

„Ein Bewegungsprojekt,  
bei dem nicht nur die Pfunde purzeln,  
sondern das auch Spaß macht,  
ist genau das Richtige für starke Kids!“  
– Tim Kurzbach, Oberbürgermeister  
der Stadt Solingen



„Ich finde es richtig toll, wie hier  
versucht wird, übergewichtigen  
Kindern und Jugendlichen den Spaß  
an Bewegung und dadurch auch Le-  
bensfreude zu vermitteln. Fitness ist  
die Grundlage für unsere körperliche  
und geistige Gesundheit.“  
– Dr. Claus Pommer, Bürgermeister  
der Stadt Hilden



Sportmühle

REHA MED



Übergewicht oder motorische Probleme?  
Diese Sportprojekte helfen Kindern und Jugendlichen:

# „Fröhlich in Bewegung mit Kater Salabim“ & „Fit and Fun“



Sportprojekte,  
die Spaß machen für:

- Kindergartenkinder
- Grundschulkinder
- Jugendliche

# Das Projekt

Sport machen, ohne immer das Schlusslicht zu sein. Bewegung als etwas Schönes erleben. Freundschaften schließen. Das Sozialpädiatrische Zentrum (SPZ) am Klinikum Solingen und die BERGISCHE KRANKENKASSE machen das möglich. Im Sommer 2021 gründeten sie die Projekte „Fröhlich in Bewegung mit Kater Salabim“ und „Fit and Fun“. Kinder und Jugendliche mit Übergewicht oder motorischen Problemen verbessern seitdem spielerisch ihre Fitness. Spaß ist garantiert. Ohne Leistungsdruck.

## Weitere Fragen?

Diplom-Psychologin Sandra Kratz  
Sozialpädiatrisches Zentrum (SPZ)  
Städtisches Klinikum Solingen  
0212 - 547 2060  
[Kratz.Sandra@klinikumsolingen.de](mailto:Kratz.Sandra@klinikumsolingen.de)



Weitere Infos unter:

[bergische-krankenkasse/katersalabim](http://bergische-krankenkasse/katersalabim)



# Termine

Mit Rehasport-  
Verordnung  
kostenlos.

## Solingen:

„Kater Salabim“ für Kindergartenkinder,  
angeboten vom TSV Solingen-Aufderhöhe 1877 e. V.:

- donnerstags 17.00 bis 17.45 Uhr,  
Turnhalle Grundschule Bünkenberg,  
Sperlingsweg 4-6, 42657 Solingen
- **Kontakt: Yorik Heiber, Tel. 0212-61955,**  
[yorik.heiber@tsv-solingen.de](mailto:yorik.heiber@tsv-solingen.de)

Rehasport für junge Menschen, angeboten vom  
Wald-Merscheider-Turnverein 1861 e. V. (WMTV):

- „Kater Salabim“ für 6- bis 9-Jährige, montags  
17.00 bis 17.45 Uhr, Turnhalle Gottlieb-Heinrich-  
Straße (Hausnummer 33),
- „Kater Salabim“ für 10- bis 12-Jährige, montags  
17.45 bis 18.30 Uhr, Turnhalle Gottlieb-Heinrich-  
Straße (Hausnummer 33),
- „Fit and Fun“ für 12- bis 16-Jährige, donnerstags  
17.00 bis 17.45 Uhr, Turnhalle Scheidterstraße,  
(Hausnummer 3),
- **Kontakt: Andreas Lukosch, Tel. 01577-2152300,**  
[Lukosch@wmtv.de](mailto:Lukosch@wmtv.de).

## Hilden:

- Verein „Reha-Med – Dabei sein durch Sport  
Mettmann / Düsseldorf e.V.“ in der Sport-  
mühle Hilden, Berliner Str. 55, 40721 Hilden:
- „Kater Salabim“ für 6- bis 10-Jährige,  
samstags 14.00 bis 15.00 Uhr,
- „Fit and Fun“ für 11- bis 16-Jährige,  
samstags 15.00 bis 16.00 Uhr,
- **Kontakt: Susanne Moresco, Tel. 02103-69055,**  
[reha.med.hilden@gmail.com](mailto:reha.med.hilden@gmail.com).