

## Gesunder Kindergarten

Der Gesunde Kindergarten ist eine Initiative von AVOS – Gesellschaft für Vorsorgemedizin und der BVAEB.



Ziel ist es, alle PädagogInnen und MitarbeiterInnen des Kindergartens in ihrer Gesundheit und Gesundheitskompetenz zu stärken. Darüber hinaus gilt es auch die Eltern als ExpertInnen für die eigenen Kinder zu erreichen und zu motivieren. Ebenso setzen sich die Kinder mit den Themen, die sie betreffen, auseinander – natürlich in spielerischer Form und eingebettet in den Kindergartenalltag.

*In einem Umfeld, in dem man sich wohlfühlt, lernt es sich leichter und es ist einfacher gesund groß zu werden.*

Es wird versucht das Ziel durch folgende Punkte zu erreichen:

- Wissensvermittlung
- Nachhaltige Förderung der Gesundheitsressourcen aller Beteiligten
- Das Lebensumfeld Kindergarten gesundheitsförderlich gestalten
- Schaffung gesundheitsfördernder Arbeits- und

Lernbedingungen Die Schwerpunkte dabei sind:

- Schlaue Ernährung
- Bewegung – fit, sicher, glücklich
- Lebenskompetenz/psychosoziale Gesundheit
- Materielle Umwelt und Sicherheit
- PädagogInnengesundheit



Die Umsetzung erfolgt durch unterschiedliche Maßnahmen. Gemeinsam mit einer Prozessbegleitung durch AVOS erstellt das Team des Kindergartens eine Ist-Analyse und formuliert Ziele, die gemeinsam erreicht werden möchten.

Danach erfolgt die Planung und Umsetzung von unterschiedlichen Maßnahmen zur Wissensvermittlung, wie z.B. die schlaue Jause, bewegtes Lernen, Selbstwert stärken, achtsamer Umgang mit sich und anderen. Es wird auch ein großes Augenmerk auf die Verbesserung der Strukturen, wie z.B.

Bewegungsraumberatung, Lärmmessungen, bauliche Beratung, Lern- und Arbeitsplatz zum Wohlfühlen gestalten,... gelegt. Es besteht auch die Möglichkeit aus unterschiedlichen qualitätsgesicherten Angeboten des Netzwerkes „Gesunder Kindergarten“ auszuwählen. Die ständige Überprüfung der Ziele und Reflexion der Maßnahmen ermöglicht es uns, uns ständig weiterzuentwickeln. Dafür werden bei jeder Teambesprechung mindestens fünf Minuten eingeräumt.

Allgemeine und weitere Informationen können aus der Website der Initiative „Gesunder Kindergarten“ <https://gesunderkindergarten.at/> entnommen werden.

Aktuelle Projekte und Beiträge finden sie unter <https://gesunderkindergarten.at/be-nutzer/kg-gemeindekindergarten-huttschlag>