



**Bildungswerk
Leben und Lernen
Programm
1. Halbjahr 2018**

Unsere Titelgeschichte

Ab Januar 2018 ist das **DRK-Bildungswerk Leben und Lernen** für die Breitenausbildungen Erste Hilfe und Erste Hilfe am Kind zuständig. Damit bekommt unser Haus auf der Erftstraße ein weiteres „Fenster“ hinzu. So sieht es die Künstlerin Walburga Schild-Griesbeck, die schon vor vielen Jahren Kursangebote für das DRK geleitet hat. Bereits im Jahr 2008 hat sie das diesjährige Titelbild für das Bildungswerk gemalt und das Haus mit vielen Fenstern als Sinnbild für Angebote und Möglichkeiten gesehen: „Ein Haus voller interessanter Aktionen und offen für Alle,“ so die Künstlerin. Die blaue Farbe steht als Symbol für Freiheit, Weite und Transparenz, als Farbe des Himmels und des Wassers.

Wir danken Frau Schild-Griesbeck von Herzen für ihr schönes Bild und ihre liebevolle Sicht auf uns.

Zur Künstlerin:

Walburga Schild-Griesbeck ist freie Künstlerin in ihrem eigenen Atelier „freiart“ auf der Zeche Lohberg in Dinslaken.

Vor einigen Jahren leitete Sie den Bereich „Ernährung und Hauswirtschaft“ im Projekt „Förderlehrgänge“ für Jugendliche des DRK.



Wo kann ich mich anmelden?

Sie können sich **persönlich** oder **telefonisch** während der Öffnungszeiten, darüber hinaus auch **schriftlich**, per E-Mail oder per Anmeldekarte anmelden. **Wir beraten Sie gerne!**

DRK-Bildungswerk Leben und Lernen

Telefon: 0203 / 30 54 70

Bildungswerk@drk-duisburg.de

Erftstr. 15, 47051 Duisburg

Weitere Informationen finden Sie auf Seite 8 im Programm des DRK-Familienbildungswerkes.

Grußwort

Liebe Leser/innen,
liebe Menschen in Duisburg!

Herzlich Willkommen im ersten Programm des **DRK-Bildungswerks Leben und Lernen** für das 1. Halbjahr 2018.

Die Angebotspalette im DRK-Bildungswerk Leben und Lernen beinhaltet Angebote in der persönlichen, beruflichen, kulturellen und politischen Bildung. Hier finden Sie Aus- und Fortbildungsmöglichkeiten, Qualifizierungen und Workshops. Der Bereich mit Fahrten und Angeboten, unsere Stadt zu entdecken, findet sich neben Angeboten für eine gesunde Balance im Berufs- und Privatleben wieder. Der traditionelle Rotkreuz-Bereich der Ersten Hilfe gehört von nun an auch zu unseren Aufgaben. Ich freue mich, Ihnen ein buntes und abwechslungsreiches Programm anbieten zu können und die neuen Wege mit Ihnen gemeinsam zu beschreiten. Wir sind offen für Ihre Ideen, Anregungen und Impulse.

Das Team des DRK-Bildungswerks freut sich auf Sie.

Wir über uns

Abteilungsleiter
Soziale Arbeit und Bildung

Volker Klaus

Aus- und Fortbildung
Erste-Hilfe-Kurse

Dagmar Schmickler
Telefon: 0203 / 30547-90
ausbildung@drk-duisburg.de

Ausbilderin
Erste Hilfe
Erste Hilfe am Kind

Nicole Verl
Telefon 0203 / 30547-90
ausbildung@drk-duisburg.de

Was finde ich wo?

Erste Hilfe	Lehrgang	6
	Fortbildung	8
	für Senioren	9
	AED	9
	INHOUSE-Schulung	9
	am Kind	10
Tanz & Musik		12
Entdeckungswelten	Entdecke deine Stadt	16
	Fahrten	18
Selbsthilfegruppen		24
Gesundheitsschicht		26
Ausbildungen	Basisqualifikationen	28
	Ausbildungen	29
Fortbildungen	Zusatzmodule	30
	Reflexionen	33

Erste Hilfe

Wir können helfen...

Erste Hilfe

Erste Hilfe Lehrgang

Wir vermitteln Ihnen Kenntnisse über grundlegende Hilfe-
maßnahmen. Egal ob im Straßenverkehr, im Betrieb oder
im privaten Umfeld: Sie werden in der Lage sein, bis zum
Eintreffen der Rettungskräfte in nahezu jedem Notfall rich-
tig zu helfen und gut zu versorgen. Geeignet für alle Füh-
rerscheinklassen, ErsthelferInnen in Betrieben und Verwal-
tung oder TrainerInnen in Vereinen und Arzt- oder Apothe-
kenhelferInnen. Die Bescheinigung ist für 2 Jahre gültig.
Innerhalb dieser Zeit kann sie durch eine Erste Hilfe Fortbil-
dung erneuert werden.

Januar

L02	Di	08:00-17:00	09.01.2018	9 UE	35,00€
Landwehrstr. 21					
L03	Mi	08:00-17:00	17.01.2018	9 UE	35,00€
Landwehrstr. 21					
L04	Fr	08:00-17:00	19.01.2018	9 UE	35,00€
Landwehrstr. 21					
L05	Sa	08:00-17:00	27.01.2018	9 UE	35,00€
Landwehrstr. 21					
L06	Di	08:00-17:00	30.01.2018	9 UE	35,00€
Landwehrstr. 21					
L07	Mi	08:00-17:00	31.01.2018	9 UE	35,00€
Landwehrstr. 21					

Februar

L08	Di	08:00-17:00	06.02.2018	9 UE	35,00€
Landwehrstr. 21					
L09	Mi	08:00-17:00	07.02.2018	9 UE	35,00€
Landwehrstr. 21					
L10	Do	08:00-17:00	22.02.2018	9 UE	35,00€
Landwehrstr. 21					
L11	Sa	08:00-17:00	24.02.2018	9 UE	35,00€
Landwehrstr. 21					
L12	Mi	08:00-17:00	28.02.2018	9 UE	35,00€
Landwehrstr. 21					

Erste Hilfe

März

L13	Di	08:00-17:00	06.03.2018	9 UE	35,00€
Landwehrstr. 21					
L14	Fr	08:00-17:00	09.03.2018	9 UE	35,00€
Landwehrstr. 21					
L15	Mi	08:00-17:00	14.03.2018	9 UE	35,00€
Landwehrstr. 21					
L16	Do	08:00-17:00	15.03.2018	9 UE	35,00€
Landwehrstr. 21					
L17	Di	08:00-17:00	20.03.2018	9 UE	35,00€
Landwehrstr. 21					
L18	Di	08:00-17:00	24.03.2018	9 UE	35,00€
Landwehrstr. 21					
L19	Di	08:00-17:00	27.03.2018	9 UE	35,00€
Landwehrstr. 21					

April

L20	Do	08:00-17:00	05.04.2018	9 UE	35,00€
Landwehrstr. 21					
L21	Fr	08:00-17:00	13.04.2018	9 UE	35,00€
Landwehrstr. 21					
L22	Do	08:00-17:00	19.04.2018	9 UE	35,00€
Landwehrstr. 21					
L23	Sa	08:00-17:00	21.04.2018	9 UE	35,00€
Landwehrstr. 21					
L24	Fr	08:00-17:00	25.04.2018	9 UE	35,00€
Landwehrstr. 21					
L25	Fr	08:00-17:00	27.04.2018	9 UE	35,00€
Landwehrstr. 21					

Mai

L26	Do	08:00-17:00	03.05.2018	9 UE	35,00€
Landwehrstr. 21					
L27	Fr	08:00-17:00	11.05.2018	9 UE	35,00€
Landwehrstr. 21					
L28	Sa	08:00-17:00	19.05.2018	9 UE	35,00€
Landwehrstr. 21					

Erste Hilfe

L29	Mi	08:00-17:00	23.05.2018	9 UE	35,00€
Landwehrstr. 21					
L30	Mi	08:00-17:00	17.05.2018	9 UE	35,00€
Landwehrstr. 21					
L31	Mi	08:00-17:00	24.05.2018	9 UE	35,00€
Landwehrstr. 21					

Juni

L32	Mi	08:00-17:00	06.06.2018	9 UE	35,00€
Landwehrstr. 21					
L33	Do	08:00-17:00	07.06.2018	9 UE	35,00€
Landwehrstr. 21					

Erste Hilfe Fortbildung

Auffrischung und Vertiefung der erworbenen Erste Hilfe Kenntnisse für betriebliche ErsthelferInnen (von den Berufsgenossenschaften anerkannt), TrainerInnen etc. Die Bescheinigung ist für 2 Jahre gültig. Innerhalb dieser Zeit kann sie durch die erneute Belegung des Kurses erneuert werden.

F01	Do	08:00-17:00	11.01.2018	9 UE	35,00€
Landwehrstr. 21					
F02	Mi	08:00-17:00	24.01.2018	9 UE	35,00€
Landwehrstr. 21					
F03	Do	08:00-17:00	15.02.2018	9 UE	35,00€
Landwehrstr. 21					
F04	Do	08:00-17:00	01.03.2018	9 UE	35,00€
Landwehrstr. 21					
F05	Do	08:00-17:00	21.03.2018	9 UE	35,00€
Landwehrstr. 21					
F06	Mi	08:00-17:00	11.04.2018	9 UE	35,00€
Landwehrstr. 21					
F07	Mi	08:00-17:00	02.05.2018	9 UE	35,00€
Landwehrstr. 21					
F08	Mi	08:00-17:00	02.05.2018	9 UE	35,00€
Landwehrstr. 21					
F09	Mi	8:00-17:00	13.06.2018	9 UE	35,00€
Landwehrstr. 21					

Erste Hilfe

Erste Hilfe für Senioren

Wir zeigen Ihnen, dass Erste Hilfe auch im reiferen Alter leicht erlernbar und unverzichtbar ist. Unser praxisorientierter Erste Hilfe Lehrgang ist der erste Schritt zu mehr Sicherheit und Vertrauen in die eigenen Fähigkeiten. Da nur selten ein „Profi“, wie Arzt oder Sanitäter sofort vor Ort ist, ist es wichtig, dass Sie die ersten, mitunter lebenswichtigen Handgriffe übernehmen können.

S01	Do	9:00-12:00	22.03.2018	4 UE	20,00€
R110, Ertstr. 15					
S02	Mi	9:00-12:00	30.05.2018	4 UE	20,00€
R110, Ertstr. 15					

AED / Frühdefibrillation - Umgang mit dem Defibrillator

„Kampf dem plötzlichen Herztod“

Erlernen auch Sie mit einem Automatisierten Externen Defibrillator (AED), auch Laien-Defibrillator genannt, erfolgreich Leben zu retten.

D01	Mi	09:00-12:00	07.03.2018	4 UE	20,00€
R110, Ertstr. 15					
D02	Di	16:00-19:00	08.05.2018	4 UE	20,00€
R004, Ertstr. 15					

INHOUSE-Schulung

Alle Kursformen sind auf Wunsch auch in Ihren Räumlichkeiten durchführbar. Die Kurse finden in der Regel von 08:00 Uhr bis 17:00 Uhr statt und können montags bis sonntags gebucht werden. Auch haben Sie die Möglichkeit einen Lehrgang auf zwei Tage innerhalb von vier Wochen zu splitten, sollte dies organisatorisch angenehmer für Sie sein. Voraussetzung zu Buchung einer INHOUSE-Schulung: Mindestteilnehmerzahl von 12 Personen, maximale Teilnehmerzahl von 20 Personen. Für TN mit gültigem Gutschein der Berufsgenossenschaft (BG), entfällt die Kursgebühr. Wir rechnen eigenständig mit Ihrer BG ab. Termine auf Anfrage ca. 4 Wochen im Voraus.

Bei Fragen zu unseren Erste-Hilfe-Angeboten oder zur Anmeldung nutzen Sie bitte die E-Mail-Adresse ausbildung@drk-duisburg.de

Erste Hilfe am Kind



Erste Hilfe am Kind Erste Hilfe in Bildungs- und Betreuungseinrichtungen für Kinder

Wer Kinder hat oder betreut, weiß aus eigener Erfahrung, dass sich Notfälle wie Vergiftungen, Unfälle, Atemstörungen oder Krankheiten bei Kindern jederzeit ereignen können. Dann gilt es, schnell zu handeln. Die richtige Hilfe ist oft lebensrettend. Zielgruppe: Eltern, Großeltern, Babysitter, Mitarbeiter in der Tagespflege und ErzieherInnen und LehrerInnen. **Diese Erste-Hilfe-Schulung erfüllt die Voraussetzung für Erzieher(innen) auf der Grundlage der DGUV 304-001.** Die Bescheinigung ist für 2 Jahre gültig. Innerhalb dieser Zeit kann sie durch eine Erste Hilfe Fortbildung erneuert werden.

Weitere Termine auf Anfrage

B01	Sa	08:00-17:00	10.02.2018	9 UE	40,00€
R110, Ertstr. 15					
B02	Sa	08:00-17:00	03.03.2018	9 UE	40,00€
R110, Ertstr. 15					
B03	Sa	08:00-17:00	07.04.2018	9 UE	40,00€
R110, Ertstr. 15					
B04	Sa	08:00-17:00	21.04.2018	9 UE	40,00€
R110, Ertstr. 15					
B05	Sa	08:00-17:00	19.05.2018	9 UE	40,00€
R110, Ertstr. 15					

Tanz & Musik

Man muss das Leben tanzen
Nietzsche

Tanz & Musik

Clipdance 40+

Selbstbewusst, ungewöhnlich, auch mal dramatisch oder witzig: das ist Clipdance. Hier ist der Kurs für alle ab 40, die Lust haben, sich so zu bewegen wie die Stars in den Video-clips. Für alle, die ihre Fitness mit Spaß und aktueller Musik fördern wollen; die Rhythmus im Körper statt Alltag im Kopf

403	Fr	18:00-19:30	19.01. - 29.06.18	38 UE	106,00 €
R221, Erfstr.15			Marion Bachmann		

Standard- und Latein-Tanzkurs für Anfänger und Wiedereinsteiger

Sie sind Anfänger oder haben schon länger nicht mehr getanzt? Dieser Kurs richtet sich an Teilnehmer, die Grundkenntnisse in den Tänzen Rumba, Cha-Cha, Jive, Samba, Tango, Langsamer Walzer und Foxtrott erlernen oder auffrischen möchten.

404	Mi	19:30-21:00	17.01. - 21.03.18	18 UE	50,00€
405	Mi	19:30-21:00	11.04. - 13.06.18	21 UE	59,00€
Kaiserstr. 51a			Iris Tauber		
406	So	18:00-19:30	21.01. - 13.05.18	27 UE	81,00€
Erfstr. 15			Iris Tauber		



Line Dance

Alle, die gerne tanzen und keinen Tanzpartner haben, sind hier genau richtig. Sie lernen kleine Schrittfolgen zur Musik zu tanzen. Wir tanzen in Reihen und Linien neben- und hintereinander. Jeder tanzt für sich, aber synchron mit der Gruppe. Die Musik ist mal langsam und mal flotter.

407	Mi	17:15-18:15	17.01. - 21.03.18	9 UE	31,50€
408	Mi	17:15-18:15	11.04. - 20.06.18	11 UE	38,50€
Kaiserstr. 51a			Iris Tauber		

Tanz & Musik

Disco-Fox für Anfänger und Wiedereinsteiger

Disco-Fox ist einer der beliebtesten Tänze und dabei wohl der einzige Tanz, den man auch außerhalb des Tanzkurses und fast zu jeder Musik tanzen kann.



409	Mi	18:30-19:15	21.02. - 21.03.18	5 UE	14,00€
410	Mi	18:30-19:15	11.04. - 23.04.18	7 UE	20,00€
Kaiserstr. 51a			Iris Tauber		

LesbianGayBisexualTransgender Regenbogen Standard-, Latein- und Disco Fox-Tanzkurs

für Anfänger und Wiedereinsteiger

Sie sind Anfänger oder haben schon länger nicht mehr getanzt? Dieser Kurs richtet sich an Teilnehmer, die Grundkenntnisse in den Tänzen Rumba, Cha-Cha, Jive, Samba, Tango, Langsamer Walzer und Foxtrott erlernen oder auffrischen möchten.

411	So	16:15-17:45	21.01. - 13.05.18	16 UE	48,00€
Kaiserstr. 51a			Iris Tauber		



Afrikanisches Trommeln

Wer afrikanische Rhythmen kennen lernen und ausprobieren oder sie gar verinnerlichen möchte, ist herzlich dazu in diesem Workshop eingeladen. Ein Hauch von afrikanischem Lebensgefühl und Rhythmus wird erlebt und hörbar gemacht in einer Atmosphäre von Teamgeist und Wir-Gefühl. Der Kursleiter aus Ghana stellt die Trommeln für den Workshop zur Verfügung.

Termine: 27.01., 17.02., 24.03., 21.04., 26.05., 30.06.18

412	Sa	15:00-17:15	27.01. - 30.06.18	18 UE	75,00€
R004, Erftr. 15			Natty Marbell		

Tanz & Musik

Von der Bewegung zu Rhythmus und Tanz

Ausgehend von einfachen Bewegungen, die die Achtsamkeit für den Körper erhöhen, beschäftigen wir uns in diesem Workshop mit verschiedenen Rhythmen. Die Rhythmen werden durch Klatschen, Stampfen und andere Formen der Body-Percussion hörbar gemacht. Sie üben mit Tanzbewegungen zu improvisieren und lernen Choreographien kennen, die im Kreis und in Reihen getanzt werden (Kreistänze und Linedance).

413	Sa	14:30-17:30	05.05.2018	4 UE	15,00€
R221, Ertstr. 15			Jürgen Ambros		

**An Freunde denken –
Workshop verschenken!**

Volkstänze aus Europa

Es bringt einfach Spaß, sich einzeln und in der Gruppe nach alter und neuer Musik zu bewegen. Sie können ohne Vorkenntnisse und ohne Partner mitmachen! Neben einem folkloristischen Aufwärm- und Trainingsprogramm, in welchem Grundschriffe und folkloristische Elemente erarbeitet werden, liegt der Schwerpunkt des Workshops im gemeinsamen Tanzerlebnis ausgewählter Volkstänze aus Europa.

414	Sa	14:30-17:30	17.03.2018	4 UE	15,00€
R221, Ertstr. 15			Harald Schulte		

Samba-Brasil

Locker aus der Hüfte und fantastisch elastisch, lateinamerikanische Lebensfreude und tanzen, bis der Arzt kommt! Ein super Fitness-Programm mit hohem Lustfaktor. Keine Vorkenntnisse erforderlich.

415	Sa	14:30-17:30	23.06.2018	4 UE	15,00€
R221, Ertstr. 15			Harald Schulte		

Entdeckungswelten

In der Fremde erfährt man mehr
als zu Hause.

Entdecke deine Stadt

It's Showtime!

Besuch im Theater am Marientor

Das TaM gilt mit seinem vielfältigen Programm als Spielstätte für erstklassiges Live-Entertainment in unserer Stadt, mit Musical-Highlights, Comedy-Abenden, Tanzshows und mittlerweile auch Castings unterschiedlicher TV-Produktionen. Freuen Sie sich auf einen Blick hinter die Kulissen mit interessanten Informationen und einem kleinen Imbiss!

710	Do	10:00-12:15	01.03.2018	3 UE	12,00€
Treffpunkt: Haupteingang			Silvia Lambertz		

Moschee-Talk

Wir laden ein zum lebendigen Austausch mit Muslimen in der Ali-Moschee in Duisburg-Hochfeld. Fürchten kann man nur, wen oder was man nicht kennt: Darum führt uns der Moschee-Talk in eine waschechte Hochfelder Hinterhofmoschee, in die Lebenswelt von Duisburger Muslimen verschiedener Nationalitäten. Wir besichtigen die Moschee und finden uns danach ein zu Tee und orientalischem Gebäck und möchten voneinander etwas über unser Leben, unsere Hoffnungen, unsere Ängste und unsere Freuden erfahren. Alle Fragen sind erwünscht und erlaubt, mit Respekt und Achtung im gemeinsamen Umgang.

711	Do	17:00-19:15	01.03.2018	5 UE	3,00€
Treffpunkt: Brückenplatz			Liane Lauprecht		

Interkultureller Stadtspaziergang „Himmlisches Hochfeld“

Bei dem Stadtspaziergang tauchen wir ein in die Welt der Hinterhofmoscheen und Migrantenkultur. Glamouröse Vorzeigeobjekte sucht man im nachweislich ärmsten Stadtteil Duisburgs vergebens. Trotzdem hat Hochfeld weit mehr zu bieten als seine Bekanntheit als vermüllter Problemstadtteil. Wir besuchen soziale Akteure in Hinterhofmoscheen und lokalen Vereinen und erfahren von ihrer Arbeit, besichtigen die Ali-Moschee, spazieren durch den Rheinpark, verschaffen uns einen Gesamtüberblick über Hochfeld auf dem Wasserturm, entdecken die Einkaufsmöglichkeiten „Unter den Arkaden“, trinken Tee in „Istanbul“ oder genehmigen uns ein Eis in der besten Eisdiele Duisburgs (oder der Welt?). Die Ausdehnung unseres Spazierganges und die Schrittgeschwindigkeit passen wir den Wünschen und Bedürfnissen der TeilnehmerInnen an.

712	Sa	15:00-19:00	05.05.2018	5 UE	10,00€
Treffpunkt: Brückenplatz			Liane Lauprecht		

Entdecke deine Stadt

Familienschicksale in der Salvatorkirche

Bei der Führung werden die Menschen und die Umgebung der Salvatorkirche im 16. und 17. Jahrhundert spannend und anschaulich vorgeführt von einer Person, die damals vieles mit eigenen Augen gesehen hat! In der Duisburger Salvatorkirche befinden sich über 30 hölzerne Gedenkplatten und 3 Grabsteine von in dieser Zeit verstorbenen Duisburgern. Es waren meist Familien, die nach der Reformation zum protestantischen Glauben übergetreten waren und aus anderen Regionen zugewandert sind. Es sind Professoren der Alten Universität, Adelige, hochrangige Militärangehörige oder Menschen, die im Dienst der jeweiligen Landesfürsten standen, aber auch Duisburger Bürgerfamilien.

713	Fr	15:00-16:30	20.04.2018	2 UE	5,00€
Eingang Südkapelle			Margret Stohldreier		

Unter unseren Füßen – das alte Duisburg

Tauchen Sie während unseres Rundganges ein in die Historie der alten Stadt an Rhein und Ruhr – von der Zeit der Römer über das Mittelalter bis heute. Auf dem Weg durch die Altstadt begegnen Ihnen erstaunlich viele Denkmäler aus früheren Jahrhunderten. Sie erhalten spannende Informationen zu deren Entstehung. Anekdoten und Geschichten begleiten Sie auf einer lebendigen Zeitreise.

Treffpunkt: Rathausbogen (Durchgang Rathhausturm) zur Burgplatzseite

714	Do	16:30-18:45	26.04.2018	3 UE	6,00€
Rathausbogen			Franz Josef Tolle		

Von Tönnekesdrietern, Inseln, die gar keine sind, und einem Bananenhaus

Ruhrort bietet tolle Beispiele für den strukturellen Wandel der Region: Früher wurden das Leben und die Arbeit im Hafentadtteil durch die Schifffahrt bestimmt. Durch moderne Technik, Schubverbände und Container hat sich das seit einigen Jahren grundlegend geändert. Trotzdem lohnt es sich, den historischen Spuren, z. B. in der Fabrikstraße oder im Ortskern, nachzugehen. Sie erfahren dabei auch eine Menge über die Gegenwart, den Wandel zum Kreativquartier oder die Lebensqualität in einem ungewöhnlichen Stadtteil. Der Rundgang endet vor dem Café Kurz.

715	So	13:30-15:45	24.06.2018	3 UE	6,00€
Tausendfensterhaus			Franz Josef Tolle		

Fahrten



Wellness-Wochenende für Mädchen

Wir laden euch ein zu einem (ent-)spannenden Wellnesswochenende in einem wunderschönen Haus mitten in der Eifel.

Gönnt euch:

- einfach mal eine Pause aus dem Schulalltag und tankt neue Kraft
- Spaß haben, quatschen, zusammen kochen
- Schwimmen im hauseigenen Pool mit Sauna
- das Zusammensein mit Pferden genießen
- positive Selbstwahrnehmung üben
- die Kraft der Gruppe
- Du selbst sein dürfen – unperfekt sein dürfen

Wann: Fr. 20. – So. 22.04.2018

Abfahrt: 16:00 Uhr

DRK Familienbildungswerk, Ertstr. 15, 47051 Duisburg

Ankunft: ca. 19:00 Uhr

DRK Familienbildungswerk, Ertstr. 15, 47051 Duisburg

Wer: Mädchen von 12 – 18 Jahren

Wie viel: 120 Euro alles inklusive

Anmeldung bis spätestens 15. März 2018

Ansprechpartnerinnen: Tonja Christ, Liane Lauprecht,
Simone Riemer unter 0203 / 305 47 80

750	Fr 16:00 - So 19:00	20.04. - 22.04.18	120,00€
Ertstr.15	T. Christ, L. Lauprecht, S. Riemer		

Fahrten

Besuch der Bäckerei Büsch in Kamp Lintfort

Die ehemals kleine Familienbäckerei entwickelte sich bereits im Jahre 2006 mit dem Umzug in ein größeres Bäckergebäude zur modernsten der Region. Dem Neubau war eine penible Planung vorausgegangen, um dem hohen Anspruch gerecht zu werden, eine ideale Verbindung von High-Tech und bewahrenswerten Back-Traditionen zu finden. Die Besucher erwartet eine ca. 2-stündige Führung durch die Produktion, Gelegenheit Fragen zu stellen und eine kleine Brotzeit. Der Betrieb ist nicht barrierefrei!

Bitte erfragen Sie den genauen Termin ab Ende Januar 2018 in unserem Büro! Telefon: 0203 / 305 470

Abfahrt sowohl aus DU-Mitte (Landfermannstr. 6) als auch aus DU-West (Rheinhausenhalle)

760	Do	15:00-17:15	März 2018		15,00€
			Silvia Lambertz		

**An Freunde denken –
Fahrt verschenken!**

Fahrten

Hindu-Tempel und Gläserner Elefant Tagesfahrt nach Hamm

Ganz unvermittelt, im Gewerbegebiet von Hamm-Uentrop, finden wir Europas größten südindischen Tempel. Im Juli 2002 wurde er durch aufwendige Rituale geweiht und eröffnet. Verehrt wird hier die Göttin Sri Kamadchi Ampal, die Göttin mit den „Augen der Liebe“. Auch andere Götter wie der Elefantengott Ganesha oder die neun Planetengötter haben einen Schrein im Tempel. Während unseres Besuches und der ca. 1,5 stündigen Führung wird die hinduistische Weltanschauung nähergebracht und die Teilnehmer erfahren, welche Verbindung zwischen der Geschichte des Tempels und der Flucht von zehntausenden TAMILIEN aus Sri Lanka besteht. Im Anschluss ist im gegenüberliegenden Hochzeitshaus ein großes tamilisches Hochzeits-Büffet für uns angerichtet. Danach geht es weiter zum Maximilianpark, einer ehemaligen Steinkohlenzeche, die sich zum Freizeitpark gewandelt hat. 1984 wurde hier die erste Landesgartenschau in NRW eröffnet. Der Park bietet Möglichkeiten für jeden Geschmack! Hier ist der weltbekannte begehbare Glaselefant zu Hause. Vielleicht haben Sie Lust mit dem Aufzug (35m hoch) in seinen Kopf zu fahren, um die Aussicht und den schönen Palmengarten zu genießen. Assoziationen in Richtung Indien sind rein zufällig...

Die TN-Gebühr beinhaltet die Fahrt, Führung, Mittagessen und Eintritt für den Maxi-Park.

08:30 Uhr Abfahrt DU-West, Rheinhausenhalle
09:00 Uhr Abfahrt DU-Mitte, Landfermannstr. 6
18:15 Uhr ca. Ankunft Duisburg

770	Mi	08:30-18:15	13.04.2018	3 UE	42,00€
			Silvia Lambertz		

Die unglaubliche Spargelfahrt

hat uns im letzten Jahr so gut gefallen - wir fahren einfach noch einmal hin: an den schönen Niederrhein nach **Walbeck**! Der Ort ist überregional vor allem für seinen Spargel bekannt und hat auch darüber hinaus noch eine Menge zu bieten! Davon können Sie sich selbst überzeugen und natürlich das „königliche Gemüse“ im Schlossrestaurant zu Walbeck probieren!

Worauf Sie sich freuen können: Hofführung auf dem Spargelhof Kisters mit Spargelschnaps, eine fachkundige Busführung (ca. 45 Min.) zu interessanten Sehenswürdigkeiten in und um Walbeck herum, Einkehr im Schlossrestaurant Walbeck zum Mittagessen: Spargel soviel Sie mögen, Kartöffelchen, Schinken, Butter oder Sauce Hollandaise – der Klassiker! Anschließend eine geführte Dorfbesichtigung (ca. 45 Min.) zu Fuß, bevor wir wieder am Spargelhof zu Kaffee und Kuchen (nach Oma Margas altem Rezept) einkehren. In diesem Jahr werden wir auch die Steprather Mühle, die älteste funktionstüchtige Mühle Deutschlands, besichtigen können.

Wer mag, kann auf dem Hof und an der Mühle einkaufen. In der Teilnahmegebühr ist außer den Getränken zum Mittagessen alles enthalten!

08:30 Uhr Abfahrt DU-West, Rheinhausenhalle

09:00 Uhr DU-Mitte, Landfermannstr. 6

18:00 Uhr ca. Ankunft Duisburg

780	Fr	08:30-18:00	04.05.2018	4 UE	39,00€
			Silvia Lambertz		

Fahrten

Ein Rotkreuz-Erlebnistag in Vogelsang IP

Zum Halbjahresabschluss sind wir „in eigener Sache“ unterwegs und besuchen die Rotkreuz-Akademie Vogelsang IP (Internationaler Platz) im wild-romantischen Nationalpark Eifel. Die Bildungsstätte ist auf dem geschichtsträchtigen Gelände der ehemaligen „NS Ordensburg“ Vogelsang zu finden und bietet Seminare z.B. in den Bereichen: Frieden, Menschenrechte, Humanitäres Völkerrecht, Natur und Umwelt an. Auf dem heutigen Tagesprogramm stehen grundlegende Informationen über die Arbeit des DRK am Standort und die aktuellen weltweiten Rotkreuz-Hilfen sowie die Geschichte und die Grundsätze dieser humanitären Bewegung. Nach dem Impulsvortrag folgt ein Gang über das Gelände mit anschließenden Mittagessen im Panorama-Restaurant. Hier können Sie den einmaligen Blick auf die Landschaft des Nationalparks und den Urftsee genießen. Weiter geht es im Forum Vogelsang IP, wo Sie sich über die Region informieren und eine der beiden spannenden Ausstellungen besuchen können: die NS-Dokumentation zur Historie des Ortes oder die interaktive Erlebnisausstellung „Wildnis(t)räume“ des Nationalparks. Den Abschluss bildet der Besuch des Rotkreuz-Museums im unteren Teil des Geländes, von wo aus der Bus die Teilnehmenden wieder abholt und heimwärts bringt.

TN-Gebühr inkl. Busfahrt, Vortrag, Führung, 2x Museum, 1 Mittagessen + 1 Getränk

07:30 Uhr Abfahrt DU-West, Rheinhausenhalle

08:00 Uhr Abfahrt DU-Mitte, Landfernmannstr. 6

19:00 Uhr ca. Ankunft Duisburg

790	Sa	07:30-19:30	30.06.2018	6 UE	58,00€
			Silvia Lambertz		



Selbsthilfegruppen

Man kann den Menschen nicht auf Dauer
helfen, wenn man für sie tut, was sie selbst
tun können und sollten.

Abraham Lincoln

Selbsthilfegruppen

Anonyme Alkoholiker

Anonyme Alkoholiker sind eine Gemeinschaft von Männern und Frauen, die miteinander ihre Erfahrung, Kraft und Hoffnung teilen, um ihr gemeinsames Problem zu lösen und anderen zur Genesung vom Alkoholismus zu verhelfen. Die einzige Voraussetzung für die Zugehörigkeit ist der Wunsch, mit dem Trinken aufzuhören. Die Gemeinschaft kennt keine Mitgliedsbeiträge oder Gebühren, sie erhält sich durch eigene Spenden. Die Gemeinschaft AA ist mit keiner Sekte, Konfession, Partei, Organisation oder Institution verbunden; sie will sich weder an öffentlichen Debatten beteiligen noch zu irgendwelchen Streitfragen Stellung nehmen. Unser Hauptzweck ist, nüchtern zu bleiben und anderen Alkoholikern zur Nüchternheit zu verhelfen.

An jedem 1. Freitag und Samstag im Monat ist das Meeting für Personen, die sich informieren möchten, geöffnet.

Eine Anmeldung zur Teilnahme ist nicht nötig, wer sich aber vorher informieren möchte, kann die nachfolgend aufgeführten Telefonnummern anrufen:

Wolfgang: 0203-721400, Karl Heinrich: 0151-18422199, Rosie: 0203-8072608, Lothar: 0203-760322

950	Fr	17:00-19:15	05.01. - 29.06.18	78 UE	kostenlos
R111, Ertstr. 15					
951	Sa	17:00-19:15	06.01. - 30.06.18	78 UE	kostenlos
R111, Ertstr. 15					

Das Bündnis „Duisburg gegen Depression“ stellt sich vor

...und möchte über das Krankheitsbild „Depression“ und die Einschränkungen, die hierbei erfahren werden, informieren. Eine Hauptbotschaft ist, dass jeder Mensch eine Depression entwickeln kann, dass diese Krankheit nicht schamhaft verschwiegen werden muss und dass gute Möglichkeiten zur Behandlung bestehen. Wohin kann ich mich wenden, wenn es mir schlecht geht? Habe ich überhaupt eine Depression? Wie sind die Heilungschancen?

Kostenlose Selbsthilfegruppe:
Treffpunkt: dienstags 19:00-21:00 Uhr
Claubergstraße 20-22, 47051 Duisburg

Mehr Informationen unter:
www.duisburg-gegen-depression.de

	Do	19:00-20:30	15.03.2018	2 UE	3,00€
R111, Ertstr. 15			I. Hoffmann ,/ D. Reinberger		

Gesundheitsschicht

Sei du selbst die Veränderung,
die du dir wünschst.
Mahatma Gandhi

Gesundheitsschicht

Eine Kooperation in der Betrieblichen Gesundheitsförderung von ThyssenKrupp Steel Europe AG und dem DRK-Duisburg

Mitarbeiter der Firma TKSE im Standort Duisburg durchlaufen eine achtstündige „Ausbildungsschicht in Gesundheit“; diese umfasst ein Gesundheitsquiz, einen persönlichen Check-Up, ein individuelles Beratungsgespräch und zwei 90-minütige Wahlmodule.

Die Wahlmodule werden durchgeführt von besonders qualifizierten Kursleitungen unseres DRK-Gesundheitsteams.

Sie umfassen folgende Themen:

- Leben mit der Wechselschicht / Schichtarbeit als Lebensstil
- Entspannungstechniken gegen Stress
- Mit Köpfchen essen – besser leben
- Grundlagen der Naturheilverfahren / Klassische Homöopathie
- Gehirn-Jogging, Koordination und Bewegung
- Rückengesundheit
- Gesunder und entspannter Schlaf

Die Gesundheitsschicht vermittelt Basiswissen über Gesundheit sowie zahlreiche praktische Fertigkeiten; sie zeigt Wege auf zur eigenverantwortlichen gesunden Lebensführung.

Es werden die Kursnummern 181EBG 1 bis 150 vergeben.

Bitte wenden sie sich bei Fragen an unsere Projektleitung: **Ulla Böltz**, Telefon: **0203 / 30547-15**.

Bei Fragen zur Organisation steht Ihnen **Silvia Lambertz** unter Telefon: **0203 / 30547-14** zur Verfügung.

Aus- und Fortbildungen

Wenn du es dir vorstellen kannst, dann
kannst du es auch schaffen.

Basisqualifikationen

Fit für die KiTa

Was ist der Bildungsauftrag der Kindertagesstätte und warum ist es sinnvoll, dass ein Kind eine KiTa regelmäßig besucht? Welche Voraussetzungen sollte ein Kind erfüllen, das bald eine KiTa besuchen wird? Wie können Eltern ihr Kind bei diesem Übergang unterstützen? Wie kann ich als Kursleitung den Übergang in die Kindertagesstätte sinnvoll und praxisnah begleiten? Wie kann ich den Familien mit unterschiedlichsten kulturellen und sprachlichen Hintergründen mitgeben, was Sie benötigen?

In dieser Basisqualifikation werden sowohl theoretisches Hintergrundwissen als auch praxisnahe Ideen vermittelt.

Q01	Fr	9:00-16:00	16.02.2018	UE 8	70,00€
R110, Ertstr. 15			Dagmar Schmickler		

Basisqualifikation: Fit für die Schule

Was bedeutet „Schulreife“? Welche Voraussetzungen sollte ein Kind erfüllen, das bald eingeschult wird? Wie können Eltern ihr Kind bei diesem Übergang unterstützen? Wie kann ich als Kursleitung den Übergang in die Schule sinnvoll und praxisnah begleiten? Wie kann ich den Familien mit unterschiedlichsten kulturellen und sprachlichen Hintergründen mitgeben, was Sie benötigen? In dieser Basisqualifikation werden sowohl theoretisches Hintergrundwissen als auch praxisnahe Ideen vermittelt.

Q02	Fr	9:00-16:00	23.02.2018	UE 8	70,00€
R110, Ertstr. 15			Dagmar Schmickler		

Basisqualifikation für Assistenzen und Kinderbetreuer mit dem Arbeitsschwerpunkt Flüchtlingsfamilien

Welche Projekte für Flüchtlingsfamilien gibt es derzeit beim DRK-Duisburg? Welche Ziele verfolgen diese Projekte? Wie gestaltet sich die praktische Arbeit, um diese Ziele zu erreichen? Welche Grundvoraussetzungen muss ich erfüllen, um erfolgreich mit Flüchtlingsfamilien zu arbeiten? Diese Basisqualifikation vermittelt sowohl theoretisches Hintergrundwissen als auch praxisnahe Anregungen. Ferner soll sie für die Arbeit mit Geflüchteten sensibilisieren und die besonderen Herausforderungen der Erwachsenenbildung darstellen.

Q03	Mi	9:00-16:00	28.02.2018	UE 8	70,00€
R110, Ertstr. 15			Dagmar Schmickler		

Ausbildungen

Qualifizierung zur Elternbegleitung

Das Bundesprogramm „Elternchance ist Kinderchance“ ist Teil einer Gesamtstrategie zur Stärkung der vor- und außerschulischen Bildungsangebote für einen verbesserten Bildungserfolg aller Kinder. In Duisburg werden Kursleitungen qualifiziert, die schon in einem bestehenden Netzwerk Sprache, Integration und Elternkompetenz tätig sind. In Kooperation mit dem DRK-Bildungswerk, dem Kommunalen Integrationszentrum und dem Jugendamt der Stadt Duisburg bietet die Bundesarbeitsgemeinschaft Familienbildung und Beratung AGEF die Qualifizierung in Duisburg an. Bei Interesse bitte Termine im Büro erfragen!

Ausbildung zur SpieKo®- Kursleitung

Die Grundausbildung zur SpieKo® Kursleitung erfolgt in mehreren Abschnitten:

- Eltern-Kind Gruppen als Form der Elternbildung/Familienarbeit
- Chancen, Ziele und Grenzen der Spiel- und Kontaktgruppe
- Entwicklungspsychologische Grundlagen
- Kennenlernen und Umgang mit praktischen Arbeitshilfen
- Erarbeiten von Spiel- und Bewegungsangeboten
- Planung, Vorbereitung und Durchführung von Gruppenstunden
- Rolle und Funktion der Kursleitung
- Zuhören, Wahrnehmen und Gespräche führen
- Umgang mit Konfliktsituationen
- Erfahrungsaustausch und Reflexion der eigenen Gruppenarbeit

Für Menschen, die mit geflüchteten Familien arbeiten wollen, gibt es Zusatzmodule: z.B. Interkulturelle Arbeit, Wertebildung, Bindung unter dem Aspekt von Flucht, sprachliche Bildung, Asylrecht...

Lehrberaterinnen: Heike Bader, Dagmar Schmicler

Bei Interesse bitte Näheres im Büro erfragen!

Termine: 17.05., 18.05., 29.05., 30.05., 13.09., 14.09., 27.09., 28.09.

Q04	9:00-16:00	17.05.- 28.09.18	64 UE	600,00€
Auf'm Hennekamp 71, 40225 Düsseldorf				

Zusatzmodule

Ergänzend und erweiternd für die Arbeit mit Flüchtlingsfamilien bieten wir Zusatzmodule zu vielfältigen aktuellen Themen an. Für MitarbeiterInnen des DRK sind die Zusatzmodule nach Rücksprache mit der Fachbereichsleitung kostenlos. Bitte wenden Sie sich bei Fragen und zur Anmeldung an unsere **Fachbereichsleitung Dagmar Schmickler**: dagmar.schmickler@drk-duisburg.de

Bindung unter besonderer Berücksichtigung von Aspekten von Flucht

Was ist Bindung? Wie entwickelt sie sich? Was unterstützt eine sichere Bindung? Wie lassen sich stabilisierende Rahmenbedingungen für geflüchtete Familien in Eltern-Kind-Gruppen schaffen?

M01	Mo	09:00-12:00	05.03.2018	4 UE	35,00€
R110/111, Ertstr. 15			Heike Bader		

Traumata bei geflüchteten Kindern und Jugendlichen

Was ist ein Trauma und wie erkenne ich es? Was sind die besonderen Bedürfnisse von traumatisierten Kindern und Jugendlichen mit Fluchthintergrund? Wie kann ich mit einer (möglichen) Traumatisierung umgehen? Welche Hilfen gibt es? Was kann ich auch dafür tun, um meine eigene Selbstfürsorge nicht aus dem Blick zu verlieren?

M02	Do	09:00-16:00	15.02.2018	8 UE	70,00€
R110, Ertstr. 15			Kindernothilfe Duisburg		

Der andere Blick – Vorurteilsbewusstsein in der Arbeit mit Geflüchteten

Ausgehend von der Erkenntnis, dass kein Mensch vorurteilsfrei ist, haben die Teilnehmenden die Möglichkeit, sich der eigenen Vorurteile und Denkmuster bewusst zu werden, sie zu hinterfragen und zu reflektieren. Sie lernen, dass dieser Prozess Grundvoraussetzung für einen wertschätzenden und respektvollen Umgang mit Geflüchteten ist und erarbeiten gemeinsam hilfreiche Kommunikations- und Konfliktlösungsstrategien für ihre Arbeit.

M03	Mi	9:00-16:00	14.02.2018	8 UE	70,00€
R110, Ertstr. 15			Kindernothilfe Duisburg		

Zusatzmodule

Asylrecht

Hier werden aktuelle Informationen und Grundlagen des Asylrechts vermittelt. Zusätzlich haben Sie die Möglichkeit, gezielt Fragen aus der Praxis zu stellen und informative Antworten zu erhalten. Zielgruppe: Menschen, die in Projekten für geflüchtete Familien tätig sind

M04	Do	09:00-13:00	08.03.2018	4 UE	35,00€
R110, Ertstr. 15			Conny Spitzlei		

Interkulturelles Arbeiten / Soziale Milieus / Wertebildung (2-tägig)

Was bedeutet interkulturelles Arbeiten? Wo liegen meine eigenen kulturellen Wurzeln? Was ist Wertebildung? Welche Bedeutung haben Kulturstandards, Werte und soziale Milieus im gesellschaftlichen Zusammenleben? Was heißt das für die Arbeit mit geflüchteten Familien?

M05	Mo+Fr	09:00-16:00	22.01. - 26.01.18	16 UE	140,00€
R110/111, Ertstr. 15			Heike Bader		

Kooperation statt Konkurrenz!

– Erfolgreicher Arbeiten im Team

Wie sind die Rollen in meinem Team definiert, wie sind die Aufgaben verteilt und wie gestalten sich diese im Alltag?

Themen: Die Rolle der Leitung, Faktoren für erfolgreiche Teamarbeit, das zentrale Entwicklungsinstrument Feedback, Praxisfälle der Teilnehmer

M06	Do	09:00-16:00	22.02.2018	8 UE	70,00€
R110, Ertstr. 15			Liane Lauprecht		

Niederschwelliges Arbeiten / Selbstfürsorge

Was bedeutet Niederschwelligkeit? Wie sieht eine entsprechende Begleitung von Eltern und Kindern in den Gruppen aus? Was hat mich motiviert, in diesem Bereich zu arbeiten? Was brauche ich als Person, um gut arbeiten zu können? Wie gehe ich mit Belastungen um? Wie wirkt sich meine Arbeit auf meinen privaten Alltag aus?

M07	Mo	09:00-16:00	12.03.2018	8 UE	70,00€
R110, Ertstr. 15			Heike Bader		

Zusatzmodule

Wie kommt das Kind zur Sprache / Mehrsprachigkeit?

Was sind die Meilensteine der Sprachentwicklung? Welche Erwerbsmethoden und -strategien gibt es dafür in der frühen Kindheit? Wie kann ich Kinder im Spracherwerb altersgerecht fördern? Was ist Mehrsprachigkeit und warum sollte sie angestrebt werden? Wie kann ich theoretisches Wissen in die Praxis umsetzen?

M08	Mo	09:00-16:00	05.02.2018	8 UE	70,00€
R110, Ertstr. 15			Dagmar Schmickler		

Theaterspiel und Sprachlust

...fördert eine effektive, kreative und lustvolle Art zu kommunizieren. Die Basis des Kurses bilden Theater- und Sprechübungen, Körpersprache wird als Ausdrucksmittel stets einbezogen. Intensive Forderung und Förderung des Einzelnen wechseln sich mit Gruppenarbeit ab. Positive Effekte aller Übungen sind Abbau von Sprechangst, insbesondere innerhalb und vor Gruppen, Spontaneität in der mündlichen Sprachanwendung und Verbesserung des situationsangepassten Ausdrucks.

M09	Do	09:00-16:00	12.04.2018	8 UE	70,00€
R110, Ertstr. 15			Axel Thiemann		

Tücher, Teller, Spiel und Spaß" – als Bewegungs- Integrations- Inklusions- und/oder Sprachförderung

Spielerisches Kennenlernen diverser Zirkustechniken, den eigenen Körper erleben und spüren: Gleichgewicht, Körperspannung, Stabilität und Kraft aufbauen. Durch gemeinsames Agieren Vertrauen aufbauen und Verantwortung bewusst machen. Durch Einsetzen von ungewöhnlichen Materialien die Neugierde und Bewegungsfreude der Kinder nutzen. Spielerisch werden soziale und motorische Kompetenzen aufgegriffen und mobilisiert

M10	Di	09:00-16:00	13.03.2018	8 UE	70,00€
R110, Ertstr. 15			Ulli Türk		

Entwicklung von Kindern von 3-10 Jahren

Wie entwickeln sich Kinder in den einzelnen Altersstufen? Was können und was brauchen Kinder, um ganzheitlich gefördert zu werden? Gibt es Angebote/ Materialien, die altersübergreifend einsetzbar sind? Wie kann ich theoretisches Wissen in meiner praktischen Arbeit umsetzen?

M11	Mo	13:00-16:00	05.03.2018	4 UE	35,00€
R110, Ertstr. 15			Dagmar Schmickler		

Reflexionstreffen

Für alle Mitarbeiter in unseren Programmen und Projekten, wie Gesundheitsschicht, Griffbereit, Rucksack, Duisburger Elternschule, Elternkompetenz, Bärenstark und Bärenschlau, Gut gestärkt in die Schule, FlüKids, Südosteuropa, Elternpraktikum etc., bieten wir regelmäßige Reflexionstreffen in den Räumen des Familienbildungswerkes an. Diese Treffen können sowohl standort- als auch programm- und projektbezogen sein. Sie sollen sowohl eine fachliche als auch persönliche Begleitung der Mitarbeiter sicherstellen.

Inhalte der Reflexionstreffen sind unter anderem:

- Kollegialer Austausch und Fallberatung
- Pädagogischer Input
- Entwicklungspsychologische Grundlagen
- Praxisorientierte Anregungen
- Zielgruppenorientiertes Arbeiten
- Arbeiten im interkulturellen Kontext
- Hilfen zur Selbstfürsorge
- Organisatorisches

Sollten Sie Interesse an einer Teilnahme haben, weil Sie in gleichen Kontexten, Sozialräumen oder mit gleichen Zielgruppen arbeiten und sich gerne an Netzwerken beteiligen, wenden Sie sich bitte für detaillierte Informationen an unsere Fachbereichsleitung Dagmar Schmickler:
dagmar.schmickler@drk-duisburg.de

Es werden die Kursnummern 181EBR1 bis 250 vergeben.

Meine Notizen

