

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.

Sport- und Familiensamstag

- **Spendenlauf**
Ort: Sportplatz
Zeit: 10:00 - 10:30
- **Sportabzeichen (BSV 90)**
Ort: Sportplatz
Zeit: 11:00-14:00
- **Bogenstand (BSV 90)**
Ort: Schulhof
Zeit: 11:00 - 14:00
- **Versorgung**
Grillgut (BSV 90), Kaffee und Kuchen, Gebäck (Hans-Grade-Grundschule Borkheide)
Obst- und Gemüsespieße (Frau Pültz) Zeit: 10:00
- **Bastelstand - Fliesen bemalen**
(Familienzentrum, Stiftung JOB)
Ort: Schulhof, Zeit: 11:00
- **Hafer2Go**
(Netzwerk Gesunde Kinder)
Ort: Schulhof, Zeit: 11:00
- **Stammzellenregistrierung**
(DKMS)
Ort: ITBA, Zeit: 11:00 - 15:00
- **Talentefest**
Ort: Schulhof
Zeit: 13:00
- **Pois selber bauen, Workshop mit Hoop, Poi, Jonglage**
(Fireflies, BSV 90)
Ort: Schulhof
Zeit: 11:00-14:00

6. Klassen bereiten gesundes Frühstück für Flexklassen zu
(Hans-Grade-Grundschule Borkheide)

Yoga für Familien (Heide Müller)
Ort: Turnhalle
Zeit: 15:30 - 16:30

Training Fireflies Kids (BSV 90)
Anfänger
Ort: Sportplatz
Zeit: 16:30 - 17:15

Training Fireflies Kids (BSV 90)
Fortgeschrittene
Ort: Sportplatz
Zeit: 17:15 - 18:00

Training Fireflies (BSV 90)
Ort: Sportplatz
Zeit: 18:00 - 20:00

Blutdruck senken - alltagstaugliche Tipps
(Kaya Triebler-nachhaltiggesund)
Ort: Gemeindezentrum
Zeit: 17:00 - 18:30

6. Klassen bereiten gesundes Frühstück für Flexklassen zu
(Hans-Grade-Grundschule Borkheide)

1. Hilfe für Kinder
(DLRG Ortsgruppe Borkheide e.V.)
Ort: KiTa Borkheide
Zeit: 8:00 - 11:30

Spielenachmittag mit Kaffeeklatsch für Senior:innen
(BSV 90 & Familienzentrum, Stiftung JOB)
Ort: Gemeindehaus
Zeit: 14:00 - 16:00

Kinderturnen
(Familienzentrum, Stiftung JOB und BSV 90)
Ort: Turnhalle
Zeit: 16:00 - 17:00

Fitness für Damen
€(BSV 90)
Ort: Turnhalle
Zeit: 19:00 - 20:00

Linedance Crazy Borkys
(BSV 90)
Ort: Vereinsheim
Zeit: 19:00 - 21:00

Seniorenfrühstück (SaS, Stiftung JOB)
Anmeldung bei Frau Klos,
Tel.: 0176 10281891
Ort: Schule
Zeit: 9:00 - 11:00

Gesunde Ernährung und gemeinsames Kochen
Ort: KiTa Borkwalde
Zeit 11:00 - 13:00

Ausflug der 6. Klasse in den Jugendraum Borkwalde
(mobile Jugendarbeit, Stiftung JOB)
Workshop Jugendbeteiligung, gemeinsames Kochen
Zeit: 10:00 - 14:00 Uhr

Wirbelsäulengymnastik
(Wirbelsäulenverein)
Ort: Turnhalle Grundschule
Zeit: 17:00 - 20:00

Linedance Schnupperstunde
(BSV)
Ort: Vereinsheim BSV 90
Zeit: 20:00 - 21:00

Gesundheitssport (BSV 90 - John Peter)
Zeit: 20:00 - 21:00
Ort: Turnhalle Grundschule

1. Hilfe für Kinder
(DLRG Ortsgruppe Borkheide e.V.)
Ort: KiTa Borkwalde
Zeit: 8:00 - 11:30

Ausflug der 6. Klasse in den Jugendraum Borkwalde
(mobile Jugendarbeit, Stiftung JOB)
Workshop Jugendbeteiligung, gemeinsames Kochen
Zeit: 10:00 - 14:00 Uhr

Entspannungs - Yogastunde
(Kaya Triebler-nachhaltiggesund)
Ort: Turnhalle
Zeit: 17:00 - 18:00

Nähprojekt für die Hämatologie / Onkologie - Mützen
(Familienzentrum, Stiftung JOB)
Ort: ITBA Borkheide
Zeit: 16:00 - 19:00
Anmeldung bei Marlies Biniok,
Tel.: 0176 10049825

Vorlesen in der Grundschule
Zeit: 8:00 Ort: Schule

Drachenfest
Ort: Flugfeld Borkheide
Zeit: ab 15:00

• **Großfeldschach, Discgolf, Musik**, (Mobile Jugendarbeit, Stiftung JOB)

• **Hula Hoops selber bauen, Workshop Hoop, Poi und Jonglage** (Fireflies, BSV 90)

• **Kaffee, Waffeln**
(Ines Renner)

• **Mini-Olympiade**
(Familienzentrum, Stiftung JOB)

Badminton Schnupperstunde
(BSV 90)
Ort: Turnhalle Grundschule
Zeit: 18:30 - 21:30

Kulinarische Live-Session
(WaldRaum Borkheide)
Ort: WaldRaum
Zeit: 18:00