

NETZWERK

„Gesund und Fit im Kreis Olpe“

Ernährungs- und Bewegungskonzept für Kinder in Kindertageseinrichtungen und Grundschulen

Zielsetzung

Das Projekt "Gesund und fit im Kreis Olpe" zielt darauf ab, durch frühzeitige Gesundheitserziehung dem Trend zu Übergewicht und Bewegungsmangel entgegen-zuwirken.

Im Kreis Olpe nimmt die Zahl fettleibiger Menschen stetig zu. Kinder neigen bereits verstärkt zu Übergewicht, das sie häufig zeitlebens nicht mehr verlieren. Übergewichtige Menschen haben ein erhöhtes Krankheits- und Sterberisiko. Folgeerkrankungen des Übergewichts verursachen schätzungsweise 30 Prozent der Kosten unseres Gesundheitssystems.

Eine von der Kommunalen Gesundheitskonferenz beauftragte Projektgruppe erarbeitete ein Konzept, um Kinder bereits im Kindergarten- und Grundschulalter zu einem sinnvollen Ernährungsverhalten und zu mehr körperlicher Betätigung anzuregen.

Umsetzung

Damit dieses Ziel erreicht werden kann, werden Kinder, Eltern, Erzieherinnen und Lehrkräfte aktiv in das Projekt einbezogen. Zudem werden für die jeweilige Einrichtung Konzepte für die Verpflegung und die aktive Pausengestaltung erstellt. Darüber hinaus sind verschiedene Sonderaktionen und sportliche Aktivitäten am Nachmittag in Zusammenarbeit mit dem Kreissportbund vorgesehen.

Kernbestandteil des Konzepts ist der Unterricht für Kinder und die Schulung von Eltern, Erziehern und Lehrkräften durch ein Team aus einem/einer Arzt/Ärztin, einem/einer Ernährungsberater/in und einem/einer Übungsleiter/in.



KONTAKT

Gesundheitsamt Olpe
Westfälische Straße
75
57462 Olpe

Ansprechpartnerin
Frau Dr. Bettina
Adams
Telefon: 02761-81-0
Fax: 02761-81-343
E-Mail: info@kreis-olpe.de

LINKS

**Projektseiten beim
Kreis Olpe**

Darüber hinaus wird eine Evaluation mit Fragebögen für Kinder und Eltern durchgeführt. Die Auswertung der Befragungen erfolgt anonymisiert durch den Fachdienst Gesundheit und Verbraucherschutz des Kreises Olpe in Kooperation mit der Fachhochschule Münster.

Aufgabe des Teams ist es darüber hinaus, mit den Einrichtungen einen Plan zu entwerfen, wie die Konzepte gesunde Ernährung und Bewegung langfristig in den Einrichtungskonzeptionen verankert werden können.

Das Konzept wurde in einer mehrjährigen Pilotphase an einer Kindertages-einrichtung und sechs Grundschulen getestet. Anschließend erfolgte eine Evaluation durch die Fachhochschule Münster auf Grundlage dessen das Konzept weiter verbessert wurde. Es ist geplant, nach der Pilotphase Sponsoren zu finden, um weitere Einrichtungen in das Konzept einzubeziehen.

Weitere Fragen zum Inhalt und zur Umsetzung des Konzeptes beantwortet gerne Frau Dr. Bettina Adams, Fachärztin für Öffentliches Gesundheitswesen und Ernährungsmedizinerin. Die Kontaktdaten entnehmen Sie dem Kontaktfeld.



Dieses Projekt trägt das Logo "Wir sind IN FORM". Wenn auch Sie ein Projekt kennen, dass sich für gesunde Ernährung und/ oder mehr Bewegung einsetzt, können Sie das Logo ebenfalls beantragen.

Alle nötigen Informationen finden Sie unter **IN FORM Partner werden.**

Link zur Webseite:

<https://in-form.de/netzwerk/projekte/gesund-und-fit-im-kreis-olpe/>