

„Starke Wurzeln“ – Aktionsbündnis Gesunde Lebensstile und Lebenswelten im Setting **Kita** des Landkreises Nordsachsen

Marleen Thinschmidt¹ & Stefanie Kahle²

¹ Institut und Poliklinik für Arbeits- und Sozialmedizin, TU Dresden

² Landratsamt Nordsachsen, Gesundheitsamt

► Zielstellungen

1. Fähigkeitsentwicklung

Langfristige Implementierung einer gesundheitsförderlichen Philosophie in den ca. 20-25 Projekt-Kitas des Landkreises Nordsachsen für die Zielgruppen Kinder, deren Eltern/Familien und Kita-Team

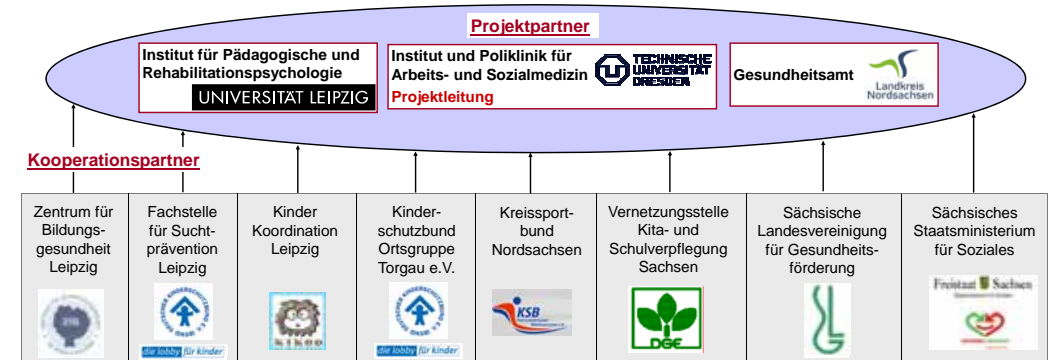
2. Elgenverantwortung

Befähigung der Kita-Teams zur selbständigen und eigenverantwortlichen Umsetzung dieser Philosophie in ihrer täglichen Arbeit

3. Netzwerkarbeit

Ausbau und Stabilisierung des bereits bestehenden Netzwerks regionaler und überregionaler Akteure im Setting Kita zur Unterstützung der Kita-Teams

► regionales Netzwerk



► Zielgruppen und Maßnahmen

3. gesundheitsförderlicher Kita-Alltag

Krone = sichtbarer Nutzen

- allgemeine Bewegungsangebote im Kita-Alltag
- spezielle Bewegungsangebote (z. B. Entspannung mit Yoga-Elementen, Tanz, Sportvereine)
- optimierte Ernährung (Frühstück, Mittagsversorgung, Vesper)
- Lebenskompetenzförderung (Wertschätzung, gewaltfreie Kommunikation)

- nachhaltiges und gemeinsam erarbeitetes pädagogisches Konzept unter dem Fokus der Gesundheitsförderung
- sicheres methodisches Wissen
- spezielle Bewegungsangebote (z. B. Entspannung mit Yoga-Elementen, Tanz, Sportvereine), v. a. im Sinne der Stressreduktion
- optimierte Ernährung (Zwischenmahlzeiten, Mittagsversorgung)
- Nutzung von Talenten
- Förderung empathischer Arbeit

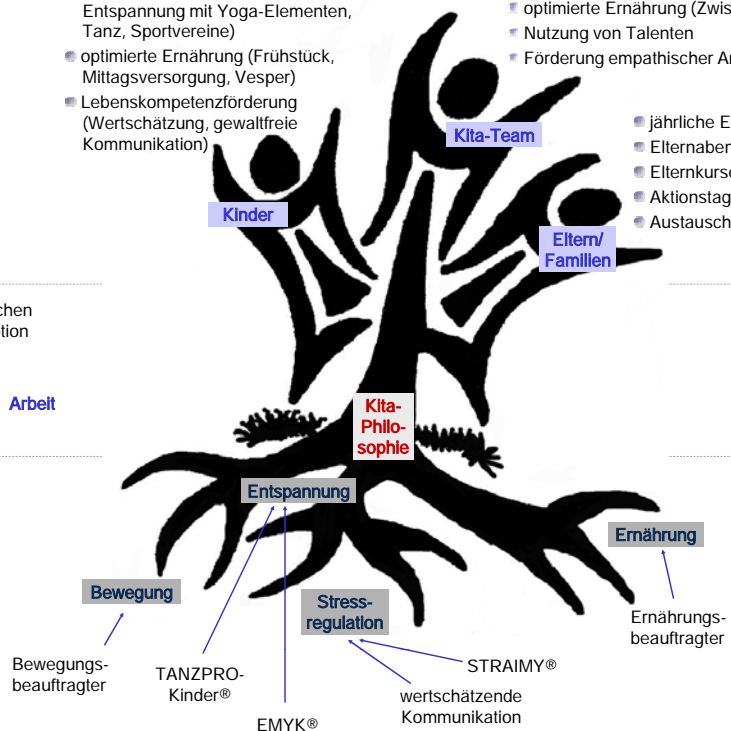
2. Verankerung des gesundheitsförderlichen Wissens in der pädagogische Konzeption

Stamm = Sicherheit in der täglichen Arbeit

- jährliche Entwicklungsgespräche
- Elternabende und -informationen
- Elternkurse
- Aktionstage
- Austauschplattformen

1. Vermittlung grundlegenden Wissens und Schulung von Multiplikatoren

Wurzeln = Basis



Organisationsentwicklung im Kita-Team:

- Leipziger Konzeptstruktur
- Bewegungspatenschaften
- Ernährungspatenschaften
- Stabilisierung methodischer Kompetenzen

Kompetenzerwerb im Kita-Team:

- zentrale Fortbildungen zu den Schwerpunktthemen
- MultiplikatorInnen-Ausbildung