

# **GESUNDE KITA FÜR ALLE!**

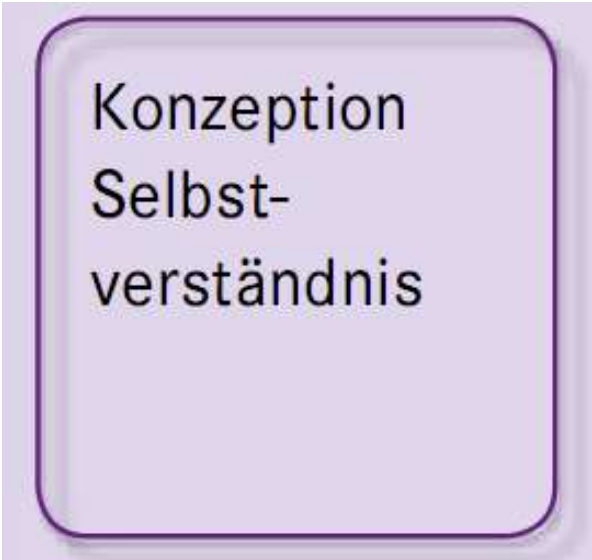
**Leitfaden zur  
Gesundheitsförderung  
im Setting Kindertagesstätte**

**Berlin, 23. Februar 2010**

**Dr. Antje Richter-Kornweitz, Landesvereinigung für Gesundheit &  
Akademie für Sozialmedizin Niedersachsen e.V.**

# Gute Praxis in der Gesundheitsförderung

- Bisher nicht miteinander verbundene Themen unter dem Fokus „Gesundheitsförderung“ in *ein* Konzept einbinden
- Gesundheitsförderung ist selbstverständlich



Konzeption  
Selbst-  
verständnis

# Gesundheitsförderung im Setting Kita

- Hintergrund
  - Begriffe
  - Handlungsfelder
  - Themen
- Umsetzung
  - Regeln und Prinzipien
  - Gesundheitsmanagement
  - Checkliste
- Werkzeugkasten
  - Arbeitsvorlagen
  - Steckbriefe
  - Links und Literatur

wie geht

das?

# 1\_\_2\_\_3\_\_4\_\_ Hintergrund

Was heißt eigentlich Gesundheitsförderung genau und was beeinflusst Gesundheit und Wohlbefinden? Wie in jeder anderen Fachdisziplin auch gibt es in der Gesundheitsförderung eine eigene Sprache, einen besonderen Denkstil oder eine bestimmte Handlungslogik. Zum besseren Verständnis werden grundlegende Begriffe, Ideen und Themen hier erklärt.

## 2.1 Gesundes Aufwachsen fördern

In jedem Lebensalter müssen Mädchen und Jungen Kompetenzen erlernen, die für ein gesundes Aufwachsen von zentraler Bedeutung sind. Wichtige Weichen werden dafür bereits früh gestellt. Doch was brauchen sie, um gesund aufzuwachsen?

Gesundheit und Wohlbefinden sind abhängig von den Arbeits-, Lern-, und Lebensbedingungen des Alltags. Sie prägen die gesundheitliche Entwicklung des Einzelnen sowie Werte, Einstellungen und Verhaltensweisen. Das gilt auch für heranwachsende Mädchen und Jungen. Wie ist also ein gesundes Aufwachsen *vor Ort* möglich? Wie kann man Kinder, Eltern und weitere Beteiligte zu Gesundheit und gesundheitsgerechtem Verhalten befähigen? Wo liegen die Risiken für die Gesundheit von Kindern? Wie kann man ihre gute Entwicklung ermöglichen?

Wer Gesundheit fördern will, darf sich nicht nur auf die Vermeidung von Krankheiten konzentrieren, sondern sollte auch die gesundheitsförderlichen Potenziale (*Ressourcen*) unterstützen. Diese Ausrichtung auf die Stärkung von Ressourcen ist ein zentrales Merkmal von Gesundheitsförderung.

Gesundheitsförderung in der Kindertagesstätte will dieses positive Konzept von Gesundheit vermitteln. Sie setzt an den Lebens- und Arbeitsbedingungen in der Kita an, will die Rahmenbedingungen in der Einrichtung beeinflussen und allen Menschen, die sich in der Kita regelmäßig aufhalten (d. h. Kindern, Beschäftigten, Eltern), gesundheitsförderliches Verhalten und Wissen vermitteln.

Ein positives Konzept von Gesundheit vermitteln, das heißt beispielsweise „Freude an der Bewegung“, „Genuss am gesunden, leckeren Essen“, „Motivation für pädagogische Fachkräfte und Eltern bei den Planungen über die neue Gestaltung des Freigeländes“ oder auch „gegenseitige Wertschätzung im Klein- und Gesamtteam“. Das erfordert anhaltende, kontinuierliche Zusammenarbeit mit allen Beteiligten auf gleicher Augenhöhe.

Ganzheitlichkeit  
Gesundheitsförderung in der Kita berücksichtigt Lebens- und Arbeitsbedingungen in der Einrichtung. Gesundheitspotenziale werden weiterentwickelt und Belastungen reduziert.

Gesundheitsförderung  
Gesundheitsförderung zielt auf einen Prozess ab, allen Menschen ein höheres Maß an Selbstbestimmung über ihre Gesundheit zu ermöglichen und sie damit zur Stärkung ihrer Gesundheit zu befähigen. Um ein umfassendes körperliches, seelisches und soziales Wohlbefinden zu erlangen, ist es notwendig, dass sowohl der Einzelne als auch Gruppen ihre Bedürfnisse befriedigen, ihre Wünsche und Hoffnungen wahrnehmen und verwirklichen sowie ihre Umwelt meistern bzw. verändern können. [...] Gesundheit wird von Menschen in ihrer alltäglichen Umwelt geschaffen und gelebt: dort wo sie spielen, lernen, arbeiten und leben. (WHO 1984)

## Befähigen und Ermöglichen

Befähigen und Ermöglichen ist auf Chancengerechtigkeit auch im Bereich der Gesundheit gerichtet und damit auf ein wesentliches Anliegen der Gesundheitsförderung: die Verringerung sozialer und gesundheitlicher *Chancenungleichheiten*. Diese Überzeugung gehört zum Kern der Gesundheitsförderung nach dem Verständnis der Weltgesundheitsorganisation (WHO) und entspricht dem wissenschaftlich fundierten Wissen über die geringeren Chancen sozial benachteiligter Menschen auf eine gute Gesundheit. Es geht also darum, *alle* Mädchen und Jungen zu befähigen, sich gesundheitsgerecht zu verhalten und Lebensumstände zu schaffen, die ihnen ein solches Verhalten auch ermöglichen.

## Kindergesundheit

Trotz einer insgesamt positiven Bilanz der Kindergesundheit in Deutschland gibt es bei etwa 20 % der Heranwachsenden gesundheitliche Auffälligkeiten. Im Kindergarten- und Vorschulalter rechnet man Entwicklungsauffälligkeiten in den Bereichen Sprache, Bewegung, Ernährung und Verhalten dazu. Betroffen sind Kinder vor allem, wenn ihre Familien unter Mehrfachbelastungen stehen (wie niedriges Einkommen, Arbeitslosigkeit, hohe Kinderzahl, soziale Isolation, Migrationsgeschichte, schwieriges Wohnumfeld). Die daraus resultierenden Lebensbedingungen beeinflussen die körperliche, psychische und soziale Entwicklung. Für sozial benachteiligte Mädchen und Jungen sind sie mit Risiken verbunden, die zu gesundheitlichen Beeinträchtigungen im späteren Lebensverlauf führen können.

## Gesundheitsförderung im Setting Kita

Dies alles ist für die pädagogischen Fachkräfte der Kindertagesstätten nicht unbedingt neu. Viele Belastungen sind aus der alltäglichen Arbeit bekannt und Aktivitäten, die sich der Gesundheitsförderung zu rechnen lassen, wie „Gesunde Ernährung“ und „Bewegungsförderung“ oder auch „Hygieneverhalten“ (wie Zähneputzen, regelmäßiges Händewaschen etc.), sind in vielen Kindertagesstätten ein fester Bestandteil der pädagogischen Arbeit. Auch andere Aktivitäten wie Sucht- oder Gewaltprävention etc. gehören für viele Kitas zur Routine. Sie werden meist von außen an die Einrichtungen herangetragen. Es handelt sich dann oft um Einzelmaßnahmen und zeitlich klar abgegrenzte Projekte, die im günstigsten Fall in größeren Abständen wiederholt werden. Kindertagesstätten werden dadurch allerdings eher zum „Interventions-Ort“ als zum Impulsgeber und Ausgangspunkt von gesundheitsfördernden Aktivitäten. Zudem ist die Projektarbeit mit einem hohen, wiederkehrenden Aufwand an Vor- und Nachbereitung verbunden. Durch die begrenzte Laufzeit der Projekte wird die Nachhaltigkeit nicht sichergestellt. Die Wirkung der Projekte kann verpuffen, weil bei einer Wiederholung nicht dieselben Kinder angesprochen werden.

Neu ist es dagegen, die verschiedenen Themen unter dem Fokus „Gesundheitsförderung“ in *ein* Konzept einzubinden, sodass sie sich gegenseitig in ihrer Wirkung auf die Entwicklung gesundheitsförderlicher Einstellungen und Verhaltensweisen ergänzen und stärken, statt unverbunden in einer langen Kette von Projekten zu stehen. Das Ziel ist dabei, einen positiven Veränderungs-

// Gesundheit für *alle* Mädchen und Jungen

Sozial benachteiligte Kinder und Gesundheit  
Ein hohes Risiko, unter der Armutsschwelle aufzuwachsen, tragen vor allem Kinder von Alleinerziehenden, Kinder mit zwei und mehr Geschwistern, aus Migrantenfamilien, von Arbeitslosen und Eltern, die nur über ein niedriges Einkommen verfügen können.

Diese Mädchen und Jungen weisen bereits früh mehr medizinisch relevante Diagnosen auf als andere. Bekannt sind vor allem Belastungen aus den Bereichen Ernährung und Bewegung, der Wahrnehmungs- und motorischen Entwicklung, der Zahngesundheit und der Sprachentwicklung. Weniger Bewältigungsressourcen oder auch eine ungünstigere Inanspruchnahme der gesundheitlichen Versorgung durch Eltern und ihre Kinder sind wissenschaftlich ebenfalls ausreichend belegt. Sozial benachteiligte Kinder unterliegen außerdem mehr umweltbedingten gesundheitlichen Belastungen. Die Auffälligkeiten in den verschiedenen Entwicklungsbereichen greifen oft ineinander.

## Ernährung

Die Studien zum Ernährungsverhalten von Kindern der letzten Jahre haben ergeben, dass Mädchen und Jungen in fast allen Altersgruppen zu wenig pflanzliche Lebensmittel – insbesondere Gemüse, Obst, Brot, Kartoffeln und andere kohlenhydratreiche Beilagen – und mit zunehmendem Alter immer noch zu viele fettreiche tierische Lebensmittel verzehren. Die Versorgung mit Fisch und mit Vitaminen und Mineralstoffen liegt unter den Empfehlungen. Dagegen liegt der Verzehr an Zucker und Kochsalz darüber. Dazu kommt ein beachtlicher Unterschied in der Versorgung von Mädchen oder Jungen. Mädchen im vorschulischen Alter erhalten häufiger als Jungen nicht die empfohlenen Nährstoffmengen. Fehlernährung ist aus vielfältigen Gründen besonders häufig bei sozial benachteiligten Mädchen und Jungen zu finden.

Kindergarten- und Vorschulkinder haben nicht nur einen höheren Nährstoffbedarf als Erwachsene, sie sind bei der Versorgung mit Nahrung auf Erwachsene angewiesen. Eltern und andere Erwachsene prägen dabei ihre Essgewohnheiten und Vorlieben für bestimmte Nahrungsmittel. Vor allem die Familie hat einen starken Einfluss auf das Ernährungs- und Essverhalten von Kindern. Je nachdem, wie der Alltag gestaltet ist, wird Essen mehr oder weniger als sinnliches Erlebnis, als Alltagskultur der Gemeinsamkeit und Gastlichkeit erlebt und erlernt.

Neben der Familie ist in diesem Alter die Kindertagesstätte *der Ort*, an dem Wissen und Fertigkeiten einer gesunden Ernährung vermittelt und eine positive Esskultur eingeübt werden können. Das gemeinsame Essen in einer ansprechenden Atmosphäre hat einen positiven Einfluss auf das individuelle Sozialverhalten und die soziale Gemeinschaft. Hier können Kinder schon früh erleben, dass Essen und Trinken mit positiven Körpergefühlen verbunden sind. Abgesehen davon können Mädchen und Jungen altersgerecht lernen und mit allen Sinnen wahrnehmen, wie die verschiedenen Lebensmittel aussehen, schmecken, riechen oder auch, woher sie stammen und wie man sie zubereitet. Kitas können ihr gesamtes pädagogisches Repertoire nutzen, um Kinder spielerisch an gesundheitsgerechte Ernährung heranzuführen. Dazu gehört selbstverständlich auch, dass gemeinsam gekocht und gegessen wird. Der Kreislauf schließt sich, wenn es möglich ist, im Außengelände der Kita Beete anzulegen bzw. der Einkauf gemeinsam geplant und durchgeführt wird.

// Mädchen und Jungen essen zu wenig pflanzliche Lebensmittel.

// Kindergarten- und Vorschulkinder haben einen höheren Nährstoffbedarf als Erwachsene.

// In der Kita positive Esskultur lernen.

# 1 2 3 4 Hintergrund

- **Begriffe**
  - z.B. Setting
- **Handlungsfelder**
  - Beschäftigte
  - Mädchen und Jungen
  - Eltern
  - Soziales Umfeld



# Handlungsfeld „Beschäftigte“

## ■ Belastungen

- Klassische Belastungen
  - Lärm, ungünstige Körperhaltungen, schweres Heben, etc.
- eine Vielzahl sich addierender Belastungsfaktoren
  - z.B. psychische und emotionale Stressoren

## ■ Ressourcen

- Freude an Arbeit mit Kindern
- Handlungsspielräume
- Supervision



# Handlungsfeld „Mädchen und Jungen“

## ■ Belastungen

- Umweltbedingte Belastungen
  - Mangel an Alltagsbewegung oder an Naturerlebnissen, Lärm, hohe Repräsentanz neuer Medien im Alltag
- Armut und soziale Benachteiligung
  - Kindergesundheit, z.B. Ernährung und Zähne

## ■ Ressourcen

- Entwicklungsbereiche themenübergreifend fördern
- Tägliche Erfahrungen, „vor“-leben
- Beteiligung
- Gleichaltrigengruppe



# Themen

- Ernährung
- Bewegung
- Resilienzförderung
- Empowerment
- Partizipation



# 1\_\_2\_\_3\_\_4\_\_ Umsetzung

Wie setzt man Gesundheitsförderung in einer Kindertagesstätte um? Wo fängt man an? Man überlegt, was bereits getan wird, und auch, wo Veränderung dringend nötig ist, lautet eine Antwort. Eine andere: systematisch und auf jeden Fall im Team. Das Ziel ist immer gleich: Gesundheit erhält einen übergeordneten Stellenwert – Gesundheitsförderung wird ein fester Bestandteil der Einrichtungskultur.

**3.1 Regeln und Prinzipien, die die Umsetzung von Gesundheitsförderung erleichtern** //  
Gesundheitsförderung in der Kita ist ein Lernprozess und eine Aufgabe für das ganze Team. Am Anfang steht häufig eine Idee, und es geht darum, wie Sie diese Idee umsetzen können und wer daran beteiligt werden soll.

Für eine erfolgreiche Umsetzung existieren einfache Regeln, die Sie auf die verschiedensten Vorhaben anwenden können. Am besten ist es, wenn Sie dabei systematisch vorgehen. Dazu können Sie sich an einem „Aktionszyklus“ (Public Health Action Cycle) orientieren. Das ist ein einfacher Regelkreis, der immer die gleichen Schritte enthält. Es geht um die Analyse der Ausgangssituation, die Bestandsaufnahme und Ursachenanalyse, die Aushandlung und Auswahl von Maßnahmen, die Organisation und Umsetzung der Maßnahmen, die Sie ausgewählt haben, und die Bewertung der Ergebnisse. Die Ergebnisse können Sie für weitere Aktivitäten nutzen, für die Öffentlichkeitsarbeit oder zur Argumentation gegenüber möglichen Sponsoren. Anhand der folgenden → Abbildung können Sie die Schritte in diesem Lern- und Entwicklungsprozess sehen.

Neben den eben kurz angerissenen Schritten des Projektmanagements gibt es vier grundsätzliche Prinzipien in der Gesundheitsförderung. Sie sind in diesem Leitfaden schon an verschiedenen Stellen aufgetaucht und stehen hier noch mal zusammengefasst. Die vier Prinzipien werden ergänzt durch die Forderung nach einer geschlechtersensiblen Betrachtung der Maßnahmen (Gender Mainstreaming).

**Prinzipien der Gesundheitsförderung im Setting Kindertagesstätte**  
**Ganzheitlichkeit:** Gesundheitsförderung in der Kita berücksichtigt Lebens- und Arbeitsbedingungen in der Einrichtung. Die individuellen Gesundheitspotenziale werden weiterentwickelt, Belastungen reduziert.

**Integration** //  
Gesundheit gilt als Organisationsziel, wird bei allen wichtigen Entscheidungen und in allen Bereichen der Kindertagesstätte berücksichtigt. Es findet Aufnahme in Konzeption und Leitbild der Einrichtung.

→ siehe gegenüberliegende Seite

// Gesundheitsförderung folgt vier grundsätzlichen Prinzipien.

**Partizipation:** Gesundheitsförderung in der Kita erfordert die Beteiligung und Mitarbeit aller Gruppen in der Einrichtung. Eine erfolgreiche Beteiligung setzt Transparenz voraus.

**Integration:** Gesundheit gilt als Organisationsziel, wird bei allen wichtigen Entscheidungen und in allen Bereichen der Kindertagesstätte berücksichtigt. Es findet Aufnahme in Konzeption und Leitbild der Einrichtung.

**Projektmanagement:** Gesundheitsförderung gleicht einem Lernzyklus, bei dem es darauf ankommt, zielgerichtet, geplant und systematisch vorzugehen.

**Gender Mainstreaming:** Geschlechterdifferenzen werden identifiziert und berücksichtigt, z.B. spezifische Belastungen der Mädchen und Jungen oder der Erzieherinnen und Erzieher.

Regeln und Prinzipien, auf die Sie zurückgreifen können, sind ein Anfang. Aber wie soll Gesundheitsförderung in konkreten Schritten aussehen? Das soll auf den nächsten Seiten konkret erklärt werden.

## Umsetzung von Gesundheitsförderung im Setting Kita



**Projektmanagement** //  
Gesundheitsförderung gleicht einem Lernzyklus, bei dem es darauf ankommt, zielgerichtet, geplant und systematisch vorzugehen.



## ■ Bestandsaufnahme in vier Handlungsfeldern

- Wie ist die Situation in unserer Kita?
- Was tun wir bereits?
- Was läuft bereits gut?
- Wo sehen wir Handlungsbedarf?



## ■ Zielsetzung

- Was wollen wir erreichen, wie gehen wir dabei vor?
- Welche Ziele sind mit unseren Ressourcen erreichbar?
- Wie lauten unsere Leitziele, wie unsere Teilziele?
- Woran können wir überprüfen, ob wir unsere Ziele erreicht haben?



## ■ Maßnahmenplanung und Durchführung

- Für welche Maßnahme entscheiden wir uns?
- Worauf können wir aufbauen?
- Wer hat welche Aufgaben bis wann übernommen?
- Wer kann uns unterstützen?
- Wie läuft es?

# Gute Praxis in der Gesundheitsförderung

www.partizipative-qualitaetsentwicklung.de

- Methoden
  - Blitzbefragung
- Websites
- Kriterien Guter Praxis


www.gesundheitliche-chancengleichheit.de

www.quint-essenz.ch



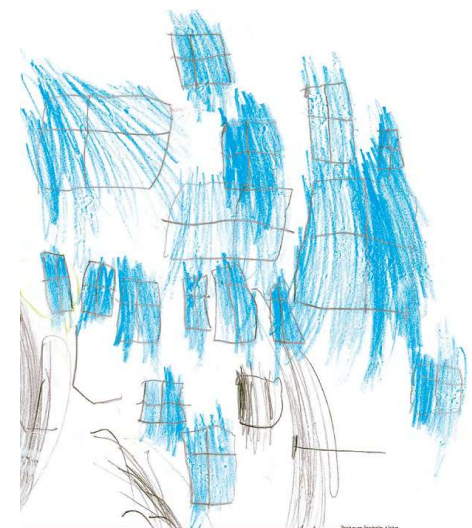
www.gesundheitliche-chancengleichheit.de






# Werkzeug- kasten

- Arbeitsvorlagen für vier Handlungsfelder
- Steckbriefe mit großen und kleinen Beispielen
- Links und Literatur



# Gute Praxis in der Gesundheitsförderung

- Zielgruppe ist benannt



Zielgruppe

# Mädchen und Jungen

## LEITZIEL Bewegungsmangel ist reduziert

- TEILZIELE
- a) Aktive Mitwirkung von Eltern und Kindern, um die Bewegungsförderung in der Kita *und* zu Hause dauerhaft zu verbessern.
  - b) Tägliches angeleitetes Bewegungsangebot findet statt.
  - c) Kooperation mit einem Sportverein.
  - d) Örtliche Gegebenheiten zur Bewegungsförderung werden genutzt.

### MÖGLICHE MASSNAHMEN

- Individuelles internes Bewegungskonzept entwickeln (z.B. mittels „Inhouse-Fortbildungen“, d.h. vor Ort mit den Kindern)
- Verborgene und neue Bewegungsräume im Stadtteil entdecken
- Naturräume in der Umgebung nutzen (z.B. Waldtage)
- Raum für Bewegungsbaustelle zur Verfügung stellen
- Bewegungsfreundliche Belebung des Außengeländes
- Vereine stellen ihr Angebot in der Kita vor

### VERBÜNDETE

- Vereine
- Krankenkassen
- Ehrenamtliche
- Eltern, Großeltern

### ERFOLGSKRITERIEN

- Kinder nutzen die Bewegungsmöglichkeit des Außengeländes
- Kinder nutzen die Bewegungsbaustellen
- Verein gibt Übungsleiterstunden an die Kita ab
- Sportangebot des Vereins in der Kita
- Eltern begleiten Waldtag
- Kooperation mit der Krankenkasse wird erreicht
- Eltern nehmen Angebote an, fragen nach

### STOLPERSTEINE

- Hohe Verkehrsdichte in der Umgebung der Kita
- Zu wenig Personal für Ausflüge in die Umgebung
- Organisatorischer Aufwand unterschätzt

# Soziales Umfeld

## LEITZIEL Kita arbeitet aktiv am Gemeinwesen mit

- TEILZIELE**
- a) Kita ist Standort für andere Anbieter aus dem Sozial-, Gesundheits- und Bildungsbereich des sozialen Umfelds.
  - b) Kinder und Eltern haben Zugang zu Vereinen, Initiativen und sozialen Gruppen durch Vernetzungsstruktur der Kita.

## c) Öffentlichkeitsarbeit findet statt.

|                            |  |
|----------------------------|--|
| <b>MÖGLICHE MASSNAHMEN</b> | <ul style="list-style-type: none"> <li>→ Projekte und Aktivitäten durch Fotos, Bilder und kleine Geschichten dokumentieren, bei Festen und Veranstaltungen und in der Einrichtung präsentieren, an die Presse geben</li> <li>→ Kurzbriefe mit einer Beschreibung der Aktivitäten und Projekte werden vorbereitet und bei geeigneten Gelegenheiten verteilt</li> <li>→ Regelmäßige Informationen über Ereignisse in der Kita an ausgewählte Kooperationspartner geben</li> <li>→ Eigenes Logo, Homepage</li> <li>→ Teilnahme der Kita-Leitung an Stadtteilkonferenzen, Gesundheitszirkeln usw.</li> <li>→ Teilnahme der Kita an Stadt(teil)festen mit Eltern und Kindern</li> <li>→ Organisation von Festen, Einladung an Nachbarschaft, Gemeinwesen</li> <li>→ Kontaktaufnahme zu Politiker/innen, z.B. Politiker/innen im Wahlkampf zu einem Gespräch einladen</li> </ul> |
| <b>VERBÜNDETE</b>          | <ul style="list-style-type: none"> <li>→ Eltern</li> <li>→ Presse</li> <li>→ kommunale Politiker/innen</li> </ul>  |
| <b>ERFOLGSKRITERIEN</b>    | <ul style="list-style-type: none"> <li>→ Kita ist bei Veränderungen im Stadtteil aktiv beteiligt und kann Einfluss auf Entscheidungen nehmen</li> </ul>  |
| <b>STOLPERSTEINE</b>       | <ul style="list-style-type: none"> <li>→ Öffentlichkeitsarbeit kostet Zeit!</li> </ul>   |



Steckbrief

4

## Kindertagesstätte Regenbogen Wilhelmshaven – Integriertes Hand- lungskonzept

TRÄGER/KONTAKT

KOOPERATIONSPARTNER

ZIELGRUPPE

ZIELE/INHALTE

HANDLUNGSFELDER/  
BAUSTEINE

Steckbrief

1

## Gesund ins Leben – CABUWAZI der Kinder- und Jugendzirkus e.V.

TRÄGER/KONTAKT

Modellprojekt vom Bundesministerium für Gesundheit im Rahmen des Nationalen Aktionsplans „Gesund ins Leben“  
**Cabuwazi Kinder- und Jugendzirkus**  
Bouchéstr. 75, 12435 Berlin  
Frau Jona Blobel, Tel.: 030/53000  
E-Mail: jona.blobel@cabuwazi.de,

KOOPERATIONSPARTNER

8 Berliner Kindertageseinrichtung  
Partner der Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung  
Projekt „GUT DRAUF“

ZIELGRUPPE

Kinder ab 3 Jahren

ZIELE/INHALTE

Förderung der Bewegung und gesunder Lebensstile durch zirkuspädagogische Methoden  
→ Nachhaltige Implementierung der Kindertagesstätten und Schulen  
→ Einbeziehung der Familien und im Lebensstil in den Familienalltag

HANDLUNGSFELDER/  
BAUSTEINE

- wöchentliche Zirkusstunden
- Zirkusaufführungen
- Offene Nachmittagsangebote für Kinder
- Zirkuspädagogische Fortbildungen
- Am Wochenende Familienzirkus
- 2-3 aktive Elternabende mit Referat Brandenburg
- Vernetzung der Kitas und Schulen mit Ernährungsexperten

LAUFZEIT

November 2008 bis August 2010

Steckbrief

3

## Aktionsplan **Holsteinische Schweiz** „Ganztags leicht(er)leben“

TRÄGER/KONTAKT

**Beschäftigungs- und Qualifizierungsgesellschaft Ostholstein gGmbH (BQOH)**  
Ohmstraße 7, 23701 Eutin  
Herr Stephan Rehberg  
Tel.: 04521/7753-42

KOOPERATIONSPARTNER

4 Ganztagschulen und 4 Kindertagesstätten

ZIELGRUPPE

Kinder aller Schichten bis zum Grundschulalter (3 bis 10 Jahre)

ZIELE/INHALTE

- Aufbau und Stabilisierung eines gesunden Lebensstils für die Kinder und ihre Eltern
- Schwerpunkte: Ernährung, Bewegung, Erziehung
  - Niedrigschwellige, handlungsorientierte Angebote erschließen Zugangswege zu schwer erreichbaren Familien
  - Kinder erleben nachhaltig die Lust und Freude an Bewegung
  - Individuelle, soziale und kulturelle Bedeutung von Ernährung wird für die Kinder und ihre Eltern erfahrbar
  - Kinder lernen Möglichkeiten kennen, ihre Freizeit erfüllend und in Gemeinschaft zu gestalten.
  - Selbstwertgefühl der Kinder und erzieherische Kompetenz der Eltern stärken.
  - Kommunale Strukturen schaffen und politische Entscheidungen fördern, die der Benachteiligung von Kindern entgegenwirken und gleiche Zugangsbedingungen zu Gesundheit und Bildung ermöglichen

HANDLUNGSFELDER/  
BAUSTEINE

- Aufbau fachübergreifender lokaler Netzwerke in vier Modellgemeinden
- Koordination der Gesundheits- und Sozialarbeit, Ganztagschulen und Kindergärten sowie der Sport- und Freizeitgestaltung
- Einsatz qualifizierter Familienassistentinnen, die mit schwer erreichbaren Familien in Kontakt treten

wie geht

das?

Vielen Dank!.....

