



## Vorsorge Aktiv Junior

Gesundheit für MICH und DICH für UNS!



## Mach mit und sei dabei!

Das Motivationscamp ist ein zusätzliches Angebot zu den laufenden Kursen. Es findet 2 Wochen lang im Sommer statt. Auch hier begleiten qualifizierte Betreuerinnen und Betreuer aus den Bereichen Ernährung, Bewegung und Mentales die Familien.

### Los geht's am:

**SA, 12.7.- FR, 25.7.2025**

**Wo?** Landwirtschaftliche Fachschule (LFS) Hollabrunn, Sonnleitenweg 2, 2020 Hollabrunn

**Voraussetzungen?** Teilnahme an Präsenzkurs oder ortsunabhängiger Jahresbetreuung

#### Was lerne ich dabei?

- Bewegungsprogramm: Kraft, Ausdauer, Koordination, Beweglichkeit)
- Wissensvermittlung zum Thema Ernährung; gemeinsames Einkaufen
- Erkunden der Essensgewohnheiten: auch auf Essgeschwindigkeit, Portionsgrößen, Genusstraining
- Umgang mit schwierigen Lebenssituationen z.B. Mobbing, Ausgrenzung
- Vielfältiges Freizeitprogramm: Kennenlernen von verschiedensten Aktivitäten, die auch daheim weitergeführt werden können

Die **Kosten** für das Camp belaufen sich auf € 585,-

(Geschwistertarif und Sozialtarif auf Anfrage. inkludiert sind alle Kosten für Aufenthalt, Angebote vor Ort, qualifizierte Betreuung und Elternworkshops, exkl. Ortstaxe)

### Anmeldung und weitere Informationen?

Anmeldung direkt unter: [www.noetutgut.at/vorsorgeaktivjunior](http://www.noetutgut.at/vorsorgeaktivjunior)



**Fragen:** Mag. Karin Lobner, Ernährungswissenschaftlerin, [karin.lobner@gefuehlskueche.at](mailto:karin.lobner@gefuehlskueche.at)