



Familienbildung

# Programmheft 2026



## **Herzlich willkommen!**

Das Familienbildungswerk des Deutschen Roten Kreuzes im Kreisverband Köln e.V. ist eine zuverlässige Anlaufstelle zur Bildung und Förderung von Eltern und Kindern.

Den jeweils aktuellen Stand zu unseren Angeboten bietet Ihnen unsere Homepage:  
<https://www.drk-koeln.de/angebote/kinder-jugend-und-familie/familienbildung.html>

Die Vielfalt unserer Angebote bleibt auch in 2026 unverändert: Stillcafés, Elternstart NRW-Gesund aufwachsen im 1. Lebensjahr, Eltern-Kind-Kurse wie PEKiP und integrative Spielgruppen, sowie unser Format der Elterndialoge zu wichtigen Fragestellungen rund um das Thema Familie.

In diesem Jahr laden wir außerdem wieder frisch gebackene Eltern mit Kindern im ersten Lebensjahr im Rahmen des Landesprogramms „Elternstart NRW“ ein, kostenlos an ausgewählten Eltern-Kind-Kursen teilzunehmen.

Den Großteil unseres Kursangebots findet in unserem Familienladen in der Berrenrather Str. 181. in Köln-Sülz statt. Hier bieten wir in Kooperation mit dem Jugendamt der Stadt Köln auch Beratungen für Familien in allen Lebenslagen an.

Eine Auswahl unseres Kursangebots führen wir im Stadtteil Porz durch - hier in Kooperation mit dem Bürgerzentrum Engelshof e.V.

Wir bieten Kurse für und rund um den Alltag von Familien nach dem Weiterbildungsgesetz NRW (WbG) an und sind zertifiziert nach EFQM.

Ihre Kursbuchung können Sie bequem über unsere Homepage online vornehmen. Hier sehen Sie, welche Kurse wir aktuell anbieten, wo es noch freie Plätze in den Kursen gibt. Auch die Bezahlung der Kurse können Sie hier online abwickeln.

Beim Durchstöbern dieser Broschüre, unserer Homepage [www.drk-koeln.de](http://www.drk-koeln.de) und bei der Teilnahme an unseren Kursen wünschen wir Ihnen viel Freude.

Wir freuen uns auf Sie!

Herzliche Grüße,

Eva Denzin & Sharon Streeck  
Leiterinnen Familienbildungswerk



# Inhalt

ALLGEMEINE INFORMATIONEN ZU UNSEREN KURSEN UND ZUR KURSBUCHUNG .....	3
FAMILIEWERDEN: EIN NEUER LEBENSABSCHNITT VOLLER HERAUSFORDERUNGEN UND CHANCEN .....	4
<b>ELTERNSTART NRW .....</b>	<b>5</b>
STILLEN. NÄHREN. QUATSCHEN .....	6
GESUND AUFWACHSEN IM 1. LEBENSAJHR .....	7
ELTERNCAFÉ .....	8
<b>ELTERN-KIND-KURSE .....</b>	<b>9</b>
PRAGER-ELTERN-KIND-PROGRAMM (PEKİP) .....	9
BABYS IN BEWEGUNG .....	10
BEWEGUNGSKRABBEN (2-4 JAHRE) .....	11
WERTVOLLZEIT LICHTKINDER (18 MONATE-3JAHRE) .....	11
<b>ERSTE HILFE KURSE .....</b>	<b>12</b>
ROTKREUKURS ERSTE HILFE AM KIND .....	12
ROTKREUKURS ERSTE HILFE FÜR SENIOREN .....	14
<b>QUALIFIZIERUNG UND FORTBILDUNG .....</b>	<b>15</b>
PFLEGEELTERNSCHULUNGEN .....	15
BABYSITTER-AUSBILDUNG FÜR JUGENDLICHE .....	17
SICHER UND ACHTSAM MIT DEN KLEINSTEN – BABYSITTER-KURS FÜR VERTRAUENSPERSONEN .....	18

*In diesem Programmheft verwenden wir aus Gründen der besseren Lesbarkeit das generische Maskulinum. Dabei sind weibliche und andere Geschlechtsidentitäten ausdrücklich mit einbezogen, sofern es für die jeweilige Aussage relevant ist.*

# **ALLGEMEINE INFORMATIONEN ZU UNSEREN KURSEN UND ZUR KURSBUCHUNG**

## **Anmeldung**

Eine Anmeldung ist für alle Kurse erforderlich und erfolgt über unsere Homepage: [www.drk-koeln.de](http://www.drk-koeln.de). Im Bereich *Kurse für Kinder und Familie* finden Sie eine Übersicht unserer Angebotsbereiche und können sich dort direkt in die Kurse einbuchen. Die Aufnahme in die Kurse erfolgt in der Reihenfolge der Anmeldung, bei Eltern-Kind-Kursen berücksichtigen wir das Alter der Kinder. Beim Nichterreichen der Mindestteilnehmerzahl behalten wir uns vor, Kurse auch kurzfristig abzusagen.

## **Kursgebühren und Stornierungskosten**

Mit Ihrer Anmeldung zu einem Kurs verpflichten Sie sich zur Zahlung der Kursgebühr, die auch bei einer einmaligen Teilnahme gilt. Falls Sie den Kurs stornieren müssen, ist dies bis zum Kursbeginn kostenfrei möglich. Die bereits gezahlte Kursgebühr wird Ihnen auf das angegebene Zahlungsmittel zurückgestattet.

## **Kostenermäßigung**

In besonderen Lebenslagen gewähren wir eine Kostenermäßigung. Bei der Kursbuchung über unsere Homepage werden Ihnen unterschiedliche Möglichkeiten der Kostenermäßigung angeboten. Bitte sprechen Sie uns an!

## **Kooperationen**

Unsere Angebote der DRK-Familienbildung können auch z.B. in Familienzentren oder anderen Einrichtungen stattfinden. Bei Interesse an einer Kooperation sprechen Sie uns gerne an!

## **Gesellschaft und Teilhabe**

Die Inklusion von Menschen in besonders herausfordernden Lebenslagen ist uns im Rahmen der Familienbildung ein wichtiges Anliegen. Unsere Angebote fördern Menschen mit Beeinträchtigungen in ihrer Selbstständigkeit und ihrem Selbstbewusstsein. Mit unseren Kursen möchten wir zu verbesserten Lebensbedingungen in Gesellschaft und Familie beitragen.

## **Datenschutz und Haftung**

Für die Anmeldung zu den Kursen erheben wir Ihre persönlichen Daten und versichern, diese entsprechend den geltenden Datenschutzbestimmungen ausschließlich für die zur Buchung und Verwaltung der Kurse erforderlichen Vorgänge zu nutzen. Eine Weitergabe an Dritte erfolgt nicht.

Für Schäden und Verluste jeder Art kann keine Haftung übernommen werden.

## **Beschwerden und Lob**

Bitte teilen Sie uns mit, wenn wir einen Fehler gemacht haben oder Sie unzufrieden mit uns sind - auch über Ihr Lob und Ihre Anregungen freuen wir uns.

## **Kursleitende beim Familienbildungswerk**

Zur Erweiterung unseres Kursangebotes suchen wir regelmäßig qualifizierte Kursleitende für alle Fachbereiche. Auf Ihre Ideen und Ihre Bewerbung freuen wir uns.

# Familiewerden: Ein neuer Lebensabschnitt voller Herausforderungen und Chancen

**Elternstart NRW**  
kostenfreie Angebote des Landes NRW

Gesund aufwachsen im 1. Lebensjahr  
Stillen, Nähren, Quatschen  
Offene Spieletreffs  
Elterncafé

**Kurse des Familienbildungswerks**

**Eltern-Kind-Kurse**  
PEKiP  
Wertvollzeit Lichtkinder  
Bewegungskrabben 2-4 Jahre  
Babys in Bewegung für Kinder ab 5 Monate

**Präventionskurse**  
Erste Hilfe am Kind  
Erste Hilfe für Senioren

**Qualifizierung & Fortbildung**  
Babysitterausbildung für Großeltern  
Babysitterausbildung für Jugendliche

**DRK-Kreisverband Köln e.V.**

Sie sind Referent\*in und möchten Kurse in unserem Haus anbieten oder Räumlichkeiten anmieten? Sprechen Sie uns gerne an!  
Sharon Streck Tel.: 0221 - 54 87 440  
Familienbildungwerk.fb4@drk-koeln.de

Das Elternwerden ist ein ganz besonderer Lebensabschnitt, der mit vielen aufregenden, aber auch herausfordernden Momenten verbunden ist. Die Gründung einer Familie bringt nicht nur Freude und Liebe, sondern auch eine Vielzahl an lebenspraktischen und emotionalen Anforderungen mit sich. Diese Herausforderungen betreffen nicht nur die werdenden Eltern, sondern auch das Kind und die gesamte Familie. Es ist ganz normal, sich in dieser neuen Rolle manchmal unsicher zu fühlen – schließlich ist jeder Tag eine neue Gelegenheit, zu lernen und zu wachsen.

Um Sie auf diesem spannenden Weg zu unterstützen, bieten wir eine Vielzahl von Programmen und Kursen an, die speziell darauf ausgerichtet sind, Ihre Erziehungskompetenz zu stärken. Unsere qualifizierten und erfahrenen Referenten stehen Ihnen mit Rat und Tat zur Seite und helfen Ihnen, die Herausforderungen des Familienlebens mit Zuversicht zu meistern. Wir glauben daran, dass eine starke Bindung zwischen Eltern und Kind die Grundlage für eine gesunde Entwicklung ist, und unsere Angebote sind darauf ausgelegt, diese Bindung zu fördern.

Alle unsere Eltern-Kind-Kurse sind altersgemäß zusammengestellt, sodass Sie und Ihr Kind in einer passenden Umgebung lernen und wachsen können. Hier haben Sie die Möglichkeit, sich mit anderen Eltern auszutauschen, Erfahrungen zu teilen und wertvolle Tipps zu erhalten. Gemeinsam schaffen wir einen Raum, in dem Sie sich wohlfühlen und in dem das Lernen Spaß macht.



## **Elternstart NRW**

"Elternstart NRW" ist ein Familienbildungsangebot für Mütter und Väter in Nordrhein-Westfalen mit Kind im ersten Lebensjahr. Dieses Familienbildungsangebot im Umfang von 5x 2 Unterrichtsstunden ist für die Eltern pro Kind einmalig kostenfrei – die Finanzierung übernimmt das Ministerium für Familie, Kinder, Jugend, Kultur und Sport des Landes Nordrhein-Westfalen. Teilnehmen können Mütter und Väter aus Nordrhein-Westfalen mit einem Kind im ersten Lebensjahr. Die kostenfreie Teilnahme ist erneut bei jedem weiteren neugeborenen Kind möglich. Das Angebot gilt auch für Adoptiv- und Pflegeeltern.

Alle Angebote, die Sie im Rahmen von Elternstart NRW in unserem Familienbildungswerk nutzen können, finden Sie auf unserer Homepage unter Kurse für Familien - DRK KV Köln e.V. (drk-koeIn.de) Kurs Kinder und Familie → Elternstart NRW und in dieser Broschüre mit dem blauen Bären gekennzeichnet.

Weitere Informationen zum Programm Elternstart NRW finden Sie auf der Seite des Ministeriums:

[https://www.mkffi.nrw/unterstuetzung-und-staerkung-von-muettern-und-vaeltern.](https://www.mkffi.nrw/unterstuetzung-und-staerkung-von-muettern-und-vaeltern)



gefördert von

Ministerium für Familie, Kinder,  
Jugend, Kultur und Sport  
des Landes Nordrhein-Westfalen



## **Stillen. Nähren. Quatschen**

für Mütter mit Babys, die sich auf das Stillen vorbereiten möchten

In angenehmer Atmosphäre können hier Erfahrungen mit dem Baby ausgetauscht und neue Kontakte geknüpft werden. Themen sind alle Fragen rund ums Stillen wie z. B.: Probleme beim Stillen, Schmerzen, zu wenig Milch, Milchstau und Brustentzündung, Schlafen, Schnuller, die Sprache des Babys, Beikost, Zahngesundheit, Stillen und Arbeiten, Eltern-Kind-Bindung und all die vielen Veränderungen seit der Geburt.

Die Teilnahme ist im Rahmen des Programms ElternStart NRW kostenfrei und jederzeit möglich! Es ist eine Anmeldung auf unserer Homepage erforderlich.  
Innerhalb der Ferien oder an Feiertagen finden der offene Treff nicht statt.

Die Kurse finden statt im

**DRK-Familienladen, Berrenrather Str. 181, 50937 Köln-Sülz**

Kursleitung: Elisabeth Bosch

**dienstags, 15:00 Uhr - 16:30 Uhr / fortlaufendes Angebot**

13.01. - 10.02.2026      5x Di

17.02. - 17.03.2026      5x Di

24.03. - 21.04.2026      5x Di

28.04. - 19.05.2026      5x Di

26.05. - 23.06.2026      5x Di

30.06. - 28.07.2026      5x Di

04.08. - 01.09.2026      5x Di

08.09. - 06.10.2026      5x Di

13.10. - 10.11.2026      5x Di

17.11. - 15.12.2026      5x Di



## **Gesund aufwachsen im 1. Lebensjahr**

In diesem Kurs tauschen Sie sich mit anderen Eltern aus und besprechen Themen zu unterschiedlichen Entwicklungsstufen Ihres Babys.

Themen sind zum Beispiel:

- die Entwicklung des Kindes im ersten Lebensjahr
- Lieder singen und Musik erfahren
- Babyschlaf
- Beikost und Essen

... und alle weiteren Fragen, die Sie zum Thema und darüber hinaus mitbringen.

Teilnehmen können Mütter, Väter, Adoptiv- und Pflegeeltern aus Nordrhein-Westfalen mit einem Kind im ersten Lebensjahr. Die Teilnahme ist kostenfrei über das Landesprogramm ELTERNSTART NRW. Alle erforderlichen Unterlagen zum Programm erhalten Sie im Kurs. In jeder Gruppe sind bis zu zehn Teilnehmende mit ihren Kindern.

**Familienbildungswerk, Oskar-Jäger-Str. 42, 50825 Köln**

Kursleitung: Marion Lindner-Röhl

**dienstags, 9:15 - 10:45 Uhr / 2 UStd.  
für Kinder zwischen 2 und 6 Monate**

03.02. – 03.03.2026        5x Di

10.03. - 07.04.2026        5x Di

28.04. – 26.05.2026        5x Di

16.06. – 14.07.2026        5x Di

15.09. – 13.10.2026        5x Di

03.11. – 01.12.2026        5x Di



## Elterncafé

Rat und Hilfestellung rund ums Elternsein! Für alle Mütter, Väter und auch werdende Eltern ein Treffpunkt, um sich in gemütlicher Runde auszutauschen oder nach Wunsch beraten zu lassen.

Dieses offene Angebot ist fortlaufend und kostenfrei – eine Anmeldung ist nicht erforderlich, kommen Sie einfach vorbei.

Die Teilnahme ist im Rahmen des Programms ElternStart NRW kostenfrei und jederzeit möglich!

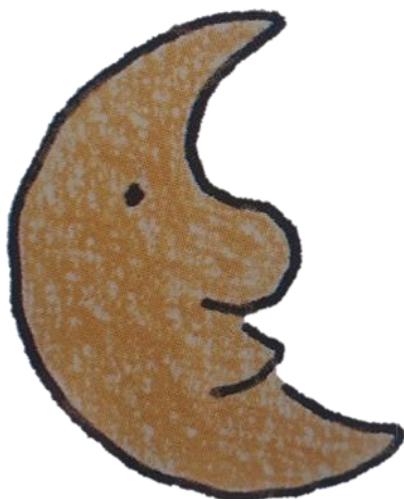
Der Kurs findet als offener Treff statt. Innerhalb der Ferien oder an Feiertagen findet der offene Treff nicht statt.

Die Kurse finden statt im

**DRK-Familienladen, Berrenrather Str. 181, 50937 Köln-Sülz**

Elke Isselhorst

**mittwochs, 10:00 Uhr - 11:30 Uhr / 2 UStd. / fortlaufendes Angebot**



## **Eltern-Kind-Kurse**

### **Prager-Eltern-Kind-Programm (PEKiP)**

Das erste Lebensjahr ist eine ganz besondere Zeit. Sie möchten Ihr Kind in dieser Zeit optimal begleiten. In der PEKiP-Gruppe hat Ihr Baby die Möglichkeit, neu gewonnene Fähigkeiten und seinen Forschergeist auszuprobiieren – auch im Kontakt zu Gleichaltrigen. Sie als Eltern können im Austausch mit anderen Eltern und der Gruppenleiterin von- und miteinander lernen. Es gibt Raum für Austausch, Antworten, Anregungen und Unterstützung. PEKiP begleitet Sie und Ihr Baby mit Spiel- und Bewegungsanregungen durch das erste Lebensjahr.

PEKiP heißt:

- Die individuellen Fähigkeiten und Bedürfnisse des Kindes wahrzunehmen.
- Dem Baby erste soziale Kontakte zu Gleichaltrigen zu ermöglichen.
- Zeit zum Austausch mit anderen Eltern und der Gruppenleiterin zu haben

Die Kurse finden statt im

**Bürgerzentrum Engelshof, Oberstr. 96, 51149 Köln-Porz / 2 UStd.**

Kursleitung: Kathrin Helling

#### **montags, 09:15 - 10:45 Uhr**

für Kinder geboren Sept. bis Nov. 2026

12.01. - 16.03.2026      8x Mo      € 88,00

#### **montags, 11:00 - 12:30 Uhr**

für Kinder geboren Mai bis Juli 2026

12.01. - 16.03.2026      8x Mo      € 88,00

#### **montags, 09:15 - 10:45 Uhr**

für Kinder geboren Sept. bis Nov. 2026

13.04. - 06.07.2026      12x Mo      €132,00

#### **montags, 11:00 - 12:30 Uhr**

für Kinder geboren Mai bis Juli 2026

13.04. - 06.07.2026      12x Mo      €132,00

#### **montags, 09:15 - 10:45 Uhr**

für Kinder geboren Jan. 2026 bis März 2026

07.09.2026 - 05.10.2026      5x Mo      €55,00

#### **montags, 11:00 - 12:30 Uhr**

für Kinder geboren Mai 2026 bis Juli 2026

07.09.2026 - 05.10.2026      5x Mo      €55,00



#### **montags, 09:15 - 10:45 Uhr**

für Kinder geboren Jan. 2026 bis März 2026

02.11.2026 - 14.12.2026      7x Mo      €77,00

**montags, 11:00 - 12:30 Uhr**

für Kinder geboren Mai 2026 bis Juli 2026

02.11.2026 - 14.12.2026 7x Mo

€77,00

### **Babys in Bewegung**

In einer altersgerecht vorbereiteten Umgebung können eure Kinder in eurem Beisein neue Bewegungsabläufe entdecken und werden spielerisch in ihrer motorischen Entwicklung unterstützt. Neben Krabbeln, Klettern, Balancieren, Toben und Singen gibt es Gelegenheit, sich untereinander auszutauschen und Anregungen für den Alltag zu erhalten.

Die Kurse finden statt im

**Familienbildungswerk, Oskar-Jäger-Str. 42, 50825 Köln**

Kursleitung: Marion Lindnder-Röhl

**dienstags, 11:15 – 12:45 Uhr / 2 UStd.**

für Kinder 5 bis 9 Monate

03.03. – 31.03.2026 5x Di €55,00

28.04. – 26.05.2026 5x Di €55,00

16.06. – 14.07.2026 5x Di €55,00

15.09. – 13.10.2026 5x Di €55,00

03.11. – 01.12.2026 5x Di €55,00

**dienstags, 14:00 – 15:30 Uhr / 2 UStd.**

für Kinder zwischen 10 und 14 Monate

13.01. -17.02.2026 6 x Di €66,00

Weitere Termine folgen



## **Bewegungskrabben (2-4 Jahre)**

Ein ganzheitliches Eltern-Kind-Bewegungsangebot.

Entdecke spielerisch die Welt der Bewegung mit deinem Kind. Unser ganzheitliches Kursangebot fördert die motorische Entwicklung, Koordination, Balance und Fantasie – gemeinsam mit dir als Elternteil. Durch altersgerechte, bewegungsreiche Spiele stärken wir Muskulatur, Sinne und Sozialkompetenz in einer sicheren, fröhlichen Umgebung.

Die Kurse finden statt im

**Familienbildungswerk, Oskar-Jäger-Str. 42, 50825 Köln**

Kursleitung: Marie Stürz

**montags, 16:00 – 17:30 Uhr / 2 UStd.**

12.01. – 09.02.2026

5x Mo

€55,00

*Weitere Termine folgen*

## **Wertvollzeit Lichtkinder (18 Monate-3Jahre)**

In den Eltern-Kind-Kursen „Lichtkinder“ lernen Kinder spielerisch Achtsamkeit, Meditation und Affirmationen, um Selbstvertrauen sowie Mut zu erleben und nachhaltig zu festigen.

Gleichzeitig profitieren Eltern direkt, da die gestärkte Verbindung zwischen Eltern und Kind sowie die eigene Selbstreflexion, die Entwicklung der Kinder langfristig unterstützt.

Die Kurse finden statt im

**Familienbildungswerk, Oskar-Jäger-Str. 42, 50825 Köln**

Kursleitung: Delaram Tadjrezaie

**dienstags, 15:45 – 17:15 Uhr / 2 UStd.**

13.01. – 17.02.2026

6x Di

€66,00

*Weitere Termine folgen*



## **Erste Hilfe Kurse**

### **Rotkreuzkurs Erste Hilfe am Kind**

Beherzte und kompetente Hilfeleistung kann (Kinder-)Leben retten. Die wichtigsten Sofortmaßnahmen sind leicht zu erlernen – und im Notfall jederzeit anwendbar.

Einige Inhalte des Kurses:

- richtiges Verhalten bei Notfällen
- lebensrettende Sofortmaßnahmen (praktische Übungen)
- häufige Unfall- und Notfallarten
- Sport- und Spielverletzungen, Knochenbrüche
- thermische Schädigungen
- Vergiftungen und Verätzungen

Der eintägige Kurs richtet sich ausschließlich an Privatpersonen und ist nicht über die berufliche Unfallkasse oder die Berufsgenossenschaft abrechenbar!

Bitte beachten Sie: Kinder/Babys können zu diesem Ganztagskurs leider nicht mitgebracht werden.

Die Kurse finden statt im

**DRK-Familienbildungswerk, Oskar-Jäger-Str. 42, 50825 Köln**

**verschieden Wochentage, 9.00 - 17:00 Uhr / jeweils 9 UStd. / € 50**

#### **Januar**

10.01.2026	1x Sa	€ 50,00
11.01.2026	1x So	€ 50,00
17.01.2026	1x Sa	€ 50,00
25.01.2026	1x So	€ 50,00

#### **Februar**

07.02.2026	1x Sa	€ 50,00
------------	-------	---------

#### **März**

07.03.2026	1x Sa	€ 50,00
08.03.2026	1x So	€ 50,00
22.03.2026	1x So	€ 50,00
29.03.2026	1x So	€ 50,00



<b>April</b>		
18.04.2026	1x Sa	€ 50,00
19.04.2026	1x So	€ 50,00
<b>Mai</b>		
17.05.2026	1x So	€ 50,00
<b>Juni</b>		
13.06.2026	1x Sa	€ 50,00
<b>Juli</b>		
04.07.2026	1x Sa	€ 50,00
<b>August</b>		
30.08.2026	1x So	€ 50,00
<b>September</b>		
05.09.2026	1x Sa	€ 50,00
06.09.2026	1x So	€ 50,00
<b>Oktober</b>		
10.10.2026	1x Sa	€ 50,00
11.10.2026	1x So	€ 50,00
17.10.2026	1x Sa	€ 50,00
25.10.2026	1x So	€ 50,00
<b>November</b>		
22.11.2026	1x So	€ 50,00
<b>Dezember</b>		
12.12.2026	1x Sa	€ 50,00
13.12.2026	1x So	€ 50,00



## **Rotkreuzkurs Erste Hilfe für Senioren**

Die Erste Hilfe für Seniorinnen und Senioren gewinnt in unserer Gesellschaft zunehmend an Bedeutung.

Angesichts des demografischen Wandels sind steigenden Zahlen von Notfällen, die insbesondere ältere Menschen betreffen, zu erwarten. Täglich können Situationen auftreten, in denen Menschen in unserer unmittelbaren Umgebung auf unsere Unterstützung angewiesen sind. Gerade ältere Menschen werden häufig mit besonderen Notfällen konfrontiert: chronische Erkrankungen wie Diabetes oder Bluthochdruck können ernsthafte Folgen haben, darunter Schlaganfälle oder Herzinfarkte.

In solchen Fällen kann schnelles und effektives Handeln Leben retten.

Oft sind bei einem plötzlichen Notfall Angehörige oder enge Bekannte anwesend. Allerdings liegt die letzte Erste-Hilfe-Ausbildung bei vielen bereits viele Jahre zurück, sodass sich die Anwesenden im Ernstfall oft kaum man das Gelernte erinnern können.

Nutzen Sie die Gelegenheit, Ihre Erste-Hilfe-Kenntnisse aufzufrischen!

Durch praxisnahe Fallbeispiele, verschiedene praktische Übungen und lebendige Unterrichtsgespräche vermitteln wir Ihnen lebensrettende Handgriffe in einer angenehmen Atmosphäre. Unser Ziel ist es, Ihnen den Umgang mit Notfällen so einfach wie möglich näherzubringen. Selbstverständlich bleibt auch Zeit, um Ihre individuellen Fragen zu klären.

Machen Sie den ersten Schritt zu mehr Sicherheit für sich selbst und Ihre Mitmenschen und lernen Sie, auf sich selbst zu vertrauen. Wir unterstützen Sie dabei, anderen zu helfen!

Inhalte unseres Kursangebots umfassen unter anderem:

- Sturzunfälle vorbeugen
- Verletzungen und Wundversorgung
- akute Erkrankungen (z. B. Schlaganfall, Herzerkrankungen)
- Diabetes Mellitus
- Herz-Lungen-Wiederbelebung mit und ohne Defibrillator

Unser Angebot richtet sich an:

- mobile Seniorinnen und Senioren
- Personen der Generation 50+
- pflegende Angehörige
- Teilnehmende am Hausnotruf und viele mehr.

Das gesamte Kursangebot für Seniorinnen und Senioren dauert 180 Minuten (4 UE). Ermäßigungen der Kursgebühren sind möglich.

Die Kurse finden statt im  
**DRK-Familienbildungswerk, Oskar-Jäger-Str. 42, 50825 Köln**

**mittwochs, 15:00 - 18:00 Uhr / jeweils 4 UStd. / € 25**

### ***Februar***

04.02.2026	15:00 – 18:00 Uhr	1x Mi
28.02.2026	14:30 – 17:30 Uhr	1x Sa

### ***März***

21.03.2026	11:00 – 14:00 Uhr	1x Sa
------------	-------------------	-------



***Mai***

13.05.2026 15:00 – 18:00 Uhr 1x Mi

***September***

02.09.2026 15:00 – 18:00 Uhr 1x Mi

***Dezember***

02.12.2026 15:00 – 18:00 Uhr 1x Mi

## QUALIFIZIERUNG UND FORTBILDUNG

### Pflegeelternschulungen

In Kooperation mit dem Pflegekinderdienst des Jugendamtes der Stadt Köln bieten wir ein Qualifizierungsangebot für „werdende Pflegeeltern“ an. Die Schulungen umfassen jeweils vier Termine (Modul I-IV). Speziell für Pflegeeltern, die ein verwandtes Kind betreuen, wird das Modul „Verwandtenpflege“ (Modul V) angeboten. Für werdende und bereits erfahrene Pflegeeltern bieten wir in diesem Jahr fortbildende Seminare zu dem Thema Biographiearbeit an.

Eine Teilnahme an den Schulungen/Seminaren ist nur nach vorherigem Kontakt zum Pflegekinderdienst der Stadt Köln und der Anmeldung über das Familienbildungswerk möglich.

Die Kurse finden statt im  
**DRK-Familienbildungswerk, Oskar-Jäger-Str. 42, 50825 Köln**  
jeweils samstags, 10:00 - 16:00 Uhr, 8 UStd.

**Modul I:                   Rechtliche Grundlagen**

21.03.2026

20.06.2026

07.11.2026

**Modul II:                   Selbsterfahrung Familie**

28.03.2026

11.07.2026

05.12.2026

**Modul III:** **Wie zeigen / äußern Kinder, was sie brauchen?**

28.02.2026

29.08.2026

31.10.2026

**Modul IV:** **Pflegekinder leben zwischen zwei Familien**

24.01.2026

06.06.2026

21.11.2026

**Modul V (2 Teile):** **Verwandtenpflege - eine besondere Pflege?!**

31.01.2026 Teil I

21.02.2026 Teil II

11.07.2026 Teil I

29.08.2026 Teil II



**Zusatzmodul:** **Biographiearbeit**

25.04.2026

29.09.2026

## **Babysitter-Ausbildung für Jugendliche**

Dieser Kurs vermittelt wichtiges Wissen rund ums Babysitten und richtet sich an Jugendliche ab 14 Jahren und Studierende - wichtig ist die Freude am Umgang mit Kindern!

Der Kurs besteht aus zwei aufeinander abgestimmten Teilen mit den folgenden Kursinhalten:

### **Teil I: Babysitter-Kurs (2 Termine)**

- Entwicklung des Kindes
- Beschäftigungsmöglichkeiten für verschiedene Altersstufen
- Säuglingspflege
- Verhalten in fremden Wohnungen
- Infos für schwierige Situationen
- Rechte und Pflichten

### **Teil II: Erste Hilfe am Kind für Babysitter (1 Termin)**

Bitte beachten Sie: erst nach Abschluss beider Kursteile und dem Erste-Hilfe am Kind für Babysitter wird das Babysitter-Diplom ausgehändigt. Der Kurs kann nur als Ganzes gebucht werden.

Die Kurse finden statt im

**DRK-Familienbildungswerk, Oskar-Jäger-Str.42, 50825 Köln**

**Familienladen, Berrenratherstr. 181, 50937 Köln-Sülz**

Kursleitung: Svenja Giese, Astrid Richert

**Teil I von 10:00 Uhr - 17:00 Uhr; Teil II von 17:00 - 19:00 Uhr; 16 UStd./ € 75**

#### **Kurs I:**

**Sa 14.03.2026      Teil I**

**Do 19.03.2026      Erste Hilfe am Kind**

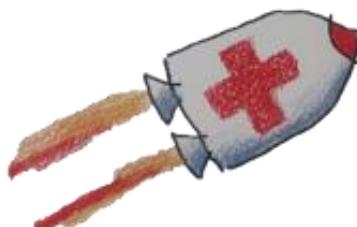
**Sa 21.03.2026      Teil II**

#### **Kurs II:**

**Sa 13.06.2026      Teil I**

**Do 18.06.2026      Erste Hilfe am Kind**

**Sa 20.06.2026      Teil I**



#### **Kurs III:**

**Do 05.11.2026**

**Sa 07.11.2026      Teil I**

**Sa 14.11.2026      Teil II**

## **Sicher und Achtsam mit den Kleinsten – Babysitter-Kurs für Vertrauenspersonen**

Kleine Kinder brauchen Menschen, die Ihnen mit Ruhe, Aufmerksamkeit und Verantwortung begegnen. Ob Großeltern, Familienangehörige oder andere Vertrauenspersonen - wer Zeit mit den Kleinsten verbringt, trägt eine wichtige Aufgabe. Als verlässliche Bezugsperson möchten Sie Ihr Wissen und Ihre Kenntnisse im Umgang mit Kleinkindern auffrischen? Vielleicht haben Ihre Kinder Sie auch für eine regelmäßige Betreuung der Enkel angefragt? Oma und Opa sind für viele und meist zu Recht die verlässlichsten Stützen.

Der DRK-Babysitterkurs stärkt Ihr Vertrauen in das eigene Handeln und gibt Ihnen Orientierung in zentralen Fragen rund um Nähe, Grenzen, Verantwortung und Schutz. Ziel ist es, dass die Kleinsten sich geborgen fühlen – und Sie sich sicher in Ihrer Rolle als verlässliche Bezugsperson

Der Kurs besteht aus einem zweitägigen Grundlagenkurs sowie einem zusätzlichen Kurzkurs „Erste-Hilfe am Kind“.

### **Teil I/ Teil II: Babysitter-Kurs (2 Termine)**

- Entwicklung des Kindes
- Beschäftigungsmöglichkeiten für verschiedene Altersstufen
- Säuglingspflege
- Verhalten in fremden Wohnungen
- Infos für schwierige Situationen
- Rechte und Pflichten

### **Erste Hilfe am Kind für Babysitter (1 Termin)**

Bitte beachten Sie: erst nach Abschluss beider Kursteile und dem Erste-Hilfe am Kind für Babysitter wird das Babysitter-Diplom ausgehändigt. Der Kurs kann nur als Ganzes gebucht werden.

Die Kurse finden statt im

**DRK-Familienbildungswerk, Oskar-Jäger-Str. 42, 50825 Köln**

**Familienladen, Berrenratherstr. 181, 50937 Köln-Sülz**

Kursleitung: Svenja Giese, Astrid Richert

**Teil I von 15:15 - 18:15 Uhr; Teil II von 10:00 - 17:00 Uhr; Erste Hilfe am Kind für Babysitter 17:00 – 19:00 Uhr; 12 UStd. / € 57**

#### **Kurs I:**

Mo	18.05.2026	Erste Hilfe am Kind für Babysitter
Fr	29.05.2026	Teil I
Sa	30.05.2026	Teil II

#### **Kurs II:**

Fr	04.09.2026	Teil I
Sa	05.09.2026	Teil II
Do	10.09.2026	Erste Hilfe am Kind für Babysitter