



Elterncafés

Familiencafé im Agnesviertel - für Eltern mit ihren Kindern von 0 - 2 Jahren

Dienstags, 17.01. - 13.06.23
Uhrzeit: 09.30 - 11.45 Uhr

Machen Sie Pause von Trubel und Hektik.
Entspannen Sie bei einer Tasse Kaffee oder Tee.
Unsere Familiencafés bieten:

- Austausch mit anderen Eltern
- Infos rund um Kind und Familie
- Spiel und Bewegung für Kinder

Pädagogische Begleitung: Denise Höninger,
Gesundheits-/Krankenpflegerin, Still- und
Laktationsberaterin HG-KH
Ort: FamilienForum Agnesviertel, Raum A3.05,
Weißenburgstraße 14, 50670 Köln
Anmeldung im FamilienForum: 0221 7753460
Infos: www.familienbildung-koeln.de

Fenstercafé in der Kita St. Pantaleon - für Eltern und Kinder

Jeden letzten Freitag im Monat
Uhrzeit: 13.30 - 15.00 Uhr

Sie dürfen vorbeikommen, sich mit anderen Familien,
Großeltern unterhalten und bei schönem Wetter ein
Picknick auf unserer Wiese vor der Kita genießen.
Kaffee, Tee, Wasser und eine Kleinigkeit zum Naschen
gibt es ebenfalls an unserem Fenster.

Bitte meldet euch hierfür in der Kita an.

Ansprechpartnerin: Maria Koziel
Leitung Kita St. Pantaleon
Ort: Kita St. Pantaleon,
Am Pantaleonsberg 14, 50676 Köln
Anmeldung: 0221 314337

Familienfrühstück

Offenes Familienfrühstück - in der Kita St. Agnes

Jeden letzten Freitag im Monat
Uhrzeit: 10.00 - 12.00 Uhr

Eingeladen sind alle, die Lust auf ein gemeinsames Frühstück haben.

Das Familienfrühstück ist eine schöne Gelegenheit, sich mit anderen auszutauschen und neue Kontakte zu knüpfen. Kombiniert ist das Angebot mit einem religionspädagogischem Impuls.

Ansprechpartner: Schwester Andrea & Sascha Gummersbach
Ort: Kita St. Agnes, Im Pfarrsaal Stormstr. 1, 50670 Köln
Anmeldung in der Kita: 0221 72 57 93

Offenes Familienfrühstück - in der Gemeinde St. Pantaleon

Jeden 1. Sonntag im Monat
im Anschluss an die Familienmesse

Nach der Familienmesse sind alle zum gemeinsamen Frühstück eingeladen. Jeder bringt einfach eine Kleinigkeit für das Buffet mit.

Das ist eine schöne Gelegenheit, sich mit anderen Familien zu treffen und auszutauschen.

Ansprechpartner: Pfarrbüro der Kirchengemeinde St. Pantaleon
Ort: Am Pantaleonsberg 8, 50676 Köln
Anmeldung: sankt.pantaleon@outlook.de

Weitere Angebote

Caritas-Integrationsagentur

Die Caritas-Integrationsagentur bietet Informationsveranstaltungen für Eltern zu verschiedenen Themen an, wie z.B. unterschiedliche Erziehungsstile, Umgang mit Mehrsprachigkeit, Umgang mit verschiedenen Religionen in der Familie, Leseförderung bei Kindern und Vorstellung mehrsprachiger Bücher und Materialien.

Bei Interesse melden Sie sich bei:
Caritas-Integrationsagentur
Tel.: 0221 985 774 16
maristella.angioni@caritas-koeln.de
www.caritas-koeln.de

Das FamilienForum Köln Agnesviertel

Das FamilienForum Köln Agnesviertel ist Verbundpartner des Familienzentrums St. Agnes.

In Kooperation planen wir gemeinsame Aktionen für Sie.

Darüber hinaus bietet das FamilienForum Köln noch viele weitere Angebote für Familien an.

Ob Hebammensprechstunde, Yoga für Schwangere, Babymassage, Elternstart NRW, Eltern-Kind-Kurse, Spiel- und Bewegungsangebote, Musikalische Früherziehung, offene Familiencafés, Elternthemen zu Erziehungsfragen, Tai Chi, Qi Gong oder Yoga, Nähkurse und vieles mehr.

Schauen Sie auf der Homepage und finden Sie das passende Angebot für sich und Ihre Familie.
www.familienbildung-koeln.de

Nur für Erwachsene

Kurioses rund um den Neumarkt - Stadtführung für Erwachsene

Samstag, 11.02.23
Uhrzeit: um 14 Uhr

Mit einer Fläche von 27.216 qm ist der Neumarkt der größte Platz der Altstadt. Nutzbar davon sind allerdings nur ein geringer Teil in Insellage. Bereits 1076 ist der Neumarkt zur Entlastung von Alter Markt und Heumarkt entstanden. Wir kümmern uns heute um das Drumherum und um den Platz und seine Geschichte: Lassen Sie sich ein auf 90 Minuten Zeitsprünge.

Referent: Tom Hammes
Treffpunkt: Konrad Adenauer Denkmal an der Kirche St. Aposteln, Apostelnstr
Anmeldung: www.katholisch-in-koeln.de/angebote oder über den QR Code auf Seite 7

Das Belgisches Viertel - Stadtführung für Erwachsene

Samstag, 13.05.23
Uhrzeit: um 15 Uhr

Kunsthistorisch - Kulturell - Kulinarisch, das Belgisches Viertel hat viel zu bieten. Seit vielen Jahren schon, hat sich das Viertel nun als Trend- und Szeneviertel etabliert. Das spiegeln individuelle Geschäfte, Manufakturen, Kunsthandwerk und die Kneipen wieder. Wir bewegen uns mit offenen Augen durchs Viertel und wagen einen anderen Blickwinkel auf Altes, Neues, Individuelles und entdecken so den Charme des Viertels. (ca. 90 min.)

Referent: Tom Hammes
Treffpunkt: Vor der Kirche St. Michael, Brüsseler Platz, 1
Anmeldung: www.katholisch-in-koeln.de/angebote oder über den QR Code auf Seite 7

Für Kinder und Jugendliche

Jugendcafé Bugs

Montag bis Donnerstag
Uhrzeit: 16.00 - 21.00 Uhr
Freitag / Samstag
Uhrzeit: 17.00 - 22.00 Uhr

Das Jugendcafé Bugs ist eine Einrichtung des Caritasverbandes für die Stadt Köln e.V. und ist für alle Jugendlichen und junge Menschen zwischen 14 und 24 Jahren geöffnet. Hier bekommt Ihr nicht nur guten Kaffee, sondern könnt auch eure Freizeit verbringen. Ihr könnt Billard, Kicker und Playstation spielen. Musik machen, Kochen, Gesellschaftsspiele spielen oder wozu Ihr sonst noch Lust habt. Die MitarbeiterInnen unterstützen Euch und haben immer ein offenes Ohr.

Jeden Dienstag ist Mädchentag von 15.00 - 19.00 Uhr

Adresse: Lindenstr. 51, 50674 Köln
Kontakt: 0221 992 077 22
Facebook: [Jugendcafé.Bugs](https://www.facebook.com/Jugendcafé.Bugs)
Instagram: [team_bugs](https://www.instagram.com/team_bugs)

Bugs Mobil auf dem Rathenauplatz

Immer Donnerstags
Uhrzeit: 15.00 - 18.00 Uhr

Jeden Donnerstag fährt das Bugs Mobil auf den Rathenauplatz. Der Bus ist ein fahrendes Jugendzentrum und bietet Kindern zwischen 6 und 14 Jahren jede Woche ein abwechslungsreiches Freizeitangebot. Hier wird Sport gemacht, gebastelt, gespielt und gequatscht. Eigene Ideen sind herzlich Willkommen und werden gerne umgesetzt. Das Angebot findet das ganze Jahr über statt, auch wenn es regnet oder schneit. Durchgeführt wird das Angebot von pädagogischen MitarbeiterInnen des Caritasverbandes für die Stadt Köln.

Treffpunkt: Rathenauplatz, 50674 Köln
Kontakt: Emailverteiler für die Eltern, sowie Anmeldung über: mobil@caritas-koeln.de

Für U3 Kinder

Kleinkinderspielplatz im Lentpark - für Eltern mit U3 Kindern

Montags, 16.01. - 12.06.23
Uhrzeit: 10.00 - 11.30 Uhr

Dies ist ein Outdoor-Kleinkinderspielplatz im Lentpark. Hier gibt es Austausch mit anderen Eltern, Infos rund um Kind und Familie, sowie Spiel und Bewegung für Kinder.

Das Angebot ist kostenfrei und eine Teilnahme ist ohne vorherige Anmeldung möglich.

Pädagogische Begleitung: Petra Weingarten, B.A. Sozialpädagogin, Zertifikat Starke Eltern Starke Kinder
Treffpunkt: Fort X beim Kastenwagen (Ford Connect) mit der Aufschrift „Familienbildung on tour“.
(Bei sehr kaltem und/oder sehr nassem Wetter findet das Angebot in der Turnhalle im FamilienForum, Weibenburgstraße 14 statt.)
Infos: www.familienbildung-koeln.de

Eltern-Kind-Gruppe in St. Pantaleon - für Eltern mit U3 Kindern

Immer Montags
Uhrzeit: 15.00 - 18.30 Uhr

Die Eltern-Kind-Gruppe möchte ein Treffpunkt in der Gemeindemitte sein, der die Möglichkeit zu Kontakten, zum Austausch und zu etwas mehr gemeinsamem Leben über die engen Grenzen der Familie hinaus schafft.

Ansprechpartner: Pfarrbüro Kirchengemeinde St. Pantaleon
Ort: Am Pantaleonsberg 8, 50676 Köln
Anmeldung: sankt.pantaleon@outlook.de oder 0221 31 66 55

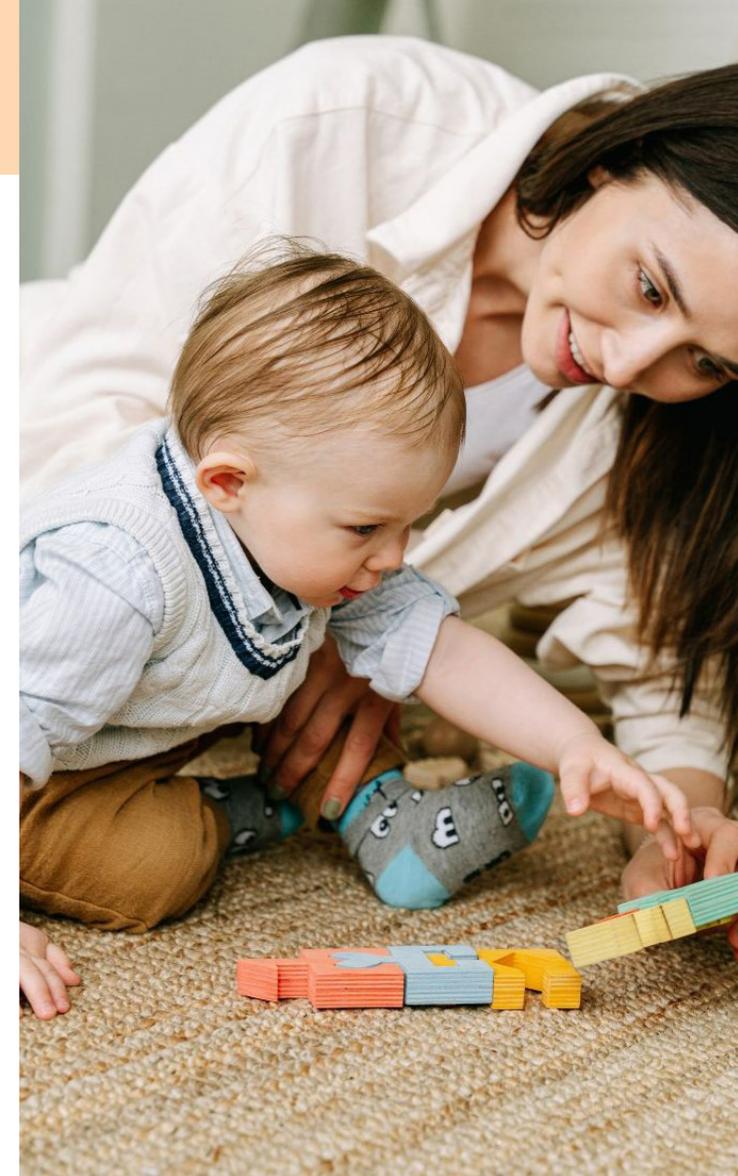
Krabbelgruppe in St. Aposteln - für Eltern mit U3 Kindern

Immer Montags
Uhrzeit: 08.00 - 11.30 Uhr

Die selbstorganisierte Krabbelgruppe ist ein Treffpunkt für Eltern mit Kindern ab 5 Monaten.

Während die Kinder erste Erfahrungen mit Gleichaltrigen sammeln, tauschen sich die Eltern in entspannter Atmosphäre bei einer Tasse Kaffee aus.

Ansprechpartnerin: Christina Schulze
Ort: An der Kita St. Aposteln, Apostelnkloster 4, 50672 Köln
Anmeldung und Infos: : 0178 6687336 oder Christina-M-Schulze@gmx.de



Angebote am Wochenende

Schmetterlingsbabymassage für Väter - Bindung durch Berührung - für Väter mit ihren Babys bis zu 8 Lebensmonaten

Samstags, 25.02. - 25.03.23 (außer 18.03.)
Uhrzeit: 10.30 - 12.00 Uhr

- Sie lernen, die Sprache Ihres Babys besser verstehen
- Sie erleben, wie der Kontakt zu Ihrem Kind durch die Schmetterlings-Babymassage gestärkt wird
- Sie erhalten Informationen zur Entwicklung im 1. Lebensjahr
- Treffen von Vätern mit ähnlich alten Babys

Referentin: Renate Kellendonk, Dipl. Sozialpädagogin
Veranstaltungsort: FamilienForum Agnesviertel, Raum A3.01, Weißenburgstraße 14, 50670 Köln
Anmeldung im FamilienForum: 0221 /7753460 oder info.agnesviertel@familienbildung-koeln.de
Infos: www.familienbildung-koeln.de

Rallye für Kids und ihre Eltern - für Eltern und Kinder (5-10 Jahre)

Samstag, 11.03.23
Uhrzeit: um 11 Uhr

Bei dieser Rallye dürfen alle mitmachen, auch die Großeltern! Zwei Teams machen sich auf den Weg und haben Aufgaben zu erledigen mit deren Lösungsbuchstaben dann der Schatz zu finden ist. (ca. 90 min.)

Für Verpflegung ist selbst zu sorgen.

Bitte sportlich robust anziehen, die Kinder und ihre Begleiter:innen müssen sich schon gut bewegen.

Referent: Tom Hammes
Treffpunkt: Hans-Böckler-Platz, vor dem DGB Haus
Anmeldung: www.katholisch-in-koeln.de/angebote oder über den QR Code auf Seite 7

Waldbaden - für Eltern und Kinder (ab 4 Jahre) (und auch Kinderlose die gerne eine Naturerfahrung machen möchten)

Samstag, 15.04.23
Uhrzeit: um 15 Uhr

Eine Stadt wie Köln ist groß, betriebsam und hektisch, da fehlt es an Ruhe. Wir nehmen beim Waldbaden Bäume im Stadtgarten wahr, tauchen in deren Schönheit ein und entschleunigen in dem wir Altbekanntes neu entdecken und durch deren Berührung die Heilkräfte der Bäume nutzen. (ca. 60 min)

Referent: Tom Hammes
Treffpunkt: Stadtgartentor, Ecke Venloer Str./ Spichernstr.
Anmeldung: www.katholisch-in-koeln.de/angebote oder über den QR Code auf Seite 7

Kirchenführung in St. Gereon - für Eltern und Kinder (8 - 12 Jahre)

Samstag, 10.06.23
Uhrzeit: um 11 Uhr

Unter den 12 romanischen Kirchen Kölns nimmt St. Gereon eine besondere Rolle ein. Das Dekagon. Bauelemente aus der Zeit von 313/14 sind im heutigen Bau noch sichtbar. Er folgte nie einem einheitlichen Bauplan und wurde erweitert. Die Heiligen: Helena, Gereon, Gregorus Maurus und die Thebäer wurden hier zu allen Zeiten verehrt. Die Kinder suchen Darstellungen die sie ansprechen und wir sprechen über deren Bedeutung und den Glauben. (ca. 90 min.)

Referent: Tom Hammes
Treffpunkt: Basilika St. Gereon, Gereonskloster 2, vor dem Portal
Anmeldung: www.katholisch-in-koeln.de/angebote oder über den QR Code auf Seite 7

Mit Querwaldein e.V. in die Natur

Eddy Eichhörnchen - für Eltern und Kinder (2-3 Jahre)

Freitag, 05.05.23
Uhrzeit: 16.00 - 18.00 Uhr

Wie sehen Eichhörnchen aus, wie leben sie und wie bewegen sie sich im Wald? Zusammen mit Eddy Eichhörnchen erkunden wir seine Welt, wir betrachten seinen Speiseplan und lernen seine Feinde zu erkennen. Bereits im Herbst muss Eddy sich Nahrungsvorräte anlegen, um über den Winter zu kommen. Wie schafft er das? Gerne verrät er uns ein paar seiner Geheimnisse, wenn wir neugierig genug sind, ganz so wie die Eichhörnchen. (Max. 8 Kinder mit jew. 1 Elternteil)

Referent: Peter Samonig
Treffpunkt: Kreuzung Neuenhöfer Allee/Münster-eifeler Straße, 50935 Köln (Beethovenpark)
Anmeldung: www.katholisch-in-koeln.de/angebote oder über den QR Code auf Seite 7

Naturolympiade - für Eltern und Kinder (3-6 Jahre)

Freitag, 02.06.23
Uhrzeit: 16.00 - 18.00 Uhr

Dieses bewegungsreiche Programm beschäftigt sich spielerisch mit heimischen Tierarten. Es gilt der olympische Gedanke: Dabei sein ist alles! Es geht nicht darum besser zu sein, sondern in Frieden zusammen zu kommen. Die Teilnehmenden probieren sich als menschliches Team in tierischen Disziplinen aus. Das Programm vereint Bewegung mit Wissensvermittlung und Spaß am gemeinsamen Aktivsein in der Natur. Es fördert das Gemeinschaftsgefühl und den Teamgeist, sowie den Respekt und die Achtsamkeit für unsere tierischen Nachbarn. (Max. 12 Kinder mit jew. 1 Elternteil)

Referent: Peter Samonig
Treffpunkt: Fußgängerzugang auf der Subbelrather Straße zwischen Bahntrasse & Innerer Kanalstraße (Herkulesberg)
Anmeldung: www.katholisch-in-koeln.de/angebote oder über den QR Code auf Seite 7

Naturwerkstatt - für Eltern und Kinder (3-6 Jahre)

Freitag, 16.06.23
Uhrzeit: 16.00 - 18.00 Uhr

Dieses Programm bietet Raum zum Kreativwerden mit Naturmaterialien direkt in der Natur. Es werden Naturmaterialien gesammelt, betrachtet und kreativ verwendet - je nach dem was die Natur in ihren Jahreszeiten an Farben und Formen bereithält. So entstehen Landart-Projekte, die vor Ort bleiben und kleine Kunstwerke, die mitgenommen werden dürfen. Der Kreativität sind dabei fast keine Grenzen gesetzt. (Max. 12 Kinder mit jew. 1 Elternteil)

Referent: Christian Spier
Treffpunkt: Kreuzung Neuenhöfer Allee/Münster-eifeler Straße, 50935 Köln (Beethovenpark)
Anmeldung: www.katholisch-in-koeln.de/angebote oder über den QR Code auf Seite 7

Nix wie raus: Natur erleben mit allen Sinnen - für Eltern und Kinder (3-6 Jahre)

Freitag, 23.06.23
Uhrzeit: 16.00 - 18.00 Uhr

Unsere wichtigste Naturforscherausrüstung haben wir immer mit dabei: unsere Sinne! Mit ihnen gehen wir auf Naturentdeckungsreise und finden heraus, was es alles zu sehen gibt, wie die Natur klingt und wie sie duftet. In der Natur können wir unsere Sinne besonders gut erproben und schärfen. Darüber hinaus erforschen wir die Sinne der Tiere. (Max. 12 Kinder mit jew. 1 Elternteil)

Referent: Christian Spier
Treffpunkt: Wetterpilz im Nordpark, 50733 Köln (Nordpark)
Anmeldung: www.katholisch-in-koeln.de/angebote oder über den QR Code auf Seite 7