



Stiftung Kindergesundheit TigerKids – Kindergarten aktiv

Kids fit gegen Adipositas

Nominiert für den MSD Gesundheitspreis 2020

Interview mit Sabine Schreiner

Die TigerKids - Gesundheitsförderung im Kindergarten

Eine ausgewogene Ernährung, Bewegung und Entspannung sind die Eckpfeiler einer gesunden Lebensweise. Als Erwachsene wissen wir das – aber Kinder entwickeln oft erst im Laufe ihres Lebens Verständnis dafür. Die Stiftung Kindergesundheit stellt mit dem Programm „TigerKids – Kindergarten aktiv“ die Gesundheitsförderung im Kindergarten in den Mittelpunkt ihres Engagements. Bereits in mehr als 5.500 KiTas wurde das Programm erfolgreich umgesetzt und erreichte damit rund 300.000 Familien. Projektleiterin Sabine Schreiner von der Stiftung Kindergesundheit erklärt, wieso das Thema Gesundheit auch im Kindergarten schon wichtig ist.

”

MSD: Frau Schreiner, was begeistert Sie an dem Programm „TigerKids“?

Fr. Schreiner: Zum einen finde ich toll, dass es so nachhaltig ist. Der Kern unseres Projektes ist es, Kindern gesundheitsförderliches Verhalten beizubringen – und zwar schon in sehr jungem Alter. Denn wenn sie schon im Kindergartenalter lernen, was Gesundheit bedeutet und wie sie gesund bleiben, dann vergessen sie das auch nicht wieder. Es wird selbstverständlich für sie. Ich muss ehrlich sagen, ich wünschte, es hätte das Programm schon gegeben, als meine eigenen Kinder noch in den Kindergarten gingen. Daneben finde ich es toll, vor allem praktisch helfen zu können. Unsere Materialien für Erzieher, Eltern und Kinder sind wissenschaftlich fundiert und gleichzeitig total praktikabel. So können sie wirklich davon profitieren. Das ist ein schönes Gefühl.

“

”

MSD: Welches Feedback bekommen Sie vom pädagogischen Fachpersonal und den Eltern?

Fr. Schreiner: Sie sind immer ganz begeistert, dass die Materialien so einfach anzuwenden sind und nicht bloß wissenschaftliche Leitfäden enthalten. Überrascht haben uns auch die vielen Anfragen zur Betreuung von Kindern unter drei Jahren. Unser Programm ist aktuell für 3- bis 6-Jährige gedacht, aber die Nachfrage für jüngere Kinder wird immer größer. Das zeigt uns noch einmal besonders, dass Gesundheit ein wichtiges Alltagsthema ist.

“

”

MSD: Warum ist das Projekt so wichtig?

Fr. Schreiner: Die Kinder lernen spielerisch und altersgerecht Hintergrundinformationen zum Thema Gesundheit kennen, wie beispielsweise was die Folgen von Bewegungsmangel sind. Zusätzlich bekommen die Erzieher viele Materialien an die Hand, die ihnen helfen, Kindern eine gesunde Lebensweise zu vermitteln beziehungsweise das Programm in den KiTa-Alltag zu integrieren – etwa Rezepte. Dass diese Kinder oft sogar noch in der 5. oder 6. Klasse von ihren Eltern eine gesunde Brotzeit für die Schule verlangen, zeigt uns, wie erfolgreich das Programm ist.

“