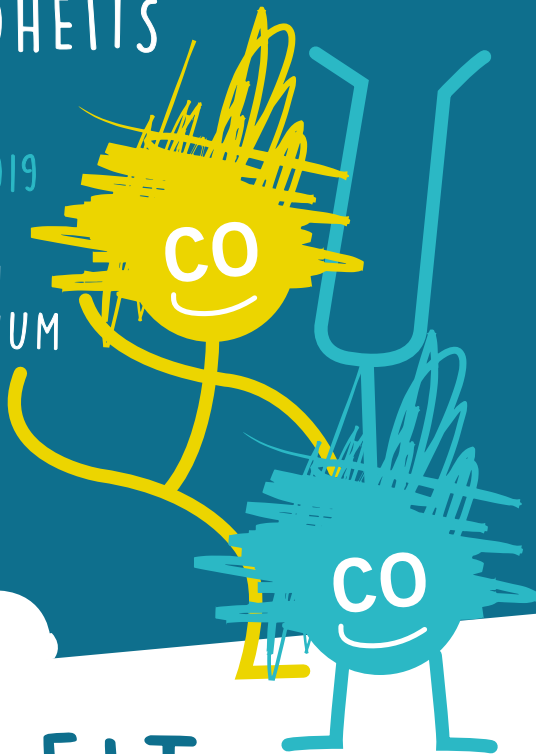


# I. COBURGER KINDER GESUNDHEITS TAG

SA, 06.07.2019  
10-17 UHR

GYMNASIUM  
CASIMIRIANUM



# KID+FIT

# VORWORT

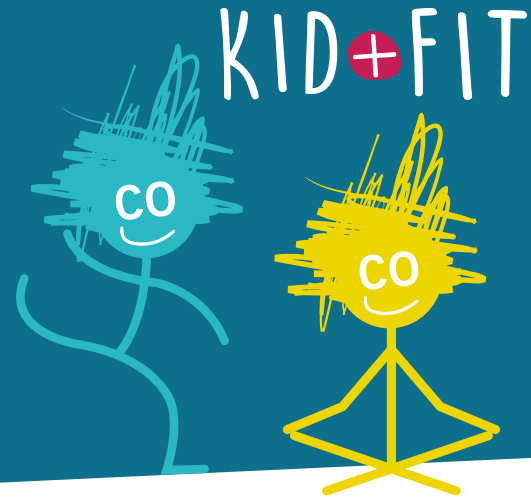
**KID + FIT**, die euch, liebe Kinder, und auch euch, liebe Eltern, durch den **1. Coburger Kindergesundheitstag** begleiten, sind zwei ganz normale Kids in eurem Alter. Sie essen wie viele andere Kinder vielleicht nicht jeden Tag Brokkoli zu Mittag und trinken lieber Apfelschorle statt Tee oder Wasser. Nach der Schule oder im Kindergarten spielen sie Fußball und Verstecken mit ihren Freundinnen und Freunden.

Über ihre eigene Gesundheit machen sich **KID + FIT** kaum Gedanken, das übernehmen ihre Eltern für sie. Die sagen auch, wann ein Arztbesuch ansteht oder der Zahnarzttermin fällig wird. Ihre altersgemäße Entwicklung und die Früherkennung von Erkrankungen ist ihnen noch völlig schnuppe. Hauptsache sie können neue Welten entdecken, Abenteuer bestehen und Spaß haben. Damit sie das alles schaffen, brauchen sie die liebevolle und aufmerksame Begleitung ihrer Familie. Deshalb laden **KID + FIT** alle interessierten Kinder und Eltern zum **1. Coburger Kindergesundheitstag** ein.

Im Gymnasium Casimirianum, das selbst Pilotschule des Projekts „Gute gesunde Schule Bayern“ ist, finden im gesamten Gebäude viele spannende Vorträge, Workshops und vor allem Mitmachangebote statt. Schick' deine Eltern zu tollen Vorträgen über Erziehung, Bildung, Konzentration, Suchtprävention oder „Seelenhilfe“ und teste in der Zwischenzeit deine Zielgenauigkeit und Fitness beim Torwandschießen und beim

Bewegungsparcours in der Turnhalle. Du kannst auch etwas über Wasser und Baderegeln, den richtigen Umgang mit dem Handy und gesunde, zuckerfreie Pausensnacks erfahren.

Weißt du, wie Kinderyoga funktioniert, sich Klangschalen anhören oder wohin dich eine Traumreise führt? Probiere' einfach aus beim **1. Coburger Kindergesundheitstag**. **KID + FIT** freuen sich auf euch! Wer richtig viele Stempel an den verschiedenen Stationen sammelt, auf den wartet beim Presse-Café der Neuen Presse Coburg eine kleine Überraschung.



**10.30 - 11.15**

**30 - 40 Min.**

Gertrud Beck-Schmidtke  
Dipl. Pädagogin und Psychotherapeutin für Kinder und Jugendliche  
„Hört auf eure Kinder zu erziehen, sie machen euch eh alles nach“.

**11.30 - 12.30**

**60 Min.**

ruheraum Coburg  
Nicole Kollarsch  
Konzentration bei Kindern & Jugendlichen.  
Ein interaktiver Vortrag zum Thema Konzentration & Lernen.

**12.30 - 13.15**

**30 - 40 Min.**

Ramona Raab  
Familiensystem und ADHS

**13.30 - 14.30**

**60 Min.**

Institut für innovative Bildung, Bamberg  
Gisa Stich  
Umgang mit Medien und Prävention



**10.30 - 11.30**

**60 Min.**

DGHK – Deutsche Gesellschaft für das hochbegabte Kind  
Claudia Purwins, Sonja Kaesen  
„Besonders begabte Kinder: Erkennen – Verstehen – Unterstützen“

**11.45 - 12.15**

**20 - 30 Min.**

HSC Coburg  
Philipp Barsties  
Bewegung im Alltag. Schulung der Koordination von Hand, Fuß und Auge. Herstellung der Beweglichkeit

**12.15 - 13.00**

**30 - 40 Min.**

Heilpraxis für die Seele  
Ellen Madlener  
MIND TV: hypnoanalytisches, imaginäres, visuelles Arbeiten mit Kindern bei Verhaltensauffälligkeiten oder psychischen Störungen

**13.15 - 14.00**

**30 - 40 Min.**

AOK Bayern - die Gesundheitskasse  
Ulrike Umlauf  
GOODBYE ZUCKER

**14.15 - 15.00**

**45 Min.**

ThermeNatur, Bad Rodach  
Warum ist Schwimmen so wichtig? Alles rund ums Thema Schwimmen, Wasser und Baderegeln.

**10.15- 11.00**

30 - 40 Min.

Lions Club Coburg Veste  
 Sonja Erdel & Dr. Aisha Abuleed  
 Fitipold: Fit ohne Zucker „das Projekt“ und  
 Diabetes mellitus – Fallvorstellung

**11.15 - 13.30**

150 Min.

Kriminalpolizei Coburg -K4- Rauschgiftdelikte  
 KOK Matthias Lange  
 Lega – illegal – alles egal? Fakten zum Thema Sucht,  
 Cannabis und anderen Substanzen.



**10.30 - 11.00 | 11.00 - 11.30 | 11.30 - 12.00** à 20 Min

PowerAuszeit  
 Kathrin Langner  
 BauchBeutelPo® zusammen mit superMamafitness  
*Bequeme Kleidung, barfuß oder mit sauberen Sportschuhen*

**12.00 - 13.00**

60 Min.

Goldweide  
 Christine Busl  
 Traumreise zum Krafttier für Eltern & Kinder

**13.15 - 13.45**

20 - 25 Min.

ruheraum Coburg  
 Nicole Kollarsch  
 Babymassage (Arme & Beine)

**14.30 - 15.15 | 15.15 - 16.00**

à 45 Min.

ErfahrungsReich  
 Christina Hahn  
 Kinderyoga mit Klangschalen

**10.00 - 17.00**

TV 1848  
Bewegungs Parcours

---

**10.00 - 17.00**

HSC  
Torwand werfen

---

**10.00 - 14.00**

BBC  
Körbe werfen

---

**14.15 - 14.45**

**30 Min.**

ruheraum Coburg  
Estefano Marcos Götz  
Life Kinetik für Kinder und Eltern

---

**15.00 - 15.45**

**30 Min.**

ruheraum Coburg  
Estefano Marcos Götz  
Athletik Training für Jugendliche

---



## + AOK Bayern – Die Gesundheitskasse –

---

Wie sich Kinder gesund ernähren  
Wo lauern die Zuckerfallen  
Kinderlebensmittel auf dem Prüfstand

AOK Bayern - Die Gesundheitskasse  
Gärtnersleite 14  
96450 Coburg  
Telefon 09561 720  
[www.aok.de](http://www.aok.de)

## + Apotheke Scheuerfeld

---

Präsentation verschiedener Leistungen wie z.B.  
homöopathische Kinderhausapotheke, Produkte der  
Bahnhof Apotheke Kempten, Wala und Weleda etc.  
MITMACHAKTIONEN:  
Sinnesreise mit allen fünf Sinnen,  
Riechen, Schmecken, Sehen, Fühlen und Hören,  
Zäpfchen-Gießen aus Schokolade

Apotheke Scheuerfeld  
Von-Merklin-Str. 2  
96450 Coburg  
Telefon 09561 33873  
[info@apotheke-scheuerfeld.de](mailto:info@apotheke-scheuerfeld.de)  
[www.apotheke-scheuerfeld.de](http://www.apotheke-scheuerfeld.de)



## + BARMER

---

Volle Kanne gegen Schnupfen, Prävention/ Allergie  
MITMACHAKTIONEN:  
Koordination der Beweglichkeit mit dem Agility Board

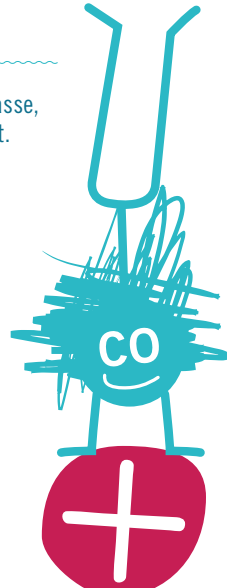
BARMER  
Hintere Kreuzgasse 5  
96450 Coburg  
Telefon 0800 333004202401  
[www.barmer.de](http://www.barmer.de)

## + BKK ProVita – Die Kasse fürs Leben

---

Die BKK ProVita ist eine gesetzliche Krankenkasse,  
die sich für pflanzliche Ernährung stark macht.  
MITMACHAKTIONEN:  
Fühlwand, findet heraus,  
was sich hinter der Wand verbirgt

BKK ProVita  
Münchner Weg 5  
85232 Bergkirchen  
Telefon 08131 6133-2290  
[info@bkk-provita.de](mailto:info@bkk-provita.de)  
[www.bkk-provita.de](http://www.bkk-provita.de)



## + Heilpraktikerin Ramona Raab

---

Spezialisierung als systemischer Coach auf Familien mit ADHS-Hintergrund. Informationen über das Thema "Familiensystem und ADHS". Die Arbeit richtet sich insbesondere an die betroffenen Eltern, um Wege aufzuzeigen, für ein besseres und ruhigeres Familienleben. Denn geht es den Eltern gut, geht es auch den Kindern gut.

Ramona Raab  
Fasanenleite 11  
96479 Weidach  
Telefon 0176 43893564

## + Institut für innovative Bildung e.V.

---

Präsentation der einzelnen Projekte des Vereins und seine Arbeit zu verschiedenen Themen wie zum Beispiel Sexualerziehung und Prävention.

Institut für Innovative Bildung e.V.  
Jäckstr. 27  
96052 Bamberg  
Telefon 0951 18077300  
[www.innovative-bildung.de](http://www.innovative-bildung.de)

## + Optik Busch

---

Durchführen von Computer- und Führerscheinsehtest. Informationen über Kurzsichtigkeit und Winkelfehlsichtigkeit bei Kindern – was Eltern darüber wissen müssen und was man dagegen tun kann. Wie kann man seine Augen am Bildschirm schützen.

Optik Busch  
Steinweg 18  
96450 Coburg  
Telefon 09561 90656  
[info@optik-busch.de](mailto:info@optik-busch.de)  
[www.optik-busch.de](http://www.optik-busch.de)

## + REGIOMED-KLINIKEN GmbH

---

Das Unternehmen REGIOMED stellt sich und die Kinderklinik des REGIOMED Klinikums Coburg vor, informiert zum Thema Nachsorge und präsentiert die staatlich geförderten Programme „Harle.e.kin“ und „Bunter Kreis“.

**MITMACHAKTIONEN:**  
Basteln von Anti-Stress-Bällen für Kinder und Eltern

REGIOMED Klinikum Coburg  
Ketschendorfer Straße 33  
96450 Coburg  
Telefon 09561 22-0  
[www.regiomed-kliniken.de](http://www.regiomed-kliniken.de)

## + BRK-Bereitschaftsjugend Coburg

---

Erste Hilfe für Kinder und am Kind  
MITMACHAKTIONEN: Glücksrad und Infostand

BRK-Bereitschaftsjugend Coburg  
Sally-Ehrlicher-Str. 16, 96450 Coburg  
[www.brk-bereitschaft-coburg.org/bereitschaftsjugend](http://www.brk-bereitschaft-coburg.org/bereitschaftsjugend)

## + Heilpraxis für die Seele Ellen Madlener

---

Infos rund um die Arbeit mit Kindern im alternativen, psychotherapeutischen Bereich. Infomaterial zum Thema Mind TV

Heilpraxis für die Seele Ellen Madlener  
Hohenstein 1 (Schloß Hohenstein), 96482 Ahorn  
Telefon 0160 96967925, [www.ellen-coacht-kids.de](http://www.ellen-coacht-kids.de)

## + ASCOLINO

---

ASCOLINO - Bilingualer Kindergarten für Coburg.  
Zum neuen Kindergartenjahr startet mit ASCOLINO ein neues Kindergartenkonzept in der Region Coburg.

ASCOLINO Bilingualer Kindergarten Coburg  
Der ASCO-Schulen-Gruppe gemeinnützige GmbH  
Oberer Bürglaß 21, 96450 Coburg  
Telefon 09561 92663, [www.ascolino.de](http://www.ascolino.de)

## + ruheraum Coburg

---

Lern- und Prüfungscoaching für Kinder und Teens  
Präventionskurse für Kinder, Jugendliche + (Erwachsene)  
Entspannungs- & Konzentrationstraining  
Life Kinetik

ruheraum Coburg  
Löwenstr. 21, 96450 Coburg  
Telefon 0151 5238182  
[post@ruheraum-coburg.de](mailto:post@ruheraum-coburg.de)  
[www.ruheraum-coburg.de](http://www.ruheraum-coburg.de)

## + Gymnasium Casimirianum

---

Ein Gymnasium stellt sich und seine Projekte vor. Erfolgreiches Konzept Life Kinetik an der Schule: Mitmachen, Spaß haben und gleichzeitig Konzentration und Aufmerksamkeit im Alltag fördern.

Gymnasium Casimirianum Coburg  
Gymnasiumsgasse 2-4, 96450 Coburg  
Telefon 09561 89-4300  
[mail@casimirianum.coburg.de](mailto:mail@casimirianum.coburg.de)  
[www.casimirianum.de](http://www.casimirianum.de)



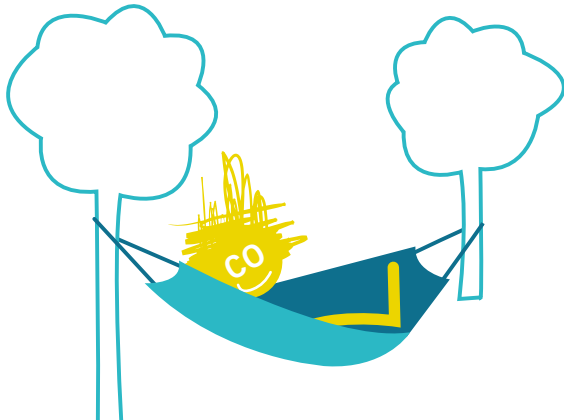


## + Goldweide Christine Busl

---

Goldweide-Geistheilerin, Schamanin, Engelmedium.  
Vorstellung der Seminare und Veranstaltungen. Aus-  
stellung von Rasseln, Trommeln und Traumfängern.  
Räucherwaren, evtl. auch zum Mischen für die Kinder

Goldweide  
Christine Busl  
Eisfelder Str. 15  
96486 Lautertal  
Telefon 09566 8079940  
post@schwarze-weide.de  
www.schwarze-weide.de



## + „Bündnis Coburg – Die Familienstadt und Demografie“

---

Gemäß dem Motto „Zusammen kommen wir weiter“ ist es Ziel des Bündnisses, Coburg als Wohn-, Lebens- und Arbeitsort zunehmend attraktiver für Familien zu gestalten. Schwerpunkte sind die Vereinbarkeit von Beruf und Familie, Betreuung, Bildung und Erziehung, Freizeit und Kultur und das Wohnen und Leben – Miteinander der Generationen. Gerne stehen wir Ihnen für Fragen und Informationen zur Verfügung!

Markt 1  
96450 Coburg  
Telefon 09561 89 2014  
www.coburg.de/familie

## + Lions Club Coburg Veste

---

Projekt: Fitipold – Fit ohne Zucker  
Ungesunde Ernährung und zu wenig Bewegung fördern Stoffwechselerkrankungen wie Diabetes schon im Kindesalter. Daher bekommt der Lesipold einen Bruder: Fitipold, den die Frage beschäftigt, wie ich einen gesunden Stoffwechsel erhalte und Krankheiten vorbeuge.

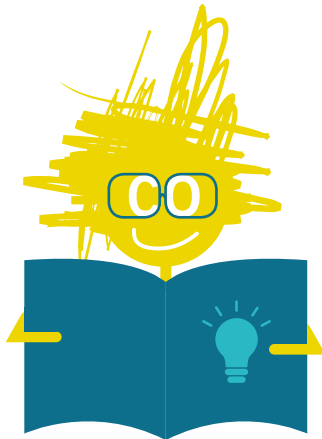
Lions Club Coburg Veste, c/o Kanzlei Linse  
Rosenauerstr. 22  
96450 Coburg  
Telefon 09561 860180  
www.lions-club-coburgveste.de

⊕ **DGhK RV Bayern e.V.**

Deutsche Gesellschaft für das hochbegabte Kind –  
Regionalverein Bayer e.V.

Der Verein wurde 1978 von Lehrern und Wissenschaftlern gegründet, mittlerweile gehören der Gesellschaft über 3000 Mitglieder in Form einer Familie oder Schule an. In Coburg gibt es seit 2 Jahren eine Elterngruppe des Regional Vereins. Diese veranstaltet regelmäßige Treffen für Eltern, Erzieher und Lehrer, darüber hinaus werden Aktionen für Kinder und Familien (Spielenachmittag, Ausflüge, Museumsbesuche) organisiert.

DGhK RV Bayern e.V.  
Dietmar Pongratz Coburg  
Dollmannstr. 4  
81541 München  
coburg@dghk-bayern.de  
www.dghk-bayern.de



⊕ **BBC COBURG Spielbetriebs GmbH**

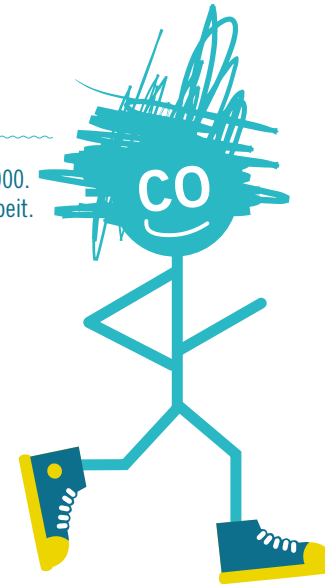
In der Zeit von 10.00 bis 14.00 Uhr darf sich jeder  
beim Körbe werfen beweisen.

BBC COBURG Spielbetriebs GmbH  
Karchestr. 2  
96450 Coburg  
Telefon 09561 7088782  
www.bbc-coburg.de

⊕ **HSC Coburg e.V.**

Kinder und Jugendarbeit beim HSC 2000.  
Vorstellung des Vereins und seiner Arbeit.

HSC Coburg e.V.  
Seifartshofstr. 21  
96450 Coburg  
Telefon 09561 7318500  
geschaeftsstelle@HSC2000.de  
www.hsc2000.de



## + TV 1848 Coburg

Der TV 1848 stellt sich und seine Abteilungen vor.

TV 1848 Coburg  
Rosenauerstr. 43 a  
96450 Coburg  
Telefon 09561 95269  
www.tv1848coburg.de

## + Power Auszeit

Ob mit Kind in einer sporttauglichen Trage oder Spielen auf dem Boden, bei den Indoor-Kursen sind die Kleinen einfach dabei. Durch gezielte Übungen wird das Herz / Kreislaufsystem in Schwung gebracht, die Ausdauer erhöht und somit auch die Belastbarkeit für den Alltag. Die Muskulatur wird gekräftigt, denn die Schwangerschaft hat dem Körper und vor allem der Bauch- und Beckenbodenmuskulatur einiges abverlangt. Der Körper wird geformt, Pfunde purzeln und das Wohlbefinden gesteigert.

PowerAuszeit  
Kathrin Langner  
Gewerbering 2  
96253 Untersiemaun  
powerauszeit@gmx.de  
www.powerauszeit.de

## + ErfahrungsReich

Kinder in Balance - mit Kinderyoga ausgeglichen und gesund ins Leben starten. Leistungsdruck, Stress und hohe Erwartungshaltungen sind heutzutage im (Schul)Alltag unserer Kinder die Regel. Kinderyoga schafft körperlich als auch geistig Ausgleich und lehrt unsere Kids eine gesunde Balance zwischen Aktivität und tiefer Entspannung.

ErfahrungsReich  
Christina Hahn  
Oberer Bürglaß 29a  
96450 Coburg  
Telefon 0171 20 63 689  
info@erfahrungsreich.de  
www.meinerfahrungsreich.de

## + Sportshouse Coburg

Das Sportshouse stellt sich und seine Kinderkurse vor.  
MITMACHAKTION:  
Cardio Scan (Stresstest) und Glitzertattoos

Sportshouse GmbH  
Brückenstr. 6  
96472 Rödental  
Telefon 09563 752550  
info@sportshouse.gmbh  
www.sportshouse-roedental.de

# 13. COBURGER GESUNDHEITSTAG

am Sonntag, 8. März 2020,  
9.30 - 17.00 Uhr

im Kongresshaus Rosengarten



Bitte vor-  
merken!

Gesundheits- und Wellnessmesse  
Infostände und Mitmachangebote  
Fachvorträge, Verlosung mit vielen  
attraktiven Preisen



Eintritt frei

powered by



## DANKE SCHÖN!

Das City- und Eventmanagement von Coburg Marketing bedankt sich sehr herzlich bei Sponsoren, Spendern, Institutionen, Ämtern, Vereinen, Händlern und Privatpersonen, die **KID + FIT** unterstützen und möglich machen.



multicolor 

  
Frischecenter  
Wagner

Neue Presse

## COBURG MARKETING

Andrea Kerby-Schindler

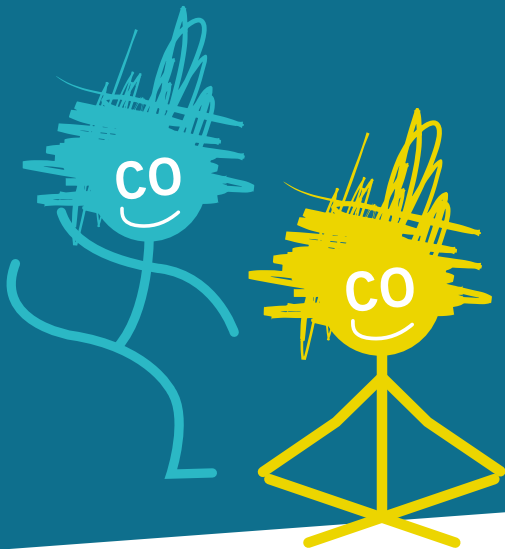
City- und Eventmanagement

Herrngasse 4

96450 Coburg

Telefon 0049 (0)9561 89-2338

[www.coburgmarketing.de](http://www.coburgmarketing.de)



Grafik-Design: ursula-noack.de

Initiative und Organisation:  
Coburg Marketing

