

- **ViVO:** Der Kita-Newsletter ViVO erscheint zwei- bis dreimal jährlich und wird kostenfrei an alle Stuttgarter Tageseinrichtungen für Kinder verteilt. Auf der städtischen Homepage steht er zum Download bereit. Die ViVO-Redaktion nimmt gerne Artikel zur Gesundheitsförderung in der Kita entgegen und berichtet selbst über entsprechende Aktionen in Stuttgarter Einrichtungen.

DIE STADT INFORMIERT

stuttgart.de
stuttgart-meine-stadt.de

facebook.de/stadt.stuttgart
twitter.com/stuttgart_stadt
instagram.com/stuttgart.meine.stadt
youtube.com/StuttgartLHS



Kontakt

Landeshauptstadt Stuttgart

Gesundheitsamt

Strategische Gesundheitsförderung

Telefon 0711 216-59425

E-Mail: gesundheitsfoerderung@stuttgart.de

www.stuttgart.de/gesundheitskonferenz

Herausgeberin:

Landeshauptstadt Stuttgart, Gesundheitsamt in Verbindung mit der Abteilung

Kommunikation, Gestaltung: Karin Mutter; Foto: kali9/Getty Images

Juni 2020

Gesund aufwachsen in der Kita

STUTTGART 

STUTTGART 



Gesund aufwachsen in der Kita

Wichtige Grundlagen eines gesunden Lebensstils werden bereits in früher Kindheit gelegt. Da Kinder immer mehr Zeit in Tageseinrichtungen verbringen, ist es umso wichtiger, dass sie dort gute Bedingungen vorfinden, damit sie sich gesund entwickeln können.

Das Gesundheitsamt der Landeshauptstadt Stuttgart unterstützt pädagogische Fachkräfte dabei mit dem Programm „Gesund aufwachsen in der Kita“. Kindertageseinrichtungen sollen sich konsequent und nachhaltig zu Orten mit gesundheitsfördernder Kultur entwickeln. Das Angebot richtet sich an pädagogische Fachkräfte und Teams in Tageseinrichtungen aller Träger. Es soll neben den betreuten Kindern auch deren Familien sowie weitere Kooperationspartner im Stadtteil erreichen.

Gemeinsam mit den Kita-Teams entwickeln und planen die Fachkräfte des Gesundheitsamts passende Ziele, Strategien und Maßnahmen zur Gesundheitsförderung. Dabei steht das Kind mit seinen körperlichen, seelischen und sozialen Aspekten im Mittelpunkt. Bereits bestehende Konzepte und Angebote in den einzelnen Tageseinrichtungen werden in die Planungen einbezogen.

„Gesund aufwachsen in der Kita“ ist mit dem Gemeinderat, dem Jugendamt sowie allen großen Kita-Trägern abgestimmt und Teil der Kommunalen Gesundheitskonferenz Stuttgart. Ein trägerübergreifender Arbeitskreis begleitet das Programm fachlich. Die Teilnahme ist kostenfrei.

Die Themen

Zur Auswahl stehen insgesamt fünf Schwerpunktthemen mit verschiedenen Bausteinen.

- **Bewegungsförderung:** tägliche Bewegungszeit, geeignete Bewegungsangebote, Naturtage, Psychomotorik, Entspannung, ausreichende Bewegungsräume und fördernde Materialien, Bewegungsbeobachtung.
- **Ausgewogene Ernährung:** Essen und Trinken, gesunde Vesperdose, Esskultur und Tischregeln, Bildungsaspekte, Speisen zubereiten, kulturelle Sensibilität, Sinnesschulung, Lebensmittel anbauen und herstellen, gemeinsam Einkaufen und Müll vermeiden.
- **Seelische Gesundheit:** Eingewöhnung und Bindung, Selbst- und Fremdwahrnehmung, Selbstwirksamkeit, Probleme lösen, soziale Kompetenzen stärken, Stress bewältigen, Übergang in die Grundschule gestalten, Inklusion, Vielfalt und Achtsamkeit.
- **Medizinische Prävention:** Hygiene/Händewaschen, Zahnpflege, Impfempfehlungen, Infektionen, Umgang mit kranken Kindern in der Kita, Vorsorgeuntersuchungen, Sonnen- und Lärmschutz.
- **Gesundheit am Arbeitsplatz Kita:** Heben und Tragen, Lärm und lautes Sprechen, psychosoziale Belastungen, Arbeitsaufgaben und -organisation, Zusammenarbeit im Team und mit Eltern, Work-Life-Balance.

Die Bausteine

Zu den fünf Schwerpunktthemen sind einzelne Bausteine möglich:

- **Prozessbegleitung:** Fachkräfte des Gesundheitsamts unterstützen das pädagogische Team auf dem Weg zu einem Gesundheitsprofil der Kita. Gemeinsam mit dem Team werden in einem ergebnisoffenen Prozess eigene Ziele, Strategien und Maßnahmen zu einem Schwerpunktthema geplant und umgesetzt. Eine Prozessbegleitung dauert ungefähr ein Jahr.
- **Fortbildungen:** Die pädagogischen Fachkräfte aller Stuttgarter Tageseinrichtungen für Kinder können regelmäßig an Fortbildungen zu Gesundheitsthemen teilnehmen. Die Ausschreibung erfolgt über die Träger der Kindertageseinrichtungen, die Fortbildungen können online gebucht werden. Das Gesundheitsamt nimmt Wünsche und Anregungen zu neuen Themen gerne auf.
- **Kita-Check:** Die Fachkräfte des Gesundheitsamts besprechen anhand von Leitlinien mit der Kita-Leitung bzw. dem Leitungsteam ein ausgewähltes Schwerpunktthema. Sie zeigen bei einem einmaligen Beratungsgespräch Möglichkeiten auf, wie die Einrichtung geeignete Maßnahmen planen und umsetzen kann. Im Gespräch kann auch geklärt werden, ob eine umfangreichere Prozessbegleitung sinnvoll ist.