



## „Rundum Gesund – Familien stärken in ev. Kitas“

### Situation / Kontext

Die frühen Jahre der Kindheit nehmen einen hohen Stellenwert für die Bildung einer gesunden Lebensweise sowie einer altersgemäßen Entwicklung von Kindern ein. Daher ist das Einbeziehen von Eltern, aber auch von Kita-Mitarbeitenden in Maßnahmen der Gesundheitsförderung so wichtig. Zudem werden sie in ihrer Vorbildfunktion und in der Selbsthilfe für die eigene Gesundheit gestärkt.

Belastende Lebenssituationen und Überforderung in Familien können zu gesundheitlichen Beeinträchtigungen bei Kindern und bei Eltern führen. Insbesondere Kinder aus armen Familien und mit einer nachteiligen Ausgangslage haben ein erhöhtes Risiko, sich nicht altersgemäß zu entwickeln und/oder einen schlechten Gesundheitszustand zu haben.

Kindertageseinrichtungen (Kitas) ermöglichen einen Zugang zu Familien aus allen sozialen Lagen und bieten die Möglichkeit, gesundheitliche Defizite zu kompensieren und Ressourcen zu fördern. Sie unterstützen und stärken damit Familien und sind ein guter Ort, um mit zusätzlichen unterstützenden Angeboten rund um Gesundheits- und Familienthemen anzusetzen.

### Konzept

„Rundum Gesund – Familien stärken in ev. Kitas“ ging aus dem Modellprojekt „Gesunde Eltern – Gesunde Kinder“ hervor. Hier wurden seit 2005 Kitas des Ev.- Luth. Kirchenkreises Hamburg-Ost unterstützt, Angebote zur Gesundheitsförderung und zur Unterstützung von Familien im Rahmen ihrer Möglichkeiten zu entwickeln oder auszubauen.

Die Kitas werden von der Fachreferentin bei der Entwicklung, Planung, Durchführung und Veröffentlichung von Veranstaltungen unterstützt. Die Angebote rund um Gesundheits- und Familienthemen richten sich in erster Linie an Eltern, aber auch an Kinder und Kita-Mitarbeitende. Angesprochen werden zusätzlich auch Familien im Einzugsgebiet der Kita. Die Vernetzung mit Familien unterstützenden Einrichtungen ist ein wichtiger Bestandteil.

Das Thema Gesundheit wird ganzheitlich verstanden: Kinder, Eltern und Kita-Mitarbeitende sollen mit den Angeboten in ihrem seelischen, körperlichen und sozialen Wohlbefinden gestärkt werden.

**Aktuell setzen 23 Kitas zusätzliche Veranstaltungen in den Bereichen Bewegung, Ernährung oder mit Themen rund um den Familienalltag bzw. der Familienbildung um. Im Jahr 2018 sind 145 Veranstaltungen durchgeführt worden, an denen 936 Eltern und 1.211 Kinder beteiligt waren. 240 Erzieherinnen haben die Veranstaltungen begleitet.**

### Ziele

- Förderung der Entwicklung von Kindern in einem gesunden Umfeld (Leitbild)
- Stärkung von Eltern in ihrem Gesundheitsbewusstsein und als Vorbilder
- Unterstützung und Entlastung von Eltern in ihrer Familienarbeit
- Vernetzung der Kitas mit Familien unterstützenden Institutionen und ev. Kitas der Region
- Profilierung von Kitas als Ort der Familienbegleitung & Gesundheitsförderung
- Gesundheitsförderung und Familienorientierung als Bestandteil des Kita-Konzepts und der Qualitätsentwicklung

Nach einer sechsjährigen Projektphase ist „Rundum Gesund – Familien stärken in ev. Kitas“ seit 2012 als Programm verstetigt. Es ist Teil des Fachreferates „Bildung für nachhaltige Entwicklung“ im Fachbereich Kita. Die Unterstützung für die Kitas wird damit regelhaft gewährleistet. Von 2009 bis 2011 hatte die Kroschke-Stiftung für Kinder mit „Gesunde Ernährung für Kinder“ Ernährungsveranstaltungen für Eltern und Kinder in 13 Kitas gefördert.

## Durchführung

Um Angebote in den Kitas umzusetzen, hat sich aus den Erfahrungen als Methode bzw. Struktur die **Bildung von Planungsteams vor Ort** entwickelt und bewährt. Sie haben eine zentrale Bedeutung: hier werden mit den beteiligten Kitas Ziele festgelegt, Bedarfe der Familien festgestellt, Angebote und ihre Finanzierung geplant, gemeinsam Ideen und Erfahrungen ausgetauscht, um z.B. Fragen „Wie erreicht man Eltern?“ zu klären.

Am **Planungsteam** beteiligt sich i.d.R. die Kita-Leitung, ggf. Elternvertretende und die Fachreferentin. Die Treffen finden i.d.R. in einer Kita statt, um den zeitlichen Aufwand für die Mitarbeitenden gering zu halten.

Ein Team trifft sich 2 x im Jahr für 3-4 Stunden, um stattgefundenen Veranstaltungen auszuwerten und für das nächste Halbjahr zu planen. Zwischen den Treffen wird der Kontakt per Mail und Telefon gehalten. 1x jährlich findet ein halbtägiges Austauschtreffen aller teilnehmenden Kitas statt, um eine Gesamtbilanz zu ziehen, sich zu Themen auszutauschen und den Kita-Leitungen als Anerkennung ihres Engagements ein Angebot für ihr Wohlbefinden zu bieten.

Bei der Planung werden die **unterschiedlichen Ausgangslagen von Familien berücksichtigt**, z.B. Alleinerziehende, Familien mit geringem Familieneinkommen oder Migrationshintergrund. Auch **Bedarfe der Mitarbeitenden** zum Thema (z.B. Fortbildungen) werden hier besprochen.

Die Themen der Veranstaltungen bewegen sich in den Bereichen:

- **Familienalltag** (z.B.: Weg mit der Windel; Grenzen setzen bei Kindern)
- **Ernährung** (z.B. Kochen mit Spaß für Männer; Kinder kochen für Eltern)
- **Bewegung** (z.B. Kinderyoga; Bodyfit für Mütter)

Die Angebote werden in der Kita oder den nahe gelegenen Gemeinderäumen von externen Referent/innen (Ernährungsfachleute, Pädagogen, Therapeuten), aber auch durch fortgebildete Kita-Mitarbeitende durchgeführt. Die Umsetzung vor Ort liegt bei den Kitas (z.B. Raum herrichten). Die Organisation der Veranstaltungen (z.B. Ansprache neuer Referenten, Halbjahres-Programm erstellen), Evaluation und Öffentlichkeitsarbeit wird von der Fachreferentin koordiniert.

Die Veranstaltungen haben einen **starken Praxisbezug** - es wird gekocht, sich bewegt, das theoretisch Besprochene wird in praktische Übungen umgesetzt. Sie werden mit **Fragebögen an die Eltern evaluiert** - die Auswertung wird für die Planung weiterer Veranstaltungen im Planungsteam genutzt.

Die **Zusammenarbeit mit Familien unterstützenden Einrichtungen im Umfeld der Kita** wird initiiert oder ausgebaut (z.B. Ev. Familienbildung, Kinder- und Familienzentren, Elternschulen oder Ev. Erziehungsberatung).

## Öffentlichkeitsarbeit

Die Eltern der Kita erfahren von den Veranstaltungen über ein Halbjahres-Programm und den Aushängen in der Kita. Hinzu kommen Pressemeldungen in den Wochenblättern, um auch weitere Familien aus der Region zu erreichen. Die Website [www.eva-kita.de](http://www.eva-kita.de) wird von den Kita-Leitungen genutzt, um ihr Engagement mit „Rundum Gesund – Familien stärken“ bekannt zu machen

## Ansprechpartnerin und weitere Informationen:

Rebecca Jabben

Fachreferat Bildung für nachhaltige Entwicklung

Rundum Gesund – Familien stärken in ev. Kitas

Danziger Str. 15 -17

20099 Hamburg

Tel. +49 40 519000-725

Fax +49 40 519000-724

[r.jabben@kirche-hamburg-ost.de](mailto:r.jabben@kirche-hamburg-ost.de)