

JolinchenKids – Gesundheit entdecken in der Kita



JolinchenKids ist ein Kita-Programm, das die Gesundheit von Kindern bis sechs Jahren fördert. Im Fokus stehen die Themen Ernährung, Bewegung, seelisches Wohlbefinden, Elternpartizipation und Erzieherinnengesundheit. Ziel ist es, dass die teilnehmenden Kitas zu den Themen Schritt für Schritt gesundheitsfördernde Maßnahmen in den Alltag integrieren und dort dauerhaft verankern. Die AOK begleitet sie 3 Jahre aktiv bei der Umsetzung – mit Schulungen, Materialien, Workshops, Kurs- und Beratungsangeboten.

JolinchenKids wurde von der AOK gemeinsam mit Experten aus Wissenschaft und Praxis entwickelt. Es ist Teil der Initiative „Gesunde Kinder – gesunde Zukunft“. Seit Beginn des Kita-Jahres 2014/2015 können Kitas bundesweit kostenfrei an dem Programm teilnehmen.

Das Programm „JolinchenKids – Fit und gesund in der KiTa“ besteht aus fünf Modulen:

- Bewegung
- Ernährung
- Seelisches Wohlbefinden
- Elternpartizipation
- Erzieherinnengesundheit

Jede Kita kann Schritt für Schritt alle oder ausgewählte Module des Programms in den Alltag integrieren und dort dauerhaft verankern. Die AOK begleitet die Kitas aktiv bei der Umsetzung – mit Schulungen, Materialien, Workshops, Kurs- und Beratungsangeboten.

JolinchenKids – Fit und gesund in der KiT“

- begreift Gesundheit ganzheitlich.
 - lässt sich flexibel an die Bedürfnisse jeder Kita anpassen.
 - lässt sich gut in den Kita-Alltag integrieren.
 - bedeutet Spaß, spielerisches Lernen und gemeinsames Erleben.
 - bezieht die Eltern von Anfang an mit ein.
 - fördert die Gesundheit der Erzieherinnen
-
- **JolinchenKids begreift Gesundheit ganzheitlich**
 - Mit den Themen Ernährung, Bewegung und seelisches Wohlbefinden berücksichtigt JolinchenKids die wesentlichen Bereiche eines gesunden Lebensstils. Die Umsetzung der Themen erfolgt sowohl über Aktivitäten, die ein gesundheitsförderliches Verhalten zum Ziel haben, als auch über die Schaffung und Aufrechterhaltung von Rahmenbedingungen, die ein gesundes Aufwachsen und Arbeiten in der Kita ermöglichen. Ein besonderes Augenmerk legt das Programm darauf, die Eltern aktiv einzubinden. Ziel ist es, die Gesundheitsthemen auch in den Familienalltag einzubauen.
-
- **JolinchenKids lässt sich flexibel an die Bedürfnisse jeder Kita anpassen**
 - Die Herangehensweise an das Thema Gesundheit ist vielfältig. Jede Kita setzt individuelle Schwerpunkte. Den Ausgangspunkt bildet bei JolinchenKids daher eine Bestandsaufnahme bzw. Bedarfsanalyse, bei der der Stand der Gesundheitsförderung in der KiTa analysiert wird. Darauf aufbauend entscheidet die Kita über den Programmablauf und wählt ihre Schwerpunkte. Präventionsexperten der AOK beraten und unterstützen sowohl bei der Bedarfsanalyse als auch bei der Auswahl und Umsetzung der geeigneten Programmbausteine.
 - Die Schulungen finden immer zu Beginn eines neuen Moduls im Rahmen der Dienstbesprechungen statt.
-
- **JolinchenKids lässt sich gut in den Kita-Alltag integrieren**
 - Das didaktische Material von JolinchenKids ist im KiTa-Alltag leicht einzusetzen und erfüllt gleichzeitig Anforderungen, die dem Bildungsauftrag der Kitas entsprechen. Die Hinweise und Anregungen zur Umsetzung sind kompakt und übersichtlich in einem Leitfaden zusammengestellt.
-
- **JolinchenKids bedeutet Spaß, spielerisches Lernen und gemeinsames Erleben**
 - Für die Kita-Kinder nutzt JolinchenKids die Sprach- und Bilderwelt der Entdeckungsreise. Jolinchen, das kleine Drachenkind, nimmt die Kinder mit ins Gesund-und-lecker-Land, in den Fitmach-Dschungel und auf die Insel „Fühl mich gut“. So erleben die Kinder gemeinsam mit Jolinchen spannende Abenteuer und probieren viel Neues aus. Sie

entdecken gesundes Essen, das lecker schmeckt, kommen in Bewegung, erkennen ihre Stärken und spüren: Ich bin ein tolles KiTa-Kind!

- **JolinchenKids bezieht die Eltern von Anfang an mit ein**
- Kinder werden entscheidend durch die Familie, d. h. durch die Einstellungen und das Verhalten ihrer Eltern geprägt. JolinchenKids bezieht deshalb die Eltern von Anfang an mit ein – durch gemeinsames Erleben von Gesundheitsförderung in der KiTa und leicht umsetzbare Anregungen für den Familienalltag zu Hause.

- **JolinchenKids fördert die Gesundheit der Erzieherinnen**
- Das Programm unterstützt die Erzieherinnen bei der Umsetzung eines Lebensstils, der ihr körperliches und seelisches Wohlbefinden verbessert. Darüber hinaus erhalten die Erzieherinnen durch die Programminhalte und -materialien Unterstützung bei ihrer Arbeit mit den Kindern. Sie lernen Möglichkeiten der Elternkommunikation kennen, die die Zusammenarbeit erleichtern und die „Erziehungspartnerschaft“ mit den Eltern stärken helfen.

Mehr Informationen zu JolinchenKids

JolinchenKids ist für alle Kitas in Deutschland kostenfrei. Detailliertere Informationen zum Programm und zum Ablauf erhalten Sie in dieser PDF-Broschüre zum Download und Ausdrucken.

[JolinchenKids: Gesundheit als Entdeckungsreise \(PDF, 730 KB\)](#) oder unter

www.JolinchenKids.de