



# Jahresprogramm **2025**



**Muslimisches Familienbildungswerk Köln**  
*Anerkannte Bildungsstätte der Familienbildung nach WbG-NRW*

**Muslimisches Frauenbildungswerk Köln**  
*Anerkannte Bildungsstätte der Weiterbildung nach WbG-NRW*

**Muslimische Akademie**  
*Anerkannte Bildungsstätte der Weiterbildung nach WbG-NRW*

## Unsere Förderer



Kofinanziert von der Europäischen Union

Ministerium für Arbeit, Gesundheit und Soziales des Landes Nordrhein-Westfalen



Die Landesregierung Nordrhein-Westfalen



Bezirksregierung Köln



Bundesamt für Migration und Flüchtlinge



Bundesministerium des Innern, für Bau und Heimat



Bundesministerium für Familie, Senioren, Frauen und Jugend

Ministerium für Kinder, Jugend, Familie, Gleichstellung, Flucht und Integration des Landes Nordrhein-Westfalen



Ministerium für Kultur und Wissenschaft des Landes Nordrhein-Westfalen



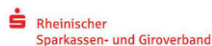
Qualität für Menschen



Stadt Köln



KURT & MARIA DOHLE STIFTUNG



Rheinischer Sparkassen- und Giroverband



bpb: Bundeszentrale für politische Bildung



Kommunales Integrationszentrum Köln



Kommunales Integrations-Management | NRW



INTEGRATIONS-AGENTUREN NRW  
Integration. Einfach. Machen.

# Wir sind für Sie da!

Montag - Freitag  
08.00 - 17.00 Uhr

Liebigstr. 120 & 120b  
50823 Köln

Tel.: 0221-800 121 0  
Fax: 0221-800 121 28

[kontakt@bfmf-koeln.de](mailto:kontakt@bfmf-koeln.de)  
[www.bfmf-koeln.de](http://www.bfmf-koeln.de)



Gekennzeichnete Veranstaltungen werden auch digital angeboten.

### Schließungszeiten:

**Rosenmontag**  
03.03.2025

**Ramadanfest**  
30.03.2025

**Opferfest**  
06.06.2025

**In den Sommerferien**  
28.07. – 08.08.2025

**Kita Amana**  
21.07. – 08.08.2025

**Jugendbetreuung**  
21.07. – 15.08.2025

## Liebe Leserinnen, liebe Leser!

wir haben ein Jahr voller Kriege, Gewalt und Leid hinter uns und haben unsere Hoffnung auf Frieden für die Zukunft nicht aufgegeben. So wie Mahatma Gandhi treffend festhält: „Es gibt keinen Weg zum Frieden, denn Frieden ist der Weg.“ In einer Welt, die zunehmend von Konflikten und Ungewissheit geprägt ist, verstehen wir Bildung als einen Schlüssel, um langfristig Frieden zu fördern. Bildung eröffnet Perspektiven, weckt Verständnis und bringt Menschen unterschiedlichster Herkunft zusammen. Sie schafft Raum für Empathie, Dialog und eine aktive Auseinandersetzung mit den Herausforderungen unserer Zeit.

Bildung bleibt ein unverzichtbares Fundament für eine gerechtere, friedlichere Welt – und wir sind stolz darauf, mit unserer Arbeit einen Beitrag dazu leisten zu können. Ob durch interkulturellen Austausch oder die Vermittlung sozialer Kompetenzen – unsere Angebote richten sich an Menschen aller Altersgruppen und Lebenswege. Gemeinsam möchten wir Brücken bauen und Räume schaffen, in denen Frieden gelebt und weitergegeben werden kann. Lassen Sie uns mit vereinten Kräften dazu beitragen, dass Bildung die Saat für eine bessere, friedlichere Zukunft legt.

Blättern Sie durch unser Programm und nehmen Sie gerne an unseren Veranstaltungen teil.

**Hanim Ezder**

*Geschäftsführerin des BFmF e.V.*



## BFmF - Geschäftsführung



*Unsere Geschäftsführung und Stellv. Geschäftsführung  
Von rechts: Hanim Ezder, Nilgün Filiz*

## Unser ehrenamtlicher Vorstand



*Von links: Sultan Aydoğdu, Oya Karabacak, Petra Hanaşoğlu,  
Regina Sadik Mohamed (Vorstandsvorsitzende),  
Mouna Benhassen*

Wir freuen uns sehr über den großen Erfolg unserer Einrichtung. Täglich nutzen viele Menschen unser breitgefächertes Angebot, das von unseren kompetenten Mitarbeiterinnen und Mitarbeitern mit viel Engagement und Sympathie für die Teilnehmerinnen und Teilnehmer vorbereitet und dargeboten wird.

Wir bedanken uns ganz herzlich bei allen Beschäftigten, Honorarkräften, ehrenamtlich Tätigen und der Geschäftsführung für diese hervorragende Leistung. Von ihnen allen hängt der weitere Erfolg und das Gedeihen unseres Zentrums auch in 2025 ab.

In diesem Sinne, alles Gute!

**Der Vorstand des BFmF e.V.**

## Ansprechpartner:innen

<b>Geschäftsführung a. D.</b>	<b>Dr. Erika Theißen</b> erika.theissen@bfmf-koeln.de
<b>Geschäftsführung</b>	<b>Hanim Ezder</b> hanim.ezder@bfmf-koeln.de
<b>Stellv. Geschäftsführung/ Leitung Kita Amana</b>	<b>Nilgün Filiz</b> nilguen.filiz@bfmf-koeln.de
<b>Muslimisches Frauenbildungswerk Köln</b>	<b>Birsen Ürek</b> birsen.uerek@bfmf-koeln.de
<b>Muslimisches Familienbildungswerk Köln</b>	<b>Nilgün Filiz</b> nilguen.filiz@bfmf-koeln.de
<b>Muslimische Akademie</b>	<b>Amena Afzali</b> amena.afzali@bfmf-koeln.de
<b>Deutschkurse</b>	<b>Beate Mohammad</b> beate.mohammad@bfmf-koeln.de <b>Sema Sevil</b> sema.sevil@bfmf-koeln.de
<b>Verwaltung</b>	<b>Pempe Manavbaşı</b> verwaltung@bfmf-koeln.de
<b>Projektverwaltung</b>	<b>Hatice Çoban</b> projektverwaltung@bfmf-koeln.de
<b>Migrationsberatung</b>	<b>Nebahat Özdemir</b> nebahat.ozdemir@bfmf-koeln.de
<b>Integrationsagentur/ Orientierungsberatung</b>	<b>Fatma Su</b> fatma.su@bfmf-koeln.de
<b>Kinderbetreuung</b>	<b>Nilgün Filiz</b> kinderbereich@bfmf-koeln.de

<b>Jugendbetreuung</b>	<b>Ayşegül Yiğit</b> jugendbereich@bfmf-koeln.de
<b>Elternarbeit</b>	<b>Necibe Dumanoglu</b> necibe.dumanoglu@bfmf-koeln.de
<b>Arbeitsmarktprogramme</b>	<b>Ayten Üstün</b> ayten.ustun@bfmf-koeln.de
<b>Erwerbslosenberatung</b>	<b>Türkan Emlik</b> tuerkan.emlik@bfmf-koeln.de <b>Heba Elias Ben-Fradj</b> heba.elias@bfmf-koeln.de
<b>Schuldner- und Verbraucher- insolvenzberatung</b>	<b>Sevgi Şentürk</b> sevgi.sentuerk@bfmf-koeln.de
<b>KIM-Case Management</b>	<b>Katerina Daifoti</b> kim@bfmf-koeln.de
<b>Flüchtlingsberatung</b>	<b>Saliha Taş</b> saliha.tas@bfmf-koeln.de
<b>Presse-/Öffentlichkeitsarbeit</b>	<b>Amena Afzali</b> pr@bfmf-koeln.de
<b>EDV</b>	<b>Nihal Çelik</b> nihal.celik@bfmf-koeln.de
<b>Empfang</b>	<b>Eman Jami-Hassen/ Melek Alphan</b> kontakt@bfmf-koeln.de
<b>Küche</b>	<b>Hajrija Babić</b> kontakt@bfmf-koeln.de

Die Kolleginnen vom Empfang helfen Ihnen gerne telefonisch und persönlich weiter.



Von links: Eman Jami-Hassen, Neslihan Kılıç, Melek Alphan, Annemarie Weise, Karin El Zein

### Bei allen Anliegen

Telefonisch von 08.00 - 17.00 Uhr unter Tel.: 0221 - 800 121 0  
E-Mail: kontakt@bfmf-koeln.de

Alle Veranstaltungen ohne Ortsangabe finden in den Räumen des BFmF e.V., Liebigstr. 120 & 120b, 50823 Köln statt.

Für die Richtigkeit der Angaben zu den Veranstaltungen übernehmen wir keine Gewähr. Es können Kurs- oder Seminargebühren anfallen, die nicht im Programmheft angegeben sind. Unsere Angebote sind auch unter [www.bfmf-koeln.de](http://www.bfmf-koeln.de) zu finden.

Wir bitten bei allen Kursen um vorherige Anmeldung (persönlich, telefonisch oder per E-Mail).

**Bei zu geringer Teilnehmer:innenzahl kann ein Kurs leider nicht stattfinden.**



Unsere Bildungsangebote werden wie folgt gekennzeichnet:

**FB** = Muslimisches Familienbildungswerk Köln

**FR** = Muslimisches Frauenbildungswerk Köln

**MAK** = Muslimische Akademie

## BFmF ist...

*herzlich modern*  
*verbindend cool aktiv kulinarisch*  
*muslimisch sozial selbstbewusst mutig*  
*motiviert bunt konstruktiv interessiert*  
*innovativ sympathisch erfahren lebendig*  
*multikulturell bodenständig professionell*  
*wertschätzend gastfreundlich solidarisch*  
*fröhlich offen mittendrin jung vielfältig*  
*motivierend einzigartig neugierig*  
*interessant beispielhaft empathisch*  
*international engagiert sportlich*  
*freundlich kreativ kritisch*  
*menschlich integrativ*  
*weiblich kölsch*  
*klassisch*  
*fit*

*Inhaltsverzeichnis*

Deutsch lernen	20-35
Muslimisches Familienbildungswerk Köln	36-85
Muslimisches Frauenbildungswerk Köln	86-123
Muslimische Akademie	124-159
Angebote des Trägervereins BFmF e.V.	160-198
Unser Leitbild	199-200
Kursleiter:innen für Integrationskurse	201
Unsere Mitarbeiter:innen	202-205
Allgemeine Geschäftsbedingungen	206-207
Auszeichnungen	208-209
So unterstützen Sie uns	212

## Veranstaltungsübersicht

### JANUAR

<b>06.01.2025</b>	Mütter Coaching, in Arabisch	43
<b>07.01.2025</b>	Still-Café	47
	Väter-Treff	75
<b>07.01./08.01.2025</b>	MiA-Kurse - Gesprächskreise für Frauen	94
<b>08.01.2025</b>	Baby-Lektüre - Krabbel-Treff	50
<b>09.01.2025</b>	Mütter Coaching, in Türkisch	43
	MiA-Kurse - Gesprächskreise für Frauen	44
	Mutter-Kind-Treff in der Bibliothek	61
	Kurdisches Frauencafé	98
<b>10.01.2025</b>	Frauencafé für Gehörlose	99
	Saz kursu - Kurs zum Erlernen der türkischen Laute/ Musikinstrument	108
	MiA-Kurse - Gesprächskreise für Frauen	112
<b>13.01.2025</b>	Gehirntraining durch Bewegung	110
	Bewegung für & mit Frauen	151
<b>12.01.2025</b>	Islam im Alltag - Frauentreff	197
<b>16.01.2025</b>	Little Bird – Wie bekomme ich einen Kindergartenplatz für mein Kind?	65
<b>23.01.2025</b>	Energiesparberatung	154
<b>27.01.2025</b>	Gehirntraining durch Bewegung	110
<b>28.01.2025</b>	Türkisches Frauencafé	96
<b>29.01.2025</b>	BIAF - Frauentreff für türkischsprachige Seniorinnen	117
	Fortbildung für Fachkräfte in der sozialen Beratung	122
<b>30.01.2025</b>	Café Africa	99

### 31.01.2025

Spaziergang im Wald	62
Frag doch mal eine Pädagogin!	72
Albanisches Frauencafé- Kafe me Gratë shqipëtare	98
Soulfood - create & connect	138

### FEBRUAR

<b>01.02.2025</b>	Frühstück mit Freundinnen	100
<b>03.02.2025</b>	„Cine-BFmF“ - Gemeinsam schauen und diskutieren	139
	Koreanisch für Fortgeschrittene A1.2	152
	MiA-Kurse - Gesprächskreise für Frauen	153
<b>04.02.2025</b>	Zeit für uns! – Eltern-Time	63
<b>04.02./05.02./06.02.2025</b>	Informationsveranstaltung für Verbraucherinsolvenzverfahren	114
<b>05.02.2025</b>	Arabisches Frauencafé	97
<b>06.02.2025</b>	„Sing mit mir!“	50
<b>07.02.2025</b>	Ein Baby wird geboren	46
	Gesund ins Leben	48
	Hurra, wir werden/sind Großeltern!	76
	„Zusammenwachsen - Die Herausforderungen der Integration“	104
	Kendini fark et	106
<b>10.02.2025</b>	Selbstempathie und Mutterglück	70
	Achtsamkeit für geschiedene Mütter	71
	Gehirntraining durch Bewegung	111
<b>11.02.2025</b>	Kinder sicher begleiten Teil 1	78
	Schätze der Weltreligionen	121
<b>12.02.2025</b>	Basteln für den Ramadan	55
	Die Polizei klärt auf: So schützen Sie sich vor Diebstahl und Einbruch	74
	Gewaltprävention und Selbstschutz im Alltag - Für Frauen	103
<b>13.02.2025</b>	Überschuldung - Existenzsicherung	122
	Glaube als Machtinstrument: Auswirkungen, Überwindung und Verhindern von spirituellem Missbrauch	132



<b>15.02.2025</b>	Acrylmalerei-Workshop: Islamische Architektur auf Leinwand	140
<b>18.02.2025</b>	Kinder sicher begleiten Teil 2	79
<b>19.02.2025</b>	Poesie in der (muslimischen) Erziehung	83
<b>21.02.2025</b>	„KI im DaF-Unterricht“ Resilienz verstehen und nutzen: Deine Schlüsselkompetenz für Krisen und Stress	144
<b>24.02.2025</b>	Internationaler Tag der Muttersprache	148
<b>25.02.2025</b>	Gehirntraining durch Bewegung	157
<b>26.02.2025</b>	Gewaltprävention und Selbstschutz im Alltag - Für Männer	111
<b>26.02.2025</b>	Fortbildung für Fachkräfte in der sozialen Beratung	107
<b>31.02.2025</b>	Tabak Umweltbildung - rauchfreie Zukunft	122
	Soulfood - create & connect	150
<b>MÄRZ</b>		138
<b>05.03.2025</b>	Energiesparberatung	155
<b>07.03.2025</b>	„Düşler ülkesi Almanya - Deutschland, Land der Träume“	105
<b>10.03.2025</b>	Gehirntraining durch Bewegung	111
<b>13.03.2025</b>	Haushaltskasse führen	73
<b>24.03.2025</b>	Gehirntraining durch Bewegung	111
<b>26.03.2025</b>	Fortbildung für Fachkräfte in der sozialen Beratung	123
<b>APRIL</b>		
<b>04.04.2025</b>	Kendini fark et! Bilâl ibn Rabâh al-Habaschi	106
<b>05.04.2025</b>	Frühstück mit Freundinnen	120
		100

<b>06.04.2025</b>	Gesprächskreis und Kreativangebot für Schlaganfallpatienten	112
<b>07.04.2025</b>	Gehirntraining durch Bewegung	111
<b>08.04.2025</b>	Bewegung für & mit Frauen	151
<b>10.04.2025</b>	Natur und Achtsamkeitstrainer:innen Interreligiöse und interkulturelle Kompetenzen in der pädagogischen Arbeit mit Migrant:innen – Schwerpunkt: Islam und muslimisches Leben	82
<b>11.04.2025</b>	Natur- und Achtsamkeitstrainer:innen Die muslimische Frau in Führungspositionen	82
<b>11.04.2025</b>	Einblicke in die Kunsttherapie	141
<b>15.04.2025</b>	Bewerbungsworkshops	143
<b>17.04.2025</b>	Workshop Schuldnerberatung	147
<b>17.04.2025</b>	Stipendien für Schüler:innen und Studierende	136
<b>20.04.2025</b>	Zahlungsverzug - Inkasso	107
<b>20.04.2025</b>	Gesprächskreis und Kreativangebot für Schlaganfallpatienten	112
<b>24.04.2025</b>	Energiesparberatung	155
<b>28.04.2025</b>	Achtsamkeit in der Natur	66
<b>30.04.2025</b>	Gehirntraining durch Bewegung	111
<b>02.05.2025</b>	Achtsamkeit in der Natur	66
<b>03.05.2025</b>	Fortbildung für Fachkräfte in der sozialen Beratung	123
<b>05.05.2025</b>	Wege aus der Angstspirale - Panikattacken verstehen und bewältigen	149
<b>MAI</b>		
<b>02.05.2025</b>	Ein Baby wird geboren	46
<b>03.05.2025</b>	Gesund ins Leben	48
<b>03.05.2025</b>	Frühstück mit Freundinnen	100
<b>05.05.2025</b>	Grenzen setzen (k)ein Problem	47
	„Cine-BFmF“ - Gemeinsam schauen und diskutieren	139

<b>05.05./06.05./07.05.2025</b>	
Achtsamkeit in der Natur	66
<b>06.05.2025</b>	
Interreligiöse und interkulturelle Kompetenzen in der pädagogischen Arbeit mit Migrant:innen – Schwerpunkt: Islam und muslimisches Leben	145
<b>09.05.2025</b>	
Homöopathie - Heilung durch das Prinzip der Ähnlichkeit	111
Bewerbsworkshops	143
<b>11.05.2025</b>	
Gesprächskreis und Kreativangebot für Schlaganfallpatienten	112
<b>12.05./13.05./14.05.2025</b>	
Achtsamkeit in der Natur	66
<b>13.05./14.05./15.05.2025</b>	
Informationsveranstaltung für Verbraucherinsolvenzverfahren	115
<b>15.05.2025</b>	
Möchten Sie Tagesmutter/Tagesvater werden?	64
<b>16.05.2025</b>	
Äthiopien - Land der Geheimnisse	101,
<b>17.05.2025</b>	
Eine Welt aus Wasser und Farben - Die Kunst der Aquarell-Malerei	113
<b>19.05.2025</b>	
Bestens versorgt im Alter	116
<b>20.05./21.05./22.05./23.05.2025</b>	
Achtsamkeit in der Natur	66
<b>22.05.2025</b>	
Licht ins Dunkel - Suizid im muslimischen Umfeld verstehen & ansprechen	135
<b>23.05.2025</b>	
Bewerbsworkshops	143
<b>25.05.2025</b>	
Gesprächskreis und Kreativangebot für Schlaganfallpatienten	112
<b>27.05.2025</b>	
Spaziergang im Wald	62
<b>28.05.2025</b>	
Fortbildung für Fachkräfte in der sozialen Beratung	123
<b>30.05.2025</b>	
Erfahrungsaustausch unserer Ehrenamtlerinnen	198

**JUNI**

<b>03.06.2025</b>	
Interreligiöse und interkulturelle Kompetenzen in der pädagogischen Arbeit mit Migrant:innen – Schwerpunkt: Islam und muslimisches Leben	145
<b>04.06.2025</b>	
Was sind die Aufgaben des Jugendamts?	70
Energiesparberatung	155
<b>06.06.2025</b>	
Komm! Komm! Wer du auch bist!	118
<b>07.06.2025</b>	
Frühstück mit Freundinnen	100
<b>13.06.2025</b>	
Kendini fark et!	106
<b>15.06.2025</b>	
Gesprächskreis und Kreativangebot für Schlaganfallpatienten	112
<b>19.06.2025</b>	
Entspannungstage für Frauen	109
<b>25.06.2025</b>	
Wir basteln Schultüten	55
Marie, Murat & Co.	81
Fortbildung für Fachkräfte in der sozialen Beratung	123
<b>29.06.2025</b>	
Gesprächskreis und Kreativangebot für Schlaganfallpatienten	112
<b>JULI</b>	
<b>01.07.2025</b>	
Tag gegen antimuslimischen Rassismus	158
<b>05.07.2025</b>	
Frühstück mit Freundinnen	100
<b>AUGUST</b>	
<b>22.08.2025</b>	
Saz kursu - Kurs zum Erlernen der türkischen Laute/ Musikinstrument	108
<b>25.08.2025</b>	
MiA-Kurs - Gesprächskreise für Frauen	95
<b>27.08.2025</b>	
MiA-Kurs - Gesprächskreise für Frauen	44
<b>27.08./28.08.2025</b>	
MiA-Kurs - Gesprächskreise für Frauen	153
<b>29.08.2025</b>	
Kendini fark et!	106

**SEPTEMBER**

<b>01.09.2025</b>	
Babymassage nach McClure	46
Achtsamkeit für geschiedene Mütter	71
„Cine-BFmF“ - Gemeinsam schauen und diskutieren	139
Bewegung für & mit Frauen	151
<b>02.09.2025</b>	
Väter-Treff	74
<b>03.09.2025</b>	
„Joko, du & ich“	51
Energiesparbetrag	155
<b>05.09.2025</b>	
Ein Baby wird geboren	46
Gesund ins Leben	48
Fotografie-Workshop für Anfänger - Grundlagen der Bildkomposition	142
Bewerbsworkshops	143
<b>06.09.2025</b>	
Frühstück mit Freundinnen	100
<b>10.09.2025</b>	
Was sind die Aufgaben des Jugendamts?	70
Mitglieder-Café	198
<b>11.09.2025</b>	
Ehe mit Nichtmuslim:innen	136
Schuldenfalle – Kredit/Bürgschaft	156
<b>12.09.2025</b>	
Schnell und gesund kochen im Alltag	80
Homöopathie - Heilung durch das Prinzip der Ähnlichkeit	111
<b>24.09.2025</b>	
Fortbildung für Fachkräfte in der sozialen Beratung	123
<b>26.09.2025</b>	
Bewerbsworkshops	143
KI-Tools für Alphakurse / A1 Niveau	144
<b>OKTOBER</b>	
<b>04.10.2025</b>	
Frühstück mit Freundinnen	100
<b>09.10.2025/10.10.2025</b>	
Los geht's – Eltern & Kinder basteln Drachen und lassen sie steigen	60
<b>10.10.2025</b>	
Kendini fark et!	106
Bewerbsworkshops	143

**15.10.2025**

Gewaltprävention und Selbstschutz im Alltag - Für Frauen	103
<b>17.10.2025</b>	
Workshop Schuldnerberatung	147
Internationaler Tag zur Bekämpfung der Armut	159
<b>21.10.2025</b>	
Einführung in die Begriffsgeschichte der Umma	137
<b>23.10.2025</b>	
Energiesparberatung	155
<b>28.10.2025</b>	
Gewaltprävention und Selbstschutz im Alltag - Für Männer	107
<b>29.10.2025</b>	
Fortbildung für Fachkräfte in der sozialen Beratung	123
<b>NOVEMBER</b>	
<b>03.11.2025</b>	
„Cine-BFmF“ - Gemeinsam schauen und diskutieren	139
<b>04.11.2025</b>	
Pflegeeltern werden	67
<b>11.11./12.11./13.11.2025</b>	
Informationsveranstaltung für Verbraucherinsolvenzverfahren	115
<b>13.11.2025</b>	
Möchten Sie Tagesmutter/Tagesvater werden?	64
<b>18.11.2025</b>	
Gesunde Ernährung für die Familie	80
<b>25.11.2025</b>	
Wir sagen „Nein zu Gewalt an Frauen!“ jetzt und hier - immer und überall	102
<b>26.11.2025</b>	
Fortbildung für Fachkräfte in der sozialen Beratung	123
<b>28.11.2025</b>	
Erfahrungsaustausch unserer Ehrenamtlerinnen	198
<b>DEZEMBER</b>	
<b>04.12.2025</b>	
Fokus: Ich. Wertschätzung und Anerkennung	150
Energiesparberatung	155
<b>05.12.2025</b>	
Kendini fark et!	106
<b>06.12.2025</b>	
Frühstück mit Freundinnen	100
<b>18.12.2025</b>	
Internationaler Tag der Migranten	159

## Deutsch lernen



**Leiterin des Deutschkursbereichs**  
 Beate Mohammad  
 beate.mohammad@bfmf-koeln.de  
**Stellvertretende Leiterin**  
 Sema Sevil  
 sema.sevil@bfmf-koeln.de



*Team des Deutschkursbereichs*

*Von links: Iman Abdo, Beate Mohammad, Tülay Sarikan,  
 Sonja Kattoub, Liudmyla Breish, Sema Sevil*

gefördert durch:



## Deutsch lernen

### Integrationskurse / berufsbezogene Deutschkurse

Wir führen im Auftrag des Bundesamtes für Migration und Flüchtlinge (BAMF) seit 2005 Integrationskurse und seit 2017 berufsbezogene Deutschkurse (DeuFöV) durch. Täglich besuchen ca. 400 Teilnehmer:innen unsere Deutschkurse.

Ein **Integrationskurs** besteht aus einem Sprachkurs (600, 900 oder 1.200 Unterrichtsstunden) und einem Orientierungskurs (100 Unterrichtsstunden). Am Ende des Sprachkurses absolvieren die Teilnehmer:innen die Abschlussprüfung „Deutschtest für Zuwanderer A2/B1“. Der Orientierungskurs schließt mit dem Abschlusstest „Leben in Deutschland“ ab.

Bei Nichtbestehen des „Deutschtest für Zuwanderer“ besteht die Möglichkeit auf Antrag 300 Unterrichtsstunden sowie die Abschlussprüfung zu wiederholen.

Die **berufsbezogenen Deutschkurse** beinhalten 400 bzw. 500 UStd. und schließen mit dem Deutschtest Beruf ab. Bei Nichtbestehen kann der Kurs einmalig wiederholt werden.

### Wir bieten verschiedene Kurstypen an

- Integrationskurse für Frauen/Mütter
- Integrationskurse mit Alphabetisierung
- Zweitschriftlerkurse
- Allgemeine Integrationskurse
- Berufsbezogene Deutschkurse (DeuFöV) A2, B1, B2

Wir bieten Kurse in Teilzeit (12 – 15 UStd./Wo.) und Vollzeit (16 – 20 UStd./Wo.) an.

Unsere Kursleiter:innen sind qualifizierte Lehrkräfte, die über einen DaF- / DaZ-Abschluss verfügen und vom BAMF zugelassen sind.

Vor der Anmeldung muss ein **Einstufungstest** abgelegt werden, der über den Einstieg in ein passendes Kursniveau entscheidet. Wir bieten laufend Kurse auf allen Niveaustufen an.

#### Kursbegleitende Kinderbetreuung

Für Kurse, die zwischen 09.00 Uhr und 17.00 Uhr stattfinden, bieten wir kursbegleitende kostenlose Kinderbetreuung für Kinder von 6 Monaten bis zum Eintritt in die Kita an. Diese wird über das Bundesprogramm „Integrationskurs mit Kind“ finanziert, wenn nachweislich kein Kita-Platz vorhanden ist.

#### Kursgebühren in Integrationskursen

229 € pro 100 UStd. für berechnete/verpflichtete Teilnehmer:innen  
kostenlos bei Vorlage einer Verpflichtung des Jobcenters oder einer Kostenbefreiung  
440 € pro 100 UStd. für externe Teilnehmer:innen

Wir unterstützen Sie gerne bei Ihren Anträgen auf Zulassung, Kostenbefreiung, Kinderbetreuung oder Fahrtkosten. Weitere Informationen auf Anfrage.

#### Kursgebühren in berufsbezogenen Deutschkursen

Bei Vorlage einer Berechtigung/Verpflichtung vom Jobcenter oder der Bundesagentur für Arbeit ist der Kurs kostenlos. Für Beschäftigte: 1.024,00 € bzw. 1.280,00 €; unterhalb einer bestimmten Einkommensgrenze kostenlos. Lehrbücher und Abschlussprüfung sind inklusive.

#### Beratung und Anmeldung

Montag bis Donnerstag von 09.00 – 17.00 Uhr  
Freitag von 09.00 – 12.00 Uhr

Unsere Integrationskurse finden Sie unter:

<https://bamf-navi.bamf.de>

Unsere berufsbezogenen Deutschkurse finden Sie unter:

[www.kursnet.arbeitsagentur.de](http://www.kursnet.arbeitsagentur.de)

## Integrationskurse für Frauen/Mütter

(900 UStd. Sprachkurs und 100 UStd. Orientierungskurs)

Die Kurse finden Mo. – Fr. am Vormittag mit 4 UStd. oder frühen Nachmittag mit jeweils 3 bzw. 4 UStd. statt. Ein Modul dauert ca. 5 – 7 Wochen.

Intensiv behandelt werden Themen wie Wohnen, Einkaufen, Gesundheit, Schule, Erziehung, Freizeit und Leben mit der Familie. Der Kurs führt zum Niveau B1.

Teilnahmebedingungen und Gebühren siehe Seite 21 – 22.

**Zu allen Kursen gibt es kursbegleitende Kinderbetreuung!**

### Laufende Kurse

Beginn (Modul 9) :	04.02.2025	NW-261
Tag :	Mo. – Fr.	Kursende: 13.03.2025
Zeit :	09.00 – 12.15	

#### Salma Gorani

FB25 01

Beginn (Modul 7) :	22.01.2025	NW-262
Tag :	Mo. – Fr.	Kursende: 14.05.2025
Zeit :	09.00 – 12.15	

#### Mariam Zaghoudi/Birgit Menne

FB25 02

Beginn (Modul 5) :	31.01.2025	NW-268
Tag :	Mo. – Fr.	Kursende: 19.09.2025
Zeit :	09.00 – 12.15	

#### Nurten Özdemir

FB25 03

Beginn (Modul 3) :	22.01.2025	NW-275
Tag :	Mo. – Fr.	Kursende: 21.11.2025
Zeit :	09.00 – 12.15	

#### Hildegard Dembour/

Dr. jur. Judit Heider-Lippkai

FB25 04

## Beginn neuer Kurse

Datum : 13.01.2025	
Tag : Mo. – Fr.	Kursende: 06.02.2026
Zeit : 09.00 – 12.15	

**Haifaa Baagil/Sultan Caner**

FB25 05

Datum : 01.04.2025	
Tag : Mo. – Fr.	Kursende: 29.04.2026
Zeit : 09.00 – 12.15	

**Dorothea Linse**

FB25 06

Datum : 26.05.2025	
Tag : Mo. – Fr.	Kursende: 25.06.2026
Zeit : 09.00 – 12.15	

**Salma Gorani**

FB25 07

Datum : 08.09.2025	
Tag : Mo. – Fr.	Kursende: 02.10.2026
Zeit : 09.00 – 12.15	

**Mariem Zaghdoudi/Birgit Menne**

FB25 08

Beginn : 03.11.2025	
Tag : Mo. – Fr.	Kursende: 27.11.2026
Zeit : 09.00 – 12.15	

**Nurten Özdemir**

FB25 09

## Integrationskurse mit Alphabetisierung

(1200 UStd. Sprachkurs und 100 UStd. Orientierungskurs)

Die Kurse finden Mo. – Do. am Nachmittag oder Mo. – Fr. am Vormittag mit jeweils 4 Unterrichtsstunden statt.

Ein Kursmodul dauert ca. 5 – 6 Wochen.

Intensiv behandelt werden Themen wie Wohnen, Arbeit und Beruf, Ämter und Behörden, Freizeit und Hobby.

Der Kurs führt zum Niveau A2, für Teilnehmer:innen mit geringen bzw. ohne Lese- und Schreibkenntnisse.

Teilnahmebedingungen und Gebühren siehe Seite 21 – 22.

**Zu allen Kursen gibt es kursbegleitende Kinderbetreuung!**

## Laufende Kurse

Beginn (Modul 8) : 07.01.2025	NW-238
Tag : Mo. – Do.	Kursende: 08.05.2025
Zeit : 17.30 – 19.45	

**Beate Mohammad/Dorothee Freitag**

FR25 01

Beginn (Modul 7) : 13.01.2025	NW-260
Tag : Mo. – Do.	Kursende: 03.06.2025
Zeit : 13.00 – 16.15	

**Dorothea Linse**

FR25 02

Beginn (Modul 7) : 20.01.2025	NW-263
Tag : Mo. – Fr.	Kursende: 12.05.2025
Zeit : 09.00 – 12.15	

**Svetlana Drobinskaya**

FR25 03

Beginn (Modul 6) : 13.01.2025	NW-264
Tag : Mo. – Do.	Kursende: 20.08.2025
Zeit : 13.00 – 16.15	

**Hakkı Ekinci**

FR25 04

Beginn (Modul 3) : 20.01.2025	NW-271
Tag : Mo. – Do.	Kursende: 03.12.2025
Zeit : 13.00 – 16.15	

**Svetlana Drobinskaya**

FR25 05

## Beginn neuer Kurse

Datum : 01.04.2025	
Tag : Mo. – Fr.	Kursende: 29.04.2026
Zeit : 09.00 – 12.15	

**Elif Betül Durmaz/Mariem Zaghdoudi**

FR25 06

Datum : 01.09.2025	
Tag : Mo. – Fr.	Kursende: 24.09.2026
Zeit : 09.00 – 12.15	

**Salome Kavtaradze/Sultan Caner**

FR25 07

Datum : 24.11.2025	
Tag : Mo. – Do.	Kursende: 23.03.2027
Zeit : 13.00 – 16.15	

**Dorothea Linse**

FR25 08

Datum : 10.11.2025	
Tag : Mo. – Fr.	Kursende: 17.12.2026
Zeit : 09.00 – 12.15	

**Affe Üstündağ**

FR25 09

## Zweitschriftlernerkurse

(900 UStd. Sprachkurs und 100 UStd. Orientierungskurs)

Die Kurse richten sich an Teilnehmende, die im muttersprachlichen Schriftsystem aber nicht bzw. nicht ausreichend lateinisch alphabetisiert sind.

Die Kurse finden am Nachmittag oder Vormittag mit jeweils 4 UStd. statt.

Intensiv behandelt werden Themen wie Wohnen, Einkaufen, Gesundheit, Schule, Erziehung, Freizeit und Familie.

Der Kurs führt zum Niveau B1.

Teilnahmebedingungen und Gebühren siehe Seite 21 – 22.

## Laufende Kurse

Beginn (Modul 5) : 13.01.2025	NW-270
Tag : Mo. – Do.	Kursende: 14.10.2025
Zeit : 13.00 – 16.15	

**Mariem Zaghdoudi**

FR25 10

Beginn (Modul 3) : 06.01.2025	NW-276
Tag : Mo. – Fr.	Kursende: 30.10.2025
Zeit : 09.00 – 12.15	

**Affe Üstündağ**

FR25 11

## Beginn neuer Kurse

Beginn : 01.09.2025	
Tag : Mo. – Do.	Kursende: 06.01.2027
Zeit : 13.00 – 16.15	

**Affe Üstündağ**

FR25 12

Beginn : 03.11.2025	
Tag : Mo. – Do.	Kursende: 03.03.2027
Zeit : 13.00 – 16.15	

**Mariem Zaghdoudi**

**FR25 13**

## Allgemeine Integrationskurse für Männer und Frauen

(600 UStd. Sprachkurs und 100 UStd. Orientierungskurs)

Die Kurse finden am Nachmittag oder am Abend mit jeweils 3 oder 4 Unterrichtsstunden statt.

Intensiv behandelt werden Themen wie Wohnen, Arbeit und Beruf, Ämter und Behörden, Freizeit und Leben mit der Familie. Der Kurs führt zum Niveau B1.

Teilnahmebedingungen und Gebühren siehe Seite 21 – 22.

### Laufende Kurse

Bei entsprechenden Vorkenntnissen können Sie in höhere Module einsteigen.

Beginn (Modul 3) : 25.02.2025	NW-265
Tag : Mo. – Do.	Kursende: 24.11.2025
Zeit : 17.30 – 19.45	

**Ruslan Zelenkov/Sophie Meisenberg**

**MAk25 01**

Beginn (Modul 6) : 30.01.2025	NW-269
Tag : Mo. – Do.	Kursende: 19.03.2025
Zeit : 13.00 – 16.15	

**Dr. Erika Theißen/N.N.**

**MAk25 02**

Beginn (Modul 4) : 29.01.2025	NW-274
Tag : Mo. – Do.	Kursende: 24.06.2025
Zeit : 13.00 – 16.15	

**Johanna Sikora/Irma Berscheid-Kimeridze**

**MAk25 03**

### Beginn neuer Kurse

Beginn : 20.01.2025	
Tag : Mo. – Do.	Kursende: 03.03.2026
Zeit : 17.30 – 19.45	

**Johanna Sikora/Mariem Zaghdoudi**

**MAk25 04**

Beginn : 13.01.2025	
Tag : Mo. – Do.	Kursende: 25.11.2025
Zeit : 13.00 – 16.15	

**Dorothee Freitag/Ruslan Zelenkov**

**MAk25 05**

Datum : 19.05.2025	
Tag : Mo. – Do.	Kursende: 26.03.2026
Zeit : 13.00 – 16.15	

**Dr. Erika Theißen/N.N.**

**MAk25 06**

Datum : 08.09.2025	
Tag : Mo. – Do.	Kursende: 25.06.2026
Zeit : 13.00 – 16.15	

**Johanna Sikora/Irma Berscheid-Kimeridze**

**MAk25 07**

Datum : 22.09.2025	
Tag : Mo. – Do.	Kursende: 27.10.2026
Zeit : 17.30 – 19.45	

**N.N.**

**MAk25 08**



## Orientierungskurse

Der Orientierungskurs umfasst 100 Unterrichtsstunden. Den Teilnehmer:innen werden die Grundlagen der politischen und gesellschaftlichen Ordnung der Bundesrepublik Deutschland vermittelt. Sie lernen das Bildungs- und Sozialversicherungssystem kennen und erfahren die wichtigsten Stationen der deutschen Geschichte von der NS-Zeit bis in die Gegenwart.

Der Kurs endet mit der Prüfung „Leben in Deutschland“, die u.a. Voraussetzung für die Einbürgerung ist. Sie ist für verpflichtete Teilnehmer:innen obligatorisch.

Teilnahmebedingungen und Gebühren siehe Seite 21 – 22.

### Frauenkurs

Datum : 14.03. – 17.04.2025	NW-261
Tag : Mo. – Fr.	
Zeit : 09.00 – 12.15	

### Salma Gorani

Datum : 22.09. – 27.10.2025	NW-268
Tag : Mo. – Fr.	
Zeit : 09.00 – 12.15	

### Nurten Özdemir

Datum : 24.11. – 13.01.2026	NW-275
Tag : Mo. – Fr.	
Zeit : 09.00 – 12.15	

### Hildegard Dembour/ Dr. jur. Judit Heider-Lippkai

Datum : 11.02. – 19.03.2025	NW-249
Tag : Mo. – Fr.	
Zeit : 09.00 – 12.15	

### Elif Betül Durmaz/Mariem Zaghdoudi

Datum : 02.06. – 09.07.2025	NW-254
Tag : Mo. – Fr.	
Zeit : 09.00 – 12.15	

### Salome Kavtaradze/Sultan Caner

Datum : 30.09. – 05.11.2024	NW-245
Tag : Mo. – Fr.	
Zeit : 09.00 – 12.15	

### Affe Üstündağ

Datum : 08.12. – 19.02.2026	NW-238
Tag : Mo. – Do.	
Zeit : 17.30 – 19.45	

### Beate Mohammad/Dorothee Freitag

### Allgemeiner Integrationskurs

Datum : 01.04. – 15.05.2025	NW-269
Tag : Mo. – Do.	
Zeit : 13.00 – 16.15	

### Dr. Erika Theißen/N.N.

Datum : 30.06. – 22.09.2025	NW-274
Tag : Mo. – Do.	
Zeit : 13.00 – 16.15	

### Johanna Sikora/Irma Berscheid-Kimeridze

Datum : 25.11. – 03.02.2026	NW-265
Tag : Mo. – Do.	
Zeit : 17.30 – 19.45	

### Ruslan Zelenkov/Sophie Meisenberg

## Test „Leben in Deutschland“ (LiD – Test )

Dieser Test wird am Ende der Orientierungskurse als Abschluss-test durchgeführt und gilt gleichzeitig als Nachweis von Grundkenntnissen über die politische und soziale Grundordnung der Bundesrepublik Deutschland für die **Einbürgerung**.

**Geplante Termine** (Änderungen vorbehalten):

01.02.2025 / 01.03.2025 / 29.03.2025 / 26.04.2025

17.05.2025 / 05.07.2025 / 11.10.2025 / 06.12.2025

**Prüfungsbeginn:** 10.30 Uhr

**Anmeldung:** Persönlich spätestens 1 Monat vor dem Prüfungstermin

**Prüfungsgebühr:** **Kostenlos** im Rahmen der Integrationskurse  
**25 €** für externe Teilnehmer:innen (bei der Anmeldung zu zahlen)

## „Deutschtest für Zuwanderer“ DTZ Niveau A2/B1

Dieser Test wird am Ende der Integrationskurse als Abschluss-test durchgeführt und gilt gleichzeitig als Nachweis von Grundkenntnissen der deutschen Sprache für die **Einbürgerung**.

**Geplante Termine** (Änderungen vorbehalten):

15.02.2025 / 15.03.2025 / 29.03.2025 / 24.05.2025 / 21.06.2025 /

05.07.2025 / 19.07.2025 / 27.09.2025 / 25.10.2025 /

08.11.2025 / 22.11.2025 / 06.12.2025

**Prüfungsbeginn:** 09.00 Uhr

**Anmeldung:** Persönlich spätestens 5 Wochen vor dem Prüfungstermin

**Prüfungsgebühr:** **Kostenlos** im Rahmen der Integrationskurse  
**160 €** für externe Teilnehmer:innen (bei der Anmeldung zu zahlen)

**Wir beraten Sie gerne!**

**Hinweis:** Der DTZ kann nur dann abgelegt werden, wenn mindestens 1 Kursmodul im Integrationskurs absolviert wurde.

## Berufsbezogene Deutschkurse gem. §4 Abs. 1 Satz 1 DeuFöV

Die Kurse finden Mo. – Fr. am Vormittag oder Nachmittag mit jeweils 4 Unterrichtsstunden statt.

Intensiv behandelt werden Themen wie Berufe, Arbeitsmarkt und Bewerbung sowie Kommunikation im Arbeitsalltag und -umfeld.

Die Heranführung an den Umgang mit digitalen Medien ist integraler Bestandteil der Kurse. Bei Bedarf stellen wir für die Dauer des Kurses kostenlos ein Chromebook zur Verfügung.

Wir bieten Kurse auf den Niveaustufen A2, B1 und B2 an.

Ein Kurs umfasst 400 bzw. 500 Unterrichtsstunden, dauert ca. 5 – 6 Monate und schließt mit dem Deutschtest Beruf auf dem jeweiligen Zielniveau des Kurses ab.

Voraussetzung zur Teilnahme ist der vollständig abgeschlossene Integrationskurs oder Deutschkenntnisse mindestens auf Niveau B1.

**Kostenlose Kinderbetreuung in Vormittags- und Nachmittagskursen!**

Unsere berufsbezogenen Deutschkurse finden Sie unter:  
[www.kursnet.arbeitsagentur.de](http://www.kursnet.arbeitsagentur.de)



## Weltkindertag 2024



# Muslimisches Familienbildungswerk Köln



**„Man sieht nur mit dem Herzen gut. Das Wesentliche ist für die Augen unsichtbar.“**

**(Antoine de Saint-Exupéry aus „Der kleine Prinz“)**

## FAMILIENZENTRUM



Unsere Kita Amana ist seit 2015 ein zertifiziertes Familienzentrum.



### Liebe Eltern,

wir freuen uns, Ihnen unser neues Programm vorstellen zu können und hoffen, dass Sie darin viele spannende Angebote finden, die Sie und Ihre Familie ansprechen.

Unser Muslimisches Familienbildungswerk versteht sich als Ihr verlässlicher Begleiter. Wir möchten Sie in Ihrer Rolle als Eltern stärken und Ihnen die Möglichkeit bieten, sich mit anderen Familien auszutauschen. Unser Ziel ist es, Sie in den verschiedenen Phasen Ihres Familienlebens zu unterstützen und Ihnen dabei zu helfen, den Alltag erfolgreich zu meistern. Besonders in diesen krisengeprägten Zeiten möchten wir Ihnen Halt und Orientierung bieten. Unsere Angebote werden mit großer Sorgfalt von engagierten Pädagog:innen und Fachkräften gestaltet und durchgeführt.

Ein abwechslungsreiches Programm erwartet Sie, und wir laden Sie herzlich ein, in einer angenehmen und familienfreundlichen Umgebung daran teilzunehmen.

Wir freuen uns darauf, Sie bei unseren Veranstaltungen begrüßen zu dürfen!

### **Nilgün Filiz**

*Leiterin „Muslimisches Familienbildungswerk Köln“*



## Rückblick: Kita *Amana* Jubiläum



## Muslimisches Familienbildungswerk

### Deutsche Sprache

Integrationskurse für Frauen/Mütter	23
Orientierungskurse	30

### Erziehungskurse für Mütter

Starke Eltern - Starke Kinder® (SESK) Seminare	42
SESK® im teil-digitalen Format / Mütter-Coaching	43
MiA-Kurse – Gesprächskreise für Frauen	44
Mütter-Cafés	45
Ein Baby wird geboren / Babymassage nach McClure	46
Still-Café / Grenzen setzen - (k)ein Problem?	47
Gesund ins Leben	48

### Mütter aktiv mit Kindern

Krabbelgruppe	49
Baby-Lektüre - Krabbel-Treff / „Sing mit mir!“	50
„Joko, du und ich“	51
Spielgruppe für Mütter und ihre Kinder im Alter von 1,5-3 Jahren	52
„Mama, spiel mit mir!“	54
Bastelnachmittag	55
Einzelseminare und Kurse	56

### Seminare für Eltern

Zeit für uns! – Eltern-Time	63
Wer betreut mein Kind, wenn ich keinen Kita-Platz habe?	64
Möchten Sie Tagesmutter/Tagesvater werden?	65
Little Bird - Wie bekomme ich einen Kindergartenplatz für mein Kind?	66
Achtsamkeit in der Natur	66
Pflegeeltern werden	67
Einzelseminare und Kurse	68

### Erziehungskurse für Väter

Väter-Treff	75
-------------	----

### Angebote für Senioren

Hurra, wir werden/sind Großeltern!	76
Oma erzählt	77

### Gesundheit

Kinder sicher begleiten	78
Schnell und gesund kochen im Alltag / Gesunde Ernährung für die Familie	80

### Pädagogische Fortbildung für Multiplikator:innen

Marie, Murat & Co.	81
Natur- & Achtsamkeitstrainer:innen	82
Poesie in der (muslimischen) Erziehung	83
Basisbildung für Migrantinnen/Vorbereitungskurs für den Besuch der Hauptschule	84

## Starke Eltern – Starke Kinder® (SESK) Seminare Pubertät – Aufbruch, Umbruch, kein Zusammenbruch



Pubertierende Jugendliche stecken innerlich oft im Chaos und damit meist auch die Eltern und der Rest der Familie. Die Eltern fühlen sich dabei häufig machtlos und haben das Gefühl, sie könnten ihren Kindern nicht helfen. Die Kinder verändern sich, die Konflikte erschweren den Alltag. Kinder und Eltern werden sich in dieser Zeit oft erst einmal fremd.

Das Seminar bietet den Eltern einen Austausch über die Wirren, Überraschungen oder Verzweigungen während der Zeit der Pubertät. Sie erhalten Unterstützung und Rat durch unsere erfahrene Pädagogin.

Gerne bieten wir das Seminar auch in Ihrem Verein in **deutscher oder türkischer** Sprache an.

Datum : wird bekanntgegeben	36 UStd.
Zeit : 10.00 – 12.15	
Ort : Familienzentren im Verbund	
Kita Ludwig-Ronig-Str. 12, 51107 Köln	

**Necibe Dumanoğlu, Erzieherin** FB25 14

Datum : wird bekanntgegeben	36 UStd.
Zeit : 09.00 – 11.15	
Ort : Kita Picco Pänz, Piccolominstr. 262, 51067 Köln	

**Necibe Dumanoğlu, Erzieherin** FB25 15

Datum : 16.01. – 27.03.2025, donnerstags	36 UStd.
Zeit : 15.00 – 16.30	
Ort : Kita Ludwigsburger Str. 11, 50739 Köln	

**Necibe Dumanoğlu, Erzieherin** FB25 16

## SESK® im teil-digitalen Format

Datum : wird bekanntgegeben	je 3 UStd.
Zeit : wird bekanntgegeben	
Ort : BFmF	

**Necibe Dumanoğlu, Erzieherin** FB25 17

## Mütter-Coaching

### Begleitung der Mütter im Erziehungsalltag

Die Kurse bieten wir in verschiedenen Sprachen an.

Datum : 09.01. – 03.07./04.09. – 11.12.2025	je 3 UStd.
Tag : donnerstags, für Alleinerziehende	
Zeit : 10.00 – 12.15	

**Assia Daoudi (in Arabisch),  
Elternbegleiterin** FB25 18

Datum : 06.01. – 07.07.2025	je 2 UStd.
Tag : montags	
Zeit : 12.00 – 13.30	

**Seher Kurtar (in Türkisch),  
Hebamme B.Sc., Still- und Laktationsberaterin,  
Prävention und Gesundheitspsychologie M.Sc.,  
Psychologische Beratung und Betreuung** FB25 19

## MiA-Kurse - Gesprächskreise für Frauen

MiA bedeutet „Migrantinnen einfach stark im Alltag“. In diesem Kursangebot, können sich Frauen gegenseitig stärken. Sie machen sich Mut, lernen dazu und erfahren viel Neues. Sie sprechen über Themen, die für sie wichtig sind. Die Kursgruppe besteht nur aus Frauen. Auch die Kursleiterin ist eine Frau. Ein Kurs dauert 34 Stunden, verteilt über mehrere Wochen oder Monate. Ob Sie an einem MiA-Kurs teilnehmen können, erfahren Sie in einem Gespräch. Fragen Sie bitte einfach nach, wir helfen Ihnen gerne weiter!

Dieser Kurs wird vom Bundesamt für Migration und Flüchtlinge gefördert und ist für die Teilnehmerinnen kostenlos.

Datum : 09.01. – 08.05.2025	51 UStd.
Tag : donnerstags	
Zeit : 12.30 – 14.45	

**Assia Daoudi**

**FB25 20**

Datum : 07.05. – 17.09.2025	51UStd.
Tag : mittwochs	
Zeit : 10.00 – 12.15	

**Samira Aschtari**

**FB25 21**

Datum : 27.08. – 17.12.2025	51 UStd.
Tag : mittwochs	
Zeit : 12.30 – 14.45	

**Emine Söyleyenoğlu**

**FB25 22**

gefördert durch:



## Mütter-Cafés

Unsere Mütter-Cafés sind ein offenes Angebot für Mütter. Hier haben sie die Möglichkeit, während die Kinder betreut werden, für einige Stunden den Alltagsstress zu vergessen und sich mit anderen Müttern in gemütlicher Runde auszutauschen. Die Mütter-Cafés werden von pädagogisch qualifizierten Mitarbeiterinnen angeboten und begleitet. Es werden auch externe Referentinnen zu Themen wie Ernährung, Erziehung, Entwicklung und Gesundheit eingeladen.

### Mütter-Café in arabischer Sprache

Datum : 07.01. – 01.07./02.09. – 09.12.2025	je 3 UStd.
Tag : dienstags	
Zeit : 12.30 – 14.45	

**Assia Daoudi, Elternbegleiterin**

**FB25 23**

Datum : 10.01. – 04.07./05.09. – 12.12.2025	je 3 UStd.
Tag : freitags	
Zeit : 12.30 – 14.45	

**Assia Daoudi, Elternbegleiterin**

**FB25 24**

### Mütter-Café in türkischer Sprache

Datum : 04.02. – 01.07./02.09. – 02.12.2025	je 2 UStd.
Tag : 1. Dienstag im Monat, 10.30 – 12.00	
Ort : Furkan Moschee, Andreaestr. 14, 51063 Köln	

**Necibe Dumanoğlu, Erzieherin**

**FB25 25**



## Ein Baby wird geboren

### Die Wahl des Geburtsortes und der Hebammenbetreuung

- Soll mein Baby im Krankenhaus zur Welt kommen?
- Welche Alternativen gibt es? Was ist für mich das Richtige?
- Wer steht mir während und nach der Schwangerschaft mit Rat und Tat zur Seite?
- Soll ich die Wahl der Hebamme dem Zufall überlassen?

Datum : 07.02.2025, Freitag je 2 UStd.

Zeit : 09.30 – 11.00

FB25 26

Datum : 02.05.2025, Freitag je 2 UStd.

Zeit : 09.30 – 11.00

FB25 27

Datum : 05.09.2025, Freitag je 2 UStd.

Zeit : 09.30 – 11.00

FB25 28

### Seher Kurtar,

Hebamme B.Sc., Still- und Laktationsberaterin,  
Prävention und Gesundheitspsychologie M.Sc.,  
Psychologische Beratung und Betreuung

## Babymassage nach Mc Clure

Datum : 01.09. – 15.12.2025 je 2 UStd.

Tag : montags

Zeit : 12.30 – 13.30

FB25 29

### Seher Kurtar,

Hebamme B.Sc., Still- und Laktationsberaterin,  
Prävention und Gesundheitspsychologie M.Sc.,  
Psychologische Beratung und Betreuung

## Still-Café

Sie haben ein Baby und suchen Austausch und Anregungen? Wenn Sie Fragen haben, fundierte Informationen suchen oder Kontakt zu anderen Müttern mit Babys knüpfen möchten, dann sind Sie hier genau richtig! Das Still-Café lädt Sie (und Ihre Babys) zum gemeinsamen Erfahrungsaustausch ein.

Datum : 07.01. – 08.07.2025 je 2 UStd.

Tag : dienstags

Zeit : 11.00 – 12.30

FB25 30

### Seher Kurtar,

Hebamme B.Sc., Still- und Laktationsberaterin,  
Prävention und Gesundheitspsychologie M.Sc.,  
Psychologische Beratung und Betreuung

## Grenzen setzen – (k)ein Problem?

**Grenzen** können Kinder einschränken, frustrieren, Aggressionen und Widerstand hervorbringen.

**Grenzen** können aber auch Halt und Sicherheit geben, Klarheit schaffen, das Miteinander regeln.

Wir möchten Sie einladen gemeinsam die Herausforderungen und die Chancen des Grenzsetzens zu erörtern, Lösungsmöglichkeiten zu finden und gleichzeitig einen Austausch zu pflegen.



Datum : 05.05.2025, Montag je 3 UStd.

Zeit : 10.00 – 12.15

Ort : Kolping-Bildungswerk Diözesanverband Köln e.V.

James Krüss Grundschule

FB25 31

Necibe Dumanoğlu, Erzieherin

## Gesund ins Leben



Bereits während der Schwangerschaft und auch wenn das Baby endlich da ist, stellen sich Mütter viele Fragen. Soll ich stillen und wenn ja, wie lange? Wo soll das Kind schlafen? Dieser Vortrag will Ihnen Anregungen zu einem gemeinsamen liebevollen Umgang mit Ihrem Baby geben.

Datum : 07.02.2025, Freitag 2 UStd.

Zeit : 14.00 – 15.30

FB25 32

Datum : 02.05.2025, Freitag 2 UStd.

Zeit : 14.00 – 15.30

FB25 33

Datum : 05.09.2025, Freitag 2 UStd.

Zeit : 14.00 – 15.30

FB25 34

### Seher Kurtar,

Hebamme B.Sc., Still- und Laktationsberaterin,  
Prävention und Gesundheitspsychologie M.Sc.,  
Psychologische Beratung und Betreuung



## Krabbelgruppe

Diese Treffen ermöglichen Müttern gemeinsam mit ihren Kindern **bis 2 Jahren** einen vertrauensvollen Austausch untereinander. Es finden gemeinsame Mutter-Kind-Spiele sowie eine pädagogische Begleitung der Mütter durch unsere Pädagoginnen statt.

Datum : 06.01. – 30.06./01.09. – 15.12.2025 je 3 UStd.

Tag : montags

Zeit : 09.30 – 11.45

Funda Karaca, Soziale Arbeit (B.A.)

FB25 35

Datum : 08.01. – 25.06./03.09. – 17.12.2025 je 3 UStd.

Tag : mittwochs

Zeit : 12.30 – 14.45

Funda Karaca, Soziale Arbeit (B.A.)

FB25 36

Datum : 10.01. – 11.07./05.09. – 19.12.2025 je 3 UStd.

Tag : freitags

Zeit : 13.00 – 15.15

Necibe Dumanoğlu, Erzieherin

FB25 37



## Baby-Lektüre - Krabbel-Treff

### mit Bilderbüchern in die Lese-Welt hineinkrabbeln!

Da die Leseförderung die beste Investition in die Zukunft jedes Kindes ist, möchten wir mit diesem Angebot die Kinder so früh wie möglich für Bücher begeistern bzw. damit in Kontakt bringen. Wir treffen uns einmal in der Woche, singen gemeinsam Lieder, spielen Kniereiter- und Fingerspiele, die eine wichtige Basis für die spätere Sprach- und Lesekompetenz der Kinder schaffen. Für Kinder 0-3 Jahren.

Datum : 08.01. – 26.02./07.05. – 25.06.2025	je 3 UStd.
Tag : <b>mittwochs</b>	
Zeit : 10.00 – 12.15	

**Necibe Dumanoğlu, Erzieherin**

**FB25 38**

Datum : 03.09. – 29.10./05.11. – 17.12.2025	je 3 UStd.
Tag : <b>mittwochs</b>	
Zeit : 13.00 – 15.15	

**Necibe Dumanoğlu, Erzieherin**

**FB25 39**

## „Sing mit mir!“

### „Bei uns ist der Gesang die erste Stufe der Bildung“ (Goethe)

Wir singen verschiedenste Kinderlieder auf Deutsch, Türkisch und Arabisch. Auch Lieder in anderen Sprachen, die den Kindern bekannt sind, können mit eingebracht werden.

Datum : ab 06.02.2025	je 2 UStd.
Tag : <b>donnerstags/14-tägig von 15.00 – 16.30</b>	
Ort : BFmF e.V., Liebigstr. 120, 50823 Köln	

**Anne Schulte-Bensaid, Dipl. Sozialpädagogin**

**FB25 40**

Veranstaltungen in Kooperation mit dem Familienzentrum Amana

## „Joko, du & ich“



„Joko, du & ich“ ist ein Konzept, das von der AOK Rheinland/Hamburg und der Universität Bielefeld entwickelt wurde. Die Stärkung der Eltern-Kind-Bindung kann das seelische Wohlbefinden von zwei- bis dreijährigen Kindern nachhaltig fördern.

Die Kurszeit ist gefüllt mit Spielen, Singen, Geschichtenerzählen, Bewegung und Entspannung.

Hier haben Sie die Möglichkeit neue Erfahrungen zu sammeln und erhalten Anregungen für das Beisammensein zuhause.

Datum : ab Januar 2025, in Arabisch	24 UStd.
Tag : <b>nach Vereinbarung</b>	
Ort : BFmF e.V., Liebigstr. 120, 50823 Köln	

**Assia Daoudi,**

*Dipl. Literaturwissenschaften/Elternbegleiterin*

**FB25 41**

Datum : ab Januar 2025, in Bosnisch	24 UStd.
Tag : <b>nach Vereinbarung</b>	
Ort : BFmF e.V., Liebigstr. 120, 50823 Köln	

**Sanela Babić,**

*Soziale Arbeit/Sozialpädagogik (B.A.)*

**FB25 42**

Datum : 03.09. – 29.10.2025, <b>mittwochs</b>	je 2 UStd.
Zeit : 15.00 – 16.30	
Ort : BFmF e.V., Liebigstr. 120, 50823 Köln	

**Necibe Dumanoğlu, Erzieherin**

**Funda Karaca, Soziale Arbeit (B.A.)**

**FB25 43**

Veranstaltungen in Kooperation mit dem Familienzentrum Amana

## Spielgruppe für Mütter und ihre Kinder im Alter von 1,5 - 3 Jahren

In dieser Gruppe kommen Mütter mit Kindern aus verschiedenen Kulturen zum gemeinsamen Singen, Spielen, Basteln und Malen zusammen. In einer lockeren, freundlichen und gemütlichen Atmosphäre werden auch familiäre und kulturelle Themen besprochen.



Datum : 07.01. – 01.07./02.09. – 16.12.2025 je 3 UStd.  
 Tag : dienstags  
 Zeit : 10.00 – 12.15  
 Ort : Familienhaus Chorweiler Nord. In den Räumen des „Familienhaus SKF Köln e.V.“ an der Weserpromenade

**Necibe Dumanoğlu, Erzieherin**

**FB25 44**

Datum : 09.01. – 10.07./04.09. – 11.12.2025 je 3 UStd.  
 Tag : donnerstags  
 Zeit : 10.00 – 12.15

**Necibe Dumanoğlu, Erzieherin**

**FB25 45**

Datum : 13.01. – 07.07./01.09. – 15.12.2025 je 3 UStd.  
 Tag : montags  
 Zeit : 09.45 – 12.00

**Funda Karaca, Soziale Arbeit (B.A.)**

**FB25 46**

Datum : 15.01. – 09.07./03.09. – 10.12.2025 je 3 UStd.  
 Tag : mittwochs  
 Zeit : 10.00 – 12.15

**Funda Karaca, Soziale Arbeit (B.A.)**

**FB25 47**

Datum : 15.01. – 09.07./03.09. – 10.12.2025 je 2 UStd.  
 Tag : mittwochs  
 Zeit : 15.00 – 16.30

**Betül Uçar, Systemische Beraterin (nach DGSF)  
 Islam- und Erziehungswissenschaftlerin (B.A.)**

**FB25 48**

Datum : wird bekanntgegeben je 3 UStd.  
 Zeit : 10.00 – 12.15  
 Ort : Kita Von-Ketteler-Straße 26, 51061 Köln

**Necibe Dumanoğlu, Erzieherin**

**FB25 49**



## „Mama, spiel mit mir!“

Das Spielen ist eines der wichtigsten Grundbedürfnisse der Kinder. Durch das Spielen erkunden sie ihre Umwelt und entfalten ihre körperlichen, geistigen und seelischen Fähigkeiten. Welche Spiele sind in welchem Alter geeignet und sinnvoll? Gemeinsam entdecken wir in diesem Seminar die Spielwelt der Kinder!

Datum : wird bekanntgegeben 2 UStd.

Zeit : 15.00 – 16.30

Ort : Kindertagesstätte Neue Kempener Straße

Neue Kempener Str. 207, 50739 Köln

**Necibe Dumanoğlu, Erzieherin**

**FB25 50**

Datum : 13.05.2025 2 UStd.

Tag : Dienstag

Zeit : 09.00 – 10.30

Ort : Kita Picco Pänz, Piccoloministr. 262, 51067 Köln

**Necibe Dumanoğlu, Erzieherin**

**FB25 51**

Datum : 08.04.2025/15.04.2025 je 3 UStd.

Tag : dienstags

Zeit : 10.00 – 12.15/14.00 – 16.15

Ort : Familienzentren im Verbund

Kita Ludwig-Ronig-Str. 12, 51107 Köln

**Necibe Dumanoğlu, Erzieherin**

**FB25 52**

## Bastelnachmittag

für Mütter und ihre Kinder im Alter von 3-6 Jahren

Datum : 14.04.2025, Montag 3 UStd.

Zeit : 11.30 – 13.45

Ort : Familienhaus Chorweiler Nord. In den Räumen des  
„Familienhaus SKF Köln e.V.“ an der Weserpromenade

**Necibe Dumanoğlu, Erzieherin**

**FB25 53**

Datum : 11.11.2025, Dienstag 3 UStd.

Zeit : 10.00 – 12.15

Ort : Kolping-Bildungswerk Diözesanverband Köln e.V.  
James Krüss Grundschule

**Necibe Dumanoğlu, Erzieherin**

**FB25 54**

## Basteln für den Ramadan

Datum : 12.02.2025, Mittwoch 2 UStd.

Zeit : 15.00 – 16.30

Kosten : 5 €

**Ouafa Benghanou, Tagesmutter**

**FB25 55**

## Wir basteln Schultüten

Datum : 25.06.2025, Mittwoch 2 UStd.

Zeit : 15.30 – 17.00

Kosten : 5 €

**Ouafa Benghanou, Tagesmutter**

**FB25 56**

## Bewegungsbaustelle für Mütter und ihre Kinder im Alter von 2 - 4 Jahren

Bei der Mutter-Kind-Bewegungsbaustelle erobern unsere Kleinsten durch Springen, Balancieren, Singen und Tanzen, Klettern und Rutschen die Welt. Sie erleben ihren Körper, lernen eigene Fähigkeiten und Grenzen kennen und haben Spaß. Die Freude an der Bewegung steht bei uns im Mittelpunkt.

Nach einer Einstimmung mit Liedern und Bewegungsspielen bauen wir eine Gerätelandschaft auf, welche die Kinder selbständig oder gemeinsam mit ihren Müttern entdecken und ausprobieren dürfen. Die Kinder klettern, balancieren, springen, fangen und werfen. Das alles wird an unterschiedlichen Stationen gefordert und gefördert. Abschließend gibt es einen Ausklang ebenfalls mit Liedern.

Datum : 05.02.2025, <b>mittwochs</b>	2 UStd.
Zeit : 14.00 – 15.30	
Ort : KiTa & Familienzentrum Niehler Elternverein e.V.	

**Necibe Dumanoglu, Erzieherin** **FB25 57**

Datum : 09.04. – 18.06.2025, <b>mittwochs</b>	je 2 UStd.
Zeit : 15.00 – 16.30	
Ort : BFmF e.V., Liebigstr. 120, 50823 Köln	

**Necibe Dumanoglu, Erzieherin** **FB25 58**

Datum : 04.11. – 16.12.2025, <b>dienstags</b>	je 3 UStd.
Zeit : 14.00 – 16.15	
Ort : Familienzentren im Verbund Kita Ludwig-Ronig-Str. 12, 51107 Köln	

**Necibe Dumanoglu, Erzieherin** **FB25 59**

## Mutter-Kind Gruppe

Datum : 07.01. – 08.07./02.09. – 09.12.2025	129 UStd.
Tag : <b>dienstags</b>	
Zeit : 14.00 – 16.15	

**Nuriye Kaplan, Kinderpflegerin** **FB25 60**

Datum : 10.01. – 04.07./05.09. – 12.12.2025	129 UStd.
Tag : <b>freitags</b>	
Zeit : 10.00 – 12.15	

**Nuriye Kaplan, Kinderpflegerin** **FB25 61**

## Wir basteln einen Ramadankalender

Steht der Ramadan vor der Tür, wird es Zeit einen neuen Ramadankalender zu basteln.

Liebe Mütter,  
Sie sind mit Ihren Kindern hierzu herzlich eingeladen!

Datum : 13.02.2025, <b>Donnerstag</b>	3 UStd.
Zeit : 15.00 – 17.15	
Ort : Kita Ludwigsburger Str. 11, 50739 Köln	

**Necibe Dumanoglu, Erzieherin** **FB25 62**

Datum : 18.02.2025, <b>Dienstag</b>	3 UStd.
Zeit : 14.00 – 16.15	
Ort : Familienzentren im Verbund Kita Ludwig-Ronig-Str. 12, 51107 Köln	

**Necibe Dumanoglu, Erzieherin** **FB25 63**

Datum : 20.02.2025, Donnerstag 3 UStd.

Zeit : 15.00 – 17.15

Ort : Familienzentrum Am Bilderstöckchen 60c, 50739 Köln

**Necibe Dumanoğlu, Erzieherin**

**FB25 64**

Datum : 21.02.2025, Freitag 2 UStd.

Zeit : 15.00 – 16.30

Ort : Familienhaus Chorweiler Nord. In den Räumen des  
„Familienhaus SKF Köln e.V.“ an der Weserpromenade

**Necibe Dumanoğlu, Erzieherin**

**FB25 65**

Datum : 21.02.2025, Montag 3 UStd.

Zeit : 10.00 – 12.15

Ort : Kolping-Bildungswerk Diözesanverband Köln e.V.  
James Krüss Grundschule

**Necibe Dumanoğlu, Erzieherin**

**FB25 66**

Datum : 25.02.2025, Dienstag 3 UStd.

Zeit : 09.00 – 11.15

Ort : Kita Picco Pänz, Piccoloministr. 262, 51067 Köln

**Necibe Dumanoğlu, Erzieherin**

**FB25 67**



### Gemeinsames Iftar Am Bilderstöckchen

Ramadan ist nicht nur ein Monat der Spiritualität und der inneren Einkehr, sondern auch ein Monat des Zusammenkommens der Menschen. Mittlerweile ist es eine Tradition geworden, dass das BFmF und das Familienzentrum Bilderstöckchen gemeinsame Iftar-Abende veranstalten.

Diese gemeinsamen Iftar-Abende beinhalten sowohl spirituelle als auch unterhaltsame Programmpunkte und haben einen ganz besonderen Stellenwert bei den Eltern, da sie ein besonderes Gemeinschaftsgefühl ausdrücken.

Die Veranstaltung wird gemeinsam mit und für die Eltern der Kita organisiert und durchgeführt.

Datum : 20.03.2025 4 UStd.

Tag : Donnerstag

Zeit : 15.00 – 18.00

Ort : Familienzentrum Am Bilderstöckchen 60c, 50739 Köln

**Necibe Dumanoğlu, Erzieherin**

**FB25 68**

### Wir feiern gemeinsam das Opferfest

Kinder und Eltern aus verschiedenen Religionen feiern gemeinsam das Opferfest.

Datum : 12.05.2025 3 UStd.

Tag : Montag

Zeit : 15.00 – 17.15

Ort : Familienzentrum Am Bilderstöckchen 60c, 50739 Köln

**Necibe Dumanoğlu, Erzieherin**

**FB25 69**

## Los geht's - Eltern & Kinder basteln Drachen und lassen sie steigen

Der Herbst bietet neben bunten Blättern, Kastanien und Nüsse sammeln eine ganz besondere Spielmöglichkeit an, die wohl jeder aus seiner/ihrer eigenen Kindheit noch kennt.

Drachen steigen lassen gehört zu einer der schönsten und beliebtesten Outdoor-Aktivitäten im Herbst. Doppelten Spaß haben Kinder, wenn sie zudem die Drachen auch noch mit den Eltern selbst zusammenbauen. Mit ein wenig handwerklichem Geschick lässt sich dies einfach und kostengünstig verwirklichen.

### Drachen basteln / Drachen steigen lassen

Datum : 09.10.2025/10.10.2025	je 3 UStd.
Tag : Donnerstag / Freitag	
Zeit : 14.00 – 16.15	Kosten : 3 €
Ort : BFmF e.V.	

**Necibe Dumanoglu, Erzieherin**

**FB25 70**

Datum : 13.10.2025/20.10.2025, Montag	je 2 UStd.
Zeit : 11.00 – 12.30	
Ort : Familienhaus Chorweiler Nord. In den Räumen des „Familienhaus SKF Köln e.V.“ an der Weserpromenade	

**Necibe Dumanoglu, Erzieherin**

**FB25 71**

Datum : 14.10.2025/21.10.2025	je 2 UStd.
Tag : Dienstag	
Zeit : 09.00 – 10.30 / 14.00 – 15.30	
Ort : Kita Picco Pänz, Piccoloministr. 262, 51067 Köln	

**Necibe Dumanoglu, Erzieherin**

**FB25 72**

Datum : 22.09.2025, Montag	3 UStd.
Zeit : 10.00 – 12.15	
Ort : Kolping-Bildungswerk Diözesanverband Köln e.V. James Krüss Grundschule	

**Necibe Dumanoglu, Erzieherin**

**FB25 73**

Datum : 28.10.2025/30.10.2025, Dienstag/Donnerstag	3 UStd.
Zeit : 15.00 – 17.15	
Ort : Familienzentrum Am Bilderstöckchen 60c, 50739 Köln	

**Necibe Dumanoglu, Erzieherin**

**FB25 74**

Datum : 29.10.2025/31.10.2025	je 2 UStd.
Tag : Mittwoch/Freitag	
Zeit : 15.00 – 16.30	
Ort : Kita Ludwigsburger Str. 11, 50739 Köln	

**Necibe Dumanoglu, Erzieherin**

**FB25 75**

## Mutter-Kind-Treff in der Bibliothek

Dieses Treffen ermöglicht Familien mit Fluchterfahrung, insbesondere Mutter und Kind, in der Bibliothek gemeinsam in die Bücherwelt einzutauchen. Hierbei können Bücher vorgelesen, Gesellschaftsspiele gespielt oder gebastelt werden.



Datum : ab 09.01.2025	je 3 UStd.
Tag : alle 2 Wochen donnerstags	
Zeit : 16.00 – 18.15	
Ort : Zentral-Bibliothek	

**Assia Daoudi,**

Dipl. Literaturwissenschaften/Elternbegleiterin

**FB25 76**



## Spaziergang im Wald

Unsere Kinder leiden immer häufiger unter Reizüberflutung und an Konzentrationsschwäche.

Wissenschaftler fanden heraus, dass bereits ein täglicher 20-minütiger Spaziergang durch einen grünen Park oder Wald beruhigend wirken und die Konzentration verbessern kann.

Wir möchten gemeinsam mit Kindern und Eltern die beruhigende Wirkung eines solchen Spaziergangs erfahren.

**Treffpunkt ist BFmF e.V.**

Datum : ab 31.01.2025	je 4 UStd.
Tag : jeden letzten Freitag im Monat	
Zeit : 14.30 – 17.30	
Ort : Lindenthaler Stadtwald	

**Necibe Dumanoğlu, Erzieherin**

**FB25 77**



Datum : 27.05. – 08.07.2025/02.09. – 07.10.2025	je 4 UStd.
Tag : dienstags	
Zeit : 14.30 – 17.30	
Ort : Blücherpark	

**Necibe Dumanoğlu, Erzieherin**

**FB25 78**

## Zeit für uns! – Eltern-Time

Wir laden Sie herzlich zu unserer „Eltern-Time“ ein, wo Fragen über die Entwicklung und Erziehung der Kinder in einer angenehmen, geselligen Atmosphäre mit Kaffee und Kuchen besprochen werden.

Unsere erfahrene Fachkraft Necibe Dumanoğlu wird Sie dabei mit Rat und Tat begleiten.

Gerne können Sie Vorschläge und Themen mitbringen, die Sie gemeinsam besprechen können.

Wir freuen uns auf Sie!

Datum : ab 04.02.2025	je 2 UStd.
Tag : jeden ersten Dienstag im Monat	
Zeit : 15.00 – 16.30	
Ort : BFmF e. V., Bistro	

**Necibe Dumanoğlu, Erzieherin**

**FB25 79**

Datum : ab 01.04.2025	je 3 UStd.
Zeit : 14.00 – 16.15, jeden ersten Dienstag im Monat	
Ort : Familienzentren im Verbund Kita Ludwig-Ronig-Str. 12, 51107 Köln	

**Necibe Dumanoğlu, Erzieherin**

**FB25 80**

## Wer betreut mein Kind, wenn ich keinen Kita-Platz habe?

Wir informieren Eltern darüber, wie sie einen Tagespflegeplatz für ihr Kind bekommen können.

### Weitere Informationen auf Anfrage

#### Ansprechpartnerin

Anne Schulte-Bensaid, [kita.amana@bfmf-koeln.de](mailto:kita.amana@bfmf-koeln.de)

## Möchten Sie Tagesmutter/ Tagesvater werden?

Wir informieren Interessierte über die Qualifizierung zu Tageseltern.

Datum : 15.05.2025 2 UStd.

Tag : Donnerstag

Zeit : 16.00 – 17.30

#### Anne Schulte-Bensaid,

Dipl. Sozialpädagogin

FB25 81

Datum : 13.11.2025 2 UStd.

Tag : Donnerstag

Zeit : 16.00 – 17.30

#### Anne Schulte-Bensaid,

Dipl. Sozialpädagogin

FB25 82

Veranstaltungen in Kooperation mit dem Familienzentrum Amana

## Little Bird - Wie bekomme ich einen Kindergartenplatz für mein Kind?

Sie möchten Ihr Kind in der Kita anmelden, wissen aber nicht wie? Dann sind Sie in dieser Veranstaltung richtig. Hier wird Ihnen die Online-Anmeldung über Little Bird erklärt.

Datum : 16.01.2025

2 UStd.

Tag : Donnerstag

Zeit : 15.00 – 16.30

#### Anne Schulte-Bensaid,

Dipl. Sozialpädagogin

FB25 83



Veranstaltungen in Kooperation mit dem Familienzentrum Amana

## Achtsamkeit in der Natur

Ein Kurs zur Förderung der mentalen Gesundheit von Müttern. Die Natur ist ein Ort der Entspannung und der Achtsamkeit. Wir bieten Spaziergänge in der Natur an und gestalten diese mit kleinen Achtsamkeitsübungen. Die bewusste Wahrnehmung des Moments und die Entschleunigung liegen dabei im Fokus. Ort wird bekanntgegeben.

Datum : 28.04.2025/30.04.2025	je 3 UStd.
Tag : Montag/Mittwoch	
Zeit : 10.15 – 12.30	

**Assia Daoudi**, (in Arabisch)  
Natur- und Achtsamkeitstrainerin

FB25 84

Datum : 05.05.2025/12.05.2025	je 3 UStd.
Tag : Montag	
Zeit : 14.00 – 16.15	

**Necibe Dumanoğlu**, (in Türkisch)  
Natur- und Achtsamkeitstrainerin

FB25 85

Datum : 06.05.2025/07.05.2025	je 3 UStd.
Tag : Dienstag/Mittwoch	
Zeit : 10.15 – 12.30	

**Betül Uçar**,  
Natur- und Achtsamkeitstrainerin

FB25 86

Datum : 13.05.2025/14.05.2025	je 3 UStd.
Tag : Dienstag/Mittwoch	
Zeit : 10.15 – 12.30	

**Sanela Babić**, (in Bosnisch)  
Natur- und Achtsamkeitstrainerin

FB25 87

Datum : 20.05.2025/21.05.2025	je 3 UStd.
Tag : Dienstag/Mittwoch	
Zeit : 10.15 – 12.30	

**Ayşegül Yiğit**,  
Natur- und Achtsamkeitstrainerin

FB25 88

Datum : 22.05.2025/23.05.2025	je 3 UStd.
Tag : Donnerstag/Freitag	
Zeit : 10.15 – 12.30	

**Funda Karaca**,  
Natur- und Achtsamkeitstrainerin

FB25 89

## Pflegeeltern werden!

Aus verschiedenen Gründen verlieren viele Kinder ihr Zuhause und geraten in Notsituationen. In solchen Momenten brauchen sie eine liebevolle Umgebung. Pflegeeltern können diesen Kindern für einen begrenzten oder unbestimmten Zeitraum ein sicheres Zuhause, Geborgenheit und familiäre Stabilität bieten. Es gibt bestimmte Voraussetzungen, um Pflegeeltern zu werden. Wenn Sie daran interessiert sind, einem Kind ein liebevolles Zuhause zu schenken, erfahren Sie in diesem Seminar alles Wissenswerte über die Anforderungen an Pflegeeltern!

Datum : 04.11.2025	2 UStd.
Tag : Dienstag	
Zeit : 16.00 – 17.30	

**Sümeyye Lambrecht**,  
Kindheitspädagogin,  
Türkisches Generalkonsulat Hamburg Attaché

FB25 90

## Elternstart NRW

### Mein Baby ist endlich da – Hurraaa!



Liebe Eltern,

herzlichen Glückwunsch zur Geburt Ihres Babys. Nun beginnt eine sehr aufregende und ebenso verantwortungsvolle Zeit für Sie. Diese Verantwortung wird Sie nun Ihr Leben lang begleiten. Einmal Eltern – immer Eltern! Wir wollen Sie in dieser wichtigen Phase im Rahmen des Projekts „Elternstart NRW“ unterstützen und begleiten. Sie erhalten an 5 Terminen jeweils 90 Minuten Informationen rund um die kindliche Entwicklung, Ihre Rolle als Eltern und vieles mehr. Das Angebot richtet sich an Eltern mit Kindern im ersten Lebensjahr und ist kostenlos.

Haben wir Ihr Interesse geweckt?

Dann sind Sie mit Ihrem Baby herzlich eingeladen!

Datum : 15.01. – 26.02.2025	je 2 UStd.
Tag : mittwochs	
Zeit : 09.30 – 11.00	

**Seher Kurtar**

FB25 91

Datum : 03.09. – 01.10.2025	je 2 UStd.
Tag : mittwochs	
Zeit : 09.30 – 11.00	

**Seher Kurtar,**

*Hebamme B.Sc., Still- und Laktationsberaterin, Prävention und Gesundheitspsychologie M.Sc., Psychologische Beratung und Betreuung*

FB25 92

gefördert durch:

Ministerium für Kinder, Jugend, Familie, Gleichstellung, Flucht und Integration des Landes Nordrhein-Westfalen



## Offener Treff Elternstart NRW

Datum : 06.01. – 07.07.2025	je 2 UStd.
Zeit : 14.00 – 15.30, alle zwei Wochen montags	

FB25 93

Datum : 13.01. – 14.07.2025	je 2 UStd.
Zeit : 14.00 – 15.30, alle zwei Wochen montags	

FB25 94

Datum : 01.09. – 15.12.2025	je 2 UStd.
Zeit : 14.00 – 15.30, alle zwei Wochen montags	

FB25 95

**Seher Kurtar,**

*Hebamme B.Sc., Still- und Laktationsberaterin, Prävention und Gesundheitspsychologie M.Sc., Psychologische Beratung und Betreuung*

## Elternkompetenzkurs FuN – Familie und Nachbarschaft

Haben Sie Lust, mit der Familie im Kreise anderer Familien die Freude am gemeinsamen Spiel und Gespräch kennenzulernen? In diesem Seminar geht es um die Stärkung des inneren Zusammenhalts der Familie und die Stärkung der Familie in ihrem sozialen Umfeld. Unter Anleitung der Pädagoginnen werden neue Kontakte geknüpft, die Verständigung in Familien gefördert, der Familienstress vermindert und der Familienzusammenhalt gestärkt.

Datum : wird bekanntgegeben	je 4 UStd.
Zeit : 09.30 – 12.30	
Ort : Familienzentrum Am Bilderstöckchen 60c, 50739 Köln	

**Necibe Dumanoglu, Erzieherin**

FB25 96

## Selbstempathie und Mutterglück

Der Kurs umfasst verschiedene Themen und Aktivitäten zur Förderung der mentalen Gesundheit von Müttern und Verbesserung Ihres Wohlbefindens.

Datum : 10.02. – 14.07.2025	je 2 UStd.
Tag : montags	
Zeit : 11.00 – 12.30	

**Betül Uçar,**

Systemische Beraterin (nach DGSF),  
Islam- und Erziehungswissenschaftlerin (B.A.)

FB25 97

## Was sind die Aufgaben des Jugendamts?

Wenn es um die Institution „Jugendamt“ geht, scheuen sich viele Familien aus unterschiedlichen Gründen mit diesem zusammen zu arbeiten. Jedoch ist die Aufgabe des Jugendamtes, Eltern bei der Erziehung, Betreuung und Bildung ihrer Kinder zu unterstützen. Bei welchen Anliegen das Jugendamt hilft und was sein besonderer Schutzauftrag ist, wird Ihnen die Referentin im Seminar erläutern.

Datum : 04.06.2025/10.09.2025	je 2 UStd.
Tag : Mittwoch	
Zeit : 17.00 – 18.30	

**Kauthar Abdo,**

Soziale Arbeit/Sozialpädagogik (M.A.)

FB25 98

## Rechtsberatung für Mütter

Bei dieser Veranstaltung haben Mütter die Möglichkeit, ihre rechtlichen Fragen zu stellen (Kindergeld, Erziehungsurlaub, Mutterschutz, Scheidung, etc.).

Eine Rechtsanwältin gibt Antworten und zeigt Lösungswege auf.

Datum : einmal im Monat	je 2 UStd.
Tag : wird bekanntgegeben	
Zeit : wird bekanntgegeben	

**Emine Beytekin,** Rechtsanwältin

FB25 99

## Achtsamkeit für geschiedene Mütter

Ein Kurs zur Förderung der mentalen Gesundheit von geschiedenen Müttern, umfasst verschiedene Themen und Aktivitäten, die darauf abzielen, das Wohlbefinden von Müttern zu verbessern. Hierbei unterstützen und bereichern sich die Mütter gegenseitig in ihrem Wohlbefinden und lernen Achtsamkeit in ihrem Alltag.

Datum : 10.02. – 07.07./01.09. – 08.12.2025	je 2 UStd.
Tag : montags	
Zeit : 15.00 – 16.30	

**Betül Uçar,**

Systemische Beraterin (nach DGSF),  
Islam- und Erziehungswissenschaftlerin (B.A.)

FB25 100

## Weiterführende Schulen

Wir informieren Sie über das deutsche Bildungssystem und die Schwerpunkte der weiterführenden Schulen.

Datum	: wird bekanntgegeben	je 2 UStd.
Tag	: wird bekanntgegeben	
Zeit	: 14.00 – 15.30	
Ort	: BFmF e.V.	

**Necibe Dumanoğlu**, Erzieherin

FB25 101

## Frag doch mal eine Pädagogin!

Die Geschwisterkinder streiten ständig? Ihr Kind will nicht einschlafen? Der Stress am Morgen ist bei Ihnen Dauerzustand? Ihr Kind möchte nicht essen? Ihr Kind ist unselbständig? Ihr Kind hat keine Freunde oder wird gemobbt? Ihr Kind ist in der Pubertät? In einem safer-space beantwortet Sebiha Küman - Erzieherin und Pädagogin mit langjähriger Erfahrung in der Beratungsarbeit - all Ihre Fragen. Der Kurs richtet sich an Eltern, die ihr Kind besser verstehen und ihre Erziehungskompetenz stärken möchten.

Datum	: 31.01.2025	je 2 UStd.
Tag	: jeden letzten Freitag im Monat	
Zeit	: 16.00 – 17.30	
Ort	: wird bekanntgegeben	

**Sebiha Küman**,

Dipl. Sozialpädagogin/Sozialarbeiterin,  
Erzieherin, Systemische Beraterin und Familienberaterin

FB25 102

## Anti-Stress-Wochenende für Mütter

Ausgelaugt und urlaubsreif? Dann ist dieses Anti-Stress-Wochenende genau das Richtige, um im Haus Eifelsonne in Hellenthal einmal so richtig die Seele baumeln zu lassen. Ob im hauseigenen Schwimmbad, in der Sauna, bei einer Inhouse-Massage oder einem Spaziergang durch den angrenzenden Wald. Gemeinsam wollen wir neue Kraft für die Herausforderungen des Alltags schöpfen und überlegen, wie wir uns im Alltag kleine Inseln der Ruhe und Erholung schaffen können.

Den Termin für das Vorgespräch bitte erfragen!

Termin	: Datum & Uhrzeit wird bekanntgegeben	16 UStd.
Ort	: Wird im Vorgespräch bekanntgegeben	

**Nadja El Ammarine**, Dipl. Pädagogin

FB25 103

## Haushaltskasse führen

Reichen die Einnahmen nicht aus, um alle Ausgaben zu decken? Haben Sie all Ihre Sozialleistungsansprüche ausgeschöpft? Dann ist es sehr wichtig, den Überblick nicht zu verlieren. Dafür ist das Führen einer Haushaltskasse immer sehr hilfreich. In dieser Veranstaltung erlernen Sie eigenständig eine Haushaltskasse zu führen und prüfen mit Unterstützung, ob Sie alle Ihnen zustehenden Sozialleistungen ausgeschöpft haben.

**Die Teilnehmendenzahl ist begrenzt.**

**Die Teilnahme ist kostenlos.**

Datum	: 13.03.2025	2 UStd.
Tag	: Donnerstag	
Zeit	: 15.00 – 16.30	

**Sevgi Şentürk**, Dipl. Ökonomin/  
zert. Schuldner- und Verbraucherinsolvenzberaterin

FB25 104

## Arabisch – Umgangssprache

Möchten Sie sich auf Arabisch unterhalten? Brauchen Sie Arabisch für Ihre Arbeit? In diesem Kurs lernen Sie wichtige Wörter und den Satzbau.

Im Vordergrund steht die Kommunikation.

Datum : ab Januar 2025	je 2 UStd.
Tag : wird bekanntgegeben	
Zeit : wird bekanntgegeben	
Kosten : wird bekanntgegeben	

**Saliha Taş, Islamwissenschaften (M.A.)**

**FB25 105**

## Die Polizei klärt auf: So schützen Sie sich vor Diebstahl und Einbruch!

Ein Fenster auf Kippe, eine offene Balkontür, ein einfaches Schloss an der Wohnungstür, eine ständig offenstehende Haustür können schnell als Einladung von Einbrechern gesehen werden. Was können wir tun, um unsere Wohnungen, Autos und anderes Eigentum vor Einbruch und Diebstahl zu schützen? Welche Verhaltensweisen und technische Ausrüstung gibt es zum Schutz?

Über diese und andere Fragen informiert uns die Polizei.

Datum : 12.02.2025	2 UStd.
Tag : Mittwoch	
Zeit : 10.00 – 12.15	

**M.N.**

**FB25 106**

## Väter-Treff

Der Väter-Treff ist ein spezielles Angebot für arabischsprachige Väter, in dem Themen wie Erziehung, Eltern-Kind-Beziehung, Familienstrukturen, Ehe und Partnerschaft in der neuen Heimat Deutschland behandelt werden.

Datum : 07.01. – 08.07.2025	54 UStd.
Tag : dienstags	
Zeit : 17.00 – 19.15	

**Feras Afaghani, (in Arabisch)**

**FB25 107**

Datum : 02.09. – 16.12.2025	54 UStd.
Tag : dienstags	
Zeit : 17.00 – 19.15	

**Feras Afaghani, (in Arabisch)**

**FB25 108**



## Hurra, wir werden/sind Großeltern!

*Großeltern werden - sind wir jetzt alt?*

„Oma / Opa“- irgendwie führt der neue Status einem das eigene Alter ganz deutlich vor Augen. Natürlich kann niemand die Zeit zurückdrehen, doch die meisten Großeltern blühen richtig auf und fühlen sich noch einmal jung.

Sie wollen perfekte Großeltern werden und die werdenden Eltern unterstützen. Doch was ist sinnvoll und was zu viel?

Lassen Sie uns zusammenkommen und uns bei Kaffee und Kuchen in einer gemütlichen Atmosphäre austauschen.

Datum : ab 07.02.2025 je 3 UStd.

Tag : jeden ersten Freitag im Monat

Zeit : 11.30 – 13.45

**Necibe Dumanoğlu**, Erzieherin

FB25 109



## Oma erzählt

حكايات جدتي

عزيزتي الجدة

نلتقي في جو من المحبة نحتسي الشاي والقهوة ,  
فنستمتع ونستمتع بحكايات زمان.

حضور أولادنا محور اهتمامنا في سماع الحكاية .

مرحبا بكن

Arabische Seniorinnen erzählen Jugendlichen von ihrer eigenen Jugend, ihrer Heimat, ihren Anfangsjahren in Deutschland, von ihren Erlebnissen, Erfahrungen und von ihren Wünschen und Träumen.

Datum : wird bekanntgegeben je 3 UStd.

Tag : montags

Zeit : nach Vereinbarung

**Assia Daoudi**, (in Arabisch),  
Dipl. Literaturwissenschaftlerin/Elternbegleiterin

FB25 110



## Kinder sicher begleiten - Teil 1

Erste Hilfe Kind- Einführungsworkshop

Unfälle bei Kindern stellen im Alltag eine ständige Gefahr dar. Dabei ist es bekannt, dass viele dieser Unfälle durch richtiges Verhalten und einfache Vorsorgemaßnahmen verhindert werden können. Indem Sie sich über potenzielle Gefahrenquellen und häufige Verletzungsmuster bei Kindern informieren, können Sie Ihren Nachwuchs schützen und ihm gleichzeitig die Möglichkeit geben, sich sicher und frei zu entfalten. **Kinder benötigen keine überängstlichen Eltern, sondern solche, die gut informiert sind.**

Da Notfälle oft plötzlich und unerwartet auftreten, ist es sinnvoll, sich frühzeitig Wissen anzueignen, um im Ernstfall schnell und effektiv Erste Hilfe leisten zu können. Gerade in den ersten Minuten können gezielte Handlungen entscheidend sein. Unser Workshop „Erste Hilfe am Kind/ Kindernotfälle“ vermittelt Ihnen anhand praktischer Beispiele und Übungen, wie Sie im Ernstfall Ihrem Kind oder Baby effektiv helfen können. Der Kurs richtet sich an alle Interessierten, insbesondere an (Groß-)Eltern aller Altersgruppen.

Themenschwerpunkte:

- Kindernotfälle erkennen
- Verhalten im Notfall
- Notfallmaßnahmen bei Verschlucken/Ersticken
- Reanimation bei Kindern
- Reanimation bei Säuglingen
- plötzlicher Kindstod (SIDS)

Datum : 11.02.2025	3 UStd.
Tag : Dienstag	
Zeit : 10.00 – 12.15	

**Tayfun Tilkicik,**

European Paediatric Advanced Life Support (EPALS) Provider

FB25 111

## Kinder sicher begleiten - Teil 2

Erste Hilfe am Kind Vertiefungsworkshop

In dem Vertiefungsworkshop geht es um folgende Themenschwerpunkte:

- Hausapotheke,
- gefährliche Spielzeuge,
- gefährliche Haushaltsmittel:
- Vergiftungen, Verbrennungen,
- Gehirnerschütterung,
- Umgang mit Fieber/Fieberkrampf,
- sicher schwimmen mit Kindern:
- Ertrinken vermeiden,
- vor Sonne schützen,
- Zahnunfälle,
- Zeckenentfernung,
- Infektionen vorbeugen



Datum : 18.02.2025	3 UStd.
Tag : Dienstag	
Zeit : 10.00 – 12.15	

**Tayfun Tilkicik,**

European Paediatric Advanced Life Support (EPALS) Provider

FB25 112

## Schnell und gesund kochen im Alltag

Du möchtest gerne wissen, wie Du schnell einen Brotaufstrich, einen Rohkostsalat, ein Smoothie oder vielleicht ein köstliches Fruchteis selbst herstellen kannst?  
Im Seminar zeig ich Dir, wie es geht!

Kosten für Lebensmittel: 5 €

Datum : 12.09.2025	3 UStd.
Tag : Freitag	
Zeit : 15.00 – 17.15	

Regina Sadik

FB25 113

## Gesunde Ernährung für die Familie

Eltern möchten, dass ihre Kinder sich gut und gesund entfalten. Gleichzeitig erschwert der Familienalltag oft eine gesunde und ausgewogene Ernährung umzusetzen. In diesem Seminar geht es um alltagstaugliche Tipps und Tricks, wie z.B. gesunde Mahlzeiten lecker, kinderfreundlich und stressfreier gestaltet werden können.

Datum : 18.11.2025	2 UStd.
Tag : Dienstag	
Zeit : 17.30 – 19.00	

Z. Hilal Aydın,

Heilpraktikerin/Ernährungsberaterin

FB25 114

## Marie, Murat & Co.

**Vielfalt der Religionen und Kulturen in Kita und Kindertagespflege**  
**Eintägige Kompakt-Fortbildung**



Wir leben in einer bunten und vielfältigen Gesellschaft. Menschen aus verschiedenen Kulturen und Religionen leben Tür an Tür. Auch in der Kita und Kindertagespflege spiegelt sich diese Vielfalt wider. Je mehr Wertschätzung den Kindern, ihrer Familienkultur, ihrer Herkunft, Sprache und Religion entgegengebracht wird, umso mehr Selbstvertrauen können Kinder entwickeln. Wir haben die bisherige Fortbildung „Marie und Murat“, als eintägige Kompakt-Fortbildung neu konzipiert und laden Sie herzlich zur Teilnahme ein!

### Besonderheiten unserer Fortbildung:

- Interreligiöses Team aus erfahrenen Referentinnen
- Wir arbeiten praxisorientiert mit Fokus auf verschiedenen Lernebenen:
- **Wissensebene:** Hintergrundinformationen zu verschiedenen Religionen mit Schwerpunkt Islam, Verbindungen zwischen den Religionen, Praxisbezug zur Kita und Kindertagespflege
- **haltungsebene:** Sensibilisierung für die Vielfalt der Kulturen und Religionen
- **Handlungsebene:** Konkrete Ideen und Materialien für interreligiöse Projekte, Zeit für Austausch mit Kolleg:innen
- Besonderer Veranstaltungsort: Wir sind an diesem Tag zu Gast im muslimischen Familienzentrum mit eigener U3-Kita in Köln-Ehrenfeld

**Kosten:** 15,00 € Beitrag für die Verpflegung inkl. Getränke und Mittagessen (bitte in bar mitbringen, Quittungen können ausgestellt werden).

**Anmeldung:** an Britta Köllejan,  
britta.koellejan@erzbistum-koeln.de, Tel.: 0221-1642-7200

**Eine Fortbildung in Kooperation von:** FamilienForum Köln Deutz-Mülheim, Kath. Familienbildung Köln e.V., Fachbereich Dialog des Erzbistums Köln Begegnungs- und Fortbildungszentrum muslimischer Frauen (BFmF) Köln e.V., Diözesan-Caritasverband für das Erzbistum Köln e.V.

Datum : 25.06.2025, Mittwoch	8 UStd.
Tag : 09.30 – 16.30	
Ort : BFmF e.V., Liebigstr. 120 b, 50823 Köln	

FB25 115

Anna Hermkes, Theaterpädagogin

Anna-Maria Fischer, Diplomtheologin, Islam- und Religionswissenschaftlerin

Hanım Ezder, Pädagogin und Islamwissenschaftlerin

## Natur- & Achtsamkeitstrainer:innen

Mit der Ausbildung gilt es, die Achtsamkeit im Alltag zu verankern und das Selbstmitgefühl zu trainieren. Die gesamte Ausbildung basiert auf einem ganzheitlichen und wissenschaftlichen Verständnis von Achtsamkeit und entwickelt die Kompetenzen für die Vermittlung und den Transfer in den Alltag. Vor allem die Wahrnehmung im Augenblick wird durch die Achtsamkeit geschult. Dafür erhalten Sie ausführliche Seminar- und Übungsmaterialien. Ein Schwerpunkt dabei ist die Selbsterfahrung. Sie erfahren, wie Achtsamkeit in der Natur



- den Zugang zu Körper, Geist und Seele schult
- Krisensituationen analysiert und in lösungsorientiertes Handeln umsetzt
- natürliche Phänomene und Resonanzen für Persönlichkeitsentwicklung und Lösungsfindung nutzt

Außerdem erfahren Sie neue Impulse, die auch zur Weiterentwicklung Ihrer bisherigen Angebote dienen können. Sie erhalten ein Zertifikat als Natur- & Achtsamkeitstrainer:innen.

In Kooperation mit „Deutsche Akademie für Waldbaden & Gesundheit“ und als Bildungsurlaub anerkannt.

Datum : 08.04.2025/10.04.2025	je 8 UStd.
Tag : Dienstag/Donnerstag	
Zeit : 09.00 – 16.15	
Kosten : 399 €	

**Jasmin Schlimm-Thierjung,**  
Akademieleitung und Inhaberin Waldbaden, Ausbilderin,  
Erlebnispädagogik, Retreats, Train the Trainer

**Thomas Müller,**  
Natur-Achtsamkeit und Meditation, Autogenes Training in der  
Natur, Waldbaden in der Trauer, Trainer

FB25 116

## Poesie in der (muslimischen) Erziehung

Poesie in der (muslimischen) Erziehung – von der frühen Literacy-Förderung bis zum Erwachsenenalter. Für Pädagog:innen bietet Poesie eine flexible Methode, um sowohl emotionale als auch soziale Kompetenzen zu fördern. Kinder lernen durch rhythmische und melodische Verse sowohl sprachliche als auch kognitive Fähigkeiten zu entwickeln. Dieses Seminar bietet einen Einblick in die Welt der Poesie und richtet sich an Pädagog:innen, die mit kreativen Methoden ihre pädagogische Arbeit bereichern möchten.



Datum : 19.02.2025	3 UStd.
Tag : Mittwoch	
Zeit : 17.00 – 19.15	

**Layla Kamil Abdulsalam,**  
Lehrerin für Mathematik und Deutsch,  
Lehramt für Gymnasium/Gesamtschule

FB25 117

## Basisbildung für Migrantinnen/ Vorbereitungskurs für den Besuch der Hauptschule



Teilnehmerinnen unserer Klassen (2023/2024) mit ihren Lehrerinnen

Dieser Kurs ist für Frauen mit Migrationshintergrund im Alter von 18 bis 45 Jahren. Voraussetzung zur Teilnahme sind deutsche Sprachkenntnisse auf A2-Niveau. In diesem Kurs werden die Deutschkenntnisse intensiv gefördert und Basiskenntnisse in den Fächern Biologie, Mathematik, Geschichte sowie Berufskunde vermittelt. Die Teilnehmerinnen erhalten Wissen und Unterstützung, um ihren Alltag selbständig zu bewältigen und können bei entsprechender Motivation und Mitarbeit im Folgejahr den Kurs zum Hauptschulabschluss nach Klasse 9 besuchen.

Der Kurs wird aus Mitteln des Landes NRW und des Europäischen Sozialfonds gefördert und ist daher für die Teilnehmerinnen kostenlos.

### Voraussetzungen

- Deutschkenntnisse auf A2-Niveau
- Motivation

### Kursdauer

27.08.2024 – 11.07.2025 (laufender Kurs)  
01.09.2025 – 16.07.2026 (neuer Kurs)

### Unterrichtszeiten

Mo. – Do.: 09.00 – 12.15 Uhr  
(ca. 588 UStd.)

Sollten Sie Interesse an diesem Kurs haben, sprechen Sie uns gerne an. Anmeldungen sind ab März 2025 möglich.

### Ansprechpartnerinnen

Dr. Gülcan Özcan / Birsan Ürek (M.A.)  
[hsa@bfmf-koeln.de](mailto:hsa@bfmf-koeln.de)

FB25 118

Mit finanzieller Unterstützung des Landes Nordrhein-Westfalen und der Europäischen Union



Kofinanziert von der  
Europäischen Union

Ministerium für Arbeit,  
Gesundheit und Soziales  
des Landes Nordrhein-Westfalen





# Muslimisches Frauen bildungs werk Köln



**„Es gibt keinen Weg zum Frieden,  
denn Frieden ist der Weg“.**

*Mahatma Gandhi*



**Wir bitten bei allen Kursen um  
vorherige Anmeldung (persönlich,  
telefonisch oder per E-Mail).**

### **Liebe Leserinnen, liebe Leser!**

Die letzten vier Jahre waren nicht einfach für die Menschheit. Für das neue Jahr 2025 können wir nur noch auf Besseres hoffen! Es soll ein Jahr sein, in dem Frieden einkehrt und Konflikte und Katastrophen nicht mehr auf der Tagesordnung sind.

Neben unserem bewährten Angebot an Sprachkursen, Gesprächskreisen, Schulabschlüssen und Seminaren zu verschiedenen Themenschwerpunkten, möchten wir uns dieses Jahr daher Themen widmen, die uns körperlich, seelisch und gesellschaftlich heilen und uns wieder Mut und Kraft für Neues geben!

Wie Mahatma Gandhi sagte: „Es gibt keinen Weg zum Frieden, denn Frieden ist der Weg.“, wollen wir den Frieden durch Lernen, Erleben und aktives Gestalten bewusst leben.

Dabei wollen wir uns auch verstärkt um die Menschen kümmern, die zu den schwächsten in der Gesellschaft gehören; um Ältere und Kranke oder Behinderte aber auch um Menschen, die sich hier noch nicht angenommen fühlen. Unsere Angebote richten sich an alle Menschen, die Neues kennenlernen, ihre eigenen Ressourcen entdecken und einsetzen sowie sich und anderen Gutes tun wollen.

Seien Sie alle gerne eingeladen und bereichern Sie uns auch mit Ihren Ideen und Fragen!

**Birsen Ürek**

*Leiterin „Muslimisches Frauenbildungswerk Köln“*



## Nein zu Gewalt an Frauen!



## Muslimisches Frauenbildungswerk

<b>Deutsche Sprache</b>	
Integrationskurse mit Alphabetisierung	25
<b>Schulabschluss</b>	
Grundbildung mit Erwerbssweilte Erfahrung HSA Kl. 9	92
<b>Gesprächskreise</b>	
MiA-Kurse - Gesprächskreise für Frauen	94
<b>Frauencafés</b>	
Frauencafés	96
<b>Gesellschaft</b>	
Äthiopien - Land der Geheimnisse	101
„Nein zu Gewalt an Frauen!“ jetzt und hier – immer und überall!	102
Gewaltprävention und Selbstschutz im Alltag – Für Frauen	103
Köln, deine Museen möchte ich sehen!	103
„Zusammenwachsen - Die Herausforderungen der Integration“	104
„Düşler ülkesi Almanya - Deutschland, Land der Träume“	105
Kendini fark et	106
Gewaltprävention und Selbstschutz im Alltag - Für Männer	107
Saz kursu - Kurs zum Erlernen der türkischen Laute/ Musikinstrument	108
Entspannungstage für Frauen	109
<b>Gesundheit</b>	
Gehirntraining durch Bewegung	110
Homöopathie - Heilung durch das Prinzip der Ähnlichkeit	111
Gesprächskreis und Kreativangebot für Schlaganfallpatienten	112
<b>Workshop</b>	
Eine Welt aus Wasser und Farben - Die Kunst der Aquarell-Malerei	113
<b>Finanzen</b>	
Informationsveranstaltung für Verbraucherinsolvenzverfahren	114
<b>Senioren</b>	
Bestens versorgt im Alter	116
BIAF - Frauentreff für türkischsprachige Seniorinnen	117
Bilderstöckchen Hanımlar Sohbet Grubu	117
<b>Dialog und Religion</b>	
Komm! Komm! Wer du auch bist!	118
Interreligiöser und interkultureller Dialog im BfMf e.V.	119
Bilâl ibn Rabâh al-Habâschî	120
<b>Fortbildung für Fachkräfte</b>	
Schätze der Weltreligionen	121
Ein interreligiöser Oasentag mit allen Sinnen	122
Überschuldung - Existenzsicherung	122
Fortbildung für Fachkräfte in der Beratung	122

## Grundbildung mit Erwerbserfahrung Hauptschulabschluss Klasse 9



Einige Teilnehmerinnen unserer Hauptschulklasse 9 (2023/2024)

### Intensivkurs für Frauen

An diesem Kurs können Frauen im Alter von 18 bis 50 Jahren teilnehmen, die in Deutschland oder in ihren Herkunftsländern bisher nur wenig zur Schule gehen konnten und über keinen Schulabschluss verfügen.

In kleinen Gruppen werden die Teilnehmerinnen intensiv und unter Berücksichtigung der individuellen Lernvoraussetzungen auf die Hauptschulabschlussprüfung Klasse 9 vorbereitet, die extern über die Bezirksregierung Köln organisiert wird. Unterrichtsfächer sind Deutsch, Mathematik, Englisch (oder Herkunftssprache), Biologie, Politik/Geschichte, EDV und Berufskunde.

Der Kurs wird aus Mitteln des Landes NRW und des Europäischen Sozialfonds gefördert und ist daher für die Teilnehmerinnen kostenlos.

### Voraussetzungen

- Zertifikat B1
- Motivation

### Kursdauer

21.08.2024 – 11.07.2025 (laufender Kurs)  
27.08.2025 – 17.07.2026 (neuer Kurs)

### Unterrichtszeiten

Mo. – Fr.: 09.00 – 14.00 Uhr  
(ca. 1248 UStd.)

Sollten Sie Interesse an diesem Kurs haben, sprechen Sie uns gerne an. Anmeldungen sind ab März 2025 möglich.

### Ansprechpartnerinnen

Dr. Gülcan Özcan / Birsan Ürek (M.A.)  
hsa@bfmf-koeln.de

FR25 17

Mit finanzieller Unterstützung des Landes Nordrhein-Westfalen und der Europäischen Union



Kofinanziert von der  
Europäischen Union

Ministerium für Arbeit,  
Gesundheit und Soziales  
des Landes Nordrhein-Westfalen





## MiA-Kurse - Gesprächskreise für Frauen

MiA bedeutet „Migrantinnen einfach stark im Alltag“.

In diesem Kursangebot können sich Frauen gegenseitig stärken. Sie machen sich Mut, lernen dazu und erfahren viel Neues. Sie sprechen über Themen, die für sie wichtig sind. Die Kursgruppe besteht nur aus Frauen. Auch die Kursleiterin ist eine Frau. Ein Kurs dauert 34 Stunden, verteilt über mehrere Wochen oder Monate.

Ob Sie an einem MiA-Kurs teilnehmen können, erfahren Sie in einem Gespräch. Fragen Sie bitte einfach nach, wir helfen Ihnen gerne weiter!

Dieser Kurs wird vom Bundesamt für Migration und Flüchtlinge gefördert und ist für die Teilnehmerinnen kostenlos.

Datum : 07.01. – 29.04.2025	51 UStd.
Tag : dienstags	
Zeit : 12.30 – 14.45	

**Assia Daoudi**

FR25 18

Datum : 08.01. – 30.04.2025	51 UStd.
Tag : mittwochs	
Zeit : 10.00 – 12.15	

**Samira Aschtari**

FR25 19

Datum : 05.02. – 28.05.2025	51 UStd.
Tag : mittwochs	
Zeit : 12.30 – 14.45	

**Eman Jami-Hassen**

FR25 20

Datum : 05.02. – 28.05.2025	51 UStd.
Tag : mittwochs	
Zeit : 12.30 – 14.45	

**Emine Söyleyenöglü**

FR25 21

Datum : 03.02. – 02.06.2025	51 UStd.
Tag : donnerstags	
Zeit : 18.00 – 20.15	

**Esra Tuna**

FR25 22

Datum : 25.08. – 15.12.2025	51 UStd.
Tag : montags	
Zeit : 12.30 – 14.45	

**Emine Söyleyenöglü**

FR25 23

gefördert durch:



## Frauencafés im BFmF e.V.



Bei unseren monatlichen Treffen tauschen wir in anregenden Gesprächen interessante Informationen über verschiedene alltagsrelevante Themen wie z.B. das Leben in Deutschland, Erziehung, Bildung etc. miteinander aus.

Teilnahme nur mit Voranmeldung!

## Türkisches Frauencafé

Sevgili hanımlar,

ayda bir kere başka Türk hanımlarla biraraya gelip çay kahve eşliğinde hoş sohbet ne dersiniz?

İlginizi çektiyse, arkadaşlarınızla birlikte bekleriz!

**Datum :** 28.01. – 24.06./26.08. – 16.12.2025 je 3 UStd.

**Tag :** jeden letzten Dienstag im Monat

**Zeit :** 10.00 – 12.15

**Handan Tekin**

**FR25 24**



## ملتقى النساء العربيات

## Arabisches Frauencafé

Alle arabischsprachigen Frauen sind herzlich eingeladen!

في جو من الألفة والمحبة، تلتقي النساء العربيات مرة واحدة من كل شهر، لتبادل الآراء والمواضيع التي تلمس الحياة اليومية.

**Datum :** 05.02. – 02.07./03.09. – 03.12.2025 je 3 UStd.

**Tag :** jeden ersten Mittwoch im Monat

**Zeit :** 10.00 – 12.15

**Assia Daoudi**

**FR25 25**

## Albanisches Frauencafé – Kafe me Gratë shqipëtare

Të dashura gra,  
Një herë në muaj, ne femrat shqiptare dëshirojmë të mblidhemi dhe të flasim për jetën tonë në Gjermani me kafe dhe biskota dhe gjithashtu të marrim informacione të dobishme.

Datum : 31.01. – 19.12.2025	je 2 UStd.
Tag : jeden letzten Freitag im Monat	
Zeit : 14.30 – 16.00	

**Gentiana Cekaj**

FR25 26



## Kurdisches Frauencafé

Datum : ab 09.01.2025	je 2 UStd.
Tag : jeden ersten Donnerstag im Monat	
Zeit : 12.30 – 14.00	

**Nurten Aras**

FR25 27

## Café Africa

In diesem Frauencafé können sich Frauen aus verschiedenen Ländern Afrikas treffen, sich miteinander unterhalten, Informationen zu verschiedenen Themen erhalten und sich gegenseitig stärken.

Das Café ist in englischer Sprache. Bei genügender Anzahl von Interessentinnen können auch Cafés in anderen Sprachen eingerichtet werden.

Datum : 30.01. – 18.12.2025	je 2 UStd.
Tag : letzter Donnerstag im Monat	
Zeit : 12.30 – 14.00	

**Hawa Negash/Eman Jami-Hassen**

FR25 28

## Frauencafé für Gehörlose

Die Kommunikation wird in der deutschen  
Gebärdensprache sein.

In diesem Frauencafé können sich Frauen unterschiedlicher Herkunft in der deutschen Gebärdensprache miteinander unterhalten, Informationen austauschen und sich gegenseitig stärken.

Datum : ab 10.01.2025	je 3 UStd.
Tag : alle zwei Wochen freitags	
Zeit : 16.00 – 18.15	

**Canan Güneş**

FR25 29

## Frühstück mit Freundinnen



Wir treffen uns weiterhin zum monatlichen Frühstück. Dies ist eine schöne Gelegenheit in einer gemütlichen Runde neue Leute kennenzulernen. Wir essen zusammen, erzählen und räumen auch zusammen auf.

Wir freuen uns auf Euch!

Wir bitten um Anmeldung unter [karin.elzein@bfmf-koeln.de](mailto:karin.elzein@bfmf-koeln.de)

Datum : 05.04./07.06./06.09./06.12.2025, samstags je 4 UStd.

Zeit : 10.00 – 13.00

Ort : BFmF e.V.

**Regina Sadik Mohamed/Karin El Zein**

FR25 30

Datum : 01.02./03.05./05.07./04.10.2025, samstags je 4 UStd.

Zeit : 10.00 – 13.00

Ort : Café, wird bekanntgegeben

**Regina Sadik Mohamed/Karin El Zein**

FR25 31



## Äthiopien – Land der Geheimnisse

Äthiopien ist eines der größten Länder Afrikas und mit über 120 Mio. Menschen auch eines der bevölkerungsreichsten Länder der Welt. Der Reichtum an Sprachen, Kulturen und Religionen ist unermesslich, hier in Europa aber kaum bekannt.

Lassen Sie uns gemeinsam die vielen Geheimnisse dieses großartigen Landes entdecken, erschmecken und erleben!

Bringen Sie Appetit und gute Laune mit!

Datum : 16.05.2025

3 UStd.

Tag : Freitag

Zeit : 13.30 – 15.45

**Hawa Negash**

FR25 32

## Wir sagen „Nein zu Gewalt an Frauen!“ jetzt und hier – immer und überall!

Als BFmF e.V. begehen wir alljährlich gemeinsam mit unseren interreligiösen Kooperationspartnerinnen den Aktionstag „Nein zu Gewalt an Frauen“. Jedes Jahr steht ein anderes Schwerpunktthema zu diesem leider immer aktuellen Thema auf der Agenda. Als muslimische Frauen setzen wir gemeinsam mit anderen ein Zeichen gegen die Unterdrückung, Ausbeutung und Ermordung von Frauen weltweit, sei es in Kriegen und Katastrophen oder im Kreise der engsten Verwandten. Den Opfern der Gewalt wird am 25.11.2025 mit einem gemeinsamen Abendgebet gedacht.

Ort und Thema werden zeitnah bekannt gegeben.

Datum : 25.11.2025	2 UStd.
Tag : Dienstag	
Zeit : 18.00 – 19.30	

**Birsen Ürek**, Geschichte (M.A.)

FR25 33



## Gewaltprävention und Selbstschutz im Alltag – Für Frauen

In diesem Seminar werden Sie darüber informiert, wie Sie unangenehmen oder sogar gefährlichen Situationen im Alltag begegnen können ohne sich selbst und andere zu gefährden.

Außerdem werden auch der Umgang mit Alltagsrassismus und häuslicher oder innerfamiliärer Gewalt gegen Frauen thematisiert und Hilfsmöglichkeiten vorgestellt.

Datum : 12.02.2025	3 UStd.
Tag : Mittwoch	
Zeit : 10.00 – 12.15	

**Davina Lannois**, Kriminaloberkommissarin,  
Kontaktbeamtin für interkulturelle und -religiöse Angelegenheiten

FR25 34

Datum : 15.10.2025	3 UStd.
Tag : Mittwoch	
Zeit : 14.00 – 16.15	

**Davina Lannois**, Kriminaloberkommissarin,  
Kontaktbeamtin für interkulturelle und -religiöse Angelegenheiten

FR25 35

## Köln, deine Museen möchte ich sehen!

An jedem ersten Donnerstag im Monat dürfen Kölner:innen die Museen der Stadt kostenlos besuchen. Wir laden Sie ein, mit uns zusammen die Schätze in den Museen bei einem Schnupperbesuch kennenzulernen.

Treffpunkt ist BFmF e.V.

Datum : wird bekanntgegeben	je 3 UStd.
Tag : jeden ersten Donnerstag im Monat	
Ort : wird bekanntgegeben	

**Assia Daoudi**

FR25 36

## „Zusammenwachsen – Die Herausforderungen der Integration“

### Lesung von Musa Deli aus seinem Buch

„Zusammenwachsen setzt voraus, dass wir einen wohlwollenen Blick aufeinander werfen, dass wir bereit sind, einander besser kennenzulernen und mehr übereinander zu erfahren.“, so beschreibt Musa Deli seine Sicht der Integration von Menschen mit und ohne Migrationsgeschichte in der deutschen Gesellschaft. Als langjährig erfahrener Akteur in der Integrationsarbeit teilt Deli seine Erfahrungen und Erwartungen in diesem Bereich mit dem Leser.

Datum : 07.02.2025	2 UStd.
Tag : Freitag	
Zeit : 17.30 – 19.00	

**Musa Deli,**  
Sozialwissenschaftler/Sozialpsychologe/Autor

FR25 37



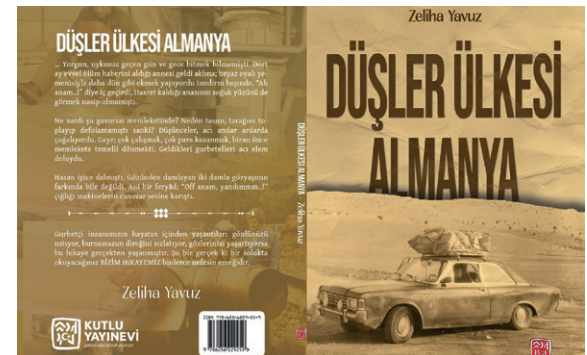
Copyright: Steffi Atze

## „Düşler ülkesi Almanya – Deutschland, Land der Träume“

### Eine Lesung mit Mutter und Tochter

**Zeliha Yavuz** liest aus ihrem Roman „Düşler ülkesi Almanya – Deutschland – Land der Träume“, in dem sie ihre Hoffnungen, Träume und Enttäuschungen verarbeitet hat. Ihre Tochter Meltem Yavuz Erdemli begleitet sie mit Fragen und Erinnerungen. Das Duo aus zwei Generationen zeigt, in wie weit sich die Hoffnungen und Träume der ersten Generation und die Erwartungen und Forderungen der zweiten Generation der Migrantinnen erfüllt haben.

Die Lesung und das Gespräch finden in türkischer Sprache statt.



Datum : 07.03.2025, Weltfrauentag	3 UStd.
Tag : Freitag	
Zeit : 17:30 – 19:45	

FR25 38

**Zeliha Yavuz, Erzieherin**  
**Meltem Yavuz Erdemli,**  
Kinder- & Jugendlichenpsychotherapeutin (M.A.)/Dipl.-Soz. Päd./-Soz. Arb./-Sozialmanagerin

## Kendini fark et!

Kadınlar için kişisel gelişim seminerleri – Seminarreihe zur persönlichen Entwicklung in türkischer Sprache  
 Kişisel gelişim seminerlerimizde kendimizi günlük sorun ve sorumluluklarımıza karşı nasıl güçlendiririz sorusuna cevap arayacağız. Özellikle vesvese veya aşırı düşünme ile nasıl başedebiliriz ve güçlülere karşı direnç kazanma – dayanıklılık veya reziliyans gibi konular gündemimizde olacak.  
 Seminerlerimiz aylık olmak üzere tatil dönemleri hariç düzenlenecektir ve ücretsizdir.  
 Her ay farklı bir konu ele alınacak. Önceden tanıtımı yapılacaktır

Datum : 07.02.2025, Freitag	3 UStd.
Zeit : 10.00 – 12.15	

FR25 39

Datum : 04.04.2025, Freitag	3 UStd.
Zeit : 10.00 – 12.15	

FR25 40

Datum : 13.06.2025, Freitag	3 UStd.
Zeit : 10.00 – 12.15	

FR25 41

Datum : 29.08.2025, Freitag	3 UStd.
Zeit : 10.00 – 12.15	

FR25 42

Datum : 10.10.2025, Freitag	3 UStd.
Zeit : 10.00 – 12.15	

FR25 43

Datum : 05.12.2025, Freitag	3 UStd.
Zeit : 10.00 – 12.15	

FR25 44

**Esra Tuna,**  
 Zertifizierte Psychologische Beraterin

## Gewaltprävention und Selbstschutz im Alltag – Für Männer

In diesem Seminar werden Sie darüber informiert, wie Sie unangenehmen oder sogar gefährlichen Situationen im Alltag begegnen können ohne sich selbst und andere zu gefährden.

Datum : 25.02.2025	3 UStd.
Tag : Dienstag	
Zeit : 10.00 – 12.15	

FR25 45

Datum : 28.10.2025	3 UStd.
Tag : Dienstag	
Zeit : 14.00 – 16.15	

FR25 46

**Cevat Koca,** *Kriminaloberkommissar,*  
 Kontaktbeamter für interkulturelle und -religiöse Angelegenheiten

## Zahlungsverzug - Inkasso

Zu einem Zahlungsverzug kann es sehr schnell kommen. Wenn man sich im Zahlungsverzug befindet, bekommt man häufig ein Schreiben eines Inkassounternehmens mit einer Zahlungsaufforderung. Die finanziellen Kosten, die durch den Zahlungsverzug entstanden sind, werden an den Schuldner weitergegeben.

Wie Sie sich vor überhöhten Inkassokosten bewahren können, erfahren Sie in unserer Veranstaltung.

**Die Teilnehmerszahl ist begrenzt.**

**Die Teilnahme ist kostenlos.**

Datum : 17.04.2025	2 UStd.
Tag : Donnerstag	
Zeit : 15.00 – 16.30	

FR25 47

**Sevgi Şentürk,**  
 zert. Schuldner- und Verbraucherinsolvenzberaterin

## Saz kursu – Kurs zum Erlernen der türkischen Laute/Musikinstrument

Die Bağlama ist das wohl bekannteste traditionelle türkische Musikinstrument. Es begleitet insbesondere altes türkisches Liedgut, erfreut sich aber auch bei Neuinterpretationen großer Beliebtheit.

In diesem Kurs erlernen Sie die Bedienung des Instruments und auch einige klassisch-traditionelle Lieder zu spielen. Der Kurs ist für Anfänger.

**Materialien:** Bağlama und Notenständer

*Die Kursbeiträge sind als Ganzes im Voraus zu bezahlen.*

### 1. Semester

Datum : 10.01. – 13.06.2025	36 UStd.
Tag : freitags	
Zeit : 17.30 – 19.00	
Kosten : 360 €	

**Rabia Toprak**

FR25 48

### 2. Semester

Datum : 22.08. – 19.12.2025	34 UStd.
Tag : freitags	
Zeit : 17.30 – 19.00	
Kosten : 340 €	

**Rabia Toprak**

FR25 49

## Entspannungstage für Frauen



Diesmal mit **neuem** Ziel:

Gästehaus Moseltherme in Traben Trarbach.

Das Gästehaus verfügt über 8 Einzel- und Doppelapartements, jedes Zimmer mit 2 Betten, eigenem Bad und kleiner Küche. Maximale Teilnehmerzahl 25 Personen.

Spaziergänge an der schönen Mosel und in Cochem.

Besonderes Highlight: ein ganzer Tag in der Moseltherme ist im Reisepreis inbegriffen (islamische Badekleidung erlaubt). 3 Übernachtungen mit gemeinsamem Frühstück, sonstige Verpflegung auf eigene Kosten.

Eigene Anreise; Fahrgemeinschaften können organisiert werden.

**Verbindliche Anmeldung und Bezahlung bis 31.03.2025**

Datum : 19.06. – 22.06.2025	30 UStd.
Tag : Donnerstag – Sonntag	
Ort : Gästehaus-Moseltherme in Traben Trarbach	
Kosten : 170 € inkl. Frühstück und Eintritt Moseltherme	

**Regina Sadik/Karin El Zein**

FR25 50



## Gehirntraining durch Bewegung

### Was ist das?

Ein spielerisches Bewegungsprogramm (kein Sport), welches das Gehirn anspricht und dort zu neuen Vernetzungen zwischen den Nervenzellen führt.

### Warum ist das wichtig?

Wenn wir älter werden, fällt uns besonders auf, dass wir schneller müde oder unkonzentriert sind und uns schneller überlastet und gestresst fühlen.

Wenn unser Gehirn durch eine gute Vernetzung zwischen den Nervenzellen trainiert ist, kann uns so schnell „nichts aus dem Gleichgewicht bringen“ – körperlich wie auch mental.

### Und außerdem?

Das Training in der Gruppe macht Spaß, fordert uns heraus, stärkt unser Selbstwertgefühl und auch unsere Stabilität. Und es wird in den Kursen immer viel gelacht – nicht über die Anderen, sondern jede/r über sich selbst, weil man kaum glauben kann, dass einem die Dinge, die so leicht aussehen, nicht gelingen wollen.

Datum : 13.01.2025, Montag 2 UStd.

Zeit : 15.00 – 16.30

FB25 51

Datum : 27.01.2025, Montag 2 UStd.

Zeit : 15.00 – 16.30

FB25 52

Datum : 10.02.2025, Montag 2 UStd.

Zeit : 15.00 – 16.30

**Gisela Strick**

FB25 53

Datum : 24.02.2025, Montag 2 UStd.

Zeit : 15.00 – 16.30

FB25 54

Datum : 10.03.2025, Montag 2 UStd.

Zeit : 15.00 – 16.30

FB25 55

Datum : 24.03.2025, Montag 2 UStd.

Zeit : 15.00 – 16.30

FB25 56

Datum : 07.04.2025, Montag 2 UStd.

Zeit : 15.00 – 16.30

FB25 57

Datum : 28.04.2025, Montag 2 UStd.

Zeit : 15.00 – 16.30

FB25 58

**Gisela Strick**

## Homöopathie – Heilung durch das Prinzip der Ähnlichkeit

Dieser Vortrag beleuchtet die grundlegenden Prinzipien der Homöopathie, insbesondere das Ähnlichkeitsprinzip. Erfahren Sie, wie homöopathische Mittel auf natürliche Weise den Organismus unterstützen können, Krankheiten zu behandeln.

Datum : 09.05.2025/12.09.2025 2 UStd.

Tag : Freitag

Zeit : 18.00 – 19.30

**Z. Hilal Aydın,**

Heilpraktikerin/Ernährungsberaterin

FR25 59

## Gesprächskreis und Kreativangebot für Schlaganfallpatienten

### Gemeinsam stark trotz Herausforderungen

Fühlen Sie sich nach einer neurologischen Erkrankung wie einem Schlaganfall oft ausgeschlossen? Wir wissen, wie wichtig soziale Teilhabe und kreative Ausdrucksmöglichkeiten sind – besonders für Frauen. Deshalb bieten wir einen geschützten Raum, in dem Sie sich mit anderen Frauen austauschen, gemeinsam kreativ werden und neue Kraft schöpfen können.

#### Inhalte:

- **Bewegungsangebote:** Bleiben Sie in Bewegung mit leichten Gymnastik- und Atemübungen, die Ihre Beweglichkeit fördern und Ihnen helfen, sich zu entspannen.
- **Gesprächsrunden:** Tauschen Sie sich mit anderen Frauen aus, teilen Sie Ihre Erfahrungen und finden Sie Unterstützung in einer offenen, wertschätzenden Gruppe.
- **Unser Plus:** Unsere Angebote werden von einer erfahrenen Logopädin begleitet. Spezielle Übungen zur Förderung Ihrer Sprach- und Kommunikationsfähigkeiten helfen Ihnen, im Alltag selbstbewusster und unabhängiger zu werden.

Datum : 06.04./20.04.2025, Sonntag je 3 UStd.

Zeit : 10.00 – 12.15

FR25 60

Datum : 11.05./25.05.2025, Sonntag je 3 UStd.

Zeit : 10.00 – 12.15

FR25 61

Datum : 15.06./29.06.2025, Sonntag je 3 UStd.

Zeit : 10.00 – 12.15

FR25 62

Merve Yardim, Logopädin

## Eine Welt aus Wasser und Farben – Die Kunst der Aquarell-Malerei

Die Künstlerin, Illustratorin und Influencerin @amynek Amine Kabaktepe führt Sie in die theoretischen Grundlagen der Aquarell-Malerei ein und leitet Sie an, mithilfe von Vorlagen eigene Bilder zu gestalten. Neben der Auswahl der richtigen Materialien für diese Kunst, klärt sie die Teilnehmer:innen auch über die wichtigsten Stile und Techniken auf. Entdecken Sie mit Wasserfarben und Pinsel Ihre kreative Seite, erstellen Sie Ihr erstes Aquarell-Kunstwerk und genießen Sie eine schöne Workshop Atmosphäre zusammen mit anderen Interessierten!

**Maximale Teilnahme von 15 Personen.**

Datum : 17.05.2025

7 UStd.

Tag : Samstag

Zeit : 10.30 – 16.30

Kosten : 55 € inkl. Materialkosten und Verpflegung

FR24 59 63

Amine Kabaktepe, Künstlerin



## Informationsveranstaltung für Verbraucherinsolvenzverfahren

Für viele überschuldete Menschen bietet das Verbraucherinsolvenzverfahren eine Chance, nach dem neuen Gesetzgebungsverfahren nach 3 Jahren wieder schuldenfrei einen Neuanfang starten zu können. Wie der Ablauf ist, welche Grundvoraussetzungen man mitbringen muss, welche Hürden zu meistern sind, mit welchen Kosten man rechnen muss, wie lange alles dauert usw.; dies sind alles Fragen, deren Beantwortung zum erfolgreichen Gelingen/Durchlaufen des InsO-Verfahrens sehr wichtig sind.

Damit Sie sich über die gesetzlichen Regelungen einschließlich der zahlreichen Hürden und Fallstricke ausführlich informieren können, bieten wir regelmäßig Informationsveranstaltungen an.

**Die Teilnehmendenzahl ist begrenzt.**

**Die Teilnahme ist kostenlos.**

Datum : 04.02.2025, Dienstag	3 UStd.
Zeit : 15.00 – 17.15, in Türkisch	
<b>Sevgi Şentürk</b>	
FR25 64	

Datum : 05.02.2025, Mittwoch	3 UStd.
Zeit : 15.00 – 17.15, in Deutsch	
<b>Sevgi Şentürk</b>	
FR25 65	

Datum : 06.02.2025, Donnerstag	3 UStd.
Zeit : 15.00 – 17.15, in Arabisch	
<b>Sevgi Şentürk/Feras Afaghani,</b>	
FR25 66	

zert. Schuldner- und Verbraucherinsolvenzberater:in

Datum : 13.05.2025, Dienstag	3 UStd.
Zeit : 15.00 – 17.15, in Türkisch	
<b>Sevgi Şentürk</b>	
FR25 67	

Datum : 14.05.2025, Mittwoch	3 UStd.
Zeit : 15.00 – 17.15, in Deutsch	
<b>Sevgi Şentürk</b>	
FR25 68	

Datum : 15.05.2025, Donnerstag	3 UStd.
Zeit : 15.00 – 17.15, in Arabisch	
<b>Sevgi Şentürk/Feras Afaghani</b>	
FR25 69	

Datum : 11.11.2025, Dienstag	3 UStd.
Zeit : 15.00 – 17.15, in Türkisch	
<b>Sevgi Şentürk</b>	
FR25 70	

Datum : 12.11.2025, Mittwoch	3 UStd.
Zeit : 15.00 – 17.15, in Deutsch	
<b>Sevgi Şentürk</b>	
FR25 71	

Datum : 13.11.2025, Donnerstag	3 UStd.
Zeit : 15.00 – 17.15, in Arabisch	
<b>Sevgi Şentürk/Feras Afaghani,</b>	
FR25 72	

zert. Schuldner- und Verbraucherinsolvenzberater:in

## Bestens versorgt im Alter

Ältere Menschen haben besondere Bedürfnisse, für die es eine Reihe staatlicher Unterstützungsmöglichkeiten gibt. In diesem Seminar möchten wir über die Herausforderungen des Älterwerdens in Deutschland und die diesbezüglichen Wege und Möglichkeiten sprechen.

Folgende Themen werden behandelt:

- Was ist Pflegebedürftigkeit und wie wird sie festgestellt?
- Was macht der Medizinische Dienst?
- Was bedeuten die Pflegegrade?
- Wo und wie stellt man den Antrag auf ?
- Welche Hilfsmittel gibt es für den Alltag?
- Wie können nötige Umbauten finanziert werden?
- Mitgebrachte Fragen

Datum : 19.05.2025 2 UStd.

Tag : Montag

Zeit : 17.30 – 19.00

Sevgi Şentürk

FR25 73

## BIAF - Frauentreff für türkischsprachige Seniorinnen

### Bilderstöckchen Hanımlar Sohbet Grubu

In unserem Seniorinnentreff können sich türkischsprachige Frauen ab 60 Jahren bei Kaffee und Tee untereinander austauschen und ihre Fragen zu wichtigen Themen aus dem Alltag gemeinsam besprechen.

Mögliche Themen und Aktivitäten sind: Gesundheit und Fitness im Alter, Kennenlernen von Bildungs- und Beratungsangeboten für Seniorinnen, Unterstützung und Betreuung bei Krankheit und Pflegebedürftigkeit, gemeinsame Freizeitgestaltung, Lesen uvm. Seien Sie auch dabei mit Ihren Ideen und Fragen!

60 yaş üstü bayanlar için hanımlar sohbet grubumuza sizi de bekleriz. Çay, kahve eşliğinde birlikte fikir alışverişinde bulunup, önemli günlük konular hakkındaki sorularımızı birlikte tartışalım.

Olası konu ve etkinlikler şunlardır: Yaşlılıkta sağlık ve zindelik, yaşlılar için eğitim ve danışmanlık hizmetlerini tanıma, hastalık ve bakım ihtiyaçları durumunda destek ve bakım, ortak boş zaman etkinlikleri, okuma ve çok daha fazlası.

Fikirleriniz ve sorularınızla siz de aramızda olun!

Datum : 29.01. – 17.12.2025 je 2 UStd.

Tag : jeden letzten Mittwoch im Monat

Zeit : 10.30 – 12.00

Ort : BFmF e.V.

Zeliha Yavuz

FR25 74



**Komm! Komm! Wer du auch bist!**

**Wenn du auch Götzendiener oder Feueranbeter bist.**

**Komm wieder! Dies ist die Tür der Hoffnung, nicht der Hoffnungslosigkeit. Auch wenn du tausendmal dein Versprechen gebrochen hast. Komm! Komm wieder!**

*Dies sind die berühmtesten Zeilen aus dem Mathnawi des Dschaläl ad-Din Muhammad Rûmî – kurz Mualana/Mevlana genannt.*

Dieser muslimische Theologe und Dichter des 13. Jahrhunderts hat wie kaum ein anderer die unendliche Barmherzigkeit und Liebe Gottes zu seiner Schöpfung unterstrichen. In einer Zeit von Krisen und Kriegen, von Hass und Hoffnungslosigkeit ist ein Ruf nach Frieden, Vergebung und Neubeginn nicht nur heilsam, sondern auch existentiell wichtig. In diesem Seminar befassen wir uns mit den friedensstiftenden Aussagen aus Rumis Gesamtwerk und seiner literarischen und geistesgeschichtlichen Wirkung.



Datum : 06.06.2025 2 UStd.

Tag : Freitag

Zeit : 17.00 – 18.30

**Birsen Ürek**, Geschichte (M.A.)

FR25 75

### Interreligiöser und interkultureller Dialog im BFmF e.V.

Im Rahmen unserer Kooperation gefördert über die „**Weißt du wer ich bin?**“ bieten wir jüdisch-christlich-muslimische Veranstaltungen in Kooperation mit der Integrationsagentur der Caritas Köln und der Integrationsagentur der Synagogengemeinde Köln an.

Dem BFmF e. V. ist es ein besonderes Anliegen den Dialog zwischen den verschiedenen Religionsgemeinschaften und den Kulturen zu stärken, da dies eine wichtige Voraussetzung für den gegenseitigen Respekt und den Zusammenhalt in der Gesellschaft ist.

Fragen Sie gerne nach unserem aktuellen Fortbildungsprogramm zu verschiedenen Themen im BFmF e.V. und bei unseren Kooperationspartnern an.

Das Angebot richtet sich an Multiplikatorinnen und Multiplikatoren und an interessierte Bürgerinnen und Bürger.

#### **Ansprechpartnerin**

Birsen Ürek, [birsen.uerек@bfmf-koeln.de](mailto:birsen.uerек@bfmf-koeln.de)

FR25 76

## Bilāl ibn Rabāh al-Habaschī

Bilāl ibn Rabāh al-Habaschī war ein Prophetengefährte der ersten Stunde, ehemaliger Sklave und Gebetsrufer der Gemeinde in Medina. Vor dem Islam wurde er als schwarzer Sklave mehrfach diskriminiert und unterdrückt. Bilals Konversion zum Islam machte ihn von einem unterdrückten Sklaven zu einem hochgeachteten Mitglied der muslimischen Gemeinschaft. In diesem Seminar wollen wir Bilals Leben vor und nach seiner Konversion zum Islam betrachten und die sozialen und rechtlichen Verhältnisse in den beiden Lebensabschnitten vergleichen. Welche Bedeutung hat Bilāl heute noch für die muslimischen Gemeinschaften insbesondere in Bezug auf Rassismus gegenüber Menschen schwarzer Hautfarbe? Wie viel ist von seinem Beispiel heute noch lebendig?

Datum : 04.04.2025	2 UStd.
Tag : Freitag	
Zeit : 17.00 – 18.30	

**Birsen Ürek**, Geschichte (M.A.)

FR25 77

## Akhlak und Adab – Guter Charakter und Benehmen aus islamischer Perspektive

Guter Charakter und gutes Benehmen gehören im Islam zu einer guten Erziehung. Doch was genau wird darunter verstanden und wie soll eine solche Erziehung funktionieren?

Im Seminar soll die Persönlichkeitsbildung nach islamischen Gesichtspunkten erörtert werden.

Datum : wird bekanntgegeben	8 UStd.
Zeit : 10.00 – 17.00	

**Nadja El-Ammarine**, Dipl. Pädagogin

FR25 78

## Schätze der Weltreligionen

### Ein interreligiöser Oasentag mit allen Sinnen

Die Weltreligionen sind für viele Menschen Kraftquellen im Alltag. An diesem Tag wollen wir uns gemeinsam auf eine Entdeckungsreise zu den Schätzen der Religionen Judentum, Christentum und Islam begeben: Mit allen Sinnen hören, sehen, riechen, schmecken, fühlen, was uns guttut – was anderen guttun kann.

Wir wollen hierbei bewusst inklusive Methoden verwenden. Methoden, die für Erwachsene und Kinder mit und ohne Behinderung und für Menschen aus unterschiedlichen Kulturen geeignet sind.

Unser Ziel ist es, dass Sie am Ende des Tages erholt und inspiriert wieder nach Hause gehen.

**Zielgruppe:** Pädagogische Fachkräfte in Kitas und in der Kindertagespflege, in Grundschulen, OGS, Kinder- und Jugendarbeit, weitere Interessierte

#### Schriftliche Anmeldung bis zum 31. Januar 2025 an:

Britta Köllejan, britta.koellejan@erzbistum-koeln.de, Tel.: 0221-1642-7200

**Kosten:** 15,00 € für die Verpflegung inkl. Getränke und Mittagessen (bitte in Bar mitbringen, Quittungen können ausgestellt werden).

Datum : 11.02.2025	8 UStd.
Tag : Dienstag	
Zeit : 09.30 – 16.00	
Ort : BFmF e.V.	

**Birsen Ürek**, BFmF e.V. Köln

FR25 79

**Polina Kochelaieva**, Synagogengemeinde Köln

**Dorothee Schaper**, Melanchthon-Akademie Köln

**Andreas Lüke und Anna-Maria Fischer**, Behindertenseelsorge und Fachstelle für interreligiösen Dialog im Erzbistum Köln

## Überschuldung – Existenzsicherung

Schulden sind normal – Überschuldung ist ein Problem. Was ist Überschuldung? Überschuldung ist die Nichterfüllung von Zahlungsverpflichtungen, die zu einer ökonomischen und psychosozialen Destabilisierung von Schuldner\*innen führt. Folgen: Depressionen, Ratlosigkeit. In dieser Veranstaltung erfahren Sie, wie Sie bei einer Überschuldung vorgehen und welche Maßnahmen Sie ergreifen können.

**Die Teilnehmendenzahl ist begrenzt.**

**Die Teilnahme ist kostenlos.**

Datum : 13.02.2025	2 UStd.
Tag : Donnerstag	
Zeit : 15.00 – 16.30	

**Sevgi Şentürk,** FR25 80  
 zert. Schuldner- und Verbraucherinsolvenzberaterin

## Fortbildung für Fachkräfte in der sozialen Beratung

Aktuelle Entwicklungen und Informationen rund um SGBII und Sozialleistungen.

**Verbindliche Anmeldung notwendig!**

Datum : 29.01.2025, Mittwoch	3 UStd.
Zeit : 11.30 – 13.45	

**Fatma Su,** FR25 81

*Dipl. Sozialwissenschaften*

Datum : 26.02.2025, Mittwoch	3 UStd.
Zeit : 11.30 – 13.45	

**Fatma Su** FR25 82

Datum : 26.03.2025, Mittwoch	3 UStd.
Zeit : 11.30 – 13.45	

**Fatma Su** FR25 83

Datum : 30.04.2025, Mittwoch	3 UStd.
Zeit : 11.30 – 13.45	

**Fatma Su** FR25 84

Datum : 28.05.2025, Mittwoch	3 UStd.
Zeit : 11.30 – 13.45	

**Fatma Su** FR25 85

Datum : 25.06.2025, Mittwoch	3 UStd.
Zeit : 11.30 – 13.45	

**Fatma Su** FR25 86

Datum : 24.09.2025, Mittwoch	3 UStd.
Zeit : 11.30 – 13.45	

**Fatma Su** FR25 87

Datum : 29.10.2025, Mittwoch	3 UStd.
Zeit : 11.30 – 13.45	

**Fatma Su** FR25 88

Datum : 26.11.2025, Mittwoch	3 UStd.
Zeit : 11.30 – 13.45	

**Fatma Su** FR25 89

# Muslimische Akademie





## Muslimische Akademie

**„Der erste Schritt im Wissen ist zuzuhören,  
dann still und aufmerksam zu sein,  
es dann zu bewahren,  
es dann in die Tat umzusetzen und  
es dann zu verbreiten.“**

*Sufyan ibn Uyaynah (725-815 n.Chr.)*



Wir bitten bei allen Kursen um  
vorherige Anmeldung (per [linktr.ee](http://linktr.ee),  
telefonisch oder per E-Mail).

## Muslimische Akademie

### Liebe Leserinnen, liebe Leser!

als Leitung der Muslimischen Akademie ist es mir eine Freude, Ihnen unser diesjähriges Programm vorzustellen.

In der Akademie schaffen wir (jungen) muslimischen Erwachsenen Räume für Begegnungen, fachlichen Austausch, Vernetzung und Weiterbildung. Ausgerichtet auf die Bedarfe unserer Teilnehmer:innen bieten wir zu aktuellen Themen aus den Bereichen Kultur, Religion, Sprache, Identität, Politik, Umwelt oder Gesundheit Vorträge, Kurse oder Workshops an.

Als offene und unabhängige Plattform ist es uns ein besonderes Anliegen, der Vielfalt und den Herausforderungen muslimischen Lebens in Deutschland gerecht zu werden. Ob Sie sich nun künstlerisch kreativ ausprobieren, über theologische Konzepte diskutieren, sich über medizinische Fragenstellungen aufklären oder aktuelle gesellschaftspolitische Themen kritisch reflektieren möchten – die Akademie bietet mit Unterstützung von ausgewählten Fachreferent:innen ein facettenreiches Bildungsprogramm für alle.

Ich wünsche Ihnen viel Spaß beim Durchstöbern unseres Angebots und freue mich auf interessante Begegnungen in den Veranstaltungen!

**Amena Afzali**

*Leiterin „Muslimische Akademie“*



## Muslimische Akademie

### Deutsche Sprache

Allgemeine Integrationskurse für Männer und Frauen	28
Orientierungskurse	30
Test „Leben in Deutschland“ (LID - Test zur Einbürgerung)	32
Deutschtest für Zuwanderer DTZ Niveau A2/B1	33
Berufsbezogene Deutschkurse gem. §7 Abs.2 DeuFöV	34

### Schulabschluss

Grundbildung mit Erwerbserfahrung HSA Kl. 10	130
--	-----

### Bildung

Glaube als Machtinstrument: Auswirkungen, Überwindung und Verhindern von spirituellem Missbrauch.	132
Die muslimische Frau in Führungspositionen	134
Licht ins Dunkel - Suizid im muslimischen Umfeld verstehen & ansprechen	135
Stipendien für Schüler:innen und Studierende	136
Ehe mit Nichtmuslim:innen	136
Einführung in die Begriffsgeschichte der Umma	137

### Gesellschaft

Soulfood – create & connect	138
„Cine-BFmF“ – Gemeinsam schauen und diskutieren	139

### Workshops

Acrylmalerei-Workshop: Islamische Architektur auf Leinwand	140
Einblick in die Kunsttherapie Was ist Kunsttherapie?	141
Fotografie-Workshop für Anfänger - Grundlagen der Bildkomposition	142
Bewerbsworkshops	143

### Fortbildungen für Lehrkräfte

„KI im DaF-Unterricht“	144
Nützliche Tools für einen erfolgreichen Unterricht	144
KI-Tools für Alphakurse / A1-Niveau	144
Interreligiöse und interkulturelle Kompetenzen in der pädagogischen Arbeit mit Migrant:innen – Schwerpunkt: Islam und muslimisches Leben	145
Erfolgreich Projektanträge stellen	146
Workshop für Schuldnerberatung	140

### Gesundheit

Resilienz verstehen und nutzen: Deine Schlüsselkompetenz für Krisen und Stress	148
Wege aus der Angstspirale – Panikattacken verstehen und bewältigen	149
Tabak Umweltbildungen rauchfreie Zukunft	150
Fokus: Ich. Wertschätzung und Anerkennung	150
Bewegung für & mit Frauen	151

### Sprachen

Koreanisch für Fortgeschrittene A1.2	152
MiA-Kurse – Gesprächskreise für Frauen	153

### Finanzen

Energiesparberatung	154
Schuldenfalle – Kredit/Bürgschaft	156

### Thementage

Internationaler Tag der Muttersprache	157
Tag gegen antimuslimischen Rassismus	158
Internationaler Tag zur Bekämpfung der Armut	159
Internationaler Tag der Migranten	159

## Grundbildung mit Erwerbserfahrung Hauptschulabschluss Klasse 10



Einige Teilnehmerinnen unserer Hauptschulklasse 10 (2023/2024)

### Intensivkurs für Frauen

An diesem Kurs können Frauen im Alter von 18 bis 50 Jahren teilnehmen, die in Deutschland oder in ihren Herkunftsländern schon zur Schule gegangen sind, aber aus unterschiedlichen Gründen keinen Schulabschluss der Klasse 10 erlangen konnten.

In kleinen Gruppen bereiten wir die Teilnehmerinnen intensiv, die individuellen Lernvoraussetzungen berücksichtigend, auf die Hauptschulabschlussprüfung Klasse 10 vor, die extern über die Bezirksregierung Köln im Rahmen der zentralen Prüfungen abgelegt wird.

Unterrichtsfächer sind Deutsch, Mathematik, Englisch (oder Herkunftssprache), Biologie, Politik/Geschichte, EDV und Berufskunde. Die prüfungsrelevanten Inhalte werden intensiv und übersichtlich strukturiert erarbeitet.

Der Kurs wird aus Mitteln des Landes NRW und des Europäischen Sozialfonds gefördert und ist daher für die Teilnehmerinnen kostenlos.

### Voraussetzungen

- Zertifikat B1
- Motivation

### Kursdauer

21.08.2024 – 11.07.2025 (laufender Kurs)  
27.08.2025 – 17.07.2026 (neuer Kurs)

### Unterrichtszeiten

Mo. – Fr.: 09.00 – 14.00 Uhr  
(ca. 1248 UStd.)

Sollten Sie Interesse an diesem Kurs haben, sprechen Sie uns gerne an. Anmeldungen sind ab März 2025 möglich.

### Ansprechpartnerinnen

Dr. Gülcan Özcan / Birsan Ürek (M.A.)  
[hsa@bfmf-koeln.de](mailto:hsa@bfmf-koeln.de)

MAK25 12

Mit finanzieller Unterstützung des Landes Nordrhein-Westfalen und der Europäischen Union



Kofinanziert von der  
Europäischen Union

Ministerium für Arbeit,  
Gesundheit und Soziales  
des Landes Nordrhein-Westfalen



## Bildung

### Glaube als Machtinstrument: Auswirkungen, Überwindung und Verhindern von spirituellem Missbrauch

Spirituellem Missbrauch kann unterschiedliche Formen annehmen und beschränkt sich nicht auf eine bestimmte Religionsgemeinschaft. Das Phänomen betrifft religiöse Gemeinschaften, Gläubige und Gesellschaft gleichermaßen. Doch was genau bedeutet „Spirituellem Missbrauch“, was macht ihn „spirituell“ und welche spezifischen Auswirkungen sind mit ihm verbunden?

In diesem Seminar widmen wir uns diesem vielschichtigen und oft tabuisierten Phänomen aus muslimischer Perspektive unter folgenden Gesichtspunkten:

- 1. Definition und Erkennung: Was versteht man unter spirituellem Missbrauch? Welche Dynamiken gibt es, und wie kann man diese erkennen?
- 2. Missbrauch spiritueller Macht und davon Betroffene: Gibt es Merkmale und Anzeichen?
- 3. Strukturen: Welche religiösen und organisatorischen Rahmenbedingungen fördern oder verhindern den Missbrauch geistlicher Autorität?
- 4. Theologische Perspektiven: Welche Haltungen, Überzeugungen und Sprache begünstigen Missbrauch? Welche Wege führen aus missbräuchlichen Beziehungen und Strukturen?

- 5. Spezifische begünstigende Faktoren in muslimischen Kontexten: Wie zeigt sich spiritueller Missbrauch in muslimischen Institutionen und Strukturen in Deutschland?
- 6. Prävention und Konsequenzen: Welche Verantwortung tragen Moscheen, Theolog:innen, Wissensuchende, Sozialarbeiter:innen und Seelsorger:innen?  
Wie können Gemeinden und Betroffene präventiv handeln und spirituelle Gemeinschaften zu sicheren Orten für alle gemacht werden?
- 7. Unterstützung für Betroffene: Welche Hilfsangebote gibt es, wie können Betroffene gestärkt und unterstützt werden?

Zur Referentin: Dr. Kathrin Klausing ist Islamwissenschaftlerin und lehrt am Institut für Islamische Theologie der Universität Osnabrück.

Ihre Forschungen und Expertisen umfassen u.a. die Koranexegese (Tafsir), muslimische Perspektiven auf Feminismus und Geschlechtergerechtigkeit, sowie muslimische Seelsorge und soziale Arbeit.

Datum	: 13.02.2025	4 UStd.
Tag	: Donnerstag	
Zeit	: 17.30 – 20.45	

**Dr. Kathrin Klausing,**  
Islamwissenschaftlerin

MAK25 13

### Die muslimische Frau in Führungspositionen

Dürfen Frauen nach islamischem Recht Führungspositionen übernehmen?

Kann eine Frau z.B. Staatspräsidentin oder Richterin sein?

Gab es in der islamischen Geschichte Prophetinnen?

Und hat Allah nur den muslimischen Mann als Khalifa (Sachwalter) auf Erden oder als Imam eingesetzt?



In diesem interaktiven Vortrag gehen wir diesen spannenden Fragen auf den Grund. Gemeinsam betrachten wir unterschiedliche Meinungen und Argumente, die im islamischen Recht vertreten werden, und vergleichen sie mit Beispielen aus dem Koran und der Sunna.

Datum : 10.04.2025	2 UStd.
Tag : Donnerstag	
Zeit : 18.00 – 19.30	

**Dr. Menekşe Çitak**, Rechtswissenschaftlerin

MAK25 14

### Licht ins Dunkel - Suizid im muslimischen Umfeld verstehen & ansprechen

Jedes Jahr sterben in Deutschland über 10.000 Menschen durch Suizid – jeder 100. Todesfall in Deutschland ist damit ein Suizid. Insbesondere in religiösen Gemeinschaften wie der muslimischen bleibt das Thema oft ein Tabu, obwohl offenes Reden essenziell ist, um Betroffenen zu helfen und Angehörige zu unterstützen. In diesem Seminar wird das Phänomen Suizidalität aus psychologischer und religiöser Perspektive beleuchtet. Im Fokus stehen die psychologischen Ursachen von Suizidalität wie Gefühle der Ausweglosigkeit, schwere Erkrankungen oder belastende Lebensumstände. Auch der Umgang mit den Angehörigen, die oft mit Schuldgefühlen und Verzweiflung zurückbleiben, wird thematisiert. Darüber hinaus werden die theologischen Meinungen zum Suizid vorgestellt. Der Einfluss der Religion wird diskutiert – sowohl als potenzielle Ressource der Kraft als auch als mögliche Quelle von Konflikten, wenn religiöse Gebote wie das Verbot des Suizids zu Schuld und Schweigen führen. Es gilt, das Missverständnis aufzulösen, Suizidalität sei automatisch ein Zeichen schwachen Glaubens. Vielmehr sind offenes, einfühlsames Sprechen und ein differenziertes Verständnis von psychologischen und theologischen Aspekten der Schlüssel, um Suizidprävention effektiv zu gestalten. Ziel ist es, Vorurteile abzubauen, Betroffene besser zu verstehen und praktische Ansätze für Unterstützung und Prävention zu entwickeln, um gemeinsam einen Beitrag zu einer aufgeklärteren und mitfühlenderen Gesellschaft zu leisten.

Datum : 22.05.2025	2 UStd.
Tag : Donnerstag	
Zeit : 19.00 – 20.30	

**Nadja El Ammarine**,

Dipl. Pädagogin und systemische Familientherapeutin

MAK25 15

### Stipendien für Schüler:innen und Studierende

Das Seminar stellt verschiedene Stipendien für Schüler:innen und Studierende vor. Welche Voraussetzung bestehen? Wie läuft der Bewerbungsprozess? Welche Vorteile hat man hierdurch? Welche Angebote gibt es insbesondere für Schüler:innen und Studierende mit Migrationsbiografie oder muslimischen Glaubens? All diese und weitere Fragen werden in dem Seminar beantwortet.

Datum : 15.04.2025	2 UStd.
Tag : Dienstag	
Zeit : 18.00 – 19.30	

**Kauthar Abdo**, Soziale Arbeit (M.A.)

MAk25 16

### Ehe mit Nichtmuslim:innen

Ist eine Ehe zwischen Muslimen und Nichtmuslimen nach islamischem Recht erlaubt? Darf eine muslimische Frau einen Christen, Juden oder Atheisten heiraten? Und wie sieht es bei einem muslimischen Mann aus – darf er auch eine Atheistin heiraten?

In diesem Vortrag beleuchten wir die verschiedenen Positionen, die im islamischen Recht vertreten werden.

Außerdem werfen wir einen Blick auf die islamrechtliche Bewertung standesamtlicher Eheschließungen zwischen Andersgläubigen.

Datum : 11.09.2025	2 UStd.
Tag : Donnerstag	
Zeit : 18.00 – 19.30	

**Dr. Menekşe Çitak**, Rechtswissenschaftlerin

MAk25 17

### Einführung in die Begriffsgeschichte der Umma

In einer globalisierten, aber gleichzeitig fragmentierten Welt hat sich der Begriff der Umma zu einem zentralen Konzept entwickelt, das in verschiedenen politischen und sozialen Kontexten verwendet wird. Allerdings ist die Bedeutung der Umma heute oft unscharf und mehrdeutig. Was genau wird unter Umma verstanden, wenn sie in unterschiedlichen Zusammenhängen zur Sprache kommt? Wer fühlt sich durch den Begriff angesprochen und in welchem sozialen oder politischen Rahmen operiert das Umma - Konzept?

Dieses Seminar bietet einen kompakten Überblick über die historische Entwicklung des Begriffs Umma – beginnend mit seiner Bedeutung im Koran und seiner Interpretation in der klassischen islamisch politischen Theorie. Dabei wird der Begriff der Umma nicht nur als religiöses Konzept, sondern auch als sozialer und politischer Bezugspunkt untersucht.

Datum : 21.10.2025	2 UStd.
Tag : Dienstag	
Zeit : 18.00 – 19.30	

**Nagat Emara**,

Islamwissenschaftlerin (M.A.)

MAk25 18

### Gesellschaft

## Soulfood – create & connect



„Soulfood – create and connect“ unter dem Motto „Let your soul shine“ ist ein Empowerment Angebot für junge Frauen. In dem offenen Gesprächskreis treffen sich monatlich junge Frauen in einem geschützten Raum, um gemeinsam kreativ sein zu können und sich über relevante Themen im soziologischen, politischen und sozialpsychologischen Bereich wie Rassismus, Interkulturalität, Prävention sexualisierter Gewalt, digitale Gewalt, die Rolle der Frau, Selbstliebe, Body Positivity, kreatives Schreiben uvm. auszutauschen.

Datum : ab 31.01.2025 je 4 UStd.

Tag : jeden letzten Freitag im Monat

Zeit : 16.30 – 19.45

**Iman El Achmaoui,**  
Sozialwissenschaftlerin

MAk25 19

### „Cine-BFmF“

## Gemeinsam schauen und diskutieren



In dieser Reihe wollen wir Filme zu verschiedenen gesellschaftlichen, interkulturellen sowie interreligiösen Themen anschauen und sie im Anschluss gemeinsam diskutieren.

Nur für Frauen

Datum : 03.02./05.05./01.09./03.11.2025 je 3 UStd.

Tag : montags

Zeit : 18.30 – 20.45

**Rukiye Güler**

MAk25 20

## Workshops

### Acrylmalerei-Workshop: Islamische Architektur auf Leinwand

Hast du bereits Leinwände mit Acrylfarben gestaltet oder wolltest du schon immer dein eigenes Bild für dein Zuhause oder zum Verschenken erstellen? Dann ist dieser Workshop etwas für dich! In diesem Workshop ist jede willkommen - ob Anfängerin oder bereits leidenschaftliche Malerin.



© Mira mina ART

Du erhältst einen Einblick in die theoretischen Grundlagen, Techniken und Stile der Acrylmalerei. Angeleitet durch die Künstlerin Mira mina ART erstellst du mithilfe von Vorlagen in kreativer und entspannter Atmosphäre dein eigenes Kunstwerk. Du hast die Wahl, dich zwischen den drei Motiven „Mekka“, „Medina“ und „Al Quds - Felsendom“ zu entscheiden und deine Wunschmoschee zu gestalten. Lass deiner Kreativität freien Lauf und erstelle dein eigenes Unikat.

Vorkenntnisse sind nicht notwendig.

Materialien werden gestellt.

Wir freuen uns auf einen kreativen Tag mit dir!

**Teilnehmendenzahl: max. 16 Personen.**

Datum : 15.02.2025	7 UStd.
Tag : Samstag	
Zeit : 10.00 – 16.00	
Kosten : 45 €	

**Mira mina ART,**  
Künstlerin

MAk25 21

### Einblick in die Kunsttherapie Was ist Kunsttherapie?

Kunsttherapie kann helfen, sich selbst besser zu verstehen und neue Perspektiven zu entdecken. Nach einer kurzen Einführung in die Grundlagen der Kunsttherapie haben die Teilnehmenden die Möglichkeit, dies praktisch zu erleben.

Der Kurs kombiniert einen kurzen theoretischen Input mit einem umfangreichen praktischen Teil. Dabei werden zwei bis vier verschiedene Methoden vorgestellt und angewendet. Die Übungen finden sowohl in Einzel- als auch in Gruppenarbeit statt. Die bereitgestellten Materialien fördern die kreative Entfaltung.

Viele Menschen tragen ungelöste Probleme mit sich, die verdrängt oder vergessen werden und dennoch die Seele belasten. Kunsttherapie schafft Raum, um solche Belastungen zu verarbeiten und neue Wege aus schwierigen Situationen zu finden.

Auf den Punkt gebracht: Kunsttherapie bietet für jeden eine individuelle Möglichkeit, sich künstlerisch auszudrücken und innerlich weiterzukommen!

Voraussetzung:

- Offenheit und Freude zur Selbstbegegnung
- kreativ-künstlerisches Wissen ist keine Bedingung!

**Teilnehmendenzahl: max. 12 Personen.**

Datum : 11.04.2025	5 UStd.
Tag : Freitag	
Zeit : 15.00 – 19.00	
Kosten : 30 €	

**Nagihan Güngör,**  
Kunsttherapeutin

MAK25 22



### Fotografie-Workshop für Anfänger - Grundlagen der Bildkomposition

In diesem Workshop lernst du die Grundlagen der Bildkomposition und wie du deine Fotos kreativer und aussagekräftiger gestalten kannst. Der Workshop beginnt mit einer kurzen Einführung in die wichtigsten Kompositionsregeln, wie den Goldenen Schnitt, die Drittelregel und das gezielte Arbeiten mit Linien und Perspektiven.

Anschließend setzen wir die Theorie in die Praxis um: Gemeinsam gehen wir nach draußen und wenden das Gelernte in einer Reihe von Übungen an. Du wirst lernen, wie du das Motiv interessant im Bild platzierst, den Hintergrund harmonisch einbeziehst und Licht gezielt nutzt, um Stimmungen zu schaffen.

Der Workshop endet mit einer Feedback-Runde, in der du deine Fotos zeigen und Feedback sowie Tipps zur weiteren Verbesserung erhalten kannst. Ganz egal, ob du mit einer Spiegelreflexkamera oder dem Smartphone fotografierst – dieser Workshop bietet dir den Einstieg in eine bessere Bildgestaltung und mehr Kreativität in der Fotografie.

**Teilnehmendenzahl: max. 10 Personen.**

Datum : 05.09.2025	4 UStd.
Tag : Freitag	
Zeit : 17.00 – 20.15	
Kosten : 20 €	

**Heba Elias-Ben Fradj,**  
Fotografin

MAk25 23

### Bewerbungsworkshops

Die Erwerbslosenberatungsstelle EBS führt eine Workshop-Reihe zum Thema Bewerbung durch. Anhand von kurzen Vorträgen und kleinen praktischen Übungen sollen die Teilnehmenden lernen, worauf es beim Bewerbungsverfahren ankommt.

Gelernt wird in kleinen Gruppen zu max. 10 Teilnehmenden. Die Teilnehmenden der Bewerbungsworkshops können zu dem einen Fototermin für ein professionelles Bewerbungsfoto im BFmF e.V. wahrnehmen.

Ort: PC-Raum des BFmF – 3. OG Raum 316-318

Modul 1 - Lebenslauf und Anschreiben  
Modul 2 - Stellenrecherche und Online-Bewerbung  
Modul 3 - Vorstellungsgespräche

Datum : 11.04.2025/09.05.2025/23.05.2025	je 3 UStd.
Tag : freitags	
Zeit : 10.00 – 12.15	

**Nadja Schramm**

MAk25 24

Datum : 05.09.2025/26.09.2025/10.10.2025	je 3 UStd.
Tag : freitags	
Zeit : 10.00 – 12.15	

**Nadja Schramm**

MAk25 25

### Fortbildung für Lehrkräfte

#### „KI im DaF-Unterricht“

#### Nützliche Tools für einen erfolgreichen Unterricht

Lernen Sie praxiserprobte KI-Anwendungen kennen und integrieren Sie diese in Ihren DaF-Unterricht.

Es werden verschiedene Tools vorgestellt und gemeinsam ausprobiert. (Mitnahme von einem Laptop wird empfohlen)

Datum : 21.02.2025	4 UStd.
Tag : Freitag	
Zeit : 13.00 – 16.15	
Kosten : 40 €	

**Sema Sevil,**

*Islamwissenschaften (M.A.)/EZW*

MAk25 26

#### KI-Tools für Alphakurse / A1-Niveau

Verschaffen Sie sich einen Überblick über verschiedene KI-Tools im Bildungsbereich und optimieren Sie Ihre Unterrichtsvorbereitung durch den Einsatz von KI-Unterstützung

Datum : 26.09.2025	4 UStd.
Tag : Freitag	
Zeit : 13.00 – 16.15	
Kosten : 40 €	

**Svetlana Drobinskaya,**

*Dipl. Pädagogin*

MAk25 27

### Fortbildung für Multiplikator:innen Interreligiöse und interkulturelle Kompetenzen in der pädagogischen Arbeit mit Migrant:innen – Schwerpunkt: Islam und muslimisches Leben

In dieser Fortbildung werden folgende drei Themengebiete erarbeitet:

1. Glaubensgrundlagen Islam

Wie ist das Gottes- und Menschenbild im Islam? Wie sieht die Glaubenspraxis aus?

2. Geschichte des Islam:

Wann und wie entstand der Islam? Welche Entwicklungen ereigneten sich im Laufe der islamischen Geschichte. Welche Glaubensströmungen gibt es unter den Muslim:innen und was unterscheidet sie? (Sunniten, Schiiten, Aleviten, ...)

3. Muslimische Frau in Deutschland:

Die Stellung der Frau im Islam ist ein häufig diskutiertes Thema auch hierzulande und zwar nicht nur unter Christ:innen sondern auch unter Muslim:innen. Sie haben die Möglichkeit mit einer Muslima ins Gespräch zu kommen und die Stellung der muslimischen Frau in der Religion und Praxis zu erfahren.

Datum : 08.04./06.05./03.06.2025	je 3 UStd.
Tag : dienstags	
Zeit : 17.00 – 19.15	

**Birsen Ürek,** *Historikerin*

**Hanım Ezder,** *Islamwissenschaftlerin und Pädagogin*

MAk25 28

### Erfolgreich Projektanträge stellen

Die Fördermittelakquise stellt für Non-Profit-Organisationen oft eine große Herausforderung dar. Gut konzipierte Projekte können aufgrund fehlender finanzieller Mittel leider nicht durchgeführt werden.

Das Ziel des Seminars ist es hauptamtliche sowie ehrenamtliche Mitarbeiter:innen von gemeinnützigen Migrant:innenorganisationen in der Projektarbeit zu schulen.

#### Seminarinhalte:

- Projektentwicklung
- Projektbeantragung
- Finanzierung
- Projektmanagement
- Projektzeitrahmen
- Projektende etc.

Datum : wird bekanntgegeben 6 UStd.

Tag : Dienstag

Zeit : 15.00 – 19.45

Kosten : 15 €

**Nilgün Filiz,**

Soziale Arbeit/Sozialmanagement (M.A.)/Mediatorin

MAK25 29

### Workshop Schuldnerberatung

#### Folgende Themen werden behandelt:

- Kurze Einführung in die Schuldnerberatung
- Existenzsicherung / Krisenintervention
- Zahlungsverzug / Mahnung
- Pfändung/Pfändungs- und Überweisungsbeschluss
- Zwangsvollstreckung / Gerichtsvollzieher
- Vermögensauskunft
- Schuldenregulierung

Das Angebot richtet sich an Multiplikator:innen, die in der sozialen Arbeit mit überschuldeten Menschen zusammenarbeiten.

Anmeldung: [schuldnerberatung@bmf-koeln.de](mailto:schuldnerberatung@bmf-koeln.de)

Datum : 11.04.2025 7 UStd.

Tag : Freitag

Zeit : 10.00 – 16.00

Kosten : 90 € inkl. Mittagessen

**Sevgi Şentürk,** Dipl. Ökonomin

zert. Schuldner- und Verbraucherinsolvenzberaterin

MAK25 30

Datum : 17.10.2025 7 UStd.

Tag : Freitag

Zeit : 10.00 – 16.00

Kosten : 90 € inkl. Mittagessen

**Sevgi Şentürk,** Dipl. Ökonomin

zert. Schuldner- und Verbraucherinsolvenzberaterin

MAK25 31

## Gesundheit

### Resilienz verstehen und nutzen: Deine Schlüsselkompetenz für Krisen und Stress

In einer Welt, die von schnellem und ständigem Wandel und Herausforderungen geprägt ist, wird die Fähigkeit, mit stressigen Situationen und Krisen konstruktiv umzugehen, immer wichtiger. Resilienz beschreibt deine innere, psychische Widerstandskraft. Also Fähigkeiten, Eigenschaften und Ressourcen, die dir helfen trotz schwieriger Lebensumstände wieder aufzustehen und gestärkt aus Krisen hervorzugehen. Das Seminar vermittelt praxisorientiertes Wissen und effektive Strategien, um die eigene Resilienz zu stärken und besser mit Belastungen im beruflichen und privaten Alltag umzugehen.

Datum : 21.02.2025	2 UStd.
Tag : Freitag	
Zeit : 17.30 – 19.00	

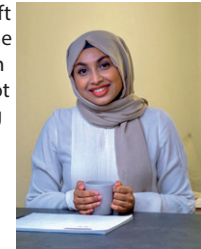
**Sultan Kulak,**  
Fachärztin für Psychiatrie und Psychotherapie

MAk25 32

### Wege aus der Angstspirale - Panikattacken verstehen und bewältigen

Panikattacken sind ein intensives und oft überwältigendes Erlebnis, das Betroffene plötzlich aus dem Alltag reißt. Sie gehen mit Symptomen wie Herzrasen, Atemnot oder Schwindel einher und lösen häufig die Angst aus, die Kontrolle zu verlieren oder sogar eine ernsthafte Bedrohung für die eigene Gesundheit zu erleben. Solche Erfahrungen sind belastend und schränken den Alltag der Betroffenen stark ein. Doch mit dem richtigen Wissen und passenden Strategien lassen sich Panikattacken bewältigen.

In diesem Workshop erfährst du, was Panikattacken sind und welche biologischen und psychologischen Ursachen es gibt. Psychologin und Psychotherapeutin Urooba Aslam wird kurzfristige und langfristige Bewältigungsstrategien zeigen, um besser mit Panikattacken und Ängsten umzugehen. Sie wird auch darauf eingehen, ab wann man Panikattacken und Ängste unter einer psychischen Erkrankung einordnen kann. Der Workshop wird interaktiv, praxisnah und es wird Zeit für individuelle Fragen geben.



© Urooba Aslam

Datum : 30.04.2025	3 UStd.
Tag : Mittwoch	
Zeit : 17.30 – 20.00	

**Urooba Aslam,**  
Psychologin und Psychotherapeutin

MAk25 33

### Tabak Umweltbildung - rauchfreie Zukunft

Der Workshop „Tabak Bewusstsein“ bietet den Teilnehmer:innen Gelegenheit, sich mit Bildung in nachhaltiger Entwicklung über die Auswirkungen von Tabakanbau und Tabakindustrie auf Mensch und Umwelt zu informieren und mehr Bewusstsein für eine rauchfreiere Zukunft zu schaffen.

Datum : 26.02.2025	2 UStd.
Tag : Mittwoch	
Zeit : 18.00 – 19.30	

**Katerina Daifoti und Jacob Gondwe-Köttner,** MAk25 34  
*Tobacco Awareness Ambassadors*

### Fokus: Ich. Wertschätzung und Anerkennung

Wie oft kommt es vor, dass du Ja sagst und in Wirklichkeit Nein sagen möchtest?

Wie oft überschreitest du deine eigenen Grenzen, um die der anderen zu achten?

Gemeinsam schauen wir, wie du dich mehr schätzen und achten kannst. Denn du bist wichtig.

Datum : 04.12.2025	2 UStd.
Tag : Donnerstag	
Zeit : 17.00 – 18.30	

**Tuğba Koç,** MAk25 35  
*Systemische Einzel-, Paar- und Familienberaterin*

### Bewegung für & mit Frauen

In diesem Kurs werden Bewegungselemente aus verschiedenen Sportarten genutzt:  
u.a Aufwärmung, Dehnübungen, Muskelaufbau, BOP, Capoeira, Zumba.  
Einstieg jederzeit möglich.  
Kostenlos: 1 x Probetraining



Datum : 13.01. – 17.02.2025, montags	14 UStd.
Zeit : wird bekanntgegeben	
Kosten : 35 €	

**Saliha Taş** MAk25 36

Datum : 07.04. – 07.07.2025, montags	24 UStd.
Zeit : wird bekanntgegeben	
Kosten : 60 €	

**Saliha Taş** MAk25 37

Datum : 01.09. – 15.12.2025, montags	32 UStd.
Zeit : wird bekanntgegeben	
Kosten : 80 €	

**Saliha Taş** MAk25 38

## Sprachen



### Koreanisch für Fortgeschrittene A1.2

„Annyeonghaseyo!“ sagt man zur Begrüßung in Korea. Über 80 Millionen Menschen weltweit sprechen Koreanisch. Das Interesse an Land und Sprache ist in den letzten Jahren vor allem durch koreanische Filme und Anime, K - Pop und koreanische Küche stark gestiegen.

Dieser Kurs ist für Fortgeschrittene, die Koreanisch (A1.2 Niveau) erlernen möchten.

Der Unterricht findet online über Zoom statt. Zur Teilnahme an dem Online-Kurs benötigen Sie eine stabile Internetverbindung und ein Endgerät mit Mikrofon und Kamera. Ein Headset ist empfehlenswert.

Zum Kursabschluss erhalten Sie eine Teilnahmebescheinigung. Mindestens 8, maximal 12 TN.

Datum : 03.02. – 07.07.2025	30 UStd.
Tag : montags	
Zeit : 18.00 – 19.30	
Kosten : 80 € / 15 Termine	

**Irang Shin,**  
Lehrbeauftragte für Koreanisch an der RUB

MAK25 39

## MiA-Kurse - Gesprächskreise für Frauen

MiA bedeutet „Migrantinnen einfach stark im Alltag“.

In diesem Kursangebot können sich Frauen gegenseitig stärken. Sie machen sich Mut, lernen dazu und erfahren viel Neues. Sie sprechen über Themen, die für sie wichtig sind. Die Kursgruppe besteht nur aus Frauen. Auch die Kursleiterin ist eine Frau. Ein Kurs dauert 34 Stunden, verteilt über mehrere Wochen oder Monate.

Ob Sie an einem MiA-Kurs teilnehmen können, erfahren Sie in einem Gespräch. Fragen Sie bitte einfach nach, wir helfen Ihnen gerne weiter!

Dieser Kurs wird vom Bundesamt für Migration und Flüchtlinge gefördert und ist für die Teilnehmerinnen kostenlos.

Datum : 03.02. – 02.06.2025	51 UStd.
Tag : montags	
Zeit : 12.30 – 14.45	

**Emine Söyleyenoglu**

MAK25 40

Datum : 27.08. – 17.12.2025	51 UStd.
Tag : mittwochs	
Zeit : 12.30 – 14.45	

**Eman Jami-Hassen**

MAK25 41

Datum : 28.08. – 18.12.2025	51 UStd.
Tag : donnerstags	
Zeit : 12.30 – 14.45	

**Assia Daoudi**

MAK25 42

## Finanzen

### Energiesparberatung

Wenn Familien die Rechnungen für Strom und Gas nicht mehr bezahlen können, ist es wichtig, sich rechtzeitig Hilfe und Beratung zu holen. Unsere Schuldnerberatungsstelle bietet kompetente und kostenlose Beratung an.

#### Themen:

Wie kann ich Heizkosten & Warmwasser sparen?

Wie kann ich Strom sparen?

#### Spartipps Strom, Wärme und Lebenshaltungskosten

Für die Menschen wird das Leben immer teurer. Strom, Gas, Lebensmittel - überall müssen Verbraucherinnen und Verbraucher mehr zahlen. Oft genügen schon kleine Anpassungen, um die stark gestiegenen Kosten zu mindern.

Wo kann gespart werden? Welche Tipps bringen wirklich etwas? In unseren Veranstaltungen geben wir Ihnen Spartipps für Ihren Alltag mit.

**Die Teilnehmendenzahl ist begrenzt.**

**Die Teilnahme ist kostenlos.**



Datum : 23.01.2025, Donnerstag 2 UStd.

Zeit : 15.00 – 16.30

MAK25 43

Datum : 05.03.2025, Mittwoch 2 UStd.

Zeit : 15.00 – 16.30

MAK25 44

Datum : 24.04.2025, Donnerstag 2 UStd.

Zeit : 15.00 – 16.30

MAK25 45

Datum : 04.06.2025, Mittwoch 2 UStd.

Zeit : 15.00 – 16.30

MAK25 46

Datum : 03.09.2025, Mittwoch 2 UStd.

Zeit : 15.00 – 16.30

MAK25 47

Datum : 23.10.2025, Donnerstag 2 UStd.

Zeit : 15.00 – 16.30

MAK25 48

Datum : 04.12.2025, Donnerstag 2 UStd.

Zeit : 15.00 – 16.30

MAK25 49

**Sevgi Şentürk,**

zert. Schuldner- und Verbraucherinsolvenzberaterin

## Schuldenfalle - Kredit/Bürgschaft

Aus unserem Beratungsalltag der Schuldner- und Verbraucherinsolvenzberatungsstelle kennen wir, dass Menschen den Lockangeboten unseriöser Kreditvermittler in die Falle laufen.

Wie Sie sich vor Fehlentscheidungen und Betrug durch unseriöse Kreditvermittler schützen können, erfahren Sie in dieser Veranstaltung.

**Die Teilnehmendenzahl ist begrenzt.**

**Die Teilnahme ist kostenlos.**

Datum : 11.09.2025	2 UStd.
Tag : Donnerstag	
Zeit : 15.00 – 16.30	

**Sevgi Şentürk**, Dipl. Ökonomin  
zert. Schuldner- und Verbraucherinsolvenzberaterin

MAk25 50



## Thementage

An unseren Thementagen steht jeweils eine aktuelle Fragestellung im Fokus.

Die Themen werden mit Vorträgen, Ausstellungen, Mitmachaktionen sowie praktischen Anregungen präsentiert.

## Internationaler Tag der Muttersprache

mother tongue native language emakeel äidinkieli  
 anadili langue maternelle μητρική γλώσσα (mitriki glossa)  
 lingua materna, lingua madre מִלִּשְׁתָּה מְאֵמֶרֶת (mame-loshen)  
 母語 (ぼご, bogo) 母國語 (ぼこくご, bokokugo)  
 zimanê dayik sermo patrius, (al lughat al ummi) اللغة الأم  
 lingua materna nona jem moedertaal język ojczysty  
 Mutterspracherодной язык (rodnój jasyk) modersmål  
 lingua materna anyanyelv

Kulturelle und sprachliche Vielfalt ist Realität in Deutschland und auch im BFmF e.V. Dies möchten wir feiern!

Wir möchten auf Sprache(n) als das Verbindende aufmerksam machen und ihre Schönheit und Fülle durch Ausstellungen und Social-Media-Aktionen zeigen.

Seien Sie dabei und machen Sie mit!

Datum : 21.02.2025	3 UStd.
Tag : Freitag	
Zeit : 10.00 – 12.15	

**Sema Sevil**,  
Islamwissenschaften (M.A.)/EZW

MAk25 51



### 1. Juli: Tag gegen antimuslimischen Rassismus

Das BFmF ist ein Teil der Allianz gegen Islam- und Muslimfeindlichkeit CLAIM.

Islam- und Muslimfeindlichkeit, die sich zunehmend in gewalttätigen Übergriffen äußern, sind eine große Gefahr für unsere Gesellschaft und die Demokratie insgesamt. Darauf machen wir am 1. Juli aufmerksam.

Den Tag gegen antimuslimischen Rassismus nutzen wir, um das Bewusstsein dafür zu schärfen.

**Ansprechpartnerin**  
Fatma Su

MAK25 52



### Internationaler Tag zur Bekämpfung der Armut

Wie lange muss ein Mensch für ein Brot arbeiten?

Oder: Wie viele Menschen auf der Welt können es sich überhaupt leisten, täglich eine Mahlzeit zu sich zu nehmen?

Wie viele Menschen sind weltweit von Armut betroffen?

Wer ist schuld daran?

Vor allem: Was können wir dagegen eigentlich tun?

Wenn Sie an Fragestellungen wie diesen interessiert sind, sind Sie herzlich eingeladen bei unseren Aktionen mitzuwirken!

Datum : 17.10.2025 3 UStd.

Tag : Freitag

Zeit : 14.00 – 16.15

*Fatma Su, Dipl. Sozialwissenschaften*

MAK25 53

### Internationaler Tag der Migranten

Migration ist so alt wie die Menschheit. Dennoch werden Menschen, die ihre Heimat wegen Krieg, Katastrophen oder aus anderen Gründen verlassen (müssen), häufig kritisch betrachtet. An diesem Thementag möchten wir mit verschiedenen Aktionen auf die Lebenssituation von Migrant:innen in Deutschland aufmerksam machen.

Datum : 18.12.2025 3 UStd.

Tag : Donnerstag

Zeit : 10.00 – 12.15

*Sema Sevil,*  
*Islamwissenschaften (M.A.)/EZW*

MAK25 54



**B**ildung  
eratung  
egegnung  
etreuung



Begegnungs- und Fortbildungszentrum  
muslimischer Frauen e.V.

Angebote des  
**Träger-  
vereins  
BFmF e.V.**



Muslimisch  
 tätig  
 ittendrin

25  
 Jahre



Begegnungs- und  
 Fortbildungszentrum  
 muslimischer Frauen

## Angebote des Trägervereins

### Kinder und Jugendliche

Kita und Familienzentrum Amana	166
Jugendbereich	170

### Beratung

Offene Familienberatung	176
Migrationsberatung für erwachsene Zugewanderte (MBE)	177
Schuldner- und Verbraucherinsolvenzberatung	178
Integrationsagentur	180
Orientierungsberatung (ALG II)	181
Arbeitsgelegenheiten (AGH)	182
Arbeitsbezogene Beratung und Orientierung ArBOR	183
Erwerbslosenberatungsstelle (EBS)	186
Regionale Flüchtlingsberatung	188
Anlaufstelle für Geflüchtete	189
Patenschaftsprojekt / „KOMM-AN NRW“	190
KIM Case-Management	191

### Kooperationen

„Sich kennen lernen und einander vertrauen“	192
„dieKümmerei“	193
„Bibliothek interkulturell“	194
„Kölner Museen“	195

### Religiöse Bildung

Tafsir und Fiqh	196
Arabische Sprache und Qur'an lesen für Kinder	196
Frauentreff - Islam im Alltag	197
Qur'an lesen für Erwachsene	197

### Gesprächskreise

Mitglieder-Café	198
Erfahrungsaustausch unserer Ehrenamtlerinnen	198

### BFmF e.V.

Leitbild	199
Kursleiter:innen für Integrationskurse	201
Unsere Mitarbeiter:innen	202
Allgemeine Geschäftsbedingungen	206
Auszeichnungen	208

### Jubiläum Kita-Amana 2024





„Mein Bestes einer Person anvertrauen“, das bedeutet „Amana“.

Wir, die Kita **Amana**, sind ein zertifiziertes Familienzentrum sowie eine Kindertageseinrichtung für Kinder im Alter von sechs Monaten bis drei Jahren. Als „nachhaltige Kita“ wurden wir vom Wissenschaftsladen Bonn ausgezeichnet. Zudem tragen wir das Zertifikat „SunPass – Kita“, das unser Engagement für gesunde Kinderhaut und die Prävention von Hautkrebs im Erwachsenenalter hervorhebt.

Unser Träger, das Begegnungs- und Fortbildungszentrum muslimischer Frauen e.V., legt besonderen Wert auf eine Bildung, die Akzeptanz, Offenheit und Gleichberechtigung fördert. Durch die enge Zusammenarbeit mit dem Muslimischen Familienbildungswerk Köln begleiten wir Familien in ihren individuellen und vielfältigen Lebenslagen.

#### **Unsere Angebote des Familienzentrums umfassen folgende Themenbereiche:**

- Beratung und Unterstützung von Kindern und Familien
- Familienbildung und Erziehungspartnerschaft
- Vereinbarkeit von Beruf und Familie
- Beratung über Kindertagespflege

#### **Kita**

Die **Amana** – Kids werden von unseren engagierten und einfühlsamen Pädagoginnen liebevoll betreut. Wir freuen uns stets darauf, neugierige und entdeckungsfreudige Kinder in unserer Einrichtung willkommen zu heißen. Als Kita für Kinder unter drei Jahren legen wir besonderen Wert auf Mehrsprachigkeit und betrachten diese als Selbstverständlichkeit. Wir arbeiten nach dem innovativen Konzept des Translanguaging-Ansatzes, um die sprachliche Vielfalt zu fördern.

Dank unserer vielfältigen Personalstruktur können wir eine gezielte mehrsprachige Förderung in Arabisch, Bosnisch, Deutsch und Türkisch anbieten. Zudem handeln wir inklusiv, partizipativ und kultursensibel, wobei wir uns theoretisch am Situationsansatz und an der Pikler-Kleinkindpädagogik orientieren.



### Räume/Außenanlage

Unsere Räumlichkeiten sind hell und kindgerecht gestaltet, um den Kindern eine einladende Umgebung zum Entdecken und Erforschen zu bieten. Die Kita verfügt über großzügige Flächen, die viel Raum für Bewegung, Kreativität und Entspannung bieten. Unser speziell für U3-Kinder angelegtes Außengelände lädt die Kleinsten dazu ein, sich im Freien zu bewegen und die Natur zu erkunden.



### Amana-Team

Wir sind ein multikulturell und multilingual besetztes Pädagoginnen-Team, das liebevoll 22 Kinder betreut. In unserer Kita arbeiten Sozialpädagoginnen B.A., Erzieherinnen, Kinderpflegerinnen. Die Kita wird von der Sozialpädagogin (M.A.) Nilgün Filiz geleitet.

### Anmeldung

Wir nehmen Kinder ab 6 Monaten auf. Informationen bezüglich Aufnahmemodalitäten, Kostenbeitrag, Konzept sowie Angebote des Familienzentrums finden Sie auf der Homepage oder erfahren Sie im persönlichen Gespräch.

Wenn wir Ihr Interesse geweckt haben, sind Sie bei uns herzlich willkommen!

### Ansprechpartnerinnen

Leitung Kita Amana/Familienzentrum:  
Nilgün Filiz, [nilguen.filiz@bfmf-koeln.de](mailto:nilguen.filiz@bfmf-koeln.de)

Stellv. Leitung Kita Amana/Familienzentrum:  
Annegret Schulte-Bensaid, [kita.amana@bfmf-koeln.de](mailto:kita.amana@bfmf-koeln.de)



## Der Jugendbereich

Wir machen dich fit für die Schule und fürs Leben!

Wir betreuen Kinder und Jugendliche von 10 bis 18 Jahren und unterstützen sie in allen schulischen und persönlichen Angelegenheiten.

5. – 13. Klasse

### Betreuungszeiten

Mo. – 14.00 – 18.00 Uhr

Fr. 14.00 – 17.00 Uhr

### Unsere Angebote

- gemeinsames Mittagessen
- Hausaufgabenhilfe & Lernen
- tägliche Aktivitäten
- Gesprächsrunden
- Ferienprogramm
- Elternberatung

### Gemeinsames Mittagessen

Jeden Tag ab 13.00 Uhr gibt es bei uns ein frisch gekochtes Mittagessen (halal).



## Hausaufgabenhilfe & Lernen

Hausaufgaben? Klassenarbeiten? Tests? Referate? Kein Problem!  
Wir sind für dich da und unterstützen dich beim Lernen.

### Bei uns gibt es

- Betreuung und Hilfe bei den Hausaufgaben
- tägliches Üben für den Schulunterricht & Wiederholen des Stoffes
- Gemeinsames Lernen für Klassenarbeiten, Tests, Referate
- Lernen mit digitalen Medien



Unsere Jugendarbeit wird gefördert durch  
die Stadt Köln.



### Tägliche Aktivitäten

Wir verbringen die freie Zeit nach den Hausaufgaben gemeinsam bei verschiedenen Aktivitäten.

#### Bei uns gibt es

- Tischtennis, Kicker, Boxen, Basketball, Pfeil & Bogen, Dart und vieles mehr
- Kreativität
- Digitale Spiele
- Gesellschaftsspiele
- Leseförderung
- AGs wie Kochen & Backen, Schach und Gesprächskreise







## Ferienprogramm 2025

Während der Ferien bieten wir ein abwechslungsreiches Programm mit vielen Ausflügen und Aktionen an. Wir gehen z.B. ins Museum, zum Jump House, in Parks, werden kreativ und toben uns bei verschiedenen Spielen aus.

**Osterferienprogramm:** 14.04.2025 – 25.04.2025

**Sommerferienprogramm:** 14.07.2025 – 18.07.2025

18.08.2025 – 26.08.2025

**Herbstferienprogramm:** 13.10.2025 – 24.10.2025

**Für Schüler:innen der Abschlussklassen gibt es in den Ferien einen Intensiv-Lernkurs zur Vorbereitung auf die Zentralen Prüfungen.**

## Offene Eltern-Sprechstunde

Für unsere Eltern bieten wir eine individuelle Beratung an. Mit unserer ausgebildeten Elternberaterin Necibe Dumanoğlu, können Problemsituationen rund um Schule, Erziehung und Entwicklung des Kindes besprochen werden. Ohne Termin können Eltern gerne zur offenen Eltern-Sprechstunde kommen.

Offene Eltern-Sprechstunde:

Datum: jeden ersten Donnerstag im Monat

Zeit: 15.45 – 16.45 Uhr

Ort: BFmF e.V.

### Personal

Das Team des Jugendbereichs besteht aus erfahrenen Fachkräften der Fachrichtungen Erziehungswissenschaften, Soziale Arbeit, Kindheitspädagogik, Familienbildung und Student:innen verschiedener Fachrichtungen.

### Kosten

Die Hausaufgabenhilfe und die Betreuung sind kostenfrei. Für das Mittagessen erheben wir monatlich einen kleinen Unkostenbeitrag. Familien in finanziellen Problemlagen können eine Ermäßigung erhalten.

### Anmeldung & Informationen

Sie denken darüber nach Ihr Kind bei uns anzumelden?

Bei Fragen oder für weitere Informationen, z.B. über die genauen Kosten, nehmen Sie gerne Kontakt zu uns auf!

Gerne vereinbaren wir einen Probetag!

### Ansprechpartnerin

Ayşegül Yiğit, [jugendbereich@bmf-koeln.de](mailto:jugendbereich@bmf-koeln.de)

## Offene Familienberatung

Die Familienberatung hilft in schwierigen Lagen. Überlastung und Unsicherheit innerhalb der Familie, der Partnerschaft und der Kindererziehung können zu einer herausfordernden Belastungssituation führen. Häufige Beratungsanlässe sind zum Beispiel Schwierigkeiten in Bezug auf Partnerschaft und Kinder, Stress, Selbstzweifel, Ängste vor der Zukunft, Konzentrations- und Motivationsprobleme, negatives Denken oder depressive Verstimmungen.

Wenn Sie Themen dieser Art haben oder einfach über etwas reden möchten, was Sie belastet, zögern Sie nicht, in unsere Sprechstunde zu kommen.

Kompetent, vertraulich, kostenfrei.

### Öffnungszeiten

Donnerstags von 10.00 – 13.00 Uhr

**Offene Sprechstunde** (ohne Termin) von 10.00 – 11.00 Uhr,  
**nach Terminvereinbarung** von 11.00 – 13.00 Uhr

### Ansprechpartnerin

Ayşe Gerner, [ayse.gerner@bfmf-koeln.de](mailto:ayse.gerner@bfmf-koeln.de)

M.Sc.Psych, Klinische Psychologin,

Fachkraft für Kinderschutzverfahren & häusliche Gewalt

in Kooperation mit dem Familienzentrum Amana

## Migrationsberatung für erwachsene Zugewanderte (MBE)

Wir unterstützen erwachsene Zugewanderte ab 27 Jahren auf ihrem Weg der sozialen Integration.

Wir begleiten Sie mit Ihren Familien bei folgenden Fragen: Deutschlernen, Aufenthalt, Beruf, Ausbildung, Arbeit, Kinderbetreuung, individuelle Hilfen, Behörden und Institutionen.

Bitte vereinbaren Sie einen Termin unter 0221 – 800 121-0.

### Ansprechpartner:innen

MBE Leitung: Nebahat Özdemir,

[nebahat.oezdemir@bfmf-koeln.de](mailto:nebahat.oezdemir@bfmf-koeln.de),

Julia Galler, [julia.galler@bfmf-koeln.de](mailto:julia.galler@bfmf-koeln.de),

Feras Afaghani, [feras.afaghani@bfmf-koeln.de](mailto:feras.afaghani@bfmf-koeln.de),

Ali Kılıçarslan, [ali.kilicarslan@bfmf-koeln.de](mailto:ali.kilicarslan@bfmf-koeln.de)

gefördert durch:



Von links hinten: Feras Afaghani, Julia Galler,  
Von links vorne: Nebahat Özdemir, Ali Kılıçarslan,

## Schuldner- und Verbraucherinsolvenzberatung

Man kann schnell in eine Situation geraten, in der einem die Schulden über den Kopf wachsen und man sich nicht mehr zu helfen weiß.

Ziel unserer **sozialen Schuldner- und Verbraucherinsolvenzberatung** ist es, gemeinsam mit den Ratsuchenden die krisenhafte Situation zu erkennen und zu analysieren.

Eine Entschuldung ist ein Mittel, dieses Ziel zu erreichen.

**Unsere Aufgaben in der sozialen Schuldner- und Verbraucherinsolvenzberatungsstelle sind:**

- Motivationsförderung
- Förderung des Ressourcenbewusstseins
- Existenzsicherungsberatung
- Krisenintervention
- Informationen und Beratung zu Mahn- und Vollstreckungsbescheiden, Lohn- und Kontopfändungen, Gerichtsvollzieher, Zwangsvollstreckung, Abgabe von Vermögensauskunft etc.
- Gemeinsame Erarbeitung eines realistischen Haushalts- und Tilgungsplans
- Kontaktaufnahme zu Gläubigern (Stundungen, Vergleiche, Niederschlagung etc.)
- Informationen und Beratung im Rahmen der Verbraucherinsolvenz, wie außergerichtlicher Einigungsversuch, Antragstellung und Begleitung während des gerichtlichen Verfahrens und der Wohlverhaltensphase

Anerkannte Schuldner- und Verbraucherinsolvenzberatungsstelle gem. § 305 AGInsO  
gefördert durch:

**Grundsteine für unsere gemeinsame Zusammenarbeit in der sozialen Schuldner- und Verbraucherinsolvenzberatung sind:**

- Freiwilligkeit
- Eigenverantwortlichkeit
- Hilfe zur Selbsthilfe
- Verschwiegenheit
- Ganzheitlichkeit
- Nachvollziehbarkeit
- Fachliche Unabhängigkeit

**Das Angebot der sozialen Schuldner- und Verbraucherinsolvenzberatung ist für Sie kostenfrei.**

**Offene Sprechstunde**

Dienstags: 10.00 – 12.00 Uhr

Termine bitte nach telefonischer Vereinbarung oder per E-Mail:

[schuldnerberatung@bfmf-koeln.de](mailto:schuldnerberatung@bfmf-koeln.de)

 [@bfmf.schuldnerberatung](https://www.instagram.com/bfmf.schuldnerberatung)

Informationsveranstaltung für Verbraucherinsolvenzverfahren:

Termine finden Sie auf den Seiten 114 – 115

**Ansprechpartnerin**

Sevgi Şentürk



Von links: Samira Aschtari, Meral Demirci, Ayşe-Nur Yalçı, Sevgi Şentürk, Aynur Kurmanç, Ayşe Torun, Beyzanur Yeşildal, Ferás Afaghani

## Integrationsagentur

Die Integrationsagentur des BFmF will das friedliche und gleichberechtigte Zusammenleben in unserer Gesellschaft fördern.

### Die Schwerpunkte unserer Arbeit sind

- Antidiskriminierungsarbeit
- Sozialraumorientierte Arbeit
- Interkulturelle Öffnung
- Bürgerschaftliches Engagement

Wir suchen engagierte Ehrenamtler:innen für viele Bereiche unseres Hauses.

Wenn Sie Lust haben, ehrenamtlich aktiv zu werden, sprechen Sie uns einfach an!

Wir freuen uns über Ihre Kontaktaufnahme.

### Ansprechpartnerinnen

Fatma Su  
Hanim Ezder



gefördert durch:



Ministerium für Kinder, Jugend, Familie,  
Gleichstellung, Flucht und Integration  
des Landes Nordrhein-Westfalen



## Orientierungsberatung (ALG II - Beratung)

Das BFmF bietet im Auftrag des Jobcenter Köln Orientierungsberatung an. Wir beraten Sie in allen Fragen zum SGB II.

### Zielgruppe

(potentielle) SGB II – Leistungsempfänger:innen

- Beratung über Grundvoraussetzungen der SGB II - Leistungen
- Berechnung und Überprüfung der ALG II - Leistungen
- Beantwortung von speziellen Fragen rund um ALG II
- Unterstützung beim Ausfüllen von Anträgen
- Schriftverkehr und Telefonate mit Ämtern
- Aufklärung über weitere Transferleistungen
- Vermittlung sprachlicher Hilfe
- Unterstützung bei Konflikten mit Behörden / Ämtern
- Soforthilfe bei persönlichen Krisen durch die Weiterleitung an Fachstellen

Unser Vorteil: Erfahrene Mitarbeiter:innen mit Fach- und Sprachkompetenz stehen mit Rat und Tat allen Ratsuchenden **nach Terminvereinbarung** zur Verfügung.

### Ansprechpartnerin

Fatma Su, [fatma.su@bfmf-koeln.de](mailto:fatma.su@bfmf-koeln.de)

**Das Beratungsangebot ist kostenlos!**

gefördert durch



## Arbeitsgelegenheiten (AGH)

Der Einstieg ins Berufsleben ist ein bedeutender Schritt für die Zukunft. Wir begleiten Sie auf diesem Weg und unterstützen Sie dabei.

Das BFmF bietet im Auftrag des Jobcenter Köln Arbeitsgelegenheiten nach § 16d SGB II an. Wir ermöglichen Frauen anhand einer Arbeitsgelegenheit die Teilhabe am Arbeitsleben mit dem Ziel, den Einstieg in den regulären Arbeitsmarkt zu erleichtern.

Als Mitarbeiterin in Arbeitsgelegenheiten unterstützen sie unsere Arbeit und erhalten eine Entschädigung für Mehraufwendungen. Der Stundensatz beträgt zurzeit 2 Euro und wird nicht auf das Bürgergeld angerechnet. Mit 15 bis 30 Wochenstunden bieten wir umfangreiche Einsatzmöglichkeiten in verschiedenen Bereichen an:

**Küche, Gästebewirtung, Reinigung,  
Kinder- und Jugendbetreuung, Büro/Verwaltung,  
Verkauf/Kleiderkammer (Second-Hand)**

Bei Interesse vereinbaren wir einen Termin mit Ihnen und informieren Sie über die Anforderungen und Tätigkeiten der jeweiligen Arbeitsbereiche vor Ort.

Die offizielle Zuweisung in eine Arbeitsgelegenheit erfolgt dann durch Ihre zuständigen Ansprechpartner: innen im Jobcenter Köln.

### Anprechpartnerin

Ayten Üstün, [ayten.ustun@bfmf-koeln.de](mailto:ayten.ustun@bfmf-koeln.de)

gefördert durch

**jobcenter**  
KÖLN

## Arbeitsbezogene Beratung und Orientierung (ArBOR)

Das Angebot „Arbeitsbezogene Beratung und Orientierung“ (ArBOR) bietet eine erste Anlaufstelle für alle Fragen rund um die Themen Arbeit, prekäre Beschäftigung und Existenzsicherung. Es richtet sich an Menschen, die Unterstützung und Orientierung auf ihrem beruflichen Weg suchen.

In den Räumlichkeiten des ArBOR können Interessierte aktuelle Stellenangebote einsehen, tagesaktuelle Regionalzeitungen lesen sowie eine PC-Station für die Recherche auf Stellenportalen nutzen. Darüber hinaus besteht die Möglichkeit, Bewerbungsunterlagen zu erstellen, auszudrucken oder Originaldokumente zu scannen.

Falls ein individueller Beratungsbedarf besteht, können auch persönliche Termine in der Erwerbslosenberatungsstelle (EBS) vereinbart werden. Zusätzlich stehen im selben Gebäude 14 PC-Arbeitsplätze mit Internetzugang und Druckmöglichkeiten zur Verfügung.

Die Arbeitsbezogene Beratung und Orientierung organisiert außerdem regelmäßige Informationsveranstaltungen zu arbeitsmarktrelevanten Themen, die in Zusammenarbeit mit externen Partnern durchgeführt werden. Die Termine werden im Vorfeld über Aushänge bekannt gegeben.

### Öffnungszeiten

Montag – Freitag: 09.00 – 15.00 Uhr

### Anprechpartnerin

Ayten Üstün, [ayten.ustun@bfmf-koeln.de](mailto:ayten.ustun@bfmf-koeln.de)

gefördert durch

 **Stadt Köln**

## „Pustablume“

Das Bistro „Pustablume“ im Rahmen der Arbeitsbezogenen Beratung und Orientierung (ArBor) bietet einen einladenden Ort, um in entspannter Atmosphäre soziale Kontakte zu knüpfen und sich auszutauschen. Für einen kleinen Beitrag können Besucher Kaffee, Tee, Snacks, frische Suppen oder Kuchen genießen. Das Bistro dient somit nicht nur der Verpflegung, sondern auch als Treffpunkt für Gespräche und den informellen Austausch. .

**Öffnungszeiten:** Montag – Freitag, 09.00 – 16.00 Uhr



## „Die Klamotte“

Der Arbeitsbezogenen Beratung und Orientierung (ArBor) ist eine Kleiderkammer angeschlossen. Hier können Sie gut erhaltene Kleidung und Schuhe für Kinder und Erwachsene preiswert erwerben. Sie können sich auch mit kleinen Haushaltsgegenständen und Spielzeug versorgen.



## Stromspar-Check

Die Arbeitsbezogene Beratung und Orientierung führt mehrmals im Jahr Informationsveranstaltungen zum Thema „Stromsparen durch“.

Mit einfachen Mitteln können Sie Energiekosten im Haushalt um bis zu 150 Euro im Jahr senken.

Der Stromspar-Check ist kostenlos für Köln-Pass-Inhaber: innen, für Empfänger: innen von ALG II (Bürgergeld inklusive Aufstockung), Sozialhilfe oder Wohngeld sowie bei geringem Einkommen oder einer geringen Rente.

Termine zum Stromspar-Check im eigenen Haushalt können individuell direkt nach der Veranstaltung persönlich oder telefonisch vereinbart werden.

Die Energiesparberatung „Stromspar-Check“ wird aus der Nationalen Klimaschutzinitiative des Bundesministeriums für Wirtschaft und Klimaschutz (BMWK) gefördert.

Diese Gruppeninformationen führen wir in Kooperation mit der Caritas Köln durch.

Der Link für den Flyer:

[www.caritas-koeln.de/export/sites/ocv/.content/.galleries/downloads/Stromspar\\_Check\\_Koeln\\_Flyer.pdf](http://www.caritas-koeln.de/export/sites/ocv/.content/.galleries/downloads/Stromspar_Check_Koeln_Flyer.pdf)



In Kooperation



## Erwerbslosenberatungsstelle (EBS)

Mit finanzieller Unterstützung durch die Stadt Köln unterhält der BFmF e.V. eine Erwerbslosenberatungsstelle (EBS) und das niedrigschwellige Angebot „ArBOR – Arbeitsbezogene Beratung und Orientierung“.

Die Beraterinnen der Erwerbslosenberatungsstelle unterstützen Erwerbslose, von Erwerbslosigkeit bedrohte Menschen und Berufsrückkehrer:innen mit und ohne Migrationshintergrund unabhängig, neutral und vertraulich.

Bei Wunsch nach beruflichem Einstieg, beruflicher Veränderung und bei einem prekären Beschäftigungsverhältnis informiert die EBS über Zugänge zum Arbeitsmarkt und Arbeitnehmerrechte.

**Unsere Beraterinnen sind u.a. bei folgenden Fragen behilflich**

- berufliche (Neu-) Orientierung, Weiterbildungen, Qualifizierungen
- gezielte Job-, Ausbildungsplatz-, Praktikumssuche
- Schul- und Ausbildungsberatung
- Beratung zum Thema Zugang zum deutschen Arbeitsmarkt im Rahmen des neuen FEG
- Beratung zur Anerkennung von schulischen und beruflichen Abschlüssen aus dem Ausland
- Erstellen von kompletten Bewerbungsunterlagen und Begleitung des Bewerbungsverfahrens
- Umgang mit Ämtern und Behörden
- Vereinbarkeit von Beruf und Familie u.v.m.

**Die Erwerbslosenberatungsstelle unterstützt Sie auch bei**

- sozialrechtlichen und existenzsichernden Fragen
- ALG I-, Bürgergeld- sowie Weiterbewilligungsanträgen und Erklärung von Bewilligungsbescheiden
- Grundauskünften der angrenzenden Rechtsbereiche wie BAföG, Wohngeld, Kindergeld, Bildung und Teilhabe, Mutterschutz und vermittelt Sie bei Bedarf zu anderen Fachberatungsstellen wie Mieterberatung, Orientierungsberatung, Schuldnerberatung, Arbeitsrecht, Familienberatung u.a.

Regelmäßig bietet die EBS aktuelle Informationsveranstaltungen und Schulungen zu berufsbezogenen Themen an, zum Teil in Kooperation mit anderen Arbeitsmarktakteuren.

Bitte beachten Sie die Terminankündigungen per Aushang, auf unserer Homepage, auf Facebook und Instagram.

Die EBS ist Mitglied im Beratungsnetz der Region Köln.

**Beratungszeiten:** Montag: 09.30 – 14.00 Uhr  
Dienstag, Mittwoch und Freitag: 08.30 – 16.00 Uhr  
Donnerstag: 08.30 – 17.00 Uhr

nach Terminvereinbarung auch Online

Offene Sprechstunde Montag – Freitag: 12.00 – 13.00 Uhr

**Bitte vereinbaren Sie vor Ort, per E-Mail oder telefonisch einen Termin!**

Unter 0221 – 800121-0 oder Mobil 0157 – 33 25 81 97.

**Ansprechpartnerinnen**

Türkan Emlik, [tuerkan.emlik@bfmf-koeln.de](mailto:tuerkan.emlik@bfmf-koeln.de)

Heba Elias, [heba.elias@bfmf-koeln.de](mailto:heba.elias@bfmf-koeln.de)

Nadja Schramm, [nadja.schramm@bfmf-koeln.de](mailto:nadja.schramm@bfmf-koeln.de)



Von links: Türkan Emlik, Heba Elias, Nadja Schramm

Unsere Mitarbeiterinnen beraten Sie kompetent, mehrsprachig, ergebnisorientiert und kultursensibel.

gefördert durch

## Regionale Flüchtlingsberatung

Bei Fragen zu asyl-, aufenthalts- und sozialrechtlichen Themen gibt die Regionale Flüchtlingsberatung im BFmF gerne Informationen und Unterstützung.

Unsere Flüchtlingsberatung berät geflüchtete Menschen, die nicht über einen auf Dauer angelegten Aufenthaltstitel verfügen, und unterstützt vor allem bei der Asylantragstellung und begleitet sie bis zur ihrer Anerkennung. Schwerpunkt unserer Arbeit ist es, Geflüchtete zu jedem Zeitpunkt ihres Verfahrens über ihre rechtlichen und tatsächlichen Möglichkeiten sachkundig zu informieren.

Wir beraten Sie in den Sprachen **Arabisch, Deutsch, Kurdisch, Russisch** und **Türkisch!**

**Offene Sprechzeiten:** Mo: 15.00 – 17.00 Uhr  
Di: 10.00 – 12.00 Uhr  
Mi: 10.00 – 12.00 Uhr

### Ansprechpartnerin

Saliha Taş, [saliha.tas@bfmf-koeln.de](mailto:saliha.tas@bfmf-koeln.de)



gefördert durch

Ministerium für Kinder, Jugend, Familie,  
Gleichstellung, Flucht und Integration  
des Landes Nordrhein-Westfalen



## Anlaufstelle für Geflüchtete

Auf der 3. Etage Haus 2 Raum 325 findet täglich eine offene Sprechstunde für Geflüchtete statt.

Unsere arabisch- und türkischsprachigen Mitarbeiter:innen helfen bei:

- Übersetzungen von Briefen
- Formularen wie Köln-Pass, WBS, Kindergeld etc.
- Vereinbarungen von Terminen

und bei vielen Fragen zum Leben in Deutschland.

Sie verweisen bei Bedarf an Fachstellen im BFmF und außerhalb.





## Patenschaftsprojekt „Menschen stärken Menschen“

Möchten Sie gerne etwas für einen Geflüchteten oder eine Flüchtlingsfamilie tun?

Dann werden Sie Pate/Patin!

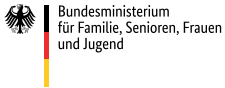
Durch kleinere Hilfen oder Begleitungen, Förderung der deutschen Sprache oder Hausaufgabenhilfe, zwanglose Treffen, gemeinsame Unternehmungen zum Kennenlernen des deutschen Umfelds oder anderes können Sie einer Person oder einer Familie helfen, sich besser in Deutschland zurechtzufinden.

Nur Mut - es macht Spaß, Menschen zu helfen!

*„Wer einem Bedürftigen die Bedrängnis erleichtert, dem wird Allah auf dieser Welt und im Jenseits Erleichterung geben.“ (Hadith)*

### Ansprechpartnerin

Aynur Kurmanc, [aynur.kurmanc@bmf-koeln.de](mailto:aynur.kurmanc@bmf-koeln.de)



## „KOMM-AN NRW“

Im KOMM-AN Projekt bieten wir Unterstützung bei ehrenamtlichem Engagement für Geflüchtete an.

Wir ermöglichen den Ehrenamtlichen zudem monatlich einen persönlichen Austausch. Darüber hinaus organisieren wir niederschwellige Kultur- und Freizeitangebote für Geflüchtete.

Ministerium für Kinder, Jugend, Familie, Gleichstellung, Flucht und Integration des Landes Nordrhein-Westfalen



## KIM Case - Management

Der Rat der Stadt Köln hat der Teilnahme am Landesprogramm Kommunales Integrationsmanagement und damit der Etablierung eines rechtskreisübergreifenden, einzelfallbezogenen Case Managements zugestimmt. Das operative Case Management im Sinne der Landesförderung „Kommunales Integrationsmanagement NRW“ wird in Köln ausschließlich von Trägern der freien Wohlfahrtspflege durchgeführt.

Das BFmF ist beauftragt für den Bezirk Ehrenfeld.

### Die einzelfallbezogene Beratung im Rahmen des Case Management richtet sich in Köln schwerpunktmäßig an folgende Zielgruppen:

- Kölner:innen mit internationaler Familiengeschichte, welche nicht vorrangig durch das Jobcenter integrativ begleitet werden
- Kölner:innen mit internationaler Familiengeschichte mit Behinderungen
- Kölner:innen mit internationaler Familiengeschichte aus der „LSBTIQ\* Community“

### Beratung im Case Management

- sozialpädagogische Beratung zu den Themen Arbeit und Ausbildung, Spracherwerb, soziale Leistungen, Gesundheit, Wohnen und soziale Teilhabe
  - Langfristige, individuell vereinbarte Begleitung im Integrationsprozess
  - Unterstützung im Umgang mit Behörden
- Die Teilnahme am Case Management ist freiwillig, kostenfrei und vertraulich.

### Termine nach vorheriger Vereinbarung

### Wir beraten in folgenden Sprachen

Deutsch, Englisch, Französisch, Griechisch

### Ansprechpartnerin

Katerina Daifoti, [kim@bmf-koeln.de](mailto:kim@bmf-koeln.de)

gefördert durch:

Ministerium für Kinder, Jugend, Familie, Gleichstellung, Flucht und Integration des Landes Nordrhein-Westfalen



Kommunales  
**INTEGRATIONS**  
Management



Stadt Köln



Kommunales  
**INTEGRATIONSZENTRUM**  
Köln

## Kooperation mit der Polizeiwache Ehrenfeld

### „Sich kennen lernen und einander vertrauen“



Regelmäßig besuchen Frauengruppen sowie Mütter und Kinder die Polizeiwache in Köln-Ehrenfeld. Während und nach einer Führung durch das Gebäude entwickeln sich interessante Gespräche mit oft unerwarteten Inhalten.

Diese Begegnungen helfen, gegenseitige Vorurteile abzubauen, Grenzen zu überwinden und Vertrauen aufzubauen.

#### **Ansprechpartnerin**

Fatma Su

## Kooperation mit der Kümmerei

### „dieKümmerei“

Integratives Handlungskonzept im Quartier – wir verbinden Menschen, Infrastruktur, Medizin und Soziales mit dem Ziel der abgestimmten Gesundheitsförderung.

Gesundheit zusammen denken!

Wir sind für Sie in Chorweiler da:

Osloer Str. 8 – 34,

50765 Köln

#### **Ansprechpartnerin**

Nilgün Filiz

dieKümmerei

## Kooperation mit der Stadtbibliothek Köln

### „Bibliothek interkulturell“

Das Integrationsprojekt „BI-IN“ („Bibliothek interkulturell“) ist eine Kooperation zwischen dem BFmF e.V. und der Stadtbibliothek Köln. In Begleitung einer geschulten Lehrkraft besuchen die Teilnehmer:innen unserer Integrationskurse die zentrale Stadtbibliothek Köln am Neumarkt.

Um die weitere Bibliotheksnutzung zu fördern, erhalten die Gruppenmitglieder eine kostenlose dreimonatige Schnupper-Mitgliedschaft.

#### **Ansprechpartnerin**

Sema Sevil



Foto: Stadt Köln

## Kooperation mit dem Museumsdienst

### „Kölner Museen“

In Begleitung einer Kunsthistorikerin können Sie die Vielfalt der Kölner Museen entdecken. Neben dem Besuch der Dauer- ausstellung des Museums Ludwig werden zeitnah besondere Ausstellungen bekanntgegeben, für die Sie sich über das BFmF anmelden können.

#### **Ansprechpartnerin**

Birsen Ürek



## Tafsir und Fiqh



In dieser Veranstaltungsreihe wird die Bedeutung der islamischen Quellen für den Lebensalltag der Muslim:innen erläutert.

Datum : 11.01. – 10.07./28.08. – 18.12.2025	je 2 UStd.
Tag : donnerstags	
Zeit : 16.30 – 18.30	

**Nadja El Ammarine**, Dipl. Pädagogin

Kinderbetreuung: 5 € pro Std.

## Arabische Sprache und Qur'an lesen für Kinder

Anfänger (6 - 10 Jahren)

Datum : 10.04. – 10.07./28.08. – 18.12.2025	je 2 UStd.
Tag : donnerstags	
Zeit : 16.30 – 18.30	

Fortgeschrittene (11 - 14 Jahren)

Datum : 11.04. – 28.06./29.08. – 19.12.2025	je 2 UStd.
Tag : freitags	
Zeit : 16.00 – 17.30	

**Assia Daoudi**

Teilnahmegebühr: 1. Kind 20 €  
2. Kind 10 €  
3. Kind 5 €

## Islam im Alltag - Frauentreff

Hierzu sind alle zum Islam konvertierten Frauen herzlich eingeladen, die sich gerne mit anderen Musliminnen unterhalten und austauschen möchten. Auch Interessierte, die mehr über die Erfahrungen der Konvertierten und den Islam erfahren möchten, sind herzlich willkommen.

Kinderbetreuung können wir leider nicht anbieten.

Datum : ab 12.01.2025	je 4 UStd.
Tag : Jeden 2. Sonntag im Monat	
Zeit : 10.00 – 13.00	

**Karin El Zein**

## Qur'an lesen für Erwachsene

Anfangen mit Buchstaben des arabischen Alphabets wird das einfache Lesen des Qur'ans unter Beachtung der originalen Aussprache geübt. Der Kurs richtet sich an alle interessierten muslimischen Frauen und wird in deutscher Sprache angeboten.

Datum : 29.04. - 08.07./02.09. - 16.12.2025	je 3 UStd.
Tag : dienstags	
Zeit : 10.00 – 12.15	

**Assia Daoudi**

## Mitglieder-Café

Hiermit laden wir alle Mitglieder des BFmF als Dankeschön für die Unterstützung unserer Arbeit und zum gegenseitigen Kennenlernen recht herzlich zu Kaffee und Kuchen ein. Über viele Gäste und einen regen Austausch würden wir uns freuen.

Auf Wunsch gibt es auch die Möglichkeit einer Führung durch die Räumlichkeiten in beiden Häusern.

Um Anmeldung telefonisch oder per Mail wird gebeten.

Datum : 09.04.2025, Mittwoch	3 UStd.
Zeit : 15.00 – 17.15	
Datum : 10.09.2025, Mittwoch	3 UStd.
Zeit : 15.00 – 17.15	

**Karin El Zein**

## Erfahrungsaustausch unserer Ehrenamtlerinnen

Bei diesen Treffen haben alle unsere Ehrenamtler:innen die Möglichkeit, sich kennen zu lernen und sich über ihre Arbeit im Haus auszutauschen. Außerdem werden wir über unsere interessanten, schönen und hin und wieder vielleicht auch überraschenden Erfahrungen sprechen können.

Datum : 30.05.2025, Freitag	3 UStd.
Zeit : 10.00 – 12.15	
Datum : 28.11.2025, Freitag	3 UStd.
Zeit : 10.00 – 12.15	

**Fatma Su**, Dipl. Sozialwissenschaften  
**Hanim Ezder**, Pädagogin

## Unser Leitbild

Das Muslimische Familienbildungswerk Köln, das Muslimische Frauenbildungswerk Köln und die Muslimische Akademie sind anerkannte Bildungseinrichtungen unter der Leitung von muslimischen Frauen in Trägerschaft des BFmF e.V., die sich an Frauen, Männer und Familien unter Beachtung des Allgemeinen Gleichbehandlungsgesetzes (AGG) richten.

Wir sehen uns insbesondere als Brücke zwischen den Kulturen und Religionen.

Mit unseren breit gefächerten Angeboten möchten wir Frauen, Männer und Familien unter dem Aspekt „Vielfalt als Bereicherung“ zur gleichberechtigten Teilhabe in der Gesellschaft befähigen.

Im Rahmen des Familienbildungswerks haben wir es uns zur Aufgabe gemacht, durch zielgruppenspezifische Kurse die Erziehungsfähigkeit insbesondere muslimischer Familien in Deutschland zu erweitern. Die Unterstützung von Familien und Frauen in schwierigen Lebenslagen und die Stärkung der Erziehungskompetenz von Eltern sind uns ein wichtiges Anliegen.

Das Frauenbildungswerk möchte Erwachsene, insbesondere Frauen, in ihrer persönlichen, sozialen und beruflichen Entwicklung bilden und stärken. Dabei richten wir uns auch an Menschen, die aufgrund ihrer kulturellen Identität und/oder sozialen Lage durch andere Bildungsanbieter nur schwer erreicht werden.

Die Muslimische Akademie richtet sich an alle Interessierten, möchte ihren Fokus aber auf junge Erwachsene legen. Es werden Seminare und Bildungsveranstaltungen zu aktuellen, gesellschaftspolitischen und kulturellen Themen angeboten.

Des Weiteren richtet sich das Bildungsangebot an Fachleute und Multiplikator:innen zur Erweiterung ihrer interkulturellen und interreligiösen Bildung.

Als Musliminnen stehen wir für die gleichberechtigte Anerkennung aller Menschen. Unsere Werte und unser Handeln orientieren sich an islamischen Grundsätzen, die mit den allgemeinen Menschenrechten, dem Grundgesetz der Bundesrepublik Deutschland und dem darin begründeten Verständnis von Demokratie, Freiheit und Gleichberechtigung im Einklang stehen.

Wir wollen einen Beitrag dazu leisten, dass Menschen unterschiedlicher Herkunft, Religionen und Kulturen friedlich in gegenseitigem Respekt, Akzeptanz und Toleranz miteinander leben.

Besonders möchten wir muslimische Frauen und deren Familien darin bestärken, sich gleichberechtigt in der Gesellschaft einzubringen. Dazu gehört auch die Möglichkeit des Erwerbs anerkannter Zertifikate und Bildungsabschlüsse im BFmF e.V. Unsere Bildungsarbeit orientiert sich an den Bedürfnissen und Ressourcen unserer Zielgruppe.

Mit unseren Bildungsangeboten möchten wir Menschen für neue Inhalte, Themen und Erkenntnisse öffnen. Erreicht werden soll das Überwinden eigener Unsicherheiten und das Erkennen und Einsetzen eigener Fähigkeiten.

Unser Team besteht überwiegend aus muslimischen Frauen unterschiedlicher Herkunftsnationalitäten und -kulturen. Wir verfügen über einen großen Pool an wissenschaftlich ausgebildeten Fachkräften mit einer großen Sprachenvielfalt sowie interkulturellen und interdisziplinären Kompetenzen.

**Das vollständige Leitbild finden Sie unter**  
<https://bmf-koeln.de/leitbild/>

## Kursleiter:innen für Integrationskurse

Unsere Kursleiter:innen sind qualifizierte Lehrkräfte, die über einen DaF- /DaZ-Abschluss verfügen und vom BAMF zugelassen sind. Zusätzlich verfügen sie über folgende Universitätsabschlüsse:

### KOORDINATION:

**Mohammad, Beate** DaZ-Lehrerin, Musikpädagogin  
**Sevil, Sema** Islamwissenschaften (M.A.)/EZW

### KURSLEITER:INNEN:

**Baagil, Haifa** Dipl. Kauffrau  
**Berscheid-Kimeridze Irma** Germanistik/Vereidigte Übersetzerin/Dolmetscherin  
**Caner, Sultan** BWL (FH)  
**Dembour, Hildegard** Lehrerin Sek.II Chemie/Biologie  
**Drobinskaya, Svetlana** Dipl. Pädagogin  
**Ekinci, Hakkı** Lizenziat der dt. Sprache & Literatur (TR)  
**Freitag, Dorothee** Sprachwissenschaften (M.A.)  
**Gorani, Salma** Asienwissenschaften/Arab. Sprache & Translation (M.A.)

**Heider-Lippkai, Dr. jur. Judit** Juristin, vereidigte Übersetzerin/Dolmetscherin  
**Hetzel, Marion** Dipl. Medienwissenschaften  
**Kavtaradze, Salome** Deutsche Sprache und Literatur (M.A.)  
**Kocaköse, Hatice** N.dt. Literaturwiss./EZW/Germanistik (M.A.)  
**Linse, Dorothea** Lehrerin Sek. I Deutsch/Englisch/EZW  
**Meisenberg, Sophie** Deutsch/Philosophie/Bildungswissenschaften (M.A.)  
**Menne, Birgit** Germanistik (M.A.)  
**Özdemir, Nurten** Architektur (FH)  
**Sikora, Johanna** Übersetzerin Englisch/Deutsch  
**Theißen, Dr.Erika** Bildungswissenschaften  
**Üstündağ, Afife** zertifizierte Dozentin für Pflege und Medizin  
**Will, Eva-Maria** Erwachsenenbildung (M.A.) /Dipl. Betriebswirtin  
**Zaghoudi, Mariem** Vereidigte Übersetzerin/Dolmetscherin  
**Zelenkov, Ruslan** Germanistik/Informationswissenschaften (M.A.)

## Unsere Mitarbeiter:innen

<b>Abdo, Iman</b>	Studentische Hilfskraft
<b>Afaghani, Feras</b>	Jurist (SYR)/zertifizierter Schuldner- und Verbraucherinsolvenzberater
<b>Afzali, Amena</b>	Erziehungs-, Islamwissenschaften (B.A.)
<b>Akman, Merve</b>	Tagesmutter
<b>Al Haj Yousef, Hayat</b>	Hausservicekraft
<b>Alphan, Melek</b>	Kauffrau für Büromanagement
<b>Arslanoğlu, Elif</b>	Kinderpflegerin
<b>Aschtari, Samira</b>	Dipl. Kauffrau
<b>Aydın, Zeynep Hilal</b>	Heilpraktikerin/Ernährungsberaterin
<b>Babić, Hajrija</b>	Leitung Küche
<b>Babić, Sanela</b>	Soziale Arbeit/Sozialpädagogik (B.A.)
<b>Ben Mohamed, Slim</b>	Bachelor of Engineer/zert. Lerncoach
<b>Benghanou, Ouafa</b>	Tagesmutter/Juristin (LL.B)
<b>Benhaddou, Jamila</b>	Bürokauffrau
<b>Beyazel, Emel</b>	Hausservicekraft
<b>Breish, Liudmyla</b>	Wirtschaft (B.A.)
<b>Caner, Sultan</b>	DaZ-Lehrkraft
<b>Çakır, Fatima Zehra</b>	Kindheitspädagogik und Familienbildung (B.A.)
<b>Çelik, Nihal</b>	Informationstechnische Assistentin
<b>Çelik, Zuhar</b>	Dipl. Informatik
<b>Cetin, Ceren</b>	Sozialpädagogik
<b>Çoban, Hatice</b>	Fachkraft für Lagerwirtschaft
<b>Daifoti, Katerina</b>	Sozialpädagogik (M.A.)
<b>Daoudi, Assia</b>	Dipl. Literaturwissenschaftlerin/ Elternbegleiterin
<b>Demirci, Meral</b>	Bürokauffrau
<b>Demirok, Ayşe</b>	Hausservicekraft

<b>Direk, Ülya</b>	Erzieherin
<b>Dumanoğlu, Necibe</b>	Erzieherin/Elternbegleiterin
<b>Drobinskaya, Svetlana</b>	DaZ-Lehrkraft
<b>Ekinci, Hakki</b>	DaZ-Lehrkraft
<b>El Ammarine, Nadja</b>	Dipl. Pädagogin
<b>El Zein, Karin</b>	Bürokauffrau
<b>Elias-Ben Fradj, Heba</b>	Dipl. Sozialpädagogik
<b>Emlik, Türkan</b>	Dipl. Sozialwissenschaftlerin
<b>Ertürk, Aynur</b>	Tagesmutter
<b>Ezder, Hanim</b>	Germanistik/Pädagogik, Islamwissenschaften (M.A.)
<b>Fares, Bouchra</b>	Tagesmutter
<b>Filiz, Nilgün</b>	Soziale Arbeit/Sozialmanagement (M.A.)/ Mediatorin
<b>Galler, Julia</b>	Dipl. Pädagogin/DAZ-Lehrerin
<b>Gerner, Ayşe</b>	Professional Coach, Counselling/ Psychosoziale Beratung
<b>Gorani, Rudena</b>	Bürokauffrau
<b>Günaydın, Meyibe</b>	Küchenkraft
<b>Güler, Rukiye</b>	Islamische Theologie (B.A.)
<b>Güneş, Yasemin</b>	Hausservicekraft
<b>Jami-Hassen, Eman</b>	Kauffrau für Büromanagement
<b>Karaca, Funda</b>	Soziale Arbeit (B.A.)
<b>Kattoub, Sonja</b>	Verwaltungsgehilfin
<b>Kaya, Cigdem</b>	Kinderpflegerin
<b>Khalaf Mirza, Khaula</b>	Hausservicekraft
<b>Khattab, Ismail Alaaedin</b>	Hausmeister
<b>Kılıç, Neslihan</b>	Verwaltungsgehilfin
<b>Kılıçarslan, Ali</b>	Dipl. Pädagogik/Soz. Arbeit/Ökonom
<b>Koç, Tuğba</b>	Erziehungswissenschaftlerin und systemische Einzel-, Paar- und Familienberaterin

<b>Kocakaya, Fatma</b>	Küchenhilfe
<b>Kocaköse, Hatice</b>	N.d.t. Literaturwiss./EZW/ Geschichte (M.A)/DaZ-Lehrkraft
<b>Kurmanç, Aynur</b>	Bürokauffrau
<b>Kurtar, Seher</b>	Hebamme/Still- & Laktationsberaterin
<b>Linse, Dorothea</b>	DaZ-Lehrkraft
<b>Manavbaşı, Pempe</b>	Lehrerin/DaZ-Lehrkraft
<b>Mohammad, Beate</b>	Musikpädagogin/DaZ-/DaF-Lehrerin
<b>Özcan, Ayşe</b>	Hausservicekraft
<b>Özcan, Dr. phil. Gülcan</b>	Germanistik, Politikwissenschaften (M.A.)
<b>Özdemir, Nebahat</b>	Dipl. Sozialarbeiterin/Sozialpädagogik
<b>Sarikan, Tülay</b>	Bürokauffrau
<b>Schramm, Nadja</b>	Dipl. Ing. Hochbau, BDY-Lehrerin, Sozialpäd. Fachkraft
<b>Schulte-Bensaid, Anne</b>	Dipl. Sozialpädagogik
<b>Sevil, Sema</b>	Islamwissenschaften und Pädagogik (M.A.) DaF-/DaZ-Lehrkraft
<b>Soro, Firyal</b>	Soziale Arbeit/Sozialpädagogik (B.A.)
<b>Söyleyenoglu, Emine</b>	Rechtswissenschaften
<b>Su, Fatma</b>	Dipl. Sozialwissenschaftlerin/Systemische Beraterin/zert. Schuldner- und Verbraucherinsolvenzberaterin
<b>Şentürk, Sevgi</b>	Dipl. Ökonomin/zert. Schuldner- und Verbraucherinsolvenzberaterin
<b>Taş, Saliha</b>	Islamwissenschaften/Geographie/ Ägyptologie (M.A.)
<b>Theißen, Assaad</b>	Elektroniker/zert. Flüchtlingsbegleiter
<b>Theißen, Dr. Erika</b>	Bildungswissenschaftlerin
<b>Torun, Ayşe</b>	Kindheitspädagogik (B.A.)/ zertifizierte Schuldner- und Verbraucherinsolvenzberaterin
<b>Tunç, Selin</b>	Pädagogik: Entwicklung und Inklusion (B.A.)

<b>Uçar, Betül</b>	Systemische Beraterin (nach DGSF)/ Islam- und Erziehungswissenschaftlerin (B.A.)
<b>Uğurlu, Fadimeana</b>	Hausservicekraft
<b>Ürek, Birsun</b>	Germanistik/Romanistik/ Geschichte (M.A.)
<b>Üstün, Ayten</b>	Soziale Arbeit/Sozialpädagogik (B.A.)
<b>Üstündağ, Affe</b>	zert. Dozentin für Pflege und Medizin
<b>Weise, Annemarie</b>	Schreinerin/zert. Lerncoach
<b>Yalçı, Ayşe-Nur</b>	Soziologie (B.A.)/ zertifizierte Schuldner- und Verbraucherinsolvenzberaterin
<b>Yeşildal, Beyzanur</b>	Erziehungswissenschaften (B.A.)/ Rehabilitationswissenschaften(M.A.)/ Sozialpädagogin
<b>Yeşilyurt, Özlem</b>	Pädagogik/Romanistik/Anglistik (M.A.)
<b>Yiğit, Ayşegül</b>	Erziehungsw./Islamwissenschaften (B.A.)
<b>Yılmaz, Merve</b>	Sozialhelferin
<b>Yogarajah, Indradevi</b>	Hausservicekraft
<b>Yucataş, Sümül</b>	Kinderpflegerin
<b>Zaghoudi, Mariem</b>	Veredigte Übersetzerin/Dolmetscherin/ DaZ-Lehrkraft

**Wir danken allen, die uns seit  
Jahren unterstützen und  
uns die Treue halten.**

**Für die Unterstützung bei der Gestaltung und  
Erstellung unseres Jahresprogramms 2025  
bedanken wir uns bei Lemon Time GmbH.**



## Allgemeine Geschäftsbedingungen

### Geschäftsform und Trägerschaft

Das Begegnungs- und Fortbildungszentrum muslimischer Frauen (BFmF) ist ein gemeinnütziger eingetragener Verein.

### Teilnahme

Die Teilnahme an Veranstaltungen des BFmF e.V. steht allen Interessierten offen. In besonderen Fällen können Zugangs-, Tätigkeits- oder Leistungsvoraussetzungen vom BFmF e.V. festgelegt werden.

### Anmeldung

Eine Anmeldung zu unseren Veranstaltungen ist erforderlich und online über unser Anmeldeformular, schriftlich per E-Mail oder telefonisch möglich. Sie erhalten von uns eine Benachrichtigung, falls eine Veranstaltung belegt ist oder ausfällt.

### Terminänderung

Das BFmF behält sich Terminänderungen vor.

### Gebühren

Einige Veranstaltungen sind gebührenpflichtig, um die Kosten zu decken. Die Anmeldung zu diesen Veranstaltungen ist erst dann verbindlich und gesichert, sobald die Zahlung der Gebühren geleistet wurde. Die Zahlungsfristen entnehmen Sie den einzelnen Veranstaltungsausschreibungen. Die Gebühren können bar oder per Überweisung bezahlt werden.

### Rücktritt

Ein Rücktritt von der Anmeldung ist jederzeit möglich. Bei Rücktritt bis zu 24 Stunden vor Veranstaltungsbeginn werden 25% der Teilnahmegebühren als Verwaltungsgebühr einbehalten. Bei jeder späteren oder gar keiner Abmeldung werden die vollen Gebühren einbehalten. Diese Rücktrittsregelungen gelten auch im Krankheitsfall.

### Erstattung

Kommen Veranstaltungen nicht zustande, werden bereits geleistete Zahlungen erstattet.

Bei Terminverschiebungen haben Interessenten die Möglichkeit entweder die Gebühren zurückzuerhalten oder diese für den neuen Termin verbuchen zu lassen.

### Mindestteilnehmerzahl

Veranstaltungen werden in der Regel ab 10 Personen durchgeführt.

### Mindestalter der Teilnehmerinnen und Teilnehmer

Die Bildungswerke des BFmF sind Weiterbildungseinrichtungen für Erwachsenen- und Familienbildung. Erwachsene im Sinne des Weiterbildungsgesetzes sind Teilnehmerinnen und Teilnehmer ab 16 Jahren. Das Mindestalter zur Teilnahme an den Veranstaltungen beträgt daher 16 Jahre. Veranstaltungen der Familienbildung sehen auch die Teilnahme von Kindern vor (Eltern-Kind-Kurse).

Weitere Veranstaltungen, für die eine Teilnahme auch unter 16 Jahren möglich ist, enthalten einen ausdrücklichen Hinweis. Die Teilnahme von Kindern ist in Begleitung Erwachsener möglich, sie bedarf der Zustimmung aller Erziehungsberechtigten.

### Kinderbetreuung

Kinderbetreuung wird generell während aller Veranstaltungen an Wochentagen angeboten. Eine schriftliche Anmeldung der Kinder ist mindestens 24 Stunden vor Veranstaltungsbeginn erforderlich. Eventuell anfallende Kostenbeiträge sind bei der Anmeldung fällig.

### Aufnahme von Wort-, Bild- und Tonbeiträgen

Tonbandgeräte, Film-, Foto- oder Videokameras dürfen bei der Veranstaltung nur mit ausdrücklicher Erlaubnis des Veranstalters betrieben werden. Aufnahmen jeder Form – auch durch den Einsatz von Mobiltelefonen – sind daher untersagt. Jeder Missbrauch wird mit den Mitteln des Straf- und Hausrechts verfolgt. Das BFmF behält sich das Recht vor, bei Veranstaltungen Film- und Fotoaufnahmen zwecks Dokumentation und Öffentlichkeitsarbeit durchzuführen.

### Reklamation und Beschwerden

Bei Reklamationen und Beschwerden wenden Sie sich bitte an die Kursleitung, die Bereichsleitung oder an eine Mitarbeiterin am Empfang, die die Beschwerde weiterleitet. Gerne können Sie auch unsere Beschwerdekästen nutzen. Für Verbesserungsvorschläge und Anregungen sind wir jederzeit offen.

### Haftung

Für Garderobe oder sonstiges Eigentum wird keine Haftung übernommen.

### Qualitätssicherung

Das BFmF ist mit dem Gütesiegel LQW zertifiziert, das durch das Land NRW anerkannt ist. Darüber hinaus ist das BFmF unter anderem Mitglied im Arbeitskreis Allgemeine Weiterbildung der Region Köln (AWK) und verpflichtet sich, die zur Sicherung der Qualität des Angebots vom Arbeitskreis aufgestellten Standards einzuhalten.

### Datenschutz

Wir weisen darauf hin, dass die Speicherung und Nutzung personenbezogener Daten ausschließlich im Sinne des Bundesdatenschutzgesetzes genutzt wird. Das BFmF e.V. verwendet die persönlichen Daten der Kund:innen lediglich zum Zwecke der Kursabwicklung und soweit gewünscht zur Übersendung von Informationsmaterialien.

### Weitere Bestimmungen

Es gelten die Vorgaben des Allgemeinen Gleichbehandlungsgesetzes (AGG). Es gelten die allgemeinen Geschäftsbedingungen in der jeweils gültigen Fassung.

**Beachten Sie bitte die gesonderten Geschäftsbedingungen für Integrationskurse, Vorbereitungskurs zum externen Hauptschulabschluss und Übermittagsbetreuung für Schulkinder.**

Stand: 29.08.2024

## BFmF e.V. hat folgende Auszeichnungen erhalten

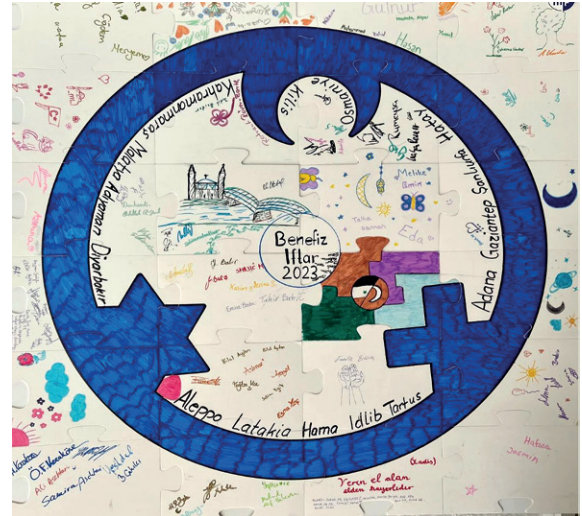


- **2024** Dr. Erika Theißen ist mit dem Avicenna Preis ausgezeichnet. Für ihr großes Lebenswerk, der Gründung und Weiterentwicklung des BFmF e.V. als einer modelhaften Institution muslimischer Bildungs- und Sozialarbeit für die Förderung der interkulturellen und interreligiösen Verständigung seit fast 30 Jahren.
- **2023** „SunPass - Zertifikat“ Krebsgesellschaft NRW e.V. und Krankenkasse IKK
- **2023** „Engel der Kulturen“ Preis für interkulturellen Dialog und friedliches Zusammenleben
- **2022** Ehrenamtspreis „Köln Engagiert 2022“, Urkunde an Aynur Kurmanç und Eman Jami-Hassen
- **2021** Dr. Erika Theißen erhält die Mevlüde-Genç-Medaille für Verständigung und Toleranz des Landes NRW, überreicht von Ministerpräsident Armin Laschet.
- **2020** Als Interkulturelles Zentrum den „Miteinander Preis für Integration und Vielfalt“

- **2020** Unsere Vorstandsvorsitzende Regina Sadik wurde mit dem Ehrenamtspreis des Paritätischen Wohlfahrtsverbandes ausgezeichnet.
- **2019** „Nachhaltige Kita“ vom Wissenschaftsladen Bonn
- **2014** „Ideen für die Bildungsrepublik 2013/2014“ der Bundesrepublik Deutschland für unser Angebot „Eltern aktiv“
- **2011** Unsere Geschäftsführerin Dr. Erika Theißen wurde für ihr Engagement mit dem Bundesverdienstkreuz ausgezeichnet.
- **2010** „Aktiv für Demokratie und Toleranz“ für Engagement und Zivilcourage der Beauftragten der Bundesregierung für Migration, Flüchtlinge und Integration
- **2004** „Bündnis für Demokratie und Toleranz“ für Engagement und Zivilcourage der Beauftragten der Bundesregierung für Migration, Flüchtlinge und Integration
- **2002** „Vorbildliches Engagement bei der Integration von Zuwanderern“ des Bundespräsidenten Johannes Rau
- **1999** Karl-Kübel Preis „ohne uns geht gar nichts“



# Im Interreligiösen Dialog - Engel der Kulturen



„Engel der Kulturen“ Projekt mit Gästen unseres Benefiz-Iftars 2023 für die Erdbebenopfer in der Türkei und Syrien



# Wir brauchen Ihre Hilfe!

Da bei Projektförderungen stets ein Eigenanteil erwartet wird, um öffentliche Fördermittel zu erhalten, sind wir dringend auf regelmäßige Spenden und Beiträge angewiesen.

Deshalb bitten wir Sie um eine Spende oder die Übernahme einer regelmäßigen Fördermitgliedschaft in Höhe von 15 € monatlich.

SozialBank AG

BIC: BFSWDE33XXX

IBAN: DE05 3702 0500 0007 1212 00

Sparkasse Köln Bonn

BIC: COLSDE33XXX

IBAN: DE07 3705 0198 0002 0520 33



PayPal

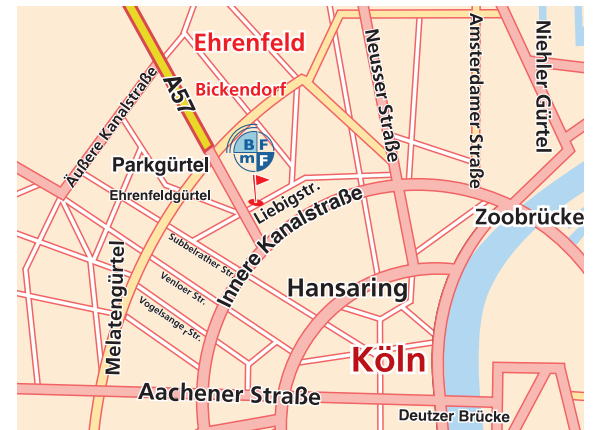
## Wir sind gut zu erreichen

### mit öffentlichen Verkehrsmitteln

<b>Bus Linie 127</b>	Haltestelle Bahnhof Nippes
<b>Bus Linie 142</b>	Haltestelle Pettenkoferstraße
<b>U-Bahn 5</b>	Haltestelle Liebigstraße ca. 10 Minuten Fußweg
<b>S11 und S6</b>	Haltestelle Bahnhof Nippes 10 Minuten Fußweg oder weiter mit Bus Linie 142 Haltestelle Pettenkoferstraße
<b>U-Bahn 13</b>	Haltestelle Nußbaumerstraße 10 Minuten Fußweg

### mit dem PKW

- A3 Autobahnausfahrt Kreuz Köln-Ost
- geradeaus weiter in Richtung Zentrum
- geradeaus weiter über die Zoobrücke
- geradeaus weiter auf der Inneren Kanalstraße
- vor der ersten Bahnunterführung rechts in die Escherstraße einbiegen und links auf die Liebigstraße fahren
- nach ca. 300 m liegt auf der linken Seite das BFmF e.V.





# Jahresprogramm 2025



**Begegnungs- und Fortbildungszentrum  
muslimischer Frauen e.V.**

Liebigstr. 120 & 120 b • 50823 Köln

Tel.: 0221 - 800 121 0 • Fax: 0221 - 800 121 28

[kontakt@bfmf-koeln.de](mailto:kontakt@bfmf-koeln.de) • [www.bfmf-koeln.de](http://www.bfmf-koeln.de)



Qualitätstestiert  
bis 25.03.2026