

DRK-Kreisverband Krefeld e. V.

DRK Familienbildungswerk Krefeld

Programm 2023



Familie im Mittelpunkt

Das Familienbildungswerk

Deutsches Rotes Kreuz Kreisverband Krefeld e.V.

Uerdinger Straße 609 47800 Krefeld



Foto: Nadja Joppen, 2021

Es heißt Sie herzlich willkommen:

Irina Osthoff

Leitung des Familienbildungswerkes

Jennifer Winkmann

Verwaltungsmitarbeiterin

Telefon: 02151 / 53 96 12

E-Mail: familienbildung@drk-krefeld.de

Sie erreichen uns:

Mo – Do 09:00-12:30 Uhr

13:30-16:00 Uhr

Fr 09:00-12:00 Uhr

Liebe Kursteilnehmer und Kursteilnehmerinnen,

wir freuen uns Ihnen auch für das Jahr 2023 ein buntes Angebot für die gesamte Familie anbieten zu können.

Neben vielen bereits bekannten Kursen finden Sie auch einige neue Angebote in unserem Kursprogramm. So wurde der Eltern-Kind-Bereich noch weiter ausgebaut. Wir freuen uns im kommenden Jahr auch vermehrt Vater-Kind-Angebote mit anbieten zu können.

Weiterhin freuen wir uns aufgrund der EFRE-Förderung einige unserer Kurse zusätzlich auch Online oder in hybrider Form anbieten zu können.

Achten Sie hierfür auf das @-Zeichen in der Kursbeschreibung oder sprechen Sie uns direkt an.

Ich freue mich auf ein abwechslungsreiches und freudebringendes Jahr 2023 mit Ihnen.

Herzliche Grüße

Ihre

Irina Osthoff



Qualitätsentwicklung im FBW

Qualitätsentwicklung und Verbundzertifizierung in der DRK-Landesarbeitskreis der Familienbildung

Das Familienbildungswerk ist über die Landesarbeitsgemeinschaft Familienbildung NRW im April 2022 für weitere drei Jahre durch die European Foundation for Quality Management (EFQM) zertifiziert worden.

Die stetige Weiterentwicklung unserer Einrichtung ist uns sehr wichtig. Deswegen freuen wir uns über jedes Lob, jede Anregung, jede Kritik.

Sprechen Sie uns dazu gerne an oder nutzen Sie unsere ausgelegten Fragebögen für eine Rückmeldung.



Veranstaltungsorte

DRK-Zentrum	Uerdinger Straße 609 Krefeld Bockum
Lehrschwimmbad	Stettiner Straße 1 Krefeld Gartenstadt
Saal an der	Zugang Mariannenstraße
Friedenskirche	Krefeld Stadtmitte
Kindertagesstätte	Remscheider Str. 4
Remscheider Str.	Krefeld Fischeln

Ev. Familienzentrum	Germaniastr. 135	
der Christuskirche	Krefeld Bockum	
Integratives Familien	Am Wallgarten 15	
Zentrum St. Peter	Krefeld Uerdingen	
Ev. Familienzentrum	Kölner Str. 480	
der Markuskirche	Krefeld Fischeln	
Familienzentrum	Verberger Str. 23	
Verberger Str.	Krefeld Bockum	
Lehrschwimmbad	Danziger Platz 1	
	Krefeld Linn	
Badezentrum Bockum	Am Badezentrum 2	
	Krefeld Bockum	

Teilnahmegebühren

... entrichten Sie bitte bis 10 Tage nach der Anmeldung:

Durch Überweisung auf unser Konto

IBAN: DF07 3205 0000 0048 0005 66

BIC: SPKRDF33

Persönlich im Büro

Die Kursgebühr muss **vor** Kursbeginn entrichtet werden, da sonst der Anspruch auf den Kursplatz verfällt.

Bitte geben Sie bei Überweisungen die entsprechende Kursnummer an. Eine **Rückzahlung** des Betrages kann nur bei Ausfall der Veranstaltung erfolgen.

Weitere Kursangebote

Neben den hier abgedruckten Kursen sind weitere Angebote für das Jahr 2023 in Planung.

Vereinzelt werden weitere Termine zu den angebotenen Kursen in den kommenden Monaten veröffentlicht.

Bitte beachten Sie dazu unsere Aushänge, Website, Social Media Kanäle und Informationen in der örtlichen Presse.

Wichtige Informationen

Unsere Allgemeinen Geschäftsbedingungen (AGB) sowie unsere Datenschutzbestimmungen finden Sie am Ende des Programmheftes.

Das Familienbildungswerk (FBW) des Deutschen Roten Kreuzes, Kreisverband Krefeld e.V., ist eine anerkannte Einrichtung nach dem 1. Weiterbildungsgesetz in NRW.

An den Veranstaltungen des FBW können alle Interessierten teilnehmen.

Die Kurse können nur bei mindestens 10 Teilnehmenden durchgeführt werden.

Die Aufnahme erfolgt bei Kursen mit beschränkter Teilnehmendenzahl in der Reihenfolge Ihres Eintreffens.

Bei großer Nachfrage können Kurse geteilt oder Ausweichtermine angeboten werden.

Bei besonderem Interesse können weitere Kurse und Veranstaltungen eingerichtet werden.

Eine Unterrichtsstunde umfasst 45 Minuten.

Für Schäden und Verluste jeder Art kann keine Haftung übernommen werden.

Änderungen der Kursausschreibung behalten wir uns vor. Beachten Sie bitte auch die Ankündigungen in der örtlichen Presse und in den Schaukästen.

Ein späterer Einstieg in die Kurse kann nach Absprache möglich sein. Eine entsprechende Kursgebührenermäßigung liegt im Ermessen des FBW.

Private Ausfallzeiten können bei den Kursgebühren nicht berücksichtigt werden.

Druckfehler im Programmheft entbinden nicht von der Zahlung der tatsächlichen Kursgebühr.

Abmeldungen sind nur bis 10 Tage vor Kursbeginn möglich.

Kursgebührenermäßigung

Durch das Sonderförderungsprogramm des Landes Nordrhein-Westfalen können wir bestimmten Personengruppen in besonderen Situationen eine Kursgebührenermäßigung je nach Art des jeweiligen Kurses gewähren.

Eine Kursgebührenermäßigung kann jedoch nur so lange gewährt werden, wie die zugeteilten Mittel ausreichen.

Zielgruppen können sein:

- Familien aus sozialen Brennpunkten oder aus Gebieten mit unterdurchschnittlicher Infra- und Sozialstruktur.
- Sozialhilfeempfangende und deren Familien
- Arbeitslose/Kurzarbeitende und deren Familien
- Ein-Eltern-Familien
- Familien mit Behinderten und Suchtkranken
- Familien mit drei oder mehr Kindern
- Familien mit Zuwanderungshintergrund und Aussiedler
- Von Strafvollzug betroffene Familien

Wenn Sie zu einer dieser Zielgruppen gehören, melden Sie sich gerne bei uns – Ihre Angaben werden streng vertraulich behandelt!

Kursleitung beim DRK

Zur Erweiterung und Ergänzung unseres Kursangebotes suchen wir ganzjährig qualifizierte Kursleitungen für unsere unterschiedlichen Fachbereiche.

Auf Ihre Ideen und Angebote freuen wir uns!

Inhaltsverzeichnis

20.00	ELTERN UND KINDER	
	Elternstart: Babymassage	S.1/2
	Beckenbodengymnastik	
	für Mütter	S.3
	Geburtsvorbereitungskurs für Väter	S.4
	Babymassage für Väter	S.5
	PEKiP [®]	S.6
	Babygarten & Musikgarten	S.7/8
	Kleine Entdecker	S.9
	Nappydancers®	S.10
	Happydancers®	S.11
	Eltern-Baby-Spielgruppe	S.12
	Eltern-Kind-Turnen	S.12/13
	Vater-Kind-Turnen	S.14
	Pränatal-Yoga	S.15
	Postnatal-Yoga	S.16
	Eltern-Baby-Schwimmen	S.17
	Kinderschwimmen	S. 17/18
	Medienzwerge	S.19
	Erste Hilfe am Kind für Eltern/ Großelt	ern S. 20

30.00	KURSANGEBOTE ERSTE HILFE	
	Erste Hilfe am Kind – Ausbildung	
	(für Kitas und Tagesmütter*väter)	S.21
	Erste Hilfe am Kind – Auffrischung	
	(für Kitas und Tagesmütter*väter)	S.22
	Erste Hilfe für Senioren*innen	S.23
	Erste Hilfe mit Kindern	S.24
	Erste Hilfe am Kind – Elterninformations-	
	abend	S.24
40.00	GESUNDHEIT UND ENTSPANNUNG	
	Sport in der Rehabilitation	S.25

	Fitness-Treff für Frauen	S.26
	Wirbelsäulengymnastik	S.26/S.27
	BOP (Bauch-Oberschenkel-Po)	S.27
	Gymnastik für die ältere Generation	S.28
	Wassergymnastik	S.29
	Latino-Fitness	S.30
	Hatha Yoga	S.31
	Qi Gong für Frauen	S.32
	Entspannt in die Woche:	
	Autogenes Training & Progressive Mu	skel-
	Entspannung	S.33
50.00	FREIZEIT	
	Aquarell- und Acrylmalerei	S.34
	Italienisch - Schnupperkurs	S.35/36
	Englisch für Einsteiger	S.36/37
	Französisch - Schnupperkurs	S.37
	Nachhaltigkeit & Umweltbildung	
	Informationsabende	S. 38
60.00	Fort- und Weiterbildung	
	Ausbildung zum*zur Brandschutz- und	b
	Evakuierungshelfer*in	S.39
	Ausbildung zum systemischen Coach	S.40/41
	Stressbewältigung & Stressvermeidu	ng in der
	Kindertagespflege und	
	Kindertagesstätten	S.42
	Mein erstes Vorstellungsgespräch	S.44
	Kooperation Familienzentren	
	Familienzentren	S.44/45

Unser Jugendrotkreuz	S.51
Infos zum Datenschutz	S.53
Allgemeine Geschäftsbedingungen	S.57

Elternstart: Babymassage

Elternstart NRW ist ein Familienbildungs-angebot für Mütter und Väter in NRW mit einem Kind im ersten Lebensjahr.

Die Eltern können einmalig kostenfrei an einem Kursangebot über 5 Termine teilnehmen.

Wohlbefinden und Ausgleich für die ganz Kleinen. Mit der Babymassage erlernen Sie eine Massagemethode, die in Indien von Generation zu Generation weitergegeben wird.

Unter Berücksichtigung der Marmapunkte als wichtige Akkupressurpunkte besitzen Sie das Handwerkzeug Ihr Baby liebevoll und kompetent durch die unterschiedlichen Entwicklungsphasen (Koliken, Unruhe & Zahnungsbeschwerden) zu begleiten. Die Massage wirkt sich durch die sanften Streichungen beruhigend und entspannend auf Mutter und Kind aus. Die Mutter- Kind-Bindung wird zudem gestärkt.

Schenken Sie Ihrem Baby einen guten Start ins Leben, indem Sie Ihrem Baby kräftige Wurzeln des Vertrauens geben.

Der Kurs ist für Mütter mit Baby ab der 4. Lebenswoche bis ca. 6. Lebensmonat geeignet.

Leitung: Barbara Lippe Gesundheits-/Krankenpflegerin; Kursleitung für Babymassage

Termine auf der nachfolgenden Seite!



2020	20.01. – 17.02.23	5 x fr	09.00 – 10.30 Uhr
2021	03.03 31.03.23	5 x fr	09.00 – 10.30 Uhr
2022	28.04 02.06.23	5 x fr	09.00 – 10.30 Uhr
2023	11.08 08.09.23	5 x fr	09.00 – 10.30 Uhr
2024	20.10. – 17.11.23	5 x fr	09.00 – 10.30 Uhr
2025	24.11. – 22.12.23	5 x fr	09.00 – 10.30 Uhr

Gebühr: kostenfrei je 10 Ustd Ort: Raum 4, Uerdinger Straße 609, Krefeld



Beckenbodentraining für Mütter

In diesem Kurs widmen Sie sich in einem 10wöchigen Programm der Rückbildung Ihres Körpers nach der Geburt.

Sie erhalten einen detaillierten Trainingsplan, sowie Beratung und Tipps für den Alltag.

Durch den Kurs ist so auch ein sanfter Wiedereinstieg in den Sport möglich.

Die Kinder können zum Kurs mitgebracht werden. Bitte geben Sie dies bei der Anmeldung mit an.

Leitung:

Sabrina Oestrich, Heilpädagogin, Physiotherapeutin & Postnataltrainerin

2010 13.01. - 17.03.23 10 x fr. 12.45 - 13.45 Uhr

Gebühr: Euro 120,00 pro Kurs 13 Ustd

Ort: Kindertagestätte Remscheider Str., Remscheider Str. 12, Krefeld Fischeln

Der Kurs ist ein **zertifizierter Präventionskurs**. Ein Zuschuss der Krankenkasse ist möglich!



NEU

Geburtsvorbereitung für Väter

Der Kurs richtet sich an werdende Väter, die sich in einem vertrauensvollen und geschützten Rahmen mit ihrer Rolle als werdender Vater auseinandersetzen möchten.

Dabei werden wir in erster Linie nicht die biologischen Prozesse einer Schwangerschaft und Geburt thematisiert, sondern wir legen unseren Fokus auf die emotionalen Vorgänge, die in und mit uns als werdende Väter passieren.

Wir richten unsere Aufmerksamkeit auf unsere Hoffnungen und Erwartungen, möchten aber auch die möglichen Sorgen nicht leugnen.

Leitung:

Michael Weyers, Pädagoge, Systemischer Coach

2011 23.01. – 27.02.23 5 x mo 19.00 – 20.30 Uhr

2012 21.08. – 18.09.23 5 x mo 19.00 – 20.30 Uhr

Gebühr: Euro 50,00 pro Kurs 10 Ustd

Ort: Raum 5, Uerdinger Straße 609, Krefeld



Foto: pixabay.com

NEU

Babymassage für Väter

In diesem Kurs wird den Vätern die praktische Anwendung der Babymassage beigebracht.

Sie bietet besonders Vätern die Möglichkeit über Körperkontakt ihre zärtliche Seite zu vermitteln und die Beziehung zu ihrem Kind zu stärken - durch die Erfahrung von Sicherheit, Geborgenheit und dem Austausch von Nähe und Liebe.

Leituna:

Friederike Seithümmer Babymassagekursleiterin Dipl. Sozialpädagogin

2001	16.01. – 06.02.23	4 x mo 18.15 – 19.15 Uhr
2002	17.04. – 15.05.23	4 x mo 18.15 – 19.15 Uhr

2003 21.08. - 11.09.23 4 x mo 18.15 - 19.15 Uhr

2004 08.11. - 29.11.23 4 x mo 18.15 - 19.15 Uhr

> Gebühr: kostenfrei ie 5.33 UE

Ort: Familienzentrum Verberger Str. 23, Verberger Str. 23. Krefeld Bockum



oto: pexels.com

PEKiP®

Das erste Lebensjahr ist ein ganz esonderes Jahr. Erste Laute ertönen, es wird gekrabbelt und die Welt erkundet. In dieser Eltern-Kind-Gruppe könnt Ihr unter fachkundiger Anleitung der Kursleitung und den anderen Eltern von- und miteinander lernen. Es gibt euch die Möglichkeit erste soziale Kontakte für euer Kind zu knüpfen, euer Kind und seine Entwicklung bewusst wahrzunehmen sowie Zeit zum Austausch mit anderen Eltern und der Kursleitung zu haben.

Die Gruppen werden nach den Geburtsmonaten der Kinder zusammengestellt.

Leitung:

Martina Schmidt, PEKiP®-Kursleiterin & Heilpädagogin

2030 12.01. – 16.03.23 10 x do 16.30 – 18.00 Uhr Für Kinder geboren im Februar/März/ April 2022

2031 27.01. – 24.03.23 10 x fr 15.00 – 16.30 Uhr Für Kinder geboren im April/Mai/Juni 2022

2032 30.03. - 22.06.23 10 x do 16.30 - 18.00 Uhr Für Kinder geboren im Juni/Juli/August 2022

2033 31.03. – 16.06.23 10 x fr 15.00 – 16.30 Uhr Für Kinder geboren im August/September/Oktober 2022

2034 17.08. – 09.11.23 10 x do 16.30 – 18.00 Uhr Für Kinder geboren im Oktober/November/Dezember 2022

2035 19.08. – 03.11.23 10 x fr 15.00 – 16.30 Uhr Für Kinder geboren im Dezember 2022/Januar/Februar 2023

> Gebühr: Euro 120,00 pro Kurs je 20 Ustd Ort: Raum 4, Uerdinger Straße 609, Krefeld



Foto: pixabay.com

Babygarten & Musikgarten

Der Babygarten als auch der Musikgarten ist ein Angebot für Eltern mit Kindern. Er lädt bereits die Allerkleinsten zum Musizieren ein, denn alle Kinder kommen mit einer angeborenen Fähigkeit zum Musizieren auf die Welt.

Singen, Tanzen und Bewegung sind wichtige Bausteine in der Entwicklung eines jeden Kindes. Die Sprach- und Gehörentwicklung wird früh gefördert.

In ungezwungener Atmosphäre, ohne jegliche Leistungserwartung, wird die Freude an Musik vermittelt und ein Grundstein zum späteren Erlernen eines Instrumentes gesetzt.

Die Anmeldung erfolgt bei diesen Kursen über die Kursleitung:

Anja Schlechter

Tel.: 02151 - 51 33 89

Email: anja.schlechter@musikgartenkrefeld.de

www.musikgartenkrefeld.de

Bitte zahlen Sie auch die Kursgebühr direkt an die Kursleitung!

Babygarten ab 3 Monate

2070	17.01. – 21.03.23	10 x di	15.00 – 15.45 Uhr
2071	18.04. – 20.06.23	8 x di	15.00 – 15.45 Uhr
2072	22.08. – 28.11.23	12 x di	15.00 – 15.45 Uhr
	Musikgarten ab 18	Monate	
2073	17.01. – 21.03.23	10 x di	16.00 – 16.45 Uhr
2074	18.04. – 20.06.23	8 x di	16.00 – 16.45 Uhr
2075	22.08. – 28.11.23	12 x di	16.00 – 16.45 Uhr

2076 17.01. – 21.03.23	3 10 x di 17.00) – 17.45 Uhr
------------------------	-----------------	---------------

Gebühr: Euro 80,00 pro Kurs je 8 Ustd

Gebühr: Euro 100,00 pro Kurs je 10 Ustd

Gebühr: Euro 120,00 pro Kurs je 12 Ustd

Ort: Raum 4, Uerdinger Straße 609, Krefeld



Foto: pixabay.com

Kleine Entdecker: Zeit des Entdeckens

Mit 3-4 Monaten beginnt die Zeit des großen Entdeckens. Die Babys werden immer neugieriger und nehmen vermehrt an ihrer Umwelt teil. Auf diesem spannenden Weg werden die Kinder mit unterschiedlichsten Anregungen begleitet.

Durch verschiedene Elemente aus PEKiP®, Babymassage und weiteren Spiel- und Singeinheiten unterstützen Eltern die Babys in ihrer Entwicklung. Die Kinder sollen ihrem eigenen Rhythmus folgen und ihre individuellen Fähigkeiten entdecken können.

Die Gruppen werden altersgemäß aufgeteilt.

Die Anmeldung erfolgt bei diesen Kursen über die Kursleitung:

Friederike Seithümmer

Diplom Sozialpädagogin & PEKiP®-Leiterin

Email: fritzi-online@gmx.de Telefon: 0172- 290 2750

Bitte zahlen Sie auch die Kursgebühr direkt an die

Kursleitung!

2040 12.01. – 09.03.23 8 x do 11.00 – 12.00 Uhr

2041 23.03. – 29.05.23 8 x do 11.00 – 12.00 Uhr

Gebühr: Euro 80,00 pro Kurs je 10,67 Ustd

2042 20.07. – 21.09.23 9 x do 11.00 – 12.00 Uhr

2043 19.10. – 14.12.23 9 x do 11.00 – 12.00 Uhr

Gebühr: Euro 90,00 pro Kurs je 12 Ustd

Ort: Raum 4, Uerdinger Straße 609, Krefeld

Nappydancers®

Ist ein Tanzangebot für Kinder zwischen 20 bis 40 Monate – immer gemeinsam mit Mama und Papa.

Kaum geht die Musik an, wippen die Beine und wackelt der Po - genau darauf baut Nappydancers® auf. Sie fördern die Körperwahrnehmung, stärken das Selbstbewusstsein und die natürliche Bindung zwischen Eltern und Kind. Mama und Papa sind die Vorbilder und werden aktiv in die Kurse miteinbezogen.

Die Anmeldung erfolgt bei diesen Kursen über die Kursleitung:

Manuela Chopelin Nappydancer®-Kursleitung Email: kontakt@familymove-krefeld.de Telefon: 0162 – 87 86 695

2050

2053

Bitte zahlen Sie auch die Kursgebühr direkt an die Kursleitung!

17 x fr 15.00 - 15.45 Uhr

14 x fr 16.10 - 16.55 Uhr

2051 11.08. – 15.12.23 14 x fr 15.00 – 15	5.45 Uhr
2052 13.01. – 16.06.23 17 x fr 16.10 – 16	3.55 Uhr

13.01. - 16.06.23

11.08. – 15.12.23

Ort: Raum 2/ Turnhalle, Uerdinger Straße 609, Krefeld

Gebühr: Euro 72,00 je 6 Ustd



NEU

Happydancers®

Ist ein Tanzangebot für Kinder zwischen 4 bis 6 Jahre – immer gemeinsam mit Mama und Papa.

Kaum geht die Musik an, wippen die Beine und wackelt der Po - genau darauf baut Happydancers als Nachfolgeangebot zu den Nappydancers® auf. Sie fördern die Körper-wahrnehmung, stärken das Selbstbewusstsein und die natürliche Bindung zwischen Eltern und Kind.

Die Anmeldung erfolgt bei diesen Kursen über die Kursleitung:

Manuela Chopelin Nappydancer®-Kursleitung Email: kontakt@familymove-krefeld.de

Telefon: 0162 - 87 86 695

Bitte zahlen Sie auch die Kursgebühr direkt an die Kursleitung!

2054 13.01. – 16.06.23 17 x fr 17.15 – 18.00 Uhr

2055 11.08. – 15.12.23 14 x fr 17.15 – 18.00 Uhr

Ort: Raum 2/ Turnhalle, Uerdinger Straße 609, Krefeld

Gebühr: Euro 72,00 je 6 Ustd

Eltern-Baby-Spielgruppe

Die Babys und Kleinkinder können in dieser Gruppe ihren natürlichen Bewegungsdrang ausleben und krabbeln, toben und spielen. So lernen sie von- und miteinander. Dabei werden sie aktiv von ihren Eltern unterstützt und motiviert. Die Eltern bekommen zudem die Möglichkeit sich untereinander auszutauschen.

Gruppen ab 6 Monate

Leitung:

Ilka Spernau, Übungsleiterin

2081 10.01. – 13.06.23 20 x di 9.00 – 10.00 Uhr

Gebühr: Euro 106,50 26,67 Ustd

Ratenzahlung möglich

2082 15.08. – 12.12.23 15 x di 9.00 – 10.00 Uhr

Gebühr: Euro 85,50 21,33 Ustd

Eltern-Kind-Turnen

Die Kinder können in dieser Gruppe ihren natürlichen Bewegungsdrang ausleben.

An Groß- und Kleingeräten probieren sie ihre Fertigkeiten aus, erkennen und erweitern so ihre individuellen Grenzen. Dabei werden sie aktiv von ihren Eltern unterstützt und motiviert.

Gruppen ab 15 Monate

Leitung:

Irina Osthoff, Master of Education

2084 16.01. – 13.06.23 17 x mo 15.00 – 15.45 Uhr

Gebühr: Euro 68,00 17 Ustd

2085 16.01. – 13.06.23 17 x mo 16.00 – 16.45 Uhr

Gebühr: Euro 68,00 17 Ustd

2086 07.08. – 11.12.23 12x mo 15.00 – 15.45 Uhr

Gebühr: Euro 48,00 12 Ustd

2087 07.08. - 11.12.23 12x mo 16.00 - 16.45 Uhr

Gebühr: Euro 48,00 12 Ustd

Ort: Raum 2/ Turnhalle, Uerdinger Straße 609,

Krefeld

Leitung:

Viola Scholz, Übungsleiterin

2079 11.01. – 14.06.23 21 x mi 16.30 – 17.15 Uhr

Gebühr: Euro 84,00 21 Ustd

2099 17.08. – 14.12.23 16 x mi 16.30 – 17.15 Uhr

Gebühr: Euro 64,00 16 Ustd

Ort: Raum 2/ Turnhalle, Uerdinger Straße 609,

Krefeld



Foto: Steffen Freiling, 2013

Gruppen ab 12 Monate

Leitung:

Ilka Spernau, Übungsleiterin

2088 09.01. – 12.06.23 18 x mo 9.00 – 10.00 Uhr

Gebühr: Euro 96,00 24 Ustd

2089	14.08. – 11.12.23	15 x mo	9.00 – 10.00 Uhr
	Gebühr: Euro 80,00		20 Ustd
2090	11.01. – 14.06.23	20 x mi	09.15 – 10.00 Uhr
	Gebühr: Euro 80,00		20 Ustd
2091	11.01. – 14.06.23	20 x mi	10.15 – 11.00 Uhr
	Gebühr: Euro 80,00		20 Ustd
2092	16.08. – 13.12.23	15 x mi	09.15 – 10.00 Uhr
	Gebühr: Euro 60,00		15 Ustd
2093	16.08. – 13.12.23	15 x mi	10.15 – 11.00 Uhr
	Gebühr: Euro 60,00 Leitung: Viola Scholz, Übung		15 Ustd
2094			
2004	13.01. – 16.06.23	21 x fr	09.15 – 10.00 Uhr
2004	13.01. – 16.06.23 Gebühr: Euro 84,00		
2095			21 Ustd
	Gebühr: Euro 84,00	21 x fr	21 Ustd
	Gebühr: Euro 84,00 13.01. – 16.06.23	21 x fr	21 Ustd 10.15 – 11.00 Uhr 21 Ustd
2095	Gebühr: Euro 84,00 13.01. – 16.06.23 Gebühr: Euro 84,00	21 x fr 15 x fr	21 Ustd 10.15 – 11.00 Uhr 21 Ustd 09.15 – 10.00 Uhr
2095	Gebühr: Euro 84,00 13.01. – 16.06.23 Gebühr: Euro 84,00 11.08. – 15.12.23	21 x fr 15 x fr	21 Ustd 10.15 – 11.00 Uhr 21 Ustd 09.15 – 10.00 Uhr 15 Ustd

Ort: Raum 2/ Turnhalle, Uerdinger Straße 609, Krefeld

Vater-Kind-Turnen

Dieser Kurs richtet sich speziell an Väter und ihre Kinder! Das Angebot findet **alle 14-Tage** sonntags statt!

Leitung:

Steffi Hensen, Übungsleiterin

2080 15.01. – 25.06.23 12 x so 10.00 – 11.30 Uhr Gebühr: Euro 96,00 24 Ustd

Weitere Kurse sind für das Jahr 2023 in der Planung.

Pränatal Yoga

NEU

Im Yoga werden gezielte Übungen ausgeführt, die tiefsitzende Verspannungen lösen, den Körper kräftigen und Energie freisetzen. Yoga ist also ideal, um neue Kraft und Antrieb zu entwickeln, innere Ruhe zu finden und somit Stress zu reduzieren. Wir entwickeln ein neues positives Körpergefühl.

Im Schwangerschafts- Yoga verbinden wir uns nicht nur mit uns selbst, sondern zusätzlich mit unserem Baby. Schwangeschaftsyoga fokussiert daher ein verbessertes Körpergefühl, um die verbundenen Ängste, Gedanken, körperlichen Veränderungen und ggf. mit einhergehende Beschwerden positiv zu durchlaufen.

Die körperliche Kräftigung der Muskeln ist sanfter und langsamer als im konventionellen Yoga. Regelmäßige Übungen helfen dir dabei, das körperliche, geistige und seelische Wohlbefinden verbessern. deinen Körper Atmung kennenzulernen und deine gezielt einzusetzen. Start für Yoga-Neulinge: ab der 13. Woche Erstes Trimester Start für Yoga Erfahrene: Immer möglich bis Ende der Schwangerschaft mit Asanaeinschränkungen. Zur Teilnahme bedarf es immer einer vorherigen Rücksprache mit dem Gynäkologen.

Leitung:

Meike Nachtwey, geprüfte Yogalehrerin Ingradual 500 UE

2014 10.01. – 21.03.23 11 x di 10.00 – 11.00 Uhr

Gebühr: Euro 88,00 15 Ustd

2015 16.01. - 26.06.23 8 x di 10.00 - 11.00 Uhr

Gebühr: Euro 64,00 11 Ustd

2016 16.01. – 26.06.23 15 x di 10.00 – 11.00 Uhr

Gebühr: Euro 120,00 20 Ustd

Ort: Raum 4, Uerdinger Straße 609, Krefeld

NEU

Postnatal Yoga

Während es vor der Geburt vor allem darum ging, den Beckenboden zu entspannen, bemerkt man nach der Geburt. dass Beckenbodenmuskulatur zu locker geworden ist. Einhergehend leichte Inkontinenz Husten/Niesen, Druckgefühl im Unterbauch und Rückenschmerzen. Der Körper verändert sich ein weiteres Mal nach der Geburt. Dieser Kurs bietet Müttern ein behutsames Yoga mit ihrem Baby zu erleben, um den Beckenboden nach der Geburt zu kräftigen. Dabei steht die Stärkung der Mutter-Kind Bindung und die gemeinsame Freude an Bewegung im Vordergrund.

Zeitpunkt ca. 6-8 Wochen nach der Geburt, Kaiserschnitt ggf. etwas länger. Es ist immer die Freigabe vom Gynäkologen erforderlich. Babys dürfen mitgebracht werden.

Leitung: Meike Nachtwey, geprüfte Yogalehrerin Ingradual 500 UE

2017 10.01. – 21.03.23 11 x di 11.00 – 12.00 Uhr

Gebühr: Euro 88,00 15 Ustd

2018 16.01. - 26.06.23 8 x di 11.00 - 12.00 Uhr

Gebühr: Euro 64,00 11 Ustd

2019 16.01. – 26.06.23 15 x di 11.00 – 12.00 Uhr

Gebühr: Euro 120,00 20 Ustd

Ort: Raum 4, Uerdinger Straße 609, Krefeld



Foto: pixabay.com

NEU

Eltern-Babyschwimmen

In diesem Kurs sammeln Babys spielerisch erste Erfahrung mit Element Wasser.

Bewegung und Freude stehen hierbei im Vordergrund.

Die frühe Wassergewöhnung fördert dabei die Motorik, Koordination und Muskulatur der Kinder und stärkt gleichzeitig die Bindung zu ihren Eltern.

Leitung:

Pieter Rosenberger, Übungsleiter, DLRG-Rettungsschwimmer

2101 21.04. – 09.06.23 8 x fr 15.	45 – 16.30 Uhr
-----------------------------------	----------------

Gebühr: Euro 48,00 € je 8 Ustd

Ort: Lehrschwimmbad Linn, Danziger Platz 13, Krefeld

Kinderschwimmkurse Wassergewöhnung und Anfängerschwimmen

Auf dem Weg zum Schwimmerwerb ist die Wassergewöhnung und -bewältigung der erste Schritt für die Kinder. In diesem Kurs soll der Bewegungsraum Wasser angstfrei und mit Freude unter spielerischer Anleitung entdeckt werden. Die Kinder sammeln vielfältige Erfahrungen am, im und unter Wasser und lernen erste Brustschwimmübungen kennen.

Leitung:

Carola Bendt, Übungsleiterin, DLRG-Rettungsschwimmer*in

Pieter Rosenberger, Übungsleiter, DLRG-Rettungsschwimmer

Ratenzahlung ist für diese Kursangebote möglich!

Wassergewöhnung

2062 13.01. – 16.06.23 20 x fr 14.00 – 14.45 Uhr

Gebühr: Euro 160,00 € je 20 Ustd

2063 11.08. – 15.12.23 16 x fr 14.00 – 14.45 Uhr

Gebühr: Euro 128,00 € je 16 Ustd

Ort: Lehrschwimmbad Linn, Danziger Platz 1, Krefeld

Anfängerschwimmen

2060 13.01. – 16.06.23 20 x fr 15.00 – 15.45 Uhr

Gebühr: Euro 160,00 € je 20 Ustd

2061 11.08. – 15.12.23 16 x fr 15.00 – 15.45 Uhr

Gebühr: Euro 128,00 € je 16 Ustd

Ort: Lehrschwimmbad Linn, Danziger Platz 1, Krefeld



Foto: pixabay.com

Medienzwerge

Infoabend zur Medienkompetenz für Eltern



Eltern begleiten und erziehen Ihre Kinder in der digitalen Welt. Sie sind die Ersten, die Ihr Smartphone für kurze Zeit aus der geben, auf dem Tablet die ersten kleinen Filme zeigen und Vorbild für Ihre Kinder sind. Selbst Ihre großen Kinder sind der digitalen Welt oft noch klein. Deshalb ist die Begleitung zur Medienerziehung wesentlich. In dieser Veranstaltung werden folgende Fragen geklärt:

- Was können Eltern tun, um Ihre Kinder an die Welt der Medien heranzuführen?
- Welche Sicherheitseinstellungen sollten Sie auf gar keinen Fall vergessen?
- Wie bleibt die Smartphone Rechnung klein?
- Wo erhalten Eltern Infos für die notwenige Medienerziehung im Netz?

Leitung:

Birgit Gommans, Verbraucherzentrale NRW

2106 17.01.23 1 x di 19.30 – 21.00 Uhr

Gebühr: kostenfrei 2 Ustd

Ort: Familienzentrum der Markuskirche, Kölner Straße 480. Krefeld Fischeln



Bild: Verbraucherzentrale NRW

Erste Hilfe am Kind





Kinder nehmen ihre Welt mit anderen Augen wahr als Erwachsene. Sie sind neugierig, wollen ausprobieren, mit allen Sinnen ihre Umgebung erleben und ihre Grenzen austesten.

Aus diesem natürlichen Drang heraus geschehen gerade im häuslichen Umfeld die meisten Unfälle.

Eltern sind bei Kindernotfällen oft überfordert und hilflos. Die wertvollen Minuten zwischen dem Notfall und Eintreffen des Rettungs-dienstes können durch Basismaßnahmen sinnvoll genutzt werden. Praktische Übungen und theoretische Hinweise bereiten Sie auf den Notfall vor.

Leitung:

Jan Walter, Erste Hilfe Ausbilder

3036	25.02.23	1 x sa	09.00 – 16.00 Uhr
3030	31.05.23	1 x sa	09.00 – 16.00 Uhr
3031	04.11.23	1 x sa	09.00 – 16.00 Uhr

Ort: Raum JRK, Uerdinger Straße 609, Krefeld

Hybrid-Kurse (Präsenz und Online möglich!)

3032	16.01. – 17.01.23	2x	18.00 –21.30 Uhr
3033	24.04. – 25.04.23	2x	18.00 –21.30 Uhr
3034	17.07. – 18.07.23	2x	18.00 –21.30 Uhr
3035	16.10. – 17.10.23	2x	18.00 –21.30 Uhr

Ort: Online/ Raum JRK, Uerdinger Straße 609, Krefeld

Gebühr: Euro 40,00 je 8 Ustd

Erste Hilfe am Kind - Ausbildung

Bildungs- und Betreuungseinrichtungen für Kinder

Erzieher*innen und Tagesmütter*väter stehen in einer besonderen Verantwortung, denn sie sind auch für die Gesundheit und das Wohlergehen ihrer Schützlinge verantwortlich. Sollte sich ein Kind verletzen sind umsichtige und fach-gerechte Sofortmaßnahmen erforderlich, auf die Sie in Theorie und Praxis vorbereitet werden.

Die Seminarinhalte erfüllen die Richtlinien der Versicherungsträger und Berufsgenossenschaften.

Leitung:

Hans Körschgen, Erste Hilfe Ausbilder

3001	04.02.23	1 x sa	08.00 - 16.00 Uhr
3002	11.03.23	1 x sa	08.00 - 16.00 Uhr
3003	22.04.23	1 x sa	08.00 - 16.00 Uhr
3004	03.06.23	1 x sa	08.00 - 16.00 Uhr
3006	09.09.23	1 x sa	08.00 – 16.00 Uhr
3007	11.11.23	1 x sa	08.00 - 16.00 Uhr
3008	09.12.23	1 x sa	08.00 - 16.00 Uhr

Gebühr: Euro 46,00 je 9 Ustd

Bei Vorlage eines BG-/UK NRW- Gutscheins entfällt die Kursgebühr!

Ort: Raum 5, Uerdinger Straße 609, Krefeld



Foto: A.Zelck/ DRK-Service GmbH

Erste Hilfe am Kind - Auffrischung

Bildungs- und Betreuungseinrichtungen für Kinder

Sie haben in den vergangenen zwei Jahren bereits eine Ausbildung in Erster Hilfe am Kind absolviert? Dann brauchen Sie ab jetzt nur noch die Auffrischung machen!

Der Auffrischungskurs verläuft ebenfalls über einen Tag, lässt jedoch genug Raum für Fragen zu Neuem oder Themen, die Sie gerne besonders gründlich aufgefrischt haben wollen.

Die Seminarinhalte erfüllen die Richtlinien der Versicherungsträger und Berufsgenossenschaften.

Leitung:

Hans Körschgen, Erste Hilfe Ausbilder

3010	28.01.23	1 x sa	08.00 - 16.00 Uhr
3011	11.02.23	1 x sa	08.00 - 16.00 Uhr
3012	13.05.23	1 x sa	08.00 - 16.00 Uhr
3013	26.08.23	1 x sa	08.00 - 16.00 Uhr
3014	21.10.23	1 x sa	08.00 - 16.00 Uhr
3015	25.11.23	1 x sa	08.00 - 16.00 Uhr

Gebühr: Euro 46,00 je 9 Ustd

Bei Vorlage eines BG-/UK NRW- Gutscheins entfällt die Kursgebühr!

Ort: Raum 2/ Turnhalle, Uerdinger Straße 609, Krefeld

Erste Hilfe für Senioren*innen

Bei älteren Menschen gibt es häufig typische Unfälle und Notfälle, jedoch ist der letzte Erste Hilfe Kurs schon lange her.

In diesem Kurs nehmen wir Rücksicht auf veränderte körperliche Gegebenheiten und konzentrieren uns auf zur zweiten Lebenshälfte passende Themen.

Praxisnahe Fallbeispiele und praktische Übungen vermitteln dabei die lebensrettenden Handgriffe, so dass Sie sich im Alltag wieder sicher fühlen können.

Der Kurs richtet sich an Senioren*innen, Generation 50+ und Hausnotrufteilnehmende.

Leitung:

Jan Walter, Erste Hilfe Ausbilder

3020	16.01.23	1 x mo	15.00 – 17.30 Uhr
3021	24.04.23	1 x mo	15.00 - 17.30 Uhr
3022	17.07.23	1 x mo	15.00 - 17.30 Uhr
3023	16.10.23	1 x mo	15.00 - 17.30 Uhr

Gebühr: Euro 13,50 je 3 Ustd

Ort: Raum 5, Uerdinger Straße 609, Krefeld

Weitere Kurse sind für das Jahr 2023 in der Planung.



Foto: A.Zelck/ DRK-Service GmbH

Erste Hilfe mit Kindern

In einer Gruppe von Pädagogen und/oder Eltern vermittelt die Kursleitung den Kindern spielerisch Grundkenntnisse in Erster Hilfe. Die Themen gleichen den Inhalten der Erwachsenenbildung:

- ✓ Auffinden einer Person
- ✓ Notruf absetzen
- ✓ Verbände anlegen

Durch die Rollenspiele erfahren die Kinder, dass jede*r helfen kann. Nachfragen, trösten und Hilfe holen – das ist ein Kinderspiel.

Die Kursleitung kommt nach individueller Terminabsprache zu Ihnen in die Einrichtung.

Erste Hilfe am Kind Elterninformationsabend

Jeder Elternteil, weiß wie schnell kleinere oder größere Unfälle im häuslichen Umfeld passieren können. Brandwunden, Nasenbluten, Verschlucken von Gegenständen oder giftigen Substanzen, bis hin zum plötzlichen Kindstod oder andere



Foto: pixabav.com

akute Erkrankungen – in jeder Krisensituation muss richtig gehandelt werden.

In diesem Informationsabend erfahren Sie die Grundzüge der Ersten Hilfe, um im Notfall kostbare Zeit bis zum Eintreffen des Rettungs-dienstes überbrücken zu können.

Die Kursleitung kommt nach individueller Terminabsprache zu Ihnen in die Einrichtung.

Sprechen Sie uns gerne an!

Sport in der Rehabilitation

Profil: Orthopädie

Rehabilitationssport wird durch Haus- und Fachärzte verordnet und von den Kranken-kassen übernommen.

Durch unsere Mitgliedschaft im Verein für Rehasport und Gesundheitsförderung sind wir berechtigt, direkt mit den Krankenkassen abzurechnen.

Durch kleine Gruppengrößen und ein geschütztes Trainingsumfeld sind wir ein beliebter Anbieter für den Rehabilitationssport.

Der Einstieg bei freien Kapazitäten ist jederzeit möglich.

Leitung:

Viola Scholz,

Übungsleiterin für den Rehabilitationssport

4005	10.01. – 11.07.23	21 x di 09.30 – 10.15 Uhr
4006	10.01. – 11.07.23	21 x di 10.30 – 11.15 Uhr
4007	11.01. – 12.07.23	21 x mi 17.30 – 18.15 Uhr
4008	08.08. – 12.12.23	15 x di 09.30 – 10.15 Uhr
4009	08.08. – 12.12.23	15 x di 10.30 – 11.15 Uhr
4010	09.08. – 13.12.23	16 x mi 17.30 – 18.15 Uhr

Gebühr: bei Vorlage einer ärztlichen Rehasportverordnung kostenfrei

Ort: Raum 2/ Turnhalle, Uerdinger Straße 609, Krefeld



Foto: pixabay.com

Fitness-Treff für Frauen

Ein Kurs für jüngere als auch reifere Mütter als zum stressigen Familien-Ausaleich Berufsalltag: ein Kurs für Frauen, die sanft etwas für sich tun wollen. Früh morgens bringen wir durch Konditionstraining ¹ Ihren Kreislauf Schwung. Kräftigungsübungen, als auch Dehnund Lockerungsübungen sorgen für Muskelaufbau und halten Sie fit!

Leitung: Viola Scholz, Übungsleiterin

4031 12.01 - 15.06.2320 x do 11.00 - 11.45 Uhr

> Gebühr: Euro 78.00 20 Ustd

4032 10.08. – 14.12.23 14 x do 11.00 – 11.45 Uhr

> Gebühr: Euro 54,60 14 Ustd

Ort: Raum 2/ Turnhalle, Uerdinger Straße 609

Wirbelsäulengymnastik



Einseitige Belastung verspannt die Muskulatur und verursacht Schmerzen. Vielseitige Übungen lösen Verkrampfungen verspannter Rückenund Schulterpartien. Die Bauchund Rückenmuskulatur wird gekräftigt die und allgemeine Beweglichkeit verbessert.

Leituna: Viola Scholz, Übungsleiterin

4011 11.01. – 14.06.23 21 x mi 18.30 - 19.15 Uhr

> Gebühr: Euro 81.90 21 Ustd

4012 11.01. – 14.06.23 20 x mi 19.30 – 20.15 Uhr

> 21 Ustd Gebühr: Euro 81,90

4013 17.08. – 14.12.23 15 x mi 18.30 – 19.15 Uhr

> Gebühr: Euro 62.40 16 Ustd

4014 17.08. – 14.12.23 15 x mi 19.30 – 20.15 Uhr

Gebühr: Euro 62,40 16 Ustd

Ort: Raum 2/ Turnhalle, Uerdinger Straße 609,

Krefeld

BOP (Bauch - Oberschenkel - Po)



In diesem Kursus werden durch gezielte und sehr intensive Übungen die Problemzonen (Bauch - Oberschenkel - Po) optimal trainiert. Die Haltung wird verbessert und der Körper an den "Wunsch-Stellen" gefestigt.

Leitung:

Sandra Gronsfeld, Übungsleiterin und

Fitnesstrainerin

4016 09.01. – 12.06.23 18 x mo 19.15 – 20.00 Uhr 4020 09.01. – 12.06.23 18 x mo 20.15 – 21.00 Uhr

Gebühr: Euro 70,20 je 18 Ustd

4017 07.08. – 11.12.23 17 x mo 19.15 – 20.00 Uhr

4018 17.08. – 11.12.23 17 x mo 20.15 – 21.00 Uhr

Gebühr: Euro 66,30 je 17 Ustd

4015 12.01. – 01.06.23 17 x do 19.15 – 20.00 Uhr

Gebühr: Euro 66,30 je 17 Ustd

4019 10.08. – 07.12.23 16 x do 19.15 – 20.00 Uhr

Gebühr: Euro 62,40 je 16 Ustd

Ort: Raum 2/ Turnhalle, Uerdinger Straße 609, Krefeld

Gymnastik für die ältere Generation

Die Gymnastik am und sitzend auf dem Stuhl ist gedacht für Personen, die nicht mehr auf der Matte üben wollen oder können.

Mit vielseitigen Übungen wird die Kondition trainiert, die Muskulatur gekräftigt und die Beweglichkeit verbessert.

Leitung: Christel Giesing, Übungsleiterin

4033 12.01. – 30.03.23 11 x do 10.00 – 10.45 Uhr

Gebühr: Euro 27,50 11 Ustd

4034 20.04. – 15.06.23 7 x do 10.00 – 10.45 Uhr

Gebühr: Euro 17,50 7 Ustd

4035 10.08. – 14.12.23 17 x do 10.00 – 10.45 Uhr

Gebühr: Euro 42,50 17 Ustd

Ort: Saal an der Friedenskirche, Zugang

Mariannenstraße Krefeld



Foto: pixabay.com

Wassergymnastik

Das abwechslungsreiche Programm, mit und ohne Geräte, ist auch für Nichtschwimmer geeignet. Im warmen Wasser werden die Auftriebskraft und der Wasserwiderstand für alle Übungen genutzt. Die Muskulatur wird gestärkt und Verspannungen lösen sich.

Leitung:

Carola Bendt, Übungsleiterin

4036 09.01. – 19.06.23 19 x mo 19.30 – 20.15 Uhr 4037 09.01. – 19.06.23 19 x mo 20.45 – 21.30 Uhr

Gebühr: Euro 76,00 je 19 Ustd

4039 07.08. – 11.12.23 16 x mo 20.00 – 20.45 Uhr 4040 07.08. – 11.12.23 16 x mo 20.45 – 21.30 Uhr

Gebühr: Euro 64,00 je 16 Ustd

Ort: Lehrschwimmbad, Stettiner Straße 1, Krefeld

Leitung:

Lillian Mielke, Übungsleiterin

4041 11.01. – 14.06.23 21 x mi 19.00 – 20.00 Uhr 4045 11.01. – 24.06.23 21 x mi 20.00 – 21.00 Uhr

Gebühr: Euro 112,00 je 28 Ustd

Ratenzahlung möglich

4042 09.08. – 22.12.23 16 x mi 20.00 – 20.45 Uhr 4046 09.08. – 22.12.23 16 x mi 20.45 – 21.30 Uhr

Gebühr: Euro 80,00 je 20 Ustd

Ort: Lehrschwimmbad, Stettiner Straße 1, Krefeld

Latino-Fitness



Wer sich gerne zur Musik bewegt ist hier richtig. Die Verbindung aus den Stilelementen lateinamerikanischer Musik, Aerobicschritten und rhythmischer Bewegung ist ein schweißtreibendes "Workout".

Hier steht nicht das tänzerische Können im Vordergrund, sondern der Spaß und die Freude an der Bewegung.

Leitung:

Sandra Gronsfeld, Übungsleiterin und Fitnesstrainerin

4021 12.01. - 01.06.23 17 x do 20.15 - 21.00 Uhr

Gebühr: Euro 66,30 je 17 Ustd

4022 10.08. – 07.12.22 16 x do 20.15 – 21.00 Uhr

Gebühr: Euro 62,40 je 16 Ustd

Ort: Raum 2/ Turnhalle, Uerdinger Straße 609, Krefeld



Foto: pexels.com

Hatha-Yoga

Sie fühlen sich durch den immer größer werdenden Alltagsdruck belastet und suchen einen Ausgleich? Yoga fördert das körperlich-seelische Wohlbefinden, die Gesundheit und Leistungsfähigkeit. Die Bewegungsabläufe werden langsam und behutsam ausgeführt und sind in jedem Alter erlernbar.

Leitung:

Martina Campbell, Yogalehrerin

4040 11.01. – 29.03.23 12 x mi 17.45 – 19.15 Uhr

Gebühr: Euro 88,80 24 Ustd

4043 19.04. – 21.06.23 10 x mi 17.45 – 19.15 Uhr

Gebühr: Euro 78,00 20 Ustd

4044 09.08. – 13.12.23 16 x mi 17.45 – 19.15 Uhr

Gebühr: Euro 118.40 32 Ustd

Ratenzahlung möglich

Ort: Raum 4, Uerdinger Straße 609, Krefeld

Leitung:

Petra Grünschläger-Salbeck, Yogalehrerin

4049 12.08. - 15.06.23 14 x do 17.30 - 19.00 Uhr

Gebühr: Euro 109,20 28 Ustd

Ratenzahlung möglich

4050 10.08. – 14.12.23 16 x do 17.30 – 19.00 Uhr

Gebühr: Euro 118,40 32 Ustd

Ratenzahlung möglich

Ort: Raum 2 / Turnhalle, Uerdinger Straße 609, Krefeld

Qi Gong für Frauen

Frauenqigong (Nüziqigong) unterstützt die Gesundheit der Frau in allen Lebens-abschnitten. Übungen der Selbstmassage und schöne Bewegungen können auch im Sitzen auf einem Stuhl praktiziert werden. Sie wirken vorbeugend und heilend bei Unstimmigkeiten des weiblichen Körpers, fördern Achtsamkeit und Wertschätzung uns gegenüber.

Leitung:

Ildiko Lohmann-Junger, Qi Gong Lehrerin

Für Anmeldung und Zahlung bitte direkt an die Kursleitung wenden.

4052 13.01. – 16.06.23 11 x fr 20:00 – 21.00 Uhr

Gebühr: Euro 106,20 15 Ustd

4053 11.08. – 15.12.23 9 x fr 20.00 – 21.00 Uhr

Gebühr: Euro 85,00 12 Ustd
Ort: Raum 4, Uerdinger Straße 609, Krefeld



Osteopathie I Physiotherapie Heilpraktiker I TCM

www.praxis-junger.de

Uerdinger Str. 400 Tel. 52 38 420 47800 Krefeld info@praxis-junger.de

Entspannt in die Woche: Autogenes Training und Progressive Muskelentspannung

NEU

Zu schnell, zu viel, zu laut, zu hektisch. Stress begegnet uns überall. Wo bleibt der Ausgleich?

Nicht immer sind die Lebensumstände einfach. Stress und negative Bewertung beeinflussen unsere Körperreaktion.

In Entspannungskurs diesem lernen die Teilnehmer*innen durch bewusste gezielte Entspannung der Muskeln und mentale Strategien Beschwerden, wie zum Beispiel Kopf-, Nacken-, Rückenschmerzen, hohen Blutdruck, Unruhe und Schlafstörungen wirksam anzugehen. werden Techniken Entspannungsübungen den Bereichen aus Autogenes Training und progressive Muskelentspannung angeboten.

Leitung:

Claudia Weiland, Entspannungstrainerin

Einsteiger & Anfänger:

4054 16.01. – 13.03.23 8 x mo 17.00 – 17.45 Uhr

4055 17.04. – 19.06.23 8 x mo 17.00 – 17.45 Uhr

4056 07.08. – 25.09.23 8 x mo 17.00 – 17.45 Uhr

4057 23.10. – 11.12.23 8 x mo 17.00 – 17.45 Uhr

Gebühr: Euro 64,00 je 8 Ustd

Fortgeschrittene:

4058 16.01. – 19.06.23 16 x mo 18.15 – 19.00 Uhr

4059 07.08. – 11.12.23 16 x mo 18.15 – 19.00 Uhr

Gebühr: Euro 96,00 je 16 Ustd

Ort: Raum 4, Uerdinger Straße 609, Krefeld

Aquarell- und Acrylmalerei

Entdecken und entwickeln Sie Ihre Kreativität unter fachkundiger Anleitung des Künstlers.

Das Skizzieren, die Mechanik, Perspektiven und die Bildgestaltung der Malerei in Aquarell oder Acryl werden vermittelt.

Leitung:

5004

5007

Günter Pesch, Künstler

5000 10.01. – 28.03.23 12 x di 10.00 – 11.30 Uhr

Gebühr: Euro 62,40 je 24 Ustd

5001 11.01. – 29.03.23 12 x mi 17.30 – 19.00 Uhr

Gebühr: Euro 62,40 je 24 Ustd

5002 13.01. – 31.03.23 12 x fr 10.00 – 11.30 Uhr

Gebühr: Euro 62,40 je 24 Ustd

5003 18.04. – 20.06.23 10 x di 10.00 – 11.30 Uhr

Gebühr: Euro 78,00 je 20 Ustd

Gebühr: Euro 78.00

5005 21.04. – 22.06.23 10 x fr 10.00 – 11.30 Uhr

Gebühr: Euro 78,00 je 20 Ustd

19.04. - 30.06.23 10 x mi 17.30 - 19.00 Uhr

je 20 Ustd

ie 34 Ustd

5006 08.08. – 19.12.23 17 x di 10.00 – 11.30 Uhr

Gebühr: Euro 132,60
Ratenzahlung möglich

09.08. – 20.12.23 17 x mi 17.30 – 19.00 Uhr

Gebühr: Euro 132,60 je 34 Ustd Ratenzahlung möglich

5008 11.08. – 22.12.23 17 x fr 10.00 – 11.30 Uhr

Gebühr: Euro 132,60 je 34 Ustd **Ratenzahlung möglich**

Ort: Raum JRK, Uerdinger Straße 609, Krefeld

Mitzubringen sind: Block, Farben (Wasser- oder Acrylfarben), Pinsel, Bleistift



Foto: pixabay.com

Italienisch – Schnupperkurs (für Anfänger Grundstufe A1)

Italien ist bekannt für seine wunderschönen Landschaften, seine geschichtsträchtige Kultur und sein köstliches Essen.

In diesem Schnupperkurs erlernen Sie durch eine Muttersprachlerin erste Grundkenntnisse für Ihren nächsten Italienurlaub, so dass Sie Land und Leute besser kennen lernen können.

Dozentin: Anna Giannini-Küster, Italienischdozentin

Für den Kurs muss folgendes Lehrbuch auf eigene Kosten angeschafft werden:

Con piacere nuovo A1 Klett Verlag ISBN 978-3-12-525201-1 Kosten: 26.99€

1031011. 20,00

Einsteiger I:

5013 19.01. – 16.03.23 9 x do 16.15 – 17.45 Uhr

Weitere Kurse auf der nachfolgenden Seite!

Einsteiger II:

5014 20.04. – 29.06.23 9 x do 16.15 – 17.45 Uhr

> Gebühr: Euro 70.20 18 Ustd

Ort: Raum JRK, Uerdinger Straße 609, Krefeld

Weitere Kurse sind für das Jahr 2023 in der Planung.

Bitte sprechen Sie uns bei Interesse an.



Foto: pixabay.com

NFU

Englisch – Schnupperkurs (für Anfänger Grundstufe A1)

Englisch ist eine der weltweit am häufigsten genutzten Verkehrssprache. In diesem Kurs lernen Sie erste Grundkenntnisse der englischen Sprache für eine verbesserte, interkulturelle Verständigung.

Dozentin: Carole Hartung, Englischdozentin

Für den Kurs muss das Lehrbuch auf eigene Kosten angeschafft werden.

Einsteiger I:

5016 18.01. – 15.03.23 9 x mi 17.00 – 18.30 Uhr

Einsteiger II:

5017 19.04. - 28.06.23 9 x mi 17.00 - 18.30 Uhr

Gebühr: Euro 70,20 18 Ustd

Ort: Raum 5, Uerdinger Straße 609, Krefeld

Weitere Kurse (u.a. Business Englisch) sind für das Jahr 2023 in der Planung. Bitte sprechen Sie uns bei Interesse an.

NEU

Französisch – Schnupperkurs (für Anfänger Grundstufe A1)

Frankreich ist bekannt für seinen wunderschönen Landschaften, seine geschichtsträchtige Kultur und sein köstliches Essen.

In diesem Schnupperkurs erlernen Sie durch eine Muttersprachlerin erste Grundkenntnisse für Ihren nächsten Frankreichurlaub, so dass Sie Land und Leute besser kennen lernen können.

Dozentin: Carole Hartung, Französischdozentin

Für den Kurs muss das Lehrbuch auf eigene Kosten angeschafft werden.

Einsteiger I:

5018 18.01. – 15.03.23 9 x mi 18.45 – 20.15 Uhr

Einsteiger II:

5019 19.04. – 28.06.23 9 x mi 18.45 – 20.15 Uhr

Gebühr: Euro 70,20 18 Ustd

Ort: Raum 5, Uerdinger Straße 609, Krefeld

Weitere Kurse sind für das Jahr 2023 in der Planung.

NFU

Nachhaltigkeit & Umweltbildung - Informationsabende: Nachhaltiger Leben

Das Thema Nachhaltigkeit, Vermeidung von Müll, vor allem Plastik. Fairtrade und Co. ist aktueller denn ie.

An diesen Informationsabenden wollen wir Ihnen einen kleinen Einblick in die verschiedenen Thematiken geben und Sie für ein bewusstes und nachhaltiges Leben sensibilisieren.

Was kann man tun um nachhaltiger zu Leben? Die Vortragsreihe betrachtet die Bereiche Kleidung, Verpackungsmüll. Ernährung. Elektronik. Trinkwasser und Mobilität. Nach einer Betrachtung der momentanen Situation, wird ein grober Überblick gegeben, worauf man im jeweiligen Bereich achten kann, um nachhaltiger zu leben.

Dozenten:

Philine Barrawasser, Verbraucherzentrale NRW Irina Osthoff, Leitung Familienbildung Krefeld

5015 30.03. - 18.05.2023 5 x do 17.30 - 19.00 Uhr

> Gebühr: Euro 35,00 10 Ustd

Ort: Raum 5, Uerdinger Straße 609, Krefeld



Foto: pixabay.com

Ausbildung zum*zur Brandschutz- und Evakuierungshelfer*in

Schulung gem. ASR A2.2 und DGUV Information 205-023

In Deutschland ist der Arbeitgeber verpflichtet Mitarbeitende zu benennen, die für den betrieblichen Brandschutz zuständig sind. Diese Ausbildung wird bei uns direkt im Kombi-Paket mit dem Evakuierungshelfer angeboten.

Die Ausbildung sollte alle 3 bis 5 Jahre wiederholt werden, um garantieren zu können, dass sich die Mitarbeitenden immer auf dem neusten Stand befinden.

Leitung: AS Bauer Akademie

6000	11.01.23	1 x mi	12.00 – 15.30 Uhr
6001	01.02.23	1 x mi	12.00 – 15.30 Uhr
6002	01.03.23	1 x mi	12.00 – 15.30 Uhr
6003	05.04.23	1 x mi	12.00 – 15.30 Uhr
6004	03.05.23	1 x mi	12.00 – 15.30 Uhr
6005	07.06.23	1 x mi	12.00 – 15.30 Uhr
6006	05.07.23	1 x mi	12.00 – 15.30 Uhr
6007	02.08.23	1 x mi	12.00 – 15.30 Uhr
6008	06.09.23	1 x mi	12.00 – 15.30 Uhr
6009	04.10.23	1 x mi	12.00 – 15.30 Uhr
6010	08.11.23	1 x mi	12.00 – 15.30 Uhr
6011	06.12.23	1 x mi	12.00 – 15.30 Uhr

je 4 Ustd

Zu den Kosten informieren wir Sie gerne!

Ort: Raum 5, Uerdinger Straße 609, Krefeld

Ausbildung zum systemischen Coach

Qualifizierung zum Coach nach den Standards der Deutschen Gesellschaft für Coaching (DGfC)



Deutsche Gesellschaft für Coaching e.V.

Coaching ist ein Prozess für Menschen, die eine Veränderung ihrer derzeitigen beruflichen oder privaten Lebenssituation anstreben. Im Coaching geht es darum, dass jede*r Klient*in seine*ihre Fähigkeiten (wieder-) entdeckt und ziel- und lösungsorientiert einsetzt.

Diese berufsbegleitende Weiterbildung umfasst:

- 200 UST Präsenzunterricht
- 48 UST Arbeit in kollegialen Coachinggruppen
- 15 Einheiten selbsterteiltes Coaching a 90 Min.
- 10 Sitzungen Lehrcoaching a 90 Min.
- Eine schriftliche Konzeptarbeit sowie ein Abschlusskolloquium

Termine:

Insgesamt 24 Tage

6x	Fr Sa	12:00 – 19:30 Uhr 09:00 – 17:00 Uhr
4x	Do Fr Sa	15:00 – 20:00 Uhr 09:00 – 18:30 Uhr 09:00 – 14:00Uhr

1.	Modul	21.09 - 23.09.2023 (Do-Sa)
2.	Modul	17.11 – 18.11.2023 (Fr-Sa)
3.	Modul	18.01 - 20.01.2024 (Do-Sa)
4.	Modul	15.03 – 16.03.2024 (Fr-Sa)
5.	Modul	21.06 - 22.06.2024 (Fr-Sa)
6.	Modul	29.08 - 31.08.2024 (Do-Sa)
7.	Modul	15.11 – 16.11.2024 (Fr-Sa)
8.	Modul	17.01 – 18.01.2025 (Fr-Sa)
9.	Modul	20.03 - 22.03.2025 (Do-Sa)
10.	Modul	09.05 – 10.05.2025 (Fr-Sa)

Gebühr: Euro 3.400,00

Darin enthalten sind Seminarunterlagen und Pausensnacks.

Zudem entstehen Kosten von 1.200,00 -1.400,00 Euro für das Lehrcoaching, die individuell mit dem Lehrcoach vereinbart werden.

Zu Fördermöglichkeiten, wie dem Bildungs-scheck NRW beraten wir Sie gerne.

Wir laden Sie hierzu ganz herzlich zu den folgenden Infoabenden ein:

1. Termin: 25.01.2023 ab 19.30 Uhr 2. Termin: 22.03.2023 ab 19.30 Uhr

Wir bitten um eine unverbindliche Anmeldung vorab!

Ort: Raum 5, Uerdinger Straße 609, Krefeld

Bei Interesse melden Sie sich gerne bei uns!

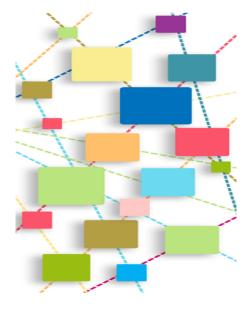


Foto. pixabay.com

Stressbewältigung und Stressvermeidung in Kindertagespflege & Kindertagestätten - Fortbildung

Ein Diese Fortbildung richtet sich an ErzieherInnen und Beschäftigte in der der Kindertagespflege und im Kindergarten zur Erweiterung der eigenen Fachund Handlungskompetenz sowie sozialen und personalen Kompetenz in Stressvermeidung und Stressbewältigung.

Die folgenden Qualitätsziele sind Inhalt der Fortbilduna:

- Stressfaktoren.
- persönliche Stresssituationen,
- Stress im Kindertagespflege- Alltag/ Kindergarten
- Stressbewältigung und Stressminderung
- Entspannungsmethoden

Die Anmeldung erfolgt bei diesen Kursen über die Kursleitung:

Monika Kloppe

6020

Entspannungspädagogin Zertifizierte für Erwachsene und Kinder

Email: monikakloppe@icloud.com

Mobil: 0173-6260424

Gebühr: Euro 259.50

Bitte zahlen Sie auch die Kursgebühr direkt an die Kursleitung!

40 Ustd

6020	04.03.23	1 x sa	10.00 – 14.00 Uhr
6021	09.09.23	1 x sa	10.00 – 14.00 Uhr

Gebühr: Euro 59,00 je 5 Ustd

6022 29.04. – 20.05.23 3 x sa 09.30 – 17.30 Uhr

28.10. – 25.11.23 3 x sa 09.30 – 17.30 Uhr 6023

Ort: Raum 2/5, Uerdinger Straße 609, Krefeld

Mein erstes Vorstellungsgespräch

Ein Vorstellungsgespräch ist für jede*n aufregend – jedoch besonders für Berufseinsteiger*innen! In diesem Workshop lernen Sie wie Sie sich gezielt auf die ungewohnte Situation vorbereiten können. Sie erhalten praktische Tipps und üben diese in Rollenspielen ein.

Trainingsinhalte:

- Ablauf eines Vorstellungsgesprächs mit praktischen Übungen
- Typische Fragen des Vorstellungsgesprächs
- Do's and Don'ts im Vorstellungs-gespräch
- Körperhaltung und Kommunikation

Zielgruppe: Schulabgänger*innen aller Schulformen

Leitung:

Irina Osthoff, Master of Education, Systemischer Coach

6030 04.03.23 1 x sa 09.00 – 15.00 Uhr

6031 01.04.23 1 x sa 09.00 – 15.00 Uhr

Gebühr: Euro 40,00 je 7 Ustd

Ort: Raum 5, Uerdinger Straße 609, Krefeld



Kooperierende Familienzentren

Auf den folgenden Seiten stellen wir unsere kooperierenden Familienzentren vor. In diesen finden im kommenden Jahr zahlreiche Veranstaltungen der Familienbildung statt. Bei Fragen zu Terminen und Angeboten in den Einrichtungen kontaktieren Sie uns gerne oder wenden Sie sich direkt an die Leitungen.

Ev. Familienzentrum der Markuskirche

Das Familienzentrum der Markuskirche betreut 84 Kinder im Alter von 2 - 6 Jahren. Die ganzheitliche Bildung und Förderung der Kinder steht dabei im Vordergrund. Das Familienzentrum orientiert sich an den Bildungsgrundsätzen bzw. Bildungsvereinbarungen des Landes NRW. Die Werte und Konzepte beruhen auf einem christlichen Menschenbild. Im Familienzentrum finden alle Familien Angebote unserer Kooperationspartner wie z.B. Beratungsangebote, Eltern- Kind-Aktionen, pädagogische Themenabende sowie Vater – Kind – Angebote. Für jeden gibt es etwas passendes. Den Schwerpunkt unserer Angebote bilden die Bereiche: Gesundheit, Ernährung und seelisches Wohlbefinden

Kontakt:

Ev. Familienzentrum der Markuskirche Kölner Str. 480 47807 Krefeld Petra Gillmann (Leitung) & Melanie Kanthak (Stellvertretung) Tel. 02151 – 300841



Ev. Familienzentrum der Christuskirche

Das Evangelische Familienzentrum der Christuskirche befindet sich in Krefeld-Bockum. In dieser Einrichtung werden 108 Kinder im Alter von 2 - 6 Jahren in 5 Gruppen betreut, gefördert und begleitet. Unser großzügiges Außengelände kann von den Kindern bei jedem Wetter genutzt werden. Das Mittagessen wird in unserem Hause täglich frisch vor Ort gekocht. Dieses Angebot wird von den Eltern sehr geschätzt und von Kindern gerne genutzt.

Kontakt:

Ev. Familienzentrum der Christuskirche Germaniastraße 135 47800 Krefeld Sabine Mai (Leitung) Tel. 02151 – 591416

Familienzentrum Verberger Straße

Die Einrichtung des Familienzentrums befindet sich in Krefeld Bockum

Kontakt:

Familienzentrum Verberger Str. Verberger Str. 23 47807 Krefeld – Bockum Martin Rainers (Leitung) & Sandra Indenklef (Stellvertretung) Tel. 02151 – 503071

Familienzentrum St. Peter & St. Nikolaus

Die beiden Einrichtungen des Familienzentrums befinden sich in Krefeld Uerdingen.

Kontakt:

Familienzentrum St. Peter Am Wallgarten 15 47829 Krefeld Gabriele Beeser (Leitung) Tel. 02151 – 481332

Unser Jugendrotkreuz...

Die kleinen Engel Bockum 6-14 Jahre

Barbara Schlegel

Gruppenstunde Dienstag 17.00 – 18.10Uhr

irk@krefeld.drk.de

JRK Wasserwichtel Bockum

Birgit Duhr

Schwimmen Mittwoch 17.15 – 18.45Uhr Gruppenstunde Freitag 18.00 – 19.00Uhr

Jugend-Wasserwacht.Krefeld@web.de

Herrlichkeit Hüls

11-17 Jahre und 17-27 Jahre

Gruppenstunden: Montag von 17.00 – 18.30Uhr

18.30 - 20.00Uhr

6-10 Jahre

Gruppenstunden: Mittwoch von 17.30 - 18.30Uhr

Sandra Vits

jrk@krefeld.drk.de

Infos über die Arbeit des Jugendrotkreuzes:

Markus Philippen 0162- 20 53 807 jrk@krefeld.drk.de



DRK-Kreisverband Krefeld e. V.



Und den Datenschutz? ... den haben wir auch!

Allgemeine Informationen zur Datenverarbeitung gemäß Artikel 13 Datenschutzgrundverordnung (EU-DSGVO)

Sehr geehrte*r Kunde*in, Sehr geehrte*r Teilnehmer*in,

wir nehmen den Schutz der Kunden-/Teilnehmendendaten ernst. Der Schutz der individuellen Privatsphäre bei der Verarbeitung persönlicher Daten ist für uns ein wichtiges Anliegen, das wir bei unseren Geschäftsprozessen mit hoher Aufmerksamkeit berücksichtigen.

Deshalb möchten wir Ihnen nachfolgend einige Informationen diesbezüglich geben:

1. Zweck der Datenerhebung – Verarbeitung – oder Nutzung

Hauptzweck ist die Erhebung, Verarbeitung und Nutzung der Daten im Auftrag zur Erfüllung der Kunden-/Teilnehmendenaufträge. Nebenzweck ist die Betreuung der Lieferanten sowie Interessenbetreuung. Hierzu gehören konkret die Kunden-/Kursverwaltung und Akquise, die Termin-verwaltung, die Vertragsabwicklung, die Fakturierung, der Wareneinkauf und der Zahlungs-verkehr.

2. Rechtsgrundlage

Rechtsgrundlage für die Bearbeitung personenbezogener Daten unserer Kunden/Teilnehmenden ist Artikel 6 Abs. 1b EU-DSGVO, wonach die Verarbeitung zur Erfüllung eines Vertrages mit dem Betroffenen zulässig ist. Ebenso ist hiernach die Datennutzung zur Durchführung vorvertraglicher Maßnahmen zulässig. Weiter ist die Datennutzung zulässig, wenn sie zur Wahrung berechtigter Interessen unserer Firma oder eines Dritten erforderlich ist und Ihre Interessen dieses Interesse jeweils nicht überwiegen.

3. Empfänger oder Kategorien von Empfängern, denen die Daten mitgeteilt werden

Grundsätzlich geben wir keine personen-bezogenen Daten von Ihnen an Dritte weiter, es sei denn, eine Weitergabe ist aufgrund gesetzlicher Vorschriften oder zur Auftragserfüllung zwingend erforderlich. In diesem Fall werden Betroffene von uns hierüber informiert, sofern sie nicht bereits Kenntnis hierüber haben.

4. Datenübermittlung in Drittstaaten

Eine Übermittlung der Daten an Staaten außerhalb der Europäischen Union bzw. der EWR (Drittstaaten) ist unsererseits nicht geplant.

5. Dauer der Aufbewahrung

Grundsätzlich löschen wir Daten, wenn der Zweck, für die Daten, entfallen ist, z.B. bei Beendigung eines Vertragsverhältnisses, sofern keine gesetzlichen Aufbewahrungsfristen einer Löschung entgegenstehen.

Ist eine Löschung nicht möglich, z.B. bei Daten, die in einem elektronischen Archivsystem gespeichert sind, werden diese für eine Weiterverarbeitung gesperrt. Die Aufbewahrungsdauer bzw. die Löschfrist von Kundendaten hängt insofern von der jeweiligen Datenart ab. Eine genaue Auflistung der von uns verarbeiteten Datenkategorien und Datenarten führen

wir in einem elektronischen Verzeichnis der Verarbeitungstätigkeiten gemäß Artikel 30 EU-DSGVO, das wir Ihnen auf Anfrage gerne zur Verfügung stellen.

Daten, die wir zur Geltendmachung, Ausübung oder Verteidigung von Rechtsansprüchen benötigen, löschen wir gemäß Artikel 17 Abs. 3e EU-DSGVO nicht.

6. Recht auf Auskunft, Berichtigung, Löschung und Einschränkung der Verarbeitung

Sie haben das Recht, jederzeit Auskunft über Ihre bei uns gespeicherten personenbezogenen Daten zu erhalten.

Ebenso haben Sie das Recht auf Berichtigung, Sperrung oder - abgesehen von der vorgeschriebenen Datenspeicherung zur Geschäfts-abwicklung - Löschung ihrer personenbezogenen Daten.

Damit eine Sperre von Daten jederzeit berücksichtigt werden kann, müssen diese Daten zu Kontrollzwecken in einer Sperrdatei aufbewahrt werden.

Sie können auch die Löschung der Daten verlangen, soweit keine gesetzliche Aufbewahrungs-verpflichtung besteht. Soweit eine solche Verpflichtung besteht, sperren wir Ihre Daten auf Wunsch.

7. Einwilligung

Sie können Änderungen oder den Widerruf einer Einwilligung durch entsprechende Mitteilung an uns mit Wirkung für die Zukunft jederzeit vornehmen.

8. Bereitstellung personenbezogener Daten

Zur Auftragserfüllung ist der*die Auftraggeber*in bzw. der Betroffene verpflichtet, personenbezogene Daten in dem Umfang zur Verfügung zu stellen, wie es für die Auftragserfüllung notwendig ist. Dabei liegt es in der Verantwortung des Auftraggebenden, dem*der Auftragnehmer*in bzw. der verantwortlichen Stelle nur die Daten zur Verfügung zu stellen, die zur Vertragserfüllung erforderlich sind (Minimalprinzip).

9. Beschwerderecht

Sie haben das Recht. die Datenschutzaufsichtsbehörde anzurufen und dort Informationen Rechte aufgrund des Bundesdatenschutzgesetzes (BDSG) und sonstiger Vorschriften Datenschutz. einschließlich den Datenschutzgrundverordnung (EU-DSGVO) 7U erfahren

Darüber hinaus ist die Aufsichtsbehörde Anlauf-stelle für Beschwerden bei der Verarbeitung personenbezogener Daten.

Die zuständige Aufsichtsbehörde für Nordrhein-Westfalen erreichen Sie wie folgt:

Landesbeauftragte für Datenschutz und Informationsfreiheit

Informationsfreiheit Postfach 200444 40102 Düsseldorf Telefon: 0211/38424-0

Telefon: 0211/38424-0 Telefax: 0211/38424-10

E-Mail: poststelle@ldi.nrw.de

DRK-Kreisverband Krefeld e. V.



Allgemeine Geschäftsbedingungen des

Familienbildungswerkes DRK Kreisverband Krefeld e.V.

Präambel

Alle Kurse und Veranstaltungen sind grundsätzlich offen für alle interessierte Menschen. Mit Ihrer Anmeldung akzeptieren Sie unsere Geschäftsbedingungen.

Anmeldung

Anmelden kann sich jede interessierte Person ab dem 16. Lebensjahr. Bei Personen unter 16 Jahren muss die Anmeldung durch einen*einer gesetzlichen Vertreter*in erfolgen.

Es ist erforderlich sich zu allen Kursen anzumelden. Dies kann schriftlich, per Post, per Fax sowie Email erfolgen. Eine persönliche Anmeldung ist während der Bürozeiten möglich. Jede Form der Anmeldung ist verbindlich. Anmeldebestätigungen werden bevorzugt auf elektronischem Weg verschickt oder postalisch zugestellt.

Der Teilnehmende muss bei der Anmeldung Name, Adresse, das Geburtsdatum und eine Telefonnummer, unter der er*sie für Rückfragen und Änderungen erreichbar ist, sowie wenn vorhanden eine aktuelle Email-Adresse angeben.

Die Anmeldungen werden in der Reihenfolge Ihres Eintreffens berücksichtigt. Kann eine Anmeldung nicht

berücksichtigt werden, erfolgt hierüber eine Mitteilung an die*den Angemeldete*n.

Zahlungsbedingungen

Die Kursgebühren sind bis 10 Tage nach Anmeldung per Überweisung zu entrichten. Hierbei muss die Kursnummer angegeben werden.

Ebenso ist eine Barzahlung im Büro möglich.

Die Kursgebühr muss vor Kursbeginn entrichtet werden, da sonst der Anspruch auf den Kursplatz verfällt.

Eine Rückerstattung des Betrages kann nur bei Ausfall einer Veranstaltung erfolgen. Bei Nichtteilnahme aus Gründen, die die Teil-nehmenden selbst zu vertreten haben, z.B. Krankheit, kann eine Rückerstattung nicht erfolgen.

Ermäßigung der Kursgebühr

Ermäßigungen der Kursgebühren gibt es für Personen in besonderen finanziellen Problemlagen. Diese müssen nachgewiesen werden. Informationen dazu erhalten Sie bei Bedarf bei der Anmeldung.

Kursausfall

Das DRK-Familienbildungswerk behält sich vor, Veranstaltungen abzusagen. Als Gründe hierfür sind beispielsweise eine zu geringe Teilnehmendenzahl oder eine Erkrankung der Seminarleitung anzusehen. Wird ein Kurs abgesagt, werden die Teilnehmenden unverzüglich unterrichtet. Bereits bezahlte Kursgebühren werden unverzüglich zurückerstattet.

Rücktritt/ Kündigung durch den Teilnehmenden

Der Teilnehmende ist berechtigt, sich bei Vorliegen eines wichtigen Grundes vom Kurs abzumelden. Ein wichtiger Grund liegt vor, wenn dem Teilnehmenden unter Berücksichtigung aller Umstände des Einzelfalls und unter Abwägung der beidseitigen Interessen ein Festhalten an der Anmeldung nicht zugemutet werden kann.

Eine Abmeldung akzeptieren wir bis 10 Tage vor Kursbeginn. Nach Ablauf dieser Frist wird die Kursgebühr in voller Höhe fällig.

Widerrufsbelehrung

Sie können Ihre Vertragserklärung innerhalb von 14 Tagen ohne Angaben von Gründen in Textform (z.B. Brief, Fax, Email) widerrufen. Die Frist beginnt nach Erhalt dieser Belehrung in Textform, jedoch nicht vor Vertragsschluss und auch nicht vor Erfüllung unserer Informationspflicht gemäß Art.246 §2 in Verbindung mit §1 Abs.1 und 2 EGBGB sowie unserer Pflichten gemäß §312g Abs. 1 Satz 1 BGB in Verbindung mit Art. 245 §3 EGBG. Zur Wahrung der Widerrufsfrist genügt die rechtzeitige Absendung des Widerrufs.

Der Widerruf ist zu richten an: Familienbildungswerk DRK Kreisverband Krefeld e.V. Uerdinger Straße 609 47800 Krefeld

Tel.: 02151- 53 96 12 Fax: 02151- 53 96 66

familienbildung@drk-krefeld.de

Verbraucherstreitbeilegungsgesetz

Am Verbraucherstreitbeilegungsverfahren nehmen wir nicht teil.

Haftung

Eine Haftung bei Unfall sowie für Diebstahl, Verlust und Beschädigung wird nicht übernommen.

Aufsichtspflicht

Bei Eltern-Kind-Kursen liegt die Aufsicht der Kinder ausschließlich bei den Eltern oder den von den Eltern beauftragten Erwachsenen.

Datenschutz

Im Rahmen der Anmeldung werden personenbezogene Daten gespeichert. Die Nutzung und Aufbewahrung der Daten unterliegen den gesetzlichen Bestimmungen.

Das Familienbildungswerk DRK Kreisverband Krefeld e.V. behandelt Ihre Daten verantwortungs-bewusst und hält die Bestimmungen des gesetzlichen Datenschutzes ein.

Mit der Anmeldung willigt der Teilnehmende ein, dass seine*ihre Daten elektronisch gespeichert werden dürfen. Die Daten werden ausschließlich zur gespeichert. Kursverwaltung Es erfolgt keine Weitergabe an Dritte. Kontrollbehörden des Landes zum Zwecke der Kontrolle Mittelverwendung Einblick in die Kursverwaltung. Unsere Datenschutzerklärung finden Sie www.drk-krefeld.de

Abweichende Regelungen

Individuelle Vereinbarungen sowie von den allgemeinen Geschäftsbedingungen abweichende Regelungen bedürfen zu Ihrer Wirksamkeit der Schriftform.

Gutes schafft man gemeinsam.



sparkasse-krefeld.de/allemgewachsen

Folgen Sie uns: O f





Nur wer alle mitnimmt und teilhaben lässt, macht die Gemeinschaft stark. Deshalb unterstützen wir gemeinnützige Vorhaben im Sozial- und Bildungsbereich.

Gemeinsam

