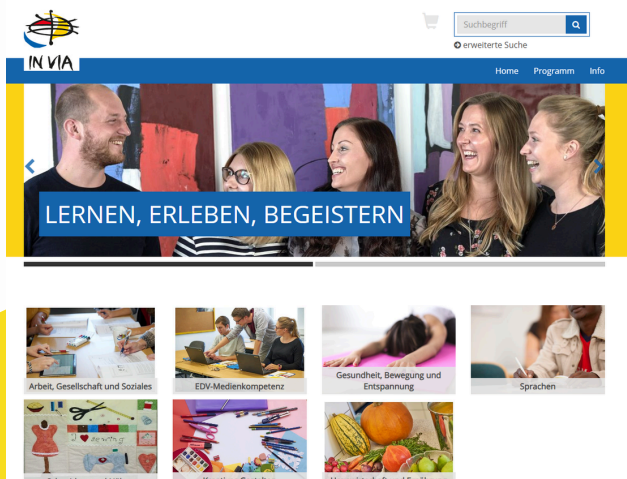


In drei Schritten zum Wunschkurs:



- ✓ suchen
- ✓ buchen
- ✓ durchstarten

Alle Details und weitere Kurse finden Sie
auf unserer Website:



<https://bildungswerk.invia-caritas-olpe.de/>

KONTAKT

IN VIA Bildungswerk
im Erzbistum Paderborn e.V.
Zweigstelle Olpe
Kolpingstraße 62 | 57462 Olpe

☎ (02761) 921 1711

📠 (02761) 921 1710

✉ inviabildungswerk@caritas-olpe.de



KOSTENLOS



Basale Stimulation® – Ihrem Kind nahe sein und Entwicklung achtsam begleiten

Neue Wege der Begegnung entdecken:
Der Kurs „Basale Stimulation®“ vermittelt Eltern und Angehörigen praxisnahe Impulse für eine achtsame Begleitung von Kindern mit motorischen oder sensorischen Einschränkungen.

Datum: 05. + 07. + 21.05.2026

Uhrzeit: 18:45 – 20:15 Uhr

Ort: IN VIA Olpe

Gebühr: kostenlos



Gesund essen lernen – gemeinsam stark

Was kommt in die Brotdose – und was ist alltagstauglich?
„Gesund essen lernen – gemeinsam stark“ unterstützt Eltern dabei, gesunde Ernährung entspannt und ohne Druck in den Familienalltag zu integrieren.

Datum: mittwochs, 11. – 18.03.2026

Uhrzeit: 18:00 – 19:30

Ort: Drolshagen

Gebühr: 15,00 €

Fast Food – aber richtig Ungesunde Lieblingsgerichte neu gedacht

Fast Food ist beliebt – und geht auch besser!
Im Kurs „Fast Food – aber richtig“ kochen Kinder und Jugendliche (10–16 Jahre) gemeinsam mit einer Bezugsperson einfache, leckere und etwas gesündere Lieblingsgerichte und nehmen neue Ideen für den Familienalltag mit.

Datum:

donnerstags,
16.04.–30.04.2026

Uhrzeit:

18:00 – 19:30 Uhr

Ort:

OT Olpe

Gebühr:

40,00 € pro Pärchen +
Lebensmittelumlage

Natur mit allen Sinnen erleben – Zeit für Familien im Wald



Gemeinsame Naturzeit
für Kinder (4–6 Jahre) und
eine Bezugsperson: spielerisches
Entdecken, achtsame Bewegung
und Entspannung im Wald.

Datum: 20.06.2026

Uhrzeit: 10:00 – 13:00 Uhr

Ort: IN VIA Olpe

Gebühr kostenlos

KOSTENLOS

Klangmeditation/Soundhealing

Ankommen. Lauschen. Loslassen.
Die Klangmeditation schenkt tiefe
Entspannung für Körper, Geist und Seele – und
wirkt wohltuend in den Alltag hinein.



Datum:

25.02.2026

Uhrzeit:

18:00 – 19:30 Uhr

Ort:

Caritas-Zentrum
Olpe

Gebühr:

15,00 €