



Nestlé Healthy Kids

Hyvät alakoululaisen vanhemmat,
**NESTLÉ HEALTHY KIDS -ohjelma tuo paikkakuntanne
iltapäiväkerhoihin yleisurheilun iloa!**

MIKÄ ON NESTLÉ HEALTHY KIDS FINLAND?

Nestlé Healthy Kids Finland on Nestlén ja Suomen Urheiluliiton (SUL) yhteistyöohjelma. Sen tavoitteena on lisätä koululaisten liikkumista yleisurheilun kautta ja tietoa terveellisestä ravinnosta.

Nestlé Healthy Kids -ohjelma toimii maailmanlaajuisesti.

Vuonna 2015 ohjelma on jo lisännyt n. 8 milj. lapsen hyvinvointia ja terveyttä lähes 80 maassa.

SUL organisoii ohjelmaa Suomessa yhdessä paikallisten yleisurheiluseurojen kanssa jo neljättä vuotta. Ohjelma toteutetaan vuonna 2017 yhteensä 20 paikkakunnalla. **Teidän paikkakuntanne yleisurheiluseura on mukana!**

MUKAAN TOIMINTAAN?

Nestlé Healthy Kids -yleisurheiluva iltpäiväkerho haastaa lapset hyppäämään, heittämään ja juoksemaan heti koulun jälkeen ja jakaa heille tietoa terveellisestä ravinnosta.

Kerhokertoja on 10 ja kerho on kerholaisille maksuton!

1. Yleisurheilemaan!

Kerhoissa hyödynnetään Voitto Onnisen yleisurheiluratoja!
Monipuolinen sisältö, paljon leikkiä ja kisailua!
Mitä on yleisurheilu?
Ensikosketus yleisurheiluun!

2. Tietoa ravinnosta!

Lapsi oppii perusasiat terveellisestä ravinnosta, hauskojen ja helppojen tehtävien avulla.
Aamupala? Välipalat? Juomat? Herkut?
Tietoa lasten tapaan!

Materiaalit tuottaa



MISSÄ KERHO KOKOONTUU:

MILLOIN:

ILMOITTAUTUMINEN:

LISÄTIETOJA:

3. UKK-instituutti kartoittaa!

Kerhoon osallistuvat lapset ovat mukana Nestlé Healthy Kids -liikunta- ja ravitsemuskartoituksessa. Kyselylomakkeet täytetään nimettöminä kerhon ensimmäisellä ja viimeisellä kerralla. Kartoituksen suunnittelusta ja analysoinnista vastaa UKK-instituutin alainen Terve Koululainen -hanke.

Tervetuloa mukaan Nestlé Healthy Kids -ohjelman toimintaan kanssamme!

Lisätietoa ohjelmasta: www.yleisurheilu.fi
> NUORISO > ILTAPÄIVÄKERHO KOULUSSA

Suomen Urheiluliitto ry, Tiina Haapanen,
tiina.haapanen@sul.fi



SUOMEN URHEILULIITTO



YLEISURHEILU