



www.basisgemeinde.de

Tel.: 04346 368010

Sehr geehrte Damen und Herren,

wir möchten Sie darüber informieren, dass wir auch in diesem und im nächsten Jahr wieder unsere bewährten Bewegungsprojekte in verschiedenen Orten anbieten werden.

Neu ist: das bisherige, von der DAK-Gesundheit unterstützte Bewegungsprojekt der Hengstenberg-Pikler-Gesellschaft, bekannt unter dem Namen **Wir bewegen Kitas**, wird ab 2020 ein Teilmodul der Präventionsinitiative **fit4future**, eine Initiative der Cleven-Stiftung, powered by DAK-Gesundheit.

fit4future Kita ist ein ganzheitliches, einjähriges Präventionsprogramm für Kitas für die Zielgruppe der 3-6-Jährigen. Es hat eine Laufzeit von einem Jahr. Die Kitas durchlaufen verbindlich alle vier Module:

Bewegung

Kinder lernen durch Bewegungserfahrungen. Deswegen stellt die Förderung von Bewegung eine zentrale Aufgabe der Kitas dar. Das Modul Bewegung wurde in Zusammenarbeit mit der **Hengstenberg-Pikler-Gesellschaft** konzipiert und gibt Anreize, wie nach dem Spiel- und Bewegungskonzept von Elfriede Hengstenberg ein besonderer Raum für Bewegung und Entfaltung geschaffen werden kann. Dafür werden die teilnehmenden Kitas zu Beginn mit Hengstenberg-Bewegungsmaterialien ausgestattet.

Dieses Modul beinhaltet für jede Einrichtung

- a) 2 Fortbildungstage für 2-3 Erzieher*innen. (Diese 2-3 Personen können andere sein, als die, die an dem Workshop „Ernährung, Brainfitness, Verhältnisprävention“ teilnehmen.)
- b) ein Leih-Set mit Hengstenberg-Materialien für 12 Monate im Wert von ca. 2600,- €. Wenn die Kita sich am Projektende entscheidet, die Materialien zu behalten, bekommt sie 500,- € aus Projektmitteln angerechnet.

Nähere Informationen zu diesem Modul finden Sie unter:

<http://www.hengstenberg-pikler.de/info/fit4future-kita-macht-ab-februar-2020-kitas-fit-fuer-die-zukunft>

Neben dem Bewegungs-Modul für den Elementarbereich (3-6 Jahre) werden von fit4future drei weitere Module angeboten. Entwickelt wurde das neue und in dieser Form einzigartige Programm vom Lehrstuhl für Präventive und Rehabilitative Sportmedizin der Technischen Universität München in Zusammenarbeit mit der DAK-Gesundheit:

Ernährung

Eine ausgewogene Ernährung reduziert Übergewicht und schafft Leistungskraft. In dem Modul Ernährung vermitteln wir den ErzieherInnen und den pädagogischen Fachkräften die Grundlagen einer ausgewogenen Ernährung im Kindesalter und schaffen Anreize, wie die Inhalte auf spielerische und altersgerechte Weise den Kindern vermittelt werden. Dadurch fördern wir ein langfristig positives Essverhalten, damit offizielle Qualitätsstandards für eine kindgerechte Ernährung weiterverbreitet und umgesetzt werden.

Brainfitness

Psychische Störungen und Verhaltensauffälligkeiten treten bei Kindern als Folge eines erhöhten Stresslevels immer häufiger auf. Ursachen können z. B. eine regelmäßige Über- oder Unterforderung, eine Reizüberflutung, kindliche Ängste oder sozialer Stress sein. Die ErzieherInnen und die pädagogischen Fachkräfte sollen im Rahmen des Moduls Brainfitness für stressauslösende Situationen sensibilisiert und befähigt werden, den Kindern effektive Handlungsstrategien zur Stressbewältigung altersgerecht zu vermitteln.

Verhältnisprävention / System Kita

Die Struktur und Abläufe von Kindertagesstätten und der Umgang aller Beteiligten untereinander haben wesentliche Auswirkungen auf ein gesundheitsförderndes Klima. Ein positives Umfeld in der Kita unterstützt die Entwicklung der Kinder und schafft gleichzeitig für die ErzieherInnen und die pädagogischen Fachkräfte ein angenehmes Arbeitsumfeld. Deshalb kümmern wir uns um die Entwicklung der Kitas in Richtung einer gesundheitsfördernden Kita mit gesunden ErzieherInnen und pädagogischen Fachkräften.

Orte:

Die Workshops in den einzelnen Bundesländern finden in folgenden Städten statt:

Baden-Württemberg, **Esslingen**, Mai 2020

Bayern, **München**, Februar 2020 und **Nürnberg**, April 2020

Hamburg, Februar 2020

Mecklenburg-Vorpommern, **Schwerin**, April 2020

Nordrhein-Westfalen, **Dortmund**, Februar 2020 und **Köln**, Juni 2020

Rheinland-Pfalz, **Mainz**, April/Mai 2020

Sachsen, **Leipzig**, Februar/März 2020

Schleswig-Holstein, **Neumünster**, Juni 2020

Die Kita erhält von uns:

- einen fit4future-Workshop zu den drei Modulen Ernährung, Brainfitness und Verhältnisprävention sowie zwei Fortbildungstage der Hengstenberg-Pikler-Gesellschaft im Modul Bewegung
- Hengstenberg-Bewegungsmaterial aus naturbelassenem Massivholz als Leihgabe für 12 Monate im Wert von ca. 2600,- €. Wenn die Kita sich am Projektende entscheidet, die Materialien zu behalten, bekommt sie 500,- € aus Projektmitteln angerechnet.
- eine fit4future-Box mit altersspezifischem, pädagogisch wertvollem und TÜV-zertifiziertem Entspannungs- und Brainfitness-Material
- Broschüren, Aktionskarten und Informationsmaterial für ErzieherInnen und pädagogische Fachkräfte zu den jeweiligen Modulen
- E-Learning Tools für ErzieherInnen und pädagogische Fachkräfte
- eine Broschüre für Eltern und Familien mit wissenschaftlichen Hintergrundinformationen, praktischen Anregungen und Tipps zur Umsetzung der gesundheitspräventiven Themen im Alltag
- die Möglichkeit, an der Evaluation durch die TU München teilzunehmen

Was die Kita einbringen sollte:

- 2 ErzieherInnen oder pädagogische Fachkräfte werden fit4future Kita-Coaches
- 2-3 ErzieherInnen nehmen an dem Modul „Bewegung“ teil
- Bildung eines Steuerkreises, das fit4future Kita-Board, bestehend aus den beiden fit4future Kita-Coaches, der Kita-Leitung und einem Repräsentanten der Eltern
- Steuerung der Umsetzung der Maßnahmen durch das fit4future Kita-Board
- Vorstellung des fit4future-Programms an Elternabenden
- Integration der Maßnahmen in den Kita-Alltag
- Umsetzung der aus dem Modul Verhältnisprävention resultierenden Maßnahmen
- Teilnahme am Evaluationsprogramm
- Eigenbeteiligung von 360,- € für die Hengstenberg-Bewegungsmaterialien

Kosten

Die gesamten Kosten von fit4future Kita werden mit Ausnahme des Eigenanteils von 360 Euro für die Leihgebühr der Hengstenberg-Materialien von der DAK-Gesundheit übernommen.

Kontakt für Fragen zu den Modulen Ernährung, Brainfitness und Verhältnisprävention:

Ansprechperson: Jessica Paduretu
Telefon: 089 7466 1454
E-Mail: kita@fit-4-future.de

Nähere Informationen finden Sie auf der Website: <https://kita.fit-4-future.de>

Kontakt für Fragen zu dem Modul Bewegung:

Basisgemeinde Wulfshagenerhütten eG
Telefon: 04346 368010

E-Mail: hengstenberg@basisgemeinde.de

Sollte Ihre Einrichtung bereits am Projekt **Wir bewegen Kitas** teilgenommen haben, können wir gerne in einem persönlichen Gespräch eine erneute Teilnahme klären.

mit freundlichen Grüßen

Ihr Team der Basisgemeinde Wulfshagenerhütten eG
und der Hengstenberg-Pikler-Gesellschaft e.V.