

WIR NEHMEN AM GESUND³-PROGRAMM TEIL!

symbioun

Ihr Partner für Prävention und Gesundheitsförderung

GESUND³ - WAS IST DAS?

Gesund³ ist ein Rahmenkonzept, das dazu dient Gesundheit in Kitas zu fördern. Dabei setzt das Programm bei der Entwicklung von gesundheitsförderlichen Strukturen an. Zielgruppe sind dabei Kinder, Eltern und Kita-Mitarbeiter.

Das Projekt kann unterschiedlich ausgestaltet werden, und erstreckt sich über drei Jahre. Wie wir dieses Jahr das Projekt bei uns umsetzen erfahren sie im Folgenden.

WAS WIRD HIER IN DER KITA GEMACHT?

KINDER-YOGA

Im Rahmen des Programms konnten ... Kolleginnen an einer Qualifizierung zur Übungsleiterin für Yoga mit Kindern teilnehmen.



GESUND³-EXPERTINNEN

Zwei Erzieherinnen bilden sich zur Gesund³-Expertin weiter und können so dazu beitragen, dass das Programm langfristig bei uns weitergeführt wird.

STRESS-BEWÄLTIGUNG

In mehreren Weiterbildungen setzen sich die Erzieherinnen mit den Stressfaktoren der täglichen Arbeit in der Kita auseinander und arbeiten an Strategien mit ihnen umgehen zu können.

GESUNDE ERNÄHRUNG

Geimeinsam mit dem Träger des Gesund³-Programms setzen wir uns erneut mit dem Thema Gesunde Ernährung in der Kita auseinander und nehmen weitere Verbesserungen an unserem Ernährungskonzept vor. In diesem Zuge entsteht auch ein Rezeptheft mit leckeren und gesunden Gerichten aus unserem Kita-Alltag zum Nachkochen zu Hause.

GESUNDE ERNTEDANK-WOCHE

Vom **1.11. bis 5.11.** führen wir eine gesunde Erntedank-Woche durch.

Es wird verschiedene Kochworkshops für Kinder und Eltern geben.

Das Highlight wird unser gesundes Buffet am 4.11. mit den gemeinsam gekochten Dingen und weiteren leckeren Sachen sein.

Nähere Infomationen entnehmen Sie den Aushängen in ihrer Kita-Gruppe