

Eltern-Kind-Vormittage in Kindertageseinrichtungen/ Familienzentren

Ernährung und Bewegung beginnen mit der Geburt. Essen und Bewegung sind vom ersten Lebenstag an mit physiologischen und psychischen Eindrücken und Erlebnissen gekoppelt. Positive Erfahrungen können die Basis für eine gesunde Entwicklung sein.

Die statistischen Daten und die gelebten Erfahrungen der Menschen in den Oberhausener Sozialräumen haben gezeigt, dass Kindern aus sozial schwachen Familien und Familien mit Migrationshintergrund die Chance häufig fehlt in ihrer Entwicklung unterstützt zu werden. Bewegungsstörungen und Übergewicht sind oft das negative Ergebnis. Gesundheitsfördernde Projekte unter Einbeziehung der Eltern können diesem Trend entgegenwirken. Aus diesem Grund werden auch zukünftig in Kindertagesstätten in unterschiedlichen Sozialräumen Eltern-Kind-Vormittage zur Bewegungsförderung und gesunder Ernährung durch.

Ziel ist es, Eltern und Kindern aus sozial benachteiligten Familien und mit Migrationshintergrund praxisnah Gesundheitsförderung zu vermitteln und Information über die Bedeutung von ausgewogener Ernährung und ausreichender Bewegung für die gesunde Entwicklung eines Kindes zu geben. Die Eltern und Kinder sollen praktische Bewegungs- und Ernährungserfahrungen zu sammeln. Sie sollen motiviert werden, Gelerntes im Alltag umzusetzen. Die Lebensbezüge der Familien im Quartier werden berücksichtigt.

Angeleitet wurde das Angebot von einer interkulturellen Gesundheitsmediatorinnen und Übungsleiterinnen. Die Vormittage können über einen Zeitraum von bis zu drei Monaten wöchentlich 3 Stunden pro Vormittag angeboten werden.

Fotos werden nachgeliefert.