

## MASSNAHMEN IM EINZELNEN

### 1. Maßnahmen

#### 1.1. "Kindergarten in Bewegung"

##### **Fachberatung zur bewegungsfreundlichen Gestaltung von Innen- und Außenräumen in Kindertageseinrichtungen (durch Architektin)**

Dieses Angebot wurde bereits in der Vorlage für den Sozialausschuss 2007 beschrieben. Hier eine kurze Zusammenfassung davon:

Bewegungsförderung in der Elementarerziehung zählt mit zu den zentralen Bausteinen im Maßnahmenkatalog zur Prävention von Übergewicht. Ein besonderes Augenmerk wird auf die "selbstverständliche" Bewegung im Lebensalltag der Kinder gelegt. Ziel der Fachberatung zur Bewegungsfreundlichkeit ist es, im Rahmen der Möglichkeiten einer Einrichtung die Bewegungssituation und den Kindergartenalltag zu optimieren. Außenstehenden fallen oft Dinge auf, die Menschen, die tagtäglich in den Räumen arbeiten, schon als normal hingenommen haben. Oft genügen bereits Kleinigkeiten wie z. B. das Umstellen oder Entfernen von Möbeln, um Frei- und Bewegungsräume zu schaffen bzw. sinnvoll zu vergrößern, eine "Bilderbuchecke" einzurichten usw.

Bei der Fachberatung geht es also nicht darum, neue Investitionen zu tätigen, sondern mit dem vorhandenen Material das Optimale zu erreichen.

Beraten wurden	2007/2008	16 Einrichtungen am Modellstandort Backnang
	2008	9 Einrichtungen am Modellstandort Murrhardt
	2009	20 Einrichtungen kreisweit.

Für die Finanzierung wurde bzgl. des Modellstandortes Murrhardt ein Antrag bei der Techniker-Krankenkasse (TK) - Förderprogramm GESUNDE KITA gestellt. Dieser wurde positiv beschieden, allerdings nur für die Modellphase - eine weitere Förderung wurde lediglich Einrichtungen in Aussicht gestellt, die zukünftig den Schwerpunkt auf Gesundheit legen.

##### Auswertung:

Die Fachberatung zur Bewegungsfreundlichkeit kam bei den Kindertageseinrichtungen sehr gut an. Sämtliche Einrichtungen in Backnang nahmen das Angebot dankbar in Anspruch. Die Anregungen der Fachberatung waren kostenbewusst und zum größten Teil leicht umsetzbar. Bei der Umsetzung von manchen Vorschlägen bedurfte es längerfristiger Planung, da Träger bzw. weitere Kooperationspartner einbezogen werden mussten.

##### Kosten:

2007	5 Einrichtungen	– 600 €
2008	Antrag bei der TK – 9 Einrichtungen	wurden durch TK mit jeweils 100 € gefördert
2009	20 Einrichtungen	– 2400 € – zur Hälfte finanziert von Träger der Einrichtung und Fachbereich Gesundheitsförderung

##### Fazit:

Weitere Bewerbung des Angebotes durch Flyer, Online-Wegweiser und Fachgremien.

## 1.2. Fachtag Kindergarten in Bewegung

**Gesundheit** ist kein neues Thema für Kindertageseinrichtungen - vielmehr ist es fester Bestandteil im Themenkatalog einer Kindertageseinrichtung. Neben gezielten Angeboten werden Inhalte durch die bewusste Gestaltung des Tagesablaufes vermittelt und vorgelebt. Gleichzeitig beobachten Erzieher/innen in zunehmendem Maße gesundheitliche und entwicklungsbedingte Auffälligkeiten bei Kindern. Es stellt sich daher die Frage, wie mit diesem veränderten Förderungsbedarf im Kindergartenalltag umgegangen werden kann. Mit dem Fachtag sollte darauf eine mögliche Antwort aufgezeigt und das Augenmerk auf die **Bewegungsförderung** gelegt werden.

Hierbei stand die Praxis im Vordergrund. Neben der Vorstellung des Beratungsangebotes zur bewegungsfreundlichen KiTa-Gestaltung gab es eine Fülle von Informationen verschiedener Institutionen im Gesundheitsbereich, welche die gesundheitsförderliche Arbeit der KiTas unterstützen. Gezeigt wurden Projekte und Programme zu den Themen Bewegungsförderung, ausgewogene Ernährung und Stressbewältigung für Kinder, Eltern und Erzieherinnen. Vorträge am Fachtag u. a.: Bewegung als Lernfeld - Lernen durch Bewegung - Veronika Albrecht; Beratungsangebot zur bewegungsfreundlichen KiTa-Gestaltung - Karin Dettmar; Aufsichtspflicht und Haftung - Siegmund Hänle.

### Projektvorstellung an den Infoständen:

- |                                  |  |
|----------------------------------|--|
| AOK Ludwigsburg Rems-Murr,       | - "TigerKids – Kindergarten aktiv"                                   |
| Landratsamt, GB Landwirtschaft   | - "BeKi – Bewusste Kinderernährung"                                  |
| Unfallkasse Baden-Württemberg    | - "Kindergärten in Aktion"   |
| Techniker Krankenkasse           | - "Gesunde KiTa"   |
| Verbraucherzentrale BW           | - "Joschi hat's drauf. Nicht vergessen. Gesundes Essen"              |
| Innungskrankenkasse Ba-Wü u. He  | - "Gesundheit kann man lernen<br>Gesund und fit – wir machen fit..." |
| Fachbereich Gesundheitsförderung | - "Kindergarten in Bewegung"   |

### Auswertung:

Die Resonanz auf den Fachtag war gemessen an den Teilnehmerzahlen zufriedenstellend bis gut. Mittels eines anonymen Rückmeldebogens wurde abgefragt, wie der Fachtag erlebt wurde. Hier kamen überaus positive Rückmeldungen, sowohl was die Qualität der Vorträge als auch die Zusammenführung von Theorie und Praxis anbelangt. Auch die beteiligten Kooperationspartner waren vom Nutzen der Veranstaltung überzeugt.

### Kosten:

1900 €

### Fazit:

Derartige Veranstaltungen geplant mit einem regionalen Netzwerk treffen den Bedarf der Zielgruppe und können durch verschiedene Ebenen die Komplexität eines Themas verdeutlichen. Diese Veranstaltung kann ohne Abstriche als Modell für weitere gesehen werden.

## 1.3. Regionales Netzwerk Projektanbieter und Online-Übersicht Gesunde KiTa

In den letzten Jahren wurde die Kindertageseinrichtung als ein günstiger Ansatzpunkt für Prävention und Gesundheitsförderung entdeckt. Fachinstitutionen wie Krankenkassen, Verbraucherzentrale und Unfallkassen bemühen sich darum mit verschiedenen Ansätzen, die Erzieher/innen in den Einrichtungen zu unterstützen und eine Vielzahl von Kindern zu erreichen. Das brachte mit sich, dass eine teilweise unüberschaubare Angebotslandschaft entstanden ist. Dies trägt nicht dazu bei, dass die Projekte von den Einrichtungen auch tatsächlich genutzt werden. Die mangelnde Übersicht führt nämlich dazu, dass sich Erzieher/innen entweder gar nicht entscheiden können oder ein Projekt eher zufällig ausgesucht wird, und ein möglicherweise passenderes Angebot nicht zum Einsatz kommt.

Da die Projekte bislang nicht regional vernetzt waren, gab es z. T. Parallelangebote und in anderen Bereichen fehlende Maßnahmen.

Durch regionale Vernetzung und entsprechende Öffentlichkeitsarbeit kann den tatsächlichen Bedarfslagen begegnet werden.

Die regionalen Anbieter treffen sich regelmäßig und verstehen sich als Netzwerk mit der gemeinsamen Zielsetzung, die Gesundheit von Kindern von Anfang an zu stärken und zu unterstützen.

Die Abstimmung untereinander führt zu einem Standortvorteil jedes Mitglieds. Informationen untereinander ermöglichen gegenseitige Unterstützung und Kooperation.

Es wurde ein gemeinsamer Flyer und eine Datenbank erstellt, auf der sich Interessierte zunächst einen groben Überblick verschaffen können, um dann bei näherem Interesse gezielt die Kenntnisse über das jeweilige Projekt zu vertiefen.

#### Auswertung:

Sowohl von den Mitgliedern des Netzwerkes als auch bei der Zielgruppe der pädagogischen Fachkräfte in den Kindertageseinrichtungen wird der Austausch und die Informationsplattform sehr geschätzt.

#### Kosten:

ca. 500 €

#### Fazit:

Das Netzwerk ist interessiert, sich weiteren Themen und Zielgruppen in den Kindertageseinrichtungen rund um Gesundheit zu widmen. Im Sommer 2010 wird eine Abfrage bei den Kindertageseinrichtungen erfolgen, um den genaueren Bedarf zu erheben. Auf dieser Grundlage werden u. U. weitere Themenkomplexe folgen.

### **1.4 "Ich fühl´mich wohl" – ein Projekt zur Sekundärprävention von Essstörungen**

In ihrer Arbeit im Stadtteil Korber Höhe wurde die zuständige Mitarbeiterin auf einige Mädchen aufmerksam, die teilweise stark übergewichtig waren. Die Mädchen hatten fast alle Migrationshintergrund, was für sie offensichtlich die Suche nach Hilfsangeboten erschwerte. Im Rahmen des Runden Tisches "Migration und Gesundheit" fanden sich Fachfrauen, die sich gemeinsam des Problems annahmen. Im Gespräch mit den Kooperationspartnern/innen wurde das gemeinsame Ziel vereinbart, ein Angebot für die Mädchen zu entwickeln, das im Lebensraum Schule stattfindet. Die Mädchen sollten Informationen zum Thema Ernährung und Bewegung erhalten, jedoch in erster Linie Erfahrungen sammeln, um ihre bisherigen Bewältigungsstrategien zu erweitern.

Bei erfolgreicher Durchführung des Modellprojektes wurde eine Ausweitung auf andere Schulen angestrebt.

Das Angebot fand im Rahmen des Freizeitprogramms der Ganztageschule statt. Die AG wurde ausgeschrieben für Mädchen der Klassenstufen 7 bis 9; Mädchen mit Migrationshintergrund wurden bevorzugt aufgenommen. Die maximale Teilnehmerinnenzahl begrenzte sich auf 12 Mädchen. Als Zeitrahmen wurde das erste Schulhalbjahr 2008/2009 ausgewählt. Bei dem Angebot handelte es sich um eine Stunde Bewegung (Tanz/Entspannung) und zwei Stunden Ernährung (Info/gemeinsames Kochen). Um einem ganzheitlichen Ansatz mit nachhaltiger Wirkung nahe zu kommen, wurde bei der Konzeption Wert auf diese beiden Bausteine gelegt. Der Baustein psychosoziale Betreuung, wie er ursprünglich angestrebt war, konnte aus organisatorischen Gründen nicht umgesetzt werden. In beiden AGs wurde daher versucht, durch Gespräche, Reflexion, Regeln u. ä. die psychosoziale Ebene mit zu integrieren.

Für die Durchführung des Projektes konnten verschiedene Kooperationspartner/innen gewonnen werden: die Tanzschule fun & dance, die AOK Ludwigsburg Rems-Murr und in der Schule selbst eine pädagogische Assistentin.

Für die Auswertung des Modellprojektes wurden verschiedene Instrumente entwickelt: Fragebogen, mit dem anonym das Freizeitverhalten, Freunde, Stress, Ernährungskennnisse u. ä. abgefragt werden. Erhebung vor und nach dem Projekt, um Effekte zu überprüfen.

#### Auswertung:

##### **Zum Bereich der Bewegung:**

Alle neun Mädchen wollen mit Ende des Projektes etwas verändern in Bezug auf ihre sportlichen Aktivitäten. Fünf taten es schon ansatzweise konkret. Die Motivation zum Tanzen war etwas höher als die zum Kochen. Kein Mädchen sagte, es war zu viel oder zu anstrengend, obwohl diese Vermutung zu Beginn des Projektes nahelag.

##### **Zum Bereich Kochen:**

Den Mädchen hat das gemeinsame Kochen total Spaß gemacht, alle waren an dieser Stelle voll dabei. Konkrete Veränderungen gibt es bereits beim Thema Fast Food, was zwei Mädchen nicht mehr tun. Die Teilnahme hat angeregt, mehr selber zu kochen.

**Allgemein** ist zusammenzufassen, dass die Motivation, die bereits zu Beginn des Projektes da und relativ hoch war, genutzt und auch gehalten wurde. Mehr als die Hälfte der beteiligten Mädchen hat sich während der gesamten Projektzeit insgesamt wohl gefühlt. Das Gruppengefühl war für alle, bis auf eine, relativ gut. Alle Mädchen sagten, die Teilnahme hat was gebracht. Alle bis auf eine empfahlen die AG weiter!

Die meisten sagten, sie fühlen sich danach besser, was vor allem belegt wird durch die bessere Einstellung zum eigenen Körper. Diese gibt mehr Selbstbewusstsein und Wohlbefinden. Dieser Zusammenhang zwischen einem Zustand allgemeinen Wohlbefindens, einem Selbstbewusstsein und einer Akzeptanz, eines Wertschätzens des eigenen Körpers ist an dieser Stelle als markant belegt. Der Körper als solcher war kein spezifisches Thema und dennoch hat sich über angrenzende Themen das eigene Körpergefühl und der Bezug zum eigenen Körper stark verändert. Somit ist der Titel des Projekts sehr passend gewählt und bestätigt: "Ich fühl' mich wohl!"

#### Kosten:

ca. 2400 €

#### Fazit:

Das beschriebene Modellprojekt war auf ein Schulhalbjahr angelegt und es ist sehr erfreulich, dass auch bei dieser relativ kurzen Laufzeit deutlich positive Wirkungen erzielt werden konnten. Damit die Veränderungsbereitschaft bei den Mädchen unterstützt und stabilisiert wird, ist allerdings ein längerfristiges Angebot notwendig. Im Falle des Modellprojektes war das gewährleistet, da sich auf Wunsch der Mädchen eine AG anschloss, die beide Teile – Bewegung und Ernährung – beinhaltete. Wir empfehlen generell eine Laufzeit von mindestens einem Schuljahr, idealer Weise von zwei Jahren.

Es hat sich bewährt, die Bewegungsfreude bei den Mädchen mit Migrationshintergrund durch ein Tanzangebot zu fördern. Da bei Folgeprojekten die Einbindung und Finanzierung eines kommerziellen Anbieters sicher selten möglich sein wird, gilt es auf personelle Ressourcen vor Ort in der Schule, bei Sportvereinen etc. zurückzugreifen.

Der Fachbereich Gesundheitsförderung unterstützt vor Ort gerne durch folgende Angebote:

- Vorliegendes Konzept des Modellprojektes
- Informationsveranstaltungen zum Projekt
- Fachliche Begleitung bei der Konzeption und Umsetzung des Projektes in Ihrer Einrichtung
- Kontakte zu Kooperationspartnern

### 1.5. Body and more

Essstörungen nehmen immer mehr zu. Nach einer Studie der Universität Jena leiden bereits 29 % der weiblichen und 13 % der männlichen Jugendlichen an Vorformen von Essstörungen, wie Anorexie, Bulimie oder Esssucht bzw. Essattacken. Experten prognostizieren steigende Erkrankungszahlen, insbesondere für Bulimie. Es wird außerdem erwartet, dass der Anteil der männlichen Jugendlichen steigen wird.

„Body and more“ als ganzheitliches Angebot wurde mit den beiden Bausteinen „**Workshop für Fachkräfte**“ und „**Präventionsangebot für Jugendliche**“ im Landkreis Böblingen entwickelt und erfolgreich umgesetzt. Von diesen positiven Erfahrungen kann nun auch der Rems-Murr-Kreis profitieren und das gesamte Konzept regional nutzen.

Das Präventionsprojekt soll Jugendliche in der als schwierig erlebten Phase der Pubertät unterstützen und ihnen helfen, eigene Bilder von Weiblichkeit bzw. Männlichkeit zu entwickeln und ein wertschätzendes Verhältnis zum eigenen Körper aufzubauen, so dass Konflikte nicht durch Manipulation des Körpers wie Nahrungsaufnahme oder -verweigerung bewältigt werden. Die Jugendlichen werden dabei von Fachleuten begleitet, die mit einem speziellen Konzept für dieses Programm geschult wurden.

Wir haben im März 2010 mit der zweitägigen Fortbildung den ersten Baustein umgesetzt, Die sowohl kompakte als auch umfassende Fortbildung richtete sich an pädagogische bzw. psychologische Fachkräfte. Die Resonanz bei den hiesigen Fachleuten war sehr gut und wir können nun auf einen Pool von Trainern zurückgreifen, um die Anfragen aus Schulen und Jugendarbeit/-hilfe zu bedienen.

Die nächsten Schritte werden die Öffentlichkeitsarbeit für das Angebot, die Umsetzung der Projekte für die Jugendlichen, deren Auswertung und die Qualitätssicherung durch fachliche Begleitung der Trainer/innen sein.

#### Kosten:

ca. 3000 € für die Fortbildung (finanziert aus Mitteln vom Sozialministerium)  
ca. 600 € für die jeweiligen Projekte vor Ort (Mischfinanzierung – Träger der Einrichtung, Fachbereich Gesundheitsförderung, Drittmittel)

#### Fazit:

Bislang konnten Anfragen bzgl. Präventionsangebote zum Thema Essstörungen der Schulen und Jugendeinrichtungen nicht ausreichend bedient werden. Das Projekt "body und more" mit dem geschlechtsspezifischen Ansatz kommt insbesondere der Situation in der Schule mit gemischten Klassen sehr entgegen. Das Projekt ist bereits evaluiert und kann mit relativ wenig Aufwand im Rems-Murr-Kreis installiert werden.

### 1.6 Lehrerfortbildung "Bewegungsfreundliche Grundschule"

Seit 2000 gibt es Modellprojekte "sport- und bewegungsfreundliche Schule" in Baden-Württemberg. Seit 2003 können alle Grundschulen diese Profilierung erwerben.

Voraussetzung hierfür ist: mind. 200 Minuten Sportunterricht pro Woche, rhythmisierter Schulvormittag, Bewegungs-, Spiel- und Sportunterricht, bewegtes Lernen, Bewegungspausen, Arbeitsgemeinschaften und aktive Pause.

Ab 2006 ist eine flächendeckende Ausweitung in Baden-Württemberg geplant. Dies ist jedoch ein eher langfristiges Ziel, denn von 15 % 2006 stieg der Anteil nur auf 25 % 2009 im Regierungsbezirk Stuttgart.

Nach Erwerb der Profilierung erfolgt keine weitere Nachprüfung.

Es wurden daher gezielt Lehrerfortbildungen "bewegungsfreundliche Grundschulen" für Grundschulen im Rems-Murr-Kreis mit 2 Konzepten entwickelt:

- mit bestehender Profilierung als Auffrischung
- ohne bestehender Profilierung als Grundlage

Kosten:

externe Konzeptentwicklung je ca. 500 € (fällt nur einmalig an), je Lehrerfortbildung ca. 150 €.

Fazit:

Beide Konzepte sind entwickelt. Das Konzept für Grundschulen mit Landesprofilierung wurde an Backnanger Grundschulen durchgeführt und evaluiert. Das Ergebnis der Evaluierung entsprach den Erwartungen: Lehrer, die zum Zeitpunkt der Profilierung noch nicht an der Schule waren erfuhren viel Neues und gaben eine sehr positive Rückmeldung. Für Lehrer, die die Profilierung aktiv miterlebten und seither unter diesen Bedingungen arbeiten, gab es sowohl Neues, als auch Bekanntes. Hier ist zukünftig eine weitere Differenzierung nötig. Anschließend kann eine Anwendung über die Modellregion hinaus sehr empfohlen werden.

Das Konzept für Grundschulen ohne Profilierung soll 2010 erstmals durchgeführt und evaluiert werden.

### **1.7 Infonachmittage zum Thema Bewegung für türkische Eltern und ihre Kinder**

Ausgangspunkt dieses Projekts sind Teilergebnisse der Schuleingangsuntersuchungen für den Rems-Murr-Kreis, die besagten, dass der Anteil übergewichtiger Kinder in bestimmten Regionen des Landkreises deutlich überdurchschnittlich und der der türkischen Kinder hierbei ebenfalls deutlich überdurchschnittlich ist.

Der Geschäftsbereich Gesundheit entwickelte daher kooperierend mit externen Fachkräften und Dolmetschern Infonachmittage für türkische Kinder und Eltern zum Thema Bewegung. Die Infonachmittage werden vom Geschäftsbereich Gesundheit fachlich begleitet. Inhalte der Infonachmittage sind z. B.: Informationen über Bewegung und Folgen von Bewegungsmangel, Tipps zur Integration von Bewegung in den Alltag, aktive Bewegungsspiele im Klassenzimmer und auf dem Schulhof.

Die Infonachmittage finden in Kooperation mit den örtlichen Grundschulen statt.

2008 und 2009 wurden insgesamt 8 Infonachmittage für türkische Eltern und ihre Kinder durchgeführt. Dabei waren 146 Kinder und 77 Mütter anwesend. Die Infonachmittage fanden in Grundschulen in Backnang, Sulzbach und Murrhardt statt.

Für 2010 sind 6 weitere Infonachmittage geplant.

Kosten:

Je Infonachmittag ca. 120 € für externe Referentin und Dolmetscherin.

Fazit:

Die Infonachmittage wurden von den türkischen Eltern (nur Mütter) und Kindern sehr gut angenommen. Der Zugang wurde durch die Kooperation mit Frau Karamehmetoglu (ehe-

mals Lehrerin des türkischen Konsulats für muttersprachlichen Unterricht) sehr erleichtert. Es zeigte sich, dass oftmals elementares Wissen über Bewegung, Folgen von Bewegungsmangel und einfache Möglichkeiten sich zu bewegen, sowohl im Alltag wie spielerisch fehlten. Dieses Wissen kann im Rahmen dieser Infonachmittage sehr gut, da sehr zielgruppenspezifisch, vermittelt werden.

Das Konzept für die Infonachmittage besteht, eine Ausweitung über die Modellregion hinaus ist jederzeit ohne Kosten im konzeptionellen Bereich möglich und sehr zu empfehlen.