

## Qualitätsbericht – Gesundheitsaudit für KiTas

Unsere Kindertagesstätte wurde im Dezember 1978 eröffnet und wird in kommunaler Trägerschaft geführt.

Seit Januar 2006 arbeiten wir nach den fünf kneippischen Säulen und wir werden im Sommer 2008 den Titel „Kneipp-KiTa“ erlangen. Die Säulen nach Sebastian Kneipp beinhalten Lebensordnung, Bewegung, Ernährung, Kräuter und das Wasser. Als wir Ende Januar 2007 in Potsdam zur Veranstaltung vom Knotenpunkt eingeladen wurden, war unserem Team klar, dass das in unserem Konzept zur Gesundheitsförderung und Gesundheitsstärkung täglich Beachtung findet. Trotzdem ließen wir uns Zeit für eine genaue Betrachtung unserer Arbeit nach den Kriterienpunkten des Kataloges. Unser Team diskutierte, neue Ideen wurden umgesetzt, gemeinsame Unternehmungen wurden gestartet und Wünsche nach speziellen Weiterbildungen wurden geäußert. So fällt es und jetzt leichter uns ihrer Qualitätsprüfung zu stellen.

In unserem Haus werden zur Zeit 140 Kinder im Alter von 0 bis 10 Jahren in 9 Gruppen von 14 Erzieherinnen betreut. Die durchschnittliche Wochenarbeitszeit der Erzieherinnen beträgt 28 Stunden. Unsere Erzieher haben alle den Lehrgang „Gesundheitserzieher nach Sebastian Kneipp“ erfolgreich abgeschlossen. In diesem Jahr nehmen noch 2 Kolleginnen im September an diesem Lehrgang teil. Eine Erzieherin befindet sich zur Zeit in der Ausbildung für „Sprachförderung von Vorschulkindern“.

Wir betreuen in unserem Haus viele Kinder aus finanzschwachen Familien und Familien mit Migrationshintergrund.

Durch die Verbindung der Grundsätze der elementaren Bildung und der Wirkprinzipien von Sebastian Kneipp können die Kinder im gesamten Tagesablauf für die Stärkung ihrer Gesundheit und etwas zur Vorbeugung von Krankheiten erleben. Durch gezielte Projekte, wie z. B. Gesunde Ernährung aber wie? In Verbindung und Zusammenarbeit mit einer Ernährungsberaterin wurden Elternabende mit den Kindern gestaltet. Ein gesundes Abendbrot wurde gemeinsam hergerichtet und dann gemeinsam verzehrt. Weiterhin:

- Mittagessen selber kochen, mit Unterstützung der Eltern
- Entspannungsübungen mit Eltern und Kindern gemeinsam
- Kräuterwanderungen mit Kindern und Interessierten u.v.m.

Dadurch wollen wir unseren Kindern ein umfangreiches Rüstzeug für ihr späteres Leben mit auf den Weg geben. Sie sollen lernen, was ihnen gut tut und erfahren, was ihnen schadet. Die Eltern werden in Vorhaben einbezogen und wenn die Zeit es erlaubt, dann werden wir von ihnen tatkräftig unterstützt. Durch eine gute Zusammenarbeit mit verschiedenen Krankenkassen und Sponsoren wurden wir auf das Projekt „Gesunde KiTa“ aufmerksam.

In der Zwischenzeit konnten wir auch eine tolle „Illusion“ mit Hilfe vieler in die Wirklichkeit umsetzen. Seit Februar 2008 haben wir einen Wasserfunkenraum, der von allen genutzt wird. Viele kleine Ideen konnten spontan und zügig umgesetzt werden (Sinnespfad, Kräuterecke, Wetterspirale).

## **Was ist „Gesundheit“ für unsere Kinder?**

Unsere Kinder können sich gruppenübergreifend entscheiden was sie wann mit wem und wo machen möchten. Die Kinder lernen warum man bestimmte Dinge für seinen Körper macht. Beispiele:

- gemeinsame Rituale (Morgenbeginn, Verabschiedung, Geburtstage, Feste) – Gemeinschaftssinn wird gestärkt
- ausgewogener Wechsel zwischen An- und Entspannung
- gesunde Ernährung (Ziel: Vollverpflegung) – selbst etwas zubereiten können
- Rückenschule – Was gefällt meinem Rücken?
- Täglicher Aufenthalt im Freien – Stärkung des Immunsystems
- Mittagsschlaf zum sammeln neuer Kräfte

Wir holen jedes Kind dort ab, wo es sich befindet und helfen hm die Welt zu begreifen. Das geweckte Interesse der Kinder überträgt sich als Neugierde auf ihre Eltern und andere Personen. Neue Ideen und Wünsche der Kinder und Eltern sind uns immer willkommen und regen zum weiteren Ausprobieren an.

## **Ernährung**

Auf gesunde Ernährung wird bei uns viel Wert gelegt. Eien vielseitige, schmackhafte und vollwertige, sowie frische und naturbelassene Ernährung bildet die Grundlage für Wohlbefinden und Vitalität. Die Kinder haben die Möglichkeit Speisen selbst in der Kinderküche zuzubereiten (Obstsalate, Kräuterquark, Quarkspeisen, Eis und als Höhepunkt sich ihr Mittagessen selbst zu kochen). Diese Speisen werden mit Genuss verzehrt. Süßes wird in unserer Einrichtung reduziert (Tee ohne Zucker, Was als ständiges Trinkangebot, Saft wird als Schorle angeboten, ein süßer Tag pro Woche). Als Ausgleich bieten wir den Kindern Obst und Gemüse. Dieses bringen die Eltern in Absprache mit der Erzieherin für die Gruppe mit.

Das Frühstück wird bei uns in Buffetform gereicht. Die Kinder können entscheiden was sie essen möchten und bereiten sich ihr Frühstück zu. Für die kleineren Gruppen wird ein ausgewogenes Frühstück vorbereitet. Zur Zeit bemühen wir uns um einen Nachmittagsversorgung für unsere Kinder. Dann hätten wir eine Vollversorgung für unsere Kinder.

Einmal im Monat bieten wir allen Kindern, deren Eltern auf Arbeitssuche sind, ein gesundes Frühstück in der Gruppe an und laden auch Eltern dazu ein. Wir haben eine gute Verbindung zu unserer ausliefernden Essenfirma. Wir können individuell Einfluss auf den Speiseplan in Bezug auf gesunde Ernährung nehmen.

## **Bewegung**

Tägliche Bewegung besonders an frischer Luft zu jeder Jahreszeit ist für die Entwicklung unserer Kinder unerlässlich. Unser großer Garten mit einer Freifläche von ca. 6.000 m<sup>2</sup> bietet den Kinder viel Interessantes und Abwechslungsreiches. Ein Sportraum wird von allen Kindern und Gruppen flexibel genutzt. Durch die Zusammenarbeit mit der Diesterweg-Grundschule nehmen unsere zukünftigen Schulanfänger an der Sportolympiade teil.

Zur Entspannung nutzen die Kinder gern das Traumzimmer. Dort können sie sich gegenseitig massieren, den Rücken schulen oder auch nur träumen. 2007 haben wir erstmals beim „EMMI“ mitgemacht und einen schönen Preis gewonnen. Viele schöne Bewegungsangebote können wir dadurch noch mehr anbieten.

## **Immunsystemstärkung**

Das Angebot das Element Wasser zu spüren und zu erleben ist bei uns gegeben und wird rege genutzt. Kinder, die neu in unsere KiTa kommen, erleben erst in der warmen Jahreszeit (Sommer) den Umgang mit Wasseranwendungen, wie z. B. Wassertreten, Armtauchen, Anwendung verschiedener Güsse. Dabei gehen wir sehr behutsam vor, denn die Freude und der Spaß stehen dabei im Vordergrund. Wir können einen spürbaren Rückgang von Erkältungskrankheiten beobachten.

Zusatzangebote vom Haus und vom ansässigen Förderverein „Spatzennest“ e.V.

- Eltern-Kind-Kreis (2x pro Woche)
- Treff für Junggebliebene und Alleinstehende (1x wöchentlich)
- Seniorentreff (1x wöchentlich)
- Kinderchor (1x wöchentlich am Vormittag)
- Chor/ Sport für Kinder am Nachmittag (1x wöchentlich im Wechsel)
- Frauensport (1x wöchentlich)
- Tanzgruppe für Hortkinder (1x wöchentlich)
- Auf Nachfrage Kochen und Backen

## **Partner-/Patenschaften**

- Diesterweg Grundschule
- BKK Brandenburg
- BARMER
- Rosenapotheke
- Senioren im Haus
- Haus „Bernhard“ – Geburtstagsingen und Gestaltung von Höhepunkten
- Oberstufenzentrum „Gottfried Wilhelm Leibniz“
- Netzwerk „Gesunde KiTa“ regional und überregional

## **Nutzung externer Angebote**

- Musikschule „Fröhlich“
- Englisch für Vorschulkinder
- Höhepunkte für zukünftige Schulanfänger (Zuckertütenfest ...)
- Zusammenarbeit mit der Polizei (Puppenbühne, Verkehrsgarten)
- Oberstufenzentrum „Gottfried Wilhelm Leibniz“
- Kulturzentrum

Unser Motto lautet: Kneipp ist nicht nur für Kinder gut!

Wir möchten uns der Qualitätsprüfung stellen und reuen uns auf Ihr Kommen.