

2. Newsletter Gesundheitsförderung und Prävention FÜR KITAS

NOVEMBER 2025

Sehr geehrte Kita – Leiterinnen und –leiter, Erzieherinnen und Erzieher sowie Tagesmütter und –väter, die kühleren Tage haben auch Cottbus erreicht und schon bald wird das Spielen und die Bewegung an der frischen Luft sich im Vergleich zum Sommer reduzieren. Gerade in den Wintermonaten ist es jedoch besonders wichtig, den natürlichen Bewegungsdrang der Kinder nicht zu unterbinden und ihnen vielfältige Möglichkeiten zur körperlichen Aktivität zu bieten. Aus diesem Grund wollen wir in diesem Newsletter über das erneute Bewegungsangebot des **Winterspielplatzes** informieren sowie über weitere Optionen und **Angebote**, damit die **Freude an Bewegung** die Kinder das ganze Jahr über begleiten kann. In diesem Sinne wünschen wir Ihnen einen fröhlichen und gesunden Start in die Vorweihnachtszeit.

Mit freundlichen Grüßen, Z pśijaznymi póstrowami,

Christiane Glosemeyer (Amtsärztin und Leitung FB 53)

Liza Panneitz (SB Gesundheitsförderung und Prävention FB 53)



Der **Winterspiel- und Sportplatz** dürfte vielleicht einigen von Ihnen noch aus dem letzten Jahr ein Begriff sein, als das Angebot das erste Mal in Cottbus, damals nur in Schmellwitz, startete. Auch in diesem Jahr findet wieder der Winterspiel- und Sportplatz statt. Dieses Mal jedoch bereits **ab Dezember und in 3 verschiedenen Turnhallen in Cottbus**.

Dort können Kinder und Jugendliche von **15:00 bis 17:00** in Begleitung ihrer Eltern nicht nur ihrer Freude an Bewegung freien Lauf lassen, sondern auch an einem abwechslungsreichen Programm der verschiedenen lokalen Vereine, die vor Ort sein werden, teilnehmen. Ziel ist es, eine einladende und zwanglose Atmosphäre zu schaffen, in der sich die Kinder auch trauen, neue Bewegungsangebote auszuprobieren und vielleicht Interesse an einer Vereinsaktivität zu entwickeln. Für die ganz Kleinen wird es eine Krabbelecke geben.

Eine Anmeldung ist nicht erforderlich und das Angebot ist kostenfrei. Lediglich Hallenschuhe und passende Kleidung sollte mit-

gebracht werden. **Die Aufsichtspflicht für die Kinder verbleibt bei den Begleitpersonen bzw. Eltern.** Der Winterspiel- und Sportplatz ist an folgenden Tagen und Turnhallen geöffnet:

- Turnhalle der UNESCO-Projektschule 21. Grundschule in Schmellwitz am 07.12.2025 und 18.01.2026
- Turnhalle der Theodor-Fontane-Schule in Sandow am 21.12.2025 und 01.02.2026
- Turnhalle der Sachsendorfer Oberschule in Sachsendorf am 04.01.2026 und 15.02.2026

Den vollständigen Flyer mit allen Infos finden Sie anschließend als Anhang in diesem Dokument.

Auch im Internet ergeben sich Möglichkeiten zur Bewegung für die Kinder: Auf der Seite der Mitmach-Initiative „**Kinder stark machen**“ des Bundesinstituts für öffentliche Gesundheit finden sich zahlreiche Ideen und Online-Angebote, um die Kinder auch in Innenräumen auf interaktive Weise zu mehr Bewegung zu inspirieren. Auf der Website können Sie **Bewegungs- Mitmach- Lieder für 3 – 6 Jährige** abspielen lassen, Übungen für eine **Sport-Challenge** herunterladen oder auch eine ganze Videoreihe, das „**Bewegungs- ABC**“, welche

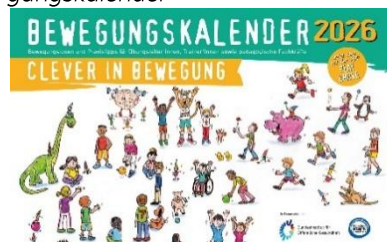
Sportübungen und Buchstabenlernen spielerisch verknüpft, ansehen. Aber auch **entspannende Übungen wie die „Pizza-Massage“** stehen als Anleitung zur Verfügung. Sie finden die Angebote **hier** oder unter:

kinderstarkmachen.de > Suchtvorbeugung > Eltern > Bewegung und Entspannung.



Quelle: kinderstarkmachen.de ©Marco Fischer / Composing I. Kerckhoff

In Anbetracht des sich zu Ende neigenden Jahres, ist **der Bewegungskalender für 2026** der Deutschen Sportjugend (dsj) eine tolle Möglichkeit die Kinder das ganze Jahr über mit **spannenden Informationen und Spielideen** zu versorgen. Der Kalender kann **hier kostenfrei bestellt** werden oder unter: dsj.de > Themen > Bewegung, Spiel und Sport > Kinderwelt ist Bewegungswelt > dsj- Bewegungskalender



Quelle: Deutsche Sportjugend (dsj) im Deutschen Olympischen Sportbund e.V.

Winterspiel- und Sportplatz

Für Kinder und Jugendliche,
mit Bereich für Krabbelkinder
IN DEN TURNHALLEN VON...

barrierefrei

**UNESCO-
Projektschule
(Schmellwitz)**

**07.12.2025
18.01.2026**

barrierefrei

**Theodor-
Fontane- Schule
(Sandow)**

**21.12.2025
01.02.2026**

**Sachsendorfer
Oberschule**

**04.01.2026
15.02.2026**



**15-17
Uhr**

**Zutritt nur mit Hallenschuhen! Eltern haften für
ihre Kinder - die Aufsichtspflicht bleibt bestehen.**



0355/474092



www.stsb-cb.de



**Cottbus
Chósebus**