



„In der Kindheit liegt die Freiheit, die Welt
in all ihren bunten Farben zu sehen.“

FAMILIENBILDUNG

aktuell

Auszug
unserer Familien-
angebote für das
Bildungsjahr
2025/2026

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

FÜR DEIN LEBEN GERN.

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

ENTDECKEN. ERLEBEN. WACHSEN.

Kurse für Eltern, Babys und Kleinkinder

Das ganze Jahr über bieten wir eine Vielzahl liebevoll gestalteter Kurse für Eltern mit Babys und Kleinkindern an.

Unsere PEKiP®- und Eltern-Baby-Gruppen begleiten euch und euer Baby von den ersten Lebenswochen bis zum ersten Geburtstag – mit Spiel, Bewegung und intensiven Momenten der Bindung.

In unseren Spielgruppen entdecken Kinder ab dem ersten Lebensjahr bis zum Kindertarteneintritt spielerisch ihre Welt – gemeinsam mit anderen Kindern und unter fachkundiger Anleitung.

Für kleine Wasserratten bieten wir Baby- und Kleinkindschwimmkurse ab der 12. Lebenswoche bis zum fünften Lebensjahr an – mit viel Spaß, Sicherheit und sanfter Wassergewöhnung.

Bewegungsfreude steht auch in unseren Spiel-, Bewegungs- und Familienturnkursen im Mittelpunkt. Hier sind Kinder von 12 Monaten bis 4 Jahren gemeinsam mit ihren Eltern herzlich willkommen.

Egal, ob auf der Matte, im Wasser oder in der Turnhalle – bei uns ist für jede Familie etwas Passendes dabei!



Kidix®
Eltern-Kind-Kurs

WELCOME – PRAKTISCHE HILFEN NACH DER GEBURT



wellcome
Praktische Hilfe nach der Geburt

Familien, die sich im ersten Lebensjahr nach der Geburt Unterstützung wünschen, erhalten diese durch Ehrenamtliche des wellcome-Projekts. Bitte melde dich bei unserer wellcome-Koordinatorin Rabea Weiling, 02594 97995-307 | weiling@bistum-muenster.de

RUNDUM GUT BEGLEITET

Kurse vor und nach der Schwangerschaft

Ob Schwangerschaft oder Wochenbett – wir sind für dich da! In unseren Kursen findest du Bewegung, Entspannung und wertvolles Wissen rund um diese besondere Zeit.

Wir bieten Aquafitness und Yoga für Schwangere, Geburtsvorbereitung und Säuglingspflege. Nach der Geburt begleiten wir dich mit Rückbildungskursen – klassisch oder mit Yoga.

Komm vorbei, tu dir und deinem Baby etwas Gutes – wir freuen uns auf dich!



... auch außerhalb
unserer Räumlich-
keiten!

UNSERE ANGEBOTE FÜR FAMILIEN

Wir sind für Familien nicht nur in unseren eigenen Räumen da! Auch außerhalb bieten wir abwechslungsreiche und liebevoll gestaltete Angebote an:

Bewegungsspaß für die Kleinsten

Seit dem Frühjahr findet im Sportikus Buldern ein Bewegungsangebot für Kinder ab dem 1. Lebensjahr statt – ideal, um gemeinsam aktiv zu sein und motorische Fähigkeiten spielerisch zu fördern.

Eltern-Kind-Spielgruppe in Kooperation mit der AWO

Immer montags nachmittags laden wir zur Eltern-Kind-Spielgruppe in die Räume des AWO Familienzentrums ein – ein Treffpunkt zum Spielen, Austauschen und Kontakte knüpfen.

Eltern-Baby-Kurse im Monika-Familienzentrum

Ebenfalls montags bieten wir dort gleich zwei Eltern-Baby-Kurse an – für eine wertvolle gemeinsame Zeit mit Ihrem Baby und zum Austausch mit anderen Eltern.

Neues Angebot in Planung!

Zudem dürft ihr euch auf ein weiteres Familienangebot freuen – demnächst im Familienzentrum St. Antonius in Merfeld.



Weitere Infos zu den jeweiligen Angeboten findet ihr auf unserer Homepage.

OFFENE UND UNVERBINDLICHE SPIELANGEBOTE

Wir bieten das ganze Jahr über offene Spielangebote für Familien mit Kindern an. Diese Spielangebote sind kostenfrei und ihr könnt einfach ohne Anmeldung dazustoßen.

Offener Elterntreff – für alle Mamas, Papas und Großeltern mit Kindern von 1 bis 3 Jahren
der Treff findet immer am 1., 3. und 5. Dienstag im Monat von 10.30 bis 12.00 Uhr statt.

Papa und ich – offener Spieltreff für Papas mit Kindern von 0 bis 3 Jahren
ab Freitag 12.09.2025, alle 14 Tage von 15.30 bis 17.00 Uhr

FBS on tour – indoor im einsA für alle Mütter, Väter, Großeltern mit Kleinkindern
ist bis zum 08.10.2025 auf den Außengeländen der Familienzentren unterwegs und ab dem 29.10.2025 wieder indoor, immer mittwochs von 15.30 bis 17.00 Uhr

Offener Eltern-Baby-Treff:
ab Mittwoch 03.09.2025, alle 14 Tage von 10.00 bis 11.30 Uhr





... und noch viel mehr
auf unserer Website
www.fbs-duelmen.de



Unsere Familienangebote für das Bildungsjahr 2025 / 2026

ALLE ANGEBOTE WERDEN
UNTERSTÜTZT DURCH DAS
FAMILIENZENTRUM NRW



ERSTE HILFE BEI SÄUGLINGEN UND KLEINKINDERN

Kursleitung: Markus Holbein

MI. 29.10.2025 · Dülmen 19.30 – 21.45 Uhr (3x) A2213-001

MEIN KIND HAT SICH VERSCHLUCKT, WAS TUN?

Kursleitung: Markus Holbein

MI. 08.10.2025 · Havixbeck 19.30 – 21.45 Uhr (1x) A2213-002

MEIN KIND IST KRANK, WAS KANN ICH TUN?

Kursleitung: Uta Schettler

MI. 04.03.2026 · Nottuln 19.30 – 21.45 Uhr (1x) A2213-006

MEIN KIND WILL NICHT ESSEN – FÜTTERSTÖRUNG?

Kursleitung: Carolin Wulf

MI. 21.01.2026 · Nottuln 19.00 – 21.15 Uhr (1x) A2213-023

DO. 26.02.2026 · Havixbeck 19.00 – 21.15 Uhr (1x) A2213-027

DI. 14.04.2026 · Dülmen 19.00 – 21.15 Uhr (1x) A2213-029

MO. 11.05.2026 · Havixbeck 19.00 – 21.15 Uhr (1x) A2213-031

TESTAMENT FÜR JUNGE ELTERN

Kursleitung: Stephan Abendroth

MI. 08.10.2025 · Haltern am See 20.00 – 22.15 Uhr (1x) A2213-041

MI. 26.11.2025 · Appelhülsen 20.00 – 22.15 Uhr (1x) A2213-042

MI. 14.01.2026 · Dülmen 20.00 – 22.15 Uhr (1x) A2213-043

MI. 11.02.2026 · Haltern-Sythen 20.00 – 22.15 Uhr (1x) A2213-044

WENN ICH NICHT ENTSCHEIDEN KANN, WIRD ÜBER MICH ENTSCIEDEN

Kursleitung: Anne Thier

DO. 30.10.2025 · Nottuln 19.00 – 21.15 Uhr (1x) A2213-047

Kursleitung: Gabriele Hellwig

DO. 04.12.2025 · Dülmen-Buldern 19.00 – 21.15 Uhr (1x) A2213-048

DIE HOMÖOPATHISCHE HAUSAPOTHEKE

Kursleitung: Dr. Uta Schettler

MI. 01.10.2025 · Datteln 19.30 – 21.45 Uhr (1x) A2213-101

ERZIEHUNG ZUR SELBSTÄNDIGKEIT

Kursleitung: Heike Bernat

DI. 17.02.2026 · Dülmen 19.30 – 21.45 Uhr (1x) A2213-143

DO. 16.04.2026 · Haltern-Sythen 19.30 – 21.45 Uhr (1x) A2213-157

DI. 19.05.2026 · Appelhülsen 19.30 – 21.45 Uhr (1x) A2213-158

DO. 11.06.2026 · Havixbeck 19.30 – 21.45 Uhr (1x) A2213-159

DIE WELT DURCH KINDERAUGEN SEHEN

Kursleitung: Stefanie Erdelkamp

MO. 26.01.2026 · Hausdülmen 19.00 – 21.15 Uhr (1x) A2213-145

KINDERÄNGSTE – „VON MONSTERN IM KLO UND GESPENSTERN UNTERM BETT“

Kursleitung: Heike Bernat

DI. 20.01.2026 · Haltern am See 19.30 – 21.45 Uhr (1x) A2213-162

HÖHER? SCHNELLER? WEITER?

Chancen und Risiken einer Kindheit in einer gestressten Gesellschaft

Kursleitung: Rabea Wienholt

DI. 09.12.2025 · Dülmen 19.00 – 21.15 Uhr (1x) A2213-182

DI. 20.01.2026 · Haltern-Sythen 19.00 – 21.15 Uhr (1x) A2213-183

DI. 03.02.2026 · Datteln 19.00 – 21.15 Uhr (1x) A2213-167

ABSCHIED VON DER WINDEL

Kursleitung: Alexandra Henn

DI. 07.10.2025 · Dülmen-Buldern 19.00 – 21.15 Uhr (1x) A2213-184

DI. 28.10.2025 · Havixbeck 19.00 – 21.15 Uhr (1x) A2213-186

DI. 24.02.2026 · Dülmen 19.00 – 21.15 Uhr (1x) A2213-188

KINDERWELT – BEWEGUNGSWELT

Kursleitung: Rabea Wienholt

DI. 28.10.2025 · Dülmen 19.00 – 21.15 Uhr (1x) A2213-201

REGELN – GRENZEN – KONSEQUENZEN

Kursleitung: Carla Ehrenheim

DI. 09.09.2025 · Dülmen 19.00 – 21.15 Uhr (1x) A2213-221

DI. 30.09.2025 · Dülmen 19.00 – 21.15 Uhr (1x) A2213-222

MI. 26.11.2025 · Appelhülsen 19.00 – 21.15 Uhr (1x) A2213-224

DO. 29.01.2026 · Dülmen-Merfeld 19.00 – 21.15 Uhr (1x) A2213-225

TROTZ ALLEDDEM – DAS TROTZALTER

Kursleitung: Sabine Deppe

DI. 30.09.2025 · Hausdülmen 19.00 – 21.15 Uhr (1x) A2213-231

DI. 24.02.2026 · Dülmen-Buldern 19.00 – 21.15 Uhr (1x) A2213-227

DI. 17.03.2026 · Appelhülsen 19.00 – 21.15 Uhr (1x) A2213-232

DI. 21.04.2026 · Dülmen 19.00 – 21.15 Uhr (1x) A2213-226

„HURRA, SIE STREITEN“ GESCHWISTERLIEBE – GESCHWISTERSTREIT

Kursleitung: Carla Ehrenheim

DO. 26.02.2026 · Dülmen 19.00 – 21.15 Uhr (1x) A2213-228

MI. 18.03.2026 · Havixbeck 19.00 – 21.15 Uhr (1x) A2213-229

HAUEN, BEISSEN, TRETEN – ONLINEVORTRAG

Kursleitung: Sabine Deppe

DI. 13.01.2026 · Online 19.00 – 21.15 Uhr (1x) A2213-230W

HERAUSFORDERNDES VERHALTEN VON KINDERN IM KINDERGARTENALTER

Kursleitung: Annette Alfs

MI. 04.03.2026 · Dülmen-Merfeld 19.00 – 21.15 Uhr (1x) A2213-239

„OPA TOMM LEIN“ – SPRACHENTWICKLUNG BEI KINDERN

Kursleitung: Julia Schultewolter

MI. 04.02.2026 · Dülmen 19.30 – 21.45 Uhr (1x) A2213-243

MI. 20.05.2026 · Dülmen-Buldern 19.30 – 21.45 Uhr (1x) A2213-245

KINDLICHE SEXUALITÄT

Kursleitung: Doris Eberhardt

DI. 20.01.2026 · Dülmen 19.00 – 21.30 Uhr (1x) A2213-262

WENN KINDER TRAUERN ... MIT KINDERN ÜBER STERBEN UND TOD REDEN

Kursleitung: Anna Pein

MI. 01.10.2025 · Haltern am See 14.30 – 16.00 Uhr (1x) A2213-281

MI. 05.11.2025 · Nottuln-Darup 19.00 – 20.30 Uhr (1x) A2213-282

MO. 17.11.2025 · Datteln 19.00 – 20.30 Uhr (1x) A2213-283

MO. 09.03.2026 · Haltern am See 19.00 – 20.30 Uhr (1x) A2213-284

ZEIT FÜR MICH – KRAFT SCHÖPFEN, ENERGIE TANKEN

Kursleitung: Katharina Schmidt

MI. 19.11.2025 · Dülmen 19.00 – 20.30 Uhr (1x) A2213-286

WORKSHOP FÜR MÜTTER WIEDERAUFTANKEN IM ALLTAG

Kursleitung: Katharina Schmidt

MI. 03.12.2025 · Hausdülmen 19.00 – 20.30 Uhr (1x) A2213-287

MEIN KIND IST IRGENDWIE ANDERS ...

Kursleitung: Tanja Gellermann

MI. 26.11.2025 · Dülmen 18.30 – 20.45 Uhr (1x) A2213-304

DO. 07.05.2026 · Dülmen-Merfeld 18.30 – 20.45 Uhr (1x) A2213-307

MEDIENNUTZUNG IM FAMILIENALLTAG

Kursleitung: Annika Wille, Valerie Puschmann

DI. 18.11.2025 · Dülmen 19.00 – 20.30 Uhr (1x) A2213-324

DO. 20.11.2025 · Dülmen 19.00 – 20.30 Uhr (1x) A2213-326

MEDIENKOMPETENZ VON ANFANG AN

Kursleitung: Annika Wille

DI. 10.03.2026 · Dülmen 19.00 – 20.30 Uhr (1x) A2213-325

MEDIENUMGANG FÜR DIE KLEINSTEN

Kursleitung: Wilhelm Rinschen

MI. 12.11.2025 · Haltern-Sythen 19.30 – 21.00 Uhr (1x) A2213-327

RAUS AUS DER PERFEKTIONISMUSFALLE

Kursleitung: Heike Bernat

DO. 15.01.2026 · Datteln 19.30 – 21.45 Uhr (1x) A2213-384

STARKE ELTERN – STARKE KINDER® ELTERNKURS

Kursleitung: Carla Ehrenheim

DI. 28.10.2025 · Dülmen 19.00 – 21.15 Uhr (4x) A2213-471

MI. 15.04.2026 · Havixbeck 19.00 – 21.15 Uhr (4x) A2213-472

SCHNABUZZELN – EIN BEWEGUNGSANGEBOT FÜR ELTERN MIT KINDERN AB VIER JAHREN

Kursleitung: Hans Urban

SA. 11.10.2025 · Dülmen 09.30 – 11.45 Uhr (1x) A2216-306

WIE SCHÖN, DASS ES MÄRCHEN GIBT ...

Ein Angebot für Eltern und Kinder

Kursleitung: Ina Niehaus

DO. 13.11.2025 · Dülmen 14.30 – 16.45 Uhr (1x) A2216-107

DI. 25.11.2025 · Dülmen-Buldern 14.30 – 16.45 Uhr (1x) A2216-109

MUSIKZWERGE FÜR KINDER AB 1,5 JAHREN MIT IHREN ELTERN

Kursleitung: Teodora Michalak

DI. 02.09.2025 · Dülmen 09.30 – 10.15 Uhr (6x) A2216-001

DI. 28.10.2025 · Dülmen 09.30 – 10.15 Uhr (8x) A2216-002

DI. 13.01.2026 · Dülmen 09.30 – 10.15 Uhr (11x) A2216-003

DI. 14.04.2026 · Dülmen 09.30 – 10.15 Uhr (13x) A2216-004

MUSIK-MÄUSE FÜR ELTERN MIT KINDERN AB 8 MONATEN

Kursleitung: Teodora Michalak

DI. 02.09.2025 · Dülmen 10.15 – 11.00 Uhr (6x) A2216-006

DI. 28.10.2025 · Dülmen 10.15 – 11.00 Uhr (8x) A2216-007

DI. 13.01.2026 · Dülmen 10.15 – 11.00 Uhr (11x) A2216-008

DI. 14.04.2026 · Dülmen 10.15 – 11.00 Uhr (13x) A2216-009

SPIELGRUPPE FÜR ELTERN MIT KINDERN AB DEM ERSTEN LEBENSJAHR

Kursleitung: Nina Jäckh

MO. 01.09.2025 · Dülmen 15.30 – 16.30 Uhr (6x) A2214-400

MO. 27.10.2025 · Dülmen 15.30 – 16.30 Uhr (8x) A2214-401

MO. 12.01.2026 · Dülmen 15.30 – 16.30 Uhr (10x) A2214-402

MO. 13.04.2026 · Dülmen 15.30 – 16.30 Uhr (13x) A2214-403

SPIEL UND BEWEGUNG FÜR KINDER (1,5 BIS 4 JAHRE) MIT IHREN ELTERN

Kursleitung: Kerstin Brambrink

DO. 04.09.2025 · Dülmen 15.45 – 16.45 Uhr (6x) A2215-201

DO. 04.09.2025 · Dülmen 16.45 – 17.45 Uhr (6x) A2215-205

DO. 30.10.2025 · Dülmen 15.45 – 16.45 Uhr (8x) A2215-202

DO. 30.10.2025 · Dülmen 16.45 – 17.45 Uhr (8x) A2215-206

DO. 08.01.2026 · Dülmen 15.45 – 16.45 Uhr (11x) A2215-203

DO. 08.01.2026 · Dülmen 16.45 – 17.45 Uhr (11x) A2215-207

DO. 16.04.2026 · Dülmen 15.45 – 16.45 Uhr (12x) A2215-204

DO. 16.04.2026 · Dülmen 16.45 – 17.45 Uhr (12x) A2215-208

GETRENNT GEMEINSAM ERZIEHEN – (WIE) GEHT DAS?

Online-Elternabend

Kursleitung: Monika Holtkamp

DI. 04.11.2025 · Online 19.00 – 20.30 Uhr (1x) A2213-382W

SPIELENDE SPRACHE FÖRDERN

Kursleitung: Carolin Wulf

DO. 13.11.2025 · Dülmen 19.00 – 21.15 Uhr (1x) A2213-249

„MUT TUT GUT“

Präventionstraining für Mädchen und Jungen von 7 bis 10 Jahren

Kursleitung: Anne Hanning und Stephanie Reisige

FR. 14.11.2025 · Dülmen 10.00 – 12.30 Uhr (3x) A2217-240

Infos zu den Veranstaltungen und der Kursgebühr findet ihr auf unserer Website www.fbs-duelmen.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 Dülmen
im einsA – „Ein Haus für Alle“
Bült 1 · 48249 Dülmen

☎ 02594 97995-300
✉ fbs-duelmen@bistum-muenster.de
🌐 www.fbs-duelmen.de

Bürozeiten:
Montag–Mittwoch und Freitag: 9–12 Uhr
Montag, Mittwoch und Donnerstag:
15.30–18.00 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.

Dülmener Familienkarte

Unsere Einrichtung unterstützt die Dülmener Familienkarte. Bitte wendet euch bei Interesse an die Stadt Dülmen, dort bekommt ihr Informationen zu den Voraussetzungen der Karte.

UNSERE KOOPERATIONSPARTNER:



Unterbezirk
Münsterland-
Recklinghausen

