

Liebe Mitarbeiterin, lieber Mitarbeiter in der Kindertagesstätte,
zur Förderung der Gesundheit gehört auch die Vernetzung und Transparenz von
Aktivitäten.

Deshalb wenden wir uns heute an Sie.

Mit unserer Kampagne „**Magdeburg bewegt – beweg´ Dich mit!**“ zur gesunden
Ernährung und Bewegung in Kindertagesstätten möchten wir Sie anregen, mit uns
aktiv zu werden.

Das Gesunde Städte Projekt der Landeshauptstadt Magdeburg hat im Sinne der
Gesundheitsförderung diese Kampagne für Kinder, Mitarbeiter und Eltern
gestaltet.

Wir haben für die inhaltliche Ausgestaltung der Kampagne in unterschiedlichen
Themenbereichen recherchiert. Ein erstes Ergebnis ist der Ihnen vorliegende
Angebotskatalog. Hier finden Sie Anregungen und Tipps für die praktische
Umsetzung von Gesundheitsförderung in Kindertagesstätten.

Es ist wissenschaftlich belegt, dass immer mehr Kinder in Deutschland
übergewichtig sind, verursacht durch Fehlernährung und Bewegungsmangel. Hier
soll unsere Partnerschaft beginnen, denn wirksame Aktivitäten müssen sein!

Kinder haben unabhängig von ihrer ethnischen Herkunft, ihrer Religion, ihrem
Geschlecht oder ihrem Gesundheits- sowie Bildungsstandes das Recht,
in ihrer Entwicklung zu innerem Wohlbefinden und
gesundem Lebensstil unterstützt zu werden.



Täglich haben Sie im Kindergarten mit einer Vielfalt von Kindern zu tun, die Ihnen eine Menge abfordern, die aber auch eine Fülle von Freude, Tatendrang und Individualität mitbringen. In Form von Angeboten zur Kommunikation und Entspannung möchten wir, dass auch Sie etwas für Ihr Wohl tun und in ihrer Arbeit Unterstützung erfahren. Gesundheitsförderung ist ganzheitlich. Daher sind wir bemüht, ebenfalls Angebote zur Arbeit für und mit den Eltern zu konzipieren.

Nur wenn alle drei „Lebenswelten“ zusammen agieren, kann eine nachhaltige entwicklungsfördernde Atmosphäre zum Wohle der Kinder entstehen.

Sie entscheiden, ob und welche Angebote für Sie realistisch nutzbar sind und in Ihren Bildungs- und Erziehungsplan aufgenommen werden sollen. Wir erheben bei der Zusammenstellung nicht den Anspruch auf Vollständigkeit aller Möglichkeiten oder auf Endgültigkeit. Wir bitten Sie, uns Ihre Erfahrungen und Anregungen mitzuteilen, um diese auch anderen Einrichtungen transparent darstellen zu können.

Gleichzeitig können wir Ihnen anbieten, kostenloses Informationsmaterial zu den oben genannten Themenbereichen zu vermitteln.

Lassen Sie uns im Interesse gesunder und glücklicher Kinder etwas bewegen!

„Ein Kind ist ein Buch, aus dem wir lesen und in das wir schreiben sollen.“

Peter Rosegger



In der Übersicht finden Sie genaue Hinweise über alle Modalitäten, wie Inhalte, Unkosten, Bedingungen, Zeitenusw.

Bitte lesen Sie sich zunächst alles genau durch. Haben Sie Fragen oder Anregungen, dann wenden Sie sich an das

Gesunde Städte Büro (GSB)
Brandenburger Str. 9, Raum 2.05
39104 Magdeburg
Tel. 886 4331
E-Mail: gsb@sgw.hs-magdeburg.de
Frau Bachtenkirch, Frau Woschée

Sie finden ein oder mehrere Angebote für sich interessant und möchten diese für sich und Ihre Einrichtung nutzen? Wir legen dem Katalog einen Anmeldebogen bei. Bitte füllen Sie diesen aus und senden ihn uns zu.

Bei Bedarf stellen wir Ihnen für Besuche der Schwimmhalle oder Fahrten zum Bauernhof auch Betreuungspersonal zur Verfügung. Bitte melden Sie dieses an.

Wir organisieren für Sie!

Bitte beachten Sie, dass jede gute Organisation eine notwendige Vorbereitungszeit braucht.

Unsere Anmeldefristen betragen in der Regel 4 Wochen.



Kostenpflichtigen Veranstaltungen:

Wir haben uns sehr bemüht, die kostengünstigsten Varianten für Sie zu finden.

Nach Eingang Ihrer Anmeldung werden wir diese verbindlich bestätigen!

Gleichzeitig werden Sie hier über die anfallenden Kosten informiert.

Um vorher individuell für Ihre Einrichtung zu planen, haben wir die anfallenden Kosten aufgelistet. Bitte beachten Sie dabei, dass wir für die Übersicht davon ausgegangen sind, dass alle Kinder bereits 6 Jahre sind.

Kinder unter 6 Jahre sind bei der MVB und der Bahn nicht kostenpflichtig!



Besuch auf dem Bauernhof sind als Tagesausflüge zu planen

Viele Stadtkinder kennen Kühe, Schweine und Getreidefelder nur aus Büchern oder vom Fernsehen. Die Herkunft und Herstellung vieler Produkte ist ihnen fremd und ihr Erlebnisbereich beschränkt sich auf eine Auswahl aus dem Supermarktregal. Natur und Landwirtschaft erleben, alte Verfahrensweisen kennen lernen und somit den Erfahrungsschatz erweitern ist der Ansatz, der hier vorgestellten Höfe.

Sie möchten diese Erfahrungen für die Kinder Ihrer Einrichtung erlebbar machen...

... dann auf zum Bauernhof!



Gut Glüsig

Hier lernen die Kinder einen Bauernhof kennen, auf dem zahlreiche Tiere leben: Schweine, Rinder, Schafe und Hühner. Gut Glüsig ist ein ökologischer Landwirtschaftsbetrieb, durch den Getreide, Gemüse und Futterpflanzen angebaut werden. Streuobsthänge und zwei Gewächshäuser gehören ebenfalls zum Gut.

Zum Programm gehört eine Hofführung, bei dem der landwirtschaftliche Betrieb vorgestellt wird. Die Kinder können alle Tiere genau beobachten und teilweise auch streicheln. Ein wichtiges Anliegen von Gut Glüsig ist es, dass Kinder für den Erhalt von Umwelt und Natur sensibilisiert werden.

Dieser Ausflug kann mit Reiten auf dem hofeigenen Reitplatz aufgelockert werden.

Anmeldefrist: 4 Wochen vor dem geplanten Ausflug

Weitere Info´s unter : gut.gluesigm@caritas-magdeburg-stadt.de



Kostenplan Gut Glüsig

Bedingungen		Einzelkosten	Gesamtpreis	Bemerkungen
Gruppenstärke	max. 20 Kinder; mind. 3 BetreuerInnen (werden aufgeteilt in zwei Gruppen)			
Dauer	2 – 3 Stunden			
Kosten	Hofführung		20,00 €	
Fahrtkosten	MVB - Minigruppentarif (für 4 Personen)	6 Karten x 6,50 €	39,00 €	
	Zug: MD – Haldensleben und zurück 20 Kinder 3 Erwachsene		32,50 € (bei Anmeldung bis 14 Tage vorher, sonst 54,60 €)	Es besteht die Möglichkeit eine Gruppen- Sparkarte in Höhe von 15,00 € zu erwerben. Bitte sprechen Sie mit uns.
	Haldensleben – Gut Glüsig u. zurück	pro Person X 2,00 €	46,00 €	per Kleinbusse
			137,50 €	
Zusatzangebote	Reiten	Gruppentarif 25,00 €		
	Imbiß	pro Person 1,50 €		
	warmes Mittagessen	Pro Person 2,50 €		



Ziegenhof Ummendorf

Auf diesem Ziegenhof leben etwa 80 Milchziegen mit ihren Lämmern in artgerechter Haltung.

Vom Frühjahr bis Herbst genießen sie die saftigen Wiesen... . Die Ziegenmilch wird täglich frisch nach dem Melken traditionell als Rohmilch in schonender Handarbeit nach ökologischen Verarbeitungshinweisen zu Frischkäse, Weichkäse und Schnittkäse verarbeitet (Hofkäserei).

Zum Programm gehören die Hofbesichtigung, eine kleine Demonstration des Melkens und das genaue Beobachten bzw. das Streicheln der Tiere. Es besteht die Möglichkeit, ein mitgebrachtes Picknick auf dem Hof einzunehmen. (Schlechtwettervariante: Scheune)

Mit zum Hof gehören, neben Stall und Wohnhaus, die Käserei und der Hofladen. Hier können feine Käsespezialitäten vor Ort probiert und gekauft werden.

Anmeldefrist: 4 Wochen vor dem geplanten Ausflug

Weitere Info´s unter: ziegenhof-ummendorf@t-online.de



Kostenplan Ziegenhof Ummendorf

Gruppenstärke	max. 20 Kinder; mind. 3 BetreuerInnen (werden aufgeteilt in 2 Gruppen)			
Dauer	2 – 3 Stunden			
Kosten	Hofführung		40,00 €	
Fahrtkosten	MVB - Minigruppentarif (für 4 Personen)	6 Karten x 6,50 €	39,00 €	
	Zug: MD – Eilsleben und zurück 20 Kinder 3 Erwachsene		32,50 € (bei Anmeldung bis 14 Tage vorher, sonst 54,60 €)	Es besteht die Möglichkeit eine Gruppen- Sparkarte in Höhe von 15,00 € zu erwerben. Bitte sprechen Sie mit uns.
	von Bahnhof Eilsleben zum Ziegenhof müssen die Kinder ca. 45 Minuten wandern			
			111,50 €	
Zusatzangebote	Verkostung	Gruppentarif 20,00 €		



„Vordermühle“ in Elbeu / Wolmirstedt

Die Kinder haben hier die Möglichkeit, die Landwirtschaft und den ländlichen Raum mit allen Sinnen zu erleben. Das Angebot beinhaltet Erkundungen, Exkursionen und Projekttag.

Bausteine des Programms:

- Soziales Leben auf dem Lande
- Hofführung
- Ackerbau und Tierhaltung
- Basteln (z.B. mit Heu) zum Mitnehmen
- Naturerlebnisspiele
- Kartoffel – vom **A** bis zur **Z**ubereitung
- Getreide mahlen und Brötchen backen
- Erarbeiten von Arbeitsblättern

Genaue Inhalte werden nach Ihren Wünschen abgesprochen, so dass der Besuch auf dem Mühlenhof individuell gestaltet werden kann.

Anmeldefrist: 4 Wochen vor dem geplanten Ausflug

(Mai bis September/Oktober)

weitere Info´s unter : www.vordermuehle-elbeu.de



Kostenplan „Vordermühle“ in Elbeu / Wolmirstedt

Bedingungen		Einzelkosten	Gesamtpreis	Bemerkungen
Gruppenstärke	max. 20 Kinder; mind. 3 BetreuerInnen (werden aufgeteilt in zwei Gruppen)			
Dauer	2 – 3 Stunden			
Kosten	Hofführung	pro Kind 3,00 €	60,00 €	
Fahrtkosten	MVB - Minigruppentarif (für 4 Personen)	6 Karten x 6,50 €	39,00 €	
	Bus ab MD, Neustädter Bhf. oder Bebertaler Straße	pro Kind 2,20 € pro Erwachsenen 3,30 € (Hin- und Rückfahrt)	53,90 €	
			152,90 €	
Zusatzangebote	Imbiss mit Getränk	pro Person 2,00 €		



„Seepferdchen“

Plantschen im Wasser ist...herrlichund gefährlich!

Nach Verkehrsunfällen ist das Ertrinken von Kindern die zweithäufigste Todesursache. Viel Kummer könnte vermieden werden, wenn das Erlernen des Schwimmens so rechtzeitig wie möglich geschieht. Mit fünf bis sechs Jahren sind Kinder alt genug, um Schwimmen zu lernen. Sie können nun die entsprechenden Arm- und Beinbewegungen richtig koordinieren.

Durch das Schulverwaltungsamt und das DRK haben wir die Möglichkeit, Ihnen folgende kostengünstige Angebote für Ihre Einrichtung zu machen:

ACHTUNG! Verbindliche Anmeldungen für diese Angebote können Sie nur an unser Büro richten und erfahren dann den genauen Beginn und weitere Modalitäten.

Anmeldefrist: 4 Wochen vor Beginn



Schwimmtraining Schulverwaltungsamt und DRK

Ort der Schwimmhalle	Gr.-stärke	Beginn/ Dauer	Kosten Schwimmen	Fahrt	Termine
Elbe-Schwimmhalle Virchow-Str.	10 Kinder	9.00 bis 10.00 Uhr 10 x 1 Std.	37,00 €/ Kind incl. Pass Bezahlung vor Ort	Minigruppentageskarte 4 Personen/ 6.50€ (ab 6 Jahre)	über Anmeldung im GSB
Dauer des Kurses ca. 10Tage von Montag bis Freitag dann Sommerpause bis 26.08.2005 ab 29.08.2005 neue Kurse ACHTUNG! Kinder sollten nicht „wasserscheu“ sein.					
DRK-Angebot Schwimmhalle Gr. Diesdorfer Str. 104 a	max. 12 Kinder in einer Gruppe mit Eltern	immer samstags ab 8.00 Uhr / 10 x 1 Std. für See- pferdchen	24.00 €/ Kind und 24,00 €/ Erw. (Ver- sicherungs- summe für ein Jahr)	Individuelle Anfahrt	Anmeldung u. Hinweise im GSB
<ul style="list-style-type: none"> • ab sofort werden Anmeldungen entgegengenommen für neue Kurse ab September 2005, derzeit alles ausgebucht • Schwimmzeiten gemeinsam mit Eltern für ein Jahr möglich nach Absprache • Beitragszahlung vor Ort 					



Kochen mit Kindern

Beim gemeinsamen Kochen sollen die Kinder regionale und frische Produkte kennen und schätzen lernen.

Nicht nur das Vermitteln von Kenntnissen über gesunde Nahrungsmittel, sondern auch das eigene Tun sollen im Mittelpunkt stehen. Die Küche als Experimentierfeld! Der Verzehr selbst hergestellter Speisen in wohlthuender Atmosphäre ist ein Genuss! Hier kann durch aktives Erleben gesunder und ausgewogener Nahrung ein aktiver Beitrag zur Gesundheitsförderung geleistet werden.

Multiplikatoren-schulung durch die AOK

(kostenfrei)

Siehe Angebote für MitarbeiterInnen.



Kleine Kochkurse mit Kindern „Schlaue Zwerge versetzen Berge“

Nach der MultiplikatorInnenschulung sollen die erworbenen Kenntnisse durch die MultiplikatorInnen in die Praxis umgesetzt werden. Wenn keine ausreichenden Möglichkeiten für das Kochen mit Kindern in der eigenen Einrichtung vorhanden sind, vermitteln wir Ihnen gerne den Besuch einer „Kinderküche“.

Möglichkeit 1: KITA „Am Neustädter See“, Bördebogen 10

Möglichkeit 2: KITA „Kinderland“, Lumumba -Str. 26

Möglichkeit 3: KITA „Am Salbker See“, Am Unterhorstweg 28

Bedingungen		Einzelkosten	Gesamtpreis	Bemerkungen
Gruppenstärke	max. 10 Kinder			
Dauer	2 – 3 Stunden			
Kosten	Verbrauchsmaterialien zum Kochen			
Fahrtkosten	MVB - Minigruppentarif (für 4 Personen)	6 Karten x 6,50 €	39.00 €	



Kundenservice für Kinder – gute Küche und mehr!

Die HDL Catering GmbH veranstaltet in Ihrer Einrichtung **k o s t e n l o s e** Aktionstage :

Pelmenitag

- Teigzubereitung und selbständiges Formen und Füllen der Teigwaren
- Garung der Teigwaren in der Kinder-/Teeküche
- Bereitstellung von leckeren Beigaben

Pumuckeltag

- Kennen lernen verschiedener Vollkornprodukte
- Gestaltung eines gesunden Vesper unter Anleitung

Kosten: kostenfrei

(Hinweis: nur für Einrichtungen, die nicht bereits von der HDL-Catering GmbH betreut werden.)

Anmeldungen bitte 4 Wochen vor gewünschtem Termin



Sinnesschule

Diese Projekte sollen dem erlebnisorientierten Handeln sowie experimentieren und erkunden dienen. Kinder können hier in spielerischer Form Zugang zu einem gesunden Ernährungs- u. Bewegungsverhalten finden.

Elbauenpark ab 23.4.2005 geöffnet

Sie können mit Ihren Kindern den Besuch einer Erlebnisstation im Park planen:

Thema 1:

- Einmal Biber sein
- Flusslandschaft Elbe – wir bauen mit Weiden
- Wir modern & matschen (Wechselkleidung erforderlich)

Thema 2:

- Wasser ist LEBENDig
- Wasseruntersuchungen an der Elbe und des Angersees
(Gummistiefel erforderlich, es geht an und in´s Wasser)

Thema 3:

- DUFTendes und KRABBELNdes
- Streuobstwiese – Wiesensafari – Besuch im Bienenhaus

Thema 4:

- Mit Baum und Specht per Du
- Waldschule beim Förster



Erlebnisstation Elbauenpark

Bedingungen		Einzelkosten	Gesamtpreis	Bemerkungen
Gruppenstärke	max. 20 Kinder, 3 BetreuerInnen			
Dauer	1 – 1,5 Stunden (montags ungünstig)			
Kosten	pro Person 2,00 €			
Fahrtkosten	MVB - Minigruppentarif (für 4 Personen)	6 Karten x 6,50 €	39.00 €	

Anmeldefrist: 4 Wochen vor gewünschtem Termin



Motorische Frühförderung von Kleinkindern

Das DRK Wolmirstedt bietet Ihnen an, in Ihrer Einrichtung durch geschulte Fachkräfte eine motorische Frühförderung durchzuführen.

Diese ist besonders für Kinder mit körperlichen Entwicklungsschwierigkeiten geeignet.

Schwerpunkte der Arbeit sind:

- Ausprägung der Koordination Arme /Beine
- Entwicklung der Handkoordinationen
- Schulung des Gleichgewichtssinnes
- Förderung der Orientierung im Raum (Raum und Zeit)
- Zugewinn an motorischer Sicherheit

Bedingungen	
Gruppenstärke	max. 10 Kinder einer Einrichtung Alter: ab 3 Jahre, möglichst rechtzeitiger Beginn
Dauer	1 x wöchentlich in Ihrer Einrichtung Dauer: ca. 6 – 8 Monate, im Bedarfsfall auch länger
Kosten	pro Monat / pro Kind 6,- € (Beitrag zur Mitgliedschaft im DRK, Keine Rückerstattung möglich)



ÖZIM , Harsdorfer Str.

Der ÖZIM e.V. ist ein gemeinnützig anerkannter Verein, der in Magdeburg aktiv Natur- und Umweltschutz betreibt sowie ein vielfältiges Freizeitangebot für die ganze Familie bereithält. Wie jeder Verein lebt auch der ÖZIM e.V. vom

Mitmachen und bietet folgende Projekte an:

- Naturerleben mit allen Sinnen
- Gesunde Ernährung (Verwendung von Gemüse und Kräuter aus eigenem Anbau)
- Naturrallye (Stationen zur Beobachtung und Bewegung im vorhandenen Gelände)
- Gemeinsames Backen (Lehmofen)

Bedingungen		Einzelkosten	Gesamtpreis	Bemerkungen
Gruppenstärke	max. 15 Kinder, 3 BetreuerInnen			
Dauer	2 – 3 Stunden			
Kosten	Unkostenbeitrag nach Angebot			
Fahrtkosten	MVB - Minigruppentarif (für 4 Personen)	6 Karten x 6,50 €	39.00 €	



Anmeldefrist: 4 Wochen vor gewünschtem Termin

Taurus BKK

bietet k o s t e n l o s für Sie an:

Die Taurus BKK kommt in Ihre Einrichtung mit einem mobilen Sinnesparcours.

Dieser beinhaltet folgende Themen:

- Vitamin –und Ratespiel
- Heiteres Salate –Raten
- Getreide-Quiz
- Fühlboxen – Ratespiel
- Kräuter- und Gewürz-Ratespiel

Dieses Angebot eignet sich gut im Rahmen von Veranstaltungen mit Kind/Eltern, zum Tag der Offenen Tür oder ähnlichen Aktionen in Ihrer Einrichtung.

Anmeldefrist: ca. 4 Wochen vor gewünschtem Termin



Kneipp-Anwendungen

Sebastian Kneipp entwickelte ein ganzheitliches Naturheil-Verfahren, das auf 5 Wirkprinzipien besteht:

Bewegung, Ernährung, Lebensrhythmus, Heilkräuter und Wasser.

Der Kneipp-Verein Magdeburg e.V. hat es sich zur Aufgabe gemacht, die Gesundheitslehre von Sebastian Kneipp im Sinne der Gesundheitsförderung anzuwenden und zu verbreiten.

Hätten Sie Interesse mehr darüber zu erfahren oder eventuell die Lehre von Kneipp mit in Ihre Leitlinien der Einrichtung zu verankern und Kneipp-Kindergarten zu werden?

Wir vermitteln dies gern.

Hinweis: Kneipp-Festival im Elbauenpark vom 27. – 29. Mai 2005



Weiterbildungsveranstaltungen für MitarbeiterInnen von Kindertagesstätten

Durch die Angebote der Weiterbildung sollen Sie angeregt werden, in der täglichen Arbeit mit den Kinder noch intensiver die Problematik „Gesunde Ernährung und Bewegung“ aufzunehmen und für die Elternarbeit nutzbar zu machen.

MultiplikatorInnenschulung

Durch die AOK Magdeburg wird ErzieherInnen, in einer für Sie kostenlosen Schulung die Möglichkeit gegeben, ihre Kenntnisse zum Thema „Gesunde Ernährung“ zu festigen und zu erweitern. Gleichzeitig werden Sie dazu befähigt, diese im täglichen Umgang mit den Kindern bewusst und zielgerecht einzusetzen. Zusätzlich werden Anregungen für die Zusammenarbeit mit den Eltern vermittelt, da diese die wichtigsten Ansprechpersonen, bei der Veränderung der Ernährungsgewohnheiten von Kindern, sind.

Teilnahme begrenzt – max. 2 ErzieherInnen pro Einrichtungen



Gesprächsrunde mit Kindergärtnerinnen und Mitarbeitern zum Thema

„Vollwertige Ernährung“ in ihrer Kindertagesstätte.

Im Rahmen der Veranstaltung, die sich an Erzieherinnen und Erzieher sowie hauswirtschaftliches Personal in Kindergärten wendet, wird erläutert, was unter einer vollwertigen Ernährung für Kinder zu verstehen ist. Wie kann die Umsetzung im Kita - Alltag erfolgen, wie können Eltern und Caterer mit „ins Boot geholt“ werden? Diese Fragen sollen im Rahmen eines Erfahrungsaustausches eine wichtige Rolle spielen.

Leitung: Frau Grommelt, Diplom – Ökotrophologin

Dauer: ca. 2 Stunden

Kosten: ca. 60.- € für eine Veranstaltung

Anmeldefrist: ca. 4 Wochen vor gewünschtem Termin



Trainingsangebote für MitarbeiterInnen

Die Arbeit mit Kindern ist nicht immer einfach und auch mit vielen körperlichen und nervlichen Anstrengungen verbunden, aus diesem Grund haben wir ein paar Angebote zur Steigerung Ihres Wohlbefindens zusammengetragen. Hierbei handelt es sich um verschiedene Entspannungstechniken, Fitnesstraining bis hin zur praktischen Rückenschule.

Es werden Ihnen Entspannungstechniken vermittelt, welche ohne Hilfsmittel und unerwünschte Nebenwirkung auskommen. Ziel ist es, körperliche und seelische Anspannung und Nervosität zu verringern und alltäglichen Stresssituationen gelassener zu bewältigen.

In der Rückenschule lernen Sie, Rückenprobleme vorzubeugen und sich rückenfreundlicher im Alltag zu bewegen. Anleitungen zum richtigen Heben, Tragen und Sitzen sowie Kräftigungs- und Ausgleichsübungen helfen Ihnen dabei.

Mit den Belegen Ihrer Vorauszahlung können Sie bei Ihrer Krankenkasse lt. Präventionsgesetz (§ 20, SGB V, Prävention und Selbsthilfe) einen Festbetrag wiedererstattet bekommen, so dass Ihr Eigenanteil sehr gering ausfällt.

Informieren Sie sich bitte vor Beginn des Kurses bei Ihrer Krankenkasse!



Trainingsangebote für MitarbeiterInnen

Träger	Angebot	Kosten	Dauer	Anmeldefrist
Barmer	Rückenschule/ Wirbelsäulen - gymnastik	Vorauszahlung ca. 50,00 € pro Person	ca. 60 min/ 10x	14 Tage vor gewünschtem Termin
	Kennenlernen und Üben von Entspannungs- techniken	Vorauszahlung ca. 50,00 € pro Person	ca. 90 min/ 10x	14 Tage vor gewünschtem Termin
AOK	Rückenschule			ab April 2005 vorauss. in der AOK
Taunus BKK	Fitnessstraining incl. Nordic Walking	ca. 100,00 € Vorauszahlung	Mai 2005 - Dez. 2005; 1x wöchentlich	
DRK	Yoga	60,00 € pro Person	10 Einheiten a 90 min 1x wöchentlich	ab April 2005, nach Ihren Wünschen ca. 4 Wochen vor Termin
DRK	Rückenschule und Fitness	45,00 € pro Person	10 Einheiten a 60 min 1x wöchentlich	ab Mai 2005, nach Ihren Wünschen ca. 4 Wochen vor Termin

Alle Veranstaltungen werden in Ihrer Einrichtung durchgeführt!



Angebote für Eltern

Bereits wenn die Kleinen in den Kindergarten gehen, werden Vorlieben und Abneigungen beim Essen geprägt. Viele Eltern sind verunsichert, ob sie dem Drängen ihrer Kinder nachgeben sollen, wenn diese speziell beworbene Milchnacks, Süßigkeiten, Frühstückscerealien oder Getränke bevorzugen.

Aus der Fülle des Lebensmittelangebotes solche Lebensmittel auszuwählen, die gleichermaßen gesund sind und den Jüngsten schmecken ist nicht einfach.

Ein gesundheitsförderndes Ernährungsverhalten liegt in der Verantwortung von Eltern und Kindertageseinrichtung.

Verbraucherzentrale Sachsen –Anhalt

Beratungen / Veranstaltungen für Eltern (Gestaltung von Elternabende) für Ihre Einrichtung **k o s t e n l o s** zu folgenden Thematiken :

- *Gesunde Ernährung* -Essen und Trinken mit allen Sinnen-
- *Werbung und Wirklichkeit* -Werbestrategien der Lebensmittelindustrie und die echten Fitmacher-
- *Kinderlebensmittel (mit praktischen Beispielen)* -Empfehlungen für gesundheitsfördernde Kinderernährung

Dauer: 1 – 2 Stunden

kostenfrei

Anmeldefrist: ca. 4 Wochen vor gewünschtem Termin:



DRK – Erste Hilfe am Kind

Der Kurs besteht aus 5 Gesprächsrunden a 2 Stunden unterschiedlichen Inhaltes, wie Notfall, Beobachten erkrankter Kinder, Maßnahmen bei Wunden, Schock, Bewusstlosigkeit, Krampfanfälle, Verbrennungen, Vergiftungen, Verätzungen,USW.

Hier können Sie ungezwungen auf Ihre Fragen eine fachgerechte Antwort bekommen.

Mindestteilnehmerkreis: 10 – 15 Personen

Kosten: pro Person = 20,00 €

Anmeldefrist: ca. 4 Wochen vor gewünschtem Termin

Taunus BKK - Elternvorträge

Die Taunus BKK würde gerne in Ihrer Einrichtung mit Eltern und / oder Mitarbeitern ins Gespräch kommen zu folgenden Thematiken (Vorträge mit Diskussion): - *Kinderernährung* - *Vital am Arbeitsplatz* - *Lebensmittelkonsum und gesunde Ernährung* - *Essen pro Gesundheit* - *Stellenwert Kantinenverpflegung*

Der jeweilige Veranstaltungsbeginn kann variabel gestaltet werden.

Dauer: 1 – 2 Stunden

kostenfrei

Anmeldefrist: ca. 5 Wochen vor gewünschtem Termin



Gesundheits- und Veterinäramt Magdeburg – Beratungsangebote für Eltern

Für Kinder sind die Eltern die großen Vorbilder. Damit tragen alle Mütter und Väter eine enorme Verantwortung. Kinder lernen Schritt für Schritt und sind dabei auf die Hilfe der Eltern angewiesen. Für Eltern ist dies auch ein Lernprozess.

Viele Fragen und Probleme müssen beantwortet oder geklärt werden.

Benötigen Sie zu bestimmten Fragen oder Themen fachmännischen Rat und Hilfe?

Fachärzte und Kinderpsychologen beraten im Kreise Betroffener und geben Hilfestellung in Problemlagen.

Wir organisieren, mit Unterstützung des Gesundheitsamtes, kostenlose Gesprächsrunden für Eltern und Mitarbeiter zu Fragen rund ums Kind.

Anmeldefrist: ca. 4-5 Wochen vor gewünschten Termin

