

SELBSTVERTEIDIGUNG

FILZWORKSHOP

ERNÄHRUNG

RELIGION

SPORT

KUSCHEL
TIER
NACHT

STÄRKE
PARKOUR

TANZ

RADIO

PARTY

**MACH
DICH
STARK**

Kostenlose Aktionstage für **Kinder**
und Eltern vom 16.-20.11.2026



MACH DICH STARK

Die MACH DICH STARK-Aktionstage sind eine landesweite Initiative der Caritas e.V. gegen Kinderarmut in Baden-Württemberg. Rund um den Tag der Kinderrechte organisiert das Präventionsnetzwerk gegen Kinderarmut der Stadt Göppingen gemeinsam mit verschiedenen Kooperationspartnern vom 16. bis 20.11.2026 ein vielfältiges Programm für Kinder und Eltern.

In diesem Jahr setzen wir unseren Fokus auf die kommunale Ebene, denn vor Ort entscheidet sich, wie Leben wirklich aussieht. Ob Kinder dazugehören, mitspie-

len, lachen, lernen und ihre Stärken entdecken können. Ob sie die Möglichkeit haben, gesund groß zu werden und eine echte Chance auf Zukunft haben. Gemeinsam werden wir LAUT, in dem wir sichtbar machen, welche guten Ansätze es vor Ort bereits gibt und was noch möglich ist.

Denn die Wirklichkeit macht deutlich, dass zwar die Zahl der in Armut lebenden Menschen leicht zurück geht, dennoch ist weiterhin fast jedes fünfte Kind in Baden-Württemberg arm oder von Armut bedroht. Das betrifft rund 370.000 Kinder und Jugendliche, die ihre Lage nicht aus eigener Kraft verändern können. Denn Kinderarmut ist immer auch Elternarmut. Armut wirkt sich auf alle Lebensbereiche aus, wie etwa Ernährung, Wohnen, Bildung und Ge-

sundheit, Freizeitgestaltung sowie soziale Kontakte. Diese Benachteiligungen hinterlassen Spuren, denn sie erschweren die persönliche Entwicklung von Kindern und hindern sie daran, selbstverständlich und gleichberechtigt an unserer Gesellschaft teilzuhaben.

Wir freuen uns, wenn wir Sie und Ihre Kinder bei den folgenden Veranstaltungen begrüßen dürfen, die für alle kostenfrei sind.

Herzliche Grüße
Ihr



Johannes Heberle
Erster Bürgermeister



Starke Kinder
chancenreich



 MONTAG, 16. NOVEMBER
RELIGION KINDER STARK MACHEN
mit Diakon Norbert Köngeter

WO

Gemeindehaus Christkönig
Katholische Kirche
Göppingen
Adolf-Kolping-Str. 3
73033 Göppingen

WANN

8:30 Uhr, 9:30 Uhr, 14:00 Uhr
Dauer: 1 Stunde

ANMELDUNG

Eintritt frei
Anmeldung erforderlich
unter 07161 38999911



Religiöse Bildung für Vorschulkinder zum Thema „Kinder stark machen“ – das Thema spielerisch entdecken. Das Angebot richtet sich an Vorschulkinder aus den Kindertageseinrichtungen in Göppingen.



 MONTAG, 16. NOVEMBER
VORTRAG KINDER STÄRKEN MIT GUTER ERNÄHRUNG
mit Meike Funk

WO

Haus der Familie
Villa Butz, Raum 4
Mörikestr. 17, 73033 Göppingen

WANN

10:00 Uhr

ANMELDUNG

Eintritt frei,
Anmeldung erforderlich
bis zum Do, 12.11.2026 beim
landwirtschaftsamt@lkgp.de /
07161 202-2501 oder
info@hdf-gp.de / 07161 9605110



BEKi: Bewusste Kinderernährung für Kita und Zuhause

In diesem Vortrag erfahren Sie, wie Kinder mit einer ausgewogenen Ernährung in ihrer Entwicklung unterstützt werden können – von klein auf und mit Freude am Essen. Der Vortrag gibt einen Einblick in das Landesprogramm BeKi – Bewusste Kinderernährung und zeigt, wie Kinder bereits in Kindertagesstätten spielerisch an eine ausgewogene und bewusste Ernährung herangeführt werden können. Darüber hinaus erhalten Sie praktische Tipps für den Familienalltag, erfahren, welche Lebensmittel Kinder stark machen, und nehmen

einfache und leckere Rezeptideen für Zuhause mit.

Referentin ist Meike Funk vom Landwirtschaftsamt Göppingen – Abteilung Ernährung und Hauswirtschaft, Koordinatorin „BeKi – Bewusste Kinderernährung“





WO
 Kreismedienzentrum
 Göppingen
 Eberhardstraße 22,
 73033 Göppingen

WANN
 14:30 - 16 Uhr

ANMELDUNG
 Eintritt frei
 Anmeldung unter
<https://eveeno.com/radio>
 bis zum 09.11.2026



max. 10 Kinder
 (Alter: 10-14 J.)

DIENSTAG, 17. NOVEMBER
MITMACH-RADIO MACH DICH STARK
 mit Moderator Rainer Graetsch

Besonderes Highlight:
OB Maier besucht euch im Tonstudio!

Ein Erlebnis der besonderen Art: gemeinsam können Kinder eine eigene Radiosendung gestaltet. Hier heißt es: Mitreden, mitgestalten, mitmachen – und zeigen, was Stärke wirklich bedeutet!

Dabei lernen die Kinder, wie eine Sendung entsteht, können eigene Themen einbringen und erfahren, wie es sich anfühlt, ihre Stimme öffentlich hörbar zu machen. Das stärkt Selbstvertrauen, Teamgeist und Medienkompetenz – wichtige Bausteine für eine starke Zukunft.

Oberbürgermeister Alex Maier kommt für ein Interview zu euch. Ihr dürft ihm eure Fragen stellen.



MITWOCH, 18. NOVEMBER
ESSEN & SPIELEN PAUSE IM CAFÉ RESTLOS
 Gönn dir eine Pause mit kostenfreien Backwaren.



WO
 SOS-Kinderdorf Göppingen
 Freihofstraße 22
 73033 Göppingen

WANN
 13:30 bis 16 Uhr

ANMELDUNG
 Eintritt frei
 einfach vorbeikommen

Das Café RESTLOS ist ein Angebot für Kinder, Jugendliche und Familien, um sich eine kleine Auszeit zu gönnen. Dabei können kostenfrei Backwaren verzehrt werden, die uns vom Verein FreeFood e.V. zur Verfügung gestellt werden. Kinder, Jugendliche und Erwachsene organisieren und führen das Projekt durch. Während des Cafébetriebs stehen verschiedene Spiele oder Kreativangebote zur Verfügung.



▲▲ MITTWOCH, 18. NOVEMBER
WORKSHOP MUTIG UND SICHER IM MITEINANDER
Mit Barbara Monte

Spielerisch lernen Kinder, wie sie in schwierigen Situationen selbstbewusst und sicher reagieren können.

Mit Bewegungsspielen, kindgerechten Übungen und kleinen Rollenspielen erproben Kinder eine starke Körperhaltung, eine klare Stimme und das deutliche Setzen eigener Grenzen. Sie erfahren, wie sie mit Beleidigungen, Ausgrenzung oder unangenehmen Situationen umgehen und wann und wie sie sich Hilfe holen können. Im Mittelpunkt stehen die stärkenden Botschaften: „Ich bin wertvoll“, „Ich darf Stopp sagen“ und „Ich bin nicht allein“.

Die Selbstbehauptungs- und Resilienztrainerin Barbara Monte arbeitet seit 2008 mit Kindern und Familien. Unter dem Namen „starkaufaugenhoehe“ bietet sie Präventionskurse für Vorschul- und Grundschulkinder sowie Elternabende und Fortbildungen für pädagogische Fachkräfte an. Frau Monte verbindet alltagsnahe Übungen, Bewegung und spielerische Methoden, um Kinder emotional zu stärken und ihnen konkrete Handlungsmöglichkeiten für ein respektvolles Miteinander zu vermitteln.



WO
Kindertagespflege
Rosenstr. 13
73033 Göppingen

WANN
15:30-17:30 Uhr

ANMELDUNG
Eintritt frei
Anmeldung bis Montag,
16.11.2026 unter 07161
963310
Plätze sind für maximal 10
Kinder im Alter von 5-10
Jahre verfügbar



Kindertagespflege
Landkreis Göppingen e.V.

▲▲ DONNERSTAG, 19./20. NOVEMBER
MUTIG KUSCHELTIERÜBERNACHTUNG

Bist du neugierig was dein Kuscheltier über Nacht erlebt und träumt?

WO
Stadtbibliothek, Kornhaus-
platz 1, 73033 Göppingen

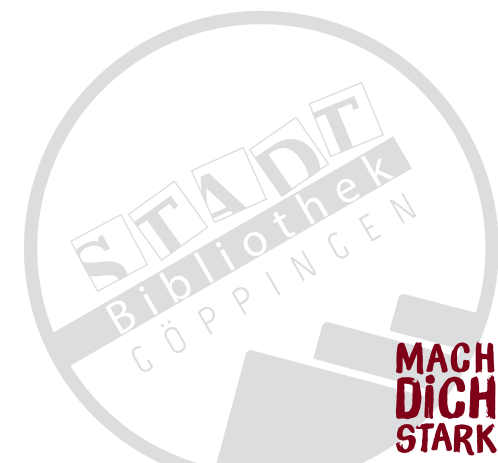
WANN
Abgabe: Do, 19.11.2025 bis
18 Uhr
Abholung: Fr, 20.11.2025
ab 12 Uhr

ANMELDUNG
Eintritt frei, keine Anmel-
dung erforderlich



Von Donnerstag auf Freitag findet in der Stadtbibliothek Göppingen eine Kuscheltierübernachtung statt. Mutige Kuscheltiere dürfen am 19.11.2025 bis 18 Uhr mit Namensschild an der Theke im Erdgeschoss der Stadtbibliothek von ihren kleinen Besitzerinnen und Besitzern abgegeben und am 20.11.2025 ab 12 Uhr wieder abgeholt werden.

Das Kuscheltier hat am nächsten Tag einen Brief, ein Foto und eine Urkunde dabei und die Kinder erfahren, was die Tiere ganz alleine in der Stadtbibliothek in der Nacht erlebt haben.



▲ DONNERSTAG, 19. NOVEMBER
TANZ „CAPOEIRA ANGOLA“

Du interessierst dich für Martial Arts? Und auch für Tanz?

Du möchtest mal einen Sport ausprobieren, der beides kombiniert - mit akrobatischen Elementen als Extra? Capoeira Angola beinhaltet all das und bietet auf jeden Fall nicht die gängigsten Bewegungsmuster: teils tierähnliche Bewegungen in Bodennähe mit ein paar Elementen, die evtl. vom Turnen oder Breakdance bekannt sind - alles im Flow, zu zweit im Dialog, kraftstärkend, ganzheitlich aber auch mit einer gewissen Prise Taktik.

Die Gruppe wird durch den Grundschrift „Ginga“ geleitet, es werden die ersten Kicks und Moves zum Sound des „berimbau“ gezeigt und gemeinsam werden erste Kombinationen zu zweit ausprobiert - als Frage- und Antwortspiel mit unterschiedlichen Abfolgen von Bewegungen.

WO

SOS-Kinderdorf Göppingen
Schillerstraße 18
73033 Göppingen

WANN

16:30-18:30 Uhr

ANMELDUNG

Eintritt frei, vorbeikommen
& ausprobieren, keine Vorkenntnisse



▲ DONNERSTAG, 19. NOVEMBER
PARTY RABE SOCKE WIRD GEFEIERT!

Geburtstagsparty für den kleinen Raben zum 30. Geburtstag!

Der kleine Rabe Socke wird 30 Jahre alt. Das wird mit einem rabenstarken Geburtstagsfest gefeiert. Zusammen mit allen Freunden des kleinen Raben wird gespielt, gebastelt und gerätselt. Und natürlich werden lustige Geschichten rund um den kleinen Raben erzählt und vorgelesen.

WO

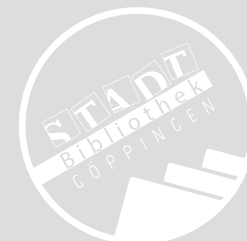
Stadtbibliothek
Kornhausplatz 1
73033 Göppingen

WANN

15 - 16:30 Uhr

ANMELDUNG

Eintritt frei, keine Anmeldung erforderlich, ab 4 Jahre



 DONNERSTAG, 19. NOVEMBER
BEWEGUNG ZEIG WAS IN DIR STECKT!

WO
 Hoffungsland Göppingen
 Rosenplatz 7
 73033 Göppingen

WANN
 15 - 18 Uhr

ANMELDUNG
 Eintritt frei

Mandy Mitschke
 Projektleiterin
 Mobil: 015205163790



Teste deine Kräfte, mach dich stärker

Anhand von unterschiedlichen Stationen und Spielen in unserem Haus und Garten können Kinder und Erwachsene ihre Kräfte testen. Erprobe ganz spielerisch, Runde für Runde, wie deine Kräfte wachsen und schau, wie du dich selbst steigern kannst. In dir steckt mehr, als du denkst! Probiere dich aus und entdecke, wie du wachsen kannst.

Hoffungsland 
 Göppingen

 FR, 20. NOVEMBER
KUNST FILZWORKSHOP
 mit Jessica Guidi



Das kannst du auch!

Im Atelier der Kunsthalle Göppingen taucht ihr gemeinsam mit Jessica Guidi in die sinnliche Welt des Filzens ein. Wunderbar weiche Wolle in schönen Farben wartet auf euch und eure Ideen. Gearbeitet wird mit der Filznadel und weicher Schafwolle. Schritt für Schritt lernt ihr die Grundlagen des Nadelfilzens kennen und fertigt individuelle Objekte, die nach Hause mitgenommen werden können.

Vorkenntnisse sind nicht erforderlich. Der Workshop eignet sich für Anfängerinnen und Anfänger sowie für alle, die Freude am kreativen Gestalten haben.

Die Künstlerin Jessica Guidi, geboren 1987 in Italien, ist Textilkünstlerin und Mutter von drei Kindern. Seit 2018 betreibt sie ihr Filzatelier im Kunstverein Wagenhalle in Stuttgart. In ihren Workshops begeistert sie Menschen jeden Alters für die Kunst des Filzens.

WO
 Kunsthalle Göppingen
 Marstallstr. 55
 73033 Göppingen

WANN
 14 bis 17 Uhr

ANMELDUNG
 Eintritt frei
 Für Kinder ab 5 Jahren mit ihren Eltern bzw. in Begleitung eines Erwachsenen
 für Kinder ab 9 Jahren auch alleine
 Anmeldung erforderlich bis 18.11.2026 unter kunstvermittlung@goeppingen.de

 **Kunsthalle
 Göppingen**



MACH DiCH STARK

Die Stadtverwaltung Göppingen wird seit November 2021 vom Ministerium für Soziales, Gesundheit und Integration Baden-Württemberg bei der finanziellen Förderung für ein Präventionsnetzwerk gegen Kinderarmut mit dem Projekt „Brücken für ein chancenreiches Leben“ unterstützt. Die Förderung ist Teil der Strategie „Starke Kinder – chancenreich“.

Insgesamt strebt das Präventionsnetzwerk in Göppingen an, durch die Stärkung der Familien und den Abbau von Benachteiligungen, die Lebenssituation von Kindern in Armut zu verbessern und ihnen bessere Zukunftsperspektiven zu ermöglichen.



/// Kunsthalle
Göppingen



VILLA BUTZ
Haus der Familie e.V.

Hoffungsland
Göppingen



Gefördert
durch



MACH DICH STARK



IMPRESSUM

Bei Fragen und Rückmeldungen: **Maren Scheible**, Koordinatorin Präventionsnetzwerk gegen Kinderarmut, Stadt Göppingen Fachbereich Bildung und Soziales, Kirchstr. 11, 73033 Göppingen, Tel: 07161 650 52010, Email: PNW-Kinderarmut@goeppingen.de **HAFTUNGSAUSSCHLUSS:** Der Inhalt der Broschüre wurde sorgfältig erarbeitet und erhebt keinen Anspruch auf Vollständigkeit und Richtigkeit aller Angaben. Rechtliche Ansprüche sind ausgeschlossen. **COPYRIGHT:** Nachdruck und Veröffentlichungen sind auch auszugsweise nicht gestattet und bedürfen der schriftlichen Genehmigung des Herausgebers. Sämtliche Rollenbezeichnungen gelten im Sinne der Gleichbehandlung für alle Geschlechter.