

## Gemeinsam gestalten

Gesundheitsförderung im Kindesalter ist eine Gemeinschaftsaufgabe, an der im Offenen Ganzttag verschiedene Fachkräfte zusammenarbeiten. Für die Mitgestaltung der Angebote treffen sich regelmäßig Vertreterinnen und Vertreter aus verschiedenen Arbeitsbereichen. Mitarbeitende des Offenen Ganztags erhalten über die Koordinationsstelle individuelle Beratung und können darüber hinaus auch eigene Ideen und Anregungen in die Angebotsgestaltung einbringen.



## Auszeichnungen für beispielgebende Arbeit

Die Landesinitiative "Gesundes Land Nordrhein-Westfalen" hat die Arbeit der Koordinationsstelle 2011 und 2014 mit einem Siegel für eine beispielgebende Weiterentwicklung des nordrhein-westfälischen Gesundheitswesens ausgezeichnet.



Im Rahmen des Ideenwettbewerbs Verhältnisprävention der Gesellschaft für Versicherungswirtschaft und -gestaltung e.V. wurden 2017 bundesweit Praxisbeispiele ausgewählt, die die Rahmenbedingungen für ein gesundes Aufwachsen von Kindern und Jugendlichen verbessern. Damit ist die Arbeit der Koordinationsstelle als ein wichtiger Vorreiter auf dem Gebiet der Verhältnisprävention ausgezeichnet worden.



## Kontakt

Sabine Baum

Kommunale Gesundheitsmoderatorin,  
Gesundheitskommunikatorin (BSc),  
Diätassistentin

Kreis Gütersloh – Abteilung Gesundheit  
Koordinationsstelle für Ernährung und Bewegung  
im Offenen Ganzttag im Primarbereich

Sitz: BIGS – Bürgerinformation Gesundheit  
und Selbsthilfekontaktstelle  
Blessenstätte 1  
33330 Gütersloh

Tel.: 05241 – 82 3586  
Fax: 05241 – 85 34100  
E-Mail: S.Baum@gt-net.de

Internet: [www.kreis-guetersloh.de](http://www.kreis-guetersloh.de)  
(Rubrik Gesundheit,  
Subrubrik Beratung & Information)

Erreichbarkeit in den Öffnungszeiten der BIGS:  
Dienstag bis Freitag: 10:00 Uhr bis 13:30 Uhr  
sowie Donnerstag: 14:30 Uhr bis 17:00 Uhr

Beratungsgespräche sind nach vorheriger  
Terminvereinbarung auch in der Schule möglich.

Stand: September 2017



## Koordinationsstelle für Ernährung & Bewegung



im Offenen Ganzttag  
im Primarbereich

## Gesundheitsförderung im Kindesalter

Übergewicht, Fehlernährung und Bewegungsarmut gehören zu den viel diskutierten gesundheitlichen Problemen im Kindes- und Jugendalter und stehen seit einigen Jahren im öffentlichen Interesse.

Wissenschaftliche Daten zeigen, dass in Deutschland 15 % der Kinder und Jugendlichen im Alter von 3 bis 17 Jahren übergewichtig oder adipös sind (KiGGS-Studie, Robert-Koch-Institut 2006).

Gleichfalls ansteigend ist die Häufigkeit der mit Übergewicht in Zusammenhang gebrachten Erkrankungen, wie z.B. Diabetes im Kindes- und Jugendalter. Gewichtsprobleme in jungen Jahren haben häufig körperliche und seelische Leiden im Erwachsenenalter zur Folge.

Auch die Schuleingangsuntersuchungen im Kreis Gütersloh zeigen einen hohen Anteil an zum Teil stark übergewichtigen Kindern.

Diese Fakten sind Anlass für eine frühzeitige Unterstützung der Kinder, einen gesundheitsförderlichen Lebensstil aufzubauen und einzuüben.

Da die Einstellung und das Gesundheitsverhalten maßgeblich im Kindesalter geprägt werden, sollten gesundheitsförderliche und präventive Projekte auch in dieser Altersgruppe ansetzen.

Insbesondere die Offene Ganztagschule (OGS) bietet eine hervorragende Möglichkeit, Kindern eine gesunde Lebensweise nahezubringen. Zur Unterstützung der OGS bei dieser wichtigen Aufgabe wurde mit gesundheitspolitischem Beschluss im Jahr 2009 die Koordinationsstelle für Ernährung und Bewegung des Kreises Gütersloh eingerichtet.



## Angebote der Koordinationsstelle

- Individuelle Unterstützung bei der
  - Auswahl von Ernährungs-, Bewegungs- und Sportangeboten,
  - Suche nach Experten und Kooperationspartnern,
  - Organisation von Gesundheits-, Aktionstagen und Ferienprojekten.
- Durchführung von **Vorträgen, Schulungen, Workshops und Fachtagen** für die OGS-Mitarbeiterinnen und -Mitarbeiter.
- Ausleihbare **Mediensammlung** zu den Themen Ernährung und Bewegung über das Kreismedienzentrum Gütersloh.
- Erstellung von **Themen-Newslettern** mit nützlichen Anregungen für die tägliche Arbeit.
- Durchführung von Vorträgen im Rahmen der **Elterntarbeit** der OGS.
- Unterstützung bei Fragen zur **Mittagsverpflegung** in Kooperation mit der Vernetzungsstelle Schulverpflegung der Verbraucherzentrale NRW.
- Informationen über **regionale & überregionale Angebote, Projekte und Materialien** rund um die Themen gesunde Ernährung und Bewegung.  
→ **Download auf der Internetseite [www.kreis-guetersloh.de](http://www.kreis-guetersloh.de)**  
(Rubrik Gesundheit, Subrubrik Wegweiser Gesundheit)



## Erlebnisorientierte Konzepte

### Sinnes-Schatz-Sucher

Bei diesem halbjährigen Nachmittagsangebot entwickeln die Kinder erlebnisorientiert den bewussten Einsatz ihrer Sinne und ein Verständnis von Genuss. All diese Erfahrungen helfen beim Aufbau ihres Selbstwertgefühls und ihrer Selbstwirksamkeit. Die Sinneserfahrungen werden mit den Bereichen Ernährung, Bewegung und Entspannung verknüpft. So erfahren die Kinder, was ihnen persönlich gut tut.

Mit Hilfe eines praxisorientierten Leitfadens mit über 90 Spielideen werden die "Sinnes-Schatz-Sucher" in Eigenregie in der Schule umgesetzt.

### Gütersloher gesunde Genießer

In diesem Gesundheitsangebot bekommen die Klassen des 2. bzw. 3. Schuljahres Besuch von einer Ernährungsberaterin. Die Kinder erforschen, wie man ein gesundes Genießer-Frühstück und ein Genießer-Mittagessen zusammenstellt. Nach der Durchführung verbleibt das Konzept in der Schule und die dazugehörigen Materialien können über das Kreismedienzentrum ausgeliehen werden. So können künftige Jahrgänge selbstständig weiter begleitet werden. Das von der Bürgerstiftung Gütersloh initiierte Projekt ist in Kooperation mit der Koordinationsstelle entstanden.

### GeT fit

GeT fit ist ein Beispiel guter fachlicher Praxis, das die Themenfelder Bewegung und Ernährung miteinander verbindet.

Die Besonderheit dieses Konzeptes liegt in der Verbindung der Inhalte des Nachmittagsangebotes mit dem Vormittagsunterricht. Das flexible Angebot ermöglicht die Berücksichtigung individueller Rahmenbedingungen der Schule.