

## Hintergrund

---

Gesundheit sichert die Basis für positive Bildungs- und Entwicklungsprozesse der Kinder. Daher stellt das peb KiTa-Projekt den ganzheitlichen Zusammenhang zwischen Gesundheit und Bildung in den Mittelpunkt. Dem salutogenetischen Ansatz folgend steht das aktive Gewinnen und Erhalten von Gesundheit vor der Vermeidung von Krankheiten, indem die Kinder u. a. vielfältige sinnliche Erfahrungen durch Essen und Trinken, Bewegung und Entspannung sammeln. Damit ist die Gesundheitsförderung der KiTas elementar für die kindliche Entwicklung. Dazu gehört ausgewogene Ernährung ebenso wie vielseitige Bewegung und regelmäßige Entspannung. Den eigenverantwortlichen, ungezwungenen und genussvollen Umgang mit Lebensmitteln und die Freude an der Bewegung können Kinder in der KiTa erlernen. So fördern beispielsweise gemeinsame Mahlzeiten und die Mitarbeit der Kinder bei der Vor- und Zubereitung ein ausgewogenes Ess- und Trinkverhalten. Gezielte Entspannungspausen unterstützen den bewussten Umgang mit dem eigenen Körper. Damit verbunden werden auch die Sinne geschult sowie feinmotorische, intellektuelle und soziale Lernmöglichkeiten genutzt.



## Unterstützung

---

Träger des Projektes „gesunde kitas · starke kinder“ ist die Plattform Ernährung und Bewegung e. V. (peb). Diese Plattform vereint die relevanten gesellschaftlichen Kräfte, die sich für einen gesundheitsförderlichen Lebensstil bei Kindern und Jugendlichen einsetzen. Ihr Ziel ist es, der Entstehung von Übergewicht vorzubeugen. Als gemeinsame Initiative von Politik, Verbänden, Wirtschaft und Wissenschaft bildet peb mit ihren rund 100 Mitgliedern ein einzigartiges Netzwerk in Europa.

Das Projekt „gesunde kitas · starke kinder“ wird durch das Bundesministerium für Ernährung, Landwirtschaft und Verbraucherschutz (BMELV) und den Bund für Lebensmittelrecht und Lebensmittelkunde e. V. (BLL) unterstützt. Die gemeinsame Schirmherrschaft haben Bundesernährungsminister Horst Seehofer und Bundesfamilienministerin Ursula von der Leyen übernommen.

Die Projektarbeit in Bayern wird durch das Bayerische Staatsministerium für Umwelt, Gesundheit und Verbraucherschutz und das Bayerische Staatsministerium für Arbeit, Sozialordnung, Familie und Frauen gemeinsam ideell unterstützt, die Arbeit in NRW durch das Ministerium für Umwelt und Naturschutz, Landwirtschaft und Verbraucherschutz des Landes Nordrhein-Westfalen.

## Kontakt

---

Plattform Ernährung und Bewegung e. V. (peb)  
Wallstraße 65  
10179 Berlin  
Tel: +49 (0) 30 27 87 97 67  
Fax: +49 (0) 30 27 87 97 69  
plattform@ernaehrung-und-bewegung.de  
[www.ernaehrung-und-bewegung.de](http://www.ernaehrung-und-bewegung.de)

## gesunde kitas · starke kinder

Ganzheitliche Gesundheitsförderung im KiTa-Alltag  
*Ein Projekt der Plattform Ernährung und Bewegung e. V. (peb)*



gesunde  
kitas · starke  
kinder

# Arbeitsweise im KiTa-Projekt

## 50 Kitas in vier regionalen Clustern

Das Projekt „gesunde kitas · starke kinder“ unterstützt Träger und Kitas vor Ort bei der Entwicklung individueller Praxiskonzepte. Während der Pilotphase sind etwa 50 Kindertageseinrichtungen in den 4 regionalen Clustern in Bielefeld, Mülheim an der Ruhr, München und der Region Augsburg beteiligt. Diese Kitas entwickeln und stärken mit der Unterstützung von peb ihr Profil in der Gesundheitsförderung – mit dem Schwerpunkt Prävention von Übergewicht. Das Projekt richtet sich an Träger und Kitas sowie auch Eltern, die sich gezielt für eine ausgewogene Ernährung und viel Bewegung als wesentliche Bestandteile eines gesundheitsfördernden Lebensstils bei Kindern und Jugendlichen engagieren wollen.

## Partnerschaftliche Arbeitsweise

Die Projektarbeit in der KiTa orientiert sich nicht an Problemen und Schwächen der Kinder und der Einrichtungen. Sie sucht nach den Stärken und Kompetenzen der Kinder und aller an der KiTa-Arbeit Beteiligten. Um die Erziehungs- und Bildungsarbeit in der KiTa voranzutreiben, bedarf es Partner, welche die KiTa wirksam unterstützen. Fachkräfte, Eltern, Vereine, Beratungseinrichtungen und die Kommune können gemeinsam in der Gesundheitsförderung mehr erreichen. Darüber hinaus führen die regelmäßige Reflexion der pädagogischen Arbeit und gegenseitige, konstruktive Rückmeldungen im Team der pädagogischen Fachkräfte zu einer kontinuierlichen Verbesserung der KiTa-Arbeit.

## Gesundheitsförderung im KiTa-Alltag

Die Notwendigkeit der Gesundheitsförderung ist in den meisten Kitas bekannt. Praktische Schwierigkeiten für eine nachhaltige Umsetzung liegen jedoch in der Vielfalt der Erwartungen die vor dem Hintergrund wachsender Aufgaben der Primärerziehung an Kindertagesstätten gerichtet werden. Eine erste Orientierung bietet hier die speziell für das Projekt entwickelte Arbeitshilfe für pädagogische Fachkräfte. Darüber hinaus erarbeitet jede KiTa zum Projektstart im Rahmen eines Workshops ein passgenaues Konzept mit klaren und individuellen Projektzielen. Während der 12 bis 15monatigen Einführungsphase erhält die KiTa für die Erreichung der Ziele regelmäßige Unterstützung durch den peb KiTa-Coach, der das KiTa-Team vor Ort begleitet und auch bei der Vernetzung mit den örtlichen Kooperationspartnern (z. B. Sportvereinen, Schulen, Kinderärzten) unterstützt. Durch die Zusammenarbeit mit Kommunen, Trägern und Kitas im Rahmen regionaler Arbeitsgruppen will peb langfristig wirkende Strukturen zur Prävention von Übergewicht im KiTa-Alltag schaffen. Mit diesem Pilotansatz erprobt peb ein Konzept, das auch auf andere Träger und Regionen ausstrahlen soll.

