



**Klasse2000<sup>®</sup>**  
STARK UND GESUND IN DER GRUNDSCHULE

## Vielen Dank für Ihre Unterstützung

Sehr geehrter Herr Nissen,

herzlichen Dank, dass Sie sich für die Kindergesundheit in Deutschland einsetzen und die Kinder Ihrer Patenklasse/n dabei unterstützen, gesund aufzuwachsen. Wir freuen uns über Ihr Vertrauen in unsere Arbeit: Seit 1991 haben ca. 2 Millionen Kinder in Deutschland mit Klasse2000 gelernt, was sie selbst tun können, damit es ihnen gut geht.

Gerade jetzt, während der Pandemie, sind die Klasse2000-Themen noch wichtiger geworden: Mit negativen Gefühlen und Stress umgehen zu können, sich zu bewegen und zu entspannen sind einige unserer Themen, die Kindern dabei helfen Krisen besser zu bewältigen.

Heute geben wir Ihnen einen kleinen Einblick, was die Kinder mit unserem Programm erforschen und was sie dabei lernen.

## Stark mit KLARO im 3. Schuljahr



Viele Aufgaben und Probleme können wir nur gemeinsam bewältigen. Was braucht es eigentlich, um als Team zusammen arbeiten zu können? Und wenn wir uns dann doch mal in die Haare bekommen, wie können wir unsere Konflikte lösen, ohne andere zu verletzen? Wie das geht, lernen die Kinder mit KLAROs Zauberformel.

Mit der KLARO-Atmung üben sie eine ganz einfache Methode, um sich bei Angst und Wut zu beruhigen: **„Ich finde es so gut, dass ich jetzt weiß, wie ich mich beruhigen kann. Weil ich habe ganz oft Streit, obwohl ich das eigentlich gar nicht will.“**

## Fit mit KLARO im 2. Schuljahr



Gesund Essen und Trinken - was gehört da eigentlich dazu? Wie reagiere ich, wenn meine Gefühle karussellfahren? Wie kann ich für mich eine Balance zwischen Anspannung und Entspannung finden? Dank Ihrer Hilfe kommen die Kinder in der 2. Klasse mit Klasse2000 den passenden Antworten auf die Spur:

**„Manchmal ist der Dienstag mit Schule, Hausis und Training sehr anstrengend. Da bin ich dann froh, wenn ich weiß, wie ich chillen kann.“**

## Schlau mit KLARO im 4. Schuljahr



Kritisch denken und Nein-Sagen – das lernen die Kinder in der 4. Klasse mit Klasse2000 dank Ihrer Unterstützung. Wie lerne ich am besten und wie kann ich meinem Gehirn eine Pause gönnen? Kann ich den Versprechen der Werbung glauben, und was macht mich eigentlich wirklich glücklich?

Die Kinder recherchieren außerdem die Folgen von Alkohol- und Tabakkonsum und treffen für sich selbst eine Entscheidung: **„Meine Eltern rauchen, obwohl sie ganz genau wissen, dass ihnen das gar nicht guttut. Das will ich für mich nicht. Da fange ich gar nicht erst damit an.“**

## Lernen zu Hause mit dem KLARO-Labor



Wir hoffen, dass bundesweit weiterhin Präsenzunterricht stattfindet. Sollte das nicht möglich sein, haben wir mit der Kinderseite KLARO-Labor ein digitales Angebot, um die Kinder auch zu Hause zu erreichen. Unter [www.klaro-labor.de](http://www.klaro-labor.de) können sie Spiele und Übungen aus dem Programm wiederholen und Themen vertiefen.

Eltern finden auf der Seite viele wertvolle Tipps für den gesunden Familienalltag.

Zusätzlich haben wir eine Online-Version entwickelt, mit der die Kinder sich zu Hause neue Themen erarbeiten können. Das Angebot wurde von den Lehrkräften während der Schulschließungen im letzten Schuljahr gut angenommen:

**„Wir waren sehr froh über dieses Angebot, das sich sehr gut umsetzen ließ. Den Lernstoff haben wir auf 2 ½ Wochen aufgeteilt und den Kindern den Forscherbrief von KLARO mit der genauen Arbeitsanleitung gegeben. Die Kinder haben sich sehr intuitiv im KLARO-Labor orientiert, und je jünger sie sind, desto offener sind sie für alles Neue. Schwierig war es für Kinder, denen zu Hause nur ein Handy als Endgerät zur Verfügung steht – das ist ein Problem des gesamten Online-Lernens. Wir waren sehr glücklich mit der Online-Version.“**

## Ihre Unterstützung kommt an!

Vielen Dank, dass Sie die Kinder gerade jetzt dabei unterstützen, **stark und gesund** aufzuwachsen.

Herzliche Grüße

Ihr Klasse2000-Team

## Impressum

Verein Programm Klasse2000 e. V.  
Feldgasse 37, 90489 Nürnberg  
Tel.: +49 911 891210, Fax: +49 911 8912130  
[info@klasse2000.de](mailto:info@klasse2000.de), [www.klasse2000.de](http://www.klasse2000.de)