



KINDERGESUNDHEITS- WOCHEN 2026

Wir machen mit!

Beginn: 14.09.2026
Abschluss: 09.10.2026

Unsere Partner:



Veranstalter:

**Kolpingstadt Kerpen - Der Bürgermeister -
Amt für Kinder, Jugend und Familie - Präventionsstelle**



kerpen für Kinder
Präventionsstelle der Kolpingstadt Kerpen

Um Impulse für gesundheitsfördernde Projekte zu geben und auf den hohen Stellenwert einer aktiven und kontinuierlichen Gesundheitsförderung bereits ab dem frühen Kindesalter in der Kolpingstadt aufmerksam zu machen, wurde diese Broschüre erstellt.

Sie gibt einen Überblick über vielfältige Aktivitäten, Projekte und Workshops zur Gesundheitsförderung für Kinder, Jugendliche, Eltern und Fachkräfte. Dabei werden Angebote berücksichtigt, die sowohl im Rahmen der Kindergesundheitswochen vom 14.09.2026 bis 09.10.2026 als auch bereits vor bzw. im Anschluss an den offiziellen Aktionszeitraum stattfinden.

Denn Gesundheitsförderung ist eine dauerhafte Aufgabe, die nicht an einen bestimmten Aktionszeitraum gebunden ist, sondern Kinder, Jugendliche, Familien und Fachkräfte beständig begleiten und stärken soll.

Finanziell unterstützt durch:



Ministerium für Kinder, Familie,
Flüchtlinge und Integration
des Landes Nordrhein-Westfalen



Marga und Walter
Boll-Stiftung



Gefördert vom:



Bundesministerium
für Bildung, Familie, Senioren,
Frauen und Jugend

Liebe Familien,
Liebe Mitwirkende und Kooperationspartner,
Sehr geehrte Damen und Herren,

die Kindergesundheitswochen 2026 stehen unter einem Motto, das treffender kaum sein könnte: „Wir machen mit!“.

Mit unterschiedlichen Aktionen und Workshops für und mit Kindern wird darauf aufmerksam gemacht, wie wichtig gesundheitsfördernde Maßnahmen bereits ab dem frühen Kindesalter sind.



Mein herzlicher Dank gilt allen, die diese Kindergesundheitswochen aktiv mitgestalten. Hierzu zählt der Bereich der Frühen Hilfen, die Kitas und Familienzentren, die Schulen mit der offenen Ganztagsbetreuung (OGS), die Kinder- und Jugendzentren, Vereine und das Spielmobil. Auch das Gesundheitsamt des Rhein-Erft-Kreises, die AOK Rheinland/Hamburg, der Kreissportbund Rhein-Erft und die Caritas Erziehungs- und Familienberatungsstelle Kerpen unterstützen und begleiten mit ihrer Fachkompetenz als wichtige Kooperationspartner das abwechslungsreiche und vielfältige Programm. Die Zusammenarbeit aller Beteiligten macht sichtbar, wie vielfältig Gesundheitsförderung in der Kolpingstadt Kerpen bereits gelebt wird und wie wertvoll und unterstützend gute Netzwerkarbeit ist.

Die Kindergesundheitswochen werden finanziell durch das Landesprogramm NRW „kinderstark – NRW schafft Chancen“, die Bundesstiftung Frühe Hilfen sowie das Bildungs- und Teilhabechancenprojekt 2.0, gefördert von der Marga und Walter Boll-Stiftung, unterstützt. Die Organisation wurde von der Präventionsstelle des Amtes für Kinder, Jugend und Familie übernommen.

Ich danke allen, die mitmachen und sich für das gesunde Aufwachsen der Kinder in der Kolpingstadt einsetzen und wünsche allen Mitwirkenden und Teilnehmenden der Kindergesundheitswochen 2026 inspirierende Begegnungen und viele schöne gemeinsame Erlebnisse.

Mit den besten Wünschen

Ihr

A handwritten signature in black ink, appearing to read 'Thomas Jurczyk'.

Thomas Jurczyk
Bürgermeister

Eröffnungsfeier der Kindergesundheitswochen 2026 - Wir machen mit!

Die **Evangelische Grundschule** veranstaltet einen abwechslungsreichen Vormittag ganz im Zeichen von Bewegung, Gesundheit und einem fröhlichen Miteinander. Zum Auftakt erwartet die Schulgemeinschaft und die eingeladenen Gäste ein gesundes Frühstück, bevor dann die **Kinder** gemeinsam mit der **Schulleiterin Marlene Niedenhoff** alle herzlich begrüßen.

Im Anschluss eröffnet **Thomas Jurczyk, Bürgermeister der Kolpingstadt Kerpen**, die Kindergesundheitswochen offiziell.

Zudem wird **Frank Rock, Landrat des Rhein-Erft-Kreises**, ein persönliches Grußwort an die Schulgemeinschaft und Gäste richten.

Ebenfalls wird **Sandra Kisters-Nuderscher, Regionaldirektorin der AOK Rheinland/Hamburg**, mit einem Grußwort zum Auftakt beitragen.

Unter dem Motto „Let’s move!“ geht es danach direkt weiter: Beim großen Spiel- und Aktionsfest auf dem Schulgelände sorgen die **Evangelische Grundschule**, die **AOK Rheinland/Hamburg**, der **Kreissportbund** und das **Spielmobil** für einen abwechslungsreichen und bewegten Vormittag.



Freitag, 25.09.2026



**Evangelische Grundschule
der Stadt Kerpen
Kölner Straße 29 - 35,
50171 Kerpen**



Abschlussfest der Kindergesundheitswochen 2026 - Wir machen mit!

Gemeinsam feiern – Bewegung, Spiel und Spaß!

Zum Abschluss der **Kindergesundheitswochen 2026 – Wir machen mit!** lädt die Präventionsstelle der Kolpingstadt Kerpen in Kooperation mit dem Spielmobil, der Caritas Erziehungs- und Familienberatungsstelle Kerpen, dem Kreissportbund sowie der AOK Rheinland/Hamburg herzlich zu einem bunten **Abschlussfest** ein!

Es wird ein abwechslungsreiches Programm mit spannenden Spielen und Mitmachaktionen für Kinder und Familien angeboten.

Ob beim gemeinsamen Spielen, Toben, Ausprobieren oder Anfeuern – hier ist für jeden etwas dabei!



Freitag, 09.10.2026



14:00 bis 18:00 Uhr



Platz der Integration,
Augsburger Str.
50170 Kerpen



Eltern-Baby-Pilates

60 Minuten Pilates für Eltern mit Baby (0-1 Jahre):

Im Mittelpunkt steht die sanfte Kräftigung und Stabilisierung der Körpermitte und Beckenbodenmuskulatur sowie die Mobilisation des Rückens und Schulterbereichs. Hier können Eltern sowohl Bewegung und Körperbewusstsein, als auch die gemeinsame Zeit mit dem Baby miteinander verbinden.



Dienstag, 22.09.2026



**Familienladen (Haus der Familie)
Kölner Str. 15,
50171 Kerpen**



kerpen für Kinder
Präventionsstelle der Kolpingstadt Kerpen

Bewegungslandschaft für U3 Kinder

In der Turnhalle bauen wir eine Bewegungslandschaft für Kinder von 1 bis 3 Jahren auf. Wir möchten gerne den Kleinsten die Möglichkeit geben, sich frei entfalten zu können. Wir bieten verschiedenen Elemente den Kindern an, von Klettern über Fahrzeug fahren und gemeinsame Bewegungslieder singen.



Mittwoch, 16.09.2026



15:00 - 16:00 Uhr



Familienzentrum Klein Föß
Broichstraße 12
50170 Kerpen



Die Teilnahme ist kostenlos.



Anmeldung per E-Mail an:
Inga Wißkirchen
Inga.wisskirchen@gmail.com

Fahrradtour & Picknick

Wir laden Kinder und ihre Familien herzlich zu einer Fahrradtour mit anschließendem Picknick ein!

Zusammen entdecken wir die Natur und entspannen an einem schönen Platz am Wasser.

Was Sie brauchen:

- Fahrrad, Helm
- Picknickdecke
- Essen und Trinken
- Sandspielzeug (optional)



Samstag, 19.09.2026



10:30 Uhr



**Städt. Kita Mühlenbachkinder
Pappelstraße 5,
50169 Kerpen**



Die Teilnahme ist kostenlos.



**Anmeldung unter:
Tel.: 02237/ 9799056
E-Mail: kitamuehlenbach@stadt-kerpen.de**

Gesundes Kochen & Genießen

Wir laden Kinder und ihre Familien herzlich zu einem Kochkurs für gesundes, leckeres Essen ein!

Gemeinsam entdecken wir neue Rezepte, schneiden, rühren und kochen, um zusammen ein köstliches Mahl zu genießen. Ein fröhlicher Nachmittag für Groß und Klein!



Freitag, 25.09.2026



16:30 Uhr



**Städt. Kita Mühlenbachkinder
Pappelstraße 5,
50169 Kerpen**



2 Euro



**Anmeldung unter:
Tel.: 02237/ 9799056
E-Mail: kitamuehlenbach@stadt-kerpen.de
(max. 5 Familien)**

Eltern-Kind-Aktion: Die gesunde Brotdose

Leckere Ideen für eine gesunde Brotdose!

Wir schauen uns gemeinsam an:
Was ist eigentlich „gesund“? Wie viel Zucker
enthalten verschiedene beliebte Snacks? Und
welche Alternativen gibt es?



Freitag, 25.09.2026



14:30 - 15:30 Uhr



Kath. Kita St. Michael,
Neuer Weg 34,
50170 Kerpen



Die Teilnahme ist kostenlos.



Anmeldung bis zum 22.06.2026
telefonisch oder per E-Mail:
02275-7446
kita.st.michael@kerpen-sued-west.de

Entspannungseinheit für Vorschulkinder

Das AWO Familienzentrum Sonnenblume bietet in Kooperation mit dem Kreisgesundheitsamt einen Entspannungskurs für Vorschulkinder an.

Frau Schmidt führt den Kurs durch und ist Gesundheits- und Krankenpflegerin & B.A. Gesundheitspsychologie & Medizinpädagogik.



Das Angebot gibt den Vorschulkindern einen spielerischen Einblick in verschiedene Entspannungsmethoden. Durch Bewegung, Atemübungen, Fantasiereisen oder kleine Achtsamkeitsübungen lernen die Kinder, ihren Körper bewusst wahrzunehmen und Momente der Ruhe zu erleben. Ziel ist es, den Kindern einfache Strategien zur Entspannung und zum Umgang mit Anspannung im Alltag zu vermitteln.



**Donnerstag, 24.09.2026 +
Mittwoch, 07.10.2026**



**AWO Kinderhaus & Familienzentrum
Sonnenblume
Taunusstraße 44
50169 Kerpen**



**Weiterführende Informationen:
Anna Schmidt (Gesundheitsamt des
Rhein-Erft-Kreises)
Anna.Schmidt@Rhein-Erft-Kreis.de**

Mit allen Sinnen gesund genießen

Im Ernährungsprojekt lernen Kinder die Ernährungspyramide über das AOK-Programm „JolichenKids“ kennen. Der Fokus liegt auf der spielerischen Vermittlung von fundiertem Ernährungswissen. Dabei entdecken die Kinder Lebensmittel ganzheitlich mit allen fünf Sinnen.



Sie fühlen die unterschiedlichen Oberflächenstrukturen von Obst oder Gemüse. Beim Schmecken unterscheiden sie intensiv zwischen süß, sauer, bitter und salzig. Zudem hören sie Knuspergeräusche, sehen bunte Farben und riechen feine Aromen. Diese sensorische Erfahrung fördert ein gesundes Essverhalten von klein auf. Die Kinder begreifen, wie abwechslungsreich Nahrung ist. So verknüpfen sie theoretisches Wissen direkt mit realen Alltagserfahrungen.



Mai und Oktober 2026



**FRÖBEL-Kindergarten Quellenpark
Glück-Auf-Straße 56
50169 Kerpen**

Barfuß durchs Leben – Gesunde Füße von Anfang an

Barfußlaufen fördert die natürliche Entwicklung der Füße und damit die gesamte Bewegungsentwicklung. Entgegen eines häufigen Vorurteils werden Kinder dadurch nicht krank: Der Wechsel zwischen warmen und kühlen Reizen trainiert die Gefäße, regt die Durchblutung an und stärkt das Immunsystem.



Kalte Füße bedeuten nicht automatisch, dass ein Kind friert – wichtig ist, dass der restliche Körper, insbesondere Beine und Oberkörper, warm gehalten wird. Im Kita-Alltag achten wir darauf, wann und wie lange Barfußlaufen sinnvoll ist. Deshalb laufen unsere Kinder häufig barfuß oder in Stoppersocken statt in festen Hausschuhen – für gesunde Füße, mehr Körperwahrnehmung und Freude am Entdecken. In diesem Sinne: Schuhe aus - Welt an!



September 2026



FRÖBEL-Kindergarten Quellenpark
Glück-Auf-Straße 56
50169 Kerpen

Ruheinseln im Alltag – Wohlbefinden und Selbstregulation fördern

Im Kindergarten Quellenpark wird Entspannung ganzheitlich gelebt. Die Kinder wählen flexibel zwischen ruhigen Angeboten wie dem Liegen im Ruheraum, dem Hören von Entspannungsgeschichten, Vorlesezeiten oder kreativem Malen.



Diese gezielten Rückzugsmöglichkeiten fördern die sensorische Integration, unterstützen die emotionale Selbstregulation und ermöglichen eine kognitive Regeneration nach intensiven Spielphasen. Ergänzend dazu stärken gezielte Bewegungsangebote das Körpergefühl. Durch den bewussten Wechsel von Anspannung und Entspannung bauen die Kinder überschüssige Energie effektiv ab und lösen körperliche Verspannungen. Dieses ausgewogene Konzept schafft eine harmonische Balance im Kita-Alltag, die sowohl den Geist zur Ruhe bringt als auch die motorische Entwicklung der Kinder optimal unterstützt.



FRÖBEL-Kindergarten Quellenpark
Glück-Auf-Straße 56
50169 Kerpen

Bewegungsmacher – Gesundheit und Bewegung von Anfang an

In diesem Jahr bieten wir unseren zweijährigen Kindern das Präventions- und Gesundheitsangebot „Bewegungsmacher“ an. Das Programm wird durch die Unterstützung einer Krankenkasse sowie über Fördermitgliedschaften finanziert und ermöglicht den Kindern einen spielerischen Zugang zu Bewegung und Körperwahrnehmung.



Durch altersgerechte Bewegungsimpulse werden Motorik, Koordination, Selbstvertrauen und Freude an körperlicher Aktivität gefördert. Die Kinder sammeln vielfältige Bewegungserfahrungen, lernen ihren eigenen Körper besser kennen und entwickeln wichtige Grundlagen für eine gesunde Entwicklung. Das Angebot unterstützt die Kinder dabei, aktiv, sicher und mit Spaß ihre Bewegungswelt zu entdecken.



FRÖBEL-Kindergarten Quellenpark
Glück-Auf-Straße 56
50169 Kerpen

Brückenbauer – Gemeinsam stark bauen

Im Bauraum planen und bauen die Kinder gemeinsam Brücken aus unterschiedlichen Materialien. Dabei fördern sie spielerisch ihre Feinmotorik, Konzentration und Ausdauer. Durch das gemeinsame Planen, Absprechen und Lösen von Herausforderungen werden Teamfähigkeit, Kommunikation und Selbstvertrauen gestärkt.

Die Kinder erleben Selbstwirksamkeit und lernen, mit Frustration umzugehen und gemeinsam Lösungen zu finden. Das Projekt unterstützt damit die körperliche, geistige und soziale Gesundheit und trägt zu einer ganzheitlichen gesunden Entwicklung bei.



FRÖBEL-Kindergarten Quellenpark
Glück-Auf-Straße 56
50169 Kerpen

Tiergestützte Pädagogik – Lernen mit Lea, Ich und Charma

Unsere drei Schafe Lea, Ich und Charma sind ein besonderer Bestandteil unserer tiergestützten pädagogischen Arbeit. Sie leben frei auf unserem Außengelände und ermöglichen den Kindern wertvolle Begegnungen mit Tieren. Durch das Beobachten, Füttern und die Pflege entwickeln die Kinder Verantwortungsgefühl, Empathie und soziale Kompetenzen.



Die Schafe spiegeln Gefühle und Verhalten auf eine besondere Weise wider und schenken den Kindern Vertrauen, Ruhe und emotionale Sicherheit. Auch die Familien sind eingebunden: Am Wochenende übernehmen Eltern die Pflege und besuchen die Schafe gemeinsam mit ihren Kindern. Darauf sind unsere Kinder besonders stolz und erleben sich als verantwortungsvolle Tierfreunde.



FRÖBEL-Kindergarten Quellenpark
Glück-Auf-Straße 56
50169 Kerpen

YoBaDo Kids – Prävention, Bewegung und Selbststärkung

Mit YoBaDo Kids bieten wir unseren Elementarkindern ein ganzheitliches Präventions- und Gesundheitsangebot, das wir jährlich über Fördermitgliedschaften für unsere Einrichtung einkaufen. Das Programm verbindet Bewegung, Achtsamkeit und soziale Kompetenzen miteinander.



Die Kinder lernen spielerisch, ihren Körper wahrzunehmen, Gefühle auszudrücken, Grenzen zu erkennen und respektvoll miteinander umzugehen. Durch kindgerechte Übungen werden Selbstvertrauen, Körperbewusstsein und ein positives Miteinander gestärkt. YoBaDo Kids unterstützt die Kinder dabei, ihre eigenen Stärken zu entdecken und wichtige Fähigkeiten für ihre persönliche Entwicklung aufzubauen.



FRÖBEL-Kindergarten Quellenpark
Glück-Auf-Straße 56
50169 Kerpen

Matschen – Gesund durch Entdecken

Ob Matschkuchen backen, Würmer ausgraben oder Flüsse im Schlamm bauen – Matschen macht Kindern nicht nur Spaß, sondern fördert Kreativität, Fantasie und das gemeinsame Spiel. Wissenschaftliche Erkenntnisse zeigen, dass der Kontakt mit natürlichen Keimen das Immunsystem unterstützt und das Risiko für Allergien und Asthma verringern kann.



Und wo, wenn nicht in der Kita, können Kinder sich nach Herzenslust ausleben und so richtig matschen? Wir bieten vielfältige Möglichkeiten, sich auszuprobieren und wertvolle Sinneserfahrungen zu sammeln. Bei uns ist es ausdrücklich erlaubt zu matschen, zu kleckern und zu klecksen – denn Lernen darf auch schmutzig sein.



FRÖBEL-Kindergarten Quellenpark
Glück-Auf-Straße 56
50169 Kerpen

Mut tut gut – Kinder stärken, Selbstvertrauen entwickeln

Mit dem Präventionsprojekt „Mut tut gut“ bieten wir unseren Kindern ein sozial-emotional stärkendes Angebot, das wir jährlich über Fördermitgliedschaften für unsere Einrichtung einkaufen. Im letzten Kita-Jahr führt eine Trainerin das Programm mit unseren Kindern durch.



Dabei werden Selbstvertrauen, Resilienz, Gefühle, Grenzen und ein wertschätzender Umgang miteinander spielerisch gefördert. Zusätzlich führen wir jährlich das speziell für unsere Kita konzeptionell angepasste Angebot „Mini Mut“ für Kinder im Alter von 3 bis 5 Jahren durch. So erhalten Kinder altersgerecht die Möglichkeit, ihre Stärken zu entdecken, Sicherheit zu entwickeln und mutig ihren Weg zu gehen.



FRÖBEL-Kindergarten Quellenpark
Glück-Auf-Straße 56
50169 Kerpen

Ich kann das! Erfolgreicher Start unseres Schwimmprojekts im FRÖBEL-Kindergarten Quellenpark

Erfolgreicher Start des Schwimmprojekts „Ich kann das!“ im FRÖBEL-Kindergarten Quellenpark

Im FRÖBEL-Kindergarten Quellenpark sind die ersten beiden Schwimmgruppen erfolgreich gestartet. Die Kinder absolvierten ihre ersten Wassergewöhnungsabzeichen und erhielten Urkunden für ihre Teilnahme.



Im Rahmen des FRÖBEL-Kompetenzprogramms „Ich kann das!“ nehmen alle Kinder im letzten Kindergartenjahr in vier Gruppen an kostenfreien Schwimmkursen der Sharky Schwimmschule teil. Das Projekt wird durch die FRÖBEL-Fördermitgliedschaften finanziert und ist für die Familien kostenfrei. Spielerisch stärken die Kinder ihre Sicherheit im Wasser, ihr Körpergefühl, ihre Koordination sowie Mut und Selbstvertrauen. Das Projekt vermittelt wichtige Lebenskompetenzen und legt eine wertvolle Grundlage für das spätere Schwimmenlernen. Kinder, Familien und pädagogische Fachkräfte sind begeistert von den ersten Erfolgen.



FRÖBEL-Kindergarten Quellenpark
Glück-Auf-Straße 56
50169 Kerpen

Kleine Gärtner – Wir pflanzen und entdecken

Gemeinsam pflanzen wir mit den Kindern verschiedene Gemüsesorten an. Dabei erleben sie, wie aus einem kleinen Samen eine Pflanze wächst. Die Kinder lernen spielerisch den Umgang mit der Natur, übernehmen Verantwortung durch regelmäßiges Gießen und Beobachten die Veränderung der Pflanze.

Fördert: Neugier, Sinneswahrnehmung, Verständnis für Lebensmittel und nachhaltiges Handeln



Dienstag, 15.09.2026



**Städt. KiTa Hummelburg
Zum Vogelruther Feld 44
50170 Kerpen**

Tennisstunde

Wir bieten den Kindern eine spielerische Tennisstunde mit einem erfahrenen Tennistrainer an. Dabei lernen die Kinder auf spielerische Weise den Umgang mit Schläger und Ball kennen und sammeln erste Erfahrungen mit dem Tennissport.



Durch verschiedene Übungen und Spiele werden insbesondere die Auge-Hand-Koordination, die Reaktionsfähigkeit und die motorischen Fähigkeiten der Kinder gefördert. Gleichzeitig entwickeln sie ein besseres Gefühl für den Ball und lernen, Bewegungen gezielt einzusetzen. Der Spaß an der Bewegung und das gemeinsame Ausprobieren stehen dabei im Vordergrund.



Donnerstag, 24.09.2026



14:00 Uhr



**Städt. KiTa Hummelburg
Zum Vogelruther Feld 44
50170 Kerpen**



Die Teilnahme ist kostenlos



**Anmeldung bei dem Leitungsteam
Alicja Plessner und
Angelika Malzkorn**

Barfuß entdecken – die Welt mit den Füßen fühlen

Die Kinder entdecken verschiedene Materialien barfuß, wie Sand, Steine, Wasser, Gras und Holz. Sie erleben unterschiedliche Gefühle unter den Füßen und lernen ihren Körper besser kennen.



Durch das freie Bewegen und Erkunden werden Sinneswahrnehmung, Mut und Neugierde gefördert. Die Kinder tauschen ihre Erfahrungen aus und beschreiben, was sie angenehm fanden oder was sich ungewohnt anfühlte.



Montag, 21.09.2026 -
Mittwoch, 23.09.2026



Städt. KiTa Hummelburg
Zum Vogelruther Feld 44
50170 Kerpen

Barfuß Pfad

Barfuß Pfad mit unterschiedlichen Materialien

- Förderung der Fußgesundheit
- Sinneswahrnehmung
- Förderung des Gleichgewichtssinnes
- Bewegung / Wohlbefinden
- Stärkung / Wohlbefinden
- Stärkung des Immunsystems



Montag, 05.10.2026



**Städt. KiTa Hummelburg
Zum Vogelruther Feld 44
50170 Kerpen**

Obstsalat

Gemeinsam mit den Kindern besprechen wir, welche verschiedenen Obstsorten es gibt und welche wichtigen Vitamine darin enthalten sind. Dabei sprechen wir auch über einen bewussten und angemessenen Umgang mit Lebensmitteln sowie über wichtige Regeln beim gemeinsamen Essen.



Anschließend bereiten wir gemeinsam einen leckeren Obstsalat zu. Die Kinder dürfen dabei aktiv mithelfen und verschiedene Obstsorten kennenlernen. Zum Abschluss essen wir den selbst zubereiteten Obstsalat gemeinsam.

Durch die gemeinsame Zubereitung des Obstsalats sammeln die Kinder eigene Erfahrungen, fördern ihre Selbstständigkeit und Feinmotorik und erleben gleichzeitig Gemeinschaft.



Donnerstag, 08.10.2026



10:00 Uhr



**Städt. KiTa Hummelburg
Zum Vogelruther Feld 44
50170 Kerpen**



Die Teilnahme ist kostenlos. Jedes Kind bringt von zu Hause Obst mit.



Anmeldung bei Simone Justen

Bewegungsbaustelle

Wir gestalten eine Bewegungsbaustelle, an der die Kinder verschiedene Stationen ausprobieren und sich vielfältig bewegen können. Die Stationen bieten unterschiedliche Bewegungsmöglichkeiten, wie zum Beispiel Balancieren, Hüpfen, Laufen, Klettern und Springen.



Die Kinder können die einzelnen Stationen selbstständig erkunden und dabei ihre eigenen Fähigkeiten und Grenzen kennenlernen. Durch die abwechslungsreichen Bewegungsangebote werden insbesondere die Grobmotorik, das Gleichgewicht, die Koordination und die Körperwahrnehmung gefördert. Dabei können die Kinder ihrem individuellen Entwicklungsstand entsprechend teilnehmen und eigene Bewegungserfahrungen sammeln.



Donnerstag, 01.10.2026



10:00 Uhr



**Städt. KiTa Hummelburg
Zum Vogelruther Feld 44
50170 Kerpen**



Die Teilnahme ist kostenlos



**Anmeldung bei Sarah Walther
Bitte Stoppersocken oder
Turnschlappchen mitbringen**

Körper-Wunderwelt: Fühlen, Schmecken, Mitmachen

- Kamishibai
- Projekt Würfelzucker
- Experiment Lebensmittel
- Bewegungsbaustelle
- Barfußpfad
- Kinderyoga
- Brot backen und selbstgemachte Dips
- Geschmacksprobe Kinder
- Geschmacksprobe Erwachsene
- Abschluss Präsentation



**Dienstag, 15.09.2026 -
Mittwoch, 30.09.2026**



**Städt. Kindertagesstätte Löwenzahn
Glück-Auf-Straße 11
50169 Kerpen**



Selbstbehauptungs- und Resilienz- Training für Kinder

Dieses Training nach dem Konzept „Stark auch ohne Muckis“ stärkt Kinder im Alter von 6-10 Jahren darin, selbstbewusst, widerstandsfähig und empathisch zu werden.

Die Kinder lernen, konstruktiv mit Mobbing und anderen Herausforderungen umzugehen, indem sie Selbstvertrauen, Kommunikationsstärke und Konfliktfähigkeit entwickeln.

Der Fokus liegt auf mentaler, emotionaler und sozialer Stärke – nicht auf körperlicher Kraft– damit die Kinder mutig, gelassen und mitfühlend ihren Alltag meistern.

Ein Elternabend findet am Donnerstag, den 15.10.2026 um 19:30 Uhr statt.



Donnerstag, 08.10.2026
Mittwoch, 14.10.2026
Donnerstag, 15.10.2026



14:30 - 16:00 Uhr



**Kath. Montessori Kinderhaus St.
Maria Königin
Goethestraße 23,
50170 Kerpen**



Die Teilnahme ist kostenlos



**Anmeldung über die Homepage:
familienzentren-horrem-sindorf.de**



Yoga für Kinder

Achtsamkeit und Entspannung für Kinder

Im Kurs erleben die Kinder altersgerechte und spielerische Meditationen, Fantasiereisen und wertvolle Achtsamkeitsübungen.



Sie entdecken ihre eigenen Ressourcen und lernen auf spielerische Weise, wie sie ihre kleinen und großen Herausforderungen besser meistern können.

Entspannte Kinder können sich besser konzentrieren, werden ruhiger und erleben weniger Stress und Unruhe.

Im Kurs gibt es außerdem viele Bewegungs- und Atemübungen.



Die genauen Termine können Sie der Homepage entnehmen



Kath. Kita Christus König
Dechant- Buff-Str.2
50169 Kerpen



Anmeldung über die Homepage:
www.familienzentren-horrem-sindorf.de/aktuelles/veranstaltungen/

Eltern-Kind-Yoga

Gemeinsam entspannt

Freue dich auf magische und bereichernde Stunden mit deinem Kind. Gemeinsam werden wir in die farbenfrohe Welt der Achtsamkeit und Entspannung eintauchen.



Kleine Achtsamkeits- und Atemübungen, die helfen, für einen Moment in Entspannung zu kommen. Eine Fantasiereise, die auch die innere Ruhe fördert.



Und kleine Rituale, die leicht in den Familienalltag integriert werden können und für mehr Harmonie und Wohlbefinden sorgen.

Freue dich darauf diese wunderbare Reise der Achtsamkeit und Entspannung mit dir und deinem Kind zu erleben.



Die genauen Termine können Sie der Homepage entnehmen



Kath. Kita Christus König
Dechant- Buff-Str.2
50169 Kerpen



Anmeldung über die Homepage:
www.familienzentren-horrem-sindorf.de/aktuelles/veranstaltungen/

Gesunde Getränke & Bewegung

Zusammen mit dem Spielmobil der Kolpingstadt Kerpen erfahren die Kinder in einer Spielekette etwas über die Wichtigkeit des Trinkens und die Auswahl der Getränke und es werden Bewegungsanlässe geschaffen.



**Dienstag, 22.09.2026 -
Freitag, 25.09.2026
Freitag, 09.10.2026**



16:00 - 18:00 Uhr



Standorte des Spielmobils

**Dienstag:
Brüggen, Spielplatz Harzstraße**

**Mittwoch:
Kerpen, Maastrichter Straße 5-7, Platz
vor dem MOSAIK, Haus der Vielfalt**

**Donnerstag:
Horrem, Buchenhöhe auf der Wiese vor
den Hochhäusern**

**Freitag:
Sindorf, Platz der Integration**



Die Teilnahme ist kostenlos.



**Kontakt:
spielmobil@stadt-kerpen.de**



„Das tut mir gut - Kinder und Eltern entdecken die goldene Brille der guten Orte & Dinge!“

Kindern und Eltern stellen mit unterstützender Begleitung kreativ die Orte und Dinge dar, die gut tun und ein sicheres Wohlfühlgefühl vermitteln. Mittels von den Teilnehmer*innen genutzten visuellen Gestaltungstechniken (Malen, Ausschnitt-, Ausriss-, Klebetechnik) bekommen diese Orte und Dinge eine Gestalt und können mitgenommen oder fotografiert – und so weiter erinnert und verinnerlicht werden.

Diese Methode soll - jenseits von Problemsicht und Defizitorientierung - niedrigschwellig und mit Freude darin unterstützen, gute, sichere und zum eigenen Wohlbefinden hilfreiche Orte, Dinge, Menschen im eigenen Leben zu identifizieren.

So sollen diese im weiteren Alltag für die Betroffenen leichter zugänglich werden und z. B. bei Belastungserleben hilfreich sein. Im Dialog mit Kindern und Eltern wollen wir dabei die „goldene Brille“ benutzen, um Eltern die Stärken und Ressourcen ihrer Kinder entdecken zu lassen – und ihre eigenen als Eltern!

Der inhaltliche Hintergrund zu diesem Angebot besteht u. a. in medienpädagogisch übersetzten Überlegungen zu Resilienz-förderung und Traumasensibilität.



Freitag, 09.10.2026



14:00 - 17:00 Uhr



**Platz der Integration,
Augsburger Str.
Kerpen-Sindorf**



Die Teilnahme ist kostenlos.



Gesund durch die Woche!

Für Körper und Geist

Obst- und Gemüseblindverkostung: Verschiedene Speisen werden blind verkostet und man muss die Speise benennen und auf einer Skala eintragen, wie gesund die Speise ist.



Workshop: Wie viel Zucker steckt darin?: Bei verschiedenen Lebensmitteln muss der Zuckergehalt, in Zuckerwürfeln, geschätzt werden.

Gefühlsbarometer: Gefühle erkennen und ausdrücken, mit Hilfe eines Gefühlsbarometers. Hierfür werden Videos und Bilder aus verschiedenen Situationen gezeigt.

Ernährungsquiz: Verschiedene Fragen über gesunde und ungesunde Ernährung.



**Donnerstag, 17.09.2026 -
Donnerstag, 01.10.2026**



15:00 - 18:00 Uhr



**Kinder-und Jugendzentrum 21 Horrem
Mittelstraße 21
50169 Kerpen-Horrem**

Klick mit Köpfchen – Medien bewusst entdecken

In diesem Mitmach-Projekt entdecken Kinder spielerisch, wie Medien ihren Alltag bereichern und wie sie bewusst mit ihnen umgehen können. Gemeinsam schauen wir auf Lieblingsmedien, Bildschirmzeiten, Gefühle beim Mediennutzen und die Bedeutung von Pausen.



Durch kreative Übungen, Bewegungsspiele, Gespräche und kleine Experimente lernen die Kinder, eigene Bedürfnisse, Stärken und Ressourcen wahrzunehmen. Dabei erkunden sie, was ihnen guttut und wie eine gute Balance zwischen Medienzeit, Bewegung, Freundschaften, Kreativität und Erholung gelingen kann. Im Mittelpunkt stehen Neugier, Selbstvertrauen und Freude – nicht Verbote.

(Maximal 14 Kinder im Alter von 6-12 Jahren)



Dienstags, 15.09., 22.09. + 29.09.2026



16:45 - 17:45 Uhr



Kinder- und Jugendzentrum Domiziel e.V.
Elisabethstr. 25,
50171 Kerpen



Ermöglicht durch finanzielle
Unterstützung des katholischen Vereins
zur Förderung der Kinder- und
Jugendarbeit Domiziel e.V.



Kinder- und Jugendzentrum Domiziel e.V.
Britta Münch-Holtermann
domiziel@netcologne.de
02275- 913740



Wildkräuter & Beeren – Die Natur mit allen Sinnen erleben

In diesem Kurs lernen die Kinder/Jugendlichen die jahreszeitlichen Wildkräuter & Beeren mit allen Sinnen kennen: Fühlen, Riechen und Schmecken. Gemeinsam lernen wir die Pflanzen, ihren heilkundlichen und kulinarischen Nutzen kennen. Wir verarbeiten die Kräuter & Beeren zu einer kleinen wilden Mahlzeit z. B. Aufstrich und einer Schüttelbutter.



Als Getränk stellen wir aus den Kräutern & Beeren einen Tee und eine Limo her. Gemeinsam verköstigen wir die wilden Snacks im Anschluss.

Zum Abschluss erstellen wir Fensterbilder mit Farbe und Abdrücken aus den gezeigten Pflanzen.

Die genaue Auswahl der Pflanzen ist abhängig vom Status der Natur zum Zeitpunkt des Angebots, z. B. Hagebutten, Brombeeren, Hasel-/Walnuss, Apfel, Schafgarbe, Spitzwegerich



Donnerstag, 17.09.2026



16:00 - 18:00 Uhr



**Kinder- und Jugendzentrum Domiziel e.V.
Elisabethstr. 25,
50171 Kerpen**



Die Teilnahme ist kostenlos.



**Kinder- und Jugendzentrum Domiziel e.V.
Britta Münch-Holtermann
domiziel@netcologne.de
02275- 913740**



Kinder & Jugendliche von 6-14 Jahren erleben einen Bio-Bauernhof

Der Biohof Gut Onnau öffnet sein Hoftor und seine Stalltüren für Kinder & Jugendliche.

Wir zeigen:

- Wie wir arbeiten
- Wie wir unsere Hühner halten
- Wo unsere Kartoffeln und Kürbisse wachsen
- Woran man ein regional und ökologisch erzeugtes Lebensmittel erkennt.

Der Ausflug startet am Juze Elisabethstr. Die Gruppe geht zusammen zum Gut Onnau, 50171 Kerpen-Blatzheim.



Freitag, 18.09.2026



15:00 - 18:00 Uhr



Treffpunkt: um 15:00 Uhr vor dem Juze – Elisabethstr. 25 in 50171 Kerpen-Blatzheim - Ende um 18:00 Uhr am Juze



5 Euro (Sollte es Schwierigkeiten geben, den Betrag zahlen zu können, kann man sehr gerne auf uns als Juze zugehen. Hier finden sich sicherlich Möglichkeiten.)



Anmeldung bis zum 16.09.2026 per E-Mail an: evamarialuepschen@gmx.de (Mitarbeiterin des JuZe Domiziel)



Power für Körper & Kopf

Im Rahmen der Kindergesundheitswochen bietet das Kinder- und Jugendzentrum Kerpen vielfältige und alltagsnahe Aktionen zu den Themen Ernährung, Bewegung und mentale Gesundheit an. In kreativen Angeboten wie Kochen, Yoga, Bewegungsspielen oder einem Erste-Hilfe-Kurs setzen sich die Kinder aktiv mit ihrer Gesundheit auseinander.



Ein besonderer Schwerpunkt liegt auf der bewussten Auseinandersetzung mit Lebensmitteln und Konsumverhalten. Gemeinsam wird beispielsweise untersucht, wie viel Zucker oder Kohlenhydrate in vermeintlich „gesunden“ Produkten enthalten sind, um ein kritisches Bewusstsein für Werbung und Verpackungsaussagen zu fördern. Durch aktive Partizipation und Mitgestaltung der Angebote werden Selbstwirksamkeit, soziale Kompetenzen und gesundheitsbewusstes Handeln gestärkt. Ziel des Projektes ist es, Kinder spielerisch zu stärken und ihnen nachhaltige Impulse für einen gesunden und bewussten Alltag mitzugeben.



Montag, 21.09.2026 -
Freitag, 09.10.2026



ca. 14:30 - 17:00 Uhr



Kinder-und Jugendzentrum Kerpen
Kölner Straße 27
50171 Kerpen



Die Teilnahme ist kostenlos.



Do It Yourself – Selbstverteidigungskurs

Im Rahmen der Kindergesundheitswochen bietet das Kinder- und Jugendzentrum Kerpen einen Selbstverteidigungskurs für Kinder an. In spielerischer und altersgerechter Form lernen die Teilnehmenden, wie sie sich in gefährlichen Situationen schützen und sicher verhalten können.



Der Kurs vermittelt einfache Techniken zur Abwehr, stärkt Selbstbewusstsein, Körperbeherrschung und Aufmerksamkeit. Neben praktischen Übungen steht auch die Sensibilisierung für Gefahren und der Umgang mit Konflikten im Vordergrund. Die Kinder lernen, ihre Kräfte richtig einzuschätzen und selbstbewusst aufzutreten. Der Kurs bietet einen sicheren Raum, um Mut, Selbstvertrauen und Teamgeist zu entwickeln. Alle Kinder sind herzlich eingeladen, aktiv mitzumachen.



Donnerstag, 08.10.2026



ca. 14:30 - 17:00 Uhr



**Kinder-und Jugendzentrum Kerpen
Kölner Straße 27
50171 Kerpen**



2 Euro



**Anmeldung bis zum 28.09.2026 per
E-Mail an:
Stephanie Löhr
juzekerpen@stadt-kerpen.de**



Ready to Help - Erste-Hilfe-Kurs

Im Rahmen der Kindergesundheitswochen bietet das Kinder- und Jugendzentrum Kerpen einen spannenden Erste-Hilfe-Kurs für Kinder an. Spielerisch lernen die Teilnehmenden wichtige Grundlagen der Ersten Hilfe kennen – vom Notruf bis zur Versorgung kleiner Verletzungen.



Durch praktische Übungen werden Hilfsbereitschaft, Selbstvertrauen und Verantwortungsbewusstsein gestärkt. Mit Spaß und altersgerechten Aktionen entdecken die Kinder, wie sie in Notfallsituationen richtig handeln und anderen helfen können. Alle Kinder sind herzlich eingeladen mitzumachen und zu kleinen Alltagshelden zu werden.



Der genaue Termin wird auf dem Instagram-Account (juzekerpen_kinderaccount) bekannt gegeben.



14:30 - 17:00 Uhr



Kinder-und Jugendzentrum Kerpen
Kölner Straße 27
50171 Kerpen



2 Euro



Anmeldung bis zum 21.09.2026 per
E-Mail an:
Stephanie Löhr
juzekerpen@stadt-kerpen.de



Time to stretch & relax - YOGA

Im Rahmen der Kindergesundheitswochen bietet das Kinder- und Jugendzentrum Kerpen ein spannendes Yoga-Projekt für Kinder an. Spielerisch lernen die Teilnehmenden einfache Yogaübungen, Atemtechniken und Entspannungsmethoden kennen. Dabei stehen Bewegung, Spaß und das eigene Körpergefühl im Mittelpunkt.



Yoga stärkt nicht nur die Beweglichkeit und Konzentration, sondern hilft Kindern auch dabei, Ruhe zu finden und Stress abzubauen. Gemeinsam entdecken wir fantasievolle Übungen, kleine Entspannungsreisen und Momente der Achtsamkeit. Das Projekt schafft Raum zum Ausprobieren, Wohlfühlen und gemeinsamen Erleben. Alle Kinder sind herzlich eingeladen mitzumachen und Yoga auf kreative und kindgerechte Weise kennenzulernen.



Der genaue Termin wird auf dem JuZe Account ([juzekerpen_kinderaccount](#)) bekannt gegeben.



14:30 - 17:00 Uhr



Kinder-und Jugendzentrum Kerpen
Kölner Straße 27
50171 Kerpen



2 Euro



Anmeldung bis zum 21.09.2026 per
E-Mail an:
Stephanie Löhr
juzekerpen@stadt-kerpen.de



Deutsches Sportabzeichen Teil 1/2

Für Kinder von 6 - 13 Jahren

Laufen, Springen, Werfen, hier kannst du zeigen, was in dir steckt!

Gemeinsam probieren wir verschiedene Übungen aus und trainieren spielerisch für das Deutsche Sportabzeichen.

Am Ende kannst du deine Leistungen prüfen lassen und deinem Abzeichen ein Stück näherkommen.



Dienstag, 15.09.2026
Dienstag, 06.10.2026



14:30 - 17:00 Uhr



Kinder- und Jugendzentrum Sindorf
Hüttenstraße 86 – 88,
50170 Kerpen



Die Teilnahme ist kostenlos.



Deutsches Sportabzeichen Teil 2/2

Für Kinder von 6 - 13 Jahren

Laufen, Springen, Werfen, hier kannst du zeigen, was in dir steckt!

Gemeinsam probieren wir verschiedene Übungen aus und trainieren spielerisch für das Deutsche Sportabzeichen.

Am Ende kannst du deine Leistungen prüfen lassen und deinem Abzeichen ein Stück näherkommen.



Mittwoch, 16.09.2026
Mittwoch, 07.10.2026



14:30 - 17:00 Uhr



Kinder- und Jugendzentrum Sindorf
Hüttenstraße 86 – 88,
50170 Kerpen



Die Teilnahme ist kostenlos.



Erste-Hilfe-Kurs für Kinder mit dem Deutschen Roten Kreuz

Für Kinder von 8 - 11 Jahren

In diesem Kurs lernen Kinder spielerisch und verständlich, wie sie in kleinen Notfällen richtig helfen können. Sie entdecken die Grundlagen der Ersten Hilfe, zum Beispiel, was zu tun ist, wenn sich jemand verletzt oder Hilfe braucht. Mit vielen praktischen Übungen wird gezeigt, dass Helfen gar nicht schwer ist. So werden die Kinder sicherer im Alltag.



Montag, 21.09.2026



14:30 - 17:00 Uhr



Kinder- und Jugendzentrum Sindorf
Hüttenstraße 86 – 88,
50170 Kerpen



Die Teilnahme ist kostenlos.



Anmeldeschluss ist der 14.09.2026
Anmeldung vor Ort oder über die
Homepage
Jennifer Krieger
Juze-Sindorf@stadt-kerpen.de



Kistenklettern

Beim Kistenklettern geht es hoch hinaus! Schritt für Schritt bauen die Kinder einen Turm aus Kisten und versuchen, so hoch wie möglich zu klettern, natürlich gut gesichert und unter Anleitung von Markus Becker.



Dabei werden Mut, Geschick und Gleichgewicht gefördert. Ein spannendes Erlebnis, bei dem man über sich hinauswachsen kann!



Dienstag, 22.09.2026
Mittwoch, 30.09.2026



14:30 - 17:00 Uhr



Kinder- und Jugendzentrum Sindorf
Hüttenstraße 86 – 88,
50170 Kerpen



Die Teilnahme ist kostenlos.



Wie fühlt sich Stress an und was kann ich tun?

Bastelangebot „Duftsäckchen“

Für Kinder von 6 - 13 Jahren

Manchmal ist im Kopf ganz schön viel los oder wir fühlen uns unruhig. In diesem Angebot lernst du, warum das so ist und was dir helfen kann, wieder ruhig zu werden. Gemeinsam basteln wir ein Duftsäckchen, das dir beim Entspannen helfen kann.



Mittwoch, 23.09.2026



14:30 - 17:00 Uhr



Kinder- und Jugendzentrum Sindorf
Hüttenstraße 86 – 88,
50170 Kerpen



Die Teilnahme ist kostenlos.



Anmeldeschluss ist der 22.09.2026
Anmeldung vor Ort oder über die
Homepage
Lucia Paduano
Juze-Sindorf@stadt-kerpen.de



Familie – Gemeinsam kreativ

Ein buntes Mitmach-Angebot für Kinder im Grundschulalter und ihre Familien. Gemeinsam oder allein können Kinder und ihre Familie malen, gestalten, kreativ entdecken. Zum Beispiel mit der Gestaltung eines Familienwappens, eines Wohlfühlortes oder eigenen Ideen. Dabei stehen Spaß, Kreativität und gemeinsame Zeit im Mittelpunkt.



Montag, 28.09.2026



14:30 - 17:00 Uhr



**Kinder- und Jugendzentrum Sindorf
Hüttenstraße 86 – 88,
50170 Kerpen (Sindorf)**



Die Teilnahme ist kostenlos.



**Anmeldung unter:
Lucia.Paduano@stadt-kerpen.de oder
veit@caritas-rhein-erft.de oder
salamon@caritas-rhein-erft.de**

**Ansprechpersonen: Anke Salamon und
Christian Veit (Caritas - Erziehungs-
und Familienberatung Kerpen) Lucia
Paduano (Kinder- und Jugendzentrum
Kerpen Sindorf)**

Erste Hilfe & Selbstschutz in Krisen

Modul 2 Für Kinder von 8-13

Was machst du, wenn plötzlich etwas passiert und es ernst wird? In diesem Kurs lernst du, wie du in schwierigen Situationen ruhig bleibst und richtig reagierst. Du übst gemeinsam mit anderen Kindern, wie man Hilfe holt, auf sich und andere aufpasst und was im Notfall wichtig ist. Dabei wird alles ganz einfach erklärt und zusammen ausprobiert.



Donnerstag, 01.10.2026



15:30 - 17:45 Uhr



**Kinder- und Jugendzentrum Sindorf
Hüttenstraße 86 – 88,
50170 Kerpen**



Die Teilnahme ist kostenlos.



**Anmeldeschluss ist der 19.08.2026
Anmeldung vor Ort oder über die
Homepage
Lucia Paduano
Juze-Sindorf@stadt-kerpen.de**



Mit Freude schwimmen lernen

Gemeinsam mit der Präventionsstelle der Kolpingstadt Kerpen schafft die Schwimmschule des SSK Kerpen e.V. in den Herbstferien ein besonderes Angebot für Kinder rund um das Thema Wasser. Dabei geht es vor allem darum, spielerisch Freude am Wasser zu entwickeln, Vertrauen aufzubauen und Sicherheit zu gewinnen.



Für die Kinder der KiTas Flohzirkus und Sonnenschein steht die Wassergewöhnung im Mittelpunkt. Die Grundschülerinnen und Grundschüler der Albertus-Magnus-Schule können ihre Schwimmfähigkeiten weiterentwickeln und auf dem Weg zum Seepferdchen-Abzeichen wertvolle Erfahrungen sammeln.

Möglich gemacht wird das Projekt durch die Förderung des Landesprogramms „kinderstark – NRW schafft Chancen“ sowie des Bildungs- und Teilhabechancenprojekts 2.0, gefördert durch die Marga und Walter Boll-Stiftung.



**Montag, 19.10.2026 -
Freitag, 30.10.2026**



**Hallenbad Kerpen
Phillip-Schneider-Str. 22,
50171 Kerpen**

Wir bleiben fit und gesund

Durchführung der neu ausgerichteten Bundesjugendspiele begleitet von Workshops zur Kindergesundheit, u.a. Erste-Hilfe-Kurs für Kinder, Was tun bei Stress?, Hand- und Rücken-Massage, Kinder-Yoga, Gesunde und leckere Ernährung....



Samstag, 09.05.2026



GGs Türnich
Rosentalstr. 14-16, 50169
Kerpen-Türnich



Gesundheitstage an der St. Elisabeth-Schule: „Wir halten uns fit!“

An drei Tagen konnten die Kinder täglich an einem wechselnden Workshop-Angebot teilnehmen.

Folgende Workshops gab es:

- Ernährung
- Achtsamkeit
- Erste Hilfe
- Entspannung
- Bewegung
- Digitale Gesundheit
- Mein Körper

Zudem unterstützte uns Herr Dr. Petrakakis mit seinem Team an einem Tag und führte ein Projekt zur Zahngesundheit mit den Drittklässlern durch.

Am Ende der drei Projektstage fand eine Präsentation auf dem Schulfest statt. Hier konnten Besucher die Ausstellungen sichten, Bewegungsangebote nutzen und Erfahrungen im Bereich der Ersten Hilfe gewinnen.



Mittwoch, 27.05.2026 -
Freitag, 29.05.2026



St. Elisabeth-Schule,
Kunibertusstraße 51, 50171 Kerpen

Erste Hilfe mit Kindern

Der ASB führt im Rahmen unserer Projektwoche mit jeder Klasse einen 1. Hilfe Kurs durch.

Im Jahrgang 1/2 je 2 Unterrichtsstunden, im Jahrgang 3 / 4 je drei Stunden.



Montag, 06.07.2026 -
Donnerstag, 09.07.2026



Rathausschule Horrem
Rathausstraße 5,
50169 Kerpen-Horrem



Wir bleiben gesund

In den Projekttagen werden die Schülerinnen und Schüler in verschiedenen Projekten rund um die Gesunderhaltung geschult. Als Abschluss präsentieren Sie den Eltern am letzten Tag die Ergebnisse bzw. ihr neu erworbenes Wissen.



Mittwoch, 07.10.2026 -
Samstag, 10.10.2026



Theodor-Heuss-Schule
Broichmühlenstraße 41,
50171 Kerpen



Projektwochen: Rundum fit - ich mach mit

In den Projektwochen der Evangelischen Grundschule Kerpen dreht sich in unserer Grundschule alles um das Thema Gesundheit und Wohlbefinden. Gemeinsam entdecken die Grundschul Kinder im Rahmen von unterschiedlichen Angeboten auf spielerische und abwechslungsreiche Weise, was zu einem gesunden Alltag gehört.



Im Mittelpunkt stehen vielfältige Themen wie Bewegung und Entspannung, ausgewogene Ernährung und Zahngesundheit.

Ein weiterer Schwerpunkt ist der Umgang mit Medien. Die Kinder setzen sich altersgerecht mit ihrer Mediennutzung auseinander und erfahren, wie sie digitale Medien sinnvoll und verantwortungsvoll nutzen können.

Für mehr Sicherheit im Alltag sorgt das Sicherheitsfahrtraining für Roller und Fahrrad, welches in Kooperation mit der Polizei Kerpen durchgeführt wird. Dabei üben die Kinder wichtige Regeln, Geschicklichkeit und sicheres Verhalten im Straßenverkehr.

Die Projektwochen verbinden Bewegung, gemeinsames Erleben und praktische Erfahrungen.



Evangelische Grundschule Kerpen
Kölner Straße 29 - 35,
50171 Kerpen



Mundgesundheitskompetenz bei Viertklässlern der Kerpener Grundschulen

Die schuljährlich stattfindende zahnärztlichen Vorsorgeuntersuchung wird durch ein Zahnputz-Quiz, eine Anfärbe- und Zahnputzaktion sowie mit einem Kaufunktionstest ergänzt und bereichert.



Das Ziel ist die Messung der Mundgesundheitskompetenz im Setting Grundschule und soll als Anlass dienen, die Angebote der Prophylaxe und des Zahnärztlichen Dienstes entsprechend anzupassen und zu erweitern.



Montag, 14.09.2026 -
Freitag, 09.10.2026



- Clemensschule
- Albertus Magnus Schule
- Theodor Heuss Schule
- Grundschule Im Park
- Ulrichschule
- Evangelische Grundschule
- Mühlenfeldschule
- Rathausschule
- Gemeinschaftsgrundschule Törnich
- Albert-Schweitzer-Grundschule



Weiterführende Informationen:
Herr Dr. Petrakakis (Zahnärztlicher
Dienst des Rhein-Erft-Kreises)
pantelis.petrakakis@rhein-erft-kreis.de

Henrietta in Fructonia: eine Reise durch die Welt der gesunden Ernährung

Das AOK-Kindertheater Henrietta bringt Grundschulkindern auf der Bühne spielerisch und unterhaltsam Themen wie Ernährung, Bewegung und psychische Gesundheit näher. Im Mittelpunkt steht die Heldin Henrietta, die gemeinsam mit ihren Freunden schwierige Herausforderungen meistert.



Henrietta sitzt schlapp und unkonzentriert im Unterricht. Da kommt ihr Freund Quassel auf eine Idee: Er nimmt das Mädchen mit nach Fructonia. In diesem ganz speziellen Zirkus zeigen unter anderem der Zauberer Banano Banani und die Akrobaten Zitrone, Kiwi und Paprika, wie lecker und belebend gesunde Ernährung und Sport sein können.



Donnerstag, 20.05.2027



**Erfthalle Kerpen
Rosentalstraße,
50169 Kerpen**



**Weiterführende Informationen:
mdiek@stadt-kerpen.de**

Kinderolympiade des SSK Kerpen e.V.

Am 19.09.2026 heißt es: Auf die Plätze, fertig, los!

Von 10:00 bis 13:30 Uhr lädt der SSK Kerpen e.V. Kinder im Alter von 4,5 bis 6 Jahren mit Begleitperson auf das Sportgelände des Europagymnasiums Kerpen (Alte Halle) ein.

An vielen abwechslungsreichen Stationen können sich Kinder und Eltern gemeinsam sportlich austoben: Klettern am Seil, Balancieren, Werfen, Fußballtorschießen und vieles mehr!

Dabei sein, Spaß haben und gemeinsam aktiv werden!



Samstag, 19.09.2026



10:00 - 13:30 Uhr



**Sportgelände des
Europagymnasiums Kerpen
(Alte Halle)**



Die Teilnahme ist kostenlos.



**Verbindliche Anmeldung und weitere
Informationen:
<https://ssk-swim-run-shoot.de/anmeldung-kinderolympiade>**

Deutsches Sportabzeichen Teil 1/2 Für Jugendliche von 12 - 21 Jahren

Teste deine Fitness und stelle dich sportlichen Herausforderungen in verschiedenen Disziplinen.

Du kannst gezielt trainieren und deine Leistungen für das Deutsche Sportabzeichen ablegen.

Egal ob du einfach ausprobieren oder dein Bestes geben willst, hier bist du richtig.



Dienstag, 15.09.2026



14:30 - 17:00 Uhr



Kinder- und Jugendzentrum Sindorf
Hüttenstraße 86 – 88,
50170 Kerpen



Die Teilnahme ist kostenlos.



Deutsches Sportabzeichen Teil 2/2 Für Jugendliche von 12 - 21 Jahren

Teste deine Fitness und stelle dich sportlichen Herausforderungen in verschiedenen Disziplinen.

Du kannst gezielt trainieren und deine Leistungen für das Deutsche Sportabzeichen ablegen.

Egal ob du einfach ausprobieren oder dein Bestes geben willst, hier bist du richtig.



Mittwoch, 16.09.2026
Mittwoch, 07.10.2026



14:30 - 17:00 Uhr



Kinder- und Jugendzentrum Sindorf
Hüttenstraße 86 – 88,
50170 Kerpen



Die Teilnahme ist kostenlos.



Mädchen* Workshop ERROR 401 – UNAUTHORIZED: Sexualisierte Gewalt im digitalen Raum Für Jugendliche von 14 - 18 Jahren

Online sein gehört zu deinem Alltag, chatten, posten, zocken, liken. Aber im Netz läuft nicht immer alles cool: Hate, unangenehme Nachrichten, Druck bei Bildern, Fake-Profilen oder Cyberstalking können echt belastend sein.



In diesem Workshop schauen wir gemeinsam, wo Grenzen im Internet überschritten werden, wie du blöde oder gefährliche Situationen erkennst und was du tun kannst, für dich selbst oder wenn Freund*innen betroffen sind.

Du erfährst, welche Rechte du hast, wie du dich schützen kannst und wo du Unterstützung bekommst. Natürlich gibt's auch Platz für deine Fragen, Erfahrungen und ehrliche Gespräche, offen, respektvoll und ohne Druck.



Donnerstag, 17.09.2026



17:15 - 19:00 Uhr



**Kinder- und Jugendzentrum Sindorf
Hüttenstraße 86 – 88,
50170 Kerpen**



Die Teilnahme ist kostenlos.



**Anmeldeschluss ist der 09.09.2026
Anmeldung vor Ort oder über die
Homepage
Lucia Paduano
Juze-Sindorf@stadt-kerpen.de**



Kistenklettern

Für Jugendliche von 12 - 21 Jahren

Hier geht's hoch hinaus und zwar im wahrsten Sinne! Beim Kistenklettern stapelst du aus Kisten einen Turm und versuchst, so hoch wie möglich zu kommen, ohne das Gleichgewicht zu verlieren. Mut und Konzentration sind dabei gefragt.



Unter Anleitung von Markus Becker bist du natürlich immer gut gesichert. Eine actionreiche Challenge, bei der du deine Grenzen testen kannst.



Dienstag, 22.09.2026
Mittwoch, 30.09.2026



17:00 - 20:00 Uhr



Kinder- und Jugendzentrum Sindorf
Hüttenstraße 86 – 88,
50170 Kerpen



Die Teilnahme ist kostenlos.



Wie fühlt sich Stress an und was kann ich tun?

Bastelangebot „Duftsäckchen“

Für Jugendliche von 12 - 21 Jahren

Schule, Erwartungen, Social Media, manchmal wird einfach alles zu viel. In diesem Workshop schauen wir gemeinsam, woran du Stress erkennst und was dir wirklich helfen kann, runterzukommen. Und: Du gestaltest dein eigenes Duftsäckchen, als kleines Tool zum Entspannen für zuhause.



Mittwoch, 23.09.2026



17:00 - 20:00 Uhr



Kinder- und Jugendzentrum Sindorf
Hüttenstraße 86 – 88,
50170 Kerpen



Die Teilnahme ist kostenlos.



Anmeldeschluss ist der 22.09.2026
Anmeldung vor Ort oder über die
Homepage
Lucia Paduano
Juze-Sindorf@stadt-kerpen.de



Jungen* Workshop ERROR 401 – UNAUTHORIZED: Sexualisierte Gewalt im digitalen Raum Für Jugendliche von 14 - 18 Jahren

Online sein gehört zu deinem Alltag, chatten, posten, zocken, liken. Aber im Netz läuft nicht immer alles cool: Hate, unangenehme Nachrichten, Druck bei Bildern, Fake-Profilen oder Cyberstalking können echt belastend sein.



In diesem Workshop schauen wir gemeinsam, wo Grenzen im Internet überschritten werden, wie du blöde oder gefährliche Situationen erkennst und was du tun kannst, für dich selbst oder wenn Freund*innen betroffen sind.

Du erfährst, welche Rechte du hast, wie du dich schützen kannst und wo du Unterstützung bekommst. Natürlich gibt's auch Platz für deine Fragen, Erfahrungen und ehrliche Gespräche, offen, respektvoll und ohne Druck.



Donnerstag, 24.09.2026



17:15 - 19:00 Uhr



**Kinder- und Jugendzentrum Sindorf
Hüttenstraße 86 – 88,
50170 Kerpen**



Die Teilnahme ist kostenlos.



**Anmeldeschluss ist der 09.09.2026
Anmeldung vor Ort oder über die
Homepage
Lucia Paduano
Juze-Sindorf@stadt-kerpen.de**



Gefühle erkennen & benennen mit Hilfe von Impro Theater

Für Jugendliche von 12 - 21 Jahren

Wie zeigen sich Gefühle und wie kann man sie bei sich selbst und anderen besser verstehen?

In diesem Impro-Theater-Angebot probierst du in kurzen Szenen und Spielen aus, verschiedene Emotionen darzustellen und bewusst wahrzunehmen.

Durch spontane Rollenspiele lernst du, Gefühle einzuordnen, dich auszudrücken und auf andere zu reagieren. Im Mittelpunkt stehen Kreativität, Ausprobieren und der Austausch in der Gruppe, ohne Druck, dafür mit viel Raum für eigene Ideen.



Dienstag, 29.09.2026



17:00 - 20:00 Uhr



Kinder- und Jugendzentrum Sindorf
Hüttenstraße 86 – 88,
50170 Kerpen



Die Teilnahme ist kostenlos.



Anmeldeschluss ist der 28.09.2026
Anmeldung vor Ort oder über die
Homepage
Lucia Paduano
Juze-Sindorf@stadt-kerpen.de



Erste Hilfe & Selbstschutz in Krisen

Modul 3

Für Jugendliche von 14 - 21 Jahren

Was tun, wenn im Notfall nicht alles wie gewohnt zur Verfügung steht?

In diesem Modul lernst du, wie du in Krisen- und Katastrophensituationen Erste Hilfe leisten kannst – auch dann, wenn Materialien knapp sind oder nicht alles sofort verfügbar ist.

Im Fokus stehen praktische Grundlagen der medizinischen Erstversorgung, das sichere Handeln in Notlagen und kreative Lösungen, wenn Standardmaterialien fehlen.



Donnerstag, 08.10.2026



15:30 - 20:00 Uhr



Kinder- und Jugendzentrum Sindorf
Hüttenstraße 86 – 88,
50170 Kerpen



Die Teilnahme ist kostenlos.



Anmeldeschluss ist der 19.08.2026
Anmeldung vor Ort oder über die
Homepage
Lucia Paduano
Juze-Sindorf@stadt-kerpen.de



„J1-Ja-Klar“

Bewerbung der J1 mit Hör- und Sehtest und Impfberatung in den 6. Klassen durch den Kinder- und Jugendgesundheitsdienst des Rhein-Erft-Kreises.



Das Angebot findet in Kooperation mit vier Kerpener Schulen statt und erreicht insgesamt rund 500 Jugendliche.



**Montag, 14.09.2026 -
Donnerstag, 08.10.2026**



- Realschule Kerpen
- Mater Salvatoris
- Adolf Kolping Schule
- Willy-Brandt Gesamtschule



**Weiterführende Informationen:
Frau Thoiss
(Kinder- und Jugendgesundheitsdienst
des Rhein-Erft-Kreises)
heike.thoiss@rhein-erft-kreis.de**

„Kinder digital begleiten“

Unsere Kinder wachsen selbstverständlich mit Smartphone, Tablet und Internet auf – doch wie können wir sie dabei sicher und selbstbewusst begleiten.

Braucht es Regeln? Wo gucken Kinder sicher?

Lauern hier schon Gefahren (Spoiler: ja, z.B. bei YouTube und in „Kinder“-Apps).

Wie viel Medienzeit ist ok?

Smartwatch statt Smartphone

Ab wann das erste Smartphone

Gute Kinder-Apps (erkennen), und schließlich Social Media Apps (was gilt es bei WhatsApp, Snapchat, TikTok, Instagram zu beachten)

Gefahren wie Cybergrooming und Cybermobbing plus Schutzeinstellungen an den Geräten und die generelle Haltung, die digitale Lebenswelt zu begleiten.



Leonie Lutz - Autorin, Redakteurin, Journalistin & Social-Media-Expertin
2022 erschien ihr Spiegel-Bestseller „Begleiten statt verbieten“. Seit 2025 sind ihre Ratgeber „Verstehen statt verlieren“ und „Kluge Köpfchen mit KI“ im Handel.



Dienstag, 22.09.2026



18:30 - 20:30 Uhr



Kinder- und Jugendzentrum Domiziel e.V.
Elisabethstr. 25,
50171 Kerpen



Die Teilnahme ist kostenlos.



Anmeldung wünschenswert – nicht verpflichtend



Kinder- und Jugendzentrum Domiziel e.V.
Britta Münch-Holtermann
domiziel@netcologne.de
02275- 913740

Gesunde und zuckerarme Snacks

In einem Workshop werden nach einem kurzen Input der Ökotrophologin Frau Sarah Appel, gemeinsam mit den Teilnehmenden, gesunde Snackideen zubereitet. Den Teilnehmenden werden abschließend alle Rezepte als Handout zur Verfügung gestellt.



Montag, 14.09.2026



10:00 - 11:30 Uhr



**Haus der Familie, Familienladen
Kölner Str. 15,
50171 Kerpen**



Die Teilnahme ist kostenlos.



**Anmeldung bis zum 11.09.2026
per E-Mail an:
aileen.lammel@stadt-kerpen.de**



kerpen für Kinder
Präventionsstelle der Kolpingstadt Kerpen

Elterncafé Neurodivergenz

Im Elterncafé Neurodivergenz finden Eltern und Familien neurodivergenter Kinder einen offenen und wertschätzenden Ort zum Ankommen, Austauschen und Vernetzen. Bei jedem Termin gibt es einen kurzen Impuls rund um das Thema Neurodivergenz. Anschließend ist Zeit für Fragen, persönliche Erfahrungen und Gespräche miteinander.

Als Gastgeberin ist die Verfahrenslotsin, Anika Koppe, vor Ort und bietet bei Bedarf Beratung und Unterstützung an. Das Elterncafé wird im Rahmen des Landesprogramms „Kinderstark – NRW schafft Chancen“ gefördert.



Freitag, 18.09.2026

Freitag, 16.10.2026

Freitag, 20.11.2026

Freitag, 11.12.2026



09:30 - 11:00 Uhr



Haus der Familie, Familienladen
Kölner Str. 15,
50171 Kerpen



Die Teilnahme ist kostenlos.



Ohne Anmeldung
Weiterführende Informationen:
Aileen Lammel
Aileen.Lammel@stadt-kerpen.de



Beikostworkshop "Löffelalarm"

Informationen zur Ernährung im ersten Lebensjahr -
Gestaltungsmöglichkeiten des Übergangs
von der Milch zum Familientisch



Donnerstag, 24.09.2026



10:00 - 12:00 Uhr



**Frühe Hilfen, Kursraum
Kölner Str. 15,
50171 Kerpen**



Die Teilnahme ist kostenlos.



**Anmeldung per E-Mail an:
fruehe-hilfen@spz-kerpen.de**



Kleine Kinder – Große Gefühle. „Herausforderndes“ Verhalten im Kleinkindalter verstehen und begleiten

Kinder erleben tagtäglich eine Fülle von Gefühlen – Freude, Wut, Traurigkeit, Angst und Überforderung. Wie sie lernen, mit diesen Emotionen umzugehen, hat einen entscheidenden Einfluss auf ihre seelische Gesundheit, ihre Beziehungsgestaltung und ihr späteres Wohlbefinden.



Eltern und andere Bezugspersonen spielen dabei eine zentrale Rolle: Sie sind nicht nur Vorbilder, sondern auch die wichtigsten Begleiter auf diesem Entwicklungsweg.

Dieser Workshop gibt Einblicke in die kindliche Gehirn- und Emotionsentwicklung, erklärt, was hinter herausforderndem Verhalten steckt, und vermittelt alltagsnahe Strategien für Prävention und Akutsituationen.



Freitag, 25.09.2026



17:00 - 19:00 Uhr



**Familienladen (Haus der Familie)
Kölner Str. 15,
50171 Kerpen**



Die Teilnahme ist kostenlos.



**Anmeldung bis zum 18.09.2026 per
E-Mail an: k.oesterlein@spz-kerpen.de**



So hab ich mir das nicht vorgestellt! Traumatische Erfahrungen rund um die Geburt: Auswirkungen und Unterstützungsmöglichkeiten

Im Workshop werden kurz die Auswirkungen (auf Kinder und Eltern) negativer/traumatischer Erfahrungen im Kontext Geburt vorgestellt. Ein Schwerpunkt liegt auf den Unterstützungsmöglichkeiten, die Fachkräfte aus unterschiedlichen Arbeitsbereichen zur Verfügung haben.



Montag, 28.09.2026



15:00 - 17:00 Uhr



**Haus der Familie,
1. Etage, Frühe Hilfen
Kölner Str. 15, 50171 Kerpen**



Die Teilnahme ist kostenlos.



**Anmeldung bis zum 21.09.2026 per
E-Mail an:
m.kruse@spz-kerpen.de**



„Gut ankommen – auch nach dem Kita-Start“

Im Rahmen der Kindergesundheitswochen gestalten wir das Projekt „Gut ankommen – auch nach dem Kita-Start“. Im Fokus steht die Phase nach den ersten Wochen der Eingewöhnung, in der viele Kinder ihre Erlebnisse verarbeiten und neue Herausforderungen zeigen.



Durch kurze Impulse, Austauschmöglichkeiten und aktive Einbindung der Eltern unterstützen wir Familien dabei, die Bedürfnisse ihrer Kinder besser zu verstehen und sicher zu begleiten. Ziel ist es, emotionale Gesundheit zu stärken und den Übergang in den Kita-Alltag nachhaltig stabil zu gestalten.



Mittwoch, 07.10.2026



15:00 - 16:30 Uhr



**Parisozial Kita PÄNZ
Brucknerstraße 7
50170 Kerpen**



Die Teilnahme ist kostenlos.



**Anmeldung bis zum 02.10.2026 per
E-Mail an:
Jennifer Brings-Schampera
brings@parisozial-rek.de**

Kochtreff Beikost

Beikostworkshop zum Thema:
„zuckerfreies Backen“



Donnerstag, 15.10.2026



10:00 - 12:00 Uhr



Frühe Hilfen, Kursraum
Kölner Str. 15, 50171 Kerpen



Die Teilnahme ist kostenlos.



Anmeldung per E-Mail an:
fruehe-hilfen@spz-kerpen.de



Elterncafé im Mosaik Input und Kostprobe: Gesunde Pausensnacks leicht gemacht

Unsere Fachkraft für Ernährung informiert praxisnah interessierte Bürger und Bürgerinnen, im Rahmen unserer regelmäßig stattfindenden Elterncafés, über Möglichkeiten gesunder und ansprechender Zubereitung von gesunden Zwischenmahlzeiten.



Dienstag, 29.09.2026



15:00 - 16:30 Uhr



**Mosaik - Unser Haus der Vielfalt
Maastrichter Str. 5 - 7
50171 Kerpen**



Die Teilnahme ist kostenlos.



**Ohne Anmeldung
Kontakt:
AWO Kita und Familienzentrum
Flohzirkus
Jülicher Str. 30**



Seminar: Erste Hilfe am Baby und Kind

Beim Spielen können sich Kinder schnell einmal verletzen. Damit Eltern, Verwandte, Freunde und Betreuungspersonen gut vorbereitet sind, bietet die AOK Rheinland/Hamburg praxisnahe Seminare für die Erste Hilfe am Baby und Kind an.



Darin erfahren Sie nicht nur, was bei einer Verletzung beim Spielen oder bei einer Krankheit zu tun ist, sondern wie Sie generell bei einem Notfall mit Babys und Kindern handeln sollten.

Dieser Kurs richtet sich an private Betreuungspersonen von Babys und Kleinkindern. Mit Informationen und Tipps sowie praktischen Übungen mit modernsten Übungsmaterialien sensibilisiert der Kurs für Gefahrensituationen und vermittelt mehr Handlungssicherheit im Alltag. Hinweis: Das Kursangebot richtet sich ausschließlich an Erwachsene. Es erfolgt keine Kinderbetreuung.



Mittwoch, 16.09.2026



14:00 - 17:00 Uhr



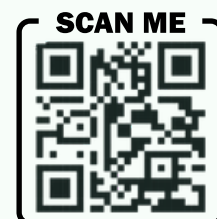
Haus der Familie, Familienladen
Kölner Str. 15,
50171 Kerpen



Die Teilnahme ist kostenlos.



Anmeldung über den
QR-Code an oder unter
aok.de/rh/baby-erste-hilfe



Ich werde Vater – bloß kein Stress!"

Stressprävention für werdende und junge Väter. In diesem Kompaktkurs erfahren werdende und junge Väter, wie sie mit Stress während der Schwangerschaft, Geburt und des ersten Lebensjahres des Kindes besser umgehen können.



Es geht um die aktive Vaterrolle bei Geburt, in der Partnerschaft und bei der Vereinbarkeit von Familie und Beruf. Zudem lernen die angehenden Väter effektive Entspannungsübungen kennen.



Montag, 21.09.2026



16:00 - 19:00 Uhr



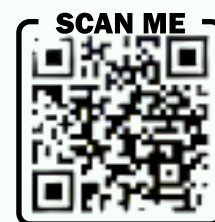
**Haus der Familie, Familienladen
Kölner Str. 15,
50171 Kerpen**



Die Teilnahme ist kostenlos.



**Anmeldung über den
QR-Code an oder unter
rh.aok-events.de
Login Code: 9HWEEV8BL**



Wir bekommen ein Baby – Gemeinsam durch den Bürokratiedschungel

Wir beraten Sie rund um Schwangerschaft und Mutterschutz!



In diesem Seminar möchten wir Fragen der werdenden Eltern rund um die Themen Leistungen der gesetzlichen Krankenversicherung während der Schwangerschaft und nach der Geburt, finanzielle Themen (Mutterschaftsgeld, Elterngeld, Kindergeld) und Versicherungsthemen klären.

Damit Sie die Zeit als werdende Eltern genießen können, geben wir Ihnen einen kurzen und verständlichen Überblick über den „Papierkram“, der auf Sie zukommt.



Mittwoch, 07.10.2026



17:00 - 19:00 Uhr



Haus der Familie, Familienladen
Kölner Str. 15,
50171 Kerpen



Die Teilnahme ist kostenlos.



Anmeldung über den
QR-Code an oder unter
rh.aok-events.de
Login Code: QA1RL6LP6



Gemeinsam fit für die Schule: Gesunde Brotdose

Im Rahmen des Projektes „Gemeinsam fit für die Schule“ erhalten die Eltern der Kita „Bottenburg“, deren Kinder 2027 und 2028 eingeschult werden, die Möglichkeit, sich über gesunde Snack- und Frühstücksideen zu informieren und auszutauschen.



Die Kita ist ein Ort, an dem Menschen mit unterschiedlichen Essgewohnheiten zusammenkommen.

Die Eltern erhalten die Möglichkeit sich über die Ernährungspyramide zu informieren.

Außerdem gibt es eine Rezeptideenbörse und die Möglichkeit mitgebrachte Snacks zu probieren und selbst welche herzustellen.



Dienstag, 29.09.2026



**Städt. KiTa Bottenburg
Habbelrather Straße 10
50169 Kerpen**



Gesunde Snacks

Im Rahmen des regelmäßig am 1. Montag im Monat stattfindenden Eltern-Kind-Cafés gibt es das Angebot, mehr über gesunde Snacks zu erfahren und eigene Ideen und Erfahrungen auszutauschen. Die Kita ist ein Ort, an dem Menschen mit unterschiedlichen Kulturen und Essgewohnheiten zusammenkommen.

Der gemeinsame Austausch über verschiedene Esskulturen kann diesen Nachmittag mit neuen Einblicken bereichern.

Die Eltern erhalten die Möglichkeit sich über die Ernährungspyramide zu informieren. Weiterhin gibt es eine Rezeptideenbörse und die Möglichkeit einen Snack selber herzustellen und gemeinsam in gemütlicher Runde zu probieren.



Montag, 05.10.2026



**Kindertagesstätte Löwenzahn
Glück-Auf-Straße 11
50169 Kerpen**



Fit für`s Leben

Themen- Elternabend



Dienstag, 29.09.2026



19:00 - 21:00 Uhr



Kath. Montessori Kinderhaus
St. Maria Königin
Goethestraße 23, 50170
Kerpen-Sindorf



Die Teilnahme ist kostenlos.



Anmeldung unter:
familienzentren-horrem-sindorf.de



Gefahren im Internet

Vortrag für Erwachsene zum Thema Gefahren im Internet durch die Präventionsstelle der Kriminalpolizei



Eingeladen sind die Eltern der drei Schulen aus Kerpen-Mitte:

- Evangelische Grundschule
- Albertus Magnus Schule
- Theodor Heuss Schule



Dienstag, 06.10.2026



18:30 Uhr



**Aula der EGS Kerpen
Kölner Straße 29 - 35,
50171 Kerpen**



Die Teilnahme ist kostenlos.



Bindungsstörungen bei Kindern: Psychische Ursachen bei herausforderndem Verhalten

Der Vortrag informiert aus kinder- und jugendpsychiatrischer Sicht und anhand aktueller Evidenzlage über das Thema der Bindungsstörungen nach ICD10: F94.1. Dabei wird neben der Vermittlung von notwendigem Basiswissen auch der praxisnahe Umgang mit diesen Kindern erörtert.



Das Seminar richtet sich an Mitarbeitende der Kindertageseinrichtungen in der Kolpingstadt Kerpen

Referent ist: Frank Kleinschmidt
(Facharzt f. Kinder- und Jugendpsychiatrie/ -psychotherapie,
Kinder- und Jugendgesundheitsdienst, Rhein-Erft-Kreis)



Dienstag, 15.09.2026



15:00 - 16:30 Uhr



**Familienladen,
Kölner Straße 15,
50171 Kerpen**



Die Teilnahme ist kostenlos.



**Anmeldung bis zum 04.09.2026 per
E-Mail an: mdiek@stadt-kerpen.de
Die Teilnehmerzahl ist begrenzt.**

Offenes Infocafé zum Thema Zahngesundheit bei Kindern von 0-4 Jahren für Fachkräfte und interessierte (Groß-)Eltern

Offenes Infocafé zum Thema Zahngesundheit bei Kindern von 0-4 Jahren in Kooperation mit Herrn Dr. Petrakakis vom Kreisgesundheitsamt. Er wird als Experte anwesend sein. Nach einem kurzen fachlichen Input, wird es viel Zeit für Austausch und individuelle Fragen geben.



Donnerstag, 01.10.2026



15:30 - 18:00 Uhr



**Familienladen im Haus der Familie
Kölner Str. 15,
50171 Kerpen**



Die Teilnahme ist kostenlos.



Es ist keine Anmeldung notwendig.



Sozialpädagogisches Zentrum



Zähneputzen im Kita-Alltag

Das tägliche Zähneputzen ist ein sehr wichtiger Baustein für die Mundgesundheit. Insbesondere im Kindesalter führt das tägliche Zähneputzen dazu, dass es Eingang in den Lebensalltag findet. Daher ist die Implementierung des Zähneputzens in die Lebenswelt Kita ebenfalls von großer Bedeutung für die selbstverständliche Umsetzung der Zahnpflege.



Häufig lassen aber äußere Umstände, eingeschränkte Platzverhältnisse oder hygienische Bedenken ein Zähneputzen in der Kita nicht zu.

Daher werden seitens des Zahnärztlichen Dienstes des Rhein-Erft-Kreises Workshops in drei Kerpener Kitas zu Umsetzungsmöglichkeiten des Zähneputzens angeboten.



- Städt. Kita Sonnenschein
- Städt. Kita Löwenzahn
- Städt. Kita Wibbelstätz



Weiterführende Informationen:
Herr Dr. Petrakakis (Zahnärztlicher
Dienst des Rhein-Erft-Kreises)
pantelis.petrakakis@rhein-erft-kreis.de

Supervision und Fallberatung für Grundschullehrkräfte – ein Schnuppernachmittag

Sie wünschen sich eine Möglichkeit, um sich mit Kolleg*innen über die Herausforderungen des Berufs auszutauschen?

Die Begleitung von belasteten Kindern spielt eine immer größere Rolle in der Arbeit von Lehrkräften.

Supervision und Fallberatung bieten einen begleiteten, vertraulichen Rahmen zum Austausch und zur Reflexion.

In einer Gruppe von Kolleg*innen können Probleme geschildert und Handlungsansätze erarbeitet werden. Ziel ist es, dass professionelle Handeln weiterzuentwickeln und neben der Gesundheit des Kindes auch die eigene zu stärken.

In diesem Angebot werden Sie Supervision und Fallberatung kennenlernen. Anschließend können Sie einzelne Methoden eigenständig in der Schule durchführen oder sich einer neuen Supervisionsgruppe in Kerpen anschließen.



Mittwoch, 07.10.2026



14:00 - 16:00 Uhr



**Familienladen im Haus der
Familie, Kölner Straße 15,
50171 Kerpen**



Die Teilnahme ist kostenlos.



**Anmeldung bis zum 30.09.2026 per
E-Mail an:
schulpsychologie@rhein-erft-kreis.de
Die Teilnehmeranzahl ist begrenzt.**

Seminar „Stress und Glück“

Das Seminar „Stress & Glück“ verbindet praxisnahes Stressmanagement mit wissenschaftlich fundierten Erkenntnissen der Positiven Psychologie.

Die Teilnehmenden analysieren ihre individuellen Stressmuster und lernen konkrete Strategien sowie alltagstaugliche Entspannungstechniken kennen, um Belastungen im Arbeitsalltag wirksam zu begegnen.

Ergänzend vermittelt das Seminar zentrale Erkenntnisse der Glücksforschung und zeigt auf, welche Faktoren Wohlbefinden nachhaltig fördern. Durch praktische Übungen werden persönliche Kraftquellen gestärkt und Impulse für mehr Zufriedenheit, Motivation und Leistungsfähigkeit gesetzt.

Das Seminar richtet sich an Mitarbeitende der Kindertageseinrichtungen in der Kolpingstadt Kerpen.



Donnerstag, 24.09.2026



09:00 - 16:00 Uhr



**Familienladen,
Kölner Straße 15,
50171 Kerpen**



Die Teilnahme ist kostenlos.



**Anmeldung bis zum 04.09.2026 per
E-Mail an: clueck@stadt-kerpen.de
Die Teilnehmerzahl ist begrenzt.**

„Gesunder Umgang mit digitalen Medien – ein Workshop für Fachkräfte in Grundschule & OGS“

Digitale Medien und ihre Nutzung sind alltäglicher Bestandteil unserer Lebenswirklichkeit geworden – auch für Grundschulkinder. Die begleitenden pädagogischen Fachkräfte sind dabei immer wieder mit herausfordernden Situationen und Fragestellungen konfrontiert.



Mit anschaulichen Beispielen will der Workshop alltagsnah und mit Spaß entwicklungspsychologische Perspektiven zur gesunden digitalen Mediennutzung vermitteln und dabei auch den Blick auf unser eigenes Medienverhalten nicht verstellen. Überraschungseffekte sind garantiert!



Montag, 07.12.2026



**Evangelische Grundschule Kerpen
Kölner Str. 29,
50171 Kerpen**



Februar 2027



**Clemensschule,
Am Schulberg 1,
50169 Kerpen-Horrem**



Erziehungs- und
Familienberatung Kerpen
für Eltern, Kinder und Jugendliche

Informationsabend: Schutzkonzepte in Sportvereinen – eine Einführung (Wiederholung)

Teilnehmende aus Kerpener Sportvereinen lernen die Grundlagen für die Entwicklung eines Kinderschutzkonzeptes für ihre Vereine kennen. Was ist ein Schutzkonzept? Welche Inhalte gehören in ein Schutzkonzept? Wie nähere ich mich diesem Thema an und wo erhalte ich Unterstützung bei der Erstellung?



(Das Angebot richtet sich ausschließlich an Kerpener Sportvereine)



Donnerstag, 17.09.2026



18:30 Uhr



**Familienladen (Haus der Familie)
Kölner Str. 15,
50171 Kerpen**



Die Teilnahme ist kostenlos.



**Anmeldung bis zum 25.08.2026 per
E-Mail an das Team der
Netzwerkkoordination Kinderschutz:
kiko@stadt-kerpen.de**

Informationsabend: Mit dem KI-Generator zum individuellen Schutzkonzept in ihrem Sportverein

Teilnehmende aus Kerpener Sportvereinen, die Mitglied im KreisSportBund Rhein-Erft e.V. sind, lernen den Ki-Generator des Kreissportbundes und seine Möglichkeiten kennen. Ein exemplarisches Schutzkonzept wird erstellt.



(Das Angebot richtet sich ausschließlich an Kerpener Sportvereine mit Mitgliedschaft im KSB Rhein-Erft e.V.)



Donnerstag, 08.10.2026



18:30 Uhr



**Familienladen (Haus der Familie)
Kölner Str. 15,
50171 Kerpen**



Die Teilnahme ist kostenlos.



**Anmeldung bis zum 25.09.2026 per
E-Mail an das Team der
Netzwerkkoordination Kinderschutz:
kiko@stadt-kerpen.de**



Kolpingstadt
Kerpen

Impressum

Kolpingstadt Kerpen, Der Bürgermeister
Jahnplatz 1
50171 Kerpen
Tel.: 02237/58-0
info@stadt-kerpen.de
www.stadt-kerpen.de

Die in dieser Broschüre dargestellten Angebote und Informationen wurden von den jeweiligen Einrichtungen bereitgestellt. Für die Richtigkeit und Aktualität der Inhalte sind die jeweiligen Einrichtungen verantwortlich.



kerpen für Kinder
Präventionsstelle der Kolpingstadt Kerpen