



# FAMILIENBILDUNG TRIFFT FAMILIEN- ZENTREN

## in Lüdinghausen

Angebote  
für Familien  
2025/2026

Unser weiteres Kursprogramm findest du  
im Internet unter [www.fbs-luedinghausen.de](http://www.fbs-luedinghausen.de)

FÜR DEIN LEBEN GERN.

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

## ERZIEHUNGSBERATUNG *persönlich und vertraulich!*

Bei Fragen zur Erziehung, Beziehung und Problemen in der Familie, im Kindergarten oder in der Schule helfen die Fachleute der Caritas Erziehungs- und Familienberatung.

⌚ **Di. 16.09.2025 · 14.30–16.30 Uhr**

☎ **FZ Tüllinghoff / Frau Röhrs**

⌚ **Mi. 17.09.2025 · 09.00–11.00 Uhr**

☎ **FZ DRK Rott / Frau Röhrs**

⌚ **Mi. 17.09.2025 · 11.15–13.15 Uhr**

☎ **FZ St. Elisabeth / Frau Röhrs**

⌚ **Di. 07.10.2025 · 09.00–11.00 Uhr**

☎ **FZ AWO Steinbach / Frau Baillie**

⌚ **Di. 14.10.2025 · 14.30–16.30 Uhr**

☎ **FZ Tüllinghoff / Frau Röhrs**

⌚ **Mi. 15.10.2025 · 09.00–11.00 Uhr**

☎ **FZ DRK Rott / Frau Röhrs**

⌚ **Di. 11.11.2025 · 09.00–11.00 Uhr**

☎ **FZ DRK Am Kastanienbaum / Frau Baillie**

Wir bitten um telefonische Anmeldung im Familienzentrum mindestens 4 Tage vorher. Die Termine für 2026 erfrage bitte im jeweiligen Familienzentrum.

⌚ **Di. 18.11.2025 · 09.00–11.00 Uhr**

☎ **FZ Tüllinghoff / Frau Röhrs**

⌚ **Mi. 19.11.2025 · 09.00–11.00 Uhr**

☎ **FZ DRK Rott / Frau Röhrs**

⌚ **Mi. 19.11.2025 · 11.15–13.15 Uhr**

☎ **FZ St. Elisabeth / Frau Röhrs**

⌚ **Di. 02.12.2025 · 09.00–11.00 Uhr**

☎ **FZ AWO Steinbach / Frau Baillie**

⌚ **Di. 16.12.2025 · 09.00–11.00 Uhr**

☎ **FZ Tüllinghoff / Frau Röhrs**

⌚ **Mi. 17.12.2025 · 11.15–13.15 Uhr**

☎ **FZ St. Elisabeth / Frau Röhrs**

⌚ **⌚ gebührenfrei**

**Anmeldung in den Familienzentren**

## CARITAS KUR BERATUNG

Die Kurberatung informiert Eltern und pflegende Angehörige über eine mögliche Kur, hat ein offenes Ohr für die Belastungssituation zu Hause und hilft bei der späteren Antragsstellung.

Leitung: Frau Dälken

☎ **FZ St. Elisabeth**

⌚ **⌚ gebührenfrei**

⌚ **Fr. 19.09.2025 · 08.30–10.30 Uhr**

**Fr. 31.10.2025 · 08.30–10.30 Uhr**

**Fr. 12.12.2025 · 08.30–10.30 Uhr**

**Anmeldung im FZ St. Elisabeth**

## FRÜHFÖRDERUNG

Ein freiwilliges und kostenloses Angebot der Frühförderstelle, mit dem Ziel, Hilfen anzubieten, damit sich Kinder gut entwickeln können. Die Termine für 2026 erfrage bitte im jeweiligen Familienzentrum.

Leitung: Frau Bispinghoff

☎ **FZ Tüllinghoff**

⌚ **⌚ gebührenfrei**

⌚ **Di. 14.10.2025 · 10.00–11.00 Uhr**

**Di. 11.11.2025 · 10.00–11.00 Uhr**

**Di. 09.12.2025 · 10.00–11.00 Uhr**

**Anmeldung im FZ Tüllinghoff**

SPIEL  
UND  
SPASS!

## FABELHAFT ON TOUR

Immer von 15.30 bis 17.00 Uhr

Spielzeit für junge Familien mit Kindern im Kindergartenalter in den Turnhallen der Familienzentren. Eine Anmeldung in der FBS Lüdinghausen ist erforderlich.

Leitung: Stephanie Röntgen

📅 Mi. 15.10.2025	📅 Mi. 28.01.2026
⭐ FBS Lüdinghausen	⭐ FZ DRK Kastanienbaum
📅 Mi. 22.10.2025	📅 Mi. 04.02.2026
⭐ DRK Kita Seestern	⭐ FBS Lüdinghausen
📅 Mi. 29.10.2025	📅 Mi. 11.02.2026
⭐ FZ AWO Steinbach	⭐ DRK Kita Seestern
📅 Mi. 05.11.2025	📅 Mi. 18.02.2026
⭐ FZ Tüllinghoff	⭐ FZ AWO Steinbach
📅 Mi. 12.11.2025	📅 Mi. 25.02.2026
⭐ FZ DRK Rott	⭐ FZ Tüllinghoff
📅 Mi. 19.11.2025	📅 Mi. 04.03.2026
⭐ FZ St. Elisabeth	⭐ FZ DRK Rott
📅 Mi. 26.11.2025	📅 Mi. 11.03.2026
⭐ FZ DRK Kastanienbaum	⭐ FZ St. Elisabeth
📅 Mi. 03.12.2025	📅 Mi. 18.03.2026
⭐ FBS Lüdinghausen	⭐ FZ DRK Kastanienbaum
📅 Mi. 10.12.2025	📅 Mi. 25.03.2026
⭐ DRK Kita Seestern	⭐ FBS Lüdinghausen
📅 Mi. 17.12.2025	⌚ 15.30 – 17.00 Uhr
⭐ FZ AWO Steinbach	⌚ gebührenfrei
📅 Mi. 07.01.2026	
⭐ FZ Tüllinghoff	
📅 Mi. 14.01.2026	
⭐ FZ DRK Rott	
📅 Mi. 21.01.2026	
⭐ FZ St. Elisabeth	

im Familienwegweiser findest du neben Ansprechpartnern und Kontaktdaten auch einen Gutschein für einen Familien- oder Elternbildungskurs.

## GEMEINSAM KOCHEN MACHT SPASS!

Kinder im Alter von 3 bis 6 Jahren entdecken gemeinsam mit Mama, Papa, Oma oder Opa die Freude am Kochen! Kursleitung: Heike Hoppe u.a.

### Kochen mit FZ DRK Rott

📅 Mo. 03.11.2025 · 15.00 – 18.00 Uhr

### Kochen mit FZ St. Elisabeth

📅 Mi. 21.01.2026 · 15.00 – 18.00 Uhr

### Kochen mit FZ AWO Steinbach

📅 Di. 17.03.2026 · 15.00 – 18.00 Uhr

### Kochen mit FZ Tüllinghoff

📅 Mi. 17.06.2026 · 15.00 – 18.00 Uhr

⭐ FBS Lüdinghausen, Kochstudio

⌚ gebührenfrei

Anmeldung in der FBS Lüdinghausen

## FAMILIENWEGWEISER

Ein Angebot der Frühen Hilfen  
im Kreis Coesfeld

Erhalte den Willkommensgruß zur Geburt deines Kindes und weitere nützliche Tipps sowie verschiedene Angebote für Familien.

Leitung: Annika Wille

⭐ FZ AWO Steinbach

⌚ 14.00 – 15.00 Uhr  
jeden 4. Mittwoch im Monat

⌚ 24.09.2025	⌚ 25.03.2026
⌚ 29.10.2025	⌚ 22.04.2026
⌚ 26.11.2025	⌚ 27.05.2026
⌚ 17.12.2025	⌚ 24.06.2026
⌚ 28.01.2026	⌚ 22.07.2026
⌚ 25.02.2026	

oder in der FBS Lüdinghausen  
freitags von 10.00 bis 11.30 Uhr  
(nicht in den Schulferien)



# VERANSTALTUNGEN MIT DEN FAMILIENZENTREN 2025/2026

Weitere Infos auf [www.wiwi.fu-berlin.de/lehrinhalte/sose16/infoweb](http://www.wiwi.fu-berlin.de/lehrinhalte/sose16/infoweb) oder im jeweiligen F2.

<b>KINDER-KURS</b>	<b>15.30 – 17.00 Uhr   1x</b>	<b>KURZE VIDEOSEQUENZEN</b>	Kurze Videosequenzen zeigen, wie gelungene Interaktion aussieht und welche Entwicklungsbotschaften dahinterstecken. <i>Leitung: Claudia Marien</i>	<b>Anmeldung in der FBS</b> Nº A2313-511 € gebührenfrei
	<b>DI. 30.09.2025</b> <b>15.30 – 17.00 Uhr   1x</b>	<b>VORTRAG</b>	<b>KONZENTRATIONSSPIELE VOR DER SCHULE</b> Wie sieht eigentlich eine altersentsprechende Konzentration bei Vorschulkindern aus und wie können wir sie fördern? <i>Leitung: Claudia Werp</i>	<b>FZ AWO Steinbach,</b> <b>Anmeldung in der FBS</b> Nº A2313-341 € gebührenfrei
<b>ONLINE</b>	<b>DI. 07.10.2025</b> <b>19.00 – 21.15   1x</b>	<b>VORTRAG</b>	<b>HOCHSENSIBLE KINDER LEICHTER VERSTEHEN LERNEN</b> Anmeldung in der FBS Werne, um den Zoom-Link zu erhalten.	<b>Online,</b> <b>Anmeldung in der FBS</b> Nº A2513-301W € gebührenfrei
	<b>MI. 08.10.2025</b> <b>15.30 – 17.00 Uhr   1x</b>	<b>VORTRAG</b>	<b>TROTZ ALLEM – DAS TROTZALTER</b> Die Autonomiephase verstehen und gelassen begleiten – mit Klarheit, Geduld und Respekt. <i>Leitung: Jutta Ocklenburg</i>	<b>FZ Tüllinghoff,</b> <b>Anmeldung in der FBS</b> Nº A2313-081 € gebührenfrei
<b>KINDER-KURS</b>	<b>MO. 13.10.2025 – DO. 16.10.2025</b> <b>14.30 – 17.30 Uhr   4x</b>		<b>BABYSITTERSCHEIN</b> <i>Für Jugendliche ab 13 Jahre</i> Lerne alles Wichtige für deinen Babysitter-Job – mit Zertifikat und Vermittlung über FBS oder Familienzentrum. <i>Leitung: Laura Röckmann</i>	<b>FBS Lüdinghausen,</b> <b>Anmeldung in der FBS</b> Nº A2317-301 € 45,00 Euro
	<b>SA. 25.10.2025</b> <b>10.00 – 12.15 Uhr   1x</b>		<b>GLASKUNST – LEICHTGEMACHT! KREATIV MIT GLAS</b> Für (Groß-)Eltern mit Kindern von 3 bis 10 Jahren. <i>Leitung: Iris Lichte</i>	<b>FZ AWO Steinbach,</b> <b>Anmeldung in der FBS</b> Nº A2316-076 € 14,50 Euro
<b>AKTIVE FAMILIE</b>	<b>DI. 28.10.2025</b> <b>15.30 – 17.00 Uhr   1x</b>	<b>VORTRAG</b>	<b>WIE KINDER STARK WERDEN – RESILIENZ VERSTEHEN UND FÖRDERN</b> Was genau ist Resilienz? Wie kann ich mein Kind unterstützen? <i>Leitung: Claudia Werp</i>	<b>FZ DRK Kastanienbaum,</b> <b>Anmeldung in der FBS</b> Nº A2313-381 € gebührenfrei
	<b>DI. 04.11.2025</b> <b>19.00 – 20.30   1x</b>	<b>VORTRAG</b>	<b>CO-PARENTING</b> Anmeldung in der FBS Dülmen, um den Zoom-Link zu erhalten.	<b>Online,</b> <b>Anmeldung in der FBS</b> Nº A2213-381W € gebührenfrei
<b>AKTIVE FAMILIE</b>	<b>DO. 06.11.2025</b> <b>16.30 – 18.30 Uhr   1x</b>		<b>SPIELENACHMITTAG MIT SPIELE-ULI</b> Teste mit deinem Kind die Spieleneuheiten 2025. <i>Leitung: Uli Rietmann</i>	<b>FZ Tüllinghoff,</b> <b>Anmeldung im FZ</b> € gebührenfrei
	<b>FR. 28.11.2025</b> <b>15.00 – ca. 18.00 Uhr   1x</b>		<b>WINTERZAUBER</b> Wir laden alle Familien zu unserem kostenfreien Winterzauber ein. In gemütlicher Atmosphäre können Sie sich mit ihren Kindern bei kleinen Mitmach-Aktionen auf die spannende Winterzeit einstimmen.	<b>FZ DRK Kastanienbaum,</b> <b>Anmeldung im FZ</b> € gebührenfrei
<b>ONLINE</b>	<b>DI. 02.12.2025</b> <b>19.00 – 21.15   1x</b>	<b>VORTRAG</b>	<b>BEVOR DER STECKER GEZOGEN WIRD ...</b> <b>Medienkonsum bei Kindern und Jugendlichen</b> Anmeldung in der FBS Coesfeld, um den Zoom-Link zu erhalten.	<b>Online,</b> <b>Anmeldung in der FBS</b> Nº A2113-097W € gebührenfrei
	<b>MI. 21.01.2026</b> <b>19.30 – 21.00 Uhr   1x</b>	<b>VORTRAG</b>	<b>DIGITALE MEDIEN</b> Tausche dich aus, reflektiere deine Haltung und finde deinen eigenen Umgang mit digitalen Medien im Familienalltag. <i>Leitung: Annika Wille</i>	<b>FZ DRK Kastanienbaum,</b> <b>Anmeldung in der FBS</b> Nº A2313-322 € gebührenfrei
<b>AKTIVE FAMILIE</b>	<b>DO. 22.01.2026</b> <b>19.00 – 21.15   1x</b>	<b>VORTRAG</b>	<b>GESCHWISTER(RIVALITÄT)</b> Wie unterstütze ich eine Geschwisterbeziehung? <i>Leitung: Carla Ehrenheim</i>	<b>FZ Tüllinghoff,</b> <b>Anmeldung in der FBS</b> Nº A2313-383 € gebührenfrei
	<b>SA. 31.01.2026</b> <b>15.00 – 16.30 Uhr   1x</b>		<b>ELTERN-KIND-TURNEN IN DER GROSSEN TURNHALLE</b> Ein FiBähnliches Angebot für Kleinkinder. <i>Leitung: Julia Grosse</i>	<b>Dreifachturnhalle des RvW-Berufskollegs,</b> <b>Anmeldung im FZ DRK Rott</b> € gebührenfrei
<b>AKTIVE FAMILIE</b>	<b>DO. 05.02.2026</b> <b>19.00 – 21.15   1x</b>	<b>VORTRAG</b>	<b>GRENZEN SIND GESCHENKE</b> Wie setzen wir Grenzen, welche Konsequenzen sind sinnvoll – und wie gelingt ein stressfreier Familienalltag mit mehr Freude? <i>Leitung: Carla Ehrenheim</i>	<b>FZ DRK Kastanienbaum,</b> <b>Anmeldung in der FBS</b> Nº A2313-471 € gebührenfrei
	<b>MI. 11.02.2026</b> <b>19.00 – 20.30   1x</b>	<b>VORTRAG</b>	<b>DAS LEBEN IST (K)EIN PONYHOF</b> Erfahre mehr darüber, wie du Stress im Familienalltag mit kleinen Schritten vermeiden kannst. <i>Leitung: Jutta Ocklenburg</i>	<b>FZ DRK Kastanienbaum,</b> <b>Anmeldung in der FBS</b> Nº A2313-141 € gebührenfrei
<b>AKTIVE FAMILIE</b>	<b>DI. 24.02.2026</b> <b>14.30 – 16.00 Uhr   1x</b>		<b>DRUCKWERKSTATT</b> Mit unterschiedlichen Formen werden Bilder bedruckt. <i>Leitung: Ute Mangel</i>	<b>FZ DRK Rott,</b> <b>Anmeldung im FZ</b> € 5,00 Euro
	<b>SA. 28.02.2026</b> <b>09.30 – 12.00 Uhr   1x</b>		<b>WERKEN MIT HOLZ</b> Bau von Nistkästen. Die Kosten richten sich nach dem gewählten Bausatz. <i>Leitung: Georg Tennhoff</i>	<b>FZ DRK Kastanienbaum,</b> <b>Anmeldung im FZ</b> € Materialkosten
<b>AKTIVE FAMILIE</b>	<b>MI. 04.03.2026</b> <b>15.30 – 17.00 Uhr   1x</b>	<b>VORTRAG</b>	<b>STRESS LASSEN NACH – FAMILIENALLTAG ACHTSAM GESTALTEN</b> Für mehr Balance zwischen Job, Kindern und dir selbst. <i>Leitung: Kathrin Buhl</i>	<b>FZ DRK Kastanienbaum,</b> <b>Anmeldung in der FBS</b> Nº A2313-382 € gebührenfrei
	<b>DO. 12.03.2026</b> <b>19.30 – 21.00 Uhr   1x</b>	<b>VORTRAG</b>	<b>POSITIVES LEITEN IM FAMILIENALLTAG</b> Lerne Schritt für Schritt, wie du mit deinem Kind zum Team wirst. <i>Leitung: Lena Breidenbach</i>	<b>FZ Tüllinghoff,</b> <b>Anmeldung in der FBS</b> Nº A2313-386 € gebührenfrei
<b>KINDER-KURS</b>	<b>DI. 24.03.2026</b> <b>19.00 – 21.15   1x</b>	<b>VORTRAG</b>	<b>BUNT WIE EIN REGENBOGEN – VIELFALT IN FAMILIE UND KITA</b> Ein offener Austausch und praxisnahe Impulse. <i>Leitung: Margaretha Winkelmann</i>	<b>FZ St. Elisabeth,</b> <b>Anmeldung in der FBS</b> Nº A2313-387 € gebührenfrei
	<b>MI. 15.04.2026</b> <b>15.30 – 17.00 Uhr   1x</b>	<b>VORTRAG</b>	<b>HAUEN, SCHUBSEN, BEISSEN</b> Wir erschließen uns an diesem Nachmittag die Bedeutung dieses Verhaltens und wie wir damit umgehen können. <i>Leitung: Jutta Ocklenburg</i>	<b>FZ DRK Rott,</b> <b>Anmeldung in der FBS</b> Nº A2313-385 € gebührenfrei
<b>AKTIVE FAMILIE</b>	<b>MI. 15.04.2026</b> <b>19.00 – 20.00 Uhr   1x</b>		<b>KLEINE YOGIS ENTDECKEN DAS LAND DER ACHTSAMKEIT</b> Ein fantasievoller Kurs für Kinder von 5 bis 7 Jahren mit Yoga, Achtsamkeitsübungen, Qigong und Fantasiereisen. <i>Leitung: Kathrin Buhl</i>	<b>FZ AWO Steinbach,</b> <b>Anmeldung in der FBS</b> Nº A2315-321 € gebührenfrei
	<b>AB FR. 17.04.2026</b> <b>15.00 – 16.00 Uhr   5x</b>			
<b>AKTIVE FAMILIE</b>	<b>MI. 22.04.2026</b> <b>15.30 – 17.00 Uhr   1x</b>	<b>VORTRAG</b>	<b>BESONDRE KINDER – ERSCHÖPFTE ELTERN</b> Bist du Mutter oder Vater eines besonderen Kindes? Erfahre, wie Selbstfürsorge im Alltag gelingen kann – mit Austausch und Impulsen. <i>Leitung: Kathrin Buhl</i>	<b>FZ DRK Kastanienbaum,</b> <b>Anmeldung in der FBS</b> Nº A2313-303 € gebührenfrei
	<b>DI. 05.05.2026</b> <b>19.30 – 21.00 Uhr   1x</b>	<b>VORTRAG</b>	<b>DIGITALE MEDIEN</b> Tausche dich aus, reflektiere deine Haltung und finde deinen eigenen Umgang mit digitalen Medien im Familienalltag. <i>Leitung: Annika Wille</i>	<b>FZ St. Elisabeth,</b> <b>Anmeldung in der FBS</b> Nº A2313-323 € gebührenfrei
<b>KINDER-KURS</b>	<b>Was ist eigentlich ein Familienzentrum?</b> Ein Familienzentrum unterstützt Familien in verschiedenen Lebenslagen. Es vereint Bildung, Betreuung, Beratung und soziale Angebote. Ziel ist die Förderung von Kindern und die Stärkung der Eltern bei Erziehung und Vereinbarkeit von Familie und Beruf. Es schafft Netzwerke, fördert Austausch und arbeitet eng mit anderen familienunterstützenden Einrichtungen zusammen.		<b>UNSERE KOOPERATIONSPARTNER</b>	
			  	

### Was ist eigentlich ein Familienzentrum?

**Was ist eigentlich ein Familienzentrum?**  
Ein Familienzentrum unterstützt Familien in verschiedenen Lebenslagen. Es vereint Bildung, Betreuung, Beratung und soziale Angebote. Ziel ist die Förderung von Kindern und die Stärkung der Eltern bei Erziehung und Vereinbarkeit von Familie und Beruf. Es schafft Netzwerke, fördert Austausch und arbeitet eng mit anderen familienunterstützenden Einrichtungen zusammen.

## UNSERE KOOPERATIONSPARTNER



## DU MÖCHTEST BEI EINEM KURS MITMACHEN?

Familienbildungsstätte Lüdinghausen  
Mühlenstraße 29 · 59348 Lüdinghausen

✉ 02591 989090  
✉ fbs-luedinghausen@bistum-muenster.de  
✉ www.fbs-luedinghausen.de

Bürozeiten:  
Montag bis Freitag: 09.00 – 12.00 Uhr  
Dienstag und Donnerstag: 14.00 – 17.00 Uhr

FZ DRK Rott · Werdener Straße 8

📞 02541 94425840

FZ St. Elisabeth · Von Stauffenberg Allee 4  
📞 0163 2583816

FZ Tüllinghoff · Breslauer Ring 45  
📞 02591 22110

FZ AWO Steinbach · Steinbach 19  
📞 02591 8911664

FZ DRK Kastanienbaum · Erlenstraße 2  
📞 02541 94425800



## KITASTART®

### KitaStart®-Informationsabend

Erfahre mehr zum KitaStart®-Kurs mit Einblicken in Kursinhalte und Austauschmöglichkeiten.

№ A2313-121

📅 Mo. 18.05.2026 · 19.30 – 21.00 Uhr | 1x

📍 FZ DRK Kastanienbaum

№ A2313-123

📅 Di. 19.05.2026 · 19.30 – 21.00 Uhr | 1x

📍 FZ DRK Rott

### KitaStart®-Kurs

Den Übergang in die Kita begleiten – mit Fokus auf Bindung, Vertrauen und Selbständigkeit.

№ A2313-122

📅 Di. 09.06., Mo. 15.06., Di. 23.06.2026  
19.30 – 21.00 Uhr | 3x

📍 FZ DRK Kastanienbaum

№ A2313-124

📅 Mi. 10.06., Do 18.06., Mo. 22.06.2026  
19.30 – 21.00 Uhr | 3x

📍 FZ DRK Rott | St. Elisabeth | Tüllinghoff

Leitung: Stephanie Röntgen

⌚ gebührenfrei

Anmeldung in der FBS Lüdinghausen

Entwicklungsbegleitung  
im ersten Lebensjahr

### ELTERNSTART NRW: PEKİP® UND MEHR



Für Eltern mit Kindern  
geboren Oktober bis Dezember 2025

Das erste Lebensjahr steckt voller Entwicklungs-schritte – jede Woche bringt Neues. Der kostenfreie Elternstart NRW-Kurs der FBS Lüdinghausen unterstützt Familien in Seppenrade und Lüdinghausen mit Impulsen zu Bewegung, Spiel, Ernährung und Schlaf. PEKİP®- und MarteMeo-Anregungen fließen in die Kursgestaltung ein und orientieren sich am individuellen Tempo jedes Kindes.

Kursleitung: Angelika Gründken

№ A2314-172

📅 Mo. 02.02.2026 · 15.30 – 17.00 Uhr | 5x

📍 FZ DRK Kastanienbaum

⌚ gebührenfrei

Anmeldung in der FBS Lüdinghausen