

**Kontaktperson:**

Judith Schuler Schmuki
Gesundheitsamt des Kantons Zug
Aegeristrasse 56, 6300 Zug
Tel. 041 728 35 42
judith.schuler@zg.ch

Factsheet

Projekt «Purzelbaum KiTa – Bewegung und gesunde Ernährung in der Kindertagesstätte»

Das Projekt

«Purzelbaum KiTa - Bewegung und Ernährung in der Kindertagesstätte» ist ein Teilprojekt des Zuger Aktionsprogramms «Gesundes Körpergewicht», das vom Gesundheitsamt des Kantons Zug angeboten wird.

Das Projekt «Purzelbaum» richtet den Fokus auf die Zielgruppe Kleinkinder, mit dem Hauptgedanken, den Trend zu immer mehr Kindern mit Bewegungsdefiziten und Übergewicht zu stoppen. Das vorliegende Projekt soll mehr Bewegung in die Kindertagesstätten (KiTas) des Kantons Zug bringen. Dies geschieht durch gezielte Schulung der Betreuenden und Umgestaltung der KiTas. Während der Projektphase von eineinhalb Jahren sollen die Veränderungen nachhaltig in den KiTa-Alltag implementiert werden.

Die Ziele

- Im KiTa-Alltag hat der zeitliche Umfang bewegter Aktivitäten zugenommen.
- Die Innen- und Aussenräume der KiTas sind bewegungsfreundlich und -fördernd eingerichtet.
- Die Betreuenden und die Kinder essen in der KiTa gesunde (Zwischen-)Mahlzeiten und trinken Wasser.
- Die Betreuenden sind sich der wichtigen Bedeutung regelmässiger Bewegung und gesunder Ernährung in der frühen Kindheit für die gesamte kindliche Entwicklung bewusst und wissen, wie sie Bewegungsförderung sowie ausgewogene und gesunde Ernährung in den KiTa-Alltag integrieren können.
- Die Eltern werden in Mitverantwortung gezogen. An einer Eltern-Kind-Aktivität erfahren sie, wie sie die Idee von «Purzelbaum» auch zu Hause und in ihrer Freizeit aufgreifen können.

Konkrete Massnahmen

Im Rahmen von drei Weiterbildungen wird den Betreuenden der aktuelle Stand der wissenschaftlichen Erkenntnisse über Bewegung und Ernährung und deren Einfluss auf die Gesamtentwicklung von Kindern vermittelt. Zusätzlich erhalten sie Anregungen, wie sie Bewegungsaktivitäten im KiTa-Alltag lustvoll umsetzen können. Parallel dazu finden Austauschtreffen statt, welche Gefässe für Erfahrungsaustausch, Beratung und Coaching zu verschiedenen Projektschritten darstellen.

Durch die Umgestaltung der KiTa wird mehr Platz für Bewegung geschaffen. Die bewegungsfreundliche Einrichtung ermöglicht den Kindern, ihre natürliche Bewegungsfreude in einem definierten Rahmen in der KiTa auszuleben.

Die Eltern werden an einer Elterninformation über das Projekt, dessen Ziele, Inhalte und Umsetzungsschritte informiert. An einer Eltern-Kind-Aktivität werden sie über die Wichtigkeit von regelmässiger und vielfältiger Bewegung sensibilisiert und erleben in einem aktiven Teil zusammen mit ihren Kindern Freude an der Bewegung.

