

Schritt für Schritt zur gesundheitsfördernden Kita

03. März 2018

Zum Tag der gesunden Ernährung

Der Tag der gesunden Ernährung findet seit 2007 regelmäßig am 7. März statt. Die Bevölkerung in Deutschland soll auf die Bedeutung einer gesunden Ernährung aufmerksam gemacht werden. Ein guter Anlass, um das Thema „gesunde Ernährung“ in der Kita aufzunehmen.

Für eine gesunde Entwicklung von Kindern ist eine ausgewogene Ernährung besonders wichtig, ebenso regelmäßige und ausreichende Bewegung. Der Verein „Plattform Ernährung und Bewegung“ entwickelt und unterstützt Präventionsprojekte im Bereich gesunder Ernährung für Kinder und Jugendliche. Auf der Webseite stehen zahlreiche Informationen zur Verfügung und Materialien zum Download bereit.

Im Rahmen des Projekts „KiCo – Kita-Coaches IN FORM“ hat der Verein praxistaugliche Arbeitsmaterialien für pädagogische Fachkräfte entwickelt, die Hilfe auf dem Weg zur ganzheitlichen Gesundheitsförderung in Kitas bieten.



Der Praxis-Leitfaden für pädagogische Fachkräfte: „Schritt für Schritt zur gesundheitsfördernden Kita“, erläutert das Thema „Gesundheitsförderung in Kitas“ mit den Aspekten Ernährung, Bewegung und

Entspannung von Kindern sowie Elternpartnerschaft und Mitarbeitergesundheit und gibt praktische Tipps zur Umsetzung. Hierfür bietet der Leitfaden einen schrittweisen Fahrplan, mit dem sich Kitas selbstständig auf den Weg zu einer gesundheitsfördernden Kita begeben können.

[Hier geht's zum Download](#)

- [Mail](#)

- [Ernährung](#)
- [gesundes Essen](#)
- [Gesundheit](#)
- [Gesundheitserziehung](#)
- [Gesundheitsförderung](#)
- [Kochen](#)
- [Prävention](#)