


Kinder- und Jugendhilfe  
Neuhausen



Kinder- und Jugendhilfe  
Neuhausen

Kinder und Jugendhilfe Neuhausen  
73765 Neuhausen a.d.F.  
Telefon (07158) 1718-0  
[www.skf-stuttgart.de](http://www.skf-stuttgart.de)

Ansprechpartner  
Steffen Gresens  
Telefon (07158) 1718-43  
E-Mail: [steffen.gresens@skf-drs.de](mailto:steffen.gresens@skf-drs.de)

#### Unterstützt durch:

„Herzessache, die Kinderhilfsaktion  
von SWR und SR“



Zukunft für Kinder - Förderverein  
Kinder- und Jugendheim Neuhausen e.V.



# Balance

## Power-Kids halten die Waage

Ein Projekt  
der Kinder- und Jugendhilfe Neuhausen  
unterstützt durch „Herzessache,  
Die Kinderhilfsaktion von SWR und SR“



# Balance

## Power-Kids halten die Waage



**Balance**  
Power-Kids  
halten die  
Waage

Immer mehr Kinder und Jugendliche haben Gewichtsprobleme. Was lässt sich dagegen tun? Unser Projekt „Balance“ gibt darauf Antwort.

Wir unterstützen Kinder, Jugendliche und deren Familien, wieder besser ins „Gleichgewicht“ zu kommen.

Durch unsere Bausteine:

- Ernährung, die gesund ist und schmeckt;
- Bewegung, die Freude macht;
- Entspannung, die gut tut,

wird es in Zukunft für sie selbstverständlich, durch gesündere Lebensweise auf sich und ihren Körper zu achten.

Durch Vernetzung mit verschiedenen Einrichtungen wie z.B. Vereinen, Krankenkassen und Volkshochschulen soll gewährleistet werden, dass über die Projektzeit hinaus weiterhin Angebote für die betroffenen Familien stattfinden.



## Angebote:

- **Erlebnispädagogik:**  
Klettern, Wandern, Höhlentouren, Geocaching
- **Kochkurse:**  
Gemeinsam kochen, Eigenes Kochbuch erstellen
- **Ernährungskurse:**  
Zucker und Fett in Nahrung versteckt
- **Entspannungsangebote:**  
Entspannungsangebote, Massagen, Fantasiereisen
- **Bewegungsangebote:**  
Spielen, Tanzen, Schwimmen, Selbstverteidigung

Das aktuelle Programm mit Uhrzeit und Austragungsort entnehmen Sie bitte der Beilage!