

**Erzieherinnen laden ein: Gesund und fit – wir machen mit !  
Gesundheitsförderung durch Tandemlernen beim Eltern-Kind-Nachmittag.**

*Monika Böller und Gisela Exner*

**Kinder müssen sich darauf verlassen können, dass ihre Eltern ihr Wohlergehen im Blick haben und sich um sie kümmern.** (Verfasser unbekannt)

In den Kindertagesstätten werden viele Formen gesundheitsfördernder Maßnahmen geleistet. Durch den gesellschaftlichen Wandel hat sich die Arbeit in den Kitas stark verändert – die Erzieherinnen sind nunmehr nicht nur als Familienergänzung sondern teilweise als Familienersatz tätig.

Um eine gute Erziehungspartnerschaft zu erzielen, ist eine enge Zusammenarbeit mit den Eltern unabdingbar – aber auch immer schwieriger. Wie kann man möglichst viele Eltern sensibilisieren? Das Kita-Team muss viel Phantasie und Kreativität entwickeln, um mit niedrigschwelligen Angeboten Eltern zu erreichen.

Eine Möglichkeit besteht in der Durchführung eines Eltern-Kind-Nachmittages (oder Vormittag, auch am Wochenende!). Der Vorteil besteht darin, dass die Eltern ihr(e) Kind(er) mitbringen (kein Babysitter) und sie gleichzeitig **gemeinsam** eine Aktion in der Einrichtung erleben.

Im Landkreis Osterode werden von Mitarbeiterinnen des Gesundheitsamtes in Kindergärten und Grundschulen solche Veranstaltungen zum Thema „Zahngesundheit und Ernährung“ durchgeführt. Gemeinsam können sich Eltern und Kinder auf „Spurensuche“ begeben. An zahlreichen Stationen kann auf spielerische Weise ausprobiert, festgestellt und gelernt werden. Die Mitarbeiterinnen entscheiden individuell nach Absprache mit der Kita-Leitung, welche Stationen eingesetzt werden.

Einige Beispiele:

- Fit- und Schlappmacher ( verschiedene Lebensmittel werden sortiert )
- Auf Zuckersuche ( wie viel Zucker hat sich in den Lebensmitteln versteckt )
- Getränkeampel ( Getränke werden den Ampelfarben zugeordnet )
- KAI-Technik ( am großen Modell wird nach KAI geputzt )
- Kochen macht Spaß ( hier wird geschnitten, zerkleinert, gerührt, geformt )
- Bewegungsparcours ( wer kann besser balancieren, hüpfen oder springen )

Nach getaner „Arbeit“ werden Eltern und Kinder getrennt. Die Kinder dürfen unter Beaufsichtigung der Erzieherinnen spielen, während die Eltern in die „Eltern-Schule“ gehen. Durch unterschiedliche Medien wird den Eltern theoretisches Wissen vermittelt, damit sie die Gesundheit ihrer Familie immer im Blick haben. Gleichzeitig erhalten sie Gelegenheit zum Gedankenaustausch und zur Diskussion. Anschließend werden Eltern und Kinder wieder zusammen geführt und in gemütlicher Atmosphäre werden die hergestellten Speisen genossen.

Das Echo auf diese Aktionen ist immer sehr positiv. Sowohl die „Großen“ als auch die „Kleinen“ sind erstaunt, wie viel Freude sie bei der gemeinsamen Aktivität erleben.

**Fazit:** Erzieherinnen, Eltern und Kinder profitieren von den Impulsen, die durch das „Miteinander“ entstehen. Somit wird **Lernen zum Kinderspiel !**

Erzähle es mir, und ich werde es vergessen.  
Zeige es mir, und ich werde mich vielleicht erinnern.  
Beziehe mich ein, und ich werde es verstehen.  
(Indianisches Sprichwort)

**Kontakt und Informationen:**

*Monika Böller und Gisela Exner, Gesundheitsamt Osterode, Abgunst 7, 37520 Osterode  
Tel.: 0 55 22/9 60 – 5 51, E-mail: [monika.boeller@landkreis-osterode.de](mailto:monika.boeller@landkreis-osterode.de); [gisela.exner@landkreis-osterode.de](mailto:gisela.exner@landkreis-osterode.de)*