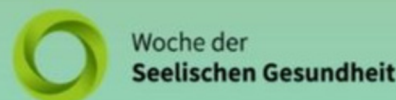


VERANSTALTUNGSKALENDER 2. HALBJAHR 2026



ANGEBOTE FÜR
FACHKRÄFTE

„ONLINE UND OFFLINE VERBUNDEN“: EINSAMKEIT - (K)EIN TABU

ONLINE

10.09.2026, Do | 11:00 - 13:00 Uhr

Interaktiver Vortrag anlässlich des „Internationalen Tag der Achtsamkeit“ am 12. September

Verbundenheit und Beziehungserleben sind menschliche Grundbedürfnisse und zentrale Voraussetzungen für ein gesundes Aufwachsen. Fast jedes zweite Kind oder jugendliche Person leidet unter Einsamkeit. Das ist ein bedeutsamer Risikofaktor für riskanten Substanzkonsum oder Mediennutzung. Durch das Experimentieren mit on- und offline Gewohnheiten werden präventive Impulse für mehr Begegnung und Verbundenheit im Alltag gesetzt. Der Workshop richtet sich an erwachsene Bezugspersonen von Kindern und Jugendliche.

Referent*innen: Dagmar Heß, Jasmin Friedrich

„STARKE PÄNZ“ – VORSTELLUNG DES PÄDAGOGISCHEN GRUPPENANGEBOTS

ONLINE

05.10.26, Mo | 12:00 - 12:45 Uhr

Unser Fachkräfteteam stellt das Angebot, die Zugangswege sowie die konkrete Arbeit des sozialpädagogischen Gruppenangebots „Starke Pänz“ vor. Dieses richtet sich an Kinder und Jugendliche, deren Eltern suchtbelastet sind und/oder unter weiteren psychischen Erkrankungen leiden.

Referent*innen: Silvia Eichholt, Janice Lohmann

KURVE KRIEGEN

ONLINE

06.10.26, Di | 10:00 - 12:00 Uhr

Die NRW-Initiative „Kurve kriegen“ bewahrt Kinder und Jugendliche, die als junge Straftäter*innen auffällig wurden, durch geeignete pädagogische Maßnahmen vor einem Abgleiten in die Kriminalität. Das geschieht in enger Zusammenarbeit mit der Polizei und den Jugendämtern. Das Fachkräfteteam stellt das Angebot, die Zugangswege sowie die konkrete pädagogische Arbeit vor.

Referent*innen: Gregor Winand, Svenja Kamphausen, Anjelina Rang



KITA MOVE (ELTERNGESPRÄCHE)

VOR ORT

03.11., Di; 05.11., Do; 09.11.26, Mo | 09:15 - 17:00 Uhr

Kita-MOVE bietet pädagogischen Fachkräften in Kindertagesstätten, Familienzentren, Grundschule und OGS einen professionellen Ansatz, um gezielt auch mit schwer erreichbaren Eltern in einen vertrauensvollen Kontakt zu kommen und mit kurzen Interventionen einen motivierenden Dialog über Erziehung anzustoßen. Der praktische Übungsanteil steht deutlich im Vordergrund und wird von der Vermittlung theoretischer Grundlagen begleitet.

Referent*innen: Dagmar Heß, Viktoria Joelle Moll



KLARSICHT - SCHULUNG

VOR ORT

10.11.26, Di | 14:00-17:00 Uhr

Tabak- und Alkoholprävention wirkt am stärksten, wenn sie erlebnisorientiert und direkt im Schulalltag verankert ist. In dieser Fortbildung lernen Sie den KlarSicht-MitmachParcours des BlÖGs kennen – ein interaktives Format mit zahlreichen Methoden für den Einsatz in weiterführenden Schulen. Nach der Schulung sind Sie gemeinsam mit zwei weiteren geschulten Kolleg*innen Ihrer Schule befähigt, den Parcours eigenständig durchzuführen.

Referent*innen: Vivian Sträter, Lars Krischer

EIGENSTÄNDIG WERDEN – KLASSENSTUFEN 1 BIS 4

VOR ORT

23.11.26, Mo | 09:15 - 17:00 Uhr

Gesundheitsförderung und Suchtprävention beginnen mit der Stärkung persönlicher Lebenskompetenzen. Das Programm „Eigenständig werden“ setzt genau hier an und fördert bei Schüler*innen im Grundschulbereich körperliche, seelische und soziale Ressourcen. Diese Schulung befähigt Sie, das Unterrichtsprogramm eigenständig und strukturiert mit Ihrer Klasse durchzuführen.

Referent*innen: Sophia Maier, Viktoria Joelle Moll

GRÜNER KOFFER SCHULUNG

VOR ORT

24.11.26, Di | 14:30 - 17:00 Uhr

Cannabisprävention braucht zeitgemäße Methoden, die Jugendliche dort abholen, wo sie stehen. Der Methodenkoffer „Stark statt Breit“ stellt eine praxisorientierte Material- und Methodensammlung bereit, die Sie nach der Schulung leihweise für eigene Workshops in Unterricht und Einrichtung nutzen können.

Referent*innen: Vivian Sträter, Lars Krischer

ACHTSAMKEIT MACHT SCHULE

VOR ORT

01.12.26, Di | 9:15-15:00 Uhr

Selbstregulation, Beziehungsfähigkeit und Resilienz gelten als zentrale Schutzfaktoren in der schulischen Suchtprävention. An diesem Tag vermitteln und üben wir die grundlegenden Prinzipien von Achtsamkeitspraxis und Methoden zur Stressregulation im Schulalltag. Diese dienen sowohl der Selbstfürsorge als auch einer von Wertschätzung geprägten Atmosphäre im Klassenzimmer als wichtige Grundlage der Suchtprävention und Gesundheitsförderung.

Referent*innen: Dagmar Heß, Jasmin Friedrich



VAPE CHECK (METHODENTASCHE)

VOR ORT

08.12.26, Di | 14:30-17:00 Uhr

E-Zigaretten und Vapes sind im Alltag vieler Jugendlichen präsent – geeignete Unterrichtsmaterialien dazu fehlen jedoch häufig. Die Methodentasche Vape-Check bietet kompakte, praxisorientierte, interaktiven Methoden, um das Risikobewusstsein von Jugendlichen gezielt zu stärken. Nach der Schulung sind Sie berechtigt, die Methodentasche für Ihren Unterricht auszuleihen.

Referent*innen: Sophia Maier, Lars Krischer

BODY & MIND TRAININGSZIRKEL

VOR ORT

12.01.27, Di | 14:30 - 17:00 Uhr

Medikamentennutzung, Körperbild, Social Media und Ernährung sind Themen, die Jugendliche unmittelbar betreffen – und die sich gut über Bewegung erschließen lassen. Der Body & Mind-Trainingszirkel ist ein stationenbasiertes Präventionskonzept, das Sie in dieser Präsenz-Schulung aktiv erproben und für den schulischen Kontext vorbereiten. Sie erhalten konkrete Impulse, um den Zirkel selbstständig in Ihrer Schule umzusetzen.

Referent*innen: Sophia Maier, Vivian Sträter

KINDER AUS SUCHTBELASTETEN FAMILIEN - WISSEN FÜR DIE PÄDAGOGISCHE PRAXIS

VOR ORT

26.01.27, Di | 10:00 - 15:00 Uhr

Kinder und Jugendliche aus suchtbelasteten Familien stehen vor besonderen emotionalen, sozialen und entwicklungsbezogenen Herausforderungen. Um Belastungen zu erkennen und betroffenen Kindern Unterstützung anzubieten, sind Fachkräfte wichtige Ansprechpersonen. In dieser Veranstaltung erhalten Sie Einblicke in die Lebenswelt von betroffenen Kindern.

Referent*innen: Lars Krischer, Sophia Maier

EMBODIMENT - RESSOURCENSTÄRKUNG FÜR MEHR RESILIENZ IM SCHULALLTAG

VOR ORT

02.02.27, Di | 9:15-15:00 Uhr

Resilienz und Wohlbefinden sind zentrale Voraussetzungen für gelingendes Lehren und Lernen – doch im Schulalltag geraten sie oft in den Hintergrund. Diese Fortbildung vermittelt körperorientierte Methoden und achtsamkeitsbasierte Ansätze, mit denen Selbstregulation und innere Stabilität gezielt gestärkt werden – sowohl für Lehrende als auch für Lernende. Sie erhalten praxiserprobte Tools, die Sie unmittelbar in Ihrem schulischen Alltag einsetzen können.

Referent*innen: Dagmar Heß, Jasmin Friedrich



INFOABENDE FÜR ERZIEHENDE

ALKOHOL (HALT)

ONLINE

Karneval und Alkohol gehören für viele Jugendliche zusammen – für Eltern stellt sich dabei die Frage, wie sie ihrem Kind einen verantwortungsvollen Umgang vermitteln können. Wir besprechen vorbeugende Strategien, beleuchten die rechtlichen Rahmenbedingungen des Alkoholkonsums im Jugendalter und zeigen konkrete Maßnahmen für den Fall, dass es zu einem risikoreichen Konsum kommt.

Referent*innen: Viktoria Joelle Moll, Sophia Maier

12.10.26, Mo
18:00 - 19:30 Uhr



MEDIEN GRUNDSCHULE

ONLINE

Wann sollte mein Kind ein Smartphone bekommen? Wie viel Bildschirmzeit ist in Ordnung? Diese Fragen beschäftigen viele Eltern von Grundschulkindern – und die Antworten sind selten einfach. Der Abend gibt Orientierung zu Handy- und Internetnutzung im Grundschulalter, gibt Ideen für Strukturen im Familienalltag und bietet Raum für Austausch und Rückfragen.

Referent*innen: Lara Lühr, Jasmin Friedrich

12.11.26, Do
18:30 - 20:00 Uhr



MEDIEN WEITERFÜHRENDE SCHULEN

ONLINE

Wenn Jugendliche stundenlang online sind, stellt sich für Eltern oft die Frage, was macht mein Kind da, und ab wann muss ich mir Sorgen machen? Der Abend gibt Orientierung zur Faszination von Medien aber auch zu den Strategien der Medienindustrie, die gezielt mit Belohnungsmechanismen arbeiten, für welche das jugendliche Gehirn besonders empfänglich ist. Wie können Familien gemeinsam verbindliche Regeln entwickeln – für einen kompetenten und selbstbestimmten Umgang mit digitalen Medien?

Referent*innen: Lara Lühr, Stefanie Schlegel

18.11.26, Mi
18:30 - 20:00 Uhr



TRENDKONSUM

ONLINE

Snus, E-Zigaretten, Lachgas – Jugendliche kommen heute mit einer Vielzahl an Konsummitteln in Berührung, über die viele Eltern wenig wissen. Der Abend informiert darüber, welche Substanzen Jugendliche derzeit konsumieren, wie Sucht entsteht und welche Rolle die eigene Identitätssuche dabei spielt. So können Eltern und Fachkräfte Signale früher erkennen und gezielter unterstützen.

Referent*innen: Sophia Maier, Viktoria Joelle Moll

07.12.26, Mo
18:00 - 19:30 Uhr

ANMELDUNG ELTERNABEND

Bitte melden Sie sich hier für unsere Veranstaltung an.



Die Teilnahme ist kostenlos.

Bei Nichterscheinen ohne Absage, behalten wir uns vor eine Ausfallgebühr in Rechnung zu stellen.

<https://www.suchthilfe-bonn.de/veranstaltungen.html>

SPRECHSTUNDE & BERATUNG

Sie haben individuelle Fragen zum Konsum oder zur Mediennutzung eines Kindes – etwa zu Alkohol, Nikotin, Smartphone, Social Media oder Gaming? In unserer Sprechstunde können Sie diese Fragen in Ruhe mit uns besprechen.

Wir schauen gemeinsam auf die Situation und überlegen, was hilfreich sein könnte – unverbindlich und vertraulich.



NACHHALTIGE SUCHTPRÄVENTION IN SCHULEN

MEHRSCHICHTIGE PRÄVENTION

Ein schulisches Präventionskonzept ist die Voraussetzung dafür, Suchtprävention nachhaltig im Schulalltag zu verankern. Wir bieten Schulen an, gemeinsam ein Präventionskonzept zu entwickeln. Denn zu einer ganzheitlichen Prävention gehört neben unserem Besuch noch mehr: Gemeinsam schauen wir, welche Themen in welchen Jahrgangsstufen sinnvoll platziert werden können, welche Fortbildungen für Ihre Fachkräfte zur Verfügung stehen, und wie Sie als Kollegium und Schulfamilie an einem Strang ziehen – durch den aktuellsten Wissensstand, erprobte Methoden und klare Regeln.

Zum Vereinbaren einer Konzeptionsberatung senden Sie uns gerne eine Nachricht an: update.praevention@cd-bonn.de

WORKSHOP FÜR IHRE SCHULE BUCHEN:

Über den QR - Code landen Sie auf unserer Buchungsseite, und finden existierende Termine. Sollte für Sie kein Termin möglich sein, schreiben Sie uns gerne und wir versuchen etwas möglich zu machen.



SCHULANGEBOTE

ALLGEMEINE SUCHTPRÄVENTION

Im interaktiven Workshop setzen sich Schüler*innen mit eigenen Verhaltens- und Konsummustern auseinander, reflektieren persönliche Ressourcen und beschäftigen sich mit Themen wie Suchtentstehung, Entstigmatisierung und Lebenskompetenzen. Je nach Bedarf können die Schwerpunkte Alkohol, Vapes, Mediennutzung oder Trendkonsum gesetzt werden.

Zielgruppe & Format: Klasse 8 - 10, 90 min

TEAMUP - RESPEKTVOLLES MITEINANDER SCHAFFT GESUNDHEIT

Ein gutes Klassenklima schützt – es stärkt das Wohlbefinden, fördert den Zusammenhalt und wirkt präventiv gegen problematischen Konsum und Abhängigkeit. Schüler*innen stärken in Gruppenübungen ihren Klassenzusammenhalt, reflektieren den Zusammenhang zwischen Klassenklima und Gesundheit und entwickeln Kompetenzen für eine gelingende Kommunikation im Miteinander.

Zielgruppe & Format: Klasse 6 - 8, 2 Tage, je 2. bis 6. Stunde

HALT PROAKTIV - WORKSHOP TOM & LISA

Alkohol in sozialen Situationen ist für Jugendliche ein allgegenwärtiges Thema – doch der Umgang damit will gelernt sein. In einem interaktiven Planspiel schlüpfen Schüler*innen in die Rolle von Geburtstagsgästen und begegnen realistischen Gefahrensituationen. Sie üben, wie sie verantwortungsvoll reagieren und sich in schwierigen Momenten behaupten können.

Zielgruppe & Format: Klasse 7 - 8, 2 Termine je 90 min

FREI - BEWUSSTER UMGANG MIT DIGITALEN MEDIEN

Digitale Medien gehören zum Alltag von Jugendlichen – doch wenn Mediennutzung und Freizeit aus dem Gleichgewicht geraten, können daraus Risiken entstehen. Das 21-Tage-Programm bietet täglich kurze Challenges in einer Web-App – mal individuell, mal gemeinsam mit den Eltern. Eingebettet ist das Programm in einen Eröffnungs- und einen Abschlussworkshop von je 90 Minuten, die Risiko- und Schutzfaktoren von Internetnutzungsstörungen thematisieren.

Zielgruppe & Format: Klasse 5 – 7
2 x 90 min Workshop
Projektlaufzeit mit Appinhalten: 21 Tage



FACHSTELLE FÜR SUCHTPRÄVENTION
KINDER-, JUGEND-, ELTERNBERATUNG
Tel.: +49 (0)228-688 588 0
update@cd-bonn.de