



- **Lernförderung durch Bewegung und Sinneswahrnehmung**
- **Erlebnispädagogik, Gesundheitsförderung und Prävention**

Ein Pilotprojekt des Vereins **aktivgesund** in Zusammenarbeit mit der Primar- und Realschule Arni, unterstützt durch Bund und Kanton Bern im Rahmen der Regionalpolitik.

Wie wollen wir bewegen?

- **Unser vielseitiges Angebot richtet sich an die Altersstufen vom Kindergarten bis zur 9. Klasse. Die wichtigen Themen Gesundheitsförderung und Prävention werden stufengerecht behandelt.**
- **Unsere Dienstleistungen werden auf die individuellen Wünsche und Bedürfnisse der einzelnen Schulen abgestimmt.**

Einfache, wirksame Übungen lassen sich leicht in den Schulalltag integrieren und ermöglichen dadurch:

- **Herstellung des inneren Gleichgewichts**
- **spielerisches, effizientes Lernen**
- **Aufmerksamkeit und Konzentration**

Unser Leitsatz

Schule motiviert die Kinder, subtile Themen mit allen Sinnen zu erleben und das Vertrauen in die eigenen (Lern)Kräfte zu stärken.



Beispiele einer bewegten, berührenden Schulstunde

- **Die schräge Anatomiestunde**
Unsere Organe, Körperfunktionen und die dahinterstehenden psychischen Aspekte (nach Dr. med. Rüdiger Dahlke) werden unkonventionell erklärt
- **Workshops rund ums Thema Märchen**
Märchen können vielseitig eingesetzt werden, zu Themen wie Freundschaft, was ist mir mein Versprechen wert, Mut, Selbstbewusstsein, Leben/Sterben, Umgang mit Behinderungen
- **Gesundheitsmittel aus der Natur**
- **Hand- und Fussmassage**
- **Entspannung in der Bewegung durch Yoga und Tanz**
- **Autogenes Training**
- **Bauchtanz**
- **Spielerisches Lernen mit dem Swem-Trampolin und Slack Line Band**
- **Jahreszeitenrituale / Feste**
- **Mit Mut gegen Wut**
Gewaltprävention
- **Pantomime**
- **Ausdrucksmalen**

Das Team

Wir betreuen das Projekt und sind Mitglieder des Vereins aktivgesund:

Nicole Duc

TTouch-for-you Junior Pract.
Fussreflexzonen- und Wirbelsäulentherapeutin
Primarlehrerin

Dina Nora Felder-Wasserfallen

Prof. Märchenerzählerin/Kreativarbeit mit Märchen
Spielgruppenleiterin
Dekorationsgestalterin

Margareta König

Yogatherapeutin
Pharmaassistentin

Gabriela Schweizer-Mäder

Dipl. Fussreflexzonentherapeutin
Therapeutic Touch Pract.
Tanzpädagogin in Ausbildung

Diana Wälti

Dipl. Fussreflexzonentherapeutin
Eidg. geprüfte Kosmetikerin

Ihre Kontaktperson

Diana Wälti
(Projektleiterin)

Spitzenstein 240
3508 Arni

Telefon: 031 701 30 22
E-Mail: wolke-7@bluewin.ch

Schulleiter und Projektteam
vor dem Schulhaus Arni



ist ein innovatives Projekt des Vereins **aktivgesund**
– ein aktiver Verein für eine gesunde Bevölkerung.

aktivgesund bezweckt die gesamtheitliche Gesundheitsförderung und Prävention im Bern-Mittelland mit Schwergewicht in der Wohlfühlregion Aare- und Kiesental.

Ausführliche Information über den Verein und die Mitglieder:

www.aktivgesund.ch

Die Sponsoren

Wir unterstützen das Pilotprojekt in der Primar- und Realschule Arni:



Reisen und Gesundheit
Rohrstrasse 5, 3507 Biglen
Tel. 031 701 18 38

**DROGERIE
FEHR**
GESUND UND SCHÖN
RAHNHOFSTRASSE 8 3507 BIGLEN
TEL. 031 701 10 56 FAX 031 701 04 25
drogerie.fehr@bluewin.ch

müller
diemalerei.ch biglen