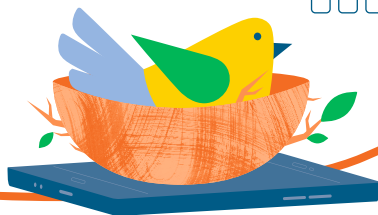


HEUTE FAMILIEN-
WETTER

25° 

MONTAG  26°

DIENTAG  30°

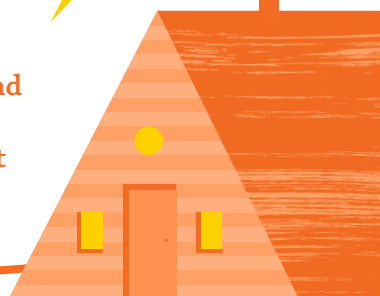


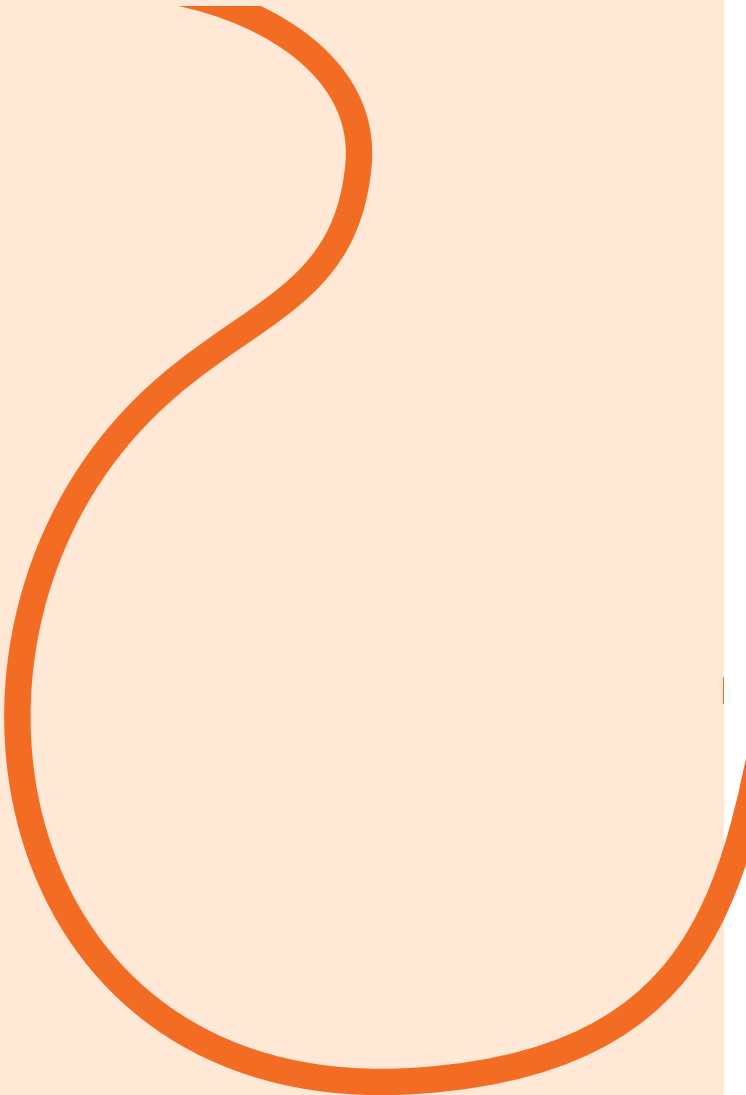
DER FAMILIENRUCKSACK

EXPEDITION WIR



Informationen, Hintergründe und
Anregungen zum Einsatz des
Familienrucksacks in der Arbeit
mit Familien





INHALT

Seite 2

**Entstehung, Ziel
und Zielgruppe**

Seite 4

**Familienresilienz
und Grundhaltung**

Seite 7

**Einsatz der
Expedition WIR
in der Arbeit mit
Familien**

Seite 12

**Aufbau
»Expedition WIR«**

Seite 16

**Materialien, Downloads
und Kontakt**



Mit der »Expedition WIR – Der Familienrucksack« halten Sie ein Angebot in den Händen, welches in einem mehrjährigen, partizipativen Entwicklungsprozess entstanden ist. Über einen Zeitraum von drei Jahren wurde das Angebot gemeinsam mit Familien, Fachkräften aus der familienbezogenen Arbeit sowie der Landesvereinigung für Gesundheitsförderung Thüringen e.V. – AGETHUR – entwickelt und erprobt.



Entstehung, Ziel und Zielgruppe

Entstehung der Expedition WIR

Die »Expedition WIR – Der Familienrucksack« ist das Ergebnis des Modellprojekts »Resiliente Familien – gemeinsam sind wir stark« und wurde als Maßnahme der überregionalen Familienförderung durch das Thüringer Ministerium für Soziales, Gesundheit, Arbeit und Familie (TMSGAF) sowie die AOK PLUS ermöglicht.

Unser besonderer Dank gilt den beteiligten Familien, Einrichtungen und Institutionen, die ihre Erfahrungen, Ideen und Perspektiven in die Entwicklung eingebracht haben. Durch ihre Mitwirkung konnte ein praxisnahes und alltagstaugliches Angebot zur Resilienzförderung in Familien entstehen.

Ziel des Begleithefts

Dieses Begleitheft richtet sich an Personen, die mit Familien arbeiten, insbesondere in der Familienbildung, in der psychosozialen Beratung, der sozialen Arbeit oder der Gesundheitsförderung.

Das Begleitheft bietet eine kompakte Orientierung zum Aufbau des Familienrucksacks, wie dieser zum Einsatz kommen kann sowie zu den Inhalten der einzelnen Stationen der Expedition WIR.

Für wen ist die »Expedition WIR – Der Familienrucksack« geeignet?

Die Expedition WIR richtet sich an Familien in ihrer ganzen Vielfalt. Mit Familie sind dabei alle Menschen gemeint, die sich als Familie verstehen und ihren Alltag gemeinsam gestalten – unabhängig von Familienform, Herkunft, kulturellem Hintergrund oder Lebenssituation.

Das Angebot eignet sich insbesondere für Familien mit Kindern ab dem Vorschulalter. Viele Stationen können auch mit jüngeren Kindern genutzt werden. Je nach Entwicklungsstand können diese beispielsweise malen, gestalten, Symbole auswählen oder ihre Gedanken auf andere kreative Weise ausdrücken.

Eine feste Altersgrenze gibt es bewusst nicht. Die Materialien sind flexibel gestaltet und können an die Bedürfnisse, Interessen und Entwicklung der jeweiligen Familienmitglieder angepasst werden. Dabei steht nicht das Erreichen bestimmter Ergebnisse im Vordergrund, sondern das gemeinsame Erleben, Entdecken und Reflektieren.

Die Expedition WIR versteht sich als präventives Angebot zur Stärkung der Familienresilienz. Sie richtet sich an Familien in unterschiedlichen Lebenslagen und setzt keine besonderen Vorkenntnisse oder Problemlagen voraus. Im Mittelpunkt steht die Stärkung von Zusammenhalt, Kommunikation, Wohlbefinden und familiären Ressourcen.

Familienresilienz und Grundhaltung

Familienresilienz kurz erklärt

Familien erleben im Alltag viele unterschiedliche Herausforderungen, zum Beispiel Stress, Konflikte, Veränderungen oder belastende Lebenssituationen. Gleichzeitig verfügen Familien über vielfältige Stärken und Ressourcen, die dabei helfen können, mit solchen Situationen umzugehen.

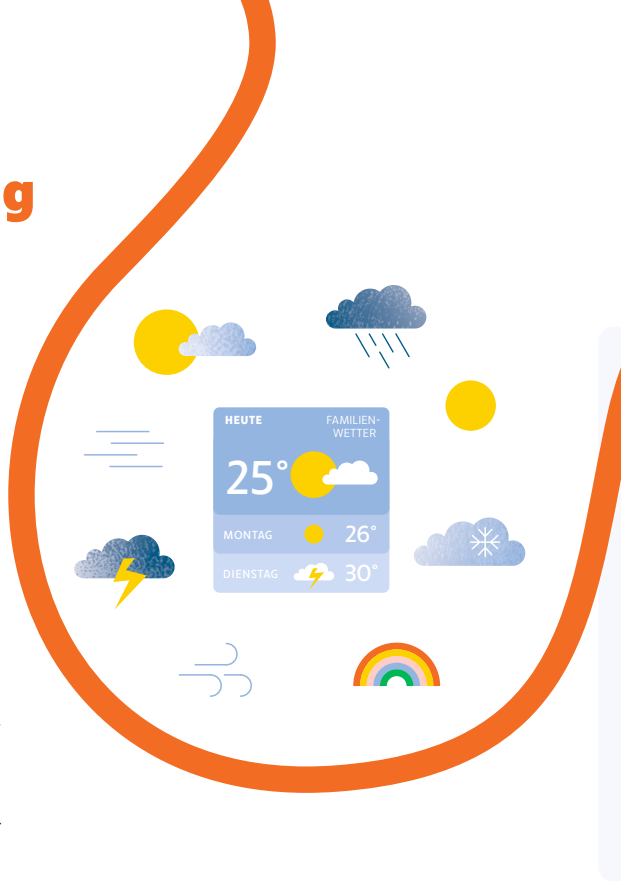
Das Konzept des Familienrucksacks richtet den Blick auf genau diese Ressourcen. Im Mittelpunkt steht die Frage, was Familien stärkt, verbindet und dabei unterstützt, Herausforderungen gemeinsam zu bewältigen.

Resilienz entsteht dabei nicht nur im Einzelnen, sondern vor allem im Miteinander durch gegenseitige Unterstützung, gemeinsame Erfahrungen, Vertrauen, Kommunikation und das Gefühl von Zusammenhalt.

Ein bekanntes Modell der Familienresilienz stammt von Froma Walsh¹. Sie beschreibt drei zentrale Prozesse, die Familien stärken können:

- gemeinsame Überzeugungen und Zuversicht,
- unterstützende Strukturen und Zusammenhalt,
- offene Kommunikation und gemeinsames Problemlösen.

Diese Prozesse zeigen: Familien sind nicht nur von Belastungen betroffen, sie verfügen gleichzeitig über vielfältige Möglichkeiten, gemeinsam mit Herausforderungen umzugehen. Die genannten Kernprozesse bieten dabei eine wichtige Orientierung und Anknüpfungspunkte für präventive und unterstützende Angebote.



Familienresilienz auf einen Blick:

Resiliente Familien zeichnen sich häufig durch einen starken Zusammenhalt, offene Kommunikation, gegenseitige Wertschätzung sowie gemeinsame Werte und Rituale aus. Sie nutzen vorhandene Ressourcen, bewältigen Herausforderungen gemeinsam und können bei Bedarf auf Unterstützung aus ihrem sozialen Umfeld oder durch professionelle Hilfen zurückgreifen.

Die Expedition WIR greift diese Gedanken auf. Die Stationen laden Familien dazu ein, miteinander ins Gespräch zu kommen, eigene Stärken und Kraftquellen zu entdecken und neue Erfahrungen von Zusammenhalt und Selbstwirksamkeit zu machen.

Im Vordergrund stehen dabei keine Defizite oder Probleme, sondern die Fähigkeiten und Ressourcen, die in jeder Familie bereits vorhanden sind.

Leitprinzipien der Expedition WIR – Der Familienrucksack

Die Expedition WIR orientiert sich an einer ressourcen- und familienorientierten Grundhaltung. Im Mittelpunkt stehen die Stärken, Erfahrungen und Handlungsmöglichkeiten von Familien. Die Materialien laden dazu ein, gemeinsam ins Gespräch zu kommen, Neues auszuprobieren und positive Erfahrungen miteinander zu machen.

Folgende Leitprinzipien prägen die Expedition WIR:

Ressourcenorientierung

Die Expedition richtet den Blick auf das, was Familien stärkt und verbindet. Vorhandene Fähigkeiten, Erfahrungen und Ressourcen werden sichtbar gemacht und wertgeschätzt.

Freiwilligkeit

Alle Impulse und Aufgaben verstehen sich als Einladung. Familien entscheiden selbst, welche Stationen sie bearbeiten und wie intensiv sie sich mit den Themen auseinandersetzen möchten.

Alltagsnähe

Die Inhalte greifen Themen auf, die Familien aus ihrem Alltag kennen. Die Stationen sind bewusst niedrigschwellig gestaltet und sollen sich leicht in unterschiedliche Lebensrealitäten einfügen.

1 Walsh, F. (2003). Family resilience: A framework for clinical practice. *Family Process*, 42 (1), 1 – 18.

Freude & Leichtigkeit

Spielerische Zugänge, kreative Methoden und gemeinsame Erlebnisse stehen im Vordergrund. Die Expedition WIR soll Familien stärken, ohne zusätzlichen Druck zu erzeugen.

Partizipation

Familien gestalten die Expedition aktiv mit. Eigene Ideen und Lösungen haben Raum und sind ausdrücklich erwünscht.

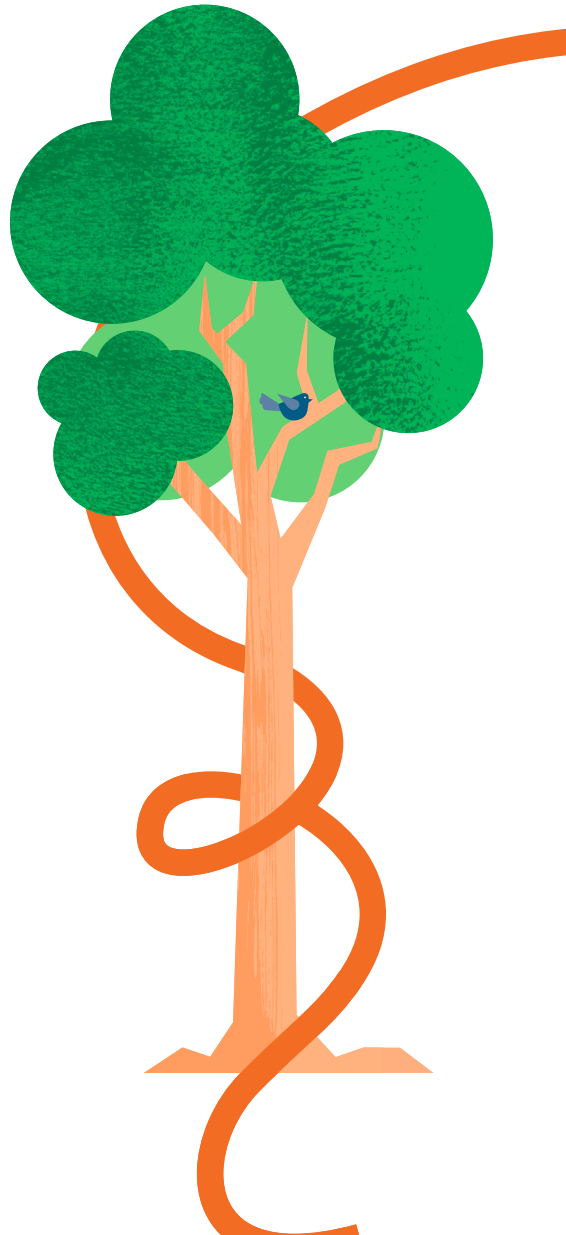
Wertschätzung des Familiensystems

Jede Familie ist unterschiedlich. Die Expedition WIR versteht Vielfalt als Stärke und begegnet unterschiedlichen Familienformen und Lebensweisen wertschätzend und offen.

Mit Familie sind dabei alle Menschen gemeint, die sich als Familie verstehen und miteinander leben oder sich verbunden fühlen – unabhängig von Familienform, Herkunft oder Lebenssituation.

Viele Aufgaben und Impulse der Expedition WIR orientieren sich an Methoden und Haltungen aus der systemischen Familienarbeit. Dazu gehören beispielsweise ressourcenorientierte Fragen, kreative Methoden, Perspektivwechsel oder der Blick auf Beziehungen und gemeinsame Stärken innerhalb der Familie.

Die Methoden wurden bewusst niedrigschwellig und alltagsnah gestaltet, sodass Familien sie ohne Vorkenntnisse nutzen können.



Einsatz der »Expedition WIR« in der Arbeit mit Familien



Die Expedition WIR ist so gestaltet, dass Familien den Familienrucksack grundsätzlich eigenständig nutzen können. Die Inhalte sind bewusst selbsterklärend aufgebaut, sodass keine intensive Anleitung durch Dritte notwendig ist.

Damit unterscheidet sich die Expedition WIR von klassischen angeleiteten Trainings- oder Gruppenangeboten. Familien entscheiden selbst, welche Stationen sie bearbeiten möchten, welche Themen für sie wichtig sind und wie intensiv sie sich mit einzelnen Aufgaben auseinandersetzen möchten.

Personen, die mit Familien in unterschiedlichen Settings arbeiten, kommt dennoch eine wichtige Schlüsselfunktion bei. Sie haben vor allem eine unterstützende und ermöglichende Rolle und können Familien auf das Angebot aufmerksam machen, mögliche Berührungsängste abbauen und einen angenehmen Rahmen fürs Ausprobieren schaffen.

Praxis-Tipp

Besonders Familien, die von sich aus möglicherweise nicht auf die Idee kommen würden, den Familienrucksack zu nutzen, können von einer persönlichen Einladung oder Ermutigung profitieren.

Je nach Setting kann es hilfreich sein,

- den Familienrucksack kurz vorzustellen
- Materialien gemeinsam anzuschauen
- organisatorische Fragen zu klären
- oder einen passenden Rahmen zu schaffen.

Dazu gehören beispielsweise ausreichend Zeit, eine angenehme Atmosphäre oder die Ermutigung, die Stationen im eigenen Tempo zu bearbeiten.

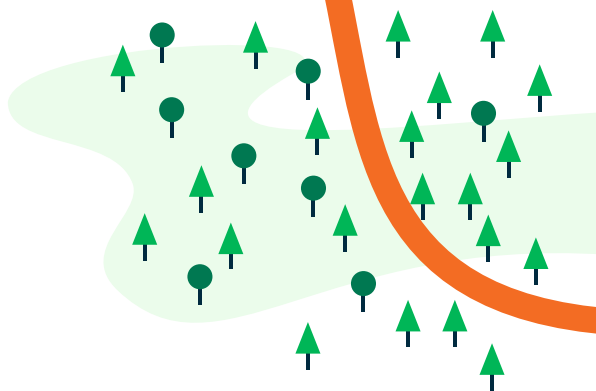
Praxis-Tipp

Die Expedition WIR muss nicht an einem Tag durchgeführt werden. Familien können die einzelnen Stationen auch über mehrere Tage oder Wochen hinweg erleben.

Die einzelnen Stationen unterscheiden sich in Umfang und Bearbeitungsdauer. Viele Aufgaben lassen sich innerhalb von 15 bis 30 Minuten bearbeiten. Grundsätzlich ist es möglich, alle Stationen an einem Tag durchzuführen oder die Expedition über einen längeren Zeitraum zu gestalten.

Die Expedition WIR kann auch im Rahmen gemeinsamer Angebote mit mehreren Familien eingesetzt werden. Denkbar sind beispielsweise offene Familiennachmittage, kleine Workshops oder Angebote in Familienzentren, Begegnungsstätten oder anderen Settings, wo Familien zu finden sind. Familien können dort einzelne Stationen kennenlernen, gemeinsam ausprobieren und erste Erfahrungen mit dem Familienrucksack sammeln.

Welche Form dabei passend ist, kann individuell vor Ort entschieden werden. Die Expedition WIR versteht sich bewusst als flexibles Angebot, das an unterschiedliche Rahmenbedingungen, Zielgruppen und Arbeitsweisen angepasst werden kann.



Im Vordergrund steht dabei weniger die Anleitung durch Fachkräfte als vielmehr das gemeinsame Erleben, Ausprobieren und Entdecken.

Auch ein freiwilliges Nachgespräch kann sinnvoll sein. Offene Fragen oder kleine Reflexionsimpulse können Familien dabei unterstützen, gesammelte Erfahrungen noch einmal aufzugreifen oder stärkende Momente bewusster wahrzunehmen.

Die Expedition WIR versteht Familien als Expert:innen ihres eigenen Lebens. Fachkräfte begleiten diesen Prozess wertschätzend, offen und ressourcenorientiert.



Flexible Einsatzmöglichkeiten der Expedition WIR

Die Expedition WIR kann flexibel in unterschiedlichen Kontexten eingesetzt werden. Im Mittelpunkt steht dabei die Idee, Familien einen niedrigschwelligen Zugang zu stärkenden gemeinsamen Erfahrungen zu ermöglichen. Je nach Einrichtung, Zielgruppe und Rahmenbedingungen sind verschiedene Einsatzformen denkbar.

Ausleihmodell

Der Familienrucksack eignet sich besonders gut als Ausleihangebot in Einrichtungen. Familien können den Rucksack für einen festgelegten Zeitraum mit nach

Hause nehmen und die Expedition WIR eigenständig in ihrem Alltag durchführen.

Ein Ausleihmodell ermöglicht einen niedrigschwelligen Zugang und bietet Familien die Möglichkeit, die Inhalte in ihrem eigenen Tempo und in einer vertrauten Umgebung zu nutzen.

Damit der Familienrucksack langfristig gut genutzt werden kann, empfiehlt es sich, dass eine verantwortliche Person in der Einrichtung die Organisation begleitet. Dazu gehört beispielsweise:

- die Vollständigkeit der Materialien zu überprüfen,
- Materialien bei Bedarf zu ergänzen,
- den Rucksack für die nächste Nutzung vorzubereiten,
- sowie Familien bei organisatorischen Fragen zu unterstützen.

Dem Familienrucksack liegt eine Material-Checkliste bei, die einen Überblick über die enthaltenen Materialien gibt und die Vorbereitung für die nächste Ausleihe erleichtert.

Je nach Einrichtung können unterschiedliche Ausleihformen sinnvoll sein. Denkbar sind beispielsweise eine festgelegte Ausleihdauer, ein einfacher Ausleihvertrag oder ein Pfandsystem, um die Rückgabe des Familienrucksacks und der Materialien zu unterstützen. Auch kleine Anerkennungen oder ein symbolischer Abschluss der Expedition können Familien motivieren und die gemeinsame Reise wertschätzen.

Workshopformat

In einem zeitlich begrenzten Rahmen (z. B. 1,5 bis 2 Stunden) können ausgewählte Stationen gemeinsam ausprobiert werden. Dieses Format eignet sich beispielsweise für Familienzentren, Mehrgenerationenhäuser oder projektbezogene Angebote.

Offene Gruppenangebote

Einzelne Stationen können als Impulsangebote in offenen Familientreffs, Familiencafés oder ähnlichen Angeboten genutzt werden. Familien entscheiden selbst, ob und wie sie teilnehmen möchten.

Einzelbegleitung

Auch im Rahmen von Beratung, Schulsozialarbeit oder aufsuchender Hilfen können einzelne Stationen gemeinsam mit Familien genutzt oder empfohlen werden.

Die konkrete Umsetzung kann flexibel an die jeweiligen Rahmenbedingungen vor Ort angepasst werden.

Mögliche Nachgespräche mit Familien

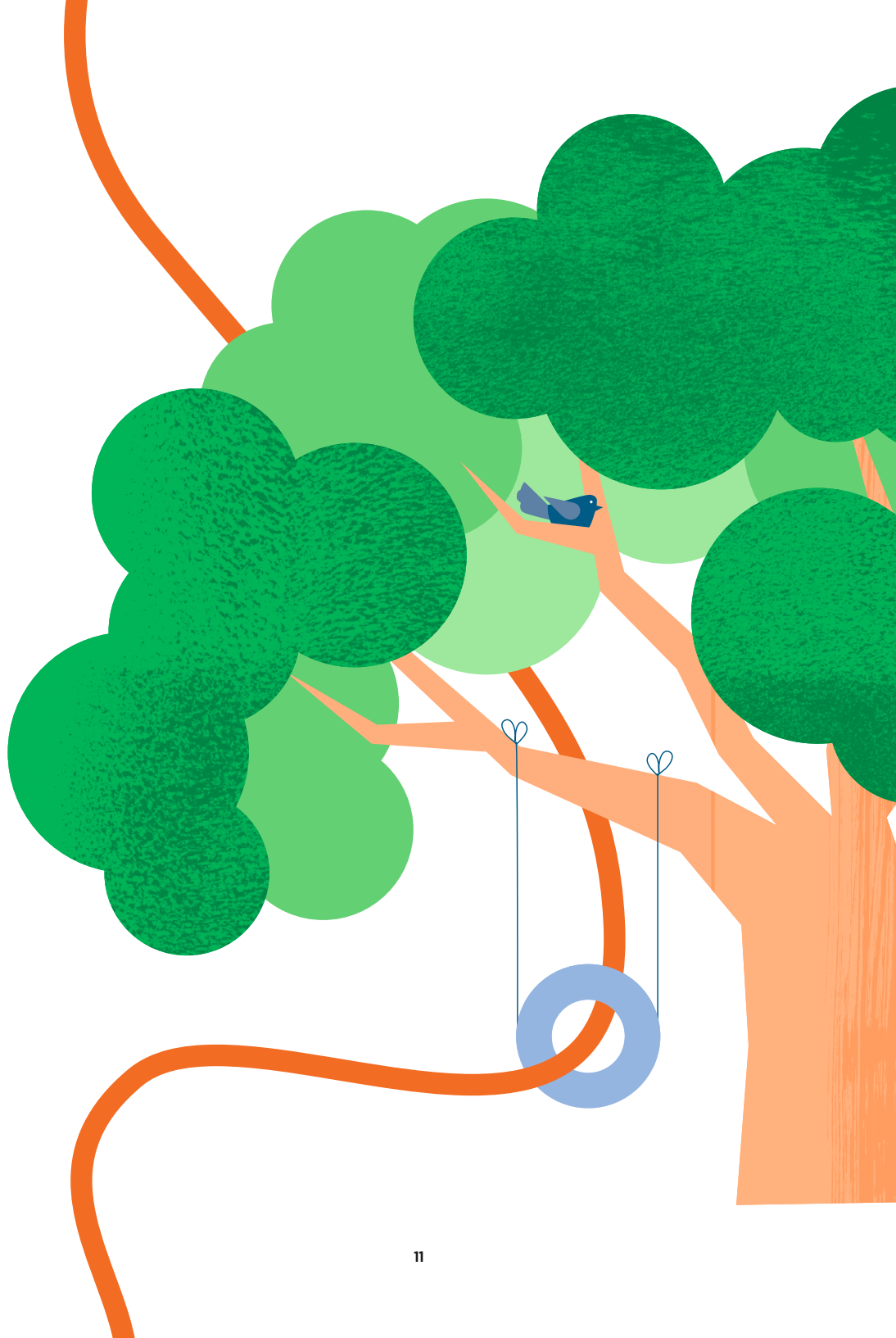
Die Expedition WIR ist so konzipiert, dass Familien die Stationen eigenständig erleben und gestalten können. Ein Nachgespräch ist daher kein notwendiger Bestandteil des Angebots, kann aber eine wertvolle Ergänzung sein.

In einem Nachgespräch können Familien die Möglichkeit erhalten, auf ihre Erfahrungen zurückzublicken, besondere Momente zu teilen und ihre Erkenntnisse somit für ihren Alltag festzuhalten. Dabei geht es nicht darum, Ergebnisse auszuwerten oder »richtige Antworten« zu finden. Vielmehr stehen die Perspektiven und Erfahrungen der Familie im Mittelpunkt.

Hilfreich können beispielsweise Fragen sein wie:

- Was hat euch besonders gut gefallen?
- Welche Station ist euch besonders in Erinnerung geblieben?
- Gab es etwas, das euch überrascht hat?
- Was möchtet ihr aus der Expedition in euren Alltag mitnehmen?
- Was hat euch als Familie gestärkt?

Nachgespräche bieten zudem die Möglichkeit, Ressourcen sichtbar zu machen und die positiven Erfahrungen noch einmal zu würdigen. Bereits bestehende oder wiederentdeckte Stärken der Familie können noch einmal bewusst in den Blick genommen werden.



Aufbau »Expedition WIR«

Praxis-Tipp

Alle Materialien verbleiben im Familienrucksack. Die selbst gestalteten Methodeblätter dürfen die Familien selbstverständlich behalten und zu Hause weiter nutzen.

Inhalt des Familienrucksacks

Der Familienrucksack enthält verschiedene Materialien, die Familien durch die Expedition WIR begleiten und zur gemeinsamen Auseinandersetzung mit Themen wie Zusammenhalt, Stärken, Wohlbefinden und Kommunikation einladen.

Je nach Ausgestaltung des Familienrucksacks können die Materialien leicht variieren. Grundsätzlich enthält der Rucksack jedoch:

Checkliste

- ✓ Stationskarten zu den einzelnen Etappen der Expedition (8 Stationen)
- ✓ Fächermappe für Methodenblätter
- ✓ Stoffbeutel mit Tierfiguren aus Holz
- ✓ Methodenblätter zur Ausgestaltung der Aufgaben
- ✓ Kreativ- und Arbeitsmaterialien (z. B. Papier, Stifte oder Gestaltungsmaterialien)
- ✓ ggf. ergänzende Materialien

Hilfreich ist es, den Familienrucksack vor der Ausgabe oder Ausleihe kurz auf Vollständigkeit zu überprüfen. Die Material-Checkliste kann dabei unterstützen.

Was bleibt im Rucksack?

Grundsätzlich verbleiben alle Materialien nach der Nutzung im Familienrucksack und werden für die nächste Familie wiederverwendet. Das sind die Stationskarten, die Fächermappe, die Tierfiguren sowie weitere Arbeits- und Kreativmaterialien.

Eine Ausnahme bilden die von den Familien gestalteten Methodenblätter. Diese können selbstverständlich mit nach Hause genommen werden. Sie dienen nicht nur als Erinnerung an die gemeinsame Expedition, sondern können auch nachhaltig im Familienalltag genutzt werden. So kann beispielsweise die in der Wetterstation entstandene Wetterkarte weiterhin als Gesprächsanlass für Gefühle und Stimmungen dienen. Auch das Familienwappen oder die Speisekarte zum Wohlbefinden können sichtbar aufgehängt werden und Familien immer wieder an ihre gemeinsamen Stärken, Werte und Kraftquellen erinnern.

Die Material-Checkliste unterstützt dabei, den Familienrucksack nach der Nutzung auf Vollständigkeit zu überprüfen und für die nächste Ausleihe vorzubereiten.



Das Herzstück: Stationskarten und Methodenblätter

Das Herzstück der Expedition WIR sind die Stationskarten. In der richtigen Reihenfolge ausgelegt bilden sie einen Weg oder Pfad, der Familien durch die gemeinsame Expedition begleitet. Eine Vorlage hierfür befindet sich in der Anleitung im Familienrucksack.

Die Rückseiten der Stationskarten greifen das Storytelling der gemeinsamen Reise auf und führen in die Aufgabe der jeweiligen Station ein. Über kleine Geschichten, Bilder und Impulse entsteht so ein spielerischer Zugang zu den verschiedenen Themen der Expedition.

Zu jeder Stationskarte gehört ein passendes Methodenblatt, das sich in der Fächermappe im Familienrucksack befindet. Die Methodenblätter ergänzen die Stationskarten und unterstützen die kreative und praktische Bearbeitung der einzelnen Stationen. Sie enthalten beispielsweise Reflexionsfragen, kreative Aufgaben oder Anregungen für kleine Rituale und gemeinsame Erfahrungen innerhalb der Familie.

Die Materialien verstehen sich dabei als Einladung und Orientierung. Familien entscheiden selbst, welche Impulse sie aufgreifen und wie sie ihre persönliche Expedition gestalten möchten.

Überblick über die Stationen

Bei der Expedition WIR begeben sich Familien symbolisch auf eine gemeinsame Wanderung oder Expedition und gelangen dabei zu unterschiedlichen Stationen. Die insgesamt acht Stationen beschäftigen sich mit Themen wie Stärken, Kraftquellen, Zusammenhalt, Kommunikation, Wohlbefinden und Selbstfürsorge innerhalb des Familiensystems.

Die Geschichten und Bilder der einzelnen Stationen schaffen einen spielerischen Zugang und bilden einen roten Faden durch die gesamte Expedition WIR. So entstehen kleine gemeinsame Erlebnisse, die Familien auf ihre eigene Weise gestalten können. Für Familien, die die Geschichten lieber hören möchten, steht zusätzlich eine Hörversion der Expedition WIR zur Verfügung. Der QR Code zur Hörfassung befindet sich auf der Rückseite der Verpackung.

Grundsätzlich empfiehlt es sich, die Expedition möglichst in der vorgesehenen Reihenfolge zu durchlaufen, da auch die Geschichten aufeinander aufbauen. Die Station »Der zauberhafte Tierpfad« eignet sich besonders gut als gemeinsamer Einstieg in die Expedition, da die Familienmitglieder dort ihre persönlichen Tierbegleiter für die weitere Reise auswählen können.

Gleichzeitig bleibt die Expedition WIR flexibel nutzbar: Familien können einzelne Stationen an ihre Bedürfnisse anpassen, Pausen einlegen, Stationen überspringen oder Themen unterschiedlich intensiv bearbeiten.

Station	Ziel	Was kann entstehen?
Der zauberhafte Tierpfad	Eigene Stärken entdecken und Unterschiede wertschätzen	<i>Über die Tiermetapher Zugang zu Stärken der Familie schaffen, Wertschätzung, Perspektivwechsel und Identifikation</i>
Die Wetterstation	Gefühle wahrnehmen und ausdrücken	<i>Verständnis füreinander und Austausch über Bedürfnisse</i>
Das Wappen am Waldtor	Zusammenhalt und Familienidentität stärken	<i>Zugehörigkeit, Stolz und gemeinsame geteilte Werte, Stärkung des Selbstbilds der Familie</i>
Gasthaus »Zum Wohlbefinden«	Wohlbefinden und stärkende Momente bewusst machen	<i>Neue Ideen für Selbstfürsorge und gemeinsame Zeit, verdeckte Ressourcen wieder sichtbar machen</i>
Die geheimnisvolle Quelle	Energiequellen und Energieräuber erkennen	<i>Verständnis für eigene Bedürfnisse, Handlungsspielräume der Familie erweitern</i>
Der Baum der Stärken	Ressourcen und Fähigkeiten sichtbar machen	<i>Vertrauen in eigene Stärken und gegenseitige Wertschätzung</i>
Das verflixte Funkloch	Ruhe, Verbindung und gemeinsame Zeit erleben	<i>Nähe, Entschleunigung und neue Rituale</i>
Die Schutzhütte	Erfahrungen reflektieren und sichern	<i>Orientierung, Zusammenhalt und Zuversicht</i>

DER FAMILIENRUCKSACK

EXPEDITION WIR

1 Der zauberhafte Fernpfad

Dreht die erste Stationkarte um und lest euch von ihr alles, was ihr eine Station gemacht, selbst etwas erzählt, selbst und alles was, falls es etwas wichtig war – der Wald ist grünlich, alles, was die unterwegs ausmacht sehr spannend, weil ihr eigene Familiengeschichte.

Der zauberhafte Tierpfad

Alles, was die Welt sieht
in neuer Fülle, Vorwand
denn: ihr habt euch alles
in euch, was die Welt ist.

Das Wappen
am Waldrand

4 **Gasthaus zum Wohlbefinden**

*Wer weiß nicht alles
an einem Tag schaffen.
Gut kann wenig in einem Tag.
Pfeiler sind Teil der Weisheit.*

6 **Der Baum der Stärken**

Wie schnell lässt Paulus, sanfter Schelle, Stärken, Erleuterungen und Kraftquellen.

Die geheimnisvolle volle Quelle

5

Nachdem wir
uns auch getraut
hatten hier,
was wir nicht brauchten

Die Zone darf draußen
bleiben. Nur auf weiß, sonst
wird es stark wackeln!

Die Schutzzone

Materialien, Downloads und Kontakt

Materialien und Downloads

Auf der Website finden Fachkräfte und Familien weiterführende Informationen rund um die Expedition WIR – Der Familienrucksack.

Dort stehen unter anderem folgende Materialien zur Verfügung:

- Methodenblätter zum Download als PDF
- die Begleitbroschüre zur Expedition WIR
- eine Hörversion der Expedition WIR – Der Familienrucksack
- ergänzende Informationen zur Nutzung des Familienrucksacks
- aktuelle Hinweise und Weiterentwicklungen des Angebots

Über die Website kann außerdem der Familienrucksack bestellt werden. Darüber hinaus finden sich dort Informationen zu verfügbaren Materialien sowie zu Möglichkeiten der Nachbestellung.

www.familienrucksack.org

Fragen, Anregungen und Kontakt

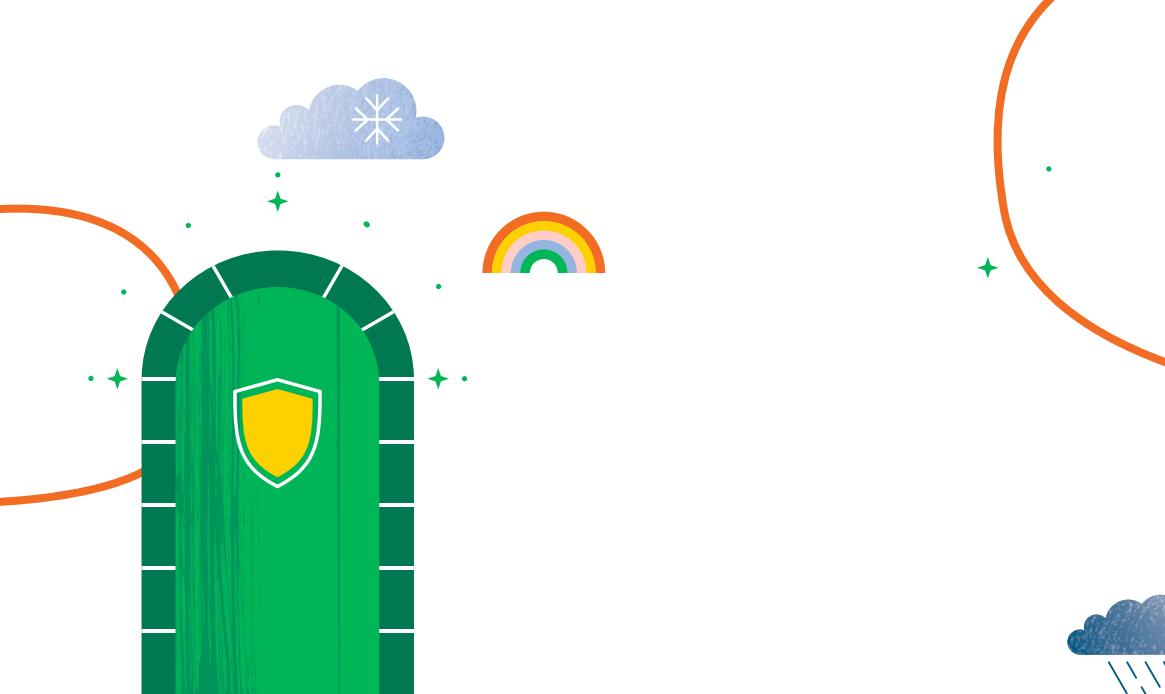
Die Expedition WIR wurde gemeinsam mit Familien und Fachkräften entwickelt und lebt von den Erfahrungen aus der Praxis. Rückmeldungen, Anregungen und Ideen zur Weiterentwicklung sind daher ausdrücklich willkommen.

Auch bei Fragen zur Nutzung des Familienrucksacks, zu Einsatzmöglichkeiten oder organisatorischen Themen können Sie sich gerne an uns wenden.

Landesvereinigung für Gesundheitsförderung Thüringen e.V. – AGETHUR –
Carl-August-Allee 9 · 99423 Weimar
info@agethur.de

www.agethur.de





Umgesetzt durch

Landesvereinigung für Gesundheitsförderung
Thüringen e.V. – AGETHUR –

Im Rahmen der

Überregionalen Familienförderung in Thüringen

Gefördert von

Thüringer Ministerium für Soziales, Gesundheit,
Arbeit und Familie sowie der AOK PLUS

Illustration und Gestaltung

Melissa Fiebig

Mehr Informationen

www.familienrucksack.org



Landesvereinigung für
Gesundheitsförderung
Thüringen e.V.



Gefördert vom:

Freistaat
Thüringen



Ministerium
für Soziales, Gesundheit,
Arbeit und Familie

AOK PLUS 
Die Gesundheitskasse
für Sachsen und Thüringen.