



*„Wer A sagt,
muss nicht B
sagen.
Er kann auch
erkennen, dass
A falsch war.“
B.B.*

Bertolt-Brecht-Gymnasium | Lortzingstraße 1 | 01307 Dresden

An die Eltern

7. April 2020

Betreff: Präventionsinitiative fit4future Teens am Bertolt-Brecht-Gymnasium



Video zu sehen auf: <https://teens.fit-4-future.de>

Sehr geehrte Eltern,

seit kurzem profitiert unser Gymnasium von dem nachhaltigen Programm der **Präventionsinitiative fit4future Teens**, das aktuell 400 weiterführende Schulen in ganz Deutschland zu gesünderen Orten machen will.

Fit4Future Teens ist die gemeinsame Präventionsinitiative der Cleven-Stiftung und der DAK-Gesundheit. Es steht unter der Schirmherrschaft von Bundesgesundheitsminister Jens Spahn. Das Ziel der zweijährigen Initiative ist es, gesundheitsrelevante Verhaltensweisen zu fördern sowie die Lebensgewohnheiten und Lebensstile von Jugendlichen und jungen Erwachsenen nachhaltig positiv zu beeinflussen, ggf. zu ändern und zu verbessern.

Als ganzheitliches Programm bietet es Maßnahmen in den Bereichen **Stressbewältigung, ausgewogene Ernährung und Bewegung** an, z. B. eine Toolbox mit Übungsbeispielen für Bewegungspausen oder eine fit4future-Box mit hochwertigen Spiel- und Sportgeräten für den Einsatz im Sportunterricht. Außerdem gibt es über verschiedene digitale Tools zahlreiche weitere Anregungen u.a. in Form eines Blogs, Podcasts, Lernvideos und Talk-Formaten.

Unser Ziel ist es, diese Angebote nach und nach in unserem Schulalltag zu integrieren.



„Wer A sagt,
muss nicht B
sagen.
Er kann auch
erkennen, dass
A falsch war.“
B.B.

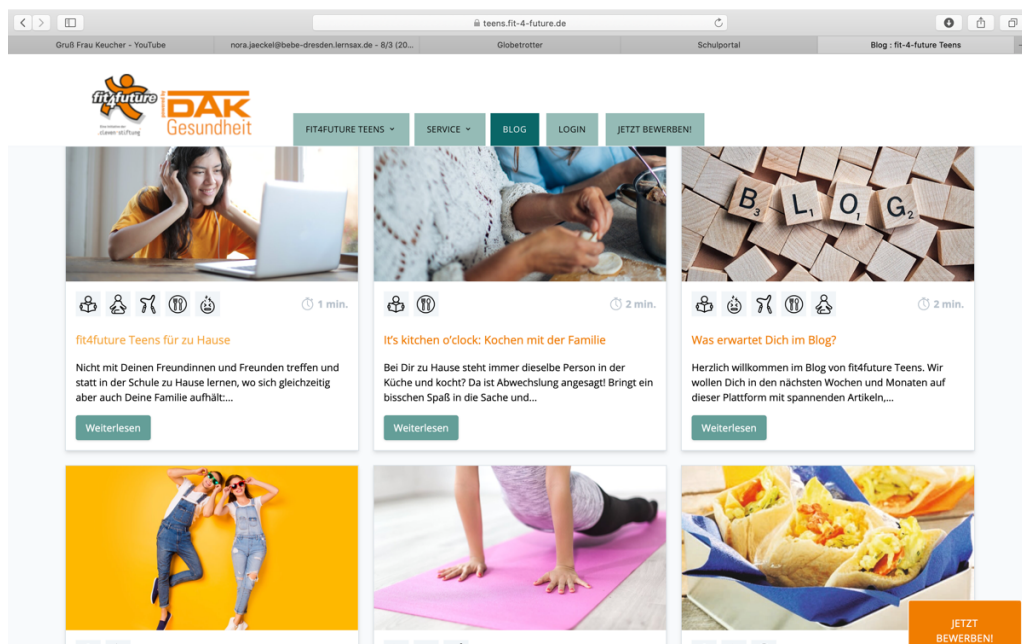
Fit4future Teens im Familienalltag

Sie spielen eine wichtige Rolle bei der nachhaltigen Umsetzung eines gesunden Lebensstils im Familienalltag. Deswegen wollen wir fit4future Teens auch zu Ihnen in die Familie bringen. Denn Gesundheitserziehung findet auch zu Hause statt. Ein Programm wie dieses kann nur richtig funktionieren, wenn alle Beteiligten mitmachen.

Deshalb gibt fit4future Teens Ihnen als Eltern und ihren Kindern **hilfreiche Tipps zum Umgang mit persönlichem und auch Stress in der Familie** an die Hand. Der Fokus liegt dabei auf der Wahrnehmung und dem Erkennen von Stresssymptomen und deren Folgen.

Alle Inhalte stehen Ihnen auf der Webseite unter www.teens.fit-4-future.de zur Verfügung.

Da auf der Plattform unterschiedliche Inhalte für die Schülerinnen und Schüler, Eltern und Lehrkräfte hinterlegt sind, gibt es auch unterschiedliche LOGIN-Szenarien, sodass keine Vermischung der Inhalte stattfindet.



Login für Schülerinnen und Schüler

Aus Datenschutzgründen ist es für die einzelnen SuS nicht möglich, sich für die fit4future-Plattform zu registrieren. Deshalb erfolgt der Login über die Eingabe einer Schüler-ID.

Die Schüler-ID für das Bertolt-Brecht-Gymnasium lautet: **T0094**

(Login unter <https://teens.fit-4-future.de/login> → Bereich „Schüler“ auswählen → Schüler ID „T0094“ eingeben → „Anmelden“ auswählen)



„Wer A sagt,
muss nicht B
sagen.
Er kann auch
erkennen, dass
A falsch war.“
B.B.

Eltern.

Ohne Mama und Papa geht es nicht.
So profitieren auch Eltern von den fit4future Teens-Inhalten – und können Ihre Kinder nachhaltig unterstützen.

JETZT BEWERBEN!

Login für Eltern

Sie können sich ohne ID auf der fit4future-Plattform mit ihrer E-Mail-Adresse und einem selbst gewählten Passwort registrieren. Optional geben Sie ihren Namen und den Namen der Schule ihres Kindes an.

Selbstverständlich ist die Teilnahme am Programm für Sie und Ihre Kinder freiwillig.

Sollten Sie weitere Fragen oder Anregungen zum Programm haben, wenden Sie sich gerne an Frau Jäckel und Frau Oschmann oder direkt an fit4future (teens@fit-4-future.de).

Mit freundlichen Grüßen

Frau Jäckel, Frau Oschmann und

