



# Freizeitkalender

19. September 2022

Download from  
Dreamstime.com

This watermarked comp image is for viewing purposes only.

ID: 23506657

Dan Ionut Popescu | Dreamstime.com

## Montag, 19. September 2022

### Telefonsprechstunde zu Hochbegabung, 9:00 – 10:00 Uhr

Der Schulpsychologische Dienst der Stadt Köln berät zu schulischen Fragen rund um das Thema Hochbegabung. Telefon: [0221 / 221-29001](tel:0221-221-29001) und [221-29002](tel:0221-29002)

### Eltern-Kind-Angebote für Eltern mit Kindern von 1 bis 3 Jahren, Agnesviertel, 9:30 – 11:45 Uhr

Alte Feuerwache, Melchiorstr. 3, Tel.: 97315513

Eltern mit Kleinkindern sind eingeladen, andere Eltern und Kinder zu treffen und miteinander in Kontakt zu kommen. Es stehen angeleitete Lieder, Sing- und Fingerspiele sowie kleine spielerische Aktivitäten auf dem Programm. Kostenbeitrag nach Einkommen/ ohne Anmeldung

### Offenes Elterncafé Riehl, 10:00 – 12:00 Uhr

Jugendzentrum F2, Flemingstr. 2, Tel.: 9763622

**Kostenlose** Beratung und Hilfe in allen Lebenslagen mit .Praxis Jugendhilfe und leckerem Frühstück.

### Bücherbabys - die literarische Krabbelgruppe, Mülheim, 11:00 – 12:00 Uhr

Stadtteilbibliothek Mülheim, Wiener Platz 2a, Tel.: 0221 / 221-99449

Lieder, Sing- und Fingerspiele werden einleitend eingeübt. So werden die Kleinsten mit rhythmischen Klängen an die Bilderbuchbetrachtung herangeführt. Anschauen, Sprache und haptische Erfahrungen schärfen die Sinne des Kindes. **Der Eintritt ist frei.** Ab sechs Monate bis zwei Jahren. Anmeldung: <https://stadt-koeln.easy2book.de/buecher-babys-event-1826>

### MedienMontag Nippes, 15:00 – 18:00 Uhr

jfc Medienzentrum, Seekabelstraße 4, Tel.0221 1305615-0

Der MeMo ist offen für alle zwischen 6-16 Jahren und lädt ein, bei verschiedenen Angeboten in die vielfältige Welt der Medien einzutauchen. Hier können mit Fotografie spannende Blickwinkel entdeckt, beim Gaming Spielerfahrungen besprochen, oder im Studio lustige Soundexperimente gestartet werden.

### Eltern-Kind-Treff für Alleinerziehende mit Kleinkind Ehrenfeld, 16:00 Uhr

Bürgerzentrum Ehrenfeld e.V. (BÜZE), Venloer Str. 429, Tel.: 0221/680007019

Eltern-Kind-Gruppen für Alleinerziehende mit Kleinkind im Bürgerzentrum Ehrenfeld (einige Gehminuten vom Bahnhof Ehrenfeld entfernt). Hier treffen sich Alleinerziehende in einer gemütlichen Atmosphäre zum Austauschen und Vernetzen. Und für die Kleinen steht eine kindgerechte Umgebung mit Bällebad bereit ;)

**Kostenlos!**

### Gaming in der Stadtteilbibliothek Mülheim, 15:45 – 17:45 Uhr

Stadtteilbibliothek Mülheim, Wiener Platz 2a, Tel.: 0221 221 99449

Werde Teil des E-Sports-Teams! Triff dich jeden Montag zum gemeinsamen Gaming. Tretet in Turnieren gegen andere Teams an. Spiele: Minecraft, League of Legends, Rocket League, Mario Kart, Fortnite und viele andere mehr. Für Jugendliche ab 12 Jahren. Anmeldung unbedingt erforderlich per Mail an [muelheim@stbib-koeln.de](mailto:muelheim@stbib-koeln.de) telefonisch unter 0221 - 221-994 49 oder direkt in der Stadtteilbibliothek Mülheim. **Kostenfrei!**

## Montag, 19. September 2022

### Lesewelten Mülheim, 16:00 – 17:00 Uhr

Stadtteilbibliothek Mülheim, Wiener Platz 2a, Tel.: 0221 221 99449

Vorlesestunde für Kinder ab 3 Jahren. Jeden Montag wird ein Bilderbuch vorgelesen. Anschließend wird gemalt, gebastelt oder experimentiert. **Kostenlos!** Anmeldung unter [www.stbib-koeln.de/buchung](http://www.stbib-koeln.de/buchung)

### Basketball Nippes, 17:00 – 19:00 Uhr

Lohsepark Nippes

**kostenfreies** Angebot von Körbe für Köln e.V. Ohne Anmeldung!

Infos: <https://www.koerbe-fuer-koeln.de/angebote.php>

### Mitsingzentrale, Agnesviertel, 18:00 Uhr

Sudermannplatz

Mitsingkonzert **umsonst** und draußen, VA: Alte Feuerwache

## Dienstag, 20. September 2022

### Online: Stark ins neue Schuljahr

**Kostenloses** Online-Festival für Kinder, Eltern und PädagogInnen. Infos: [stark-ins-neue-schuljahr.de](http://stark-ins-neue-schuljahr.de).  
Anmeldung erforderlich.

### Interkultureller Eltern-Kind-Treff Agnesviertel, 9:30 – 11:30 Uhr

Alte Feuerwache, Melchiorstr. 3, Tel.: 97315513

Hier steht besonders die Begegnung von Familien unterschiedlicher Kulturen im Vordergrund. Deutsche Sprachkenntnisse sind nicht erforderlich.

### Offener Spiel- und Krabbeltreff Nippes, 10:00 – 12:00 Uhr

Altenberger Hof - Bürgerzentrum Nippes, Mauenheimer Straße 92

Für Eltern und Babys im Feierraum des Bürgerzentrum Nippes Altenberger Hof. Für die Erwachsenen ist ein Negativtest oder ein vollständiger Impfnachweis erforderlich! **Kostenlos!** Informationen unter: 0221-97658743 oder [b.theis@buergerzentrum-nippes.de](mailto:b.theis@buergerzentrum-nippes.de)

### Spiel und Spaß für Pänz Nippes, 15:00 – 17:00 Uhr

Bürgerzentrum Nippes/Altenberger Hof, Mauenheimer Str. 92, Tel. 0221 - 97 65 87-0

Eine große Auswahl an Outdoor-Spielgeräten wartet jeden Dienstag auf Kleinkinder mit ihren Eltern im Innenhof des Bürgerzentrum Nippes Altenberger Hof. Bobbycars, Feuerwehrauto, Matschküche, Minitrampolin, Dosenstelzen und vieles mehr steht zum gemeinsamen Spielen bereit. **Kostenlos!** Jeden

### Nippeser Strickmamsellcher, 15:30 – 17:30 Uhr

Stadtteilbibliothek Nippes, Neusser Straße 450, Tel.: 221-95600

Jeden Dienstag treffen sich handarbeitsbegeisterte Anfänger\*innen und Fortgeschrittene um in gemütlicher Runde zu stricken, zu häkeln und um sich auszutauschen. Tipps und Kniffe werden gerne weitergegeben. Material (Wolle und Nadeln) muss mitgebracht werden. **Der Eintritt ist frei.** Es ist keine Anmeldung erforderlich.

### Onleihe Hilfestellung der Stadtbibliothek Innenstadt, 16:00 – 17:30 Uhr

Zentralbibliothek Köln, Josef-Haubrich-Hof 1, Tel.: 221-238 22, Nähe Neumarkt

Zweimal im Monat bieten wir Ihnen die Möglichkeit, sich mit konkreten Problemen rund um die Onleihe an uns zu wenden. Dabei handelt es sich um eine persönliche Sprechstunde zur Nutzung unseres Onleihe-Angebots. Für einen ganz allgemeinen Einstieg empfehlen wir hingegen die Videos in unserer YouTube-Playlist zur Onleihe. Die Teilnahme ist **kostenlos**. Eine Anmeldung über unser Buchungssystem ist erforderlich. <https://stadt-koeln.easy2book.de/?s=onleihe>

### Play-Station = Spielen im Hof Agnesviertel, 16:00 – 18:00 Uhr

Alte Feuerwache, Melchiorstr. 3, Tel.: 97315513

Alle Kinder und Erwachsene sind eingeladen, sich im Hof der Alten Feuerwache verschiedene Spielgeräte auszuleihen und – mit anderen zusammen – zu spielen. Für Anregungen und Unterstützung stehen Spieleleiter\*innen zur Verfügung. Deutsche Sprachkenntnisse sind nicht erforderlich. Findet nicht statt: bei starkem Regen und in den Sommerferien. Ohne Anmeldung/ **kostenfrei.**

## Dienstag, 20. September 2022

### Basketball Bilderstöckchen, 17:00 – 19:00 Uhr

Offene Tür "Lucky's Haus", Am Bilderstöckchen 58a, Tel.: 175941

**Kostenfreies** Angebot von Körbe für Köln e.V. . Ohne Anmeldung.

Infos: <https://www.koerbe-fuer-koeln.de/angebote.php>

### Woher nehme ich die Geduld? Agnesviertel, 20:00 – 22:15 Uhr

FamilienForum Agnesviertel, Weißenburgstr. 14, Tel.:0221 - 775 34 60

Um persönliche Wege zu mehr Gelassenheit und Geduld zu finden, gehen Eltern in einem persönlichen Gespräch u.a. folgenden Fragen nach: Warum haben Kinder ein anderes Zeitverständnis? Welche Alltagsabläufe sind mir wichtig? Wie beachte ich meine eigenen Bedürfnisse und die der Kinder? Welche Möglichkeiten habe ich, auf das Verhalten der Kinder zu reagieren? Anmeldung erforderlich. Kosten € 10,-

## Mittwoch, 21. September 2022

### Flohmarkt Weidenpesch, 8:00 – 14:00 Uhr

Parkplatz, Pferderennbahn, Scheibenstr. 40

### CAFÉ FAMILIA Agnesviertel, 9:00 – 12:00 Uhr

Offener Treff, Alte Feuerwache, Melchiorstr. 3, Nähe Ebertplatz

In diesen Beratungscafé für afrikanische Familien treffen sich Interessierte in gemütlicher Atmosphäre, um alle Fragen des Lebens in Deutschland zu erörtern. Jeden Mittwoch. *Bitte bei Veranstalter\*in nachfragen.*

[Dako e.V.](http://Dako.e.V.), Francois Koutuoan 0173-2944634 / mail: info@dako-ev.de

### Bücherbabys - die literarische Krabbelgruppe Innenstadt, 10:15 – 10:45 Uhr

Zentralbibliothek Köln, Josef-Haubrich-Hof 1, Tel.: 221-238 22, Nähe Neumarkt

Bei den Bücherbabys wird nicht nur vorgelesen, sondern es werden gemeinsam Lieder, Singspiele, Kniereiter und Fingerspiele im Rhythmus der Kinder eingeübt. Am Ende können sich die Eltern gegenseitig austauschen. **Der Eintritt ist frei.** Ab sechs Monate bis zwei Jahren. Eine Anmeldung ist nicht erforderlich.

### Sprachkurs für geflüchtete Frauen Nippes, 11:30 – 13:00 Uhr

Frauen gegen Erwerbslosigkeit, Christinastr. 62-64, Tel.: 0221 – 73 27 251, kontakt@frauen-erwerbslos.de

Sprachkurs für geflüchtete Frauen - Mit Schwerpunkt aus der Ukraine

### Offene Erziehungsberatung Longerich, 16:30 – 18:00 Uhr

Praxis Jugendhilfe, Wilhelm-Sollmannstr. 4, Longerich, Tel.: 88883600

Praxis Jugendhilfe arbeitet im Bereich der ambulanten Jugendhilfe in den Bereichen flexible Hilfe, sozialpädagogische Familienhilfe und intensive sozialpädagogische Einzelfallhilfe. Im Büro Longerich bieten wir Mittwochs von 16:30 Uhr bis 18:00 Uhr und Freitags von 10:00 - 11:30 Uhr eine **kostenlose** offene Familien- und Erziehungsberatung in verschiedenen Sprachen an.

### Digitaler Elternabend: Alkohol Prävention riskanter Alkoholkonsum bei Jugendlichen, 18:00 – 19:30

Wir möchten Ihnen die Gelegenheit bieten, sich aus fachlicher Sicht mit der Wirkung von Alkohol auseinander zu setzen und Ihnen außerdem Empfehlungen für einen klaren Umgang mit Regeln, Grenzen und nicht zuletzt dem Thema Jugendschutz an die Hand geben. Bitte melden Sie sich per Mail an - praevention(a)drogenhilfe.koeln. Wir benötigen den Veranstaltungstitel, Ihren Namen und Ihre Mailadresse. Bei erfolgreicher Anmeldung erhalten Sie eine Anmeldebestätigung per Mail. Anmeldeschluss: 19. September 2022

### 1. Runder Tisch Nippes, 19:00 – 20:30

Altenberger Hof / Scheune, Mauener Str. 92

Bei uns im Veedel gibt es viele Initiativen und Ideen.. So möchten wir mit dem Runden Tisch Nippes interessierte Nippeser\*innen, Vereine und Institutionen zusammenbringen, um gemeinsam unseren Stadtteil besser zu vernetzen. Alle Nippeser\*innen sind herzlich eingeladen. Wir freuen uns auf Ihre Anregungen und Ideen! Um besser planen zu können, freuen wir uns über Anmeldungen unter: ro-elder@gmx.de. Natürlich könnt ihr auch gerne spontan kommen. Initiiert durch: Vera (nippeserleben.org), Najib und Bernd (Für Nippes e.V.), Kathrin (Natur für Nippes), Steffi (Nippes-Magazin), Kirsten (Zug um Zug e.V., Bürgerzentrum Nippes. Weitere Ankündigungen über <https://nippeserleben.org/runder-tisch/>

## **Donnerstag, 22. September 2022**

### **50 Jahre RheinCenter Weiden, 10:00 – 20:00 Uhr**

Rhein-Center Weiden, Aachener Str. 1253, Tel.: 02234 - 96 45-0

Gefeiert werden vom 22. September bis zum 1. Oktober 50 Jahre Treue mit einem großen Kinder- und Familienprogramm. Mit dabei sind u.a. Volker Rosin, Zauberer Charlie Martin, Die Avengers, Walking Acts wie Biene Maja & Willi. Dazu gibt es ein abwechslungsreiches Show- und Musikprogramm. Infos zum Programm auf der [Webseite](#). **Eintritt frei!**

### **Eltern-Kind-Treff für Alleinerziehende mit Baby/Kleinkind Ehrenfeld, 10:30 Uhr**

Bürgerzentrum Ehrenfeld e.V. (BÜZE), Venloer Str. 429, Tel.: 0221/1680007019

Eltern-Kind-Gruppen für Alleinerziehende mit Baby/Kleinkind im Bürgerzentrum Ehrenfeld (einige Gehminuten vom Bahnhof Ehrenfeld entfernt). Hier treffen sich Alleinerziehende in einer gemütlichen Atmosphäre zum Austauschen und Vernetzen. **Kostenlos!**

### **Projekt Chancen geben - 100 Wege in Beschäftigung Nippes, 11:30 – 13:30 Uhr**

Kreisel an der Bushaltestelle vor dem Bezirksrathaus Nippes, Neusserstr. 450

Unterstützung rund um den (Wieder)Einstieg ins Berufsleben, unter anderem Bewerbungen geschrieben werden. **Kostenlos!** Infos unter 0152-21759058

### **Offener Kindertreff für Kinder von 6 bis 12 Jahren Agnesviertel, 15:00 – 18:00 Uhr**

Alte Feuerwache, Melchiorstr. 3, Tel.: 97315513

Hier könnt ihr zusammen mit anderen Kindern mindestens hundert Spielmöglichkeiten ausprobieren - von Brettspielen und Lego bis zu Spielen im Hof. Ansprechendes Material wie Knete, Perlen, Kartons, Farben, Stoffe und vieles mehr macht Lust, eigene Ideen zu verwirklichen. Oder ihr könnt einfach nur in der Hängematte liegen und Musik hören.

### **Temporäre Spielstraße Agnesviertel, 15:00 – 19:00 Uhr**

Alte Feuerwache, Melchiorstr. 3, Tel.: 97315513

Spielen, Picknick und Nachbarschaft in der Melchiorstraße. Die Straße vor der Alten Feuerwache wird gesperrt und verwandelt sich in eine Spielstraße. Es gibt viele verschiedene Spielgeräte, Bänke und Tische zum Zusammensitzen und Spiel-Aktionen für alle. Bitte Essen und Trinken - gerne für alle – mitbringen. Infos unter 0221 - 97 31 55 11 und [altefeuerwachekoeln.de/kinder-familien/](http://altefeuerwachekoeln.de/kinder-familien/)

### **Selbsthilfe-Café Nippes, 16:00 – 18:30 Uhr**

Florastr. 37, Tel.: 0221-7390 470, [kontakt@zidz.org](mailto:kontakt@zidz.org)

Sie brauchen Unterstützung mit Ihrem Handy, beim Scannen, Drucken, Formulare ausfüllen oder möchten in einer angenehmen Atmosphäre nette Menschen kennenlernen? Dann kommen Sie in unser Selbsthilfe-Café in die Florastraße 37. Die Unterstützung ist **kostenlos** und auch ohne Termin möglich.

### **Einführung in die Bedienung des Schneideplotters, Innenstadt, 16:30 Uhr**

Zentralbibliothek Köln, Josef-Haubrich-Hof 1, Tel.: 221-238 22, Nähe Neumarkt

In diesem Einführungs-Workshop üben die Grundlagen der Software und die Bedienung des Plotters. Das Erlernte wenden Sie direkt an, indem Sie zunächst selbst entworfene Sticker aus Vinylfolie schneiden. Bitte bringen Sie ein eigenes Textil, zum Beispiel ein T-Shirt, mit. Sie versehen dieses im Workshop mit von uns bereitgestellter farbiger Bügelfolie und gestalten es individuell. Für das mitgebrachte Textil bitte unbedingt beachten: 100 Prozent Baumwolle, gewaschen, auch wenn neu, glatter Stoff. Eine Bedienungsanleitung steht bereit. **Kostenfrei!** Für Erwachsene ab 18 Jahren. **Anmeldung:** <https://stadt-koeln.easy2book.de/textildesign-event-1792>

### **Comic Lounge 27, Südstadt, 16:45 – 18:45 Uhr**

Stadtteilbibliothek Haus Balchem, Severinstraße 15, Tel.: 221-29978

Hier triffst du Gleichgesinnte, wir überlegen uns Geschichten und zeichnen zusammen. Wir erfinden die verrücktesten Zukunftsfahrzeuge. Hat euer Auto ein Klo? Passen siebzig Clowns hinein? Oder wird es mit heißer Luft angetrieben? Wie sieht die Rennstrecke aus? Vielleicht zeichnen wir aber auch das ganz normale Chaos auf den Straßen... Die Teilnahme ist **kostenlos**. Für Kinder im Alter von 9 bis 13 Jahren. Anmeldung: <https://stadt-koeln.easy2book.de/comic-lounge-27-event-1710>

## Donnerstag, 22. September 2022

### Jugendbereich Riehl, 17:00 – 20:30 Uhr

Kinder- und Jugendhaus Flemingstr. 2, Tel.: 9763622

### Zeichentreff für Erwachsene und Jugendliche, Innenstadt, 17:00 Uhr

Rautenstrauch-Joest-Museum, Cäcilienstraße 29-33

Ich will mich verabschieden. **Teilnahme kostenfrei.**

### EBERTPLATZKONZERTE Innenstadt, 18:00 Uhr

**Offene Musikbühne.** Die [Alte Feuerwache Köln](#), welche den Bereich „Partizipation“ der Zwischennutzung am Ebertplatz betreut, lädt verschiedene Musiker\*innen aus den Stadtteilen dazu ein, auf dem Ebertplatz zu performen. **Eintritt frei!**

### Astro-Tim, 18:30 Uhr

Der Kölner Tim Ruster bietet unter dem Namen „[Astro Tim](#)“ jeden Donnerstag um 18. 30 Uhr auf YouTube eine **kostenlose** Live-Führung aus dem Nippeser Planetarium an.

<https://www.youtube.com/channel/UCTkYT9IjUuhmkXbwYEohlwQ>

### Die Kleinen und ihre großen Emotionen, Agnesviertel, 20:00 – 22:15 Uhr

FamilienForum Agnesviertel, Weißenburgstr. 14, Tel.: 0221 - 775 34 60

In den ersten Lebensjahren lernt ein Kind eine große Bandbreite an Gefühlen kennen. Während alle Kinder Zeit brauchen, um mit ihrer eigenen Gefühlswelt vertraut zu werden, sind Eltern oft großen Herausforderungen ausgesetzt, besonders „negativen“ Gefühlen der Kleinen wie Wut, Angst und Aggression zu begegnen. Was sind die entwicklungspsychologischen Grundlagen dieser Verhaltensweisen und wie schaffen Eltern einen konstruktiven, die Entwicklung des Kindes unterstützenden Umgang mit ihnen? Anmeldung erforderlich. Kosten € 10,-

## Freitag, 23. September 2022

### Globaler Klimastreik

Infos: <https://fridaysforfuture.de/klimastreik/>

### Flohmarkt Weidenpesch, 8:00 – 14:00 Uhr

Parkplatz, Pferderennbahn, Scheibenstr. 40

### 50 Jahre RheinCenter Weiden, 10:00 – 20:00 Uhr

(Näher Infos siehe Donnerstag)

### Offene Erziehungsberatung Longerich, 10:00 – 11:30 Uhr

Praxis Jugendhilfe, Wilhelm-Sollmannstr. 4, Longerich, Tel.: 88883600

Praxis Jugendhilfe arbeitet im Bereich der ambulanten Jugendhilfe in den Bereichen flexible Hilfe, sozialpädagogische Familienhilfe und intensive sozialpädagogische Einzelfallhilfe.

Im Büro Longerich bieten wir Mittwochs von 16:30 Uhr bis 18:00 Uhr und Freitags von 10:00 - 11:30 Uhr eine **kostenlose** offene Familien- und Erziehungsberatung in verschiedenen Sprachen an.

### Eltern-Kind-Spielgruppe Innenstadt, 10:00 – 12:00 Uhr

Fachstelle Mirai, Gereonstraße 13, Tel. 0221 12695 5101

Sucht und psychische Erkrankungen wirken sich auf die frühe Eltern-Kind-Bindung aus. Wenn Familien belastet sind, brauchen sie unterstützende Angebote und eine wertschätzende Atmosphäre. Unsere Angebote richten sich an Säuglinge und Kleinkinder mit ihren Eltern. Miteinander Spielen und sammeln von neuen Spielideen, gemeinsames Beobachten der Babys und Kinder sowie Informations- und Beratungsangebote fördern den offenen Austausch der Eltern untereinander zum Thema Elternschaft und stärken die Eltern-Kind-Bindung. Gemeinsame Eltern-Kind Spielgruppe (0-5 Jahre) im Anschluss Eltern-Frühstückstreff mit Kinderbetreuung → individuelle bindungsunterstützende Beratungsangebote (auch videogestützt)nach Vereinbarung. **Kostenlos!**

**Freitag, 23. September 2022**

**SPRACHCAFÉ FÜR GEFLÜCHTETE FRAUEN Nippes, 10:00 – 12:00 Uhr**

Frauen gegen Erwerbslosigkeit, Christinastr. 62-64, Tel.: 0221 – 73 27 251 Fax 0221 – 29 44 289  
kontakt@frauen-erwerbslos.de

Unser Sprachcafé ist ein Treffpunkt für alle geflüchteten Frauen, die die deutsche Sprache erlernen möchten, die sich mit Frauen aus ihrem Land oder anderen Ländern treffen und etwas über deren Kultur erfahren möchten, die Informationen zum Thema kulturelle, sprachliche und gesellschaftliche Integration suchen. Wir bieten die Möglichkeit zum Austausch in einer interkulturellen und kinderfreundlichen Atmosphäre, bei einer Tasse Tee oder Kaffee, mit Kinderbetreuung bei Bedarf.

**Stadtwanderung Nippes, 14:00 Uhr**

Treffpunkt: Haus Kriescher, Escher Str. Stadtwanderung vom Bahnhof Nippes in die Flora  
Infos und Anmeldung: [stadtwanderungen-koeln.de](http://stadtwanderungen-koeln.de)

**Offener Kindertreff für Kinder von 6 bis 12 Jahren Agnesviertel, 14:00 – 18:00 Uhr**

Alte Feuerwache, Melchiorstr. 3, Tel.: 97315513

Hier könnt ihr zusammen mit anderen Kindern mindestens hundert Spielmöglichkeiten ausprobieren - von Brettspielen und Lego bis zu Spielen im Hof. Ansprechendes Material wie Knete, Perlen, Kartons, Farben, Stoffe und vieles mehr macht Lust, eigene Ideen zu verwirklichen. Oder ihr könnt einfach nur in der Hängematte liegen und Musik hören.

**Social-Media-Studio: Technik-Einführung, Innenstadt, 15:00 – 16:30 Uhr**

Zentralbibliothek Köln, Josef-Haubrich-Hof 1, Tel.: 221-238 22, Nähe Neumarkt

Der 1,5-stündige Workshop umfasst eine technische Einführung zu Kamera, Mikrofonen, Aufzeichnungsgeräten, Mischpult und anderer verbindender Technik. Zusätzlich gibt es erste Tipps und Tricks, wie die Technik am besten für eine Video- oder Tonaufzeichnung eingesetzt werden kann. Die Seminarinhalte werden flexibel an den jeweiligen Wissensstand der Teilnehmenden angepasst. Die Teilnahme ist **kostenlos**. Der Workshop ist offen für alle ab 16 Jahren.

Anmeldung: <https://stadt-koeln.easy2book.de/?s=studio>

**Offene Tanzveranstaltung, Innenstadt, 16:00 Uhr**

Ebertplatz

Offene Tanzveranstaltung mit der Kölsch Hätz Nachbarschaftshilfe

**Flausen, Faxen, Firlefanfz Innenstadt, 16:00 Uhr**

Zentralbibliothek Köln, Josef-Haubrich-Hof 1, Tel.: 221-238 22, Nähe Neumarkt

Noch nichts geplant für den Freitagnachmittag? Dann kommt in die Kinderbibliothek, da ist immer etwas los. Vorlesen, Basteln, Gaming, Musik oder auch ein Quiz – lasst euch einfach überraschen und seid dabei.

Anmeldung nicht erforderlich. **Eintritt frei!**

**Gemeinsames Comiczeichnen für ukrainische Kinder Südstadt, 16:30 Uhr**

Cöln Comic Haus, Bonner Str. 9

Für Kinder und Jugendliche von 10-15 Jahren. Infos: [coelncomic.de](http://coelncomic.de)

**Jugendbereich Riehl, 17:00 – 20:30 Uhr**

Kinder- und Jugendhaus Flemingstr. 2, Tel.: 9763622

**LichtGeschichten: Premiere der Laterna magica, 20:00 Uhr**

Schokoladenmuseum

Bei der Kölner Theaternacht wird mit einer einzigartigen Konstruktion Premiere gefeiert, die ein poetisches Spiel aus Licht und Schatten entstehen lässt und mit Licht und Schatten Geschichten in 360 Grad erzählt. In einer 2,5 Meter großen Laterna magica mit faszinierenden Licht- und Klangeffekten wird die Geschichte „Von Wurzeln und Flügeln“ erzählt, eine LichtGeschichte, die den Zauber der Natur erlebbar macht.

Schauspieler:innen lassen gemeinsam mit Kindern und Jugendlichen die Geschichte lebendig werden. Die Zuschauer:innen, groß und klein, können all die verwunschenen, erstaunlichen Wesenheiten und kleinen Wunder, die sich in der Geschichte verbergen, in ihrem Tempo selbst entdecken.

## **Samstag, 24. September 2022**

### **Flohmarkt Weidenpesch, 8:00 – 14:00 Uhr**

Parkplatz, Pferderennbahn, Scheibenstr. 40

### **Tag des Sports für Alle, Müngersdorf, 10:00 – 17:00 Uhr**

Deutsche Sporthochschule, Am Sportpark Müngersdorf 6

Der StadtSportBund Köln wird in diesem Rahmen einen Tag des deutschen Sportabzeichen durchführen und dabei Menschen mit und ohne Behinderung die Chance geben, das Deutsche Sportabzeichen abzulegen.

[www.stadt-koeln.de/leben-in-koeln/freizeit-natur-sport/veranstaltungskalender/tag-des-sports-fuer-alle](http://www.stadt-koeln.de/leben-in-koeln/freizeit-natur-sport/veranstaltungskalender/tag-des-sports-fuer-alle)

### **Kunst & Natur Vogelsang, 10:00 – 15:00 Uhr**

Dinger's Gartencenter, Goldammerweg 361, Tel.: 95 84 73-0

**Kostenfreies** Kreativprogramm für Kinder im Palmenhaus. Kinder von 4 bis 10 Jahren malen tolle Bilder und basteln kleine Raben hinein. Keine Anmeldung erforderlich!

### **Kinderflohmarkt Ehrenfeld, 10:00 – 14:00 Uhr**

Kita Vogelsangerstr. 129

Der Flohmarkt findet bei jedem Wetter im Außengelände der Kita statt. Für das leibliche Wohl in Form einer kleinen Cafeteria wird gesorgt.

### **Familienwanderung rund um Gut Leidenhausen, Porz, 10:00 Uhr**

Gut Leidenhausen, Grengeler Mauspfad, Tel.: 02203 - 399 87

Gemütliche Wanderung, für Rollstühle und Kinderwägen geeignet

### **50 Jahre RheinCenter Weiden, 10:00 – 20:00 Uhr**

(Näher Infos siehe Donnerstag)

### **3D-Druck am Samstag Innenstadt, 10:30 – 15:00 Uhr**

Zentralbibliothek Köln, Josef-Haubrich-Hof 1, Tel.: 221-238 22, Nähe Neumarkt

Wir nehmen Ihre 3D-Dateien entgegen und drucken sie kostenfrei für Sie aus. Entscheidend ist dabei, dass der Druck der Datei **nicht länger als eine Stunde** dauert und im Format **.stl** vorliegt. Eine Mitgliedschaft bei der Stadtbibliothek ist nicht nötig. **Kostenfrei**. Ohne Anmeldung

### **Nachhaltigkeitsfestival, Südstadt, 10:30 Uhr**

Baui im Friedenspark, Hans-Abraham-Ochs-Weg/Titusstr.

Mach was! Nachhaltigkeitsfestival mit vielen Workshops für Jugendliche ab 12 Jahren. Anmeldung: [info\(@\)bauj.jugz.de](mailto:info(@)bauj.jugz.de)

### **Kinderflohmarkt Neu-Ehrenfeld, 11:00 – 14:00 Uhr**

GGs Nußbaumer Straße 254

Es erwarten Euch neben vielen schönen Sachen Kaffee & Kuchen sowie Kaltgetränke & Grillwürstchen!

### **Tag der offenen Tür Internationale Filmschule, Mülheim, 11:00 Uhr**

Internationale Filmschule, Schanzenstr. 28

Infos: [filmschule.de](http://filmschule.de)

### **Stadtteilbibliothek Chorweiler – LeseWelten, 11:00 Uhr**

Stadtteilbibliothek Chorweiler, Pariser Platz 1, Tel.: 221-964 01

Jeden Samstag findet in der Stadtteilbibliothek Chorweiler eine Vorlesestunde für Kinder ab drei Jahren statt.

**Der Eintritt ist frei.** Eine Anmeldung ist nicht erforderlich.

### **LeseWelten Innenstadt, 11:30 Uhr**

Zentralbibliothek Köln, Josef-Haubrich-Hof 1, Tel.: 221-238 22, Nähe Neumarkt

Wir machen es uns gemütlich und entführen euch in die Welt der Bücher. Bekannte Helden wie Findus, Lieselotte und Zilly sind ebenso im Programm wie neue und ungewöhnliche Bilderbücher. Bei der

gemeinsamen Betrachtung kommen wir ins Gespräch und erleben lustige und spannende Geschichten. Die Teilnahme ist **kostenlos**. Für Kinder ab 3 Jahren. Es ist keine Anmeldung erforderlich.

## **Samstag, 24. September 2022**

### **Spielplatzfest im Stadtgarten, Innenstadt, 12:00 Uhr**

Stadtgarten, Venloerstr Ecke Spichernstraße

Es erwartet euch ein Spielmobil, großem Glücksrad, Tombola, Essen und Trinken, Kinderschminken, Livemusik. Alle Erlöse zugunsten des Spielplatzes.

### **Karika-was? Innenstadt, 14:00 – 17:00 Uhr**

Käthe Kollwitz Museum, Neumarkt 18-24, Tel.: 0221 - 227 28 99

Die Samstagswerkstatt für Kinder ab 7 Jahren. Was heißt das eigentlich – Karikatur? In der Samstagswerkstatt werdet ihr aufgeklärt und schaut, wie gut es den Zeichnern in der Ausstellung „Der neue Simplicissimus – Satire für die Bonner Republik“ gelungen ist, dies in ihren Bildern umzusetzen. Ihr werdet natürlich selber kreativ! Witzig und eben so richtig „karikaturesk“ geht's zu – in Bildern, Comic-Strips oder Daumenkino. Anmeldung bis mind. 2 Tage vorher unter 0221 - 227-26 02 oder [museum@kollwitz.de](mailto:museum@kollwitz.de). Kosten nur Eintritt.

### **Fetzige Kunst, Innenstadt, 14:00 – 16:00 Uhr**

Museum Ludwig, Bischofsgartenstr. 1, Tel.: 221 223 82, Nähe Dom

Collagieren für Kinder ab 5 Jahren. Ups, ist das Papier in dem Kunstwerk etwa zerrissen? Das probierst du in der Werkstatt auch aus, verschiedene Papiere werden von dir zerrissen und du erfindest mindestens 111 Möglichkeiten, die Stücke zu neuen Bildern zusammenzukleben. Anmeldung online unter [museenkoeln.de](http://museenkoeln.de). Kosten € 9,- plus Material € 2,-

### **Zirkus Wibbelstetz, Riehl, 16:00 Uhr**

LATIBUL, Zirkusgelände An der Schanz 6, Tel.: 0221 - 995 72 00

Das diesjährige Programm des Zirkus Wibbelstetz beschäftigt sich mit den beiden Gegenpolen Freiheit und Kontrolle. Aktuell besteht der Zirkus Wibbelstetz aus 20 zirkusbegeisterten Jugendlichen im Alter von 12 bis 18 Jahren. Jedes Jahr entwickeln die Wibbelstetz gemeinsam eine Produktion. Dabei entscheiden die Mitglieder selbst in welcher Zirkusdisziplin sie ihr Können weiter vertiefen möchten. Die Produktion wird dann dem Publikum präsentiert. Tickets € 9,-/7,-/Familien € 27,-

### **Südhimmel - die unbekannte Hemisphäre, Nippes, 17:30 Uhr**

Planetarium, Blücherstr. 15-17, Tel.: 0221 / 71 66 14 29

Der Südhimmel zeigt etwas mehr Sterne als der Nordhimmel, weil das Zentrum der Milchstraße etwa 20° südlich des Äquators im Sternbild Schütze liegt. Einige der beeindruckendsten Himmelsobjekte stehen von Europa aus unsichtbar am südlichen Sternenhimmel. Wir zeigen Ihnen die schönsten Bilder von dort. Ab 6 Jahren. Reservierung: <https://www.koelner-planetarium.de/reservation.php?ver=660>

## **Sonntag, 25. September 2022**

### **Flohmarkt Weidenpesch, 8:00 Uhr**

Zuschauergelände Pferderennbahn

### **Apfelfest mit Apfelsaftpressen, Porz, 10:00 – 17:00 Uhr**

Gut Leidenhausen, Grengeler Mausepfad, Tel.: 02203 - 399 87

Neben Ausstellung alter Apfelsorten und historischer Landmaschinen, Wissenswertem rund um Bienen und anderen Bestäubern, gibt es ein großes kulinarisches Angebot rund um das Thema Obst, sowie den Verkauf alter Obstbaumsorten. Zur Bestimmung von Apfelsorten im eigenen Garten können jeweils fünf Früchte mitgebracht werden. Das Highlight bietet die Saftpressaktion, bei der die Besucher:innen von 10:00–17:00 Uhr ihre eigenen Äpfel und Birnen in einer großen Saftpresse pressen lassen können. Die Früchte von allen Besucher:innen werden zusammen gepresst und daraus ein gemeinsamer "Kölner Streuobstwiesensaft" erstellt. Dabei wird ein großer Eimer Obst (20 kg) ohne Zuzahlung gegen 5 L frischen Saft getauscht. Außerdem kann der Streuobstwiesensaft käuflich erworben werden. Personen, die große Mengen (ab 100 kg) zu pressen haben, sollten sich vorab anmelden, um Wartezeiten zu vermeiden. Auch an anderen Stellen

in Köln kann am selben Tag Obst gegen Saft getauscht werden (Zollstock, Raderthal, Klettenberg, Nippes, Porz). Genaue Standortangaben finden sich auf der Homepage von Gut Leidenhausen. Für alle Gärtner:innen, die keine Zeit zur Obsternte haben, erntet das Umweltbildungszentrum gerne nach Absprache auf privaten Obstbaumwiesen. Die gewonnenen Spenden kommen Umweltbildungsprojekten zugute.

**Flohmarkt Agnesviertel. 10:00 – 16:00 Uhr**

Alte Feuerwache, Melchiorstr. 3, Tel.: 97315513

Anmeldung: Tel.: 0221 - 66 95 89 00

**Die Geschichte der Kölner Straßenbahnen, Thielenbruch, 11:00 – 17:00 Uhr**

Straßenbahnmuseum Thielenbruch, Gemarkenstr. 139, Tel.: 283 47 71

An jedem zweiten Sonntag im Monat wird die über 125-jährige Geschichte der Kölner Straßenbahnen präsentiert. Fans können von 11 Uhr bis 17 Uhr die historischen Fahrzeuge in der denkmalgeschützten Halle von 1926 besichtigen. Das Straßenbahn-Museum befindet sich an der Endhaltestelle Thielenbruch der Linie 18. Eintritt € 1,50/1,-

**BienenDienst in Finkens Garten, Rodenkirchen, 11:00 – 16:00 Uhr**

Finkens Garten, Friedrich-Ebert-Str. 49, Tel.: 285 73 64 (13-14 Uhr)

Im Bienenhaus, mit Honigverkostung. Das Bienenhaus ist bis einschließlich November jeden 2. und 4. Sonntag geöffnet. Die Kölner Imkerinnen und Imker und ihre regionalen Produkte erwarten Sie und Ihre Fragen zur Bienenhaltung, der Honiggewinnung und dem damit verbundenem Naturschutz gern.

**Familiensonntag: Ein Schauer auf dem Rücken – Gefühle im Kino, Innenstadt, 11:00 – 15:00 Uhr**

Filmhaus, Maybachstr. 111, Tel.: 33 77 05 16

An diesem Familienonntag werden Kurzfilme gezeigt, in denen Menschen ihrer Angst mutig begegnen, aber auch klar wird, dass sich alle Menschen hin und wieder fürchten. Außerdem spricht ihr darüber, was euch Angst und Mut macht, baut gruselige Schattenmonster und überlegt welche anderen Gefühle ihr im Kino habt. Das Programm richtet sich an Kinder von 4 bis 10 Jahren. Kinder bis 6 Jahren sollten in Begleitung ihrer Eltern kommen. Ältere Kinder können alleine teilnehmen.

**Von der Krone bis zur Wurzel - Nutzung von Bäumen, Riehl, 11:00 – 12:30 Uhr**

Flora und Botanischer Garten, Alter Stammheimer Weg, Tel. 0221 / 560890

Eichenholz als Zahnersatz, Weidenrinde als Schmerzmittel oder Buchsbaum- und Hainbuchenholz als Maschinenteile in der frühen Industrialisierung sind nur einige Beispiele. Bei seiner Führung wird Andreas Zangerl vom Botanischen Garten Köln diese und viele weitere kuriose, interessante und verloren gegangene Geschichten anhand des imposanten Baumbestandes der Flora erzählen. Die Teilnahme an der Führung kostet fünf Euro für Erwachsene und drei Euro für Kinder, Schüler\*innen und Student\*innen.

Die Anmeldung ist bis sieben Tage vorher unter Nennung der persönlichen Daten erforderlich: [E-Mail zur Anmeldung](#)

**Workshop: Kräutersalz selbst machen, Porz, 11:00 – 12:00 Uhr**

Gut Leidenhausen, Grengeler Mauspfad, Tel.: 02203 - 399 87

Während eines Rundgangs über die Obstwiese sammeln wir Kräuter, die feingeschnitten in einem Gläschen mit Salz gemischt werden. Mitbringen: Ein Schraubglas mit Salz. Brettchen und Küchenmesser. Für Grundschulkinder mit Eltern. Anmeldung: 02203 357651 | [info@gut-leidenhausen.de](mailto:info@gut-leidenhausen.de). **Kostenlos!**

**Farben und Formen – Spurensuche im Design, Innenstadt, 11:00 Uhr**

Museum für Angewandte Kunst, An der Rechtschule, Tel.: 0221 - 221-267 35

Familienführung für Familien mit Kindern ab 5 Jahren. In der Dauerausstellung „Kunst und Design im Dialog“ gibt es schrille, grellgrüne und orangefarbene Objekte, aber auch die leiseren Farbtöne oder organischen Formen könnt ihr finden. Mit dem „Farben und Formen-Kasten“ macht ihr euch auf die Suche. Führung ist kostenfrei! Nur Eintritt!

## Sonntag, 25. September 2022

### Rundgang um das Wildgehege Gut Leidenhausen, Porz, 12:00 – 13:00 Uhr

Gut Leidenhausen, Grengeler Mausepfad, Tel.: 02203 - 399 87

Wir gehen gemeinsam rund um das Wildgehege Gut Leidenhausen und lernen etwas über den Rothirsch, das Wildschwein und andere heimische Säugetiere. Die Tiere können auf der Veranstaltung mit speziellem Wildfutter gefüttert werden. Anmeldung: 02203 357651 | [info@gut-leidenhausen.de](mailto:info@gut-leidenhausen.de). **Kostenlos!**

### Greifvogelschutzstation Porz, 12:00 – 16:00 Uhr

Gut Leidenhausen, Grengeler Mausepfad, Tel.: 02203 - 399 87

Geöffnet ist die Schutzstation an Sonn- und Feiertagen von 12 bis 16 Uhr. Auffangstation für kranke, verletzte oder elternlose Greifvögel und Eulen und aus Gründen des Artenschutzes beschlagnahmte Tiere sowie Unterbringung von Dauerpflegefällen in einer Pflegestation. **Eintritt frei!**

### Sonntags in der Bibliothek: Mutig miese Monster meucheln, Innenstadt, 13:00 – 18:00 Uhr

Zentralbibliothek Köln, Josef-Haubrich-Hof 1, Tel.: 221-238 22, Nähe Neumarkt

Buntes Programm für die ganze Familie. Die Zentralbibliothek am Kölner Neumarkt öffnet ihre Pforten auch sonntags von 13 bis 18 Uhr und kann somit an allen sieben Wochentagen besucht werden. und vor der Bühne.

**15 Uhr Mutig miese Monster meucheln:** Theaterspiel von Mareike Möller über Merle, die ihren eigenen Mut entdecken will. Merle kennt sie alle – Angstmacher! Spinnen, Schlangen, das Einmeterbrett und vor allem die Dunkelheit. Toni nervt, wenn er sie deswegen Angsthase nennt und das vor allen anderen. Damit muss Schluss sein, Angstmacher müssen besiegt werden, allen voran die Dunkelheit! Die herrscht im Keller. Also ab nach unten. Wenn Toni nur nicht behaupten würde, dass es da Monster gibt. Tante Thea, Merles Nachbarin, soll helfen und mit ihr in den Keller gehen. Doch sie hat selber Angst, aber nicht vor Gruselmonstern, sondern vor alten Erinnerungen. Da gibt's nur eines – ein Team bilden und gemeinsam in den Keller gehen, Ängste und Angstmacher besiegen, aber vor allem den eigenen Mut entdecken. **Eintritt frei!** Ohne Anmeldung.

### Ukrainetag am Schokoladenmuseum, Innenstadt, 13:00 Uhr

Ein buntes Fest erwartet die Besucher\*innen auf dem Platz vor dem Schokoladenmuseum, unter anderem mit ukrainischer Kultur, mit Tanz, Musik, kulinarischen Köstlichkeiten, Bastel-, Schminkaktionen, einem Talentwettbewerb für Kinder, einer Solidaritätsparade und einem gemischten Konzert deutsch-ukrainischer Interpret\*innen. **Eintritt frei!**

### Fit fürs Enkelkind - Seminar für Großeltern, Lindenthal, 14:00 – 17:30 Uhr

Ev. Krankenhaus Weyertal, Weyertal 76, Tel.: 0221 - 479 70 00

Alles rund um Säuglingspflege, Umgang mit Schreikindern, Verwöhnen, Fläschchen, Tragehilfen und Ernährung. Dabei wird über Veränderungen der vergangenen 25 bis 40 Jahre unter anderem bei der Säuglingspflege, Umgang mit Schreikindern, Verwöhnen, Fläschchen, Tragehilfen und Ernährung informiert. Außerdem wird auf Hilfen für junge Eltern eingegangen. Das Vorstellen einfacher Spielzeuge und Kinderlieder runden die Veranstaltung ab. Es gilt die 3G-Regel. Anmeldung erforderlich.

### Familienwanderung, Agnesviertel, 14:00 Uhr

Treffpunkt: Ebertplatz am Brunnen

Die ganze Familie erkundet mit kurzweiligen Informationen von Dirk Wolfrum die Reste der mittelalterlichen Stadtmauer und das Fort X mit Rosengarten und Spielplatz. Wanderung ca. 5 km, Picknick auf dem Spielplatz möglich oder Schlusseinkehr. Teilnahme nur nach bestätigter telefonischer Anmeldung beim Wanderführer unter 0221 - 62 70 76 möglich. Infos und weitere Wanderungen unter [www.koelner-eifelverein.de](http://www.koelner-eifelverein.de)

### LeseWelten: Jetzt sind auch die Kirschen reif, Innenstadt, 15:00 – 16:15 Uhr

Rautenstrauch-Joest-Museum, Cäcilienstr. 29-33, Tel.: 0221 - 221-313 56

**Kostenlose** Lesung mit anschließender Führung für Kinder ab 5 Jahren. Nur Eintritt für Erwachsene, Kinder frei!

### Zirkus Wibbelstetz Riehl, 15:00 Uhr

(Nähere Infos siehe Samstag)

## Sonntag, 25. September 2022

### Kidical Mass Köln, 15:00 Uhr

Rudolfplatz

Europaweites Aktionswochenende Kidical Mass – Fahrraddemo für Kinder, Jugendliche und Familien. Die „Kidical Mass“ ist als Demonstration bei der Polizei angemeldet. Diese sichert die Wege und begleitet die Veranstaltung. Bitte aktuelle Infos zu Ziel und Zubringer-Demos online beachten: [www.kidicalmasskoeln.org](http://www.kidicalmasskoeln.org)

### Rom am Rhein – Leben in der Stadt, Innenstadt, 15:00 Uhr

Römisch-Germanisches Museum / Belgisches Haus, Cäcilienstr. 46, Tel.: 0221 - 221-244 38

Führung für Kinder ab 8 Jahren. Natürlich lag auch das römische Köln am Rhein – nur war der damals die Grenze des Römischen Reiches. Das beeinflusste das Leben der Menschen hier aber nur hin und wieder. Sie bauten Tempel für ihre Götter und Häuser für sich selbst, kauften auf den Märkten Waren aus aller Welt und liebten Spiele und Musik. Gar nicht so anders als heute, oder? **Kostenfrei!**

## Querbeet

### CINEPÄNZ Familiensonntag im jfc!

Ab September werden jeden 3. Sonntag im Monat von 14:30 - 17:00 Uhr Kurzfilmprogramme für die ganze Familie gezeigt. **Eintritt frei!** Eingeladen sind Familien aus dem Veedel und dem weiteren Umfeld, sich gemeinsam ausgewählte Kurzfilme anzusehen. Im Programm sind abenteuerliche Entdeckungsreisen durch andere Länder, das Reich der Tiere und die Welt der Animation. Geschulte Medienpädagog\*innen begleiten durch das Filmprogramm und greifen die Filmthemen im Anschluss spielerisch auf. Termine: <https://www.jfc.info/hereinspaziert-beim-cinepaenz-familiensonntag-im-jfc/>

### Kletterstudie

Die Deutsche Sporthochschule sucht für eine [Kletterstudie](#) Kinder von 6 bis 12 Jahren, die noch keine Erfahrungen mit dem Klettern haben. Es werden individuelle Termine für ein 9-wöchiges Klettertraining ausgemacht. Der Zeitaufwand beträgt 30 Minuten pro Woche. Infos und Anmeldung unter [climbing.dshs@gmail.com](mailto:climbing.dshs@gmail.com).

### Kompass Ernährung

Das Magazin „Kompass Ernährung“ von inform, der Initiative für gesunde Ernährung und mehr Bewegung, richtet sich besonders an Eltern, Erzieher:innen, an Lehrer:innen sowie Akteur:innen in der Kita- und Schulverpflegung. Gutes Kita- und Schulessen beschränkt sich nicht nur auf die verwendeten Lebensmittel, es bezieht alle Aspekte einer Mahlzeit ein: Was essen und trinken die Kinder und mit wem, wie, wann, wo, wie lange und warum? Kompass Ernährung bietet viele Informationen, praktische Tipps für den Alltag, ein Best Practice-Beispiel für gelungene Kitaverpflegung und Rezepte rund um eine gesunde und nachhaltige Ernährung. Die neue Ausgabe gibt es als [barrierefreie PDF zum Herunterladen](#)

### Impressum:

Bezirksjugendamt Nippes, Sozialraumteam Longerich, Mauenheim, Weidenpesch in Kooperation mit .Praxis Jugendhilfe. Sie möchten den Kalender abonnieren? Sie möchten Ihre Veranstaltung in den Kalender eintragen lassen? Dann bitte eine Email an: [freizeitkalender@hotmail.de](mailto:freizeitkalender@hotmail.de)

**Alle Angaben ohne Gewähr.** Tageskalender Online: <http://tinyurl.com/yblmz7rl>



