

Liebe Teilnehmerinnen und Teilnehmer,
Sehr geehrte Damen und Herren,

Bildung als eine Leitlinie des Volksvereins Mönchengladbach, ist neben der Beschäftigung, der Beratung und der Begegnung ein wichtiges Element in der Arbeit mit langzeitarbeitslosen Männern und Frauen.

Sie halten nun das aktuelle Bildungsprogramm des Volksvereins Mönchengladbach in Ihren Händen und finden eine Vielzahl an Angeboten vor, die nicht nur für die MitarbeiterInnen des Volksvereins, sondern für alle von Arbeitslosigkeit betroffenen Menschen in Mönchengladbach eine hilfreiche Stütze im Alltag darstellen sollen.

Neben praktischen und haushaltsnahen Angeboten finden Sie wie gewohnt auch Angebote in den Bereichen der Beratung sowie der Freizeitgestaltung.

Sollte es darüber hinaus Wünsche und Anregungen zum Bildungsprogramm geben, so lassen Sie uns dies gerne wissen. Mit Ihrer Unterstützung arbeiten wir stetig an der Optimierung dieses Programmes.

Das aktuelle Bildungsprogramm sowie das Programm des Treffs am Kapellchen (TaK) finden Sie auch im Internet auf der Internetseite des Volksvereins (www.volksverein.de).

Wir danken den BildungsreferentInnen, die mit ihrem Engagement und ihren kreativen Ideen die Bildungsarbeit des Volksvereins Mönchengladbach unterstützen.

Stefanie Neumann
Leiterin Sozialdienst

Felix Greiner-Reschö
Sozialdienst

Die Bildungsangebote finden in Kooperation mit dem Katholischen Forum für Erwachsenen- und Familienbildung Mönchen-gladbach und Heinsberg statt und werden durch das Land Nordrhein-Westfalen und die Europäischen Union gefördert.

Treff am Kapellchen (TaK)

Regelmäßiges Programm

Jeden Montag: 14.-17.00 Uhr Gestalten und Mitarbeit in unserem TaK-Garten mit Luzia und Peter Jagemann
(Brunnenstraße 83a; Buslinie 9, Haltestelle Brunnenstraße)

Jeden Mittwoch 15.00 Uhr offener Treff
17.30 Uhr Abendgebet anschließend Abendessen

Jeden Freitag: 15.-17.00 Uhr abwechselndes Programm (Kino, Dart, Klönen, Spielen, etc.)

Gottesdienste, Abendgebete

jeden Sonntag (17:30 Uhr) Gottesdienst mit Eucharistie oder Wortgottesdienst mit Austeilen der Kommunion.

Jeden Mittwoch (17:30 Uhr) Abendgebet mit anschließendem Abendessen

Weitere Angebote und Programm:

Weitere **Angebote** wie Liturgiegruppe, Kulturzeit, Café International, Ausflüge, spirituelle Projektwochen und Benefiz-Konzerte sind im eigenen TaK-Programm oder auf der Homepage www.treff-am-kapellchen.de zu finden.

Ansprechpartner: Leiterin Barbara Rossmadl, Rudolfstraße 7, 41068 Mönchengladbach, Tel.:0176 57868518

Weitere Angebote im TAK

Kulturzeiten und anderes

09.07.	ab 16.00	Sommerfest (mit Clown Pepe; Sommerspiele, etc.)
23.08.	10.00 Uhr	Fest des Teilens auf dem Edmund Erlemann Platz
14.09.	ab 11.00 Uhr	Tag des offenen Denkmals
10.10.	19.00 Uhr	„Die Zeit-Uhr läuft“ Texte von Brigitte Viethen und Musik von Hartmut Magon und Anika Wagner
23.11.	ab 11.00 Uhr	Adventsbasar

Kreative Küche

Mit Sabine Peters

01.07.	14:00-17:00 Uhr	„Coole Sommerdrinks selbst gemixt“
09.09.	14:00-17:00 Uhr	„Kuchen backen für den Tag des offenen Denkmals“
28.10.	14:00-17:00 Uhr	„herbstliche Küche“
04.11.	14:00-17:00 Uhr	Backen für den Adventsbasar
02.12.	14:00-17:00 Uhr	Weihnachtliches Backen

Erzähl- und Zuhörcafé

Mit Marlene Gießen

Ärgerliches, Beglückendes, Verwunderliches, aber auch Alltägliches ist es Wert ausgesprochen UND gehört zu werden.

08.07.	15.00-16.00 Uhr	12.08.	15.00-16.00 Uhr
01.09.	15.00-16.00 Uhr	14.10.	15.00-16.00 Uhr

Café im Garten

(Brunnenstraße 83a; Buslinie 9, Haltestelle Brunnenstraße)

Mit Luzia und Peter Jagemann

15.07.	15:00-17:00 Uhr	19.08.	15:00-17:00 Uhr
23.09.	15:00-17:00 Uhr	07.10.	15:00-17:00 Uhr

Kreatives Gestalten

Mit Gisela Rees und Manfred Kaspers

22.07.	14:00-17:00 Uhr	Sommer-Deko für den Tak
30.09.	14:00-17:00 Uhr	Vorbereitungen für den Adventsbasar beginnen
21.10.	14:00-17:00 Uhr	kreatives Werkeln für den Adventsbasar
11.11.	14:00-17:00 Uhr	kreatives Werkeln für den Adventsbasar
18.11.	14:00-17:00 Uhr	kreatives Werkeln für den Adventsbasar

Wöchentliche Angebote im Volksverein

Kommen Sie einfach vorbei!

Bewerbungscenter/Jobcafé

Mit Hans-Peter Katz und Jutta Lautermann
Montags | 12.00 - 14.00 Uhr | Medienraum

Einstellung und Optimierung von Bewerbungsunterlagen.
Stellenbörse und Gelegenheit zum Austausch.

Deutschkurs an der Städtischen KiTa Mobilee

Mit Natalia Fenesiu
Montags | 09.00 – 10.30 Uhr | Altenbroicher Straße 44, 41238
Mönchengladbach

Offenes Angebot, um Deutschkenntnisse zu verbessern.

Frei?-Raum

Mit Sonja Vásquez Bernal
Montags | 09.30-11.00 Uhr | Medienraum

Alles rund um die Wohnungssuche



Deutschkurs „Wir lernen Deutsch“

Mit Maria Türks
Dienstags | 10.30 – 12.00 Uhr | Medienraum

Offenes Angebot, um Deutschkenntnisse zu verbessern.

PC-Treff und Bedienung mobiler Geräte

Mit Günter Holzenhauer
Mittwochs | 14.00 – 16.00 Uhr | Medienraum

Hier können eigene Handys oder Tablets mitgebracht und der Umgang damit besprochen werden.

Juli

Stressmanagement

Mit Martin Kreienkamp

Freitag, 04.07.2025 | 11.00 – 13.00 Uhr | Medienraum

Beim Stressmanagement geht es darum, den Umgang mit der eigenen Zeit zu verbessern und die Selbstwirksamkeit zu stärken – also das Vertrauen in die eigene Fähigkeit, etwas bewirken zu können. Außerdem befassen wir uns mit Veränderungskompetenz: Wie wir Veränderungen aktiv gestalten und flexibel auf Neues reagieren können.
Übungen zum Thema Emotionen steuern

Ich online! Offene Runde

Mit Britta Tümmers

Mittwoch, 09.07.2025 | 10.00 – 11.00 Uhr | Medienraum

In dieser offenen Runde beschäftigen wir uns mit den Themen Smartphone, Tablet, Apps und Online-Zugänge zu Behörden. Außerdem ist Raum für individuelle Fragen und Probleme im digitalen Alltag.

Arbeitsbereichsbildung Rapsmühle

Mit Robert Scheeren

Mittwoch, 09.07.2025 | 08.00 Uhr | Rapsmühle

Alle Jahre wieder... aus der Rapsmühle – Planung Weihnachtsgeschäft und Vertriebstour

Juli

Kulturgruppe – Sommerfreude 1

Mit Julia Licher

Donnerstag, 10.07.2025

Uhrzeit und Ort: wird noch bekannt gegeben

Gemeinsam erleben wir Kunst, Musik und Kreatives- Ideen zur Gestaltung der Freizeit und Erweiterung des Horizonts

Arbeitsbereichsbildung Hauswirtschaft

Mit Robert Scheeren

Mittwoch, 16.07.2025 | 10.00 – 13.00 Uhr | Medienraum

Fensterreinigen – Saubere Scheiben für klare Sicht

Kochkurs – „Essen gut, alles gut!“

Mit Marieluise Baumeister

Donnerstag, 17.07.2025 | 10:00 – 13:00 Uhr | Lehrküche und Bildungsraum

In diesem Kochevent kommt zusammen, was zusammengehört: Leckerer Essen und gesunde Ernährung, die jeden anspricht und auch bei wenig Zeit umsetzbar ist. Ob mit oder ohne Fleisch – bei der Zusammenstellung der Rezepte kannst du selbst mitentscheiden.

Politisches Frühstück: Stadt, Mensch, Meinung

Mit Felix Greiner-Reschö

Freitag, 18.07.2025 | 09:00 – 11:00 Uhr | Medienraum

Was bewegt uns in unserer Stadt? Gemeinsam bereiten wir Fragen vor, die wir den Bürgermeisterkandidat*innen beim Frühstück stellen wollen.

Juli

Grillen lernen vom Profi

Mit Robert Scheeren

**Mittwoch, 23.07.2025 | 10.00-15.00 Uhr | Lehrküche und
Betriebshof**

Wir erfahren zum Beispiel, wie man verschiedene Grilltechniken anwendet und worauf wir bei der Temperatur achten müssen. Auch kleine Tricks zur Marinade, den richtigen Garstufen und zur Fleischqualität machen einen großen Unterschied.

Arbeitsbereichsbildung Hauswirtschaft, Kiosk, Rapsmühle

Mit Robert Scheeren

Dienstag, 29.07.2025 | 09.00 – 12.00 Uhr | Medienraum

Auffrischung Gesundheitsbelehrung

Arbeitsbereichsbildung Holzwerkstatt

Mit Karl-Heinz Prömper

Mittwoch, 30.07.2025 | 08:00 Uhr | Holzwerkstatt

Sicherheitsunterweisung

Kreativzeit – Traumfänger

Mit Britta Tümmers

Mittwoch, 30.07.2025 | 10.00 – 12.00 Uhr | Besprechungsraum

Wir nehmen uns Zeit für kreatives Gestalten und lassen dabei individuelle Traumfänger entstehen.

August

Resilienz – Kraft tanken für die Arbeitssuche

Mit Martin Kreienkamp

Freitag, 01.08.2025 | 11:00 – 13:00 Uhr | Medienraum

In dieser Einheit beschäftigen wir uns mit Resilienz – also der inneren Stärke, mit Stress und Belastungen umzugehen. Wir lernen, Stress-Symptome früh zu erkennen, einfache Entspannungstechniken anzuwenden und zu verstehen, wie unsere Gedanken unsere Realität formen. Ziel ist es, positive Emotionen zu fördern und durch Flow-Aktivitäten neue Kraft zu schöpfen.

Azubi-Bildung

Mit Britta Tümmers

Montag, 04.08.2025 | 10.00 - 11.00 Uhr | Pausenraum

Softskills

Kreativzeit – Nähen

Mit Britta Tümmers

Mittwoch, 06.08.2025 | 10.00 – 12.00 Uhr | Medienraum

In dieser offenen Runde dreht sich alles um das Thema „Kreativzeit Nähen“. Gemeinsam entdecken wir kreative Nähideen und tauschen Tipps und Tricks rund ums Nähen aus.

Arbeitsbereichsbildung gesamte Möbelhalle

Mit Enrico Stary

Freitag, 08.08.2025 | 10.00 – 14.30 Uhr | Medienraum

Kundenorientierung: Wie begegne ich Kunden richtig? Wie gehe ich mit unzufriedenen Kunden um? Tipps, Tricks und Ideenaustausch

August

Arbeitsbereichsbildung Möbelhalle/Fahrer

Mit Karl-Heinz Prömper

Mittwoch, 13.08.2025 | 08:00 Uhr | Möbelhalle / Gelände

Sicherheitsunterweisung

Kulturgruppe – Sommerfreude 2

Mit Julia Licher

Donnerstag, 14.08.2025

Uhrzeit und Ort: wird noch bekannt gegeben

Gemeinsam erleben wir Kunst, Musik und Kreatives- Ideen zur Gestaltung der Freizeit und Erweiterung des Horizonts

Auszeit im Kloster Steyl

Mit Stefanie Neumann und Barbara Roßmadl

Freitag, 15.08.2025 | 08.00 – 18.00 Uhr | Abfahrt Volksverein

In Kooperation mit dem TaK, verbringen wir einen Auszeittag im Kloster Steyl und lassen bewusst die Seele baumeln.

Arbeitsbereichsbildung Hauswirtschaft

Mit Karl-Heinz Prömper

Mittwoch, 20.08.2025 | 08:00 Uhr | Hauswirtschaftsbereich

Sicherheitsunterweisung

August / September

Arbeitsbereichsbildung Kiosk

Mit Robert Scheeren

Montag, 25.08.2025 | 09.00 – 14.00 Uhr | Medienraum

Belegen von Backwaren – ansprechendes Präsentieren, Verkaufen, sowie Hygiene und Sicherheit

Hofladen-Tour mit Kochen

Mit Robert Scheeren

Donnerstag, 28.08.2025 | 08.00-14.00 Uhr | Lehrküche und Betriebshof

Wir besichtigen verschiedene Hofläden in der Region und lernen, woher unsere Lebensmittel kommen. Vor Ort kaufen wir frische, saisonale Produkte direkt vom Erzeuger. Anschließend kochen wir gemeinsam aus den Zutaten ein leckeres Gericht und erleben, wie gut regionale Küche schmecken kann.

Arbeitsbereichsbildung Clean Up

Mit Oliver Besanger

Dienstag, 02.09.2025 | 08.00 – 10.00 Uhr | Medienraum

Sicherheitsunterweisung: Gefahren- und Arbeitssicherheit

Arbeitsbereichsbildung Rapsmühle

Mit Robert Scheeren

Dienstag, 02.09.2025 | 08.00 Uhr | Rapsmühle

Hofläden entdecken, Produkte verkaufen: Rapsöl im regionalen Handel

September

Ich online! Offene Runde

Mit Britta Tümmers

Mittwoch, 03.09.2025 | 10.00 – 11.00 | Medienraum

In dieser offenen Runde beschäftigen wir uns mit den Themen Smartphone, Tablet, Apps und Online-Zugänge zu Behörden. Außerdem ist Raum für individuelle Fragen und Probleme im digitalen Alltag.

Glücksmomente

Mit Martin Kreienkamp

Freitag, 05.09.2025 | 11:00 – 13:00 Uhr | Medienraum

In dieser Einheit geht es darum, das eigene Glücksempfinden bewusst zu stärken. Wir schauen uns an, warum das wichtig ist und welche positiven Flow-Aktivitäten helfen können – als gesunde Alternativen zu stressbedingten Gewohnheiten wie Alkohol. Außerdem lernen wir Achtsamkeit als Methode kennen, um im Alltag gelassener und präsenter zu sein.

Arbeitsbereichsbildung Clean Up

Mit Oliver Besanger

Dienstag, 09.09.2025 | 08.00 – 10.00 Uhr | Medienraum

Umgang mit Gefahrenstoffen

September

Karneval kann kommen – Kostüme leicht gemacht

Mit Britta Tümmers und Jennifer Oehlers

Mittwoch, 10.09.2025 | 10.00 – 12.30 Uhr | Medienraum

Helau und Alaaf! In diesem kunterbunten Angebot gestalten wir gemeinsam schrille, wilde und witzige Kostüme für den Karnevalszug. Eure Ideen sind gefragt – je verrückter, desto besser! Ob Glitzer, Federn oder Konfetti: Alles ist erlaubt, solange es Spaß macht!

Arbeitsbereichsbildung Kleidershops

Mit Jennifer Oehlers und David Köhler

Donnerstag, 11.09.2025 | 09.00 - 16.00 Uhr | Medienraum

Die Kunst der Warenpräsentation: Wie Besucher zu Kunden werden

Tafel-Kochen

Mit Robert Scheeren

Freitag, 12.09.2025 | 13.00 – 16.15 Uhr | Lehrküche

Wir verarbeiten gespendete Lebensmittel von der Tafel und lernen dabei, wie man mit einfachen Mitteln kreativ kochen kann. Es geht darum, nichts zu verschwenden und das Beste aus dem zu machen, was da ist. Diese Erfahrung zeigt uns, wie wichtig Wertschätzung, Nachhaltigkeit und soziale Verantwortung beim Kochen sind.

Arbeitsbereichsbildung gesamte Möbelhalle

Mit Enrico Stary

Freitag, 12.09.2025 | 10.00 – 14.30 Uhr | Medienraum

Wie funktioniert Kommunikation? Kann Kommunikation auch mal schiefgehen? Tipps und Tricks für Beruf und Alltag

September

Philosophieren

Mit Britta Tümmers

Mittwoch, 17.09.2025 | 10.00 – 12.00 Uhr | Besprechungsraum

Wir beschäftigen uns mit Fragen rund um das gute Leben und die Kunst, bewusst und sinnvoll zu leben.

Arbeitsbereichsbildung Kleidershops

Mit Jennifer Oehlers und David Köhler

Donnerstag, 18.09.2025 | 09.00 - 16.00 Uhr | Medienraum

Kassenmeister: Von der Abrechnung bis zum Zählen alles im Griff

Kulturgruppe – Überraschung

Mit Julia Licher

Donnerstag, 18.09.2025

Uhrzeit und Ort: wird noch bekannt gegeben

Gemeinsam erleben wir Kunst, Musik und Kreatives- Ideen zur Gestaltung der Freizeit und Erweiterung des Horizonts

Von der äußeren zur inneren Ordnung

Mit Ilka Bresges

Freitag, 19.09.2025 | 09:30 – 12:30 Uhr | Medienraum

Ach, wo ist meine Sonnenbrille? Hm, wo habe ich denn den Zollstock zuletzt hingelegt?

Die ständige Suche nach Sachen, der Überfluss an Dingen kosten Zeit, Geld und Nerven. Unordnung ist ein Stressfaktor und äußere und innere Unordnung hängen eng zusammen

September

Azubi-Bildung

Mit Britta Tümmers

Montag, 22.09.2025 | 10.00 - 11.00 Uhr | Pausenraum

Softskills

Blickpunkt Volksverein

Mit Matthias Merbecks

Dienstag, 23.09.2025 | 09.00 – 13.00 Uhr | Medienraum

Welche Ideologie steckt hinter der Institution Volksverein? Welche Angebote und Beschäftigungsfelder gibt es? Wer sind die Ansprechpartner?

Arbeitsbereichsbildung Sortierung/Kleidershops

Mit Karl-Heinz Prömper

Mittwoch, 24.09.2025 | 08:30 Uhr | Sortierung

Sicherheitsunterweisung

Traditionelle Volkstänze aus verschiedenen Ländern und Kulturen

Mit Nina Rothe

Freitag, 26.09.2025 | 09:30 – 11:00 Uhr | Bildungsraum

Wir lernen Tänze aus aller Welt kennen. Zeige uns gerne die traditionellen Tänze aus deinem Heimatland. Teilnehmer aus allen Nationen willkommen!

Oktober

Ich online! Offene Runde

Mit Britta Tümmers

Mittwoch, 01.10.2025 | 10.00 – 11.00 | Medienraum

In dieser offenen Runde beschäftigen wir uns mit den Themen Smartphone, Tablet, Apps und Online-Zugänge zu Behörden. Außerdem ist Raum für individuelle Fragen und Probleme im digitalen Alltag.

Arbeitsbereichsbildung Kleidershops

Mit Jennifer Oehlers und David Köhler

Donnerstag, 02.10.2025 | 09.00 - 13.00 Uhr | Medienraum

Preisgestaltung: Wir lernen, was wieviel kostet und warum

Schwimmen

Mit Britta Tümmers

Mittwoch, 08.10.2025 | 09.00 – 12.30 Uhr | Parkplatz | Schlossbad Wickrath

Hier steht das gemeinsame Schwimmen im Vordergrund. Wir nutzen das Schlossbad Wickrath, um uns zu bewegen, fit zu bleiben und dabei Spaß im Wasser zu haben.

Clever Einkaufen – Sparen im Alltag

Mit Felix Greiner-Reschö

Donnerstag, 09.10.2025 | 09:00 – 11:00 Uhr | Medienraum

Erfahre, wie du im Alltag ganz leicht beim Einkaufen Geld sparen kannst. Mit einfachen Tipps behältst du deine Ausgaben besser im Griff.

Oktober

Arbeitsbereichsbildung Holzwerkstatt

Mit Tobias Schröder und Thomas Türks

Freitag, 10.10.2025 | 14:00 – 18.00 Uhr | Holzwerkstatt

Teamevent Holzwerkstatt

Karneval kann kommen – Kreativ verkleiden

Mit Britta Tümmers und Jennifer Oehlers

Mittwoch, 15.10.2025 | 10.00 – 12.30 Uhr | Medienraum

Helau und Alaaf! In diesem kunterbunten Angebot gestalten wir gemeinsam schrille, wilde und witzige Kostüme für den Karnevalszug. Eure Ideen sind gefragt – je verrückter, desto besser! Ob Glitzer, Federn oder Konfetti: Alles ist erlaubt, solange es Spaß macht!

Kulturgruppe – Musik

Mit Julia Licher

Donnerstag, 16.10.2025

Uhrzeit und Ort: wird noch bekannt gegeben

Gemeinsam erleben wir Kunst, Musik und Kreatives- Ideen zur Gestaltung der Freizeit und Erweiterung des Horizonts

Arbeitsbereichsbildung gesamte Möbelhalle

Mit Enrico Stary

Freitag, 17.10.2025 | 10.00 – 14.30 Uhr | Medienraum

Warenpräsentation und Warenpflege: Erlerne den richtigen Umgang mit unseren Waren – von der Annahme über den Transport bis hin zur Preisfindung

Oktober

Arbeitsbereichsbildung Holzwerkstatt

Mit Tobias Schröder und Thomas Türks

Dienstag, 21.10.2025 | 09:00 – 12.00 Uhr | Holzwerkstatt

Fenster und Balkontüren Einstellung und Wartung

Yoga mit Susanne

Mit Susanne Ciernioch

09:00-10.00 Uhr | Meditationsraum

**Mittwoch, 22.10.2025 | Dienstag, 18.11.2025 | Mittwoch,
03.12.2025**

...den ALLTAG achtsam bereichern.

Achtsamkeit ist eine Haltung der Wachheit, der Würde und Wertschätzung sich selbst und den Mitmenschen gegenüber und zugleich der Schlüssel zu Harmonie und innerem Frieden. Du lernst praktische Körperübungen (Asanas) sowie Atemübungen (Pranayamas) und Meditationen für den Alltag.

Durch Yoga kannst du eine bessere Körperhaltung erzielen, Stress abbauen, größere Beweglichkeit, Spannkraft, Lockerheit und innere Gelassenheit erfahren, Rückenschmerzen und Schlafstörungen vorbeugen sowie die Konzentrationsfähigkeit erhöhen.

Erster Arbeitstag – wir packen das gemeinsam an

Mit Britta Tümmers und Felix Greiner-Reschö

Mittwoch, 22.10.2025 | 09.00 – 12.00 Uhr | Medienraum

Wie läuft ein erster Tag im Job ab? Was ziehe ich an, wie stelle ich mich vor, was kommt auf mich zu? In diesem Angebot bereiten wir uns Schritt für Schritt auf den Einstieg in den ersten Arbeitsmarkt vor. Gemeinsam spielen wir typische Situationen durch, üben den Ablauf und nehmen Unsicherheiten die Spannung. Gut vorbereitet ist halb gewonnen!

Oktober

Kürbisgeister: Schnitzen für den gruseligen Spaß

Mit Felix Greiner-Reschö

Donnerstag, 23.10.2025 | 09.00 – 12:00 Uhr | Lehrküche

Komm vorbei und lass deiner Kreativität freien Lauf, während du gruselige Kürbisgeister schnitzt! Ein Spaß für alle, die Halloween mit einem Hauch von Kunst und Schauer feiern möchten.

Arbeitsbereichsbildung Sortierung

Mit Jennifer Oehlers und David Köhler

Dienstag, 28.10.2025 | 09.00 - 16.00 Uhr | Sortierung

Herbstputz: Wir machen Frühjahrsputz im Herbst

Karneval kann kommen – Kostümgestaltung

Mit Britta Tümmers und Jennifer Oehlers

Mittwoch, 29.10.2025 | 10.00 – 12.30 Uhr | Medienraum

Helau und Alaaf! In diesem kunterbunten Angebot gestalten wir gemeinsam schrille, wilde und witzige Kostüme für den Karnevalszug. Eure Ideen sind gefragt – je verrückter, desto besser! Ob Glitzer, Federn oder Konfetti: Alles ist erlaubt, solange es Spaß macht!

Arbeitsbereichsbildung Hauswirtschaft

Mit Robert Scheeren

Mittwoch, 29.10.2025 | 08.00 – 11.00 Uhr | Besprechungsraum

Gründliche Reinigung – Alle Ecken im Blick

Oktober / November

Kochkurs – „Essen gut, alles gut!“

Mit Robert Scheeren

Donnerstag, 30.10.2025 | 10:00 – 13:00 Uhr | Lehrküche und Bildungsraum

In diesem Kochevent kommt zusammen, was zusammengehört: Leckerer Essen und gesunde Ernährung, die jeden anspricht und auch bei wenig Zeit umsetzbar ist. Ob mit oder ohne Fleisch – bei der Zusammenstellung der Rezepte kannst du selbst mitentscheiden.

Philosophieren

Mit Britta Tümmers

Mittwoch, 05.11.2025 | 10.00 – 12.00 Uhr | Besprechungsraum

Wir beschäftigen uns mit Fragen rund um das gute Leben und die Kunst, bewusst und sinnvoll zu leben.

Kochkurs – „Essen gut, alles gut!“

Mit Robert Scheeren

Donnerstag, 06.11.2025 | 10:00 – 13:00 Uhr | Lehrküche und Bildungsraum

In diesem Kochevent kommt zusammen, was zusammengehört: Leckerer Essen und gesunde Ernährung, die jeden anspricht und auch bei wenig Zeit umsetzbar ist. Ob mit oder ohne Fleisch – bei der Zusammenstellung der Rezepte kannst du selbst mitentscheiden.

Arbeitsbereichsbildung gesamte Möbelhalle

Mit Enrico Stary und Stefanie Neumann

Freitag, 07.11.2025 | 10.00 – 12.30 Uhr | Besprechungsraum

Teamqualität: Im Zentrum steht die Förderung des Zusammenhalts im Team

November

Azubi-Bildung

Mit Britta Tümmers

Montag, 10.11.2025 | 10.00 - 11.00 Uhr | Pausenraum

Softskills

Karnevalsauftakt: "Gladbach ist als jecke Welt ... allerbestens aufgestellt!"

Mit Stefanie Neumann und Team

Dienstag, 11.11.2025 | 11.11 - 12.30 Uhr | Medienraum

Alle die Lust haben, gemeinsam mit dem Volksverein beim Karnevalszug mitzuziehen sind herzlich eingeladen zur Auftaktveranstaltung.

WenDo – Selbstbehauptungskurs für Frauen

Mit Martina Kuschel | Bildungsraum

Mittwoch, 12.11. 2025 | 08.00 – 14.00 Uhr. und

Donnerstag, 13.11.2025 | 08.00 – 13.00 Uhr

Ziel eines jeden WenDo Kurses ist es, eine zufriedenstellende Balance zu finden zwischen Ja sagen und Nein sagen, sich einlassen und sich abgrenzen, durchsetzen und kooperieren, zwischen Selbstsicherheit und Freundlichkeit, zwischen individuellem Harmoniebedürfnis und Konfliktfähigkeit.

November

Kulturgruppe – Kunst

Mit Julia Licher
Donnerstag, 13.11.2025
wird noch bekannt gegeben

Gemeinsam erleben wir Kunst, Musik und Kreatives- Ideen zur Gestaltung der Freizeit und Erweiterung des Horizonts

Arbeitsbereichsbildung gesamte Möbelhalle

Mit Enrico Stary
Freitag, 14.11.2025 | 10.00 – 14.30 Uhr | Medienraum

Kommunikation: Wie funktioniert Kommunikation? Kann Kommunikation auch mal schiefgehen? Tipps und Tricks für Beruf und Alltag

Arbeitsbereichsbildung Holzwerkstatt

Mit Tobias Schröder und Thomas Türks
Donnerstag, 18.11.2025 | 09:00 – 12.00 Uhr | Holzwerkstatt

Holzwerkstoffe und Massivholz

Kreativzeit – Weihnachtsschmuck

Mit Britta Tümmers
Mittwoch, 19.11.2025 | 10.00 – 12.00 Uhr | Besprechungsraum

Mit verschiedenen Materialien gestalten wir individuellen Weihnachtsschmuck und lassen dabei unsere Kreativität frei fließen.

November

Malteser Ersthelferkurs

Mit Lisa Wende

Donnerstag, 20.11. und Freitag, 21.11.2025 | 08.30 – 13.00 Uhr | Bildungsraum

Lebensrettende Sofortmaßnahmen

Es werden alle notwendigen Übungen vermittelt, welche bei einem Unfall oder in einer plötzlich auftretenden Notsituation gebraucht werden.

Arbeitsbereichsbildung Hauswirtschaft

Mit Robert Scheeren

Mittwoch, 26.11.2025 | 08.00 – 11.00 Uhr | Medienraum

Reinigung, Pflege & Organisation in der kalten Jahreszeit

Sanfte Entspannung durch achtsame Körperarbeit

Mit Katharina Schick-Helm

Donnerstag, 27.11.2025 | 10.00 – 11.30 Uhr | Meditationsraum

Eine Einführung in die Übungen der Eutonie, deren Ziel Wohlspannung (= Eutonie) auf körperlicher, seelischer und geistiger Ebene ist. Die Übungen sind sanft und einfach durchzuführen, unterstützen die Selbstwahrnehmung, bauen Stress ab, und machen beweglicher. Wir üben vorwiegend am Boden. Kirschkernsäckchen verwöhnen uns mit ihrer Wärme

Bitte mitbringen: Bequeme Kleidung und warme Socken.

November / Dezember

Arbeitsbereichsbildung Hauswirtschaft, Kiosk, Rapsmühle

Mit Robert Scheeren

Freitag, 28.11.2025 | 17.00 – 20.00 Uhr | Treffpunkt folgt

Teamevent: Kegeln

Weihnachtsbäckerei – gemeinsam backen zur Adventszeit

Mit Robert Scheeren

Mittwoch, 03.12.2025 | 10.00 – 14.00 Uhr | Lehrküche

In unserer Weihnachtsbäckerei stellen wir gemeinsam leckere, weihnachtliche Köstlichkeiten her. Der Duft von Zimt, Vanille und frischem Teig erfüllt den Raum und sorgt für eine gemütliche Stimmung. Beim Ausstechen, Verzieren und Backen erleben wir, wie viel Freude gemeinsames Arbeiten in der Küche machen kann.

Arbeitsbereichsbildung Clean Up

Mit Oliver Besanger

Dienstag, 09.12.2025 | 08.00 – 10.00 Uhr | Medienraum

Sicherheitsunterweisung: Gefahren- und Arbeitssicherheit

Dezember

Sanfte Entspannung mit Klangschalen

Mit Katharina Schick-Helm

Mittwoch, 10.12.2025 | 10.00 – 11.30 Uhr | Meditationsraum

Wir erleben einen wohltuenden gemeinsamen Vormittag in der für Viele sonst oft eher stressigen Zeit zum Jahresende. Heute verwöhnen wir uns mit Wahrnehmungs- und Entspannungsübungen aus dem Bereich der Eutonie. Mit einer Klangschalen-Meditation kommen wir zur Ruhe, und lauschen deren sanften Klängen. Eine winterliche Geschichte berührt unser Herz

Bitte mitbringen: Bequeme Kleidung und warme Socken.

Kulturgruppe – Es weihnachtet sehr...

Mit Julia Licher

Donnerstag, 11.12.2025

Uhrzeit und Ort: wird noch bekannt gegeben

Gemeinsam erleben wir Kunst, Musik und Kreatives- Ideen zur Gestaltung der Freizeit und Erweiterung des Horizonts

Arbeitsbereichsbildung gesamte Möbelhalle

Mit Enrico Stary

Freitag, 11.12.2025

Uhrzeit und Ort: werden noch bekannt gegen

Teamevent: Einzelheiten werden später bekannt gegeben

Dezember

Arbeitsbereichsbildung Clean Up

Mit Oliver Besanger

Dienstag, 16.12.2025 | 08.00 – 10.00 Uhr | Medienraum

Umgang mit Gefahrenstoffen

Karneval kann kommen –wir machen unsere Kostüme selbst

Mit Britta Tümmers und Jennifer Oehlers

Mittwoch, 17.12.2025 | 10.00 – 12.30 Uhr | Medienraum

Helau und Alaaf! In diesem kunterbunten Angebot gestalten wir gemeinsam schrille, wilde und witzige Kostüme für den Karnevalszug. Eure Ideen sind gefragt – je verrückter, desto besser! Ob Glitzer, Federn oder Konfetti: Alles ist erlaubt, solange es Spaß macht!

Informationen zum Bildungsprogramm

Wer kann mitmachen?

Das Programm richtet sich an alle, die an Arbeitsgelegenheiten (AGH), dem 14-Stunden-Programm, §16e oder §16i teilnehmen. Auch Personen, die Leistungen vom Jobcenter oder Sozialamt erhalten und nicht beim Volksverein beschäftigt sind, können mitmachen.

Wie ist das Programm aufgebaut?

Die Angebote sind in zwei Gruppen unterteilt:

- Schulungen für bestimmte Arbeitsbereiche
- Freie Angebote, die für alle Arbeitsbereiche offen sind

Wie meldet man sich an?

Um an einem Bildungsangebot teilzunehmen, füllst du das Formular „**Anmeldung zum Bildungsangebot**“ aus.

Das Formular muss von **dir** und **deiner Anleitung** unterschrieben werden.

Danach gibst du es entweder persönlich bei Felix Greiner-Reschö im Sozialdienst ab oder legst es in sein Fach.

Alle, die nicht beim Volksverein arbeiten, können sich ebenfalls gerne bei uns melden und als Bildungsteilnehmende mitmachen.

Ansprechpartnerinnen für dieses Programm:

Stefanie Neumann 02166 67 11 60 34
s.neumann@volksverein.de

Felix Greiner-Reschö 02166 67 11 60 19
f.greiner-reschoe@volksverein.de

Homepage

News und aktuelle Informationen findest du jetzt auch direkt hier auf unserer Homepage. Bleib immer auf dem Laufenden und entdecke spannende Neuigkeiten rund um uns und unsere Angebote.



