

Internationale Wochen gegen Rassismus in Köln

16.- 29. März 2026

Mo., 16. März | 18.00-21:00 Uhr Ort: Asymmetric Bar, Ehrenfeld

WISSEN IST WIDERSTAND - DAS RASSISMUSKRITISCHE PUB-QUIZ

An diesem Abend verbinden wir Kneipenkultur mit politischer Haltung. Anlässlich der Internationalen Wochen gegen Rassismus möchten wir uns dem Thema spielerisch nähern und es zugleich etwas nerdig vertiefen. In entspannter Kneipenatmosphäre stellen wir Fragen zu aktuellen Debatten und historischen Ereignissen. Egal, ob du schon tief im Thema drin bist oder kein Vorwissen hast: Komm vorbei! Eine Anmeldung ist nicht erforderlich. Kommt als Team (max. 6 Personen) oder findet euch vor Ort zusammen.

veranstaltet von **Öffentlichkeit gegen Gewalt e.V.**

Di., 17. März | 18.00 Uhr Ort: Bürgerhaus MüZe, Köln Mülheim

AUSSTELLUNG & PODIUM FEMIRA

FemiRa zeigt, wie sich Kölner migrantisierten Frauen nach rassistischen Anschlägen – darunter der Nagelbombenanschlag auf der Keupstraße – politisch engagiert haben. In unserem Podium berichten Frauen aus dem Projekt über ihre Erfahrungen, ihre Perspektiven und ihr politisches Engagement und laden zur gemeinsamen Diskussion und Auseinandersetzung ein.

kostenlos, Anmeldung über Webseite
veranstaltet von **Interkultur e.V.**

Di., 17. März | 18:00-21:00 Uhr Ort: Köln-Nippes

PAROLEN-PAROLI - EIN ARGUMENTATIONSTRAINING GEGEN (STAMMTISCH)PAROLEN

Engagierte sind oft erstmal hilflos, wenn sie mit diskriminierenden Sprüchen, demokratiefeindlichen Behauptungen oder engagementkritischen Sprüche konfrontiert werden. In einem dreistündigen Workshop lernen sie Gesprächsmethoden, um Parolen gleich welcher Art künftig besser Paroli bieten zu können. So können sie in die Diskussion gehen und Haltung zeigen. Theoretische Inputs zu den Themen „Gruppenbezogene Menschenfeindlichkeit“ und „Motivation durch eigene Werte“ runden das Training ab.

kostenlos, Anmeldung über Webseite
veranstaltet von **Forum für Willkommenskultur**

Fr., 20. März | ab 16:00 Uhr Ort: Pamoja Afrika e.V., Lungengasse 24

AWARENESS & EMPOWERMENT

Treffen "Mental Health zur transkulturellen Stärkung von Kindern und Jugendlichen mit Rassismuserfahrungen"

veranstaltet von **Pamoja Afrika e.V.**

Fr., 20. März | 18.00-21:00 Uhr Ort: rubicon, Rubensstr. 8-10

ANTIDISKRIMINIERUNGSBERATUNG

Diskriminierung passiert täglich und oft bleibt sie unausgesprochen! Wenn du Diskriminierung erfahren hast, kannst du mit uns darüber reden! Die Beratung ist anonym, parteilich und vertraulich. Gemeinsam werden wir nach einer passenden Lösung suchen und dich unterstützen! Bei baraka findest du einen sicheren Raum für Austausch und Handlungskraft.

kostenlos, Anmeldung über Webseite
veranstaltet von **ada rubicon und baraka – a place for international queers**

Fr., 20. März | 17:30-19:30 Uhr und **Sa., 21. März** | 10:00-16:00 Uhr
Ort: Köln-Innenstadt

VORBEREITUNGSWORKSHOP FÜR DAS PROJEKT „KöKiPAT – KÖLNER KINDER-PATENSCHAFTEN

Das Projekt KöKiPat (Kölner Kinder Patenschaften) vermittelt Patenschaften zwischen Menschen aus Köln und Grundschulkindern mit Fluchthintergrund. Während der einjährigen Patenschaft ist vieles möglich: gemeinsam die Stadt erkunden, Fahrrad fahren, Bücher lesen, auf dem Spielplatz klettern, spielerisch Deutsch lernen usw. Hauptsache es macht beiden Spaß und es ist mit den Eltern abgestimmt. Die Freiwilligen werden in einem Workshop auf ihre Aufgaben vorbereitet und durch regelmäßige Treffen in ihrem Engagement für Bildungsgerechtigkeit und Solidarität mit geflüchteten Menschen begleitet.

kostenlos, Anmeldung über Webseite
veranstaltet von **Kölner Freiwilligen Agentur** und **Kölner Flüchtlingsrat**

Sa., 21. März | ab 17:00 Uhr Ort: Rom e.V., Venloer Wall 17

ROMNO POWER CLUB | KAFAVA

Infoveranstaltung zum Internationalen Tag gegen Rassismus:
Informationen, offener Austausch, freie Snacks & Getränke.

kostenlos, veranstaltet von **Rom e.V.**

Mo., 23. März | 17.00-20:00 Uhr und **Mi., 25. März** | 17.00-20:00 Uhr
Ort: Bürgerzentrum Nippes, Turmstr. 3

WORKSHOP „MIND YOUR FEED“

Scrollen, vergleichen, liken – Social Media ist immer dabei. Doch was macht das eigentlich mit der Stimmung? In diesem interaktiven Workshop geht es um den Zusammenhang zwischen Social Media und mentaler Gesundheit. Gemeinsam schauen wir hinter die Kulissen der Algorithmen und entwickeln Wege, den eigenen Feed so zu gestalten, dass er inspiriert, statt stresst.

Mit Austausch, Reflexion und konkreten Strategien für mehr Selbstfürsorge online. Ein Angebot für Jugendliche ab 14 Jahren.

kostenlos, Anmeldung an thoms@koelner-fluechtlingsrat.de
veranstaltet von **Kölner Flüchtlingsrat e.V.**

Di., 24. März | 08.45-15.30 Uhr Ort: Kölner VHS-Forum im Museum

SAFER SPACE FÜR SCHÜLER*INNEN MIT RASSISMUS-ERFAHRUNG

Hast Du schon einmal Rassismus-Erfahrungen gemacht und möchtest Dich in einem geschützten Raum darüber austauschen? Der SaferSpace-Workshop bietet Dir die Möglichkeit, Dich mit anderem Schüler*innen auszutauschen, Erfahrungen zu teilen und Strategien im Umgang mit Rassismus zu entwickeln. In einer vertraulichen und respektvollen Atmosphäre kannst Du Deine Gedanken und Gefühle äußern und lernst, wie Du Dich im Alltag stärken kannst. Für Schüler*innen ab der 8. Klasse

kostenlos, Anmeldung an sor-smc@stadt-koeln.de.
veranstaltet von **Kölner Courage-Schulen in Kooperation** mit der **Caritas Antidiskriminierungsbüro** und dem **Kölner Forum gegen Rassismus und Diskriminierung**

Mi, 25. März | 19:00-21:00 Uhr Ort: Melanchthonkirche, Breniger Str. 20

VERNETZUNGSTREFFEN “WILLKOMMENKULTUR IN KÖLN”

Seit vielen Jahren laden das Forum für Willkommenskultur und die Melanchthon-Akademie alle Engagierten in der Geflüchtetenarbeit zu regelmäßigen Vernetzungstreffen ein. Diesmal findet die Veranstaltung in Kooperation mit den Ehrenamtskoordinatorinnen für Rodenkirchen statt. Folgende Sessions werden angeboten: Beteiligung im Stadtteil Zollstock gestalten; Aufenthaltssicherung effektiv begleiten und Schutzkonzepte gegen demokratiefeindliche Angriffe. Alle in der Geflüchtetenarbeit Engagierten, ob aus Willkommensinitiativen, aus Tandemprojekten, allein engagiert oder in Strukturen eingebunden sowie alle Engagement-Interessierte sind herzlich eingeladen!

kostenlos, Anmeldung über Webseite
veranstaltet von **Forum für Willkommenskultur**

Mi, 25. März | 17:00-21:00 Uhr Ort: Kölner Kooperatives Kinder, - und Jugendbüro

FILMABEND IM KÖLNER KINDER, - UND JUGENDBÜRO

Du bist zwischen 12-27 Jahre alt und hast Lust auf einen Filmabend? Der AK PARTIZIPATION lädt dich zu einem Filmabend mit einem rassistiskritischem Film sowie Snacks und Getränken ein. Es folgt noch eine Abstimmung darüber, welcher Film gezeigt wird. Die Bekanntgabe des Films erfolgt auf der Seite des Kölner Kinder, - und Jugendbüros. Instagram: [@jugendbueroekoeln](https://www.instagram.com/jugendbueroekoeln)

kostenlos, Anmeldung an annika@koelner-jugendring.de oder über Instagram DM, veranstaltet vom **AK PARTIZIPATION**

Do., 26. März | 10.00-12:00 Uhr **Ort:** Vingster Treff, Würzburgerstr. 11a

KÖSTLICH KOSCHER - DIALOG, AUSTAUSCH, BEGEGNUNG

Gemeinsames Frühstück anlässlich des Zuckerfestes mit Besucherinnen des Begegnungszentrums der Synagogengemeinde Köln-Porz

kostenlos, Anmeldung bis 24.03. über Webseite
veranstaltet von **Bürgerzentrum Vingst in Kooperation mit der Integrationsagentur SGK und dem Kölner Forum gegen Rassismus und Diskriminierung**

Fr, 27. März | 09.00-13:00 Uhr **Ort:** Aidshilfe Köln e.V., Pipinstr. 7

ALLYSHIP-WORKSHOP FÜR FORTGESCHRITTENE

Du bist *weiß*, hast dich bereits mit Rassismus beschäftigt und möchtest deine Haltung weiterentwickeln? Dann bist du in diesem Workshop richtig! Gemeinsam schauen wir darauf, was es bedeutet, Ally in einem rassistischen System zu sein. Worauf sollte ich achten? Und was brauche ich dafür im Alltag? Wir schaffen einen sicheren Raum, um Erfahrungen zu teilen, kritisch zu reflektieren und Haltung sowie Handlungsmöglichkeiten zu entwickeln – für *weiße* Fachkräfte.

kostenlos, Anmeldung an adb@caritas-koeln.de
veranstaltet von **Caritas Beratungsstelle Antidiskriminierungsarbeit, Caritas Antidiskriminierungsbüro und Kölner Forum gegen Rassismus und Diskriminierung.**

Sa, 28. März | 14:00-18:00 Uhr **Ort:** wird nach Anmeldung bekannt gegeben

VON BEWEGUNG ZU MUT: IMPROVISATION, KÖRPERARBEIT UND TRANSFORMATION, IN EINEM MUTIGEN RAUM

Das Tanztheater möchte mit euch spontane Gestaltung und achtsame Körperarbeit verbinden – für alle, die ihrer Geschichte eine neue Bewegung geben möchten.
Das Angebot ist für junge queere FLINTA* mit Migrationsgeschichte (Alter: 18-27)
Der Ort wird nach der Anmeldung bekannt gegeben.

kostenlos, Anmeldung an antidiskriminierungsarbeit@rubicon-koeln.de
veranstaltet von **Antidiskriminierungsarbeit Rubicon e.V. Köln**

zum Hintergrund:

Am 21.3.1960 demonstrierten Tausende friedlich gegen das rassistische Apartheidsystem im südafrikanischen Township Sharpeville. 69 Menschen wurden von der Polizei erschossen, Hunderte weitere verletzt.

Der UN-Weltsicherheitsrat verurteilte dies scharf und forderte ein Ende der Apartheid. 6 Jahre später rief die UN-Generalversammlung den 21. März zum Internationalen Tag für die Beseitigung der Rassendiskriminierung aus. 1979 forderte sie alle UN-Mitgliedsstaaten dazu auf, zusätzlich Aktionswochen gegen Rassismus zu organisieren.

Quelle: Bundeszentrale für politische Bildung

Diese Übersicht wurde vom Kölner Jugendring gemeinsam mit dem Kölner Forum gegen Rassismus und Diskriminierung und weiteren Partner*innen zusammengestellt und erhebt keinen Anspruch auf Vollständigkeit von Veranstaltungen im Kölner Raum. Viele weitere Aktionen und Veranstaltungen finden auch außerhalb des Aktionszeitraums statt!

Aktuelle Infos und eventuelle Änderungen findet ihr auf den Webseiten der jeweiligen Veranstalter*innen.

