



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.

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 Familieturnkurse** 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!



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 Zwillingss- und Mehrlingsseltern 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 Zwillingss- und Mehrlingsseltern 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.



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

ONLINE

ELTERNGEGLD – 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

ONLINE

HEUTE WIEDER NUR GESPIELT?
Freies Spiel und seine Bedeutung
Referentin: Heike Bernat
MI. 03.12.2025 · Online 19.30 – 21.45 Uhr (1x) A2113-163W

ONLINE

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 Terhörst
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 Kropp
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

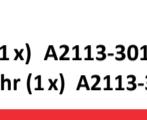
KINDLICHE SEXUALITÄT: VERSTEHEN, SCHÜTZEN UND BEGLEITEN
Kursleitung: Doris Eberhardt
MO. 23.02.2026 · Liebfrauen Kita 19.30 – 21.45 Uhr (1x) A2113-262

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 Bönnig
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

GEWALTFREEIE 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 FERIEN – 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

WORTE, DIE VERBINDELN – WERT- SCHÄTZENDE SPRACHE MIT KINDERN

Referentin: Sandra Bönnig
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 Bönnig
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

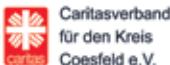
Montag, Mittwoch und Donnerstag:

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 sprecht uns an. Weitere Informationen findet ihr auf unserer Website.

UNSERE KOOPERATIONSPARTNER:



Der Kinderschutzbund
Kreisverband Coesfeld



KINDERGÄRTEN COESFELD
der Junge Katholiken e.V.