

ICH KANN DAS!





Aus kleinen Schritten wächst großes Vertrauen.

Scannen Sie den QR-Code und erleben Sie, wie das Partnerprogramm Kinder stärkt und sie auf ihrem Weg begleitet.

INHALT

Grußworte	04
Kinder stark machen	
Warum „Ich kann das!“	06
5 gute Gründe	07
Kompetenzen fürs Leben	
Sicher im Straßenverkehr	08
Unterwegs im Wasser	10
Gesunde Ernährung entdecken	12
Erste Hilfe für Kinder	14
Gemeinsam Wirkung entfalten	
Unsere Kooperationspartnerschaften	16
Gemeinsam Kinder stärken	17
Fördermitglied werden	18
Einmal helfen. Dauerhaft wirken.	19

Herausgeberin: Fröbel Bildung und Erziehung, gemeinnützige GmbH, Haus des Lehrers, Alexanderstr. 9, 10178 Berlin; **Bildnachweis:** Titel: © Adobe Stock, Oksana Kuzmina; © Adobe Stock, Nina/peopleimages.com; © Adobe Stock, Dmitry Naumov; © Adobe Stock, Dmytro Panchenko; Seite 1: © iStock, ArtMarie; Seite 5: © Maximilian König; Seite 6: © Boris Breuer; Seite 8: © Adobe Stock, Irina Schmidt; Seite 9: Magnific, prostooleh; Seite 10: © iStock, naumoid; © Anna Lenke; Seite 12: © Adobe Stock, kaikoro; © Anna Lenke; Seite 14: © Adobe Stock, siphosethu f – peopleimages.com; Seite 15: © Fröbel e.V.; Seite 16: © Adobe Stock, Rawpixel.com; Seite 17: © Alina Spree; **Gestaltung:** www.loveto.de

Liebe Lesende,

„Ich kann das!“ – dieser Satz klingt einfach, und doch steckt in ihm alles, was frühkindliche Bildung ausmacht: Mut, Vertrauen und die Erfahrung, dass die eigenen Fähigkeiten wachsen können.

Mit unserer Kampagne „Ich kann das!“ haben wir bei Fröbel ein Angebot geschaffen, das Kinder in einer entscheidenden Phase ihrer Entwicklung begleitet – spielerisch, ermutigend und ganz nah an ihrer Lebenswelt. Im Mittelpunkt steht dabei ein Gedanke, der uns bei Fröbel seit jeher leitet: Kinder sind kompetente Persönlichkeiten, die dann aufblühen, wenn sie Vertrauen erfahren – in sich selbst und von den Menschen um sie herum.

„Ich kann das!“ schafft genau diesen Raum. Kinder erleben, dass sie Dinge lernen können, die sie vorher noch nicht konnten. Sie erfahren sich als wirksam, als mutig, als fähig. Diese Erfahrung der Selbstwirksamkeit ist ein Geschenk, das sie ein Leben lang begleitet – und das weit über die Kitazeit hinausragt.

Dass dieses Angebot in so vielen unserer Einrichtungen Wurzeln schlägt, ist kein Zufall, sondern Ausdruck einer gemeinsamen Haltung: Wir übernehmen Verantwortung – für die Bildung, die Stärkung und das Wohlergehen der uns anvertrauten Kinder.

Unser herzlicher Dank gilt allen pädagogischen Fachkräften, den Familien und den Kooperationspartnern, die „Ich kann das!“ gemeinsam mit uns zum Leben erweckt haben. Wir freuen uns darauf, dieses Angebot weiterzuentwickeln und noch mehr Kindern zugänglich zu machen.

Mit herzlichen Grüßen

Oliver Just
Bereichsleiter West

Liebe Leserinnen und Leser,

aus Überzeugung habe ich die Schirmherrschaft für die Fröbel-Kampagne „Ich kann das!“ übernommen. Dieses Projekt stärkt Kinder in einer entscheidenden Phase ihrer Entwicklung und ermutigt sie, Vertrauen in die eigenen Fähigkeiten aufzubauen, Selbstwirksamkeit zu erfahren und wichtige Kompetenzen für ihren Alltag zu entwickeln.

Dieser Ansatz ist von großer Bedeutung für eine starke Gesellschaft. Fröbel eröffnet frühzeitig vielfältige Bildungs- und Erfahrungsräume und legt damit den Grundstein für die Persönlichkeitsentwicklung zu selbstbewussten, verantwortungsvollen und engagierten jungen Menschen – jungen Menschen, die wir für eine gute Zukunft in unserer Stadt unbedingt brauchen.

Besonders freut mich, dass Fröbel das Programm zum 1. August 2026 auf alle Fröbel-Kindergärten in NRW ausgeweitet hat. Mit den vier Modulen Verkehrssicherheit, Wassergewöhnung und Schwimmen, gesunde Ernährung sowie Erste Hilfe für Kinder werden künftig alle Fröbel-Kinder darin unterstützt, wichtige Alltagskompetenzen zu erwerben.

Ich danke allen Beteiligten für ihr Engagement und wünsche der Kampagne „Ich kann das!“ weiterhin viel Erfolg. Jedes Kind, das am Ende mit Überzeugung sagen kann: „Ich kann das!“, ist ein Gewinn – für sich selbst und für unsere Gesellschaft.

Mit freundlichen Grüßen

Torsten Burmester
Oberbürgermeister der Stadt Köln,
Schirmherr von „Ich kann das!“



Das Fröbel-Partnerprogramm für selbstsichere Kinder



Von praktischem Alltagswissen über mehr Selbstständigkeit bis hin zu sozialem Miteinander – mit unserem groß angelegten Partnerprogramm helfen wir Kindern, Neues zu verstehen, ihren Alltag aktiv mitzugestalten und sich sicher in ihrer Welt zurechtzufinden.

5 Gründe für „Ich kann das!“

01

Kinder werden in ihrer Entwicklung bestärkt:

Selbstständigkeit, Verantwortungsbewusstsein, Empathie sowie die Förderung der körperlichen, geistigen und emotionalen Entwicklung

02

Stärkung der Kompetenzen von Kindern:

Alltagskompetenz, soziale Kompetenz, Selbstwirksamkeit sowie das Erlernen von Regeln und Werten

03

Das Selbstvertrauen von Kindern wird unterstützt:

Sicher im Straßenverkehr, selbstbewusst im Wasser, kompetent in der Küche oder bei Notfällen

04

Mehrwert für Familien:

die Angebote gelten für alle Kinder in Fröbel-Kitas in Nordrhein-Westfalen, Hessen und Rheinland-Pfalz und werden in die Betreuungszeit integriert

05

Direkter Nutzen für Kinder:

sicherer und selbstbewusster Umgang in ihrer Lebenswelt



Von Anfang an sicher

Kinder begegnen alltäglich Verkehrssituationen – zu Fuß, im Auto, mit dem Roller oder dem Laufrad. In Fröbel-Kindergärten lernen sie, sich sicher im Straßenverkehr zu bewegen und Risiken realistisch einzuschätzen – gemeinsam mit Partnern wie dem ADAC und der Polizei.

Verkehrserziehung kinderleicht

Sicheres Verhalten im Straßenverkehr lernt man früh – am besten durch eigenes Tun. Bei „Ich kann das!“ üben Kinder konkrete Situationen, erkennen Gefahren und wenden Regeln aktiv an.

Das lernen die Kinder:

- ✓ Risiken einschätzen und aufmerksam handeln
- ✓ Verkehrsregeln verstehen und anwenden
- ✓ Rücksicht nehmen und sicher unterwegs sein



So wirkt das Programm:

Durch regelmäßige, praxisnahe Angebote, welche mit Partnern wie dem ADAC und der Polizei durchgeführt werden, gewinnen Kinder Sicherheit und Selbstvertrauen. Sie erleben: „Ich kann mich orientieren. Ich kann auf mich und andere achten. Ich kann das.“ So werden sie gut vorbereitet für den nächsten Schritt: den sicheren Weg in die Schule und einen selbstständigen Alltag.



„Besonders begeistert mich, dass die Kinder wichtige Alltagskompetenzen spielerisch erlernen – vom sicheren Verhalten im Straßenverkehr bis hin zur gesunden Ernährung.“

Sandra
Mutter von Anastasia, 5 Jahre



„Im Wasser lernen Kinder nicht nur schwimmen – sie entwickeln Mut, Vertrauen und entdecken, was sie alles selbst schaffen können. Wenn Kinder Ängste überwinden und sich selbst etwas zutrauen, wachsen ihr Selbstvertrauen und ihr Stolz. Genau diese Erfahrungen stärken sie fürs Leben.“



Alexandra Bruns

Projektleitung Kita-Schwimmen der Sharky Schwimmschule

Mit Freude sicher im Wasser

Wasser begeistert Kinder, fördert ihre Entwicklung und stärkt ihr Vertrauen in die eigenen Fähigkeiten. Doch immer weniger Kinder lernen heute sicher schwimmen. Genau hier setzt „Ich kann das!“ an: Gemeinsam mit der Sharky Schwimmschule ermöglicht Fröbel Kindern frühzeitig positive Erfahrungen im Wasser – von der Wassergewöhnung bis zum Seepferdchen: spielerisch, sicher und kindgerecht.

In einer vertrauensvollen und motivierenden Umgebung lernen die Kinder, sich im Wasser wohlfühlen und fortzubewegen. Durch das Einüben von Schweben, Gleiten und Tauchen entsteht ein Sicherheitsbewusstsein. Damit werden Grundlagen für Selbstrettungsfähigkeiten gelegt.

Das zeichnet das Programm aus:

- ✓ kleine Gruppen und feste pädagogische Bezugspersonen
- ✓ spielerisches Lernen mit Spaß und Bewegung
- ✓ sichere Begleitung durch qualifizierte Fachkräfte und Rettungsschwimmerinnen und -schwimmer
- ✓ enge Zusammenarbeit mit Familien und Partnern

Das entwickeln die Kinder:

- ✓ Mut und Selbstvertrauen
- ✓ Körpergefühl und Koordination
- ✓ Sicherheit im Wasser verbunden mit Schwimmerfahrungen



„Mein Kind hat sich vorher nicht getraut, den Kopf unter Wasser zu halten. Heute freut es sich jede Woche auf das Schwimmen und ist unglaublich stolz auf seine Fortschritte.“

Annika

Mutter von Yannik, 6 Jahre



Kleine Handgriffe, große Wirkung

Wenn Kinder selbst schneiden, rühren, würzen oder den Umgang mit Küchenutensilien üben, entstehen wertvolle Lernerfahrungen ganz nebenbei. Sie übernehmen Verantwortung, entdecken neue

Lebensmittel und erleben: „Ich kann das!“ So wird Kochen und Ernährungsbildung alltagsnah, praktisch und mit allen Sinnen erfahrbar.

„Wenn ein Kind mit leuchtenden Augen sagt: ‚Das habe ich selbst gemacht!‘, entsteht weit mehr als eine Mahlzeit. Es entdeckt Lebensmittel, erlebt Gemeinschaft und gewinnt Vertrauen in die eigenen Fähigkeiten. Genau dafür steht ‚Ich kann das!‘: Kita-Verpflegung ist keine reine Serviceleistung, sondern Bildungsauftrag und ein großer Hebel für Gesundheit und Nachhaltigkeit. Was Kinder dabei lernen, begleitet sie weit über die Kitazeit hinaus.“



Heiko Mezger
Praxisberater Küche und Ernährung bei Fröbel

Mit allen Sinnen Kochen und Ernährung entdecken

Kochen verbindet – und stärkt Kinder weit über die Küche hinaus. Bei den „Fröbel-Miniköchen“ entdecken Kinder spielerisch die Welt des Kochens, bereiten Mahlzeiten zu und übernehmen Verantwortung.

Sie schneiden, rühren, schmecken, decken den Tisch und erkunden neue Lebensmittel mit allen Sinnen. Dabei entwickeln sie Selbstvertrauen, Feinmotorik und wichtige Alltagskompetenzen.

Das lernen die Kinder:

- ✓ hygienisch und sicher in der Küche arbeiten
- ✓ Lebensmittel wertschätzen und selbst verarbeiten
- ✓ Geschmack, Gerüche und Konsistenzen bewusst wahrnehmen
- ✓ gemeinsam planen, kochen und genießen

Im Mittelpunkt stehen das gemeinsame Erleben, Tun und Essen.

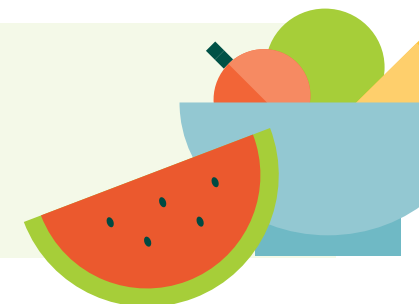


„Ich habe Gemüse geschnippelt und mein Essen selbst gekocht. Das war lecker!“

Emre-Can
5 Jahre

„Wer früh positive Erfahrungen mit gesunder Ernährung macht, entwickelt häufig langfristig ein bewussteres Essverhalten.“

Sebastian
Vater von Justus, 6 Jahre



„Ich kann schon
ein Pflaster kleben
und einen Verband
machen.“



Helfen macht stark

Kinder können schon früh lernen, in kleinen Notfällen richtig zu handeln. In den Erste-Hilfe-Kursen von „Ich kann das!“ entdecken sie spielerisch und altersgerecht, wie Helfen funktioniert.

Sie lernen Pflaster zu kleben, einfache Verbände anzulegen, Hilfe zu holen und einen Notruf abzusetzen. Gleichzeitig entwickeln sie wichtige soziale Kompetenzen wie Mitgefühl, Rücksichtnahme und Verantwortungsbewusstsein.

Das lernen die Kinder:

- ✓ Gefahren erkennen und sicher handeln
- ✓ Hilfe holen
- ✓ andere trösten und unterstützen
- ✓ Vertrauen in die eigenen Fähigkeiten entwickeln

Die Kinder lernen, Ruhe zu bewahren, strukturiert zu handeln und erfahren dabei gleichzeitig, wie gut es sich anfühlt, anderen helfen zu können. So stärkt das Programm nicht nur Sicherheit im Alltag, sondern auch Selbstwirksamkeit und solidarisches Handeln schon im frühen Kindesalter.



„In der Ersten Hilfe lernen Kinder nicht nur, was im Notfall zu tun ist – sie lernen vor allem, Hilfe zu holen, laut um Hilfe zu rufen und Verantwortung zu übernehmen. Sie erfahren, dass auch sie etwas bewirken können. Zu sehen, wie aus anfänglicher Unsicherheit Mut und Selbstvertrauen entstehen, ist jedes Mal aufs Neue beeindruckend. Genau diese Erfahrung stärkt Kinder weit über den Kurs hinaus.“



Jennifer Rienks

pädagogische Fachberatung bei Fröbel



Seit August 2026 kann jedes Kind, welches am Fröbel-Partnerprogramm „Ich kann das!“ teilnimmt, alle Kompetenzbereiche durchlaufen.

Wir arbeiten zusammen mit:

ADACUS
ADAC Stiftung



SHARKY
SCHWIMMSCHULE

Sowie weitere Partner.

Fröbel-Partnerprogramm

Gemeinsam Kinder stärken

i

Was ist eine Fördermitgliedschaft?

Eine Fördermitgliedschaft ist eine regelmäßige Unterstützung des Fröbel e. V. Sie bestimmen Ihren monatlichen Beitrag selbst – bereits ab 10 Euro pro Monat – und helfen dabei, zusätzliche Projekte und Bildungsangebote für Kinder dauerhaft zu ermöglichen.

Mit Ihrer Unterstützung ermöglichen Sie Kindern zu sagen: „Ich kann das!“

Jedes Kind sollte die Chance haben, wichtige Fähigkeiten für ein sicheres, gesundes und selbstständiges Leben zu entwickeln. Mit Ihrer Unterstützung gewinnen Kinder Vertrauen in ihre eigenen Fähigkeiten und entwickeln Kompetenzen, von denen sie ein Leben lang profitieren.

Ihre Förderung fließt unmittelbar in das Partnerprogramm „Ich kann das!“ und ermöglicht konkrete Bildungsangebote für Kinder.

Ihre Unterstützung wirkt in wichtigen Lebensbereichen:

- ✓ Schwimmen lernen
- ✓ Sicher im Straßenverkehr
- ✓ Erste Hilfe verstehen
- ✓ Gesunde Ernährung entdecken

Gemeinsam stärken wir Kinder fürs Leben:

- ✓ sicherer und selbstständiger werden
- ✓ Vertrauen in die eigenen Fähigkeiten entwickeln
- ✓ wichtige Kompetenzen fürs Leben erwerben

„Es ist jedes Mal ein besonderer Moment, wenn Kinder ihre ersten Schwimmabzeichen – von der Anfängerkrabbe über das Seepferdchen bis hin zu Bronze oder sogar Silber – in den Händen halten. Hinter jedem Abzeichen steckt Mut, Ausdauer und der Glaube an die eigenen Fähigkeiten.“



Marcel Köhnen

Leitung „Ich kann das!“ | Bereich West

„Ich kann das!“



Das Fröbel-Partnerprogramm „**Ich kann das!**“ befähigt Kinder in teilnehmenden Fröbel-Kindergärten, ihren Alltag selbstsicher, aktiv und bewusst mitzugestalten – mit praktischem Wissen in den Bereichen Ernährung, Verkehrserziehung, Schwimmen und Erste Hilfe.