

Eine Aktionswoche zum Thema Gesundheit, veranstaltet vom Netzwerk „Jugend und Soziales Borkheide / Borkwalde“.

mit freundlicher Unterstützung von:

- Gemeinde Borkwalde
- Gemeinde Borkheide
- KiTa Borkheide
- KiTa Borkwalde
- DLRG Borkheide
- Borkheider Sportverein 90 e.V.
- Hans-Grade-Grundschule
- Schulförderverein
- Familienbildungsbudget LK PM
- Naturheilpraxis Heide Müller
- DKMS
- WaldRaum Borkheide
- BARMER GEK
- Wirbelsäulenverein Borkheide e.V.
- nachhaltiggesund - Kaya Triebler
- Amt Brück
- Stiftung JOB
- Netzwerk Gesunde Kinder

Adressen:

Hans Grade Grundschule  
Georg-Rothgießer-Str. 1  
14822 Borkheide

Kita Borkheide  
Beelitzer Str. 62-64

Kita Borkwalde  
Lehniner Str. 41

Gemeindehaus Borkheide /  
Familienzentrum BH / BW  
Kirchanger 3

Jugendraum Borkwalde  
Lehniner Str. 22

WaldRaum Borkheide  
Neuendorfer Str. 17

# Gesundheitswoche 2023

vom 23.09. bis 29.09



Illustration: Manuela Riemer



# Gesundheitswoche 2023

„Wenn du erkennst, dass es dir an nichts fehlt, gehört dir die ganze Welt.“ (Laotse)

vom 23.09. bis 29.09.

Samstag 22.09.	Montag 25.09.	Dienstag 26.09.	Mittwoch 27.09.	Donnerstag 28.09.	Freitag 29.09.
<b>Sport- und Familiensamstag</b> <ul style="list-style-type: none"><li>• <b>Spendenlauf</b> Ort: Sportplatz Zeit: 10:00 - 10:30</li><li>• <b>Sportabzeichen (BSV 90)</b> Ort: Sportplatz Zeit: 11:00-14:00</li><li>• <b>Bogenstand (BSV 90)</b> Ort: Schulhof Zeit: 11:00 - 14:00</li><li>• <b>Versorgung</b> Grillgut (BSV 90), Kaffee und Kuchen, Gebäck (Hans-Grade-Grundschule Borkheide) Obst- und Gemüsespieße (Frau Pültz) Zeit: 10:00</li><li>• <b>Bastelstand - Fliesen bemalen</b> (Familienzentrum, Stiftung JOB) Ort: Schulhof, Zeit: 11:00</li><li>• <b>Hafer2Go</b> (Netzwerk Gesunde Kinder) Ort: Schulhof, Zeit: 11:00</li><li>• <b>Stammzellenregistrierung</b> (DKMS) Ort: ITBA, Zeit: 11:00 - 15:00</li><li>• <b>Talentefest</b> Ort: Schulhof Zeit: 13:00</li><li>• <b>Pois selber bauen, Workshop mit Hoop, Poi, Jonglage</b> (Fireflies, BSV 90) Ort: Schulhof Zeit: 11:00-14:00</li></ul>	<b>6. Klassen bereiten gesundes Frühstück für Flexklassen zu</b> (Hans-Grade-Grundschule Borkheide)  <b>Yoga für Familien</b> (Heide Müller) Ort: Turnhalle Zeit: 15:30 - 16:30  <b>Training Fireflies Kids</b> (BSV 90) Anfänger Ort: Sportplatz Zeit: 16:30 - 17:15  <b>Training Fireflies Kids</b> (BSV 90) Fortgeschrittene Ort: Sportplatz Zeit: 17:15 - 18:00  <b>Training Fireflies</b> (BSV 90) Ort: Sportplatz Zeit: 18:00 - 20:00  <b>Blutdruck senken - alltagstaugliche Tipps</b> (Kaya Triebler-nachhaltiggesund) Ort: Gemeindezentrum Zeit: 17:00 - 18:30	<b>6. Klassen bereiten gesundes Frühstück für Flexklassen zu</b> (Hans-Grade-Grundschule Borkheide)  <b>1. Hilfe für Kinder</b> (DLRG Ortsgruppe Borkheide e.V.) Ort: KiTa Borkheide Zeit: 8:00 - 11:30  <b>Spielenachmittag mit Kaffeeklatsch für Senior:innen</b> (BSV 90 & Familienzentrum, Stiftung JOB) Ort: Gemeindehaus Zeit: 14:00 - 16:00  <b>Kinderturnen</b> (Familienzentrum, Stiftung JOB und BSV 90) Ort: Turnhalle Zeit: 16:00 - 17:00  <b>Fitness für Damen</b> €(BSV 90) Ort: Turnhalle Zeit: 19:00 - 20:00  <b>Linedance Crazy Borkys</b> (BSV 90) Ort: Vereinsheim Zeit: 19:00 - 21:00	<b>Seniorenfrühstück</b> (SaS, Stiftung JOB) Anmeldung bei Frau Klos, Tel.: 0176 10281891 Ort: Schule Zeit: 9:00 - 11:00  <b>Gesunde Ernährung und gemeinsames Kochen</b> Ort: KiTa Borkwalde Zeit 11:00 - 13:00  <b>Ausflug der 6. Klasse in den Jugendraum Borkwalde</b> (mobile Jugendarbeit, Stiftung JOB) Workshop Jugendbeteiligung, gemeinsames Kochen Zeit: 10:00 - 14:00 Uhr  <b>Wirbelsäulengymnastik</b> (Wirbelsäulenverein) Ort: Turnhalle Grundschule Zeit: 17:00 - 20:00  <b>Linedance Schnupperstunde</b> (BSV) Ort: Vereinsheim BSV 90 Zeit: 20:00 - 21:00  <b>Gesundheitssport</b> (BSV 90 - John Peter) Zeit: 20:00 - 21:00 Ort: Turnhalle Grundschule	<b>1. Hilfe für Kinder</b> (DLRG Ortsgruppe Borkheide e.V.) Ort: KiTa Borkwalde Zeit: 8:00 - 11:30  <b>Ausflug der 6. Klasse in den Jugendraum Borkwalde</b> (mobile Jugendarbeit, Stiftung JOB) Workshop Jugendbeteiligung, gemeinsames Kochen Zeit: 10:00 - 14:00 Uhr  <b>Entspannungs - Yogastunde</b> (Kaya Triebler-nachhaltiggesund) Ort: Turnhalle Zeit: 17:00 - 18:00  <b>Nähprojekt für die Hämatologie / Onkologie - Mützen</b> (Familienzentrum, Stiftung JOB) Ort: ITBA Borkheide Zeit: 16:00 - 19:00 Anmeldung bei Marlies Biniok, Tel.: 0176 10049825	<b>Vorlesen in der Grundschule</b> Zeit: 8:00 Ort: Schule  <b>Drachenfest</b> Ort: Flugfeld Borkheide Zeit: ab 15:00  • <b>Großfeldschach, Discgolf, Musik</b> , (Mobile Jugendarbeit, Stiftung JOB)  • <b>Hula Hoops selber bauen, Workshop Hoop, Poi und Jonglage</b> (Fireflies, BSV 90)  • <b>Kaffee, Waffeln</b> (Ines Renner)  • <b>Mini-Olympiade</b> (Familienzentrum, Stiftung JOB )  <b>Badminton Schnupperstunde</b> (BSV 90) Ort: Turnhalle Grundschule Zeit: 18:30 - 21:30  <b>Kulinarische Live-Session</b> (WaldRaum Borkheide) Ort: WaldRaum Zeit: 18:00

Marlies Biniok, Familienzentrum - Stiftung JOB  
Fon: 0176 10049825  
eMail: fz.bh-bw@stiftung-job.de

Wenke Hanack, Jugendkoordinatorin - Amt Brück  
Fon: 033844 62 155  
eMail: W.Hanack@amt-brueck.de

Julia Klos, SaS - Stiftung JOB  
Fon: 0176 10281891  
eMail: sas.gs-borkheide@stiftung-job.de

Stephan Güthoff, MJA - Stiftung JOB Fon: 0176 10049834  
Felicia Matthes, MJA - Stiftung JOB Fon: 01637760372  
eMail: mja.bh-bw@stiftung-job.de