

Gesunde Tage 2023

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 6.6. nachmittags ab 15 Uhr
- Mittwoch, den 7.6. ganztags von 9 bis 18 Uhr
- und Donnerstag, 8.6. 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

tiktok.com/@soskinderdorfberlin

youtube.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: BELADEBEXX



© SOS-Kinderdorf e.V.
Herausgeber: SOS-Kinderdorf Berlin, Waldstraße 23/24 · 10551 Berlin. Für den Inhalt verantwortlich: Kirsten Spielwack.
Redaktion: Barbara Winter. Foto: Shutterstock. Gestaltung: +C Kommunikationstechnik. Caroline Gärtner. Stand: April 2023

**6. bis
8. Juni
2023**

Dienstag

- 15 – 18 Uhr** **Licht aus, Geld gespart!** Stromsparcheck für deinen Haushalt, Caritas, Terrasse
- 15 – 18 Uhr** **Wildbienen schützen!** Bienenhotels basteln, Deutsche Wildtierstiftung, Terrasse
- 15 – 18 Uhr** **Gesunde Brotbox: Was gehört da rein?** Mitmachaktion mit Sabine Laaks, Cafeteria
- 15 – 18 Uhr** **Wasser ist Leben.** Wassermobil und Spiele rund ums gesunde Leitungswasser, a tip:tap, Terrasse
- 15 – 18 Uhr** **Bewegungsspiele für die ganze Familie,** Nursel Koc, Spielstraße vor Familienzentrum
- 15 – 18 Uhr** **Bastel dir deine Zukunft!** Collagen (Visionboards) machen mit Tala, für Kinder und Erwachsene, Cafeteria
- 15 – 18 Uhr** **Babykleider-Trödel mit Jenny Thielmann,** Familienhebamme, Terrasse
- 15.45 Uhr** **Akrobatik und Bewegung,** Schnupperkurs, Kerri Fitzsimons, Eltern-Kind-Raum, 1. OG
- 16 – 17.30 Uhr** **Sauberes Moabit:** Müllsammeln im Kiez mit der BSR, Spielstraße vor Familienzentrum
- 16 & 17 Uhr** **Stürze verhindern:** Sturzprophylaxe für Senior*innen, Cinthia, Bällebad, 1. OG
- 16.30 Uhr** **Breakdance,** Schnupperkurs für Kinder 4 – 7 Jahre, Frhad, Eltern-Kind-Raum, 1. OG
- 17.15 Uhr** **Breakdance,** Schnupperkurs für Kinder 8 – 12 Jahre, Frhad, Eltern-Kind-Raum, 1. OG

Mittwoch

- 9 – 12 Uhr** **Immer Meer Müll:** Wie kommt so viel Plastik ins Meer ...und wieder raus?, Bewegungsspiele und kreative Spielangebote für Kinder ab 4 Jahre, Kindermuseum Labyrinth, Mehrzweckraum/Terrasse, EG
- 9 – 12 Uhr** **Gesunde Zähne mit der Zahnputzfee,** Kariestunnel, LAG, Empore, 1. OG
- 9 – 12 Uhr** **Große Fußballaktion mit Hertha BSC,** Hof
- 9 – 12 Uhr** **Aktion Spatzenretter,** Samenkugeln basteln und Spatzenbuttons machen, Dt. Wildtierstiftung, Terrasse

- 9 – 12 Uhr** **Mein Teddy ist krank!** Die Teddy-Ärztin macht ihn wieder gesund. Plüschtier nicht vergessen!, Coraly Brüggmann, Jenny Thielmann, Hausaufgabenraum, 1. OG
- 9 – 12 Uhr** **Fruchtspieße selber machen,** Gastro-Azubis, Cafeteria
- 9 – 12 Uhr** **Gut eingepackt:** Frischhalte-Wachspapier selber machen, Ralf Wagner und IBA, Terrasse
- 9 – 12 Uhr** **Erste Hilfe:** Einfache Übungen für Kinder, Andrea Thees und EVEREST, Eltern-Kind-Raum, 1. OG
- 9 – 12 Uhr** **Sehen, tasten, riechen, schmecken:** Sinnes-Parcours und Glücksrad, Verbraucherzentrale Berlin, Cafeteria
- 9 – 12 Uhr** **Entspannen und achtsam sein,** Angebot für Klein und Groß, Annette, Glasraum, 1. OG
- 10 Uhr** **Kitaworkshop „Spatzenretter“,** Nistkästen bauen, Dt. Wildtierstiftung, Kita

Mittagspause 12 bis 14 Uhr

- 14 – 18 Uhr** **Immer Meer Müll:** Wie kommt so viel Plastik ins Meer... und wieder raus? Bewegungsspiele und kreative Spielangebote für Kinder ab 4 Jahre, Kindermuseum Labyrinth, Mehrzweckraum/Terrasse, EG
- 14 – 18 Uhr** **Gesunde Zähne mit der Zahnputzfee,** Kariestunnel, LAG, Empore, 1. OG
- 14 – 18 Uhr** **Große Fußballaktion mit Hertha BSC,** Hof
- 14 – 18 Uhr** **Licht aus, Geld gespart!** Stromsparcheck für deinen Haushalt, Caritas, Terrasse
- 14 – 18 Uhr** **Aktion Spatzenretter,** Samenkugeln basteln und Spatzenbuttons machen, Dt. Wildtierstiftung, Terrasse
- 14 – 18 Uhr** **Gut eingepackt:** Frischhalte-Wachspapier selber machen, Ralf Wagner und IBA, Terrasse

- 14 – 18 Uhr** **Erste Hilfe:** Einfache Übungen für Kinder und Erwachsene, Andrea Thees und EVEREST, Glasraum, 1. OG
- 14 – 18 Uhr** **Bewegungsspiele für die ganze Familie,** Nursel Koc, Spielstraße vor Familienzentrum
- 14 – 18 Uhr** **Infostand der Kontaktstelle PflegeEngagement Mitte,** Cafeteria
- 14 – 18 Uhr** **Mein Teddy ist krank!** Die Teddy-Ärztin aus der Charité macht ihn wieder gesund. Plüschtier nicht vergessen!, Glasraum, 1. OG
- 15 – 18 Uhr** **Mitmachessen mit Mariam,** Cafeteria, EG
- 17 Uhr** **Vortrag: So lange wie möglich in den eigenen vier Wänden wohnen,** Kontaktstelle PflegeEngagement Mitte, Hausaufgabenraum, 1. OG

Donnerstag

- 15 – 18 Uhr** **Bewegungsspiele für die ganze Familie,** Nursel Koc, Spielstraße vor Familienzentrum
- 15 – 18 Uhr** **Vielseitige Sportangebote im Kiez,** Infos von der Kiezsportlotsin Susanne Bürger, Spielstraße vor dem Familienzentrum
- 15 – 18 Uhr** **Kunterbuntes Gemüse:** Mitmachaktion mit Sabine Laaks, Cafeteria
- 15 – 18 Uhr** **Holzwerkstatt für die ganze Familie** mit Kindern ab 5 Jahren, Tony Weniger, Terrasse
- 15 – 18 Uhr** **Lernt Lernexpert*innen kennen! Lesen, Schreiben, Rechnen für Erwachsene,** Grundbildungszentrum Berlin, Cafeteria
- 15 – 18 Uhr** **Erziehungs- und Familienberatung,** Infostand mit Quiz, Cafeteria
- 15 – 18 Uhr** **Entspannen und achtsam sein,** Angebot für Klein und Groß, Annette, Glasraum, 1. OG
- 16 – 17.30 Uhr** **NABU-Kiezspaziergang „StadtNatur“,** für Familien mit Kindern von 6 – 10 Jahren, Treffpunkt: Spielstraße vor Familienzentrum