20:15 Uhr

Sigrid Strucken

**Nähen für Anfänger:innen**
**F8652-205 | € 70,20**

 Do., 18.01. - 21.03.2024  
18:00 - 20:15 Uhr

**F8652-206 | € 70,20**

 Do., 11.04. - 27.06.2024  
18:00 - 20:15 Uhr

Sigrid Strucken


**Schultüten nähen**
**F8652-207 | € 31,20**

 Mo., 04.03. - 18.03.2024  
18:00 - 21:00 Uhr

Sigrid Strucken



**Patchwork**

- **Weniger ist oft mehr**

**F8652-200 | € 142,80**

Di., 30.01. - 11.06.2024

18:45 - 21:00 Uhr

Ursula Mühling

**Begegnungsstätte**

Alte Scheune

Abteiplatz 25

47475 Kamp-Lintfort

Ansprechpartner

Kath. Bildungsforum

02842 9112-0

**Wochenend-Nähkurs**

**F8652-208 | € 58,00**

Fr., 26.01. - 28.01.2024

17:00 - 16:30 Uhr

Rita Kathage

**Nähen - ganz individuell**

**F8652-209 | € 54,60**

Di., 30.01. - 19.03.2024

19:00 - 21:15 Uhr

**F8652-210 | € 39,00**

Di., 09.04.2024 - 14.05.2024

19:00 - 21:15 Uhr

**F8652-211 | € 31,20**

Mi., 21.02. - 13.03.2024

19:30 - 21:45 Uhr

**F8652-212 | € 39,00**

Mi., 10.04. - 15.05.2024

19:30 - 21:45 Uhr

Rita Kathage

Standort Wesel  
Martinstraße 9  
46483 Wesel  
0281 460964-0

**Kreatives Nähen  
am Vormittag**

**F8652-300 | € 90,45**

Mo., 15.01. - 18.03.2024

09:00 - 11:15 Uhr

**F8652-301 | € 100,50**

Mo., 08.04. - 17.06.2024

09:00 - 11:15 Uhr

Simone Rösner

**Nähen am Vormittag**

**F8652-302 | € 93,00**

Di., 16.01. - 19.03.2024

09:00 - 11:15 Uhr

**F8652-303 | € 102,30**

Di., 09.04. - 25.06.2024

09:00 - 11:15 Uhr

Susanne Zorychta

**Nähen am Abend**

**F8652-304 | € 57,75**

Mo., 29.01. - 18.03.2024

18:00 - 20:15 Uhr

**F8652-305 | € 90,75**

Mo., 08.04. - 24.06.2024

18:00 - 20:15 Uhr

**F8652-306 | € 66,00**

Di., 30.01. - 19.03.2024

19:00 - 21:15 Uhr

**F8652-307 | € 90,75**

Di., 09.04. - 25.06.2024

19:00 - 21:15 Uhr

Monika Kuchenbecker

**Nähen für Anger:innen und  
Wiedereinsteiger:innen**

**F8652-312 | € 83,70**

Do., 18.01. - 21.03.2024

18:15 - 20:30 Uhr

**F8652-313 | € 102,30**

Do., 11.04. - 27.06.2024

18:15 - 20:30 Uhr

Ulrike Rittenauer

**Nähen für Kinder &  
Jugendliche ab 10 Jahren**

**F8817-005 | € 54,00**

Di., 23.01. - 27.02.2024

16:00 - 18:15 Uhr

**F8817-006 | € 54,00**

Di., 05.03. - 16.04.2024

16:00 - 18:15 Uhr

**F8817-007 | € 54,00**

Di., 23.04. - 28.05.2024

16:00 - 18:15 Uhr

Ulrike Rittenauer

**F8817-001 | € 75,60**

Do., 18.01. - 29.02.2024

16:00 - 18:15 Uhr

**F8817-002 | € 64,80**

Do., 14.03. - 02.05.2024

16:00 - 18:15 Uhr

**F8817-003 | € 64,80**

Do., 16.05. - 27.06.2024

16:00 - 18:15 Uhr

Bettina Langer

Pfarrheim Herz-Jesu  
Kirchstraße 278  
46539 Dinslaken  
Ansprechpartner  
Kath. Bildungsforum  
0281 460964-0

**Nähen für Anfängerinnen  
und Fortgeschrittene**

**F8652-500 | € 104,00**

Mi., 10.01. - 20.03.2024

19:00 - 22:00 Uhr

**F8652-501 | € 104,00**

Mi., 10.04. - 03.07.2024

19:00 - 22:00 Uhr

Marion Lindemans

Pfarrheim  
Römerstraße  
46509 Xanten  
Ansprechpartner  
Kath. Bildungsforum  
02842 9112-0

**Nähkurs Mode aktuell -  
selbst genäht**

**F8652-213 | € 42,00**

Di., 23.01. - 19.03.2024

19:30 - 21:45 Uhr

**F8652-214 | € 42,00**

Di., 16.04. - 11.06.2024

19:30 - 21:45 Uhr

Ruth Remy



KREATIVITÄT

Standort Duisburg-West  
Händelstraße 16  
47226 Duisburg  
02065 901334-0

**Acrylworkshop zur Osterzeit  
F8653-004 | € 68,40**

Mi., 10.04. - 12.04.2024  
17:00 - 20:00 Uhr

Christel Klarhöfer

**Acrylworkshop zur  
Sommerzeit  
F8653-002 | € 68,40**

Mo., 08.07. - 10.07.2024  
17:00 - 20:00 Uhr

Christel Klarhöfer



Haus der Familie  
Kirchplatz 10  
47475 Kamp-Lintfort  
02842 9112-0

**Aquarellmalen für Anfänger  
und Fortgeschrittene  
F8653-200 | € 83,70**

Mi., 17.01. - 20.03.2024  
18:00 - 20:15 Uhr

Ingrid Penders

**Moderne Bilder in Acryl  
- für Anfänger und  
Fortgeschrittene -  
F8653-203 | € 67,50**

Do., 25.01. - 07.03.2024  
18:00 - 20:15 Uhr

**F8653-204 | € 67,50**

Do., 11.04. - 16.05.2024  
18:30 - 20:45 Uhr

Renate Wischinski

Gesamtschule Niederberg -  
Kunstraum  
Tersteegenstr. 85  
47506 Neukirchen-Vluyn  
Ansprechpartner  
Kath. Bildungsforum  
02842 9112-0

**Aquarellmalen für Anfänger  
und Fortgeschrittene  
F8653-201 | € 93,00**

Do., 18.01. - 21.03.2024  
19:00 - 21:15 Uhr

Ingrid Penders

Standort Wesel  
Martinstraße 9  
46483 Wesel  
0281 460964-0

**Dekoratives mit Nadel  
und Faden  
F8652-310 | € 74,25**

Mi., 17.01. - 20.03.2024  
09:00 - 11:15 Uhr

**F8652-311 | € 90,75**

Mi., 10.04. - 26.06.2024  
09:00 - 11:15 Uhr

Luzia Hörnemann

**Korbflechten aus Weiden  
F8653-005 | € 36,00**

Sa., 24.02.2024  
10:00 - 16:30 Uhr

Margret Schiffer

**Weiden flechten - Projekte  
für den Garten  
F8653-006 | € 14,70**

Di., 05.03.2024  
19:00 - 21:15 Uhr

Margret Schiffer

**Tiffany - Technik - Glaskunst  
zum Verlieben und  
Verschenken  
F8653-001 | € 135,00**

Fr., 12.01. - 22.03.2024  
16:15 - 18:30 Uhr

Wilfried Bußkamp



**Kreativangebot einmal  
anders... für Gruppen  
F8653-007 | € 30,00/UE  
zzgl. Materialkosten  
Susanne Kern**

**Gemeinschaftsfahrt zur  
CREATIVA nach Dortmund  
F8653-003 |**

**Gebühr bitte erfragen**  
Fr., 22.03.2024

09:00 - 18:30 Uhr

Monika Kuchenbecker

**UNSER GESAMTES  
UND AKTUELLES  
ANGEBOT  
FINDEN SIE AUF  
UNSERER  
HOMEPAGE  
WWW.BILDUNG-IM-  
FORUM.DE**



# Herzliche Einladung

## *Interkulturelles Familienfest*

*Samstag, den 31. August 2024*

*Es erwartet Sie / Euch ein buntes Programm  
rund um das Haus der Familie  
Am Kirchplatz 10 | 47475 Kamp-Lintfort*





## Kinderkram (ver-)kaufen

# Kinderkleidung und Spielzeugmarkt

STANDORT DUISBURG-WEST  
HÄNDELSTRASSE 16 - 47226 DUISBURG

**SAMSTAG, 2. MÄRZ 2024**  
**10.00 - 13.00 UHR**

WEITERE INFORMATIONEN UND ANMELDUNG  
[WWW.BILDUNG-IM-FORUM.DE](http://WWW.BILDUNG-IM-FORUM.DE)  
KURS F8814-125 KINDERKRAM (VER-)KAUFEN

STANDORT KAMP-LINTFORT - HAUS DER FAMILIE  
KIRCHPLATZ 10 | 47475 KAMP-LINTFORT

**SAMSTAG, 20. APRIL 2024**  
**10.00 - 13.00 UHR**

WEITERE INFORMATIONEN UND ANMELDUNG  
[WWW.BILDUNG-IM-FORUM.DE](http://WWW.BILDUNG-IM-FORUM.DE)  
KURS F8814-234 KINDERKRAM (VER-)KAUFEN



**Kurse geben**

**Jetzt aktiv mitmachen**

**Wir suchen für Sofort Referenten auf Honorarbasis**

- DaZ-Kursleitungen
- Gymnastik/Fitness-Kurs (Rheinberg, Voerde, Wesel)
- Schwangerschaftsgymnastik (Hebamme)
- Eltern- und Kind-Entspannung
- Eltern- und Kind-Spielgruppe/Elternstart (Wesel, Büderich, Ginderich)
- Eltern- und Kind-Turnen
- Nähkurse
- Kochkurse/-events

**Gewusst wie ... Sie möchten Wissen weitergeben?**

Dann werden Sie Referent (m/w/d) im Katholischen Bildungsforum im Kreisdekanat Wesel  
 Bitte melde Dich / melden Sie sich unter Telefon 02842 9112-0 oder  
 E-Mail [kbf-kd-wesel-zv@bistum-muenster.de](mailto:kbf-kd-wesel-zv@bistum-muenster.de) – Wir freuen uns auf Dich.

**Katholisches Bildungsforum im Kreisdekanat Wesel**  
**Standort Duisburg | Händelstraße 16 | 47226 Duisburg**  
**Standort Kamp-Lintfort - Haus der Familie | Kirchplatz 10 | 47475 Kamp-Lintfort**  
**Standort Wesel | Martinistraße 9 | 46483 Wesel**

**www.bildung-im-forum.de**  
**kbk-kd-wesel-zv@bistum-muenster.de**  
**Fon 02842 9112-0**

**Büro- und Beratungszeiten:**  
**Montag bis Freitag 9.00 - 12.00 Uhr**  
**Montag bis Donnerstag 15.00 - 18.00 Uhr**  
**In den NRW Ferien 9.00 - 12.00 Uhr**  
**(Änderungen vorbehalten)**

**Impressum/Herausgeber/Verwaltungssitz**  
**Katholisches Bildungsforum**  
**im Kreisdekanat Wesel**  
**Kirchplatz 10-12**  
**47475 Kamp-Lintfort**

**Redaktion**  
**Dorothe Jaehner**  
**Sabine Lipiak**  
**Markus Kuhlmann**

**Bildquellen: pixabay.com**  
**fotolia.com, Istock, pixelio.de**  
**Eigentum der Einrichtung**

**Dieses Druckerzeugnis wurde klimaneutral hergestellt.**

