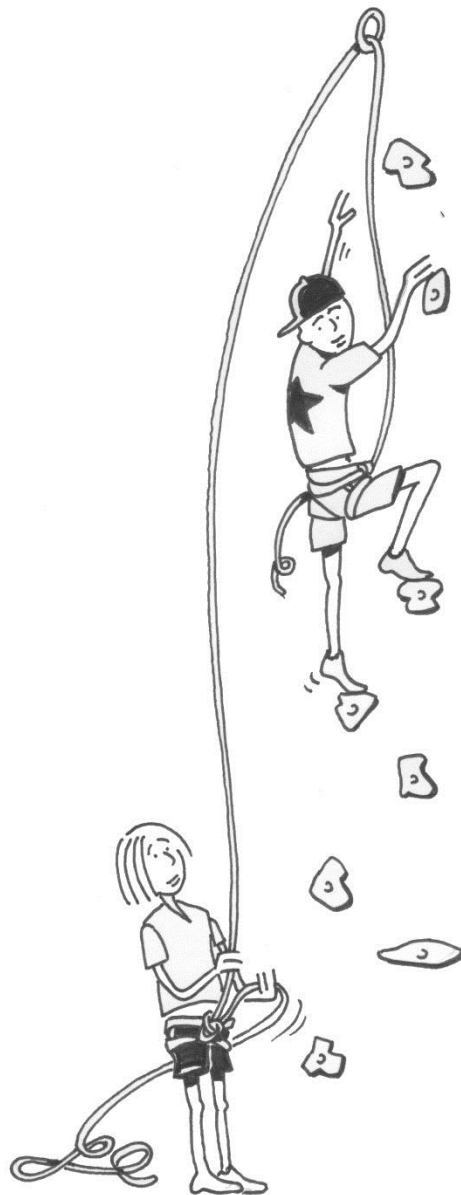


# *chili bewegt!*

Gemeinsam Lebenskompetenzen erlangen



*Leidenschaft* klettern

**chili**  
Stark im Konflikt

Schweizerisches Rotes Kreuz  
Kanton Zürich



## *chili bewegt! - was ist das?*

chili bewegt! ist ein körper- und bewegungsorientiertes Programm zur Förderung der Lebenskompetenzen von Kindern und Jugendlichen. Durch aktives Klettern lernen diese, eigene Hindernisse und Grenzen zu überwinden. Die Erfahrungen und Erlebnisse werden gemeinsam reflektiert und besprochen.

## *chili bewegt! - Das sind die Ziele*

- Mut und Selbstwirksamkeit sind gestärkt.
- Das Vertrauen in sich und die anderen Mitglieder der Gruppe ist gestiegen.
- Konfliktfähigkeit und Kooperation werden getestet und trainiert.
- Der Umgang mit den eigenen Gefühlen hat sich verbessert.

## *chili bewegt! - für wen?*

- Das Angebot richtet sich an Kindergruppen aus Schulorten oder anderen sozialpädagogischen Einrichtungen zur Tagesbetreuung.

## *chili bewegt! - wie sieht das Programm aus?*

- Vorgespräch mit der Hort-Leitung (2h): Information und Klärung organisatorischer Aspekte.
- 1. Halbtag (3h): chili-Training (Durchführungsort: Schulhaus)
- 2. Halbtag (3h): chili-Training & Klettern (Durchführungsort: Kletterhalle)
- 3. Halbtag (3h): chili-Training & Klettern (Durchführungsort: Kletterhalle)
- 4. Halbtag (3h): chili-Training & Klettern (Durchführungsort: Kletterhalle)

## *chili bewegt! - Organisation*

- Bei der Organisation und Durchführung ist es wichtig, dass Betreuungspersonen des Horts resp. der Institution dabei sind. Diese sind auch verantwortlich für die An- und Abreise sowie die Betreuung der Kinder in den Pausen.  
Maximale Gruppengrösse: 14 Kinder.

## *chili bewegt! - die Fachpersonen*

- Alex Michel: Soziokultureller Animator FH, chili-Fachperson SRK
- Rachel Kernen: Diplomtrainerin Swiss Olympic, Expertin J+S

## *chili bewegt! - Kosten und Kontakt*

- 1500 Fr. (1 Vorgespräch, 4 Halbtage)

*Das Angebot in dieser Form kann nur dank der finanziellen Unterstützung des Schweizerischen Roten Kreuzes durchgeführt werden.*

- Weitere Informationen:

Schweizerisches Rotes Kreuz Kanton Zürich, bildungszentrum@srk-zuerich.ch, Tel: 052 269 31 60