



# **GELKI! Gesund leben mit Kindern- Eltern machen mit**

Wieviel Süßes darf das Kind? Wie oft bewegen wir uns im Alltag? Wann kommen wir gemeinsam zur Ruhe?

Über diese und viele weitere Fragen wollen wir uns im Elternkurs

**GELKI! Gesund leben mit Kindern – Eltern machen mit**

austauschen und die Themen "Bewegung, Ernährung & Entspannung" gemeinsam und mit viel Spaß bearbeiten.

**Termin: 8x dienstags von 14.30-16.00 Uhr**

**Kurs: Start 09.02.2017**

**Teilnehmer: mind. 7 - max. 12 Erwachsene**

**Ort: Turnhalle Kita Phantasia, Diergardtstr. 2a, 45144 Essen**

**Kosten: 8 €**

**(Für Eltern der Kinder der Kita „Phantasia“ und der Kita „Bärenhöhle“ ist der Kurs kostenlos.)**

**Ansprechpartner: T. Walter**

Eine Anmeldung ist dringend erforderlich. Falls Sie eine Kinderbetreuung benötigen, sprechen Sie uns bitte im Voraus an.

**Ansprechpartnerin: Tina Walter, Tel.: 0201- 185356130  
epost@asb-familienzentrum.de  
www.asb-familienzentrum.de**

