

Gedächtnistraining

Geistig fit bleiben mit Denksport-Übungen

Mit Spiel und Spaß bringen wir Farbe in die grauen Zellen. Knobelreien, Rätsel und Denksportaufgaben werden in geselliger Runde bearbeitet und gelöst. Verschiedene Merktechniken für den Alltag werden vermittelt.

**Velbert, Begegnungszentrum Kostenberg,
Am Hardenberger Hof 24-26**

Freitag 10:30 – 11:30 Uhr ab 09.01.26

Nicole Bernhardt

Anmeldung: Nicole Bernhardt, Tel.: 02051/62400

Haustrolle

Eltern-Kind-Spielgruppe für Kinder von 6 Monaten bis 3 Jahren

Gemeinsam entdecken, spielen und wachsen!

In unserer liebevoll gestalteten Spielgruppe haben Kinder die Möglichkeit, erste soziale Kontakte zu knüpfen, ihre Umwelt zu erkunden und mit allen Sinnen zu lernen. Eltern begleiten entspannt, tauschen sich aus und erhalten neue Impulse.

Mit dabei: freies Spiel, Sing- und Bewegungsspiele, kleine Bastelaktionen und Zeit für Begegnung.

Heiligenhaus, Haus der Kirche, Hauptstraße 206

Donnerstag 09:30 - 11:00 Uhr ab 08.01.26

Anja Görß

Anmeldung: Anja Görß, goerss@ev-familienbildung.de



Theologischer Gesprächskreis

Gemeinsam über biblische Texte und aktuelle Themen ins Gespräch kommen.

Heiligenhaus, Haus der Kirche, Hauptstraße 206

Donnerstag 10:00 - 11:30 Uhr ab 08.01.26

Pfarrerin Kirsten Düsterhöft

Anmeldung: Pfarrerin Kirsten Düsterhöft, Tel.: 0151/17871420

Email: kirsten.duesterhoeft@ekir.de

Termine: 08.01./12.03./09.04./11.06./16.07.26

Kirchenchor

Wir singen christliche und weltliche Lieder, begleitet vom Klavier, und treten bei besonderen Gottesdiensten und Anlässen wie Karfreitag auf.

Velbert-Neviges, Ev. Gemeindehaus, Siebeneicker Str. 5

Mittwoch ab 19:30 ab 07.01.26

Anna Levina-Mejeritski

Anmeldung: Fabienne Blum, Tel.: 02053/7363,

Email: neviges@ekir.de



Abenteuerwochenende auf dem Leimberghof Tawitko – ein verrückter Büffel

Vater-Kind-Wochenende

Auf dem Leimberghof in Wuppertal erwarten Vater und Kind: Zelten (oder Übernachtung im Haus), Lagerfeuer, Abenteuer, Angeln, Spielen, Basteln – und jede Menge Spaß!

Das Vortreffen findet in der Ev. Kita & Familienzentrum Düsseler Tor oder online statt.

Kosten:

26. - 28.06.2026

Pro Vater 90,00 €

Pro Kind 60,00 €

Leimberghof, Schönefelderweg 55, 42111 Wuppertal

Dietmar Fleischer / Christian Brocks

Anmeldung: Ulrike Holst, Kita-Leitung, Kita & Familienzentrum,
Düsseler Tor,

Tel.: 02058/782360

E-Mail: ulrike.holst@ekir.de oder ev.kita-duesselertor@ekir.de

Dance Minis

Tanzen für Groß und Klein gemeinsam - für Kinder von 2 bis 4

Für Kinder von 2 bis 4 Jahren mit Bezugsperson: Spielerisch Rhythmus, Bewegung und Musik entdecken, Bindung stärken und gemeinsam Spaß haben. Tänze, Bewegungsspiele und kreative Impulse sorgen für Freude – ganz ohne Leistungsdruckdecken Kinder ihren Körper und erleben erste Gruppenerfahrungen.

Wülfrath, Ev. Kita & Familienzentrum Düsseler Tor, Düsselerstr. 60

Freitag 15:30 – 16:30 Uhr ab 16.01.2026

Jessica Böhmer

Anmeldung: Ulrike Holst, Kita-Leitung, Kita & Familienzentrum,
Düsseler Tor,

Tel.: 02058/782360

E-Mail: ulrike.holst@ekir.de oder ev.kita-duesselertor@ekir.de

Termine: 16.01./20.02./20.03./17.04./22.05./19.06.26



Familienbildung kunterbunt Begegnung – Kultur – Sport

- Bewegung ohne Leistungsdruck
- Wissen über den Umgang mit Behinderung für Vereine und Träger
- Mehr inklusive Angebote für alle Kinder

Unser Projekt **KUNTERBUNT** steht für mehr inklusive Sport- und Freizeitangebote für Kinder, damit alle gemeinsam teilnehmen können.

Infos und aktuelle Termine unter www.ev-familienbildung.de

Die Gemeinden Düssel, Heiligenhaus, Langenberg, Neviges, Hoffnungsgemeinde Velbert und Tönisheide, Velbert Dalbecksbaum und Wülfrath im Kirchenkreis Niederberg bieten zusätzlich zu den aufgeführten Angeboten weitere Veranstaltungen an. Diese finden Sie im Programmheft auf der Homepage des Evangelischen Familienbildungswerks und des Kirchenkreises Niederberg oder im Gesamtprogramm des Evangelischen Erwachsenenbildungswerks Nordrhein – eeb Nordrhein.

Evangelisches Familienbildungswerk



Kirchenkreis Niederberg



Gesamtprogramm des Evangelischen Erwachsenenbildungswerks Nordrhein – eeb Nordrhein



Kontakt

Evangelisches Familienbildungswerk
der Diakonie im Kirchenkreis Düsseldorf-Mettmann GmbH
Turmstr. 10, 40878 Ratingen

Telefon 02102 - 10 94 24 / Fax 02102 - 10 94 29

www.ev-familienbildung.de
www.diakonie-kreis-mettmann.de



eeb Evangelisches
Erwachsenenbildungswerk
Nordrhein

Bild-Urheber: Unclesam (S.1); hikari_stock (S.2); aletia2011 (S.3); C. Schübler (S.4); svetazi (S.5); stockpics (S.6); MIA Studio (S.7); drubig-photo (S.8); VRD (S.9).

Evangelisches
Familienbildungswerk
Diakonie im Kirchenkreis Düsseldorf-Mettmann



Angebote
Ev. Erwachsenenbildung Niederberg
Gesellschaft & Politik - Familie
Spiritualität & Glaube
Gesundheit ...
Januar bis Juli 2026





Waldtag

Gemeinsam mit dem Förster den Wald erkunden und erleben – und schauen, was zu dieser Jahreszeit im Wald so krecht und fleucht.

Ein Waldausflug für Familien mit Kindern im Vor- und Grundschulalter. Zum Abschluss gibt es ein gemütliches Lagerfeuer und Stockbrot.

Heiligenhaus, Umweltbildungszentrum, Abtskücher Str. 24
Donnerstag 15:30 – 18:00 Uhr 23.04.26
 Hannes Johannsen 10,00€ pro Familie
 Anmeldeschluss: 16.04.2026
 Anmeldung: Anja Görß, Email: goerss@ev-familienbildung.de

Yoga Workshop

„Zwei Stunden für mich“

Erlebe, wie Bewegung und Stille zu einer wohltuenden Einheit werden. In fließenden Sequenzen und ruhenden Haltungen spürst du Kraft, Flexibilität und Grenzen – achtsam, ohne Leistungsdruck.

Ob Anfänger*in oder erfahren: Dieser 2-stündige Workshop mit Nelly Kerforn lädt dich ein, ganz im Moment zu sein und dir selbst etwas Gutes zu tun.

Heiligenhaus, Haus der Kirche, Hauptstr. 206
Samstag 16:30 – 18:30 Uhr 17.01.26
Samstag 16:30 – 18:30 Uhr 28.02.26
Samstag 16:30 – 18:30 Uhr 21.03.26
Samstag 16:30 – 18:30 Uhr 25.04.26

Nelly Kerforn 1 Termin je Termin 25,00€
 Anmeldung: Anja Görß, Email: goerss@ev-familienbildung.de

Was ist Social Media und wie funktioniert das überhaupt?

Wie nutze ich Instagram und Facebook? Wie stelle ich ein, dass nur bestimmte Personen meine Beiträge sehen? Welche einfachen Tipps helfen bei ansprechenden Inhalten?

Diese und weitere Fragen klären wir beim Social Media-Stammtisch des Kirchenkreises Niederberg – offen für alle, die sich ungezwungen informieren möchten.

Der Stammtisch wandert durch die Gemeinden; Termine und Orte werden kurzfristig über die Social-Media-Kanäle des Kirchenkreises veröffentlicht.

Kontakt:
 Denise Bos, Email: denise.bos@ekir.de



Be-Sen-Gruppe

Das sind die beweglichen Senioren – und das sind sie nicht nur körperlich, sondern auch geistig. In geselliger Runde halten wir Körper und Geist fit – mit Bewegung, Austausch und viel Spaß.

Bitte bequeme Kleidung anziehen!

Wülfrath, Ev. Gemeindehaus Düssel, Dorfstr. 19
Dienstag 11:00 – 12:00 Uhr ab 13.01.26
 Melanie Horter
 Anmeldung: Melanie Horter, Tel.: 02058/8936166

Repair Café

Reparieren statt wegwerfen - mit Unterstützung und Anleitung
 Kaputte Dinge? Bring sie einfach mit!

Mit Unterstützung erfahrener Helfer*innen reparierst du Geräte, Textilien, Fahrräder oder kleine Möbel selbst. Unser Ziel: Reparieren statt Wegwerfen, gemeinsam Ressourcen schonen, Wissen teilen – in gemütlicher Atmosphäre bei Kaffee und Kuchen.

Wülfrath, Ev. Gemeindehaus Düssel, Dorfstr. 19
Jeden 2. Samstag i. Monat 12:00 -14:00 Uhr ab 10.01.26
 Melanie Horter
 Anmeldung: Melanie Horter, Tel.: 02058/8936166

Gesprächskreis „Gott und die Welt“

Vortrag und Diskussion zu gesellschaftlichen und theologischen Themen.

Velbert, Ev. Gemeindehaus, Ostraße 59
Freitag 19:30 – 21:00 Uhr ab 09.01.26
 Pfarrerin Maret Schmerkotte
 Anmeldung: Pfarrerin Maret Schmerkotte, Tel.: 02051/607036
 Termine: 09.01./06.02./06.03./27.03./24.04./29.05./03.07.2026

Krümel Café

Familiencafé im CVJM-Tönisheide
 Ein offenes Angebot für jeden der Lust hat vorbeizukommen. Ein Platz zum Verweilen, Genießen, Kontakte knüpfen. Durchatmen bei einer Tasse Milchkaffee und einem Stück Kuchen, während die Kleinen in der Spielecke spielen. Gespräche mit Freunden, Kennenlernen und Neuigkeiten erfahren.

Velbert, CVJM Tönisheide im Ev. Gemeindehaus Tönisheide, Kullendahler Str. 34
Donnerstag 09:30 – 11:30 Uhr ab 15.01.26
 Heike Walstra-Hieke
 Anmeldung: Heike Walstra-Hieke, Tel.: 0151/15571550
 Termine: 15.01./05.02./19.02./05.03./19.03.2026



Gedächtnistraining

Als Gehirnjogger*in müssen sie keine Nobelpreisträger*in sein. Jeder und jede, der seine / ihre geistige Fitness trainieren möchte, kann dies mit ganzheitlichem Gedächtnistraining tun. Es geht darum, mit Lust und Freude die „kleinen grauen Zellen“ anzuregen. In Gemeinschaft Rätsel kreativ zu lösen, an Aufgaben zu knobeln, sich über Gelingen zu freuen und über Misslingen zu lachen. Wenn sie das anspricht, sind sie genau richtig.

Velbert-Langenberg, Begegnungs- und Servicezentrum Klippe 2
Donnerstag 9:30 – 11:00 Uhr ab 08.01.26
 Nicole Bernhardt
 Anmeldung: Nicole Bernhardt, Tel.: 02051/62400

Vocal Ensemble

Gemeinsam singen, aufeinander hören, im Einklang klingen – im Chor entsteht Musik, die verbindet!

Beim mehrstimmigen Chorgesang schulen wir nicht nur unser Gehör für die eigene Stimme und den harmonischen Gesamtklang, sondern stärken auch unser musikalisches Verständnis. Notenkenntnisse werden spielerisch vertieft, die sängerische Ausdruckskraft wächst mit jeder Probe. Unter Anleitung einer erfahrenen Chorleitung arbeiten wir an professioneller Atemtechnik, die nicht nur das Singen erleichtert, sondern auch Wohlbefinden und gesundheitliche Resilienz fördert.

Ob Anfängerin oder erfahrener Sänger*in – bei uns ist jede Stimme willkommen. Komm vorbei, probier es aus und erlebe, wie gut Singen tut – **für Körper, Geist und Seele!**

Velbert, Begegnungszentrum Kostenberg, Am Hardenberger Hof 24-26
Montag 19:00 – 21:00 Uhr ab 12.01.26
 Sigrid Wagner-Schluckebier
 Anmeldung: Sigrid Wagner-Schluckebier, Tel.: 02324/506633 oder Tel.: 0170/4067187

Männerkochkurs

Der Kurs bietet die Möglichkeit, Kochkünste zu verbessern oder sogar neue Fähigkeiten zu erlernen.

Velbert, Gemeindehaus Apostelkirche, Wichernstr. 1
3. Dienstag i. Monat 18:30 – 21:00 Uhr ab 20.01.26
 Mitsuhiro Ikenoya
 Anmeldung: Ralf Kraus, Tel.: 01515/6608065



Handarbeits-Café

Erlernen sie Grundlagen im Handarbeiten, wie z.B. stricken und häkeln in geselliger Runde. Unsere Damen können auf einen großen und wertvollen Erfahrungsschatz zurückgreifen und helfen

gerne weiter. Neue kreative Methoden werden erprobt, angeleitet oder auch erläutert.

Velbert, Begegnungszentrum Kostenberg, Am Hardenberger Hof 24-26
Montag 14:00 – 16:00 Uhr ab 19.01.26 in gerader KW

Nicole Roß
 Anmeldung: Nicole Bernhardt, Tel.: 02051/62400



Seminar: „Ich möchte, dass einer mit mir geht ...“

In der Passionszeit (Osterferien) bieten ein Seminar für Familien, Alleinerziehende und Einzelreisende an.

Wir machen uns gemeinsam auf den Weg, mit biblischen Geschichten, die von Begleitung, Vertrauen und Glauben erzählen.

Unter dem Thema „Ich möchte, dass einer mit mir geht“ betrachten wir ausgewählte Texte aus der Passionsgeschichte.

Es gibt Zeit für Gespräche, gemeinsames Singen, Basteln und vieles mehr – Aktivitäten, die in Gemeinschaft besonders Freude machen.

Unsere Unterkunft ist die Jugendbildungsstätte Saerbeck, im schönen Münsterland. Das Haus liegt im Grünen, ist frisch renoviert und bietet viele Möglichkeiten für unvergessliche Momente.

Die Anreise erfolgt mit privaten PKW's. Falls eine eigene Anreise nicht möglich ist, organisieren wir Fahrgemeinschaften.

Kosten für den Zeitraum 30.03. - 02.04.2026:
 4-Bett-Zimmer (2 Erwachsene + 2 Kinder) 900,00 €
 Doppelzimmer (1 Erwachsener + 1 Kind) 515,00 €
 Einzelzimmer (Erwachsene) 360,00 €

Jugendbildungsstätte Saerbeck
Hauptstr. 206, 42579 Heiligenhaus
 Pfarrerin Kirsten Düsterhöft und Kristina Mauer
 Anmeldung: Pfarrerin Kirsten Düsterhöft, Tel.: 0151/17871420
 Email: kirsten.duesterhoeft@ekir.de