



Gemeinsam wachsen –
als Eltern, als Kinder, als Familie

FAMILIENBILDUNG

aktuell

Auszug
unserer Familien-
angebote für das
Bildungsjahr
2025/2026

Unser gesamtes Kursprogramm findet ihr
im Internet unter www.fbs-coesfeld.de

FÜR DEIN LEBEN GERN.

 **FAMILIEN-
BILDUNGSSTÄTTE
COESFELD**
KATHOLISCHE KIRCHE
BISTUM MÜNSTER

LEBEN. LERNEN. LACHEN.

Kurse für Eltern, Babys und Kleinkinder

Bei uns finden Familien das ganze Jahr über ein vielfältiges Kursangebot, abgestimmt auf die Bedürfnisse von Babys und Kleinkindern.

Schon in den ersten Wochen nach der Geburt starten unsere **Babymassagekurse** und **Eltern-Baby-Gruppen**. Hier können Eltern und Kinder Nähe, Austausch und erste soziale Kontakte erleben. Ab dem **ersten Lebensjahr** laden unsere **Spielgruppen** zum gemeinsamen Entdecken, Singen, Basteln und Spielen ein. Hier sammeln Kinder wichtige erste Gruppenerfahrungen und werden altersgerecht gefördert.

In unseren **Wassergewöhnungskursen** für Babys und Kleinkinder ab dem 10. Lebensmonat bis zum einschließlich 4. Lebensjahr können die Kinder mit ihren Eltern spielerisch das Element Wasser entdecken. Hier stehen Freude, Sicherheit und eine sanfte Gewöhnung im Mittelpunkt.

Für alle, die sich gerne austoben, bieten unsere **Bewegungs- und Familienturnkurse** jede Menge Raum für gemeinsames Erleben. Kinder von 10 Monaten bis 4 Jahren können hier zusammen mit ihren Eltern (oder einer anderen Bezugsperson) klettern, springen, tanzen und ihre Bewegungsfreude ausleben.

Zusätzlich bieten wir regelmäßig **Info- / Elternabende** zu Themen rund um die kindliche Entwicklung an- in Kooperation mit unseren Familienzentren sogar kostenlos.

Gemeinsam begleiten wir dich auf der Reise durch die vielen Phasen der Elternschaft!



Kidix
Eltern-Kind-Kurs



Alle Kurse findet ihr auf unserer Website.



CAFÉ LA MAMA

Auch für Väter

Offenes und unverbindliches Angebot

Jeden 1. und 3. Dienstag im Monat laden wir werdende Eltern und auch junge Familien zu unserem offenen Treff im Café ein (15.30 bis 17.00 Uhr) – ganz unkompliziert und gebührenfrei. Hier könnt ihr eure Babys wiegen, Fragen rund um Schwangerschaft, Geburt und die erste Zeit mit Kind stellen und Euch mit anderen Eltern austauschen. Unsere erfahrenen Hebammen, Sabine Rothe und Esther van Lochum-Nolte, stehen euch mit Tipps zum Stillen, zur Beikost, zur Babypflege, dem Beckenboden und vielem Mehr zur Seite. Außerdem gibt es zusätzliche Impulse für den Alltag mit Baby, denn an ausgewählten Terminen bereichern Referenten und Referentinnen unsere offenen Treffs mit spannenden Themen. Kommt einfach vorbei – wir freuen uns auf Euch!



GUT BEGLEITET VON ANFANG AN

Kurse vor und nach der Geburt

Die Zeit der Schwangerschaft und Geburt ist einzigartig – und verdient besondere Aufmerksamkeit! In unseren Kursen findest du Raum für Austausch, Wissen und Vertrauen. Wir begleiten dich mit Herz und Fachkompetenz – damit du gestärkt und gut vorbereitet in diese neue Rolle wachsen kannst. Wir bieten Aquafitness für Schwangere, Geburtsvorbereitung und Säuglingspflege an. Nach der Geburt begleiten wir dich weiter mit Rückbildungskursen – klassisch oder mit Yoga. Tu dir und deinem Baby etwas Gutes – wir freuen uns auf dich!

Wir freuen uns auf dich!



ABENTEUER HOCH 2

Ein Nachmittag für (werdende) Zwillings- und Mehrlingseltern

Dieser Nachmittag für Zwillings- und Mehrlingseltern bietet vielfältige Austausch- und Gesprächsmöglichkeiten mit fachlicher Begleitung in gemütlicher Atmosphäre. Währenddessen gibt es Spiel- und Bewegungsangebote sowohl für Eltern mit Babys als auch für Eltern mit Kindern bis zu fünf Jahren. Auch werdende Zwillings- und Mehrlingseltern sind herzlich willkommen. Die Veranstaltung wird von der Bürgerstiftung Coesfeld über die Claudia-Schafmeister-Stiftung unterstützt und findet fünf Mal im Jahr freitags von 14.30 bis 17.30 Uhr statt.



WELCOME –

PRAKTISCHE HILFEN NACH DER GEBURT

Die ersten Wochen und Monate mit einem Baby sind für alle Eltern sehr herausfordernd. Die Ehrenamtlichen von „wellcome“ können für Entlastung sorgen und die Familie kann die Zeit zum „Auftanken“ nutzen! Wellcome ist moderne Nachbarschaftshilfe für Coesfelder Eltern: Ehrenamtliche unterstützen für ein paar Monate ein- bis zweimal pro Woche ganz praktisch im Alltag. Wenn du dich angesprochen fühlst und die Unterstützung der „wellcome“-Engel in Anspruch nehmen oder dich ehrenamtlich engagieren möchtest, melde dich bei unserer wellcome-Koordinatorin Désirée Rieger. Telefon: (02541) 949278 oder 94920 · E-Mail: coesfeld@wellcome-online.de





BEVOR DER STECKER GEZOGEN WIRD

Medienkonsum mit Kindern und Jugendlichen besprechen
Referentin: Petra Nachbar

ONLINE

DI. 02.12.2025 · Online 19.00 – 20.30 Uhr (1x) A2113-097W

ELTERNGELD – ELTERNZEIT – MUTTERSCHUTZ

Finanzielles und Rechtliches rund um die Schwangerschaft und Geburt
Referentin: Dasha Dick, Astrid Mütter

MI. 03.12.2025 · FBS Coesfeld 19.00 – 20.30 Uhr (1x) A2112-242

HEUTE WIEDER NUR GESPIELT?

Freies Spiel und seine Bedeutung
Referentin: Heike Bernat

ONLINE

MI. 03.12.2025 · Online 19.30 – 21.45 Uhr (1x) A2113-163W

WIEDERBELEBUNG VON SÄUGLINGEN UND KLEINKINDERN

Kursleitung: Daniela Pöpping

MO. 10.12.2025 · FBS Coesfeld 19.00 – 21.15 Uhr (1x) A2113-002
DI. 20.01.2026 · Liebfrauen Kita 19.00 – 21.15 Uhr (1x) A2113-003
MI. 25.03.2026 · FBS Coesfeld 19.00 – 21.15 Uhr (1x) A2113-004
MI. 22.04.2026 · FBS Coesfeld 19.00 – 21.15 Uhr (1x) A2113-005

KIDIX ELTERN-KIND SPIELGRUPPE FÜR KINDER VON 1 BIS 3 JAHREN

Kursleitung: Melina Buntenkötter

FR. 09.01.2026 · FBS Coesfeld 09.15 – 10.45 Uhr (11x) A2114-361
FR. 17.04.2026 · FBS Coesfeld 09.15 – 10.45 Uhr (13x) A2114-362
FR. 04.09.2026 · FBS Coesfeld 09.15 – 10.45 Uhr (6x) B2114-363

TURNEN FÜR KINDER VON 1,5 BIS 4 JAHREN MIT ELTERN / GROSSELTERN

Kursleitung: Petra Schulte

SA. 10.01.2026 · FBS Coesfeld 08.45 – 10.15 Uhr (4x) A2115-260
SA. 10.01.2026 · FBS Coesfeld 10.15 – 11.45 Uhr (4x) A2115-265
FR. 17.04.2026 · FBS Coesfeld 14.30 – 16.00 Uhr (6x) A2115-272
FR. 17.04.2026 · FBS Coesfeld 16.00 – 17.30 Uhr (6x) A2115-277

ELTERN-BABY-GRUPPE NACH FEP®

Kursleitung: Sylvia Meyer

MO. 12.01.2026 · FBS Coesfeld 09.00 – 10.30 Uhr (9x) A2114-202
MO. 20.04.2026 · FBS Coesfeld 09.00 – 10.30 Uhr (11x) A2114-203
MO. 07.09.2026 · FBS Coesfeld 09.00 – 10.30 Uhr (5x) B2114-204
MO. 02.11.2026 · FBS Coesfeld 09.00 – 10.30 Uhr (7x) B2114-205

DIGITALE MEDIENKOMPETENZ

Chancen erkennen – Risiken verstehen – sicher handeln

Referent: André Terhórst

DI. 13.01.2026 · Kita Mose 18.30 – 20.30 Uhr (1x) A2113-332

FAMILIENAKTION: SCHNABUZZELN MIT PAPA

Kursleitung: Hans Urban

SA. 17.01.2026 · FBS Coesfeld 09.30 – 11.45 Uhr (1x) A2115-504

MIT LEICHTIGKEIT LERNEN

Wie Sie Ihr Grundschulkind optimal unterstützen

Referentin: Irene Trippel

MO. 19.01.2026 · FBS Coesfeld 19.00 – 20.30 Uhr (1x) A2113-343

KINDERÄNGSTE

„Von Monstern im Klo und Gespenstern unterm Bett“

Referentin: Heike Bernat

DO. 22.01.2026 · Kita Die Arche 19.30 – 21.45 Uhr (1x) A2113-050

„EIN BLICK DURCH DIE ERGOBRILLE“

Kindliche Entwicklung verstehen und begleiten

Referentin: Ines Wewers

DO. 22.01.2026 · FBS Coesfeld 19.00 – 20.30 Uhr (1x) A2113-380

ABENTEUER HOCH 2

Kursleitungen: Elena Meyer, Antje Naber

FR. 30.01.2026 · FBS Coesfeld 14.30 – 17.30 Uhr (1x) A2114-072
FR. 27.03.2026 · FBS Coesfeld 14.30 – 17.30 Uhr (1x) A2114-073
FR. 12.06.2026 · FBS Coesfeld 14.30 – 17.30 Uhr (1x) A2114-074

SELBSTBEHAUPTUNGS- & RESILIENZTRAINING FÜR KINDER VON 7 BIS 11 JAHREN

Kursleitung: Rita Hink

DI. 03.02.2026 · FBS Coesfeld 14.00 – 18.00 Uhr (1x) A2117-282
MI. 08.04.2026 · FBS Coesfeld 14.00 – 18.00 Uhr (1x) A2117-283

WICHTIGE ENTWICKLUNGSSCHRITTE VON DER GEBURT BIS ZUR EINSCHULUNG

Referentin: Heike Bernat

DO. 05.02.2026 · Kita St. Lamberti 19.30 – 21.45 Uhr (1x) A2113-381

STARK AUCH OHNE MUCKIS

Selbstbehauptungs- und Resilienztraining für Kinder von 5 bis 8 Jahren
oder für Kinder von 9 bis 12 Jahren

Kursleitung: Sara Reuter

FR. 06.02.2026 · FBS Coesfeld 16.00 – 17.30 Uhr (3x) A2117-293
FR. 08.05.2026 · FBS Coesfeld 16.00 – 17.30 Uhr (3x) A2117-294
MI. 03.07.2026 · FBS Coesfeld 16.00 – 17.30 Uhr (3x) A2117-295

BABYMASSAGE

für Babys ab der 7. Lebenswoche bis Ende des 5. Lebensmonat

Kursleitung: Verena Krapp

DI. 10.02.2026 · FBS Coesfeld 09.00 – 10.30 Uhr (6x) A2115-022
DI. 10.02.2026 · FBS Coesfeld 10.45 – 12.15 Uhr (6x) A2115-023

KINDLICHE SEXUALITÄT: VERSTEHEN, SCHÜTZEN UND BEGLEITEN

Kursleitung: Doris Eberhardt

MO. 23.02.2026 · Liebfrauen Kita 19.30 – 21.45 Uhr (1x) A2113-262

MEDIEN, APPS UND CO.

Kindgerechte Inhalte und Online-Sicherheit

Kursleitung: Annika Wille

DO. 26.02.2026 · DRK-Kita Fidus 19.30 – 21.00 Uhr (1x) A2113-331

DIE WELT DURCH KINDERAUGEN SEHEN

Mitmach-Elternabend: DIY Spielideen mit Alltagsmaterialien

Kursleitung: Stefanie Erdelkamp

MO. 02.03.2026 · Kita St. Johannes 18.30 – 20.00 Uhr (1x) A2113-201

Unsere Familienangebote für das Bildungsjahr 2025 / 2026

EINIGE ANGEBOTE WERDEN
UNTERSTÜTZT DURCH DAS
FAMILIENZENTRUM NRW



HOCHSENSIBLE KINDER LEICHTER VERSTEHEN LERNEN

Kursleitung: Tanja Gellermann

DO. 05.03.2026 · FBS Coesfeld 18.30 – 20.45 Uhr (1x) A2113-301
DO. 16.04.2026 · Kita Maria Frieden 18.30 – 20.45 Uhr (1x) A2113-305

BABYZEICHENSPRACHE – BABYS BESSER VERSTEHEN LERNEN

Kursleitung: Anna Fiedler

MO. 09.03.2026 · FBS Coesfeld 19.30 – 21.00 Uhr (1x) A2113-242
MO. 15.06.2026 · FBS Coesfeld 19.30 – 21.00 Uhr (1x) A2113-243

WENN ELTERN WÜTEND WERDEN – WEGE AUS DER ELTERNWUT

Referentin: Sandra Bönning

MI. 11.03.2026 · DRK Kita Oberlau 19.30 – 21.00 Uhr (1x) A2113-221

DAS LEBEN IST (K)EIN PONYHOF

Umgang mit Basisemotionen im Alltag

Kursleitung: Heike Bernat

DO. 12.03.2026 · Kita St. Ludgerus 19.30 – 21.45 Uhr (1x) A2113-141

BABYSITTING-SCHEIN

Babysitter werden – für Jugendliche ab 13 Jahren

Kursleitung: Diana Homoet

SA. 14.03.2026 · FBS Coesfeld 09.00 – 16.30 Uhr (2x) A2117-301

SHARENTING – KINDERFOTOS IM NETZ

Kinderrechte und Elternverantwortung

Kursleitung: Katrin Hagedorn

MO. 16.03.2026 · Kita St. Jakobi 19.30 – 21.45 Uhr (1x) A2113-043
MO. 04.05.2026 · FBS Coesfeld 10.00 – 11.30 Uhr (1x) A2113-044
MO. 08.06.2026 · FBS Coesfeld 19.00 – 20.30 Uhr (1x) A2113-045

GEWALTFREIE ERZIEHUNG – GEHT DAS ÜBERHAUPT?

Kursleitung: Antje Klüber

DI. 17.03.2026 · Kita MoKi 19.30 – 21.45 Uhr (1x) A2113-016

ADHS BEI KINDERN

Referentin: Christine Schulze-Bröring

MI. 25.03.2026 · FBS Coesfeld 19.00 – 20.30 Uhr (1x) A2113-311

NÄHKURS FÜR ANFANGENDE KINDER UND JUGENDLICHE AB 10 JAHREN

Kursleitung: Rita Röschenkemper

MO. 30.03.2026 · FBS Coesfeld 09.00 – 12.00 Uhr (4x) A2117-242

SELBSTBEHAUPTUNG FÜR MÄDCHEN IN DER 2. BIS 4. KLASSE

Kursleitung: Monika Aehling

MO. 30.03.2026 · FBS Coesfeld 10.00 – 13.00 Uhr (2x) A2117-296

SELBSTBEHAUPTUNG FÜR MÄDCHEN IN DER 5. BIS 6. KLASSE

Kursleitung: Monika Aehling

MO. 30.03.2026 · FBS Coesfeld 14.00 – 17.00 Uhr (2x) A2117-297

KINDER KOCHEN IN DEN FERIEEN – FÜR KINDER IM ALTER VON 9 BIS 12 JAHREN

Kursleitung: Margret Edeler

DI. 31.03.2026 · FBS Coesfeld 09.00 – 12.00 Uhr (3x) A2117-202

ELTERNSTART NRW: ELTERN-BABY-GRUPPE

Geburtsmonate Dezember 2025/Januar 2026

Kursleitung: Nathascha Denter

FR. 17.04.2026 · FBS Coesfeld 08.45 – 10.15 Uhr (5x) A2114-225E
FR. 29.05.2026 · FBS Coesfeld 08.45 – 10.15 Uhr (7x) A2114-226
FR. 04.09.2026 · FBS Coesfeld 08.45 – 10.15 Uhr (13x) B2114-227

FIT FÜR DEN SCHULHOF

Kompetenzen für den Schulhof-Alltag

Kursleitung: Heike Bernat

DO. 23.04.2026 · Kita Herz-Jesu 19.30 – 21.45 Uhr (1x) A2113-344

WÖRTE, DIE VERBINDEN – WERT- SCHÄTZENDE SPRACHE MIT KINDERN

Referentin: Sandra Bönning

DO. 07.05.2026 · Online 19.00 – 20.30 Uhr (1x) A2113-251W

ONLINE

HOCHSENSIBLE KLEINKINDER FÜR DEN ÜBERGANG IN DIE SCHULE STÄRKEN

Kursleitung: Tanja Gellermann

MI. 20.05.2026 · Online 18.30 – 20.45 Uhr (1x) A2113-302W

ONLINE

KOMMUNIKATION MIT TEENAGERN – REDEN, DAMIT WIR UNS VERSTEHEN

Referentin: Sandra Bönning

DI. 07.07.2026 · Online 19.00 – 20.30 Uhr (1x) A2113-096W

ONLINE



Infos zu den Veranstaltungen und
der Kursgebühr findet ihr auf
unserer Website www.fbs-coesfeld.de.
Wir freuen uns auf euch!

DU MÖCHTEST BEI EINEM KURS MITMACHEN?

Die Kurs-Anmeldung könnt ihr per E-Mail, telefonisch, persönlich oder online über unsere Website vornehmen.

Familienbildungsstätte Coesfeld
Marienring 27
48653 Coesfeld

☎ 02541 94920

✉ fbs-coesfeld@bistum-muenster.de

🌐 www.fbs-coesfeld.de

Bürozeiten:

Montag bis Freitag: 9–12 Uhr

Montag, Mittwoch und Donnerstag:

15.00–17.00 Uhr



Wir bieten Ermäßigungen für verschiedene Zielgruppen an. So bekommen z. B. Familien mit 3 Kindern sowie alleinerziehende Eltern oder Menschen mit einem geringeren Einkommen eine Ermäßigung. Wir möchten die Teilnahme nicht am Geldbeutel scheitern lassen. Bitte spricht uns an. Weitere Informationen findet ihr auf unserer Website.

UNSERE KOOPERATIONSPARTNER:

