



Grußwort

von Bundesminister Horst Seehofer und Bundesministerin Ursula von der Leyen

Wir alle wünschen uns starke und gesunde Kinder mit den besten Aussichten auf ein glückliches und erfolgreiches Leben. Dafür sind gesunde Ernährung, ausreichend Bewegung und das seelische Wohlbefinden entscheidende Voraussetzungen. Einen wichtigen Aspekt bilden dabei in jungen Jahren gelernte Verhaltensmuster, denn sie sind für die kommenden Jahre prägend.

Insbesondere Ernährungsgewohnheiten, Bewegungsverhalten und der Umgang mit Stresssituationen entwickeln sich in den Kindertagen. Um das Erlernen dieser Muster günstig zu beeinflussen, ist natürlich zunächst die Familie gefragt. Aber gleich neben der Familie sind der Kindergarten und die Kindertagesstätte die Orte, an denen ein Kind diese essenziellen Verhaltensmuster lernt. Kindergarten und Kindertagesstätte werden damit zu einem entscheidenden Lernort außerhalb der Familie. Daher ist es besonders wichtig, was den Kindern in diesen Einrichtungen vermittelt wird.

Ein alter Spruch heißt: „Was Hänschen nicht lernt, lernt Hans nimmermehr.“ Zwar ist der Spruch insofern ein bisschen „reformbedürftig“, als dass unsere Gesellschaft längst ein „lebenslanges Lernen“ als wichtigen Gewinn begreift und es viele ältere Menschen gibt, die noch immer dazulernen und dazulernen wollen. Aber es ist mit Sicherheit richtig, dass in der Kindheit erlernte Gewohnheiten und Verhaltensmuster in späteren Jahren sehr viel schwieriger zu korrigieren sind. Daher müssen wir früh damit anfangen zu vermitteln, wie man sich gesund ernährt, wie man Körper und Geist fit und rege hält, kurz: was man tun muss, um insgesamt gesund und munter zu bleiben. In den Kindergärten und Kindertagesstätten sollte es mehr als bisher darum gehen, den Kindern gezielt dieses Wissen über Ernährung, Körper und Bewegung beizubringen.

Das Projekt „gesunde kitas · starke kinder“ will den Kindergärten und Kindertagesstätten Hilfe zur Selbsthilfe geben. Dabei erhalten zunächst rund 50 Kindergärten und Kindertagesstätten eine Art „Unternehmensberatung“. Ihnen wird ein Coach an die Seite gestellt, der zusammen mit den pädagogischen Fachkräften, Eltern, Trägern und Jugendämtern die Stärken und Schwächen der Einrichtung ausfindig macht und eine entsprechende Strategie entwickelt. Während der Umsetzungsphase steht der Coach der jeweiligen Einrichtung mit Rat und Tat zur Seite. Ziel der Strategie ist insbesondere, dass die KiTa-Teams darin geschult werden, den Kindern die Grundregeln ausgewogener Ernährung und einen altersgerechten Umgang mit Stresssituationen zu vermitteln, sowie zu körperlicher Bewegung zu motivieren.

Positive Erlebnisse für die Kinder und spielerische Elemente sind Leitgedanken dieses Lernweges hin zu einem gesunden Lebensstil. Sinnvoll ist, wenn Familie und Kindergärten bzw. Kindertagesstätten im Alltag Hand in Hand arbeiten und sich ergänzen. Dabei sollen die Familien nicht bevormundet werden. Offenkundig trägt aber ein gesunder Lebensstil maßgeblich zu Lebensfreude, Wohlbefinden, Leistungsfähigkeit und Erfolg bei. Das sind Ziele, die über die bloße Vermeidung von Krankheiten weit hinausreichen.

Als Schirmherren unterstützen wir den Verein „Plattform Ernährung und Bewegung e.V.“, der das Projekt „gesunde kitas · starke kinder“ fördert. Weil nichts überzeugender ist als ein gutes Beispiel, wollen wir auch die Eltern zu einem gesunden Lebensstil, zu mehr Engagement für Bewegung und zur gesunden Ernährung ermuntern.

Wir freuen uns über weitere Partner, die bei dem Projekt „gesunde kitas · starke kinder“ mithelfen wollen. Allen Helfern, die bereits an diesem wichtigen Projekt mitarbeiten, wünschen wir weiterhin viel Erfolg!

Horst Seehofer

Ursula von der Leyen