

Tanzchoreographie mit Pavel

Tanz dich fit!

Mit unserem ukrainischen Choreographen werden verschiedene Tänze einstudiert. Das Angebot ist groß und bunt, von lateinamerikanischen Rhythmen über Hip-Hop bis zu folkloristischen Tänzen.

Termin

14-tägig, 1. und 3. Samstag im Monat,
15 bis 16 Uhr im Forum

Beginn

Samstag, 7. September 2024

Kosten

Die Teilnahme ist unverbindlich und kostenlos

EinBlick in Kunst und Sprache

Kreativ Deutsch lernen!

Der Kurs richtet sich an Frauen, die gerne kreativ sein wollen und ihre Deutschkenntnisse verbessern möchten. Hier können Sie Regeln zum Zeichnen und Malen erfahren und selbst ausprobieren. Themen wie Gesicht und Körper, der Blick auf sich und andere stehen im Zentrum. Wie haben es bekannte Künstler gemacht? Und ganz nebenbei lernen Sie die deutsche Sprache. Grammatikübungen und Vokabeln ergänzen die Themen der Stunde.

Termin

Jeden Freitag, 10.30 bis 12 Uhr

Beginn

Freitag, 30. August 2024

Kosten

10 Euro

Begegnungscafé für ukrainische Geflüchtete

Im Begegnungscafé treffen Sie in lockerer Runde auf andere Geflüchtete aus der Ukraine. Hier lernen Sie auf unkomplizierte Weise andere kennen und kommen mit ihnen in den Austausch. Ungezwungene Gespräche helfen Ihnen, Schwierigkeiten in der Kommunikation auf Deutsch zu meistern. Sie können Ihre Deutschkenntnisse praktisch anwenden und erweitern.

Zudem können Sie durch beispielsweise Museumsbesuche die deutsche Geschichte, Traditionen und Bräuche kennenlernen. Wir bieten Begegnungscafés in verschiedenen Sprachniveaustufen an: A0/A1, A1/A2 und A2/B1.

Sprachniveau A2/B1

Montag
15 bis 16.20 Uhr
Beginn: Montag, 26. August 2024
Ort: IFZ, Quantiusstraße 8, 53115 Bonn

Sprachniveau A1/A2

Mittwoch
13 bis 14.20 Uhr
Beginn: Mittwoch, 28. August 2024
Ort: IFZ, Quantiusstraße 8, 53115 Bonn

Sprachniveau A0/A1

Mittwoch
15 bis 16.20 Uhr
Beginn: 28. August 2024
Ort: IFZ, Quantiusstraße 8, 53115 Bonn

Beginn

26. August 2024

Kosten

10 Euro pro Kurs

STADT.
CITY.
VILLE.
BONN.

Impressum: Die Oberbürgermeisterin der Bundesstadt Bonn, Amt für Kinder, Jugend und Familie/Amt für Presse, Protokoll und Öffentlichkeitsarbeit, Foto: ©Syda Productions-stock.adobe.com, Auflage: 800, Juni 2024, gedruckt auf 100% Recyclingpapier zertifiziert mit dem Blauen Engel

MENSCHEN.
PEOPLE.
ÊTRES HUMAINS.
BONN.

Aktiv lernen und Kontakte knüpfen

Kurse und Gruppenangebote für Frauen und Familien
Internationale Begegnungsstätte | 2. Halbjahr 2024



Sprechen Sie mit!

Deutschkurse für zugewanderte Frauen

Konversation

In einem Konversationskurs können Sie Ihre Deutschkenntnisse praktisch anwenden und erweitern. Im Vordergrund steht das aktive Sprechen. Wir bieten Konversationskurse in 5 Niveaustufen an: A1, A2, B1, B2 und C1. Sie finden immer dienstags und mittwochs statt:

Sprachniveau A1.1 Dienstag und Mittwoch 11 bis 12.20 Uhr Raum 5	Sprachniveau A1.2 Dienstag und Mittwoch 9.30 bis 10.50 Uhr Raum 5
Sprachniveau A2 Dienstag und Mittwoch 9.30 bis 10.50 Uhr Raum 4	Sprachniveau B1 Dienstag und Mittwoch 11 bis 12.20 Uhr Raum 4
Sprachniveau B2 Dienstag und Mittwoch 9.30 bis 10.50 Uhr Raum 3	Sprachniveau C1 Dienstag und Mittwoch 11.00 bis 12.20 Uhr Raum 3

Beginn

Dienstag, 27. August 2024

Kosten

10 Euro pro Kurs

Information und Anmeldung

Alina Meyer und Paloma Wieland
Telefon: 0228 - 77 60 151 oder 77 60 152
E-Mail: ib@bonn.de

Bundesstadt Bonn

Amt für Kinder, Jugend und Familie
Internationale Begegnungsstätte
Ollenhauerstraße 1, 53113 Bonn

Büro-Öffnungszeiten:

Dienstag, Mittwoch, Donnerstag:
9 bis 12.30 und 14 bis 16.30 Uhr
Freitag: 9 bis 12.30 Uhr

Anmeldung

Ab 27. Juni 2024 ist eine persönliche Anmeldung in der Internationalen Begegnungsstätte möglich

KulTourCafé

Internationale Frauengruppe
(mit Kinderbetreuung)

Das KulTourCafé ist ein offener Treffpunkt für Frauen aller Herkunftsländer. Hier können Sie in gemütlicher Atmosphäre, bei Kaffee und Tee, miteinander in Kontakt kommen, sich austauschen und voneinander lernen. Gemeinsame Aktivitäten, Sprach- und Rollenspiele sowie Gespräche zu unterschiedlichen Themen stehen im Vordergrund.

Termin

Jeden Donnerstag, 15 bis 16.30 Uhr, Raum 5

Beginn

Donnerstag, 29. August 2024

Kosten

Die Teilnahme ist unverbindlich und kostenlos

Mutter-Kind KulTour-Frühstück

in Kooperation mit der psychologischen Erziehungs- und Familienberatungsstelle der Bundesstadt Bonn (mit Kinderbetreuung)

Beim gemeinsamen Frühstück können Sie andere Mütter aller Herkunftsländer kennenlernen und sich mit ihnen über kleine und große Alltagssorgen austauschen oder sich einfach entspannen. Hier ist Platz für alle Fragen zum Familienalltag, eigenen Unsicherheiten und Erziehung. In Kooperation mit Frau Pisano von der Familienberatungsstelle können Sie Hilfestellung zu Ihren Fragen und Informationen zu weiteren Unterstützungsangeboten in Bonn bekommen. Beim Frühstück sind Schwangere und Mütter mit und ohne Kindern willkommen.

Termin

Jeden Dienstag, 10 bis 12 Uhr im Aufenthaltsraum

Beginn

Dienstag, 27. August 2024

Kosten

Die Teilnahme ist unverbindlich und kostenlos.
Um Beitrag zum Frühstück wird gebeten.

Frauen in Bewegung

Fitnessstraining für den Alltag

Man kann viel tun, um in jedem Alter beweglich zu bleiben. Für ein abwechslungsreiches Fitness-Programm sind keine besonderen Geräte nötig. Manchmal genügen schon ein Stuhl und eine Gymnastikmatte. Bei diesem Frauenkurs steht der Kontakt zu anderen Frauen und die Freude an der Bewegung im Vordergrund.

Termin

Jeden Freitag, 10 bis 11 Uhr im Forum

Beginn

Freitag, 30. August 2024

Kosten

10 Euro

Yoga zur Entspannung

Stressabbau für den Alltag

Unsere engagierte Übungsleiterin bietet Yoga an. Dabei orientiert sie sich an den Bedürfnissen der Teilnehmerinnen. Körperstellungen (Asanas), Atemübungen (Pranayama), Entspannungsphasen (Shavasana) und Meditation (Dhyana) werden kombiniert.

Termin

Jeden Donnerstag, 18.30 bis 20 Uhr im Forum

Beginn

Donnerstag, 29. August 2024

Kosten

10 Euro