

Gesunde Tage 2022

Herzlich willkommen zu den Gesunden Tagen im SOS-Kinderdorf Berlin. Wir haben wieder ein tolles Programm für alle, die sich bewegen, gesund ernähren, Spaß haben und nachhaltiger leben wollen.

Hereinspaziert

- am Dienstag, den 14.6. nachmittags ab 15 Uhr,
- Mittwoch, den 15.6. ganztags von 9 bis 18 Uhr
- und Donnerstag, 16.6. nachmittags ab 15 Uhr.

Einfach vorbeikommen und mitmachen!

Anmeldung

Gruppen (z. B. Kita, Hort), die ein Programmangebot besuchen möchten, melden sich bitte an:

Telefon: 030.330993-717 bzw. -50 oder

Mail: marketing-kdberlin@sos-kinderdorf.de

Verkehrsanbindung

S-Bahn S 41/S 42 Ringbahn

Haltestelle: S-Bhf. Beusselstraße

U-Bahn Linie U 9,

Haltestellen: U-Bhf. Turmstraße oder

U-Bhf. Birkenstraße

Bus Linie 123,

Haltestellen: Turmstraße/Beusselstraße
oder S-Bhf. Beusselstraße

Herzlichen Dank an alle Kooperationspartner*innen, die uns bei den Gesunden Tagen mit ihren Ideen und ihrem Wissen unterstützen.

SOS-Kinderdorf Berlin
Kinder- und Familienhilfen

Waldstraße 23/24 · 10551 Berlin

Telefon 030 330 993-0

Telefax 030 330 993-99

kd-berlin@sos-kinderdorf.de,

www.sos-berlin.de

facebook.com/soskdberlin

instagram.com/soskinderdorfberlin

Wenn Sie die Arbeit des

SOS-Kinderdorf Berlin

unterstützen möchten:

SOS-Kinderdorf Berlin

Berliner Sparkasse

IBAN: DE53 1005 0000 0240 0266 67

BIC: BELADEBXXX



**14. bis
16. Juni
2022**

Gesunde Tage

Dienstag

- 15 Uhr** **Parcours und Breakdance für Kita-Kinder**, Frhad Gaafer, Eltern-Kind-Raum, 1. OG
- 15 – 18 Uhr** **Bewegungsspiele für die ganze Familie**, Spielstraße vor Familienzentrum, Nursel Koc
- 15 – 18 Uhr** **Licht aus, Geld gespart!** Stromsparcheck für jeden Haushalt, Caritas, Terrasse
- 15 – 18 Uhr** **Schöne Sätze für zu Hause:** Wir basteln Kühlschrankschmuck, Mira Laskowski, Spielstraße vor Familienzentrum
- 15 – 18 Uhr** **Sehen, tasten, riechen, schmecken:** 4-Sinne-Parcours für den guten Geschmack, Team Hauswirtschaft, Cafeteria
- 15 – 18 Uhr** **Kinderapotheke: Was muss rein?** Infos für junge Eltern, Jennifer Thielmann, Terrasse
- 15 – 18 Uhr** **Trödelmarkt mit Babysachen**, Terrasse
- 15.30 – 17.30 Uhr** **Schutz vor Gewalt gegen Frauen und Kinder**, Infostand der Erziehungs- und Familienberatung, Terrasse
- 15.30 Uhr** **Selbstverteidigung für Frauen**, Ramkumar Koubenec, Schnupperkurs, Hausaufgabenraum, 1. OG
- 15.30 Uhr** **Pilates**, Veronika Heller, Bällebad, 1. OG
- 16 Uhr** **Qi Gong für Kinder**, Barbara Winter, Terrasse
- 16 Uhr** **Parcours und Breakdance** für Kinder ab 6 Jahren, Frhad Gaafer, Eltern-Kind-Raum, 1. OG
- 16 – 17.30 Uhr** **Mein Teddy ist krank!** Die Teddy-Ärztin macht ihn wieder gesund. Plüschtier nicht vergessen!, Coraly Brüggmann, Eltern-Kind-Raum, 1. OG
- 16 – 17.30 Uhr** **Sauberes Moabit:** Müllsammeln im Kiez, Sara Quitter, Spielstraße vor Familienzentrum
- 16.45 Uhr** **Selbstverteidigung für Kinder**, Schnupperkurs, Hausaufgabenraum, 1. OG
- 16.45 Uhr** **Pilates**, Veronika Heller, Bällebad, 1. OG
- 17 Uhr** **Qi Gong für Kinder**, Barbara Winter, Terrasse
- 17 Uhr** **Parcours und Breakdance** für Kinder ab 6 J., Frhad Gaafer, Eltern-Kind-Raum, 1. OG

Mittwoch

- 9 – 12 Uhr** **Alles in Balance?** Bewegungsspiele und kreative Spielangebote für Kinder ab 4 Jahren, Kindermuseum Labyrinth, Mehrzweckraum, EG
- 9 – 12 Uhr** **Gesunde Zähne mit der Zahnputzfee**, Kariestunnel, Empore, 1. OG
- 9 – 12 Uhr** **Große Fußballaktion mit Hertha BSC**, Hof
- 9 – 12 Uhr** **Sehen, tasten, riechen, schmecken:** 4-Sinne-Parcours für den guten Geschmack, Team Hauswirtschaft, Cafeteria
- 9 – 12 Uhr** **Mein Teddy ist krank!** Die Teddy-Ärztin macht ihn wieder gesund. Plüschtier nicht vergessen!, Coraly Brüggmann, Eltern-Kind-Raum, 1. OG
- 9 – 12 Uhr** **Cooler Drinks selber mixen**, Jens Zander, Cafeteria
- 9 – 12 Uhr** **Mein Kinderrecht....auf Gesundheit**, Marzia Ronconi, Cafeteria
- 9 – 12 Uhr** **Gesunder Rücken:** Einfache Übungen für Kinder, Tony Weniger, Terrasse

Mittagspause 12 bis 14 Uhr

- 14 – 18 Uhr** **Alles in Balance?** Bewegungsspiele und kreative Spielangebote für Kinder ab 4 Jahre, Kindermuseum Labyrinth, Mehrzweckraum, EG
- 14 – 18 Uhr** **Gesunde Zähne mit der Zahnputzfee**, Kariestunnel, Empore 1. OG
- 14 – 18 Uhr** **Große Fußballaktion mit Hertha BSC**, Hof
- 14 – 18 Uhr** **Sehen, tasten, riechen, schmecken:** 4-Sinne-Parcours für den guten Geschmack, Team Hauswirtschaft, Cafeteria
- 14 – 18 Uhr** **Mein Teddy ist krank!** Die Teddy-Ärztin macht ihn wieder gesund. Plüschtier nicht vergessen!, Barbara Winter, Eltern-Kind-Raum, 1. OG
- 14 – 18 Uhr** **Cooler Drinks selber mixen**, Jens Zander, Cafeteria

- 14 – 18 Uhr** **Pflanz- und Bastelaktion Umweltschutz**, Sara Quitter, Cafeteria
- 14 – 18 Uhr** **Mein Kinderrecht....auf Gesundheit**, Marzia Ronconi, Cafeteria
- 14 – 18 Uhr** **Gesunder Rücken:** Einfache Übungen für Erwachsene, Nursel Koc, Spielstraße vor Familienzentrum

Donnerstag

- 15 – 18 Uhr** **Bewegungsspiele für die ganze Familie**, Nursel Koc, Spielstraße vor Familienzentrum
- 15 – 18 Uhr** **Kräuter – grüne Wunder in der Küche, tasten, schnuppern, rätseln, schreiben**, Team U.LF und Gastro, Spielstraße vor Familienzentrum
- 15 – 18 Uhr** **Licht aus, Geld gespart!** Stromsparcheck für jeden Haushalt, Caritas, Terrasse
- 15 – 18 Uhr** **Holzwerkstatt** mit Sarah Moos, für Kinder ab 6 Jahren, Terrasse
- 15 – 18 Uhr** **Schnitzeljagd durch den Kiez:** Wir entdecken die Stadtnatur, Tony Weniger, Start: Spielstraße vor Familienzentrum
- 15 – 18 Uhr** **Frischhaltefolie selber machen**, Team Berufsvorbereitung, Terrasse
- 15 – 18 Uhr** **Achtsamkeit im Alltag**, Magdalena Geißler, Terrasse
- 15 – 18 Uhr** **Qi Gong für Erwachsene**, Barbara Winter, Terrasse
- 15 – 18 Uhr** **Umweltquiz**, Unternehmensnetzwerk Moabit, Spielstraße vor Familienzentrum
- 15 – 18 Uhr** **Mitmachessen und gemeinsames Abschlussessen ab 17 Uhr**, Mariam Abou-Sahyoun, Cafeteria/Terrasse

Bitte beachten Sie beim Besuch der Gesunden Tage die aktuellen Hygienevorschriften!