

Jahresbericht 2021

Kinderyoga für Chancengleichheit und Teilhabe
Wir machen Kinder in Brennpunkten stark!



**Kaya
Kinder
Yoga**



Liebe Leser:innen,

ich freue mich, Ihnen heute unseren ersten Jahresbericht präsentieren zu können! Gemeinsam haben wir bereits im Gründungsjahr unseres Vereins viel erreicht. Wir sind stolz, trotz der schwierigen Pandemie-Lage zahlreiche Yogaprojekte gestartet zu haben. Rund 150 Kinder aus sechs Kitas können im Kitajahr 2021/22 an unserem Programm teilnehmen und mit Yoga einen Weg entdecken, wie sie sich stärken, entspannen und einfach sie selbst sein können.

Zuallererst möchte ich Ihnen und Euch für die Unterstützung und das Vertrauen danken! Gemeinsam können wir viel bewegen und Kindern helfen, die diese Hilfe dringend benötigen!

Die Idee zum Verein entstand an einem Abend im August 2020. Nach meiner dritten Elternzeit war ich auf der Suche nach einer neuen beruflichen Herausforderung. Ich habe mir die Frage gestellt, welche Themen ich mit Leidenschaft verfolge, wie ich meine Kompetenzen sinnvoll einbringen kann und was mir wichtig ist.

Dabei fand ich sehr schnell folgende Antworten:

- **Yoga:** Schon als Jugendliche habe ich Tai Chi und Yoga in der Volkshochschule geübt. Durch Kurse beim Uni-Sport habe ich schließlich eine regelmäßige Yogapraxis aufgenommen, die mich nun seit über 20 Jahren in allen Lebenslagen stärkt.
- **Kinder:** Ich habe selbst drei Kinder und festgestellt, dass ich auch beruflich gern mit Kindern arbeiten würde. Kinder sind fantasievoll, ganz im Moment, stark und wunderbar und wir können viel von ihnen lernen. Gleichzeitig gibt es im Yoga so vieles, das wir ihnen zeigen können, um sie in ein zufriedenes, gesundes und selbstbestimmtes Leben zu begleiten.
- **Engagement:** Durch meine Arbeit im Anne Frank Zentrum e.V. und den Einsatz gegen Diskriminierung, Rassismus und Antisemitismus ist mir noch deutlicher geworden, dass es auf das Engagement jedes einzelnen Menschen in unserer Gesellschaft ankommt. Ich finde, wir alle haben die Verantwortung, Gutes zu tun, insbesondere wenn wir die Ressourcen dafür haben. Kinderarmut und die Situation benachteiligter Kinder sind schon länger Themen, die mich sehr bewegen.



Beim Blick auf diese drei Punkte „Yoga – Kinder – Engagement“ war schnell klar, dass ein Kinderyoga-Verein zur Stärkung benachteiligter Kinder mein Herzensprojekt werden würde! Heute bin ich sehr glücklich, dass ich nach absolvierter Kinderyoga-Ausbildung, Gründung eines Vereins und Aufbau eines kleinen Teams genau da bin, wo ich hinwollte: Ich organisiere Projekte für benachteiligte Kinder und kann gleichzeitig direkt mit ihnen arbeiten und mit eigenen Augen sehen, wie gut ihnen Yoga tut.

Viele Momente in den vergangenen Monaten haben mich sehr berührt:

- als ein Mädchen gleich nach der ersten Stunde aus dem Raum lief und mir kurz danach mit leuchtenden Augen einen kleinen gefalteten Vogel als Dank überreichte
- als die Kinder nach dem Lauschen der Klangschale – einer schwierigen Aufgabe besonders für Kinder mit ADHS – gleich noch einmal lauschen wollten,
- wie kreativ und begeistert Kinder die Tier-Posen ausprobieren und ihren Körper dabei ganz neu entdecken
- als mir berichtet wurde, wie ein Mädchen auf dem Spielplatz das Mut-Mudra machte und dann eine schwierige Übung in Angriff nahm
- als mir eine Erzieherin erzählte, wie sie mit den Kindern in aufregenden Situationen die Pustebblumen-Atmung nutzt.

Natürlich gibt es auch viele herausfordernde Situationen. Wir sind in Kitas aktiv, in denen viele Kinder in schwierigen familiären Verhältnissen leben, verhaltensauffällig sind, sich nur schwer entspannen und konzentrieren können oder kaum Deutsch verstehen. Wir haben uns darauf gut vorbereitet und lernen mit jeder Stunde noch besser, wie wir darauf eingehen und wie wir die Stunden so gestalten können, dass jedes Kind bestmöglich davon profitiert.

Seit September 2021 laufen unsere Kurse und wir erreichen damit bis Juni 2022 insgesamt 150 Kinder. Im Kitajahr 2022/23 wollen wir in 10 Kitas aktiv sein und 300 Kinder zum Yoga einladen. Bitte helfen Sie mit, dieses Ziel zu verwirklichen! Jeder Euro hilft und jede Art von Unterstützung bringt uns weiter.



Von Herzen danke ich:

- unseren engagierten Gründungsmitgliedern für das Vertrauen in das Projekt
- den engagierten Kitas und den Eltern, die uns dabei unterstützen ihren Kindern die wertvollen Yoga-Übungen zu vermitteln, sogar in der von Einschränkungen und Stress geprägten Corona-Zeit
- unseren ersten Yogalehrerinnen Lena und Florentine für die Arbeit an den Inhalten und das einfühlsame, kreative und kompetente Unterrichten und unserem neuen Team-Mitglied Sabrina für ihr Interesse und Engagement
- unseren ersten finanziellen Förderern: den Spender:innen und der Initiative Freischwimmen21.
- Rachel Brooker (Turiya Yoga Berlin), Andrea Helten (Kinderyoga Berlin) und Claudia Rühle (Sunlight Kids Yoga) für ihre großartigen und inspirierenden Kinderyoga-Ausbildungen
- allen anderen, die sich für unsere Arbeit interessieren und uns unterstützen!

Herzlich Ihre

Janine Quandt

Vorstand und Projektleitung



Aus dem Feedbackbogen der Kita Löwenzahn:

+ gute Inhalte, altersgerechte Gestaltung + Abwechslung zum hektischen Alltag + ruhigere Kinder zeigen sich selbstbewusster + sie ahmen Elemente nach und zeigen dabei viel Ausdauer, sie achten und akzeptieren sich gegenseitig + gute Vorbereitung des Kurses + Lehrerin geht gut auf alle Kinder ein + bringt Themen gut und kindgerecht rüber + tolle Atmosphäre





Unser Verein und unsere Mission

Kaya Kinderyoga e.V. engagiert sich für Chancengleichheit und eine bessere gesellschaftliche Teilhabe von benachteiligten Kindern. In Berliner Brennpunkt-Vierteln geben wir kostenlose Yogakurse direkt in den Kitas. Damit stärken wir Vorschulkinder auf dem Weg in die Schule, unabhängig von ihrer Herkunft und dem Einkommen ihrer Eltern.

Viele Kinder in unseren Partner-Kitas wachsen in Armut auf und sind sozial, emotional oder anderweitig benachteiligt. Die Kinder leiden oft unter Bewegungsmangel, psychischen Belastungen, schwierigen familiären Situationen, langen Bildschirmzeiten, ungesunder Ernährung und mangelnder Teilhabe an Freizeit- und Bildungsangeboten. Dies führt zu vielen Beschwerden, beeinträchtigt die altersgerechte Entwicklung und hat negativen Einfluss auf den Schuleintritt und die gesamte Schullaufbahn. Dabei ist Bildung die größte Chance benachteiligter Kinder, um ein gesundes, zufriedenes und selbstbestimmtes Leben zu führen.

Unsere Mission ist es, die Kinder auf körperlicher, geistiger, seelischer und sozialer Ebene nachhaltig zu stärken. Die Wirkung von Kinderyoga ist wissenschaftlich nachgewiesen. Die Kinder erlangen körperliche und innere Stärke, lernen sich zu entspannen und zu konzentrieren und verbessern ihr Selbstwertgefühl und ihr Sozialverhalten.

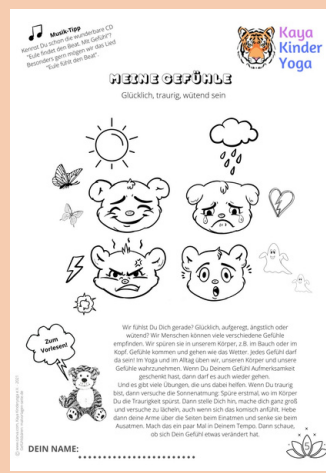
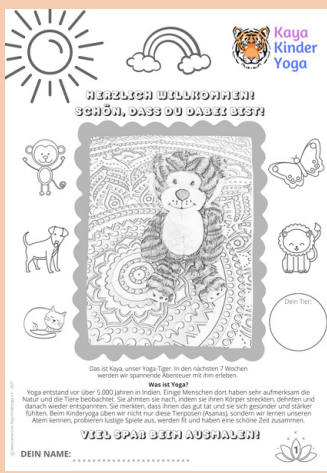
Vereinsgründung

Unser Verein Kaya Kinderyoga e.V. wurde am 19. März 2021 von sieben Menschen gegründet und am 1. April in das Vereinsregister beim Amtsgericht Charlottenburg eingetragen. Janine und Robert Quandt sind als Vorstand des Vereins tätig. Am 5. Juli erfolgte der Feststellungsbescheid durch das Finanzamt für Körperschaften 1, wonach Spendenbescheinigungen ausgestellt werden können.

Erzieherin der Kita Wiesenhütter:

„Die Kinder freuen sich immer sehr aufs Yoga und die Kinder, die noch nicht dran waren, sind voller Vorfreude.“





Nach jeder Stunde bekamen die Kinder ein Ausmalbild, passend zum Thema der Stunde.

Konzeption, inhaltliche Arbeit und Kursverlauf

Ein großer Schwerpunkt der Arbeit in den ersten Monaten war die Konzeption der Kurse und die Erarbeitung der Inhalte. Die Grundlage dafür bildeten zwei Entscheidungen:

1. Die Kurse sollen sich an Vorschulkinder richten, also Kinder im Alter von 5 bis 6 Jahren, mit dem Ziel sie auf dem Weg in die Schule zu stärken.
2. Wir entschieden uns für ein 8-wöchiges Kurskonzept. Ziel war es, dadurch allen Vorschulkindern einer Kita die Teilnahme zu ermöglichen. In kleinen Gruppen von je 6 Kindern sollten die Kinder 8 Wochen lang Yoga üben. Bei 2 Kursen hintereinander an einem Vormittag pro Woche würden also 12 Kinder im ersten Kursdurchgang, weitere 12 im zweiten Kursdurchgang etc. teilnehmen können. Jede Kita betreut zwischen 20 und 35 Vorschulkindern, sodass bis zu drei 8-wöchige Kursdurchgänge pro Kita für das Kitajahr 2021/22 geplant wurden.

Wir haben eine Sammlung aller relevanten Yoga-Asanas, Spiele, Atem-, Achtsamkeits- und Entspannungsübungen erstellt und Themen ermittelt, die für Vorschulkinder wichtig sind, u.a. Gefühle, Mut, Körpergefühl, Körper stärken, Konzentration und Entspannung. Im Anschluss haben wir acht aufeinander aufbauende Stundenbilder rund um Kaya, unser Tiger-Maskottchen, erarbeitet und diese Stunden in den Kitas durchgeführt. Zu jeder Stunde wurde ein themenspezifisches Ausmalbild für die Kinder gelayoutet. In der 8. Yogastunde wurden die Kinder für die Teilnahme ausgezeichnet und haben eine Urkunde und einen Ausdruck des Sonnengrußes erhalten.

Wöchentlich haben wir uns im Team über unsere Erfahrungen mit den Stunden ausgetauscht. Nach Ablauf des ersten 8-wöchigen Kursdurchgangs fand ein Teamworkshop zur Überarbeitung und Anpassung der Stundenbilder statt. Auch die Feedbacks der Kitas sind dort eingeflossen.

O-Töne von Kindern auf die Frage, wie sie es fanden:

- Noah:** „Für mich war es gut und toll.“
- Finn:** „Sehr gut.“
- Selina:** „Spaß und gut.“
- Esmey:** „Ja. Ich will mitmachen.“





Zwei wichtige Schlussfolgerungen haben sich daraus ergeben:

1. Die Stundenbilder werden in Zukunft flexibler, einfacher und offener gestaltet, um sie besser an die jeweiligen Gruppen anpassen zu können und insbesondere Kinder zu integrieren, die schlecht Deutsch verstehen oder verhaltensauffällig sind. Der Stundenablauf, die Rituale für Beginn und Ende der Stunde und bestimmte Elemente wie der Sonnengruß und die Klangschalenmeditation werden weiterhin in allen Kursen gleich sein. Bei der Ausgestaltung der Erwärmung, der Asanas, der Spiele und der Entspannungsphase werden die Yogalehrer:innen zukünftig selbstständiger arbeiten, um den Bedürfnissen der Kinder besser zu begegnen.
2. Ein 8-wöchiger Kurs ist für die Kinder zwar wertvoll und vermittelt wichtige Grundlagen, ist aber zu kurz, um eine langfristige Stärkung der Kinder zu gewährleisten. Daher werden wir zukünftig Kurse von September bis Juni für die Vorschulkinder anbieten und das Programm im Kitajahr 2022/23 inhaltlich und strukturell auf mehreren Ebenen ausbauen.

Die Kurse in Zahlen

103 Kurseinheiten à 45 min mit durchschnittlich je 6 Kindern haben in 6 Kitas im Zeitraum von September bis Dezember 2021 stattgefunden. 77 Einheiten wurden gegen Honorar und 26 ehrenamtlich unterrichtet. Zusätzlich fanden in 12 Kurseinheiten ehrenamtliche Hospitationen mit Coaching statt.

Unterrichten in Zeiten von Corona

Die Kurse begannen wie geplant Anfang September 2021. Nur wenige einzelne Kurstermine mussten Corona-bedingt abgesagt bzw. verschoben werden. In der zweiten Dezemberhälfte wurde wegen der steigenden Inzidenzen eine Kurspause mit den Kitas vereinbart. Ein geplanter Start in einer Neuköllner Kita im Dezember musste wegen der Corona-Pandemie leider verschoben werden.

Wir haben ein Corona-Hygienekonzept erstellt und die Hygienekonzepte der Kitas berücksichtigt. Per Fragebogen und im Gespräch wurden zudem mit jeder Kita die Test- und Hygienemaßnahmen abgestimmt.



Neu: Kurse für Vorschul-Kinder
New: Classes for Preschoolers

Kostenfrei hier in der Kita - For free here in your Kita

Wir laden alle Vorschul-Kinder zu einem Yoga-Kurs ein!

- 1x pro Woche für 8 Wochen
- samstags hier in der Kita
- von qualifizierten Kinder-Yoga-Lehrer:innen geleitet
- offen für alle, kein religiöser Kontext
- kostenfrei dank Spenden + Ehrenamt

Den gesamten Kurszeiten für Ihr Kind sollt ihr bei der Kita-Team mit.

We invite all preschool kids to yoga classes!

- once a week for 8 weeks
- on the morning here in your Kita
- taught by qualified kids yoga teachers
- open for everybody, no religious content
- free of charge and possible thanks to donation and voluntary work

Please do your Kita-Team about the exact date for your child.

Kaya Kinderyoga ...

- ... fördert die Beweglichkeit und starke Körper- und Körpergefühl
- ... lehrt die Kinder, sich zu entspannen und zu konzentrieren
- ... stärkt Selbstbewusstsein, Freundlichkeit und Respekt im Umgang miteinander
- ... promotes mobility and strengthens body and body awareness
- ... teaches children to relax and concentrate
- ... strengthens self-confidence, friendliness and respect

Wir freuen uns über Ihre Teilnahme an:
 • **Freshwimen**

Ein Angebot vom Programm by:
 Kaya Kinderyoga e.V.
 info@kaya-kinderyoga.de
 www.kaya-kinderyoga.de

Über einen Aushang wurden die Eltern in der Kita über das neue Angebot informiert.

Kooperationen mit den Kitas

Als Zielregion für die Pilotphase wurden Lichtenberg und Hohenschönhausen ausgewählt. Dank der freundlichen Vermittlung des Familienbüros und Jugendamts Lichtenberg konnten wir bereits im Juni 2021 mit interessierten Kitas ins Gespräch kommen und diese später alle in das Programm aufnehmen.

Folgende Schritte unternahmen wir in jeder Kita:

- telefonisches Erstgespräch zur gegenseitigen Vorstellung
- Termin vor Ort zur Besichtigung der Räume, Klärung organisatorischer und inhaltlicher Fragen
- Unterschreiben der Kooperationsvereinbarung
- Übermittlung folgender Materialien an die Kitas: Aushang Elterninfo, Briefing-Dokument für teilnehmende Erzieher:innen (7 Seiten), ggf. Einverständniserklärung für die Eltern, Hygienekonzept
- Kursstart Anfang September 2021 in fünf Kitas
- in der 8. Yogastunde feierliche Auszeichnung der Kinder
- Feedbackbögen und Zwischengespräche mit den Kitas
- Handout mit Tipps zum Yoga in Kitas für Erzieher:innen (6 Seiten)
- Start des nächsten 8-wöchigen Durchgangs im November
- Yogapause wegen Corona ab Mitte Dezember

Die Zusammenarbeit mit den Kitas funktionierte sehr gut. Dies ist in Zeiten von Personalengpässen und vielen Corona-bedingten Schwierigkeiten nicht selbstverständlich. Ein zusätzliches Angebot in den Kita-Alltag zu integrieren, ist erst einmal mit einem gewissen Aufwand verbunden. Wir versuchen diesen gering zu halten, indem wir flexibel auf die Wünsche der Kitas reagieren, hilfreiche Unterlagen bereitstellen usw.

In fünf Kitas in Lichtenberg/Hohenschönhausen starteten Anfang September unsere Kurse. In einer weiteren Kita starteten wir Anfang Dezember.

Unsere Partnerkitas in Lichtenberg im Jahr 2021 waren: das KiFaZ Leuchtturm, die Kita Matt Lamb, der Kindergarten Löwenzahn, der FRÖBEL-Kindergarten Simon Bolivar, die Kita Kinderhaus und die Kita Wiesenhüpper.

Feedback der Kita Löwenzahn:

„Die Kinder und Erzieherinnen konnten durch Motivation, Fantasie, Spaß, Bewegung und Entspannung gut folgen. Gleich nach der 1. Stunde verlangten die Kinder eine Wiederholung und zeigten, welche Dinge sie im Yoga gelernt haben.“





Lehrerinnen-Team

Janine, Florentine und Lena haben die Kurse im Jahr 2021 unterrichtet und begleitend mehrere Kinderyoga-Aufbaukurse absolviert, u.a. zu den Themen Anatomie, kreatives Kinderyoga, Anti-Bias und Yoga für Kinder mit seelischer Belastung.

Seit Oktober ist außerdem Sabrina im Team, die nach einigen Hospitationen nun startklar für einen eigenen Kurs ist.

Ausstattung

Zur Weiterbildung und für die Durchführung der Kurse konnte verschiedenes Material angeschafft werden: u.a. Yogaliteratur und -karten, das Kuscheltiermaskottchen und neun Yogamatten zur Ausleihe an eine Kita.

Öffentlichkeitsarbeit

Das wichtigste Ziel der Öffentlichkeitsarbeit im Jahr 2021 war es, über unser Angebot zu informieren und den Verein bekannt zu machen.

Wir konnten dazu folgende Maßnahmen erfolgreich umsetzen:

- Erstellung eines Logos
- Launch der Website www.kaya-kinderyoga.de im März 2021 und seitdem kontinuierliche Aktualisierung und Erweiterung
- Layout eines Flyers zur Ansprache der Kitas
- You Tube: Im Rahmen der Woche der seelischen Gesundheit 2021 kooperierten wir mit dem Verein für aktive Vielfalt e.V. und erstellten Videos zu Kinderyoga, die online auf unserer Website abgerufen werden können: <https://www.kaya-kinderyoga.de/zu-hause-ueben>
- erste Planungen für einen Instagram-Account

Durch Nutzung der Tools Canva und Wix konnte auf externe Dienstleister:innen verzichtet werden.



Finanzen

Die Konzeption und inhaltliche Arbeit, die Organisation und Leitung des Projekts, die Öffentlichkeitsarbeit, Finanzakquise und Buchhaltung sowie die Vorstandsarbeit erfolgten im Jahr 2021 ehrenamtlich. Die Yogakurse sind für die Kinder und die Kitas komplett kostenfrei. Uns ist es jedoch wichtig, die wertvolle Arbeit der Yogalehrer:innen zu honorieren. Damit erkennen wir zum einen die Arbeit als Yogalehrer:in als eine haupt- oder nebenberufliche Tätigkeit an, die auch die entsprechende finanzielle und zeitliche Investition in Aus- und Weiterbildung benötigt. Zum anderen sind wir an einer langfristigen Zusammenarbeit interessiert, da dadurch eine hohe Qualität der Arbeit gewährleistet und einem häufigen Wechsel der Lehrer:innen entgegengewirkt werden kann. Durch Förderung finanzierten wir 77 Yogaeinheiten. 26 Einheiten wurden durch den Vorstand ehrenamtlich unterrichtet.

Uns ist es im Jahr 2021 gelungen zwei Förderungen der Initiative Freischwimmen21 zu je 1.500 € zu erhalten und zudem mit zwei großzügigen Privatspenden ein Grundkapital für den Verein aufzubauen.

Im September haben wir unser Projekt bei Betterplace eingestellt und haben erste Spenden gesammelt, die im Jahr 2022 ausgezahlt werden können. Einen Hinweis auf die Spendenmöglichkeit haben wir auf unserer Website eingebettet.

Unser Verein zählt seit September 2021 zu den Unterzeichnern der Initiative Transparente Zivilgesellschaft und veröffentlicht unter <https://www.kaya-kinderyoga.de/transparenz> zehn Transparenz-Informationen.

Einnahmen 2021

Spenden:	12.138 €
Zuwendungen	
Freischwimmen21:	3.000 €
Vereinseintritt- u.	
Mitgliedsbeiträge:	119 €
Sonstige:	50 €*
Summe:	15.307 €

**einzige Einnahme im wirtschaftlichen Bereich*

Ausgaben 2021

Kurshonorare:	1.925 €
Fortbildungen + TN	
Kinderyogakonferenz:	1.619€
Notar:	28,56 €
EDV (Website, Canva):	124,99 €
Konto:	5 €
Fachliteratur, Bürobedarf,	827,02 €
Yogamaterial:	
Summe:	4.529,57 €

Überschuss: 10.777,43 €

Wir verpflichten uns Fördermittel effizient und wirtschaftlich einzusetzen. Ein Feststellungsbescheid liegt vor. Spendenbescheinigungen können ausgestellt werden.

Kaya Kinderyoga e.V. ist
Unterzeichner der:



Initiative
Transparente
Zivilgesellschaft

Wir danken der Initiative
Freischwimmen21 für die
Förderung!



betterplace.org Entdecken Spenden sammeln Über uns Anmelden

Kinderyoga für Chancengleichheit. Kostenlose Kurse in Brennpunkt-Kitas
Ein Projekt von Kaya Kinderyoga e.V. in Berlin, Deutschland



34 % finanziert	5 Spenden	516 € fehlen noch
--------------------	--------------	----------------------

[Jetzt spenden](#)

Du erhältst eine Spendenbescheinigung vom Spendempfänger betterplace (gut.org gAG).

Gemeinsam sammeln: Spendenaktion starten
Fans: 5 [Fan werden](#)

[Projekt teilen](#)

[Projektübersicht](#) [Spenden \(5\)](#) [Neuigkeiten \(3\)](#)

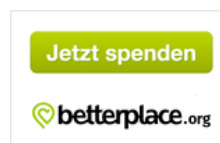
Auf Betterplace.org kann schnell und einfach gespendet werden.

Ihre Spende zählt!

Die Kurse sollen für die Kinder kostenfrei sein und bleiben. Damit ermöglichen wir es Kindern aus finanziell schwachen Familien, die positiven Wirkungen von Yoga kennen zu lernen. Wir sind auf Spenden angewiesen, um Honorare für die Lehrer*innen, Kosten für Materialien und laufende Kosten des Vereins zu tragen.

Wir sammeln Spenden über unser Konto und unter www.betterplace.org/p99510

Kaya Kinderyoga e.V. - BIC: GENO DEF1 SLR
IBAN: DE83 8306 5408 0004 2959 43
Deutsche Skatbank



Kaya Kinderyoga e.V. ist ein gemeinnütziger Verein und kann Spendenbescheinigungen ausstellen. Bei Spenden bis 200 € genügt als Vorlage beim Finanzamt der Kontoauszug.

Auch kleine Beiträge helfen weiter! Vielen Dank!

Unser Team sucht Unterstützung!

Du bist Kinderyogalehrer:in oder möchtest Dich in diese Richtung weiterentwickeln? Du bist an einem Austausch zum Thema Kinderyoga interessiert? Du möchtest mit Kinderyoga einen Zuverdienst realisieren oder Dich ehrenamtlich engagieren? Dann werde Teil unserer Kaya Kinderyoga Community! Wir treffen uns mindestens einmal im Monat zum Austausch, Weiterbilden und Yoga üben und freuen uns darauf, Dich kennenzulernen!

Du möchtest Dich engagieren und kennst Dich mit Social Media, Öffentlichkeitsarbeit, Grafik, PR, Buchhaltung, Recht, Website etc. aus oder möchtest Dich anderweitig einbringen? Dann melde Dich bei uns! Unser Projekt soll wachsen und dafür brauchen wir die Unterstützung von engagierten Menschen.



Kursbericht der Kindheitspädagogin Katja aus der Kita Matt Lamb

Kaya und das Zauberspray entführen unsere Kinder in das Land der Wünsche und Träume

Es ist etwas ganz besonderes - 1 Mal in der Woche kommen Janine oder Lena und laden unsere Kinder zu einer kleinen Auszeit ein. Sie dürfen die beiden Lehrerinnen in ihrem Kinder-Yoga-Kurs begleiten. Sie betreten unseren Theaterraum mit großen Augen und freuen sich auf alles, was sie erwartet. Der Raum ist liebevoll dekoriert, ehe Janine oder Lena unsere Kinder herzlich willkommen heißen. Gemeinsam reisen sie in die Sphäre der Feen, besuchen die Welt der Tiere - können leise und entspannt zu einem Stein oder Baum werden oder wild und losgelöst zu einem Affen oder Dinosaurier.

Wir sind sehr dankbar dafür, dass unseren Kindern eine solche Möglichkeit geboten wird - denn sie haben es verdient. Sie haben durch das Yoga die (für viele einmalige) Chance, an einem besonderen Moment teilzuhaben. Sie können sich jeden Mittwoch partizipativ dafür entscheiden und sie sind stolz darauf mitmachen zu dürfen.

Janine und Lena sind zwei sehr liebevolle Lehrerinnen, die herzlich und kindorientiert agieren, sich auf unsere Kinder einlassen. Wir Pädagog:innen stehen mit ihnen im ständigen Austausch über die Bedürfnisse unserer Kinder und so hat sich in unserer Kinder-Yoga-Zeit eine Beziehung entwickelt, in der nicht nur Janine und Lena den Kindern Yoga zeigen, sondern die Kinder den Kurs aktiv mitgestalten und jeder von jedem lernen kann.

Feedback der Kindheitspädagogin Nadja aus dem KiFaZ Leuchtturm

Ich kann glücklicherweise jede Woche mitbekommen, wie unsere Vorschulkinder aus dem KiFaZ Leuchtturm das Kinderyoga genießen. **Das Team um Kaya Kinderyoga zeichnet sich meiner Meinung nach durch 3 Punkte aus: Kompetenz, Flexibilität und schnelle Anpassungsfähigkeit.**

In unserer Kita haben die Kinder die Möglichkeit, ihre Angebote morgens frei zu wählen. Kaya Kinderyoga hat es geschafft, sich darauf einzustellen und passt die Yoga-Einheiten darüber hinaus den aktuellen Themen der Kinder an. Gleich zu Anfang waren sie flexibel genug, uns neue Termine zur Verfügung zu stellen, was bei uns häufig notwendig ist.

Und zum Punkt Kompetenz: Zum einen sind die grundsätzlichen Regeln für eine Yogaeinheit, die mit den Kindern immer durchgegangen werden, sehr wertvoll. **Aber auch die grundsätzliche pädagogische Einstellung der Yoga-Lehrer:innen ist großartig.**

Die Programme sind sehr kindgerecht und führen wunderbar ans Yoga heran. **Ich bin immer wieder überrascht, wie einzelne kleine Spiele oder „Rollen“ zu „richtigen“ Yogapositionen führen und werde dadurch inspiriert.** Ich finde es außerdem toll, wie sich gemerkt wird, welche Übungen gut ankommen und dass diese dann wiederholt werden. Und es wird berücksichtigt, welches Bedürfnis nach Bewegung gerade da ist.

Ich danke dem Kaya Kinderyoga-Team dafür und hoffe, dass noch mehr Kitas davon profitieren können.



Förderer gesucht!

Kinderyoga für Chancengleichheit und Teilhabe

Wir machen Kinder in Brennpunkten stark!

Mit kostenlosen Yogakursen stärken wir benachteiligte Kinder auf körperlicher, geistiger, seelischer und sozialer Ebene.

Ziel ist es, ihre Chancen auf eine erfolgreiche Schullaufbahn und ein gesundes, zufriedenes und selbstbestimmtes Leben zu erhöhen.

Wir arbeiten direkt in den Kitas, aktuell in benachteiligten Wohngebieten in Berlin Lichtenberg/Hohenschönhausen, zukünftig auch in Neukölln, Wedding u.a.

Das Projekt wirkt nachhaltig durch die Vermittlung von Übungen für den Alltag sowie das Einbeziehen des Kita-Teams und der Eltern.

Unser Projekt auf einen Blick:

- Pilotphase: 09/2021 - 07/2022 mit 6 Kitas und 150 Kindern
- 1. Projektjahr: 08/2022 - 07/2023 mit 10 Kitas und 300 Kindern
- kostenlose Yogakurse für alle Vorschulkinder einer Kita, unabhängig von Herkunft und Einkommen der Eltern
- in sozialen Brennpunkten in Berlin
- Integration in Kitaalltag + Weiterbildung des Kita-Teams + Einbindung der Eltern
- kompetentes Team: Kaya Kinderyoga Community
- ohne religiösen Kontext
- möglich durch Fundraising und Ehrenamt
- ein Projekt des Vereins Kaya Kinderyoga e.V.

Förderer gesucht!

Das im Jahr 2021 erfolgreich gestartete Projekt soll eine solide Basis bekommen und wachsen. Im Jahr 2021 haben wir 15.000 € eingeworben und die gesamte Organisation ehrenamtlich geleistet. Für die Förderung von 300 Kindern im Kitajahr 2022/23 benötigen wir rund 60.000 €. Mit 200 € pro Kind stärken wir es für sein gesamtes Leben!

Machen Sie mit und fördern Sie unser innovatives Projekt!

Damit engagieren Sie sich für die Chancengleichheit und eine bessere gesellschaftliche Teilhabe von benachteiligten Kindern!

Gern schicken wir Ihnen unsere ausführliche Projektbeschreibung.

Spendenkonto: Kaya Kinderyoga e.V., BIC: GENO DEF1 SLR, IBAN: DE83 8306 5408 0004 2959 43, Deutsche Skatbank





Impressum und Kontakt

Herausgeber

Kaya Kinderyoga e.V.
Am Märchenbrunnen 5, 10407 Berlin
www.kaya-kinderyoga.de
Instagram: [kaya.kinderyoga.ev](https://www.instagram.com/kaya.kinderyoga.ev)

V.i.S.d.P.

Janine Quandt, Vorstand
Tel. 0160/635.97.32
info@kaya-kinderyoga.de

Redaktion, Gestaltung: Janine Quandt

Lektorat: Robert Quandt

Fotonachweise:

Titel: istock/Rawpixel
S. 2, S. 3 li + re, S. 4 unten, S. 6, S. 7, S. 8 li, S. 9: Kaya Kinderyoga e.V.
S. 3 Mitte: Kita Matt Lamb
S. 4 oben, S. 5, S. 8 re, S. 10, S. 12, S. 13, S. 14, S. 15: Canva.com
S. 11: [Betterplace.org/Kaya Kinderyoga/Yan Kruko](https://www.betterplace.org/Kaya-Kinderyoga/Yan-Kruko)

In unseren Kursen immer mit dabei ist das Kuscheltier "Soft Cuddly Friends Toni Tiger" von Steiff (unbezahlte Werbung).

Berlin, Februar 2022

Vielen Dank, dass Sie uns Ihre Aufmerksamkeit geschenkt haben!



”Friede beginnt damit, dass jede:r von uns sich jeden Tag um seinen Körper und seinen Geist kümmert.

Thich Nhat Hanh



”Ist das Licht des Yoga einmal angezündet, verlischt es nie mehr. Je intensiver Sie üben, desto heller wird die Flamme leuchten.

B.K.S.Iyengar

”Yoga is not about touching your toes. It is what you learn on the way down.

Jigar Gor



Kaya
Kinder
Yoga