AOK-Familienwochenende „JUNGE FAMILIE“

Gemeinsam Leben und Erleben

Unser Spezialangebot für gesundheitsbewusste Familien oder die, die es noch werden wollen. Unter dem Motto "Gemeinsam Leben und Erleben" wurde dieses Angebot speziell für junge Familien, gemeinsam mit der AOK PLUS, entwickelt. Durch Workshops und praktische Übungseinheiten für die ganze Familie werden Grundlagen der gesunden Ernährung, Bewegung und Stressregulierung vermittelt.

Programm

- gemeinsame Entspannungsübungen
- Frühsport für die ganze Familie
- 2 Workshops: Stressbewältigung für die Eltern und Fun-Olympics für die Kinder
- Eltern-Kinder-Zeit: Gemeinsam erleben und erfahren
- kleine Spielestunde
- Workshop Ernährung: Iss dich schlau!
- Bewegungsspiele für die ganze Familie
- Grillabend mit Schalenfeuer und Knüppelteig
- gemeinsames Erleben auf einem Parcours

Leistungen

- 2 Übernachtungen - Unterkunft im Querxenhäusel + Bettwäsche
- Vollverpflegung vom Anreisetag (Abendessen) bis Abreisetag (Mittag)
- im Programm aufgeführte Veranstaltungen
- Trinkflasche für die kostenlose Getränkeversorgung
- kostenloses WLAN
- Alle Programmleistungen finden in deutscher Sprache statt.

Wichtige Hinweise:

- **Bitte bringen Sie eigene Hand- und Duschtücher mit.**
- **Eigene An- und Abreise**
- **Mindestteilnehmerzahl**: 12
  (Bei Nichterreichen der Mindestteilnehmerzahl gibt es für den Reiseveranstalter ein Reiserücktrittsrecht bis 20 Tage vor Reisebeginn.)
- **Eignung für Reisende mit Mobilitätseinschränkungen: Nein**

Termine und Preise

29.10.2027 - 31.10.2027	Pauschale pro Kind	101,00 €
	Pauschale pro Erwachsener	145,00 €

KiEZ Querxenland gGmbH
Viebigstraße 1, 02782 Seifhennersdorf
Telefon: 0 35 86 / 4 51 10
E-Mail: info@querxenland.de