



«fit4future» Informationsflyer für Eltern

# Kinder sind Zukunft



Über das Projekt

## Engagement mit Herzblut

### Geschätzte Eltern

Wir alle möchten gesund sein und es möglichst lange bleiben. Das Fundament dafür wird in der Kindheit gelegt. Deshalb engagiert sich die Cleven-Stiftung seit 2005 mit ihrem Programm «fit4future» kostenlos für Gesundheits- und Bewegungsförderung an Schweizer Primarschulen.

«fit4future» wird von Fachleuten begleitet und stetig weiterentwickelt. Das spielerische Programm zu den Themen Bewegung, Ernährung und Brainfitness gilt unter Experten als nachhaltig und hochwertig.

Über 800 Schulen sowie deren Kinder, Eltern und Lehrpersonen profitieren kostenlos von der Initiative. Auch die Schule Ihres Kindes nimmt bei «fit4future» teil und macht sich für Gesundheitsförderung stark. Werfen Sie einen Blick auf das vielfältige Angebot.

**Viel Spass mit «fit4future»!**  
**Das Team der Cleven-Stiftung**

«fit4future» – ein Projekt  
der Cleven-Stiftung

Ruessenstrasse 6  
6341 Baar

T 041 766 63 83  
F 041 766 63 70

[www.fit-4-future.ch](http://www.fit-4-future.ch)  
[info@fit-4-future.ch](mailto:info@fit-4-future.ch)



Das Angebot

## Das Projekt im Detail

### Für Kinder:

- ◆ **Spielerische Kartensets** Beliebte Abwechslung für Unterricht und Pause
- ◆ **Spieltonne und Brainbox** Bewegte Action für Pause und Klassenzimmer
- ◆ **Workshops** Spielerischer Parcours fürs ganze Schulhaus
- ◆ **«Activity Days»** Klassen-Exkursion zu coolen Sportarten und spannenden Spielen
- ◆ **«Snow Days 4 Kids»** Unvergesslicher Klassentag im Schnee
- ◆ **Kochkurse** Im Schulzimmer unter Anleitung einer Fachperson Zmittag kochen

### Für Eltern:

- ◆ **Elternbroschüren** mit wertvollen Inputs für den gesunden Alltag zu den Themen Bewegung, Ernährung und Brainfitness
- ◆ **Elternabende** mit Fachpersonen für alle, denen die Gesundheit ihres Kindes am Herzen liegt

### Für Lehrpersonen:

- ◆ **Lehrerbroschüren** mit wertvollen Inputs für den Unterricht
- ◆ **Kick Off** an der Schule fürs ganze Lehrerteam
- ◆ **Weiterbildungen** von Fachreferenten mit Tipps für den Schulalltag
- ◆ **Lehrer-Workshops** im Schulhaus fürs ganze Kollegium

### Aus der «fit4future»- Spieltonne:



Moonhopper



Diabolo



Scoop-Spiel



Mobi



Springseil



Hula-Hoop



Tennis



Alle diese Angebote können von den Lehrpersonen Ihrer Schule kostenlos bestellt werden. Weitere Infos:

[www.fit-4-future.ch](http://www.fit-4-future.ch)



Zu den Eckdaten

## fit4future in Zahlen

- ◆ **160'000** von insgesamt **450'000 Primarschulkindern** machen bei «fit4future» mit
- ◆ Über **830 Primarschulen** sind bei «fit4future» dabei
- ◆ Jedes Jahr kommen **50 neue Schulen** dazu
- ◆ Das Projekt ist dreisprachig und in allen **26 Kantonen** präsent
- ◆ Die drei «fit4future»-Themen: **Bewegung, Ernährung, Brainfitness**
- ◆ «fit4future» organisiert **350 Veranstaltungen pro Jahr**
- ◆ Die **Teilnahme kostet** eine Schule **0 Franken**
- ◆ Eine Schule verpflichtet sich für **drei Jahre**
- ◆ **96 Prozent** der Schulen verlängern ihre **Partnerschaft**

Herzlichen Dank unseren Partnern, deren finanzielle Unterstützung das Projekt überhaupt erst möglich macht:

Hauptsponsor



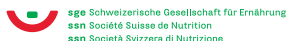
Partner



Stiftungspartner



Fachliche Partner





«fit4future» Sportcamps

## Ferien mit Bewegung und Spass

Die «fit4future» Sportcamps bieten Primarschulkindern in der Ferienzeit eine bewegte und sozial wertvolle Zeit mit Gleichaltrigen.

Spezialisten zahlreicher Verbände und -vereine bieten jeden Tag ein buntes Programm mit verschiedenen Sportarten.

Eine Sportcamp-Woche inklusive Verpflegung und Ganztagesbetreuung kostet CHF 250.– pro Teilnehmer (Geschwisterabbatt).

### Ausstragungsstädte:

- ◆ **Sportferien:** Chur
- ◆ **Frühlingsferien:** Bern, St. Gallen
- ◆ **Sommerferien:** Chur, Solothurn, Zürich, Luzern, Zug
- ◆ **Herbstferien:** Basel, Bern, Zug, Lausanne

Anmeldung und Information: [www.fit4future-camps.ch](http://www.fit4future-camps.ch)

**JETZT  
ANMELDEN!**

[www.fit4future-camps.ch](http://www.fit4future-camps.ch)



**SNOW 4 FREE**  
POWERED BY BERNHARD RUSSI

«snow4free»

## «Alle Kinder in den Schnee»

«snow4free» bringt Kinder zwischen 9 und 13 Jahren an 4 schulfreien Mittwochnachmittagen im Januar auf den Schnee und gibt ihnen die Möglichkeit, Wintersport kostenlos zu erleben. Ausrüstung, Transport, Halbtageskarte und Skischule: Alles ist dabei!

### Austragungsstädte:

Bern, Bulle, Fribourg, Lausanne, Luzern, Morges,  
St-Prex, St. Gallen, Winterthur, Zürich

Anmeldung und  
Information:  
[www.snow4free.ch](http://www.snow4free.ch)

