Damit Kinder gesünder aufwachsen

**Kita „Kinderhaus am Stern“ in Magdeburg nimmt an AOK-Programm „JolinchenKids“ teil**

5. Juni 2019 / Magdeburg – **Die Kindertagesstätte „Kinderhaus am Stern“ nimmt am AOK-Gesundheitsförderungsprogramm „JolinchenKids – Fit und gesund in der Kita“ teil. Das Programm läuft drei Jahre und wurde heute, am 5. Juni, den Kindern und Eltern vorgestellt. „JolinchenKids“ richtet sich an drei- bis sechsjährige Kinder und soll ihnen eine gesunde Lebensweise vermitteln. Auch die Gesundheit der Erzieherinnen liegt dabei im Fokus.**

Vorgesehen ist, dass die Kita Schritt für Schritt alle fünf Module des Programms – Ernährung, Bewegung, seelisches Wohlbefinden, Elternpartizipation und Erzieherinnengesundheit – in den Kita-Alltag verankert. Erzieher und Eltern und werden dabei eng in die Planung und Umsetzung der einzelnen Schritte eingebunden. „Die AOK unterstützt dabei mit Lernmaterialen und Fachwissen. Kinder, Eltern und Erzieher wollen wir so für einen gesunden Lebensstil begeistern“, sagt Andrea Herzog, Koordinatorin für Prävention bei der AOK Sachsen-Anhalt.

„Es ist eine große Hilfe, dass die AOK Sachsen-Anhalt uns dabei unterstützt, unsere Kitas noch gesünder zu machen”, sagt Kerstin Kuhs, Leiterin der Kitas „Kinderhaus am Stern“. Insbesondere, da vor allem auch die Rahmenbedingungen vor Ort berücksichtigt werden und die körperliche und seelische Gesundheit der Erzieherinnen und Erzieher einen wichtigen Baustein darstellen. „Der Arbeitsplatz Kita bringt viele Belastungen mit sich, z. B. wenn es um ungünstige Körperhaltungen, hohe Lärmpegel oder Zeitdruck geht. Neben Workshops gibt es auch Kurs- und Beratungsangebote zur Förderung der Gesundheit von unseren Erzieherinnen und Erzieher“, so die Leiterin weiter.

„JolinchenKids“ nutzt die prägende Kindheitsphase, um frühzeitig die Weichen für ein gesundes Aufwachsen zu stellen. Neben gesunder Ernährung und vielseitiger Bewegung steht vor allem das seelische Wohlbefinden der Kinder im Vordergrund.

„Wenn Kinder über ausreichende psychische Widerstandskräfte verfügen, können sie sich selbst unter belastenden Bedingungen gut entwickeln“, so Andrea Herzog.

Mit dem Start 2014 haben an „JolinchenKids“ landesweit 73 Kitas teilgenommen. Rund 4.900 Kinder, 900 Erzieher und 6.000 Eltern konnten so bislang erreicht werden. Aktuell werden 45 Einrichtungen von der AOK in Sachsen-Anhalt betreut. Weitere 15 werden in diesem Jahr dazukommen.

Informationen zu den Familienangebote der AOK Sachsen-Anhalt unter [www.aok.de/familie](http://www.aok.de/familie)

Weitere Informationen zu „JolinchenKids“ unter: <https://www.aok.de/pk/sachsen-anhalt/inhalt/jolinchenkids-fit-und-gesund-in-der-kita-13/>