

Aktiv & Gesund

Einverständniserklärung

Hiermit erkläre ich mich einverstanden,
dass mein Kind

jeden Dienstag von 14.00 – 16.00 Uhr

an der Gruppe **Aktiv & Gesund** teilnimmt

Name des Kindes: _____

Geburtsdatum: _____

Adresse: _____

Telefon: _____

Handy: _____

Sonstiges: _____

Ich bin damit einverstanden, dass innerhalb des
Kurses Fotos von meinem Kind gemacht werden und
dass diese Fotos auf der Website des
Familienzentrums und auf Flyern etc. veröffentlicht
werden.

Datum: _____

Unterschrift: _____

Ein Projekt von



in Kooperation mit dem



gefördert von



Anmeldung über:

Fokus e.V.
Turmstraße 67
10551 Berlin

Telefon 030 398 77 639
E-Mail: fokusev@web.de

Familienzentrum Moabit-Ost
Rathenower Str. 17
10559 Berlin
Im Zille-Haus

Telefon: 030-505 667 38
Mobil: 0163 63 111 24
E-Mail: info@familienzentrum-moabit.de



Aktiv & Gesund

**Kinder entwickeln Gesundheits-
und Selbstbewusstsein!**

Ein Angebot für Kinder und ihre Eltern.





Aktiv & Gesund

Mit **Aktiv & Gesund** möchten wir den Spaß an der Bewegung und die Freude an genussvoller und gesunder Ernährung fördern.

Wir möchten mit **Aktiv & Gesund** ein ganzheitliches Gesundheitsverständnis schulen und den Kindern gesunde Ernährung und Bewegung näher bringen. Darüber hinaus sollen soziale Kompetenzen und der Umgang mit sozialen Ausgrenzungen gestärkt werden. Das Ziel ist mehr Selbstbewusstsein und ein neues Körpergefühl für die Kinder!

Um dieses Wissen zu festigen, möchten wir Sie in Elterntreffen und Beratungsgesprächen mit einbeziehen. Ihre Beteiligung und der Austausch mit Ihnen sind uns darum sehr wichtig.

Haben Sie Interesse?

Dann melden Sie sich bei uns!



Alles auf einen Blick:

Jeden Dienstag von 13.30 - 15.30 Uhr im
Familienzentrum Moabit-Ost (im Zillehaus)

Kinder im Alter von 7 - 11 Jahren

Beteiligung der Eltern durch Elterntreffen und
Elternbriefe

Einzelberatung nach Bedarf

In den Ferien gibt es ein Ferienprogramm z.B.
mit Ausflügen

Gruppenleitung:
Nora Nenyai
&
Carina Hahn

Ablauf von Aktiv & Gesund:

- ❖ Jeden **Dienstag** beginnt Aktiv & Gesund um **13.30 Uhr** im Zillehaus.
- ❖ In der anfänglichen **Gesprächsrunde** können die Kinder Themen und Wünsche einbringen sowie eigene Ziele zu gesünderer Ernährung und Bewegung benennen.
- ❖ Zwischendurch bereiten wir etwas Leckeres aus **frischem Obst oder Gemüse** gemeinsam mit den Kindern zu und üben das langsame und genussvolle Essen.
- ❖ Im **Bewegungsteil** der Gruppe werden Spiele angeboten, die Spaß machen, um zu regelmäßiger Bewegung anzuregen, Beweglich- und Geschicklichkeit zu trainieren.
- ❖ Nach einer **Abschlussrunde** endet die Gruppe um **15.30 Uhr**.
- ❖ **Wünsche, Ideen, Fragen und Anregungen** der Kinder und Eltern sind stets willkommen.
- ❖ Wir bieten regelmäßige Treffen mit den Eltern an. Informationsmaterial über gesunde Lebensweise wird an die Eltern zusätzlich ausgehändigt.



**Für die Kinder der
Kurt-Tucholsky-Grundschule**

Ich, _____

erlaube den Betreuerinnen von **Aktiv & Gesund** (Familienzentrum Moabit-Ost im Zillehaus)

Meine Tochter/meinen Sohn

für die Zeit der Gruppe (immer dienstags 13:30Uhr – 15:30Uhr) vom Hort abzuholen und wieder dorthin zurück zu bringen.

Ort, Datum

Unterschrift

**Für die Kinder der
Kurt-Tucholsky-Grundschule**

Ich, _____

erlaube den Betreuerinnen von **Aktiv & Gesund** (Familienzentrum Moabit-Ost im Zillehaus)

Meine Tochter/meinen Sohn

für die Zeit der Gruppe (immer dienstags 13:30Uhr – 15:30Uhr) vom Hort abzuholen und wieder dorthin zurück zu bringen.

Ort, Datum

Unterschrift

**Für die Kinder der
Kurt-Tucholsky-Grundschule**

Ich, _____

erlaube den Betreuerinnen von **Aktiv & Gesund** (Familienzentrum Moabit-Ost im Zillehaus)

Meine Tochter/meinen Sohn

für die Zeit der Gruppe (immer dienstags 13:30Uhr – 15:30Uhr) vom Hort abzuholen und wieder dorthin zurück zu bringen.

Ort, Datum

Unterschrift