

Du möchtest Bewegung nachhaltig in deiner Kommune, Einrichtung oder deinem Netzwerk in Niedersachsen stärken?

Dann ist 3F – Fit for Family genau das Richtige für dich: Angelehnt an deine Projektidee unterstützen wir dich mit unserer Erfahrung, kostenfreien Materialien, bewährten Methoden und der FaBeLo-Ausbildung, Familien an deinem Standort in Bewegung zu bringen.

3F – Fit for Family, ein Präventionsprojekt der Niedersächsischen Kinderturnstiftung in Kooperation mit der KKH Kaufmännische Krankenkasse, verfügt über ein breites Netzwerk aus Sport, Bildung und Gesundheitsförderung.
Sei dabei und bewirb dich mit einer konkreten Idee, wie du Kinder und ihre Familien für gemeinsame Bewegung begeistern möchtest.

ABLAUF DES PROJEKTS 2026/2027





Ein Gemeinschaftsprojekt von

NIEDERSÄCHSISCHE
KINDERTURN
STIFTUNG

KKH Kaufmännische
Krankenkasse

Das bekommst du von uns:

- Begleitung eures Projektstandorts durch eine feste Ansprechperson aus dem 3F-Team
- kostenfreie FaBeLo-Ausbildung (FamilienBewegungsLots*in) als Vor-Ort-Schulung für Personen aus eurem Netzwerk
- Themenwebinare (8 Beratungsfelder) mit Austausch- und Fragerunden
- einen individuellen Beratungstermin zur Umsetzung eures konkreten Vorhabens
- Bewegungsmaterialien (z. B. Spiel & Plakat) zur direkten Nutzung im Alltag
- Marketingpaket: Standort-Beachflag, Standort-Plakette, XL-Outdoor-Spielplane „Mensch, beweg dich“
- Presse- und Öffentlichkeitsarbeitspaket mit Vorlagen für Werbeplakate, Flyer & Social Media
- wissenschaftliche Begleitung durch begleitende Evaluation und Wirkungsmessung
- Einbindung in die 3F-Community: Erfahrungsaustausch, Good Practice Beispiele und Vernetzung, auch über die Projektlaufzeit hinaus

Alle Projektbestandteile sind zeitlich begrenzt, um einen Anreiz zur schnellen und engagierten Umsetzung zu schaffen.

Das bekommst du NICHT von uns:

- Bereitstellung von Übungsleitenden oder Trainer*innen
- Organisation von Turnhallen- oder Bewegungszeiten
- Überzeugungsarbeit in eurem Netzwerk
- Übernahme der Gesamtverantwortung für Projektkoordination und Umsetzung vor Ort
- personalisierte Bewegungsideen und Werbemaßnahmen
- (dauerhafte) Übernahme von Pressearbeit und regelmäßigen Präsenzterminen

3F bietet eine begleitende und qualifizierende Unterstützung, die auf eine eigenständige Umsetzung an eurem Standort ausgerichtet ist.

Das brauchen wir definitiv von dir:

- eine konkrete Idee oder ein klares Vorhaben, wie ihr Bewegungsförderung für Kinder und Familien bei euch vorantreiben wollt
- Teilnahme am Bewerbungs-, sowie am Initialworkshop
- Bereitschaft zur Organisation der FaBeLo-Ausbildung vor Ort (Räume, Verpflegung, Koordination, Bewerbung – ggf. mit Unterstützung Dritter)
- mindestens zwei feste Ansprechpersonen für die Projektkoordination vor Ort mit zeitlichen Kapazitäten, Verbindlichkeit und Erreichbarkeit zur Abstimmung und Umsetzung
- ein bestehendes lokales Netzwerk bzw. Kooperationspartner*innen
- Offenheit, Bewegungsförderung neu zu entdecken und gemeinsam weiterzuentwickeln.
- digitale Grundkenntnisse sowie Hard- und Software zur digitalen Kommunikation, z.B. Zoom, MS Teams & Dokumentenbearbeitung
- Bereitschaft zur Öffentlichkeitsarbeit und regelmäßiger Teilnahme an Evaluationen im Projektkontext

Bewerbt euch bis zum 01. März 2026 unter
www.3f-fitforfamily.de/ausschreibung
und werdet Teil der 3F-Community!

Bitte beachtet, dass wir nur Kommunen und Stadtteile in Niedersachsen berücksichtigen können.

