



Netzwerk Gesunde Kita: Leitgedanken zur gesunden Ernährung



Das Netzwerk Gesunde Kita...

-ist eine brandenburgische Initiative zur Gesundheitsförderung im Setting Kita.
- ...fördert den gegenseitigen Austausch von pädagogischen Fachkräften in der Kindertagesbetreuung
- ...verfolgt das Ziel die Gesundheitsressourcen der Kinder und pädagogischen Fachkräfte zu stärken
- ...wird vom MASGF gefördert .

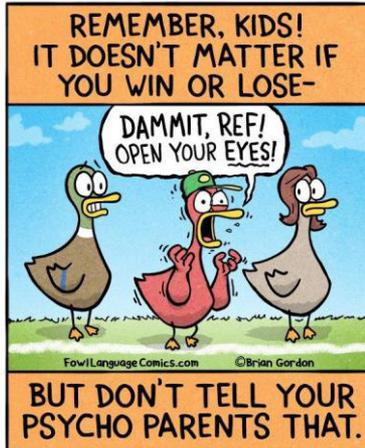


Das Netzwerk Gesunde Kita

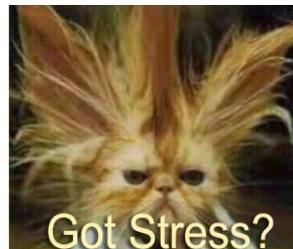
Aktuell sind 60 Kitas Mitglied im Netzwerk

Handlungsfelder:

- Bewegungs- und Wahrnehmungsförderung
- Seelische Gesundheit
- Gesunde Ernährung



pinterest.de/lowchunmeng/comics-fowl-language/



onlyloveplayer.blogspot.de/



[LAIF/ bundesregierung.de/Statistik/Jahresbericht](http://LAIF/bundesregierung.de/Statistik/Jahresbericht)

Instrumente des Netzwerks Gesunde Kita

- Kooperationen (kollegiale Hilfe und Beratung)
- Veranstaltungen (Fachtagung und Transferntag)
- Kommunikation und fachlicher Austausch
- Leitgedanken



Quelle: Gesundheit Berlin-Brandenburg e.V.

Leitgedanken zur gesunden Ernährung

- ✓ 2011: Entwicklung Leitgedanken „Gesunde Ernährung in Kitas“ mit großer Resonanz in den Kitas des Landes Brandenburg
- ✓ 2012 ca. 1800 Kitas erhalten das Poster
- ✓ Ab 2012-2013 Transfertage zum Thema Ernährung
- ✓ 2014 Ergebnisse Evaluation (i. A. BZgA)



Gesundheit Berlin-Brandenburg

EVALUATIONSBERICHT DER
KOORDINIERUNGSSTELLE GESUNDHEITLICHE
CHANCENGLEICHHEIT BRANDENBURG ZU DEN
„LEITGEDANKEN GESUNDE ERNÄHRUNG“ UND
DEN „KITA-TRANSFERTAGEN – GESUNDE
ERNÄHRUNG“

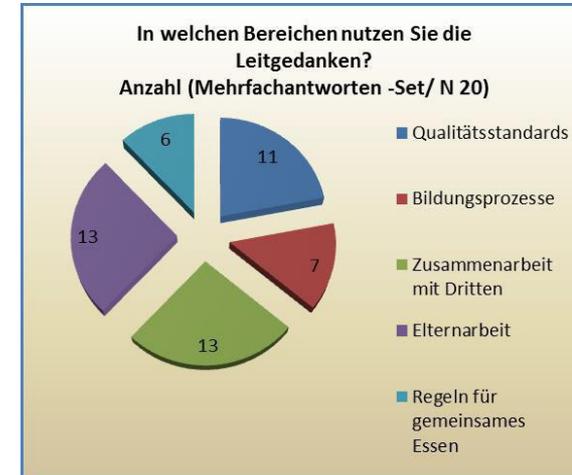
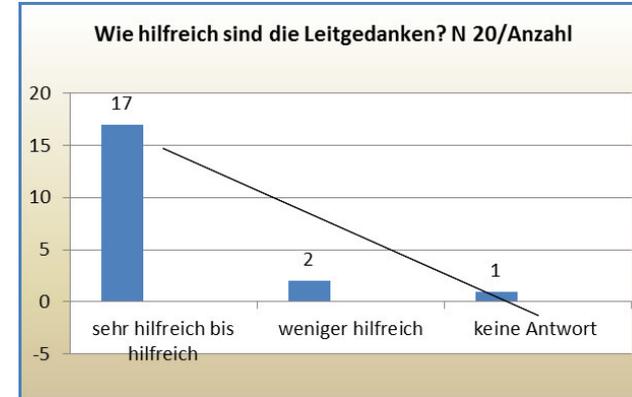
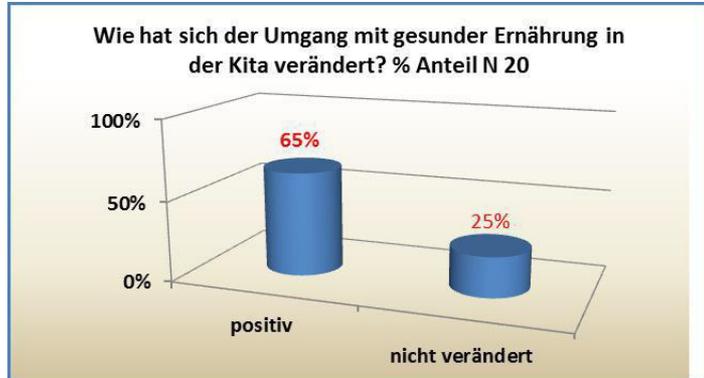
INHALTSVERZEICHNIS

Erkenntnisinteresse	2
Vorgehen	2
Methode	3
Ergebnisse	3
Auswertung	3
Zusammenfassung & Handlungsempfehlungen	9
Anhang	10

1

Quelle: Gesundheit Berlin-Brandenburg e.V.

Leitgedanken zur gesunden Ernährung



Quelle: Gesundheit Berlin-Brandenburg e.V.

Leitgedanken zur gesunden Ernährung

Ziele:

- Vom Netzwerk: Qualitätsentwicklung zu Themen der GF im Setting Kita unter Beteiligung der Fachkräfte fördern
- Die Leitgedanken dienen der Selbstbewertung der Kita und stellen ein Instrument zur Qualitätsentwicklung dar
- Stärken des Teams werden sichtbar gemacht und eigene professionelle Verhaltensweisen können reflektiert werden
- Sie können Kitas bei der Weiterentwicklung gesundheitsfördernder Rahmenbedingungen unterstützen

Was machen die Leitgedanken?

1. Orientierung an Qualitätsstandards
2. Bildungsprozesse anregen und gestalten
3. Zusammenarbeit mit themenspezifischen Dritten
4. Zusammenarbeit mit Eltern
5. Gemeinsam bei Tisch

Gesunde Ernährung in Kindertagesstätten – Leitgedanken für die Qualitätsentwicklung

Gesunde Ernährung ist mehr als Essen und Trinken. Vielmehr geht es darum, gesunde Ernährung im Rahmen eines Erziehungsprozesses dauerhaft und ganzheitlich im Kita-Alltag zu verankern. Nutzen Sie die nachfolgenden Leitgedanken als Unterstützung und Orientierungshilfe für Ihre Arbeit.

Die Leitgedanken wurden in Zusammenarbeit mit Mitgliedern des Netzwerkes Gesunde Kita erarbeitet und basieren verschiedene Qualitätsentwicklungsverfahren zusammen. Weitere Informationen sowie Anregungen für die praktische Umsetzung einer gesunden Ernährung erhalten Sie auf den Internetseiten von www.gesunde-kita.net und www.kita-land.de.

Leitgedanken	Beurteilung	Weitere Beispiele für die praktische Umsetzung	Anmerkungen
1. Orientierung an Qualitätsstandards (z.B. denen der Deutschen Gesellschaft für Ernährung)			
01) werden sicher, dass jeden Kind gesunde Nahrung angeboten wird, die tagsüber, außer auf die Mahlzeiten der Eltern und gelegens Anwesenheit, bereit ist.	sehr hoch		
02) sorgen für eine abwechslungsreiche Ernährung, indem sie bei normalen Mahlzeiten die Verantwortung für die Zubereitung dem Eltern überlassen.	hoch		
03) gewährleisten, dass Allergien und Ernährungsstörungen bei Kindern beachtet werden und bei Bedarf in Zusammenarbeit mit Ärzten behandelt werden.	hoch		
04) achten darauf, dass das Trinken ausreichend ist und stellen sicher, dass genügend Getränke (Wasser, Saft, Tee) zur Verfügung stehen und das Kind frei wählen kann.	hoch		
05) lassen Raumempfinden und nicht die regelmäßigen Rhythmen für alle Kinder gerecht.	hoch		
06) überprüfen regelmäßig die Qualität von Raumempfinden und achten auf einen klaren, Eltern und Kindern abgestimmten Prozess.	hoch		
2. Bildungsprozesse anregen und gestalten			
07) nutzen die vielfältigen Möglichkeiten, um das Kind an die Mahlzeiten gesunder Ernährung heranzuführen und gestalten das Angebot, indem sie die Kind selbstbestimmt wählen lassen und die Eltern einbeziehen.	sehr hoch	sehr hoch	
08) ermöglichen im Alltag die Erfahrungen und Aktivitäten, die an den verschiedenen Mahlzeiten anregend und aktivierend sind (Kochen und Backen, Zubereitung, Essen, Trinken, etc.).	hoch	hoch	
09) unterstützen die vielfältigen Fragen des Kindes, indem sie ein vielfältiges Angebot an Materialien (z.B. Bilder, Karten, Videos, etc.) bereitstellen, um das Kind zu unterstützen.	hoch	hoch	
10) sorgen für die Entwicklung von Regeln und Normen und unterstützen das Kind bei der Einhaltung von Regeln.	hoch	hoch	
3. Zusammenarbeit mit themenspezifischen Dritten			
11) kooperieren mit den themenspezifischen Experten (z.B. Ernährungswissenschaftler, Ernährungswissenschaftler, etc.) und nutzen deren Kenntnisse und die Möglichkeiten der Zusammenarbeit (z.B. Workshops, Seminare, etc.) zur Verbesserung der Ernährung im Kita-Alltag.	sehr hoch	sehr hoch	
12) kooperieren mit den themenspezifischen Experten (z.B. Ernährungswissenschaftler, Ernährungswissenschaftler, etc.) und nutzen deren Kenntnisse und die Möglichkeiten der Zusammenarbeit (z.B. Workshops, Seminare, etc.) zur Verbesserung der Ernährung im Kita-Alltag.	hoch	hoch	
4. Zusammenarbeit mit Eltern			
13) kooperieren mit den Eltern, um das Kind an die Mahlzeiten gesunder Ernährung heranzuführen und gestalten das Angebot, indem sie die Eltern einbeziehen und die Eltern bei der Zubereitung unterstützen.	sehr hoch	sehr hoch	
14) unterstützen die Eltern, indem sie sie bei der Zubereitung unterstützen und die Eltern bei der Zubereitung unterstützen.	hoch	hoch	
15) fördern über praktische Aktivitäten den Kontakt zwischen Eltern und Kindern an den Mahlzeiten und unterstützen die Eltern bei der Zubereitung.	hoch	hoch	
5. Gemeinsam bei Tisch			
16) sorgen für eine angenehme Atmosphäre und Ausgestaltung des Essens (z.B. Tisch, Stühle, etc.).	hoch	hoch	
17) schaffen gemeinsam mit den Kindern eine angenehme Atmosphäre während der Mahlzeiten und sorgen dafür, dass das Essen entspannt ist.	hoch	hoch	
18) gewährleisten die Einhaltung der Regeln und Normen (z.B. "Nicht mit den Händen essen", "Nicht mit den Händen essen", etc.).	hoch	hoch	
19) regeln das Trinken in selbstbestimmter, unbeschränkter und eigenverantwortlicher Weise und Trinken an verschiedenen Stellen im Kita-Alltag.	hoch	hoch	
20) fördern während der Mahlzeiten ein soziales Miteinander und nutzen die gemeinsamen Gespräche.	hoch	hoch	
21) sind Teil der Mahlzeiten, nehmen an den Aktivitäten teil und essen gemeinsam mit den Kindern.	hoch	hoch	

 **Netzwerk Gesunde Kita Brandenburg**
Gefördert aus Mitteln des Ministeriums für Arbeit, Soziales, Frauen und Familie



Quelle: Gesundheit Berlin-Brandenburg e.V.

Wie werden die Leitgedanken umgesetzt?



Orientierung an Qualitätsstandards

- Eigene Küche
- Regionale Produkte, oft auch Bio-Kost
- Verzicht auf Konservierungsstoffe
- Fleischlose Kost
- Zuckerfreie Vormittage
- Berücksichtigung von Allergien
- Kochen nach Qualitätsstandards der DGE e.V.
- Kochen nach Kneipp-Konzept



Bildungsprozesse anregen und gestalten

- Kinderküchen
- Beobachtungsgänge in die Küche
- Partizipativer Austausch zur Gestaltung von Speiseplänen und Abstimmung über das Angebot
- Projektwochen in der Kita
- Eigene Kräutergärten und Hochbeete



Zusammenarbeit mit themenspez. Dritten

- Gezielte Auswahl und Austausch mit Lieferanten
- Projektwochen und Programme zum Thema Ernährung
- Mitgliedschaft in weiteren Präventionsprogrammen und Netzwerken (Kita mit Biss, Gütesiegel Bewegungskita, etc.)

Quelle: Bilder online

Wie werden die Leitgedanken umgesetzt?



Zusammenarbeit mit Eltern

- Gezielte Elternarbeit und Kommunikation zum Thema gesunde Ernährung
- Wöchentlicher Gesundheitstag mit Obst- und Gemüseboxen für alle Kinder



Gemeinsam bei Tisch

- Hoher Stellenwert und großes Verantwortungsbewusstsein bei dem Thema Ernährung in allen befragten Einrichtungen
- Großes Interesse bei Eltern
- Motto: Starke Kinder sind gesunde Kinder

Quelle: Bilder online

Stärken der Leitgedanken:

- ✓ Sind partizipativ angelegt
- ✓ Sind ganzheitlich in der Betrachtungsweise
- ✓ Sind einfach verständlich und einfach umsetzbar
- ✓ Sind kompatibel mit anderen Instrumenten in der Kita
- ✓ Zeigen den Entwicklungsstand sowie notwendige nächste Schritte auf
- ✓ Laden zur Diskussion ein



Vielen Dank für Ihre Aufmerksamkeit!



**Gesundheit
Berlin-Brandenburg e.V.**
Arbeitsgemeinschaft
für Gesundheitsförderung