



Angebot

«fit4future» Elternbildung

Es gibt tausend Gründe, weshalb sich Kinder bewegen und gesund ernähren sollten, aber keinen einzigen, der dagegenspricht. Sie als Eltern haben einen grossen Anteil an der gesunden Entwicklung Ihres Kindes. Unsere Broschüren sowie die kostenlosen Elternreferate, geben Ihnen interessante und wertvolle Tipps für den Alltag im Bereich «Bewegung», «Ernährung» und «Brainfitness».

ELTERNREFERATE

- ◆ **Themen** Auswahl zwischen Bewegungsförderung, gesunde Ernährung und Brainfitness im Kindesalter (6-12 Jahre)
- ◆ **Dauer** 60 min Präsentation + 30 min Austausch
- ◆ **Organisation** Referate können von Schulen, Elternvereinen und anderen Elterbildungsstellen gebucht werden.
- ◆ **Durchführung** Ein «fit4future» Referent hält den Vortrag an dem vom Organisator gewählten Ort.
- ◆ **Kosten** 430.- Franken, Ausnahme sind «fit4future» Schulen, die gratis vom Angebot profitieren. Eltern sollten gratis vom Angebot profitieren können.
- ◆ **Buchung** Mail an info@fit-4-future.ch. Partnerschulen können das Elternreferat direkt über den Login-Bereich unter www.fit-4-future.ch buchen.

REFERAT-THEMEN

- ◆ **Gemeinsam aktiv** Bewegung macht die Knochen stark und steigert das Selbstbewusstsein. Doch in der heutigen Zeit kann es schwer sein, aktiv genug zu sein. Welche Empfehlungen gelten und wie kann ich sie umsetzen?
- ◆ **Gemeinsam essen und kochen** Jeder ist und isst anders. Und jeder sagt etwas anderes! Auf was muss ich bei der Ernährung meiner Kinder achten? Welche Empfehlungen gibt es? Mit Umsetzungstipps für zuhause.
- ◆ **Fit und Clever durch den Alltag** Fleiss ist nicht die einzige Voraussetzung für gute Noten: Was ein gesunder Lebensstil mit Konzentrations- und Leistungsfähigkeit zu tun hat und wie sie ihr Kind unterstützen können.

WEITERE ANGEBOTE FÜR ELTERN

- ◆ **Broschüren** Kostenlose Broschüren zu den drei Themen Bewegung, Ernährung und Brainfitness im Kindesalter finden sie unter www.fit-4-future.ch oder bestellen sie gratis die Druckversion per Mail an info@fit-4-future.ch

Das Schulprogramm «fit4future» wird von folgenden Partnern unterstützt:

Partner



Stiftungspartner



Stiftungspartner



Fachliche Partner

