

Gesund sind wir stark!
Sağlıklı daha güçlüyüz!
Здоровье придаёт силу!



Kurs „Gesundheitsberaterin im Falkenhagener Feld!“ – Information für Teilnehmer

<p>Was passiert im Kurs zum/zur Gesundheitsberater/in „Gesund sind wir stark!“?</p>	<p>Sie werden als Gesundheitsberater/in für den Stadtteil Falkenhagener Feld qualifiziert. Anschließend geben Sie Ihr Wissen an Freunde und Verwandte weiter. Sie können Ihr Wissen in Kitas und Schulen im Stadtteil und in Stadtteiltreffs weitergeben. Ziel des Projekts ist, dass die Menschen im Stadtteil mehr über gesunde Ernährung und Bewegung wissen. Ihre Kinder und die Kinder des Stadtteils sollen von Anfang an gesund aufwachsen. Ausreichend Bewegung und gutes Essen gehören dazu. Gesund-Sein macht stark!</p>
<p>Von wann bis wann geht der Kurs? Wo findet er statt?</p>	<p>Der Kurs läuft vom 8.4. bis 29.5.2013, an einem bis drei Vormittagen pro Woche (insgesamt 13 Vormittage), jeweils von 9.30 bis 13.30 Uhr.</p> <p>Der Kurs findet im Stadtteil Falkenhagener Feld statt. Der genaue Kursort wird noch bekannt gegeben.</p>
<p>Was sind die Kursinhalte?</p>	<p>Gesunde Ernährung für Schwangere, Säuglinge und Kinder, junge Eltern und Menschen jeden Alters, Vorbeugung von Übergewicht; Bewegung in der Schwangerschaft; Spielzeug und Bewegungsförderung für Kinder von 0 Jahren an; Bewegung für Erwachsene und ältere Menschen; Entspannungsübungen für Kinder und Erwachsene; kompetent beraten.</p>
<p>Kostet das etwas?</p>	<p>Der Kurs ist kostenlos (er wird mit Mitteln für den Aktionsraum plus Spandau-Mitte finanziert, die fachliche Begleitung hat das Bezirksamt Spandau, Abteilung Soziales und Gesundheit, Planung und Koordinierung Gesundheitsförderung inne).</p>

Gefördert durch:



aufgrund eines Beschlusses
des Deutschen Bundestages

Projekträger: ZAGG GmbH, Kantstraße 72, 10627 Berlin, www.zagg.de



Impuls für eine lebenswerte Stadt





Muss ich für die Qualifizierung sehr gut Deutsch sprechen, lesen oder schreiben können?	Nein. Die Teilnehmer sollten Deutsch lesen und verstehen, müssen es aber nicht perfekt sprechen oder schreiben können. Gerade, wenn Sie eine andere Sprache als Deutsch gut sprechen, brauchen wir Sie im Kurs. Die Teilnehmer helfen sich bei Sprachproblemen gegenseitig.
Welchen Nutzen hat die Qualifizierung für mich?	Sie erwerben Wissen über eine gesunde Ernährung und über Bewegung für Ihren Alltag. Sie können Ihr Wissen für Ihre eigene Familie nutzen. Dann können Sie Ihr Wissen an Nachbarn, Freunde und Verwandte weitergeben. Das stärkt Ihre Position in der Nachbarschaft und im Freundes- und Verwandtschaftskreis. Sie haben die Möglichkeit, in Stadtteiltreffs mitzuarbeiten. Sie verrichten eine sinnvolle Aufgabe, die viel Spaß macht. Ihre Tätigkeit ist sehr wichtig für den Stadtteil Falkenhagener Feld. Die Beratung ist in der Regel ehrenamtlich, aus einer ehrenamtlichen Tätigkeit können sich weitere berufliche Perspektiven ergeben.
Welchen Abschluss erwerbe ich?	Sie erhalten ein Teilnahmezertifikat als „Gesundheitsberater/in im Stadtteil Falkenhagener Feld“. Auf dem Zertifikat sind Kursinhalte und -dauer dokumentiert. Sie können das Zertifikat bei Bewerbungen nutzen.
Wie häufig darf ich fehlen?	Mit der Kursanmeldung verpflichten Sie sich zur regelmäßigen Teilnahme. Von den 13 Vormittagen darf maximal an drei gefehlt werden. Sonst können wir Ihnen kein Zertifikat ausstellen.
Schaffe ich das, als Beraterin ehrenamtlich tätig zu sein?	Bei Ihren ersten Schritten in der Praxis stehen wir Ihnen mit Rat und Tat zur Seite. Sie können gemeinsam mit einer Kollegin/einem Kollegen aus dem Kurs Angebote machen. Im Anschluss an den Kurs laden wir Sie weiterhin zu regelmäßigen Treffen ein.
Wo kann ich Fragen stellen und mich anmelden?	Ihre Fragen beantwortet das Zentrum für angewandte Gesundheitsförderung und Gesundheitswissenschaften (kurz: ZAGG GmbH), Stephanie Wetzels, Tel. 306 956 56 und 306 956 20. Außerdem können Sie sich bei einem Stadtteiltreff Ihres Vertrauens melden und Ihre Fragen stellen. Sie werden dann von uns zurückgerufen.

Gefördert durch:



Bundesministerium
für Verkehr, Bau
und Stadtentwicklung

aufgrund eines Beschlusses

Projektträger: ZAGG GmbH, Kantstraße 72, 10627 Berlin, www.zagg.de



Aktionsräume **plus**

Impuls für eine lebenswerte Stadt

