

Bielefeld

Jugendamt

- Städtische KiTas -

Zwischenbericht
zur Umsetzung des Projektes

„Frühkindliche Gesundheitsförderung“



Projektzeitraum: 01.11.2012 - 30.09.2015

Erstellt von: Geschäftsbereich Städtische Kindertageseinrichtungen

- 510.52 -

Verantwortlich für den Inhalt: Anna Bräkling

Inhaltsverzeichnis

Einleitung	4
Verpflegung in städtischen Kindertagesstätten	5
Dokumentation des Projektes	6
Stimmen aus den Kindertagesstätten seit Projektbeginn	7
Ausblick	11
Fazit	12
Anlage	14

Abkürzungsverzeichnis

HWK.....Hauswirtschaftskraft

KiTa.....Kindertagesstätte

KiTa-AG.....Kindertagesstätten-Arbeitsgemeinschaft

Einleitung

In jedem Lebensalter müssen Mädchen und Jungen Kompetenzen erlernen, die für ein gesundes Aufwachsen von zentraler Bedeutung sind. Als mögliche Belastungen für die Gesundheit von Kindern im Kindergarten und Vorschulalter können Entwicklungsauffälligkeiten in den Bereichen Sprache, Bewegung, Ernährung, Zahngesundheit und Verhalten benannt werden.

Vor allem Kinder aus Familien, die unter Mehrfachbelastungen stehen, sind davon betroffen. Dazu kommen umweltbedingte Risiken wie Lärm und andere Reizeinflüsse, die Einengung der Bewegungsmöglichkeiten in Wohnungen und im Wohnumfeld und Risiken durch die komplexer werdende multimediale Gesellschaft.

Belastungen, die sich auf die gesamte Lebenslage auswirken, ergeben sich außerdem durch Armut und soziale Benachteiligung sowie durch Beeinträchtigungen und Behinderungen im geistigen, körperlichen und seelischen Bereich. Entsprechend wirken sich auch Krankheiten und Belastungen (z. B. Langzeitarbeitslosigkeit) der Eltern auf die Gesundheit der Kinder aus (...) (Landesvereinigung für Gesundheit und Akademie für Sozialmedizin Niedersachsen e.V.)

Im Bereich der Ernährung belegen Studien der letzten Jahre, dass Mädchen und Jungen zu wenig pflanzliche Lebensmittel zu sich nehmen. Kindergarten- und Vorschulkinder haben nicht nur einen höheren Nährstoffbedarf als Erwachsene, sie sind bei der Versorgung mit Nahrung auf Erwachsene angewiesen. Eltern und andere Erwachsene prägen dabei ihre Essgewohnheiten und Vorlieben für bestimmte Nahrungsmittel. Deshalb ist neben der Familie die Kindertagesstätte der Ort, an dem Wissen über eine gesunde Ernährung vermittelt und eine positive Esskultur eingeübt werden kann.

Das gemeinsame Essen in einer ansprechenden Atmosphäre hat einen positiven Einfluss auf das individuelle Sozialverhalten und die soziale Gemeinschaft. Hier können Kinder schon früh erleben, dass Essen und Trinken mit positiven Körpergefühlen verbunden sind. Abgesehen davon können Mädchen und Jungen ihrem Alter entsprechend lernen und mit allen Sinnen wahrnehmen, wie die verschiedenen Lebensmittel

aussehen, schmecken, riechen oder auch, woher sie stammen und wie man sie zubereitet.

Verpflegung in städtischen Kindertagesstätten

Zurzeit erhalten alle Kinder mit einem 35-Stundenplatz mit Blocköffnung eine Mittagsverpflegung. Bei einem 45-Stundenplatz erhalten die Kinder die Mittagsverpflegung und zusätzlich einen Nachmittagsimbiss in der KiTa. Hier wird gewährleistet, dass die Mahlzeiten ausgewogen und kindgerecht sind.

Das Frühstück wird von allen Kindern von zu Hause mitgebracht und im Laufe des Vormittags eingenommen. Teilweise bringen Kinder Lebensmittel mit, die nicht den Anforderungen an eine gesunde und kindgerechte Ernährung entsprechen. Mit dem Projekt der frühkindlichen Gesundheitsförderung soll zum einen eine Sensibilisierung von Kindern und Eltern in Bezug auf gesunde Ernährung erreicht werden, zum anderen soll präventiv möglichen gesundheitlichen Belastungen entgegengewirkt werden. Die Kinder lernen über das Angebot eines mehrmals wöchentlich in der Kindertagesstätte für sie vorgehaltenen und mit ihnen gemeinsam zubereiteten Frühstücks die Vielfalt von gesunden Lebensmitteln kennen, erfahren neue Geschmacksrichtungen und erhalten eine gesunde Basismahlzeit für einen gelungenen Start in den Tag.

Das Projekt „Frühkindliche Gesundheitsförderung“

Aus den Mitteln des Projektes wird seit Projektstart am 01.11.2012 zwei- bis dreimal pro Woche ein Frühstücksangebot bereitgestellt. Zusätzlich wurden die Stunden der Hauswirtschaftskräfte aufgestockt, was eine Entlastung der Erzieherinnen im Arbeitsalltag bedeutet und den KiTa-Alltag erleichtert. Die Hauswirtschaftskraft bereitet an mindestens zwei Tagen in der Woche (je nach Anzahl der Kinder) ein Frühstücksbuffet für die Kinder vor bzw. unterstützt von den Fachkräften mit den Kindern zu.

Dieses Angebot ist ein zusätzliches Angebot im Rahmen der Gesundheitserziehung, das bisher konzeptionell in dieser Form in den städtischen Kindertagesstätten noch nicht verankert wurde.

Dokumentation des Projektes

Um den Projektverlauf ganzheitlich zu dokumentieren und die Nachhaltigkeit des Projektes zu prüfen, werden im Folgenden drei Handlungsfelder – Mädchen und Jungen/Eltern/Erzieherinnen und Erzieher – in den Kindertagesstätten während des Projektzeitraums beobachtet.

Handlungsfeld *Mädchen und Jungen*: Gesunde Lebensmittel werden positiv und interessant dargestellt. Es werden fünf Kinder pro KiTa regelmäßig zu ihrem Wissensstand und darüber befragt, was sie gerne essen. Dafür wird ein Fragebogen genutzt (Anlage). In regelmäßigen Abständen werden Frühstückssituationen fotografisch dokumentiert.

Handlungsfeld *Eltern*: Die Eltern und Kinder haben in der KiTa die Möglichkeit gemeinsam zu frühstücken. Dabei können die Eltern Ernährungstipps erhalten und neue Ideen zur Gestaltung des Frühstücks mit nach Hause nehmen. Eine regelmäßige fotografische Dokumentation und das Sammeln von Einladungen und Rezepten runden das zweite Handlungsfeld ab.

Handlungsfeld *Erzieherinnen und Erzieher*: Projekte zur Gesundheitsförderung werden fotografisch dokumentiert.

An der Dokumentation nehmen - stellvertretend für die 42 städtischen Kindertagesstätten und der Kindermann-Stiftung - folgende Kindertagesstätten teil:

- KiTa Brake,
- KiTa Braker Straße,

- KiTa Gustav-Freytag-Straße,
- KiTa Heeper Fichten,
- KiTa Kammerich,
- KiTa Oberummeln und die
- KiTa Stettiner Straße.

Während der dreijährigen Laufzeit des Projektes wird ein Jahrgang - beginnend mit dem dritten Lebensjahr bis zu ihrem letzten KiTa-Jahr im Alter von sechs Jahren - an dem Frühstücksbuffet teilnehmen. Die ersten Befragungen und Dokumentationen finden im Juni 2013 statt. Nachfolgend sind Berichte aus der Praxis zum Projektstart angefügt.

Stimmen aus den Kindertagesstätten seit Projektbeginn

Erster Bericht

Am 01.11.2012 hat in unserer Einrichtung das Projekt „Frühkindliche Gesundheitsförderung“ begonnen.

In unserer Einrichtung wird viel Wert auf eine gesunde, ausgeglichene und möglichst frisch zubereitete Ernährung gelegt. So wird jeden Tag für die Kinder ein anderer Tee gekocht und zusammen mit den Kindern wird für jede Gruppe täglich ein Obst- sowie ein Rohkostteller zubereitet.

Pro Monat gibt es in jeder Gruppe ein gemeinsames Frühstück zu einem bestimmten Thema (verschiedene Aufschnitte, Müsli, Rührei in verschiedenen Varianten, verschiedene Sorten Joghurt...). Oft bereiten die Kinder das Frühstück zusammen mit den Erzieherinnen und Erziehern zu und kaufen die Zutaten auch häufig selbst auf dem Wochenmarkt oder im Supermarkt ein.

Durch die zusätzlichen finanziellen Mittel können wir diese Angebote leichter finanzieren und ausbauen. So gibt es beispielsweise zusätzlich zu dem gemeinsamen Frühstück in den Gruppen nun auch einmal im Monat ein gemeinsames Frühstück mit allen

Kindern der Einrichtung. Das Frühstück können wir nun umfangreicher gestalten und durch die zusätzlichen Hauswirtschaftskraft-Stunden ist es auch möglich, das Frühstück in Kleingruppen zuzubereiten.

Unsere Milch beziehen wir vom Gut Wilhelmsdorf und durch die zusätzlichen Gelder können wir mehr regionale Produkte und mehr Produkte mit Bioqualität kaufen.

Durch das Projekt wurde das Team erneut für das Thema „Frühkindliche Gesundheitsförderung“ sensibilisiert. So hatte dieses auch Auswirkung auf das Angebot beim Mittagessen/Nachtschicht und bei dem Imbiss im Nachmittagsbereich. Feste Absprachen wurden getroffen.

Parallel zum Projekt wurden verschiedene Angebote zum Thema „Riechen-Schmecken-Tasten“ durchgeführt und auch ein Kräutergarten wurde angelegt. Rezepte von verschiedenen Koch-, Back- und Frühstückszubereitungen wurden an die Eltern weitergegeben.

Wünschenswert wäre es, die Fördermittel auch für gemeinsame Kochaktionen mit den Eltern (nicht nur Frühstückssituationen) verwenden zu dürfen. Auch Vater-Kind-Aktionen wären in diesem Bereich denkbar. Eine gezielte Finanzierung von anderen notwendigen Materialien (nicht nur Lebensmittel) wäre aus unserer Sicht sinnvoll (zum Beispiel Saftpresse, Getreidemühle, Müslispender...).

In unserer Einrichtung haben wir großes Glück bei der Vergabe der zusätzlichen hauswirtschaftlichen Stunden gehabt. Nachdem die erste Kraft nach wenigen Monaten ein anderes Arbeitsangebot bekommen hat, konnten wir übergangslos einen geeigneten Ersatz finden.

Zweiter Bericht

In unserer KiTa bieten wir zweimal wöchentlich für die Kinder ein gesundes Frühstück an. Unsere Erfahrungen seit Projektanlauf sind folgende:

- In der Gemeinschaft probieren die Kinder mehr unbekannte Speisen.
- Die Kinder lernen, für sich zu entscheiden, was schmeckt mir und was nicht.
- Die Kinder essen Dinge, wie z. B. Haferflocken oder Mehrkornbrötchen, die sie vorher nicht essen wollten.
- Wir wissen nun, dass viele Kinder kein Müsli mögen, auch wenn es appetitlich mit frischem Obst angerichtet ist.
- Erstaunt hat uns, dass den Kindern das frische Körnerbrot vom Bäcker, belegt mit Wurst und Käse, besonders gut schmeckt. Anfangs wurden drei Brote für das Frühstück eingekauft, mittlerweile sind es fünf Brote.

Was sehr positiv auffällt, ist außerdem, dass die Kinder mit Genuss und in Ruhe essen und dabei angeregte Tischgespräche führen. Die Frühstückssituation ist ruhig und harmonisch.

Nachteilig ist Folgendes:

- Da unsere Küche sehr beengt und klein ist, ist die Zubereitung des Frühstücks mit den Kindern in der Regel leider nicht möglich. Es fehlt an den dafür erforderlichen Arbeitsflächen.
- Es fehlen die nötigen Lagerkapazitäten für die Vorratshaltung.
- Bei Ausfall der HWK können wir das Frühstück nicht anbieten, es gibt keine Vertretung für sie.
- Die HWK-Stunden reichen nicht aus, um den Einkauf gemeinsam mit Kindern zu erledigen.

Dritter Bericht

Frühstückssituation vor Projektstart:

- Punktuelle Projekte für Kinder zum Thema Frühstück mit Elterninfo.
- Selten ein Müslifrühstück mit frischem Obst auf Gruppenebene.
- Je nach Personallage sporadisch.
- Das pädagogische Personal bereitet das Frühstück vor.
- Finanzierung muss gut geplant werden.

Frühstückssituationen seit Projektstart:

- Frühstückswochen für Eltern und Kinder.
- Durch zusätzliche personelle Ressourcen ist die Einbeziehung aller Kinder möglich. Für die Eltern, die keine Gelegenheit haben dabei zu sein wurde eine Fotodokumentation erstellt.
- Regelmäßiges Müslifrühstück mit frisch geschnittenem Obst und frischer Milch.
- Frische Obst- und Gemüseteller als Ergänzung zum täglichen Frühstück.
- Durch die personelle Unterstützung bei der Frühstücksvor- und nachbereitung ist das pädagogische Personal längere Zeit bei den Kindern.
- Obst und Gemüse können in Freiland- bzw. Bioqualität gekauft werden.
- Die Selbstständigkeit der Kinder wird unterstützt, da es einen zentralen Punkt für alle Kinder gibt, an dem sie sich mit Müsli, Getränken und/oder Obst versorgen können. Dieser „Versorgungspunkt“ wird von der zusätzlichen Kraft mit betreut.

Ausblick

KiTa-AG

In Rahmen des Projektes der frühkindlichen Gesundheitsförderung wurde das Thema „*Essen und Ernährung*“ in einer KiTa-AG im März 2013 thematisiert. In einer von der Fachberatung angeleiteten KiTa-AG nehmen von jeder Kindertagesstätte jeweils eine Erzieherin oder ein Erzieher teil und setzen sich dort mit praxisbezogenen, aktuellen Themen auseinander.

Hintergrund für die Entscheidung, eine KiTa-AG zum Thema Ernährung zu veranstalten war, dass es in den vergangenen Jahren in den Kindertagesstätten viele einschneidende Veränderungen gegeben hat, die sich sowohl auf den allgemeinen Tagesablauf für die Kinder als auch auf die Abläufe und die Organisation in den Kindertagesstätten beziehen. Die Aufnahme immer jüngerer Kinder und die wachsende Zahl der Kinder, die ganztägig betreut werden, stellen die Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter vor neue Herausforderungen in unterschiedlichen Bereichen. Dazu gehört auch die Situation um die Essensverpflegung bei der Frühstückssituation.

Ziel des Austausches mit den Vertreterinnen und Vertretern aus den Kindertagesstätten war es, die geltenden Standards an den heutigen Bedingungen zu messen und zu diskutieren. In der KiTa-AG wurden die Erzieherinnen und Erzieher durch die Fachberatung eingeladen, das Thema: „*Nein, meine Suppe ess ich nicht*“ in Bezug auf die frühkindliche Gesundheitsförderung zu thematisieren. Dazu arbeiteten die Teilnehmerinnen und Teilnehmer zunächst in Kleingruppen zu den Themen Rituale, Eigene Haltung, Konflikte und Tischregeln zusammen. Abschließend wurden die Themen im Plenum diskutiert. Ein wertvolles Ergebnis der KiTa-AG ist eine für November 2013 geplante Fortbildung für Erzieherinnen und Erzieher sowie für Hauswirtschaftskräfte, um pädagogische und organisatorische Standards zu vereinheitlichen und zu optimieren.

In der Fortbildung „*Gesundes Essen anzubieten ist nicht schwer – die Kinder dafür zu begeistern umso mehr*“ wird neben den Grundlagen zur Gestaltung der Verpflegung in Kindertagesstätten erörtert, wie den Kindern ein gesundheitsförderlicher Lebensstil nahe gebracht werden kann. In Vorträgen, Gruppenarbeiten und Diskussionsrunden sollen folgende Themenbausteine erarbeitet werden:

- Speisenplanung ausgewogen und zielgruppengerecht gestalten
- Erläuterung verschiedener Konzepte: Optimierte Mischkost (Forschungsinstitut für Kinderernährung), Qualitätsstandard für die Verpflegung in Tageseinrichtungen für Kinder (Deutsche Gesellschaft für Ernährung), Bremer Checkliste
- Gesundes Frühstück
- Ernährungsbildung – Grundsteine zur Erlernung eines gesunden Lebensstils
- Kleinkindernährung

Fazit

Das Gesetz zur frühen Bildung und Förderung von Kindern: Kinderbildungsgesetz (KiBiz) von Juli 2011 gibt in seinem Allgemeinen Grundsatz (§ 2) vor:

„Jedes Kind hat einen Anspruch auf Bildung und Förderung. Seine Erziehung liegt in der vorrangigen Verantwortung seiner Eltern. Kindertageseinrichtung und Kindertagespflege ergänzen die Förderung des Kindes in der Familie und unterstützen die Eltern in der Wahrnehmung ihres Erziehungsauftrages.“

Die Ergänzung der Förderung des Kindes im Bereich „Frühkindlicher Gesundheitsförderung“ ist gegeben. Der Projektstart ist gelungen: Alle 42 städtischen KiTas und die Kindermann-Stiftung konnten entweder eine zusätzliche Hauswirtschaftskraft einstellen oder die Stunden der Hauswirtschaftskraft aufstocken, so dass ein reibungsloser Ablauf des KiTa-Alltags erheblich erleichtert werden kann. Die Frühstückssituation wird je nach KiTa individuell ergänzt. Die drei Berichte sowie die Fotos (Anlage) aus

der Praxis zeigen, dass die frühkindliche Gesundheitsförderung in den Projektkitas sehr ernst genommen wird.

In den kommenden Projektjahren wird deutlich werden, wie sich der Wissensstand und die Einstellung der dreijährigen Kinder zu gesunden Lebensmitteln entwickelt und ob die Erfahrungen des Projektes Einfluss auf konzeptionelle und strukturelle Veränderungen der städtischen KiTas im Hinblick auf eine gesunde Ernährung nehmen wird.

F r a g e b o g e n
zum Thema „Gesundheitsfördernde Ernährung“

KiTa (Anschrift und Telefon)	Datum
------------------------------	-------

Name, Vorname	geboren am
Gruppe:	
Alter zum Zeitpunkt der Befragung:	

1. Was frühstückst du gerne?

1.a Wenn du das nicht frühstücken kannst, was würdest du gerne frühstücken?

2. Stell dir vor, Frau *Name ErzieherIn* macht einen Obstsalat. Sie schneidet eine Banane herein. Und was kommt noch dazu?

3. Stell dir vor, du schiebst einen Einkaufswagen und kommst an den Kartoffeln vorbei. Was kaufst du noch ein?



