

Endlich ist es soweit – die Schule ruft!



**Alles für einen
gelungenen Schulstart!**



Arbeiterwohlfahrt
Kreisverband
Kulmbach e.V.

Impressum

Satz und Layout: Anja Wimmer Grafik&Design
Druck: Täuber Druck Kasendorf (auf Recycling-Papier)
Text und Bild: Beteiligte Netzwerkpartnerinnen und Netzwerkpartner
Koordination: Annekatrin Tauer,
Geschäftsstelle der Gesundheitsregion^{plus} Landkreis Kulmbach



INHALTSVERZEICHNIS



Grußwort Landrat Klaus Peter Söllner	5
Grußwort fachliche Leiterin Staatliches Schulamt Petra Rauh	6
Grußworte Leiterin des Staatlichen Gesundheitsamts Dr. Nataša Luz und Geschäftsstellenleiterin Gesundheitsregion ^{plus} Landkreis Kulmbach	7
AOK Bayern – Geschäftsstelle Kulmbach: Mein Pausenbrot stärkt mich!	8
Abfallwirtschaft Landkreis Kulmbach: Ich vermeide Müll	10
AOK Bayern – Geschäftsstelle Kulmbach: Ich komme bewegt durch den Schulalltag	12
Landratsamt Kulmbach – Gesundheitsamt: Ich bin achtsam	14
Barmer Krankenkasse – Geschäftsstelle Kronach: Schnelle Hilfe mit der Kindernotfall-App ..	16
Barmer Krankenkasse – Geschäftsstelle Kronach: Gesund beginnt im Mund	17
Bildungsregion Landkreis Kulmbach: Ich entdecke die Welt!	18
Geschwister-Gummi-Stiftung: Meine Familie ist für mich da!	20
CARITAS Kulmbach: Spaß und Spiel dürfen nicht fehlen	22
Landkreisjugendarbeit und Kreisjugendring Kulmbach:	
Nach der Schule und in den Ferien sind wir für Dich da!	24
AWO Kreisverband Kulmbach e. V.: Ich bekomme die Unterstützung, die ich brauche	26
Das Rote Kreuz – Kreisverband Kulmbach	27
DDM Neuenmarkt: Wollen wir mit den Kid's mal ins Museum?	28
Gesundheitsregion ^{plus} Landkreis Kulmbach:	
Meine Eltern und ich sprechen über meinen Tag in der Schule	30
MENTOR – die Leselernhelfer – Leseregion Kulmbach: Gemeinsames Lesen öffnet Türen	32
Tourismus Kulmbacher Land: Im Landkreis Kulmbach ist was los!	33
Labyrinth: Repariere das Raumschiff	34
Zum selber Ausmalen ... Lösungs Fehlersuchbild	35





GRUSSWORT

Liebe Eltern, liebe Erziehungsberechtigte,

der Schulanfang markiert den Beginn eines neuen Lebensabschnitts, nicht nur für Ihr Kind, sondern für die gesamte Familie. Zahlreiche Veränderungen und viele neue Herausforderungen sind mit diesem markanten Ereignis verbunden. Die „Gesunde-Schulstart-Broschüre“ des Landkreises Kulmbach soll Ihnen als wertvoller Begleiter dienen, die anstehenden Herausforderungen bestmöglich zu meistern. Sie bietet Tipps und Anregungen, wie Sie den Schulbeginn Schritt für Schritt gut vorbereiten, hilft Ihnen bei der Überwindung kleiner Hürden und ist Wegweiser bei häufig gestellten Fragen.

Für alle, die auf kommunaler Ebene Verantwortung für den „Bildungsstandort Landkreis Kulmbach“ tragen, gilt eine klare Maxime: Gutes Lernen braucht ein gutes Umfeld. Im Kita- und Grundschulbereich kümmern sich die Städte, Märkte und Gemeinden um Bau, Unterhalt und Ausstattung der Einrichtungen. Bei den weiterführenden Schulen investiert der Landkreis massiv, damit alle Bildungswege offenstehen und Talente ideale Voraussetzungen in einem durchgängigen Bildungssystem finden.

Doch Infrastruktur allein macht ein gutes schulisches Umfeld nicht aus. Das Lernen wird in den Schulen von Lehrkräften mit großem Einsatz begleitet. Auch ehrenamtlich Engagierte sind an den Schulen kaum noch wegzudenken. Vor allem aber braucht es Unterstützung im Elternhaus. Lob, Interesse und Zuneigung helfen dabei, die Schulzeit erfolgreich und möglichst entspannt zu meistern.

Zahlreiche außerschulische Bildungsangebote und Lernorte stärken die Kinder ebenfalls nachhaltig fürs Leben. Viele Organisationen in unserem Landkreis bereichern diese Broschüre mit ihren Inhalten. Der Bogen ist weit gespannt und der Fokus liegt auf Ernährung und Bewegung ebenso wie auf Entspannung, Konfliktbewältigung, wertschätzender Kommunikation und sinnstiftender Freizeitgestaltung. Vielen Dank an alle, die zur Erstellung beigetragen haben und ein herzliches Dankeschön an das Team der Gesundheitsregion^{plus} für die Koordination.

Im Mittelpunkt all Ihrer Überlegungen sollte stets der Blick auf die Gesundheit und die Bedürfnisse Ihres Kindes stehen. Nehmen Sie sich deshalb genügend Zeit, unsere Vorschläge auf die Erfordernisse Ihrer Familie anzupassen und zu übertragen. Jeder Weg in die Schule ist einzigartig und mit Offenheit, Geduld und kleinen, kontinuierlichen Schritten gelingt der Start in den neuen Lebensabschnitt für Ihr Kind und für Sie am besten.

In diesem Sinne wünsche ich Ihnen und Ihrem Kind viel Spaß beim Entdecken der Inhalte und einen erfolgreichen Start ins Schulleben.

Herzlichst

Ihr



Landrat Klaus Peter Söllner



„Lob, Interesse und Zuneigung helfen dabei, die Schulzeit erfolgreich und möglichst entspannt zu meistern.“

(Landrat Klaus Peter Söllner)



GRUSSWORT

Liebe Schülerinnen und Schüler, liebe Eltern,

es ist eine große Freude, die Schulanfängerinnen und Schulanfänger in der Schulfamilie willkommen zu heißen und mit dieser Broschüre zum gesunden Schulstart den Beginn der Schulzeit begleiten und stärken zu können.

Die Einschulung stellt einen Übergang in der Bildungsbiographie eines Kindes dar. Für das Schulkind wird sich auch der Tagesablauf neu strukturieren. Der Unterricht in den ersten Schuljahren knüpft an die Kenntnisse und Fähigkeiten an, die die Kinder beim Schuleintritt mitbringen, baut Stärken aus und ermöglicht kompetenzorientiertes Lernen, gemeinsamen konstruktiven Austausch und ein friedvolles Gemeinschaftserleben.

Die Schule vermittelt „Wissen und Können“, auch bildet sie „Herz und Charakter“ der Heranwachsenden, um diese in ihrer Persönlichkeitsentwicklung zu unterstützen.

Dabei ist die Gesundheitsförderung eine schulische Aufgabe mit hoher Bedeutung. Vielfältige Maßnahmen tragen zum Kompetenzerwerb für eine gesunde Lebensweise und zur gesundheitsförderlichen Gestaltung der Lebenswelt bei.

Die Schulanfänger und Schulanfängerinnen mit ihren Familien möchten auch wir bestmöglich informieren, deshalb unterstützen wir als Staatliches Schulamt gerne die wertvollen Initiativen der Gesundheits- und Bildungsregion des Landkreises Kulmbach.

Liebe Kinder,
der Start ins Schulleben ist eine aufregende und spannende Zeit, ihr werdet jeden Tag mit neuen Eindrücken von der Schule nach Hause kommen.

An den ersten Schultag erinnert ihr euch sicher noch lange – eure Schultüte, die Lehrerin oder der Lehrer, die Mädchen und Jungen in eurer Schulkasse. Nun beginnt ein neuer Lebensabschnitt für euch und eure Familien – jetzt seid ihr Schülerinnen und Schüler. Herzlich willkommen in der Schule.

Alles Gute für das neue Schuljahr wünscht

Petra Rauh

Fachliche Leiterin des Staatlichen Schulamts Kulmbach

Staatliches Schulamt im Landkreis Kulmbach

www.schulamt-kulmbach.de



„Kinder und Jugendliche werden nur dann Verantwortungsgefühl entwickeln, wenn Erwachsene bereit sind, sie auch Verantwortung tragen zu lassen.“

(Jesper Juul)

GRUSSWORT

**Liebe Erstklässlerinnen und Erstklässler, liebe Eltern,
liebe Lehrerinnen und Lehrer,**

der Übergang vom Kindergarten in die Schule und die stetigen Veränderungen in unserem Alltag fordern viel von uns allen – Flexibilität, Durchhaltevermögen und eine positive Sichtweise. Umso wichtiger ist es, die körperliche und seelische Gesundheit von Kindern und Jugendlichen frühzeitig zu stärken und in allen Lebensbereichen zu fördern.

Seit 2021 gestalten wir im Landkreis Kulmbach gemeinsam mit vielen Netzwerkpartnerinnen und Netzwerkpartnern die Gesunde-Schulstart-Broschüre. Sie richtet sich an die ganze Schulfamilie und gibt Anregungen für ein gesundes Aufwachsen und ein wertschätzendes Miteinander. Neben wertvollen Informationen finden Sie hier auch die wichtigsten Ansprechpartnerinnen und Ansprechpartner aus der Region rund um die Themen Gesundheit, Bildung, Nachhaltigkeit, Beratung, Betreuung, Sport und Freizeit.

Der 13. Oktober 2025 ist erstmals für alle bayerischen Schulen als landesweiter Präventionstag ausgerufen: Das Bewusstsein für Gesundheit soll gestärkt und eine gesunde Lebensweise gefördert werden. Wir greifen diesen besonderen Tag auf und verteilen unsere Gesunde-Schulstart-Broschüre selbstverständlich auch zu diesem Anlass.

Ein besonderes Highlight in diesem Jahr ist unser **Abenteuerepfad durch den Landkreis Kulmbach**. Damit können sich Kinder wie auch Erwachsene sofort und super leicht bewegen. Gleichzeitig zeigt dieser Pfad eine schöne Auswahl an interessanten Ausflugsmöglichkeiten in unserem Landkreis auf. Denn: Bewegung hält nicht nur körperlich fit, sondern stärkt auch Geist und Seele, am besten an der frischen Luft.

Damit greifen wir auch das bayernweite Schwerpunktthema #BavariaMoves – “Beweg dich mit!” des Bayerischen Staatsministeriums für Gesundheit, Pflege und Prävention auf. Es ermuntert alle Bürgerinnen und Bürger – ob jung oder alt –, Bewegung in den Alltag zu integrieren. Denn schon kleine Bewegungselemente können das Wohlbefinden steigern und die Gesundheit nachhaltig stärken. Wir wünschen allen Schülerinnen und Schülern einen guten Start, viel Freude beim Lernen und viele bewegte Momente! 😊

Viel Freude!

Ihre

**Dr. Nataša Luz, Leiterin des Staatlichen Gesundheitsamts und
Annekatri Tauer, Geschäftsstellenleitung der Gesundheitsregion^{plus} Landkreis Kulmbach**



Dr. Nataša Luz



Annekatri Tauer



Mein Pausenbrot stärkt mich!

AOK Bayern – Die Gesundheitskasse, Direktion Bayreuth-Kulmbach

Liebe Eltern,

das Frühstück ist wichtig, um sich auf Deutsch, Mathe und Co. konzentrieren zu können. Gemeinsam mit vollwertigen Pausensnacks und Getränken liefert es die **notwendige Energie zum Denken und Konzentrieren**. Beispiele für ein gutes Kinderfrühstück sind Müsli – am besten ohne Zuckerzusatz – mit Milch, Nüssen, Rosinen und frischem Obst oder Vollkornbrot mit Quark und Bananenscheiben. Hier können Sie nach Vorliebe Ihres Kindes variieren. Vielleicht mag Ihr Kind nur eine Banane essen. Andere essen gerne Brot mit Käse oder Wurst. Möchte Ihr Kind gar nichts essen, versuchen Sie, dass es zumindest ein Glas Milch, einen Kakao oder ein Glas Saft trinkt. Frühstück und Pausensnack sollten eine ausgewogene Mischung aus Brot, Obst, Gemüse und Milchprodukten ergeben.

Machen Sie Ihrem Kind Lust aufs Pausenbrot:

- ✓ Wechseln Sie bei den **Brotsorten** ab. Vollkornbrot hält durch seine Vitamine, Ballast- und Mineralstoffe am längsten fit. Sie können statt Brot auch mal Muffins, Wraps, Bagels, Knusperstangen, Pitabrot oder Tortillas verwenden – Kinder lieben Abwechslung.
- ✓ Als **Belag** eignen sich Käse, fettarme Wurst oder vegetarische Aufstriche – kombiniert mit Salatblättern, Paprikastreifen oder Apfelstückchen.
- ✓ Bauen Sie **Brottürme oder Brotspieße** mit Obst und Gemüse. Vor allem kleineren Kindern macht es Spaß zu essen, wenn das Brot mit Förmchen ausgestochen wurde oder wenn aus Gemüse ein Gesicht daraufgelegt wird.

Auch **Trinken** ist wichtig fürs Lernen. Rund einen Liter Flüssigkeit brauchen Grundschüler je nach Alter am Tag – am besten Wasser, ungesüßte Tees oder Saftschorle. Ist es draußen heiß oder steht Sport auf dem Stundenplan, geben Sie Ihrem Kind entsprechend mehr mit.

Unser Gehirn kann Nährstoffe nicht speichern. Konzentrations- und Leistungsfähigkeit nehmen ab, wenn wir Mahlzeiten auslassen oder zu wenig trinken. Tragen Sie deshalb mit einer ausgewogenen Ernährung und einer ausreichenden Trinkmenge zum Schulerfolg Ihres Kindes bei.

Ich wünsche Ihnen und Ihrem Kind einen guten Schulstart und viel Freude beim Zubereiten leckerer Frühstücks- und Pausenmahlzeiten!

Ihre Doris Ohnemüller

AOK Bayern
Die Gesundheitskasse



Doris Ohnemüller

Ernährungsexpertin
Direktion Bayreuth-Kulmbach
Friedrich-Puchta-Str. 27
95444 Bayreuth
Telefon: 0921 288-394
E-Mail: doris.ohnemueller@by.aok.de



Urheberrechte: © panthermedia.net / photographes.eu

Urheberrechte: © AOK-Medien dienst



Mein Pausenbrot stärkt mich!

AOK Bayern – Die Gesundheitskasse, Direktion Bayreuth-Kulmbach

Liebe Kinder,

das richtige Essen und Trinken sind wichtig, um gesund groß zu werden. Außerdem geben sie eurem Körper Kraft, um in der Schule gut lernen zu können.

Teste doch mal diese leckeren Rezepte!



Bananenshake

Zutaten:

3 reife Bananen
1 Päckchen Vanillezucker
etwas Zitronensaft
250 g Quark
½ l Milch

Zubereitung:

Bananen schälen und pürieren. Mit einem Päckchen Vanillezucker süßen. Etwas Zitronensaft zufügen. Quark mit der Bananenmasse aufrühren und anschließend die Milch unterrühren.



So einfach kannst du dir Muntermachersäfte selbst pressen:

Du brauchst dazu nur Obst,
Gemüse und einen Entsafter.

Power Eye:

Farbschocker:

1 Karotte, 1 Tomate
1 Apfel, rote Beeren, Ananas,
evtl. etwas Ingwer

Gelber Apfelbaum:

Sweet Dream:

1 Grapefruit, 1 Karotte, 1 Apfel
1 Banane, 1 Orange, 1 Kiwi, 1 Mango



Unser Jolinchen hat mehr Rezepte
und Infos für euch unter:

www.jolinchen.de

Ich vermeide Müll!

Abfallwirtschaft Landkreis Kulmbach

Liebe Eltern,

viele Jahre war es um den Müll etwas ruhiger geworden, ehe mit der Diskussion um das Mikroplastik in der Umwelt die Abfallvermeidung wieder zum Thema wurde. Auch in den heutigen schlimmen Zeiten von Kriegen, Terror und Klimawandel dürfen wir dieses Thema nicht vergessen.

Wie schon seit vielen Jahren schenkt der Landkreis Kulmbach seinen Erstklässlerinnen und Erstklässlern deshalb eine Brotzeitbox und eine Trinkflasche. Damit kann beim wichtigen Schulbrot viel Abfall vermieden werden.

Bitte benutzen Sie diese wertvollen Helfer täglich, auch wenn es vielleicht etwas umständlicher erscheint als Einwegprodukte.

Eigentlich brauchen wir es Ihnen ja sicherlich nicht extra zu sagen, dass wir Erwachsenen die Umwelt nur von unseren Kindern geliehen haben und möglichst lebenswert zurückgeben müssen.



Abfallwirtschaft Landkreis Kulmbach

Landratsamt Kulmbach
Konrad-Adenauer-Straße 5
95326 Kulmbach
Telefon: 09221 707-199
E-Mail: zenk.detlef@landkreis-kulmbach.de

www.landkreis-kulmbach.de



LANDKREIS
KULMBACH



In Kooperation mit

 **Sparkasse
Kulmbach-Kronach**

 **VR Bank
Oberfranken Mitte eG**

Ich vermeide Müll !

Abfallwirtschaft Landkreis Kulmbach

Liebes Schulkind,

mein Name ist Bio Billy, ich bin als Abfallprofi
im Landkreis Kulmbach unterwegs.

Mein Ziel ist es, unnötigen Abfall zu vermeiden,
um damit unsere Umwelt zu schützen.

Willst Du mich dabei unterstützen?

Mit Deiner neuen Brotzeitbox und
Deiner Trinkflasche kannst Du Verpackung
vermeiden und beim Umweltschutz täglich mithelfen.

Denn Abfallvermeidung – die beste Entscheidung.

Vielen DANK!



Ich komme bewegt durch den Schulalltag!

AOK Bayern – Die Gesundheitskasse, Direktion Bayreuth-Kulmbach

Liebe Eltern,

mit der Einschulung verändert sich der ganze Tagesablauf. Von nun an heißt es täglich zunehmend mehr Stunden im Unterricht still zu sitzen. Kinder haben einen **natürlichen Bewegungsdrang**. Sich täglich ausgiebig zu bewegen, macht nicht nur körperlich gesünder, sondern auch geistig fitter. Wenn Kinder viel laufen, toben oder Sport treiben, sind sie insgesamt ausgeglichener und können sich besser konzentrieren. Planen Sie deshalb die **Freizeit mit viel körperlicher Aktivität**. Das hilft nach einem langen Schultag Spannungen und Aggressionen abzubauen. Bei Kindern, die viel Zeit vor dem Fernseher, dem Computer oder mit dem Smartphone verbringen, gehen oft grundlegende Fähigkeiten verloren. Dazu gehören beispielsweise auf einem Bein hüpfen, rückwärtslaufen oder einen Ball fangen. Aus diesen motorischen Defiziten können sich langfristig auch geistige Entwicklungsrückstände ergeben, da die beiden Bereiche eng miteinander verbunden sind. Optimal für Ihr Kind ist Alltagsbewegung wie zur Schule zu laufen oder viel mit dem Fahrrad zu fahren, Toben, Fangen und Verstecken auf dem Spielplatz oder Sportarten wie Schwimmen und Ballspiele. Damit es auf Dauer Spaß macht, sollte es **abwechslungsreich und bunt gemischt** sein.

Wenn Kinder sich nach der Schule kaum bewegen und ständig sitzen, hat das Folgen: Immer mehr Kinder leiden an Rückenschmerzen und Haltungsschäden. Bewegungsfreudige Kinder haben seltener Rückenprobleme. Doch auch mit **Schulranzen und Schreibtisch** kann man einiges für die **Rückengesundheit** tun. Achten Sie beim Schulranzen auf richtig eingestellte, ausreichend breite, gepolsterte Gurte. Damit lässt er sich dem Rücken Ihres Kindes optimal anpassen. Der Schulranzen sollte mit der Schulterhöhe abschließen und eng am Körper anliegen. Er gehört auf den Rücken und nicht einseitig über die Schulter oder unter dem Arm getragen. Packen Sie schwere Gegenstände wie große Bücher nach hinten, damit sie möglichst nah am Körper getragen werden.



Urhebermerk: AOK-Medienanstalt



**AOK Bayern
Die Gesundheitskasse**



Ulrike Fischer

Sport- und Bewegungsexpertin
Direktion Bayreuth-Kulmbach
Friedrich-Puchta-Str. 27
95444 Bayreuth
Telefon: 0921 288-357
E-Mail: ulrike.fischer@by.aok.de

Rückenschonend sind Schreibtisch und Stuhl, die mit dem Schulkind mitwachsen können. Ideal sind stufenlos verstellbare Möbel. Achten Sie darauf, dass die Füße den Boden berühren und die Winkel zwischen Oberschenkel und Körper sowie der Knieinnenwinkel mindestens 90 Grad betragen. Der Ellenbogen sollte auf einer Ebene mit der Arbeitsfläche liegen. Kontrollieren Sie regelmäßig, ob Sitzhöhe und Arbeitsfläche noch passen.

Blieben Sie in Bewegung!

Ihre
Ulrike Fischer



Ich komme bewegt durch den Schulalltag!

AOK Bayern – Die Gesundheitskasse, Direktion Bayreuth-Kulmbach

Liebe Kinder,

in der Schule müsst ihr nun viel sitzen. Deshalb ist danach spielen, toben, rennen oder Fahrrad fahren angesagt.

Hier eine Spielidee:

Los! Lauf vor ... Noch ein Tor! – BALLSLALOM

Ihr braucht dazu:

1 Tennisball pro Spieler, Dosen, Flaschen, Pappschachteln, Körbe, usw.

Vorbereitung:

Die Mitspieler bauen mit den Gegenständen einen Slalomparcours auf.

Spielverlauf:

Die Spieler rollen nacheinander den Ball um die Hindernisse. Ob krabbelnd auf allen Vieren oder gebückt laufend, ist egal.

Je nach Alter kann das Spiel entweder auf Schnelligkeit gespielt werden oder es wird gezählt, wer die meisten Tore geschossen hat.

Wer schon ein bisschen fitter ist, kann den Ball mit den Füßen um die Hindernisse bugsieren und ihn anschließend in ein Tor schießen.



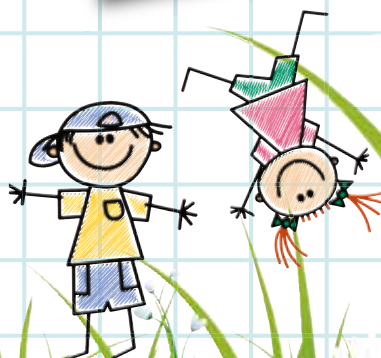
Urhebervermerk: © AOK-Mediendienst



Urhebervermerk: © AOK-Mediendienst

**Unser Jolinchen hat mehr Spiele
und Infos für euch unterr:**

www.jolinchen.de



Ich bin achtsam !

Landratsamt Kulmbach - Gesundheitsamt

Liebe Eltern,

auf die Gesundheit Ihres Kindes achten Sie bereits schon und es werden auch nach dem Schulstart weiter folgende Themen für Ihr Kind wichtig sein:

- ✓ gesund essen und trinken
- ✓ viel bewegen und entspannen
- ✓ frische Luft
- ✓ ausreichend Schlaf und eine Stunde vor dem Schlafengehen... kein Fernseher, Computer, etc.
- ✓ sich selbst mögen und Freunde haben
- ✓ sich selbst wahrnehmen
- ✓ Probleme und Konflikte lösen
- ✓ kritisch denken und Nein-Sagen können



Landratsamt Kulmbach

Gesundheitsamt

Sabine Rotter, Jennifer Schwarz, Katrin Keilholz

Konrad-Adenauer-Straße 5

95326 Kulmbach

Telefon: 09221 707 -616/-612/-617

E-Mail: sozialdienst@landkreis-kulmbach.de

www.landkreis-kulmbach.de



Vergessen Sie bei der Erziehung Ihres Kindes nicht den Humor, den gesunden Menschenverstand und die Gelassenheit!



Ich bin achtsam !

Landratsamt Kulmbach - Gesundheitsamt

**Liebes Schulkind,
achte auf Dich und Deine Gesundheit und:**

- ✓ esse und trinke gesund
- ✓ schlafe genügend
- ✓ bewege Dich viel, am besten an der frischen Luft
- ✓ treffe Dich mit Freunden und Freundinnen
- ✓ achte auf Dich und darauf, dass es Dir gut geht :-)
- ✓ hole Dir Unterstützung, wenn es Dir nicht gut geht
- ✓ sprich über das Erlebte mit Deinen Eltern oder in der Familie
- ✓ freue Dich auf Neues und trau Dich etwas!

Wir wünschen Dir viel Spaß und Erfolg in der Schule!



Schnelle Hilfe mit der Kindernotfall-App

BARMER Krankenkasse – Geschäftsstelle Kronach

Wenn Kinder ihre Grenzen ausloten, würden Eltern manchmal gern die Augen schließen. Daher ist es gut, wenn man für den Ernstfall vorbereitet ist. Praktische Hilfe bietet die Kindernotfall-App der BARMER und der Johanniter. Denn sie gibt Tipps für mehr Sicherheit. So zeigt die App beispielsweise per Smartphone, wie man bei Verletzungen oder einer plötzlichen Erkrankung reagiert. Die App ersetzt keinen Erste-Hilfe-Kurs, bietet jedoch eine ideale Gelegenheit, zuvor erworbene Kenntnisse aufzufrischen. Zahlreiche Checklisten helfen, Unfällen und Notsituationen vorzubeugen.

Die Kindernotfall-App ist eine sinnvolle Unterstützung für den Ernstfall. Deshalb sollten Sie diese wichtige App nutzen! Die App ist kostenlos und für Android und iOS erhältlich.

Hier geht's zum Download:

www.barmer.de/g100453



BARMER

Josephine Bauer

Telefon: 0800 3330 04 202-340

Mobil: 0173 3542931

E-Mail: josephine.bauer@barmer.de

www.barmer.de

Gesund beginnt im Mund

BARMER Krankenkasse – Geschäftsstelle Kronach



Seit 1991 ist der 25. September der Aktionstag für mehr Mundgesundheit. Dieser Tag wird mit verschiedenen Aktionen und wichtigen Themen für Kinder und Erwachsene gestaltet.

2025 lautet das Motto „**Gesund beginnt im Mund Superkraft Spucke**“.

Alle Aktionen sind unter: <https://www.tagderzahngesundheit.de/> zu finden. :-)

Unser Tipp:

Lass deinen Zahnarzt jedes halbe Jahr in deinen Mund schauen. Wenn auch der hinterste Winkel regelmäßig kontrolliert wird, geht so schnell nichts kaputt. Und du bekommst erst gar kein Zahnweh. Nur so bekommst du gesunde Zähne und ein strahlendes Lächeln.



Ich entdecke die Welt!

Bildungsregion Landkreis Kulmbach

Liebe Eltern,

Ihr Kind wird in diesem Jahr einen großen Schritt in die Selbstständigkeit gehen. Bereits im ersten Schuljahr öffnen sich besonders durch das Lesen-Lernen neue Welten. Buchstabe für Buchstabe wird die Welt da draußen „lesbarer“ und somit größer und umfangreicher. Neue Eindrücke, Abenteuer und Gedanken warten auf Ihr Kind, die es entdecken wird. (Bildungs-) Wege eröffnen sich und an so manch einer Weggabelung müssen Entscheidungen getroffen werden.

Auf dieser Reise möchte der Landkreis Kulmbach Ihr Kind und Sie von Anfang an begleiten. Als Bildungsregion in Bayern ist es uns wichtig, Ihnen als Partner zur Seite zu stehen und Sie über die zahlreichen schulischen und außerschulischen Bildungsangebote zu informieren. Seien Sie versichert, im Landkreis Kulmbach finden Sie für Ihr Kind alle Voraussetzungen für einen erfolgreichen und für ihn /sie passenden Bildungsweg.

Über das Online-Portal „Bildungsatlas“ erhalten Sie zahlreiche Informationen rund um das Thema Schule und Bildung und finden hilfreiche Kontakte zu Einrichtungen und Ansprechpartnerinnen und Ansprechpartnern im Landkreis Kulmbach. Der Landkreis Kulmbach und seine Kommunen sind Partner der Bildung und wollen ganz nach dem Motto der Bildungsregion, die ZUKUNFT Ihres Kindes GEMEINSAM (mit)BILDEN.



Nicole Neuber
Koordinatorin
Bildungsregion

Konrad-Adenauer-Straße 5
95326 Kulmbach
Telefon: 09221 707-116
E-Mail: neuber.nicole@landkreis-kulmbach.de

<https://bildungsatlas.landkreis-kulmbach.de>



Ihr Kind entdeckt die Welt! - Wir begleiten es dabei!

Für den Schulstart wünschen wir Ihrem Kind alles erdenklich Gute und eine große Portion Entdeckerfreude!

Nicole Neuber
Bildungsregion Kulmbach



Ich entdecke die Welt!

Bildungsregion Landkreis Kulmbach



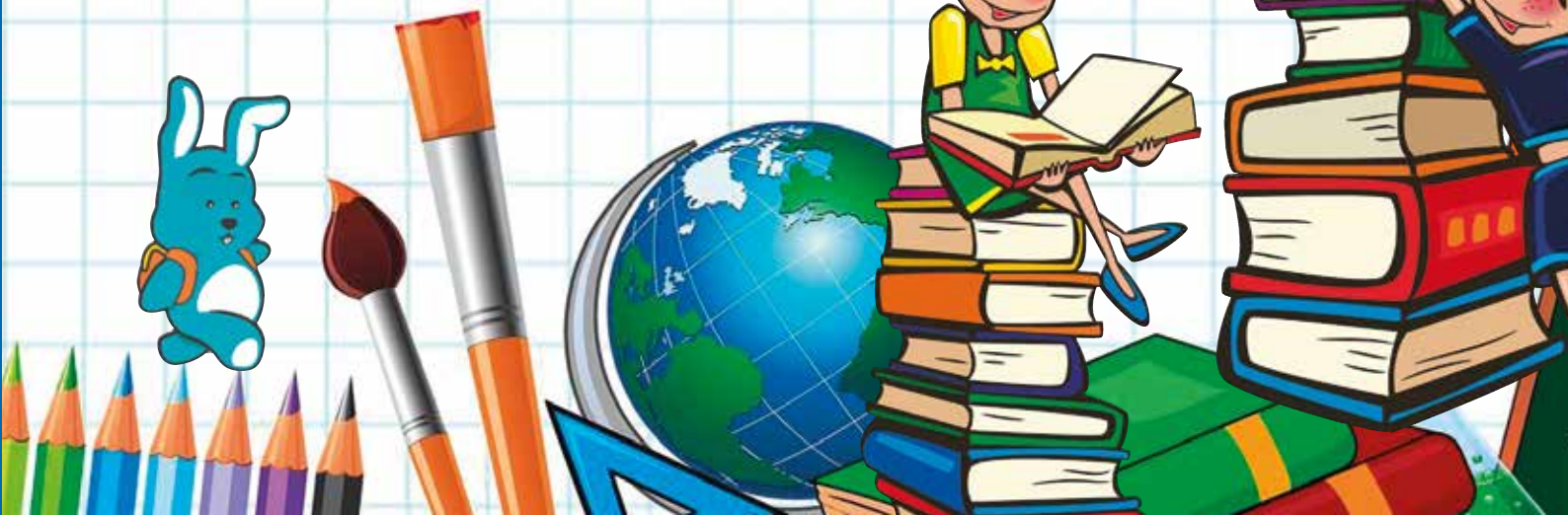
Liebes Schulkind,

los geht's ! Auf zu neuen Welten – Buchstabe für Buchstabe wird die Welt für Dich lesbarer und somit größer! Neue Eindrücke und Abenteuer warten auf Dich! Deine Entdeckungsreise beginnt!

Auf dieser Reise möchte Dich der Landkreis Kulmbach von Anfang an begleiten. Schritt für Schritt auf deinem Weg, bis Du groß bist! Im Landkreis Kulmbach findest Du viele tolle Möglichkeiten, wie Schulen oder auch Freizeit- und Ferienangebote, die Dir beim Lernen, Entdecken und Groß-Werden helfen. Wenn Du und Deine Familie nachsehen wollt, was es so alles bei uns gibt, dann schau ins Internet in den „Bildungsatlas“ des Landkreises Kulmbach. Der hilft Euch beim Suchen.

Du entdeckst die Welt! – Wir begleiten Dich dabei!

Für den Schulstart wünschen wir Dir alles erdenklich Gute und eine große Portion Entdeckerfreude!



Wir sind füreinander da!

Geschwister-Gummi-Stiftung

**Liebe Erstklässlerinnen und Erstklässler,
liebe Familien,**

nicht nur für die Kinder beginnt nun ein ganz neuer Lebensabschnitt. Es gibt neue, spannende Herausforderungen, man lernt über sich hinaus zu wachsen und lernt neue Menschen kennen.

Daher ist es gerade für Eltern in dieser neuen Lebensphase wichtig, Menschen um sich zu wissen, die einem eine helfende Hand reichen können.



Dies ist Aufgabe der Geschwister-Gummi-Stiftung: die Stiftung unterstützt Familien in unterschiedlichen Lebensphasen, um ein gutes Miteinander zu ermöglichen. Die Angebote reichen vom Kinder- und Schülerhort, Mittagsbetreuung, unterschiedlichen Beratungsangeboten, Familientreff und Mehrgenerationen Haus, über den Second-Hand-Shop KuKATZ, hin zu gezielten Angeboten der Kinder- und Jugendhilfe in schwierigen Phasen bzw. Krisensituationen.



Geschwister-Gummi-Stiftung Geschäftsstelle

Klostergasse 8
95326 Kulmbach
Telefon: 09221 9292-0
E-Mail: info@gummi-stiftung.de

www.gummi-stiftung.de





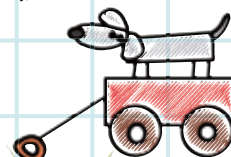
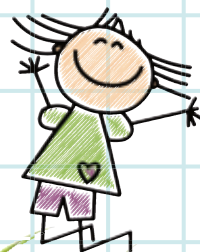
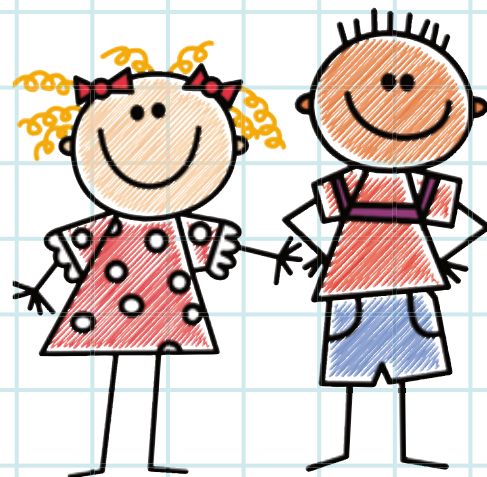
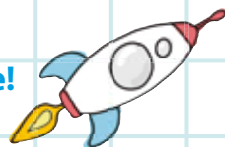
Meine Familie ist für mich da!

Geschwister-Gummi-Stiftung

Hallo Kinder,

wir wünschen euch einen tollen Schulstart und viel Spaß beim Malen und Rätseln in diesem Heft.

**Auf Seite 34 findest Du unser
Labyrinth-Rätsel mit der Rakete!**



Spiel und Spaß dürfen nicht fehlen!

CARITAS Kulmbach

Liebe Eltern,

sicher liegt eine aufregende Zeit hinter aber genauso vor Ihnen. Auch für Ihr Kind ist es wichtig, neben der Anspannung des ersten Schuljahres auch eine Entspannung zu erleben. Daher bietet die Caritas, wie jedes Jahr, für Kinder und Jugendliche von 6-14 Jahren unabhängig von der Einkommenssituation der Eltern eine Auszeit auch an Nord- und Ostsee an. Damit es jedem Kind ermöglicht werden kann, organisiert die Caritas Zuschüsse von verschiedenen Stellen. Eine erfolgreiche Kindererholung kann nur in einer Balance von Aktivität und Entspannung gelingen. Ziel ist es, in einer Gemeinschaft mit Gleichaltrigen viel Neues zu erleben.

Denken Sie jetzt schon an einen gut betreuten Ferienspaß und wenden Sie sich an den:

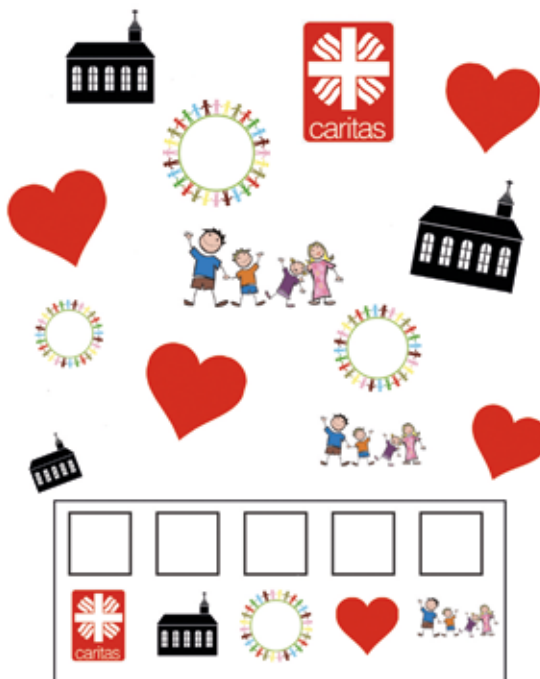
Caritasverband für den Landkreis Kulmbach e.V.

Bauergasse 3+5
95326 Kulmbach
Telefon: 09221 9574-21
E-Mail: muench@caritas-kulmbach.de

www.caritas-kulmbach.de



Zähle die Symbole



Spiel und Spaß dürfen nicht fehlen!

CARITAS Kulmbach



Liebes Schulkind,

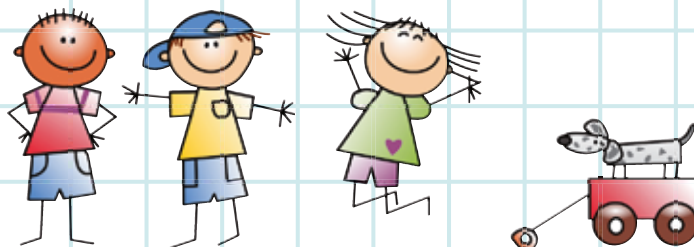
damit du viel Freude hast, male dir die Bilder bunt aus und suche die Fehler.

Fehlerbilder für Kinder

Im unteren Bild haben sich 11 Fehler eingeschlichen. Vergleiche das Bild mit dem oberen Original und kreise die Fehler ein.

Die Lösung findest Du auf Seite 35.

Fehlersuchbild:



Nach der Schule und in den Ferien sind wir für Dich da!

Landkreisjugendarbeit und Kreisjugendring Kulmbach

Liebe Eltern,

nach einem anstrengenden Schultag oder in den wohlverdienten Ferien freut sich Ihr Kind nicht nur auf seine Freizeit, es braucht sie auch unbedingt! Im Landkreis Kulmbach gibt es eine große Vielzahl ganz unterschiedlicher Vereine und Verbände, die Angebote machen, die die Kinder nicht nur begeistern und für sie attraktiv und abwechslungsreich sind, sondern auch die Freizeit sinnvoll füllen. Für alle Interessen ist etwas dabei: es gibt Angebote im sportlichen, im musischen, im kirchlichen, im kreativen Bereich oder bei den unterschiedlichen Rettungs- und Hilfsorganisationen. Alle Vereine und Verbände freuen sich riesig, wenn interessierte Kinder vorbeischauen und mitmachen.

Wir helfen Ihnen gerne weiter, den richtigen Verein und Ansprechpartner für die Interessen Ihres Kindes zu finden. Auch in den wohlverdienten Ferien gibt es verschiedenste Angebote, um die Ferienzeit richtig genießen zu können, Spaß zu haben und etwas ausprobieren zu können. Ob mit dem Ferienpass, dem Landkreis-Spielmobil oder bei vielen Veranstaltungen und Aktionen von uns und zahlreichen Vereinen und Verbänden - Ihr Kind wird sicherlich die passende Freizeitbeschäftigung finden. Neben einer sinnvollen und abwechslungsreichen Freizeitgestaltung mit anderen interessierten Kindern und Jugendlichen erwirbt Ihr Kind bei allen Angeboten auch viele Fähigkeiten und Fertigkeiten, die für den weiteren Lebensweg unentbehrlich sind.

Um über unsere Angebote umfassend informiert zu werden, können sie sich über unsere Homepage einen Überblick verschaffen oder sich dort gleich bei unserem Newsletter anmelden. Darüber hinaus finden Sie uns auch auf Facebook und Instagram.

Im Landkreis Kulmbach gibt es viele und tolle Möglichkeiten für Kinder und Jugendliche.

Wir freuen uns sehr, wenn Ihr Kind diese nutzt. Wir helfen Ihnen gerne, das Passende zu finden!



Landkreisjugendarbeit und Kreisjugendring Kulmbach

Konrad-Adenauer-Str. 5
95326 Kulmbach
Telefon: 09221 707-222
E-Mail: info@kjr-ku.de

www.kjr-ku.de



Nach der Schule und in den Ferien sind wir für Dich da!

Landkreisjugendarbeit und Kreisjugendring Kulmbach

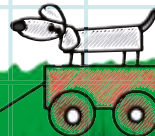
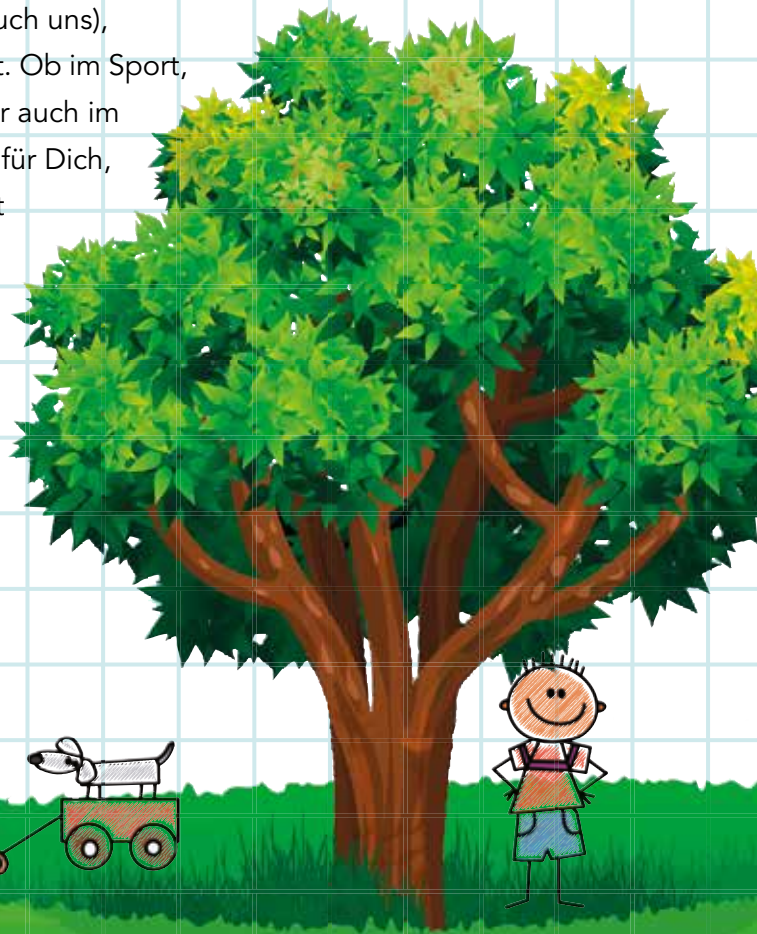
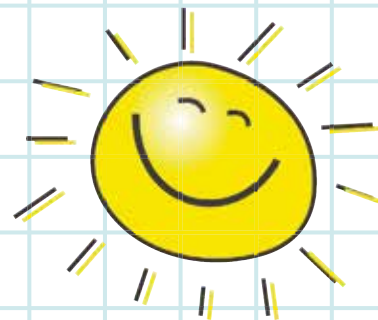
Liebe Kinder,

die Schule ist aus, Hausaufgaben sind gemacht, oder noch besser: es sind Ferien. Und jetzt?! Mit der besten Freundin oder dem besten Freund zu spielen, macht immer Spaß! Aber da geht noch mehr! Es gibt ganz viele tolle Vereine (und auch uns), die garantiert etwas anbieten, das Dich interessiert. Ob im Sport, in der Musik, bei den Rettungsorganisationen oder auch im Umweltschutz, überall gibt es viele Möglichkeiten für Dich, damit am Nachmittag und in den Ferien garantiert keine Langeweile aufkommt.

Denn eines ist ganz sicher: Spaß und die Abwechslung kommen garantiert nicht zu kurz.

Natürlich geht das alles auch gemeinsam mit Deiner besten Freundin oder Deinem besten Freund!

Wir wünschen Dir eine schöne Zeit nach der Schule und in den Ferien.



Ich bekomme die Unterstützung, die ich brauche

AWO Kreisverband Kulmbach e. V.

Liebe Eltern,

es beginnt ein neuer, spannender Lebensabschnitt für Ihr Kind, aber auch für Sie als Elternteil. Die Einschulung, die erste Klasse und generell die Schulzeit sind aufregende Zeiten für die ganze Familie. Ihr ehemaliges Kindergartenkind wird selbstständiger, meistert Herausforderungen und lernt jeden Tag dazu. Neben all den schönen Aspekten, stehen auch Sie als Elternteil eventuell vor der einen oder anderen Herausforderung und Sie fragen sich vielleicht: Wer betreut mein Kind nach der Schule oder in den Ferien? Mein Kind fährt auf Klassenfahrt und das Geld ist knapp – wo bekomme ich finanzielle Unterstützung? Wo kann ich mir bei schulischen Problemen Hilfe holen? Ich brauche dringend eine Auszeit – wo wende ich mich als Elternteil hin? Die Antwort auf all diese Fragen lautet: Die AWO Kulmbach.

Denn wussten Sie, dass die AWO Kulmbach bereits mit ihrer Wiedergründung 1946 unter dem Motto „Mensch sein heißt helfen“ Jugendlichen bei der Berufsausbildung geholfen, ein Kindererholungsheim errichtet und grundlegend bei der Müttererholung mitgewirkt hat (Müttergenesungswerk)? Seinen Wurzeln ist der AWO Kreisverband Kulmbach bis heute treu geblieben und ist damit auch heute noch mit zahlreichen Einrichtungen und Diensten für Sie und Ihre Familie da. Kommen Sie mit Ihren Anliegen gerne auf uns zu – wir unterstützen Sie und Ihre Familie gerne.

Kinderhorte für Schülerinnen und Schüler | Dienste an Schulen (OGTS, GGTS) |

Familienentlastender Dienst (FED)/Offene Behindertenarbeit (OBA) | Schullassistenz | Die Kinderküche |

Mehrgenerationenhaus | AWO Kreisjugendwerk | AWO Kinderhilfswerk | Müttergenesungswerk | und vieles mehr



Arbeiterwohlfahrt
Kreisverband
Kulmbach e. V.

Geschäftsstelle
Obere Stadt 36 | 95326 Kulmbach
Telefon: 09221 9569-0
E-Mail: kreisverband@awo-ku.de

www.awo-kulmbach.de

Hallo liebes Schulkind,

*wir wünschen Dir einen tollen Start ins Schulleben, viel Freude
und Erfolg bei allem, was auf Dich zukommt.*

Spiel und Spaß beim Roten Kreuz

Das Rote Kreuz – Kreisverband Kulmbach

Liebe Kinder,

wenn die Schule aus ist, kann man viele Dinge in seiner Freizeit machen – nach der Schule, am Wochenende oder in den Ferien.

Am schönsten ist es doch, wenn man es in einer Gruppe mit Freundinnen und Freunden zusammen macht. Probiere doch mal eine unserer vielen Kinder- und Jugendgruppen bei uns im Roten Kreuz aus. Eine Gruppe ist bestimmt auch in deiner Nähe:

Ganz wie es dir gefällt, kannst du bei uns:

- ✓ in der Wasserwacht zum Beispiel schwimmen lernen oder auch lernen, wie man einen Menschen rettet.
- ✓ in der Jugend bei den Bereitschaften erfahren, wie man richtig Erste Hilfe anwendet oder wie man ein großes Zelt aufbaut.
- ✓ im Jugendrotkreuz beim Schulsanitätsdienst sich aneignen, wie man seinen Klassenkameradinnen und -kameraden helfen kann.

Aber auch für Sie, liebe Eltern, haben wir etwas: so können Sie bei uns einen Erste-Hilfe-Kurs für Kinder machen. Dort lernen Sie bei Kindernotfällen richtig zu reagieren und schnell Hilfe zu leisten.

Sprecht uns einfach an:



Das Bayerische Rote Kreuz

Kreisverband Kulmbach
 Rot-Kreuz-Platz 1 | 95326 Kulmbach
 Telefon: 09221 9745-6060
 E-Mail: ehrenamt.ku@brk.de

www.brk-kulmbach.de/ehrenamt

Wollen wir mit den Kid's mal ins Museum?

Deutsches Dampflokomotiv Museum

Liebe Eltern,

für Ihr Kind beginnt heute mit dem Schulstart ein neuer Lebensabschnitt.

Das gilt ganz sicher für Ihr Kind, aber möglicherweise auch für Sie selbst – vor allem, wenn es Ihr erstes Kind ist, das eingeschult wird.

Mit der Einschulung beginnt der sogenannte „Ernst des Lebens“ und dennoch können sich Ihre Kinder - hoffentlich noch lange Zeit - ihre kindliche Neugier und Unbefangenheit erhalten.

Kinder sehen die Welt mit offenen Augen und unverstelltem Blick. Ihr Entdeckungseifer und ihre Kreativität lassen sich durch neue Eindrücke und Erfahrungen fördern und entwickeln. Dafür bietet ein Museumsbesuch vielfältige Möglichkeiten. Gehen Sie mit Ihren Kindern ins Museum und entdecken Sie immer wieder etwas Neues! Ein Museumsbesuch ist auch eine herrliche Möglichkeit, gemeinsam etwas zu unternehmen, gemeinsame Interessen zu vertiefen oder gemeinsame Erlebnisse zu teilen, an die man sich gerne erinnert. Man kommt raus und geht auf Entdeckungsreise. Am Ende des Tages fühlt man sich bereichert. Lassen Sie sich also zusammen mit Ihren Kindern auf einen Tag im Museum ein!



Das Deutsche Dampflokomotiv Museum Neuenmarkt bietet dafür eine breite Palette an Erlebnissen und freut sich auf Ihren Besuch. Wir unterstützen Ihren gemeinsamen Museumstag gerne mit einer Freikarte für Ihr Schulkind, welche dieser Broschüre beiliegt.

Wir wünschen Ihrem Kind einen tollen ersten Schultag und eine schöne Schulzeit.



Deutsches Dampflokomotiv Museum

Birkenstraße 5
D-95339 Neuenmarkt
Telefon: 09227 5700
E-Mail: info@dampflok-museum.de

Öffnungszeiten:

Dienstag - Sonntag 10:00 - 17:00 Uhr
Montag geschlossen

Wollen wir mit den Kid's mal ins Museum?

Deutsches Dampflokomotiv Museum

Liebes Schulkind!

Für Dich beginnt heute eine neue Zeit!

Du wirst ab jetzt zur Schule gehen und viele neue Dinge sehen.

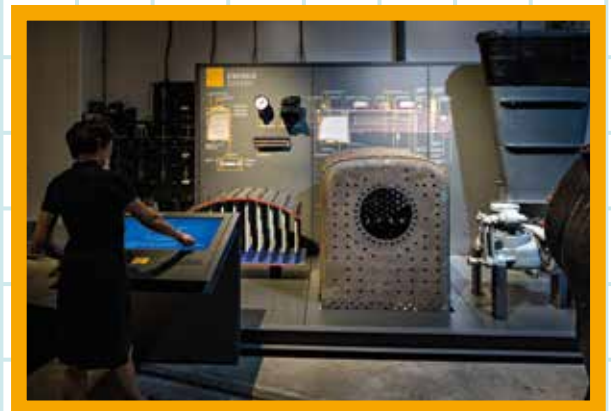
Freunde finden, singen, lachen, viele tolle Sachen machen.

Viel lernen wirst Du, keine Frage – doch Ferien sind auch tolle Tage.

Da kannst Du dann das Deutsche Dampflokomotiv Museum besuchen und Dir Dein persönliches Abenteuer suchen.



**Wir wünschen Dir für Deine Schulzeit
einen guten Start!**



Meine Eltern und ich sprechen über meinen Tag in der Schule.

Gesundheitsregion^{plus} Landkreis Kulmbach

Liebe Eltern,

die Einschulung und das erste Schuljahr sind etwas ganz Besonderes, sowohl für Ihre Kinder als auch für Sie als Eltern.

Zu gerne würden Sie vielleicht ab und zu Mäuschen spielen wollen und in den Unterricht hineinspitzen. Um zu erfahren, wie der Schultag war, stehen manche Eltern vor der Herausforderung, dass ihre Kinder nicht sehr viel und ausführlich berichten. Die Frage „Und wie war's heute in der Schule?“ wird kurz und knapp mit „Gut!“ beantwortet.



Unser Tipp: Nehmen Sie das Lieblingskuscheltier Ihres Kindes her und lassen Sie dieses auf spielerische Art „berichten“. Das kann Ihnen und Ihren Kindern dabei helfen, den Austausch zu fördern. Denn wer das Kuscheltier hat, der hat das Wort!

Wir wünschen Ihnen von Herzen eine aufregende Zeit, inspirierende Gespräche mit Ihren Kindern und viel Freude im Austausch miteinander.

Herzliche Grüße aus Ihrer
Gesundheitsregion^{plus} Kulmbach

Annekatri Tauer
Geschäftsstellenleiterin
der Gesundheitsregion^{plus} Landkreis Kulmbach



**Gesundheitsregion^{plus}
Landkreis Kulmbach**



Annekatri Tauer
Konrad-Adenauer-Straße 5
95326 Kulmbach
Telefon: 09221 707-658
E-Mail: gesundheitsregionplus@landkreis-kulmbach.de

www.landkreis-kulmbach.de/gesundheitsregion

Meine Eltern und ich sprechen über meinen Tag in der Schule.

Gesundheitsregion^{plus} Landkreis Kulmbach

Hallo, du liebes Schulkind!

Ich bin dein Kuscheltier. :-) Und weißt du was? Mit mir klappt das Reden super leicht! Ich bin immer für dich da und habe ein offenes Ohr für dich.

Wenn ich bei dir bin, kannst du mir alles erzählen:

- ✓ Lustige Sachen, die dir Freude machen.
- ✓ Spannendes, das du neu gelernt hast.
- ✓ Dinge, die dich ärgern oder traurig machen und beschäftigen.

Du kannst auch mit mir zusammen mit anderen reden. Hier gilt, wer mich in der Hand hält, darf reden und die anderen hören zu. So kommt jeder dran. ;-)

Ich freue mich darauf, deine Geschichten zu hören.

Also los, erzähle mir gerne von deinem Tag ...
ich kann es kaum erwarten!

Dein Lieblingskuscheltier



Gemeinsames Lesen öffnet Türen

MENTOR – die Leselernhelfer – Leseregion Kulmbach

Liebe Eltern,

Schulstart heißt auch Lesestart. Lesen lernen ist toll und gilt als Schlüsselkompetenz für schulischen Erfolg und gute Chancen im späteren Leben. Die Kinder lernen dabei in verschiedenen Phasen und manchmal klappt es auch nicht sofort mit der Begeisterung für das Lesen. Gut, dass es dafür im Landkreis mit „MENTOR – die Leselernhelfer – Leseregion Kulmbach“ ein tolles Ehrenamtsprojekt gibt. Viele freiwillige Lesementorinnen und Lesementoren spenden einmal in der Woche für eine Schulstunde Zeit und unterstützen Schulkinder beim Lesen und beim Aufbau von Lesekompetenz. Durch ihre eigene Begeisterung vermitteln sie Freude am Lesen und an Büchern. Das Qualitätsmerkmal ist Bildung durch Bindung mit dem 1:1 Prinzip. Eine vertrauensvolle Beziehung zwischen Lesementor und Lesekind bildet die Grundlage, die das Lernen trägt. Mit Lob, Humor und Geduld gestalten die Lesementoren eine entspannte Lernatmosphäre, ohne jeglichen Leistungsdruck.



Foto: Andreas Endermann

Falls Ihre Schule während der Grundschulzeit mit dem Angebot auf Sie zukommt, Ihrem Kind eine Lesementorin oder einen Lesementor an die Seite zu stellen, möchten wir Sie jetzt schon ermutigen, diese Chance für Ihr Kind zu nutzen. Die Kinder sind immer sehr stolz auf ihren Lesementor und profitieren sehr von der individuellen Unterstützung. Eingebettet in den schulischen Alltag und in Abstimmung mit den Lehrkräften schließt die Leseförderung an die schulische Entwicklung des Kindes optimal an. Hinter dem Projekt steht die durchdachte pädagogische MENTOR-Förderphilosophie (www.mentor-bundesverband.de).

Träger vor Ort ist der Landkreis Kulmbach, der alle Freiwilligen, die sich im Projekt engagieren, auch professionell begleitet und unterstützt.



MENTOR – die Leselernhelfer – Leseregion Kulmbach

Konrad-Adenauer-Str. 5
95326 Kulmbach
Telefon: 09221 707-159
E-Mail: mentor@landkreis-kulmbach.de

www.engagiert-in-kulmbach.de



*„Ja, das grenzenloseste aller Abenteuer der Kindheit,
das war das Leseabenteuer“*

(Astrid Lindgren)

Unsere Lesementorinnen und Lesementoren helfen gerne mit, Kindern einen erfolgreichen Start in die Schulzeit zu ermöglichen.



Im Landkreis Kulmbach ist was los!

Bei uns gibt es ganz viele tolle Sachen, die du in deiner Freizeit machen kannst!

Du kannst im Wald spannende Abenteuer erleben, auf Spielplätzen toben oder im Schwimmbad planschen. Es gibt Burgen zu entdecken, Tiere im Tiergehege zu besuchen und viele Feste, bei denen du mit deiner Familie Spaß haben kannst.

Auch Fahrradtouren machen hier richtig Spaß – über Felder, durch Wälder und vorbei an tollen Ausblicken! Und wenn's im Winter draußen kalt ist, kannst du auf dem Eis Schlittschuh laufen!

In den Freizeitanlagen im Landkreis kannst du dich so richtig austoben – Langeweile hat hier keine Chance! Alle Freizeit-Tipps findest du mit deinen Eltern auf unserer Homepage:

<https://tourismus.landkreis-kulmbach.de/freizeit>



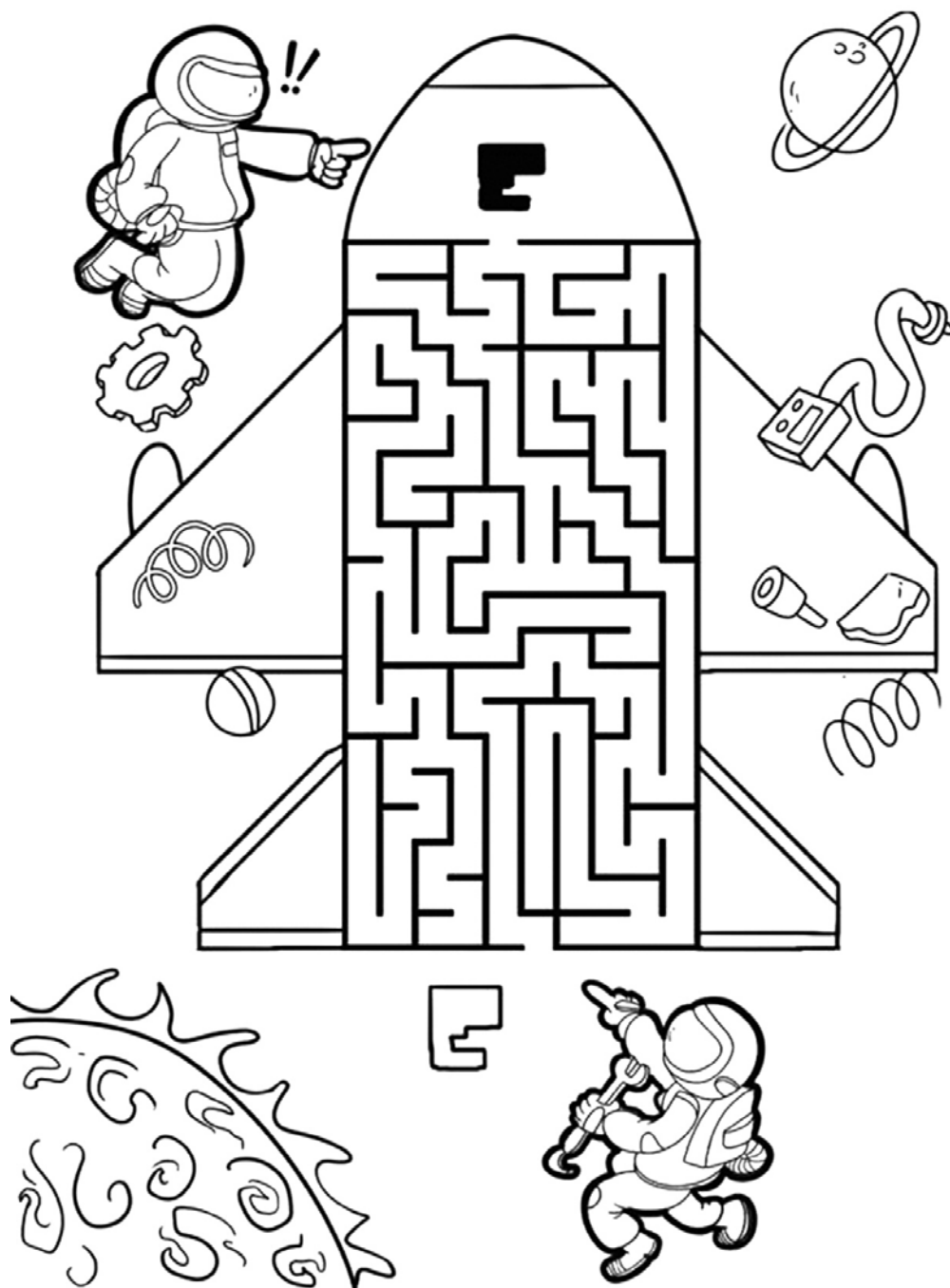
Tourismus Kulmbacher Land

Konrad-Adenauer-Straße 5
95326 Kulmbach
Telefon: 09221 707-110
E-Mail: tourismus@landkreis-kulmbach.de

<https://tourismus.landkreis-kulmbach.de>

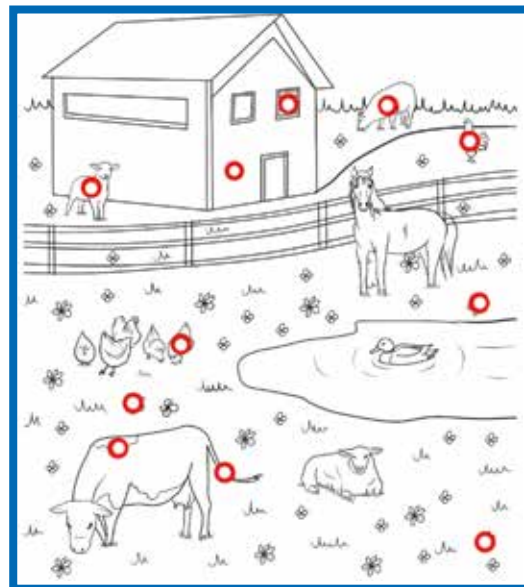


Repariere das Raumschiff

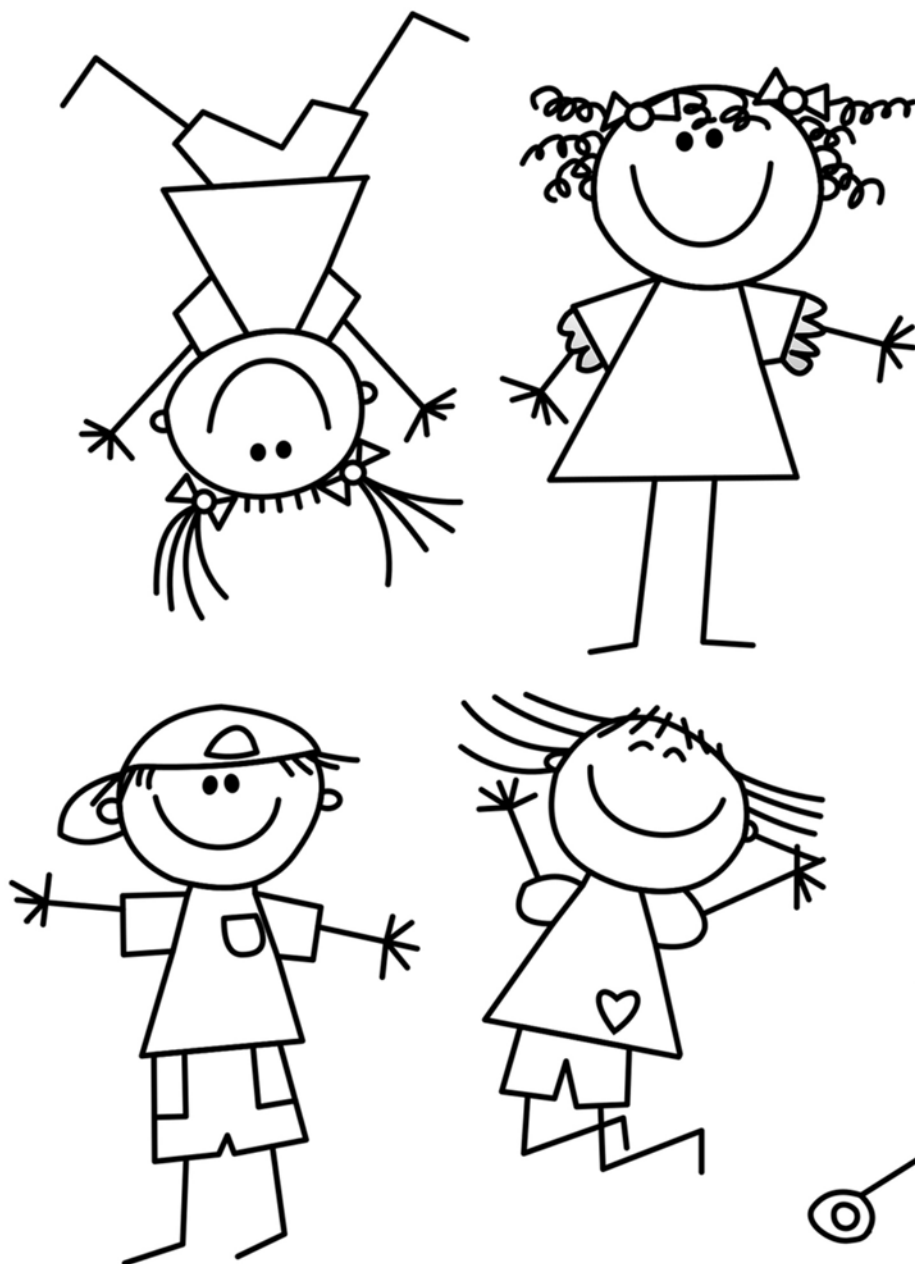


Zum selber Ausmalen

Lösung Fehlersuchbild von Seite 23:



www.Raetsedino.de





Habe Spaß

Trau dich zu fragen

Lass dir helfen & hilf anderen

GLAUBE AN DICH

FREUE DICH ÜBER NEUE FREUNDE

Sei stolz auf dich

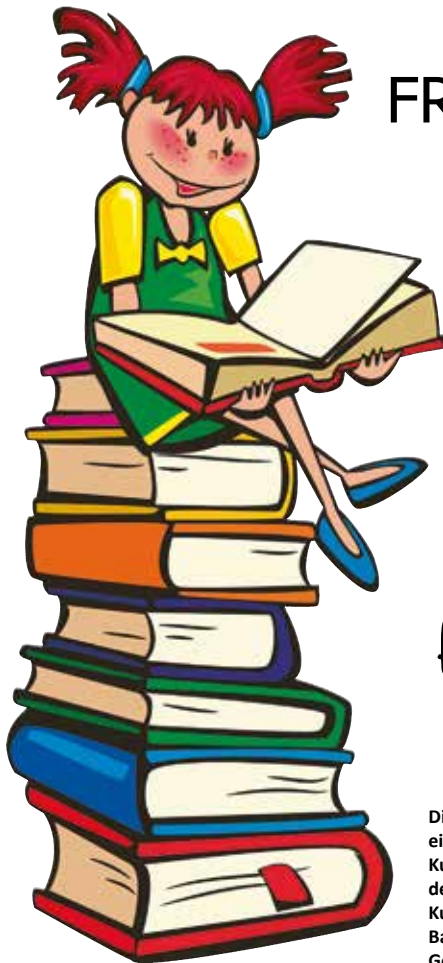
gib niemals auf

Du schaffst das!

Hab große Träume

Sei neugierig

Habe keine Angst, Fehler zu machen!



Die „Gesunde-Schulstart-Broschüre“,
eine Initiative des Gesundheitsamtes
Kulmbach und der Geschäftsstelle
der Gesundheitsregion^{plus} Landkreis
Kulmbach, finanziert durch Mittel des
Bayerischen Staatsministeriums für
Gesundheit, Pflege und Prävention.



Gesund. Leben. Bayern.

