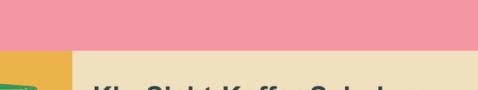


VERANSTALTUNGSKALENDER
1. HALBJAHR 202613. JUNI – 21. JUNI
AKTIONSWOCHE

ALKOHOL 2026



ANGEBOTE FÜR FACHKRÄFTE



27.01.26,

Di

KlarSicht-Koffer Schulung -
Tabak- und Alkohol-
prävention

Die Fortbildung bietet die Möglichkeit, den von der BlöG entwickelten KlarSicht-MitmachParcours kennenzulernen und seinen Einsatz in der Praxis zu erproben. Die Durchführung wird durch Fachkräfte von *update* begleitet und mit drei geschulten Kolleg*innen Ihrer Schule umgesetzt.

14:30

-

17:00

VOR ORT



10.02.26,

Di

EmBodiment -
Ressourcenstärkung für
mehr Resilienz im
Schulalltag

Diese Fortbildung vermittelt praktische Tools für Lehrende & Lernende, um Resilienz, Selbstregulation und Wohlbefinden im Schulalltag zu fördern und zu kultivieren.

09:15

-

15:00

VOR ORT

Referent*innen: Jasmin Friedrich,
Dagmar Heß



05.02.26,

Di

„Starke Pänz“- Vorstellung
des pädagogischen
Gruppenangebots

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

12:00

-

12:45

ONLINE

Referent*innen: Janice Lohmann,
Silvia Eicholt & Beatrix Schmeichler



23.02.26,

Mo

14:30

-

17:00

VOR ORT

Multiplikator*innen Schulung zum Body & Mind - Trainingszirkel

Der Body & Mind – Trainingszirkel ist ein bewegungsorientiertes Präventionskonzept zu Medikamentennutzung, Körperbild, Social Media und Ernährung – mit mehreren interaktiven Stationen für den schulischen Kontext. In der Präsenz-Schulung erproben Fach- und Lehrkräfte die Methoden aktiv und erhalten praxisnahe Impulse für den Unterricht.

Referent*innen: Sophia Maier, Vivian Sträter

VOR ORT



24.02.26 -

17.09.26

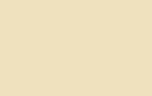
AmSel - Achtsamkeits- und mitgefühlsbasierte Suchtprävention in der Schule

Die Weiterbildung vermittelt Strategien zur Förderung von Selbstregulation, Beziehungsfähigkeit und Resilienz in der Schule. Sie umfasst vier Module à 1,5 Tage und richtet sich an Lehrkräfte und pädagogische Fachkräfte.

Termine: Modul 1: 24. & 26.02. Modul 2: 21. & 23.04. Modul 3: 30.06. & 02.07. Modul 4: 15. & 17.09.

Dienstags: 09:15 - 17:00 Uhr; Donnerstags: 09:15 - 13:00 Uhr

Referent*innen: Jasmin Friedrich, Dagmar Heß



VOR ORT



03.03.26

05.03.26,

Di + Do

09:00

-

16:00

Net-Pilot*innen Multiplikator*innen Schulung

Mit den Net-Piloten haben Sie als Lehrkraft die Möglichkeit, Schüler*innen der 8. und 9. Klassen zu Multiplikator*innen auszubilden. Diese geben ihr Wissen anschließend an die 5. und 6. Klassen weiter – jugendgerecht, praxisnah und auf Augenhöhe. So wird Medienkompetenz gestärkt, die Schulgemeinschaft gefördert und problematischer Mediennutzung wirksam vorgebeugt.

Referent*innen: Stefanie Schlegel, Vivian Sträter

VOR ORT



05.03.26,

Do

10:00

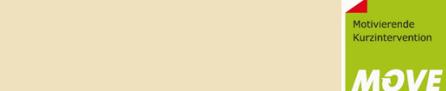
-

12:00

Vorstellung des Angebotes „Kurve kriegen“

Die NRW-Initiative „Kurve kriegen“ versucht Kinder und Jugendliche, die als junge Straftäter*innen auffällig wurden, durch geeignete pädagogische Maßnahmen vor einem Abgleiten in die Kriminalität zu bewahren. 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: Lena Störmer, Jörg Seeger (Kriminalhauptkommissar), Markus Rieger



VOR ORT



10.03.26,

Di

14:30

-

17:00

Methodentasche Vape-Check

Die Methodentasche E-Zigaretten und Vapes ist ein kompakter Werkkoffer, um anschaulich und interaktiv mit Jugendlichen zu arbeiten. Sie lernen, effektive und zeitgemäße Methoden um das Bewusstsein von Jugendlichen für die Risiken von E-Zigaretten zu stärken. Die Teilnahme berechtigt zur Ausleihe der Methodentasche.

Referent*innen: Beatrix Schmeichler, Stefanie Schlegel

VOR ORT



17.03.26-

24.03.26

09:15

-

17:00

MOVE mit Jugendlichen

Die dreitägige Fortbildung vermittelt Grundlagen der motivierenden Gesprächsführung für Kontaktpersonen von Jugendlichen aus unterschiedlichen Praxisfeldern wie: Schule, Jugendarbeit, Jugendhilfe, medizinische Grundversorgung und Sportvereine.

Termine: Dienstag 17.03., Donnerstag 19.03., Dienstag 24.03.

Referent*innen: Jasmin Friedrich, Dagmar Heß



VOR ORT

13.04.26 -

20.04.26

Mo

14:30

-

17:00

Tom & Lisa – Fachkräfteeschulung des Präventionsprogramm Klassenstufen 7 + 8

Die Schüler*innen planen gemeinsam mit Tom & Lisa ihre Geburtstagsparty ohne Alkohol. Sie erörtern das Für und Wider einer Feier ohne Alkohol, überlegen sich Stimmungsmacher, erfahren mögliche Risiken und adäquate Handlungen in Notsituationen. Diese Schulung befähigt pädagogische Fachkräfte selbstständig Tom & Lisa mit ihrer Klasse durchzuführen.

Referent*innen: Sophia Maier, Joelle Moll

VOR ORT

14.04.26,

Di

09:00

-

17:00

smart kiddies - Multiplikator*innen Schulung

In der Fortbildung gehen wir den folgenden Fragestellungen nach: „Was für eine Rolle spielen Emotionen, Grenzen, die Eigenreflexion und geschlechtsspezifisches Verhalten bei der Mediennutzung von Kindern im Grundschulalter?“ Teilnehmende werden befähigt, das Projekt „smart kiddies“ selbstständig an ihrer Schule umzusetzen und damit ein medienkompetentes Miteinander in der Schule zu fördern und erhalten.

Referent*innen: Lars Krischer, Vivian Sträter

VOR ORT



Eigenständig werden – ein Unterrichtsprogramm zur Gesundheitsförderung und Persönlichkeitsentwicklung für die Klassenstufen 5 und 6

27.04.26,
Mo

09:15

-
17:00

Mithilfe von „Eigenständig werden“ erwerben die Schüler*innen Ihrer Schule wichtige Gesundheits- und Lebenskompetenzen, die ihnen helfen, einen gesunden Lebensstil zu entwickeln – körperlich, seelisch und sozial. Durch unsere Schulung werden Sie befähigt selbstständig „Eigenständig werden“ mit Ihrer Klasse durchzuführen.

Referent*innen: Stefanie Schlegel, Joelle Moll

Multiplikator*innen - Schulung *mindfulmedia*

„*mindfulmedia*“ ist ein Projekt zur Förderung der digitalen Resilienz von Jugendlichen. Es umfasst 6 Lerneinheiten, die sich sowohl für den Unterricht als auch für Projekttag in Klasse 7-10 eignen. Durch unsere Schulung werden Sie befähigt, selbstständig „*mindfulmedia*“ mit Ihrer Klasse durchzuführen. Bei Interesse bitten wir um Kontaktaufnahme mit unserer Fachstelle.

Referent*innen: Jasmin Friedrich, Dagmar Heß

Methodenkoffer „What's on“ zum Thema Medien

Die Schulung stellt den Methodenkoffer „What's on“ zum Thema Mediennutzung von Internet, Smartphone & Co bei Kindern und Jugendlichen vor und ausgewählte Methoden werden in der praktischen Umsetzung erprobt. Die Teilnahme berechtigt zur Ausleihe des Methodenkoffers.

Referent*innen: Lars Krischer, Sophia Maier

Methodenkoffer „Stark statt breit“ – Cannabisprävention

Mit dem Methodenkoffer Cannabisprävention erhalten Sie nach der Schulung leihweise eine praktische Material- und Methodensammlung an die Hand, mit der Sie selbst im Unterricht und in Ihren Einrichtungen Workshops durchführen können. Ein umfassendes Methodenhandbuch unterstützt bei der Umsetzung. Eine Schulung für Ihr Kollegium oder Team kann nach Vereinbarung gesondert erfolgen.

Referent*innen: Lars Krischer, Joelle Moll

FREUNDE - Programm für Kindertagesstätten

FREUNDE stärkt mit seinen Angeboten und gezielten pädagogischen Vorhaben die Lebenskompetenzen und das Selbstbewusstsein der Kinder bereits im frühen Alter. Dazu gehören u.a. Selbstwahrnehmung, Einfühlungsvermögen, Kommunikationsfähigkeit, Problemlösefähigkeit in Gruppen, Umgang mit Stress und Emotionen sowie kreatives und kritisches Denken. All das integriert das FREUNDE-Programm in den Alltag von Kindertageseinrichtungen.

Referent*innen: Jasmin Friedrich, Dagmar Heß

Methodenkoffer Alkoholprävention HaLT (Hart am LimiT)

Mit dem Methodenkoffer Alkoholprävention erhalten Sie nach der Schulung leihweise eine praktische Material- und Methodensammlung an die Hand, mit der Sie selbst im Unterricht und in Ihren Einrichtungen Workshops durchführen können. Ein umfassendes Methodenhandbuch unterstützt bei der Umsetzung.

Referent*innen: Sophia Maier, Joelle Moll



13. JUNI – 21. JUNI
AKTIONSWOCHE
ALKOHOL 2026

INFOABENDE FÜR ERZIEHENDE



Alkohol & Karneval

Wir vermitteln vorbeugende Strategien im Umgang mit dem jugendlichen Trinkverhalten, besprechen die rechtlichen Aspekte des Alkoholkonsums und überlegen gemeinsam Maßnahmen, wenn es doch zu einem risikoreichen Trinkverhalten kommen sollte.

Montag, 02.02.26. 18.00-19.30 Uhr



Medien für Kinder im Grundschulalter

Wie können wir Medienkompetenzen in jungen Jahren bewusst begleiten? Thematisiert werden grundlegende Fragestellungen rund um die Themen Handy- und Internetnutzung.

Donnerstag, 16.04.26. 18:00-19:30 Uhr



Zwischen Rausch & Identität – Trendkonsum

Für Erziehende und Fachkräfte zum Thema jugendlicher Trendkonsum – Snus, Vapes, Lachgas & Co. Sie erhalten Informationen über Suchtentstehung, welche Substanzen Jugendliche derzeit konsumieren und was das mit Lebensphase und Identität zu tun hat.

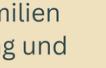
Montag, 29.06.26. 18:00- 19:30 Uhr



Medien für Jugendliche ab 12 Jahren

Wie können wir Mediennutzung kompetent begleiten, über Risiken aufklären und ansprechbar sein? Wir besprechen was die Faktoren einer Internetnutzungsstörung darstellen und wie Familien gemeinsam eine Haltung zu Mediennutzung entwickeln können.

Donnerstag, 23.04.26. 18:00-19:30 Uhr



Anmeldung zu allen Infoabenden über unsere Webseite



stay real - Fitness, Selbstbild & Konsum

Wie beeinflussen Fitness und Selbstbild unsere Entscheidungen? Wo fängt riskanter Konsum an und was steckt wirklich hinter Doping & Sucht? In diesem Workshop für Schüler*innen der 10. - 12. Klasse sprechen wir offen über Leistungsdruck, Substanzkonsum und deren Folgen. Mit Fakten und Raum für ehrliche Diskussionen für reflektierte Entscheidungen.



HaLT proaktiv - Workshop FASD

Auswirkungen von Alkoholkonsum in der Schwangerschaft, Sensibilisierung für einen verantwortungsvollen Umgang mit Alkohol und die Erarbeitung von sozialen Kompetenzen, schwierige alltägliche Situationen ohne Alkoholkonsum zu lösen, sind Inhalte des Workshops (online & in Schule).



KlarSicht - Parcours in Kooperation mit geschulten Lehrpersonen der Schule

Wir bieten die Durchführung des von der BlöG entwickelten KlarSicht - MitmachParcours zur Alkohol- und Tabakprävention mit seinen zahlreichen Methoden an Ihrer Schule an. Die Veranstaltung wird durch Fachkräfte von update begleitet und mit drei geschulten Kolleg*innen Ihrer Schule umgesetzt.



frei - für eine bewusste Mediennutzung

frei unterstützt Jugendliche (11-15 Jahre) und Familien dabei, durch ein 21-Tage Programm Mediennutzung und Freizeit in Einklang zu bringen. Dabei werden tägliche Challenges (3-7 min) via der frei Web App behandelt – mal individuell, mal gemeinsam. Risiko- und Schutzfaktoren von Internetnutzungsstörungen werden adressiert. Gerahmt wird das Programm von einem klasseninternen Auftakt und einer Abschlussrunde.

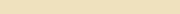


HaLT proaktiv - Workshop Tom & Lisa

Der vierstündige Workshop „Tom & Lisa“ zur Alkoholprävention für Klassen 7 und 8 ermöglicht den Jugendlichen in einem interaktiven Planspiel, als Geburtstagsgäste, einen Einblick in Gefahrensituationen, das Einüben richtiger Verhaltensweisen, sowie den verantwortungsvollen Umgang mit Alkohol (online & in Schule).



Die Anmeldung zu allen unseren Seminaren und Workshops läuft über unsere Webseite. Gerne beantworten wir Ihre Fragen und richten Workshops auf den Bedarf der Schüler*innen aus.



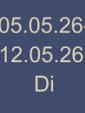
Fachstelle für Suchtprävention Caritas/ Diakonie 0228 - 688 588 0 - update@cd-bonn.de

www.suchthilfe-bonn.de

27.04.26,
Mo

09:15

-
17:00



Multiplikator*innen - Schulung *mindfulmedia*

„*mindfulmedia*“ ist ein Projekt zur Förderung der digitalen Resilienz von Jugendlichen. Es umfasst 6 Lerneinheiten, die sich sowohl für den Unterricht als auch für Projekttag in Klasse 7-10 eignen. Durch unsere Schulung werden Sie befähigt, selbstständig „*mindfulmedia*“ mit Ihrer Klasse durchzuführen. Bei Interesse bitten wir um Kontaktaufnahme mit unserer Fachstelle.

Referent*innen: Jasmin Friedrich, Dagmar Heß

Methodenkoffer „What's on“ zum Thema Medien

Die Schulung stellt den Methodenkoffer „What's on“ zum Thema Mediennutzung von Internet, Smartphone & Co bei Kindern und Jugendlichen vor und ausgewählte Methoden werden in der praktischen Umsetzung erprobt. Die Teilnahme berechtigt zur Ausleihe des Methodenkoffers.

Referent*innen: Lars Krischer, Sophia Maier

Methodenkoffer „Stark statt breit“ – Cannabisprävention

Mit dem Methodenkoffer Cannabisprävention erhalten Sie nach der Schulung leihweise eine praktische Material- und Methodensammlung an die Hand, mit der Sie selbst im Unterricht und in Ihren Einrichtungen Workshops durchführen können. Ein umfassendes Methodenhandbuch unterstützt bei der Umsetzung. Eine Schulung für Ihr Kollegium oder Team kann nach Vereinbarung gesondert erfolgen.

Referent*innen: Lars Krischer, Joelle Moll

FREUNDE - Programm für Kindertagesstätten

FREUNDE stärkt mit seinen Angeboten und gezielten pädagogischen Vorhaben die Lebenskompetenzen und das Selbstbewusstsein der Kinder bereits im frühen Alter. Dazu gehören u.a. Selbstwahrnehmung, Einfühlungsvermögen, Kommunikationsfähigkeit, Problemlösefähigkeit in Gruppen, Umgang mit Stress und Emotionen sowie kreatives und kritisches Denken. All das integriert das FREUNDE-Programm in den Alltag von Kindertageseinrichtungen.

Referent*innen: Jasmin Friedrich, Dagmar Heß

Methodenkoffer Alkoholprävention HaLT (Hart am LimiT)

Mit dem Methodenkoffer Alkoholprävention erhalten Sie nach der Schulung leihweise eine praktische Material- und Methodensammlung an die Hand, mit der Sie selbst im Unterricht und in Ihren Einrichtungen Workshops durchführen können. Ein umfassendes Methodenhandbuch unterstützt bei der Umsetzung.

Referent*innen: Sophia Maier, Joelle Moll

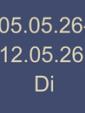


VOR ORT

27.04.26,
Mo

09:15

-
17:00



Multiplikator*innen - Schulung *mindfulmedia*

„*mindfulmedia*“ ist ein Projekt zur Förderung der digitalen Resilienz von Jugendlichen. Es umfasst 6 Lerneinheiten, die sich sowohl für den Unterricht als auch für Projekttag in Klasse 7-10 eignen. Durch unsere Schulung werden Sie befähigt, selbstständig „*mindfulmedia*“ mit Ihrer Klasse durchzuführen. Bei Interesse bitten wir um Kontaktaufnahme mit unserer Fachstelle.

Referent*innen: Jasmin Friedrich, Dagmar Heß

Methodenkoffer „What's on“ zum Thema Medien

Die Schulung stellt den Methodenkoffer „What's on“ zum Thema Mediennutzung von Internet, Smartphone & Co bei Kindern und Jugendlichen vor und ausgewählte Methoden werden in der praktischen Umsetzung erprobt. Die Teilnahme berechtigt zur Ausleihe des Methodenkoffers.

Referent*innen: Lars Krischer, Sophia Maier

Methodenkoffer „Stark statt breit“ – Cannabisprävention

Mit dem Methodenkoffer Cannabisprävention erhalten Sie nach der Schulung leihweise eine praktische Material- und Methodensammlung an die Hand, mit der Sie selbst im Unterricht und in Ihren Einrichtungen Workshops durchführen können. Ein umfassendes Methodenhandbuch unterstützt bei der Umsetzung. Eine Schulung für Ihr Kollegium oder Team kann nach Vereinbarung gesondert erfolgen.

Referent*innen: Lars Krischer, Joelle Moll

FREUNDE - Programm für Kindertagesstätten

FREUNDE stärkt mit seinen Angeboten und gezielten pädagogischen Vorhaben die Lebenskompetenzen und das Selbstbewusstsein der Kinder bereits im frühen Alter. Dazu gehören u.a. Selbstwahrnehmung, Einfühlungsvermögen, Kommunikationsfähigkeit, Problemlösefähigkeit in Gruppen, Umgang mit Stress und Emotionen sowie kreatives und kritisches Denken. All das integriert das FREUNDE-Programm in den Alltag von Kindertageseinrichtungen.

Referent*innen: Jasmin Friedrich, Dagmar Heß

Methodenkoffer Alkoholprävention HaLT (Hart am LimiT)

Mit dem Methodenkoffer Alkoholprävention erhalten Sie nach der Schulung leihweise eine praktische Material- und Methodensammlung an die Hand, mit der Sie selbst im Unterricht und in Ihren Einrichtungen Workshops durchführen können. Ein umfassendes Methodenhandbuch unterstützt bei der Umsetzung.

Referent*innen: Sophia Maier, Joelle Moll

Alkohol & Karneval

Wir vermitteln vorbeugende Strategien im Umgang mit dem jugendlichen Trinkverhalten, besprechen die rechtlichen Aspekte des Alkoholkonsums und überlegen gemeinsam Maßnahmen, wenn es doch zu einem risikoreichen Trinkverhalten kommen sollte.

Montag, 02.02.26. 18.00-19.30 Uhr

Medien für Kinder im Grundschulalter

Wie können wir Medienkompetenzen in jungen Jahren bewusst begleiten? Thematisiert werden grundlegende Fragestellungen rund um die Themen Handy- und Internetnutzung.

Donnerstag, 16.04.26. 18:00-19:30 Uhr



Zwischen Rausch & Identität – Trendkonsum

Für Erziehende und Fachkräfte zum Thema jugendlicher Trendkonsum – Snus, Vapes, Lachgas & Co. Sie erhalten Informationen über Suchtentstehung, welche Substanzen Jugendliche derzeit konsumieren und was das mit Lebensphase und Identität zu tun hat.

Montag, 29.06.26. 18:00- 19:30 Uhr



Medien für Jugendliche ab 12 Jahren

Wie können wir Mediennutzung kompetent begleiten, über Risiken aufklären und ansprechbar sein? Wir besprechen was die Faktoren einer Internetnutzungsstörung darstellen und wie Familien gemeinsam eine Haltung zu Mediennutzung entwickeln können.

Donnerstag, 23.04.26. 18:00-19:30 Uhr

