

**Kontaktperson:**

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

Projekt «Purzelbaum KiTa - Bewegung und gesunde Ernährung in der Kindertagesstätte» Staffel 1 (2011 - 2013)

1. Ausgangslage

In den letzten Jahrzehnten hat der Anteil an übergewichtigen Menschen markant zugenommen, wobei auch Kinder und Jugendliche zunehmend betroffen sind. Veränderungen des Bewegungs- und Ernährungsverhaltens haben dazu beigetragen (Schweizerische Gesundheitsbefragung 2002, Bundesamt für Statistik). Übergewicht und Bewegungsmangel können eine ganze Palette von Folgekrankheiten wie beispielsweise Herz-Kreislauf-Beschwerden, Diabetes, Bluthochdruck und Wirbelsäulenerkrankungen nach sich ziehen.

Da die Übergewichtsproblematik nicht nur die erwachsene Bevölkerung der Schweiz betrifft, bedarf es bereits im Kindesalter an gezielten Massnahmen zur Prävention und Bekämpfung von Übergewicht und Adipositas. In keinem Lebensalter ist der natürliche Bewegungsdrang so gross wie während der Kindheit, doch leider haben lange nicht alle Kinder die Möglichkeit, ihren Bewegungsdrang auszuleben. Mit aktiver Bewegungsförderung und einer gesunden und ausgewogenen Ernährung soll dem immer mehr verbreiteten Bewegungsmangel und der Übergewichtsproblematik entgegengewirkt werden.

2. Das Projekt

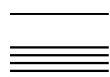
«Purzelbaum KiTa – Bewegung und Ernährung in der Kindertagesstätte» ist ein Teilprojekt des Zuger Aktionsprogramms «Gesundes Körpergewicht», das vom Gesundheitsamt des Kantons Zug angeboten wird.

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.

Im Jahr 2007 wurde das Projekt «Purzelbaum» bereits erfolgreich auf Kindergartenstufe eingeführt, welches dort auf grosse Akzeptanz bei den Kindergartenlehrpersonen, Eltern und Kindern gestossen ist.

3. Ziele

- Im KiTa-Alltag hat der zeitliche Umfang bewegter Aktivitäten zugenommen.
- Die Betreuenden und die Kinder essen in der KiTa gesunde (Zwischen-)Mahlzeiten und trinken Wasser.
- Die Innen- und Aussenräume der KiTas sind bewegungsfreundlich und –fördernd eingerichtet.



- 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. Sie werden an einer Elterninformation über das Projekt, dessen Ziele, Inhalte und Umsetzungsschritte informiert. An einer Eltern-Kind-Aktivität erfahren sie, wie sie die Idee von «Purzelbaum» auch zu Hause und in ihrer Freizeit aufgreifen können.

4. Projektübersicht

Die Projektphase dauert 1.5 Jahre. Sie beinhaltet folgende **Massnahmen**:

4.1 Situationsanalyse und Commitment in der KiTa

Die Ausgangslage in jeder KiTa ist anders. Es ist zentral für den Erfolg und die Nachhaltigkeit des Projekts, die Situation in jeder einzelnen KiTa gemeinsam mit dem Team und der Projektleitung in Form einer Situationsanalyse genau zu erfassen, um aufgrund dieser Analyse Massnahmen zur Erreichung der Ziele der jeweiligen KiTa festzulegen. Ein wesentlicher Punkt ist dabei die Einbettung des Projekts in die Sitzungsstrukturen der KiTa. Das Commitment der KiTa-Mitarbeitenden, das Projekt gemeinsam umzusetzen und im Team eine gemeinsame Haltung zu Bewegung und Ernährung zu erarbeiten, sind wichtige Voraussetzungen für das Gelingen des Projekts.

4.2 Weiterbildung

Im Rahmen von drei Weiterbildungen zu den Themen «Bewegungsförderung bei 0-5 jährigen Kindern», «Bewegen-Bauen-Spielen-Lernen, eine Einheit» sowie «gesunde und ausgewogene Ernährung im KiTa-Alltag» wird den Betreuenden der aktuelle Stand der wissenschaftlichen Erkenntnisse im Bereich Bewegung und Ernährung und deren Einfluss auf die Gesamtentwicklung der Kinder vermittelt. Zusätzlich erhalten sie Anregungen, wie sie Bewegungsaktivitäten im KiTa-Alltag lustvoll umsetzen können.

4.3 Umgestaltung

Durch die Umgestaltung der KiTa wird mehr Platz für Bewegung für alle Kinder verschiedenster Altersstufen gewonnen, damit sie ihrer natürlichen Bewegungsfreude nachgehen und diese in einem klaren und definierten Rahmen ausleben können. Die Betreuenden erhalten im Rahmen der Weiterbildung Anregungen und Ideen, welche sie anschliessend im Team und mit der Unterstützung der Projektleitung weiter bearbeiten und den Rahmenbedingungen der KiTa und ihren Bedürfnissen anpassen.

4.4 Elternarbeit

Der Elternarbeit kommt für den nachhaltigen Projekterfolg grosse Bedeutung zu. Die Eltern werden an einer Elterninformation über das Projekt informiert. Während der Projektphase erhalten die Eltern alltagsrelevante Tipps in Broschüren, Flug- und Merkblättern. Im Weiteren lädt die KiTa die Eltern zu einer Eltern-Kind-Aktivität ein, die idealerweise von den Eltern aktiv mitgestaltet wird.



Kontaktperson:

Judith Schuler Schmuki, Gesundheitsamt des Kantons Zug
Aegeristrasse 56, 6300 Zug, Tel. 041 728 35 42

judith.schuler@zg.ch

4.5 Fachlicher Austausch

Neben den Weiterbildungen finden Austauschtreffen statt, an welchen die Teilnehmenden in einen Erfahrungsaustausch treten können, um den Prozess hin zu mehr Bewegung und ausgewogener Ernährung zu begleiten und zu reflektieren. Der fachliche Austausch findet sowohl unter KiTa-Vertretungen (KiTa-Leitung und ein/e Betreuende/r pro KiTa) der Projektgruppe-Purzelbaum KiTas des gesamten Kantons statt, als auch KiTa-intern mit dem ganzen KiTa-Team. Die Treffen der Projektgruppe-Purzelbaum KiTa werden durch die kantonale Projektleitung organisiert und durchgeführt. Der Austausch im Team wird grösstenteils durch die KiTa-Vertretung organisiert, wobei mindestens drei Treffen KiTa-intern durch die Projektleitung begleitet werden. Neue Themen mit den Anregungen und Hilfestellungen für die Umsetzung von Purzelbaum-Massnahmen werden jeweils für alle KiTas der Projektgruppe Purzelbaum-KiTa eines Kantons gemeinsam eingeführt. Die Austauschtreffen finden in den einzelnen KiTas vor Ort statt.

5. Material

- Leporello «Purzelbaum» zur Information für die Eltern.
- «Purzelbaum-Cap»
- Kleber «Purzelbaum»
- Informationsmaterialien, Broschüren, Flug- und Merkblätter zu Fachthemen
- Purzelbaumplakat zum Aufhängen in der KiTa

6. Kosten

- Die oben erwähnten Weiterbildungen, Austauschtreffen und individuellen Beratungen stehen den am Projekt teilnehmenden KiTas des Kantons Zug während der Projektphase kostenlos zur Verfügung.
- Für die Umgestaltung und Anschaffung von Bewegungsmaterialien werden die KiTas vom Kanton Zug finanziell unterstützt. Im Rahmen des Zuger Aktionsprogramms «Gesundes Körpergewicht» übernimmt der Kanton Zug 50 % der Kosten (maximal Fr. 750 pro Kita)
- Reisekosten und andere Spesen gehen zu Lasten der Teilnehmenden



Kontaktperson:

Judith Schuler Schmuki, Gesundheitsamt des Kantons Zug
Aegeristrasse 56, 6300 Zug, Tel. 041 728 35 42

judith.schuler@zg.ch

7. Zeitlicher Verlauf

Inhalt	Zeitlicher Verlauf
Anmeldeprozess Informationsveranstaltung Anmeldeschluss	19.09.2011, 19:00 Uhr 24.10.2011
Weiterbildungen WB 1: «Bewegungsförderung bei 0-5 jährigen Kindern» WB 2: «Bewegen-Bauen-Spielen-Lernen, eine Einheit» WB 3: «Gesunde und ausgewogene Ernährung im KiTa-Alltag»	Mi. 16.11.2011 (nachmittags) Sa. 21.01.2012 (ganztags) noch offen (Herbst 2012)
Umgestaltung	Okt. 2011 – März 2012
Projektstart in der KiTa	Feb. 2012 – April 2012
Elternarbeit Elterninformation Eltern-Kind-Aktivität	Feb. 2012 – April 2012 Mai 2012 – Aug. 2012
Austauschtreffen Projektgruppe Purzelbaum-KiTa (finden jeweils in einer KiTa statt) <ol style="list-style-type: none"> 1. AT: Kick-Off 2. AT: KiTa-Umgestaltung/Sicherheit 3. AT: Projektstart in der KiTa 4. AT: Planung Eltern-Kind-Aktivität 5. AT: Umsetzung regelmässige Bewegung und gesunde Ernährung in den KiTas 6. AT: Projektabschluss, vom Projekt zum Alltag 	Di. 08.11.2011, 19:00 Uhr Mo. 05.12.2011, 19:00 Uhr Di. 31.01.2012, 19:00 Uhr Mo. 02.04.2012, 19:00 Uhr Mi. 24.10.2012, 19:00 Uhr Mi. 06.03.2013, 19:00 Uhr
Austauschtreffen KiTa-intern Werden in jeder KiTa individuell bestimmt	
Evaluation Situationsanalyse Selbstevaluation anhand eines Fragebogens	1.AT Kita-intern Feb. 2013 - März 2013

**Kontaktperson:**

Judith Schuler Schmuki, Gesundheitsamt des Kantons Zug
 Aegeristrasse 56, 6300 Zug, Tel. 041 728 35 42

judith.schuler@zg.ch

8. Anmeldebedingungen

Bitte benützen Sie zur Anmeldung den beiliegenden Anmeldebogen. Mit Ihrer Unterschrift bestätigen Sie, folgende **verbindliche Elemente** im Rahmen des Projekts «Purzelbaum KiTa» umzusetzen:

- Die KiTa-Leitung und ein/e von der KiTa-Leitung zu bestimmende/r Betreuer/in bilden die KiTa-Vertretung. Die KiTa-Vertretung ist für die erfolgreiche Umsetzung des Projekts in der KiTa verantwortlich und im Rahmen des Projekts Hauptansprechpartnerin für die Projektleitung und für interessierte externe Personen.
- Mindestens zwei Personen pro KiTa nehmen an den drei Weiterbildungen teil, davon mindestens eine KiTa-Vertretung. Empfehlenswert ist es, wenn die KiTa-Leitung an den Weiterbildungen teilnimmt.
- Mindestens eine Person der KiTa-Vertretung besucht die sechs Austauschtreffen.
- Die KiTa-Vertretung stellt den Wissenstransfer an die Mitarbeitenden sicher. Dafür schafft sie KiTa-intern ein regelmässig stattfindendes Kommunikationsgefäss (z.B. Traktandum in wöchentlicher Teamsitzung).
- Die Projektleitung führt zusammen mit dem KiTa-Team bis spätestens Ende 2011 eine «Situationsanalyse» im Rahmen eines KiTa-internen Treffens durch. Die KiTa-Vertretung ist darum bemüht, an zwei weiteren KiTa-internen Treffen die Projektleitung zur Teilnahme einzuladen.
- Die KiTa-Vertretung überprüft und passt allenfalls das KiTa-Konzept/Leitfaden zu den Themen Bewegung und Ernährung an.
- Die KiTa führt eine Elterninformation sowie eine Eltern-Kind-Aktivität im Zeichen des Projekts durch. Die KiTa-Vertretung stellt sicher, dass die von der Projektleitung zur Verfügung gestellten Informationsmaterialien (wie z.B. Flyer, Broschüren etc.) während der Projektphase den Eltern abgegeben werden.
- Das ganze Team nimmt aktiv am Projektgeschehen teil und erarbeitet eine gemeinsame Haltung zu den Themen Bewegung und Ernährung in der KiTa.
- Am Projekt angemeldete KiTas beenden die 1.5 Jahre dauernde Projektphase (Oktober 2011 - März 2013). Ein allfälliger Rücktritt muss schriftlich begründet werden und wird vom Gesundheitsamt des Kantons Zug beurteilt.

Anmeldeschluss ist der 24. Oktober 2011. Die Anzahl Plätze ist beschränkt. Die Anmeldungen werden nach Eingangsdatum berücksichtigt.

Bei Fragen gibt Ihnen die Projektleiterin von Purzelbaum KiTa Claudia Hensler gerne Auskunft.
(claudia.hensler@bluewin.ch)



Kontaktperson:

Judith Schuler Schmuki, Gesundheitsamt des Kantons Zug
Aegeristrasse 56, 6300 Zug, Tel. 041 728 35 42

judith.schuler@zg.ch