

Unterstützt die Ziele von
in FORM
Deutschlands Initiative für gesunde Ernährung
und mehr Bewegung

unterstützt
die Ziele von



plattform
ernährung und
bewegung e.v.



**Qualitätspreis 2012 der Akademie für Öffentliches
Gesundheitswesen Düsseldorf**

„Gesund und Fit im Kreis Olpe“

**Ernährungs- und Bewegungskonzept für Kinder in
Kindertageseinrichtungen und Grundschulen**



**Auftraggeber: Kommunale Gesundheitskonferenz
Kreis Olpe
Olpe im November 2012**

Inhaltsverzeichnis

Konzept	2
Einführung in das Konzept	3
Handlungskonzept für Kindertageseinrichtungen	10
Handlungskonzept für Grundschulen	19
Organigramme zum Projektablauf	28
Grund- und Folgeausstattung für Kindertageseinrichtungen	33
Grund- und Folgeausstattung für Grundschulen	36
Evaluationsbögen für Kindertageseinrichtungen	38
Evaluationsbögen für Grundschulen	59
Material für Kindertageseinrichtungen	81
Material für Grundschulen	91
Anschauungsmaterial für den Unterricht	102
Kooperationsvereinbarung mit den Einrichtungen	105
Urkunde für teilnehmende Einrichtungen	107
Links	109
Ansprechpartner für Konzeptschrift	111

KONZEPT

Einführung in das Konzept

Einleitung und Fakten

Die Anzahl übergewichtiger Menschen in der Bundesrepublik wächst. Allgemein erkennbar ist der Trend bei Kindern, die häufig zeitlebens dieses Übergewicht nicht mehr verlieren. Fettleibige Menschen haben ein erhöhtes Krankheits- und Sterberisiko. Über 50 % der Bundesbürger sind übergewichtig, ca. 20 % sind adipös, das heißt fettleibig (Epidemiologisches Bulletin des Robert Koch Instituts vom 04.05.2007). Diese Zahlen wurden durch eine am 23. April 2007 vorgestellte Studie der International Association for the Study of Obesity (IASO) unterstrichen.

Diese Studie zur Verbreitung von Übergewicht und Adipositas in den 25 Mitgliedstaaten hat gezeigt, dass in Deutschland 75% der Männer und 59 % der Frauen im Alter von 25 – 69 Jahren übergewichtig oder sogar adipös sind. Deutschland belegt damit innerhalb der EU bei beiden Geschlechtern den ersten Platz. Die Gruppe der 18-24 Jährigen, die weitaus seltener als die höheren Altersgruppen betroffen ist, bleibt bei der Studie außen vor. Zu dieser Gruppe gibt es Zahlen aus Daten des telefonischen Gesundheitssurveys des RKI aus dem Jahre 2003. Danach sind in der Gruppe der 18 Jährigen und älteren Bevölkerung 67 % der Männer und 54 % der Frauen übergewichtig. Eingeschlossen sind darin 17 % adipöse Männer und 20 % adipöse Frauen. Dabei ist ein starker Anstieg der Krankheitshäufigkeit beim Übergang vom jungen ins mittlere Erwachsenenalter festzustellen.

Die Erbanlagen spielen zwar eine wesentliche Rolle bei der Entwicklung von Übergewicht, aber oft sind es erst die Umweltbedingungen, die darüber bestimmen, ob Übergewicht sich tatsächlich entwickelt. Wichtigste äußere Faktoren sind dabei falsche Essgewohnheiten und Bewegungsmangel. Die Bundesregierung nimmt diese Sachverhalte aktuell zum Anlass, einen Nationalen Aktionsplan gegen Übergewicht über die Länder und Kommunen umzusetzen. Gesunde Ernährung und Bewegung werden als Eckpfeiler erfolgreicher Prävention definiert.

Übergewicht zieht eine Reihe von Krankheiten nach sich: Herz-Kreislauferkrankungen, Rückenleiden, Diabetes mellitus, Gefäßschäden wie Herzinfarkte und Schlaganfälle, um nur einige beispielhaft zu nennen. Schätzungsweise 30 % der deutschen Gesundheitskosten (rund 80 Mrd. €) werden für Folgeerkrankungen des Übergewichts ausgegeben.

„Harte“ Zahlen liegen für den Kreis Olpe hinsichtlich erwachsener Menschen nicht vor, da der Gewichtsstatus lediglich bei Studien erhoben wird.

Anders sieht es bei Kindern aus. Hier liegen für den Kreis Olpe gesicherte Daten im Rahmen der Lernanfängeruntersuchungen vor:

Prozentualer Anteil der eingeschulten Kinder im Kreis Olpe mit Übergewicht und Adipositas in den Jahren von 2009 bis 2011, eigene Daten

	2009	2010	2011
Übergewicht	6,7 %	4,0 %	6,1 %
Adipositas	5,4 %	4,3 %	3,5 %

Im Einschulungsjahrgang 2011/2012 waren 9,6 % aller Einschüler übergewichtig bzw. adipös, wir verzeichnen insgesamt eine zunehmende Tendenz von 2006 bis 2009. Dies entspricht dem landesweiten Trend der Gewichtszunahme. Seit 2010 ist die Tendenz zur Adipositas wieder leicht rückläufig, was u.a. auf die Wirkung der Präventionsprojekte zurückzuführen sein kann.

Das Ernährungsverhalten der Bevölkerung, v.a. das von Kindern und Jugendlichen ist in den letzten Jahren Gegenstand vieler Forschungsprojekte gewesen. So haben sich das Europäische Informationszentrum für Lebensmittel (EUFIC), die Deutsche Gesellschaft für Ernährung (DGE), die Deutsche Gesellschaft für Ernährungsmedizin (DGEM) sowie als weiteres Beispiel der Landesbetrieb Hessisches Zentrallabor (NutrInfo) durch diverse Veröffentlichungen zum Thema Ernährungsverhalten geäußert.

(Die Aufzählung der Institutionen, die sich mit dem Thema befassen ist nicht vollständig, sondern nur auszugsweise angegeben).

Insgesamt kommen die verschiedenen Erhebungen zu der Aussage, dass unterschiedliche Milieus, wie etwa das Zuhause, die Schule, Vereine etc., unterschiedliche Verhaltensweisen, wie etwa Zeitanteile vor Computer und Fernsehen, Außer-Haus-Essen (Maxi-Portionen bei z.B. Fast Food), Portionsgrößen, Einkaufsgewohnheiten, Zusammensetzung von Mahlzeiten, der „Vergnügungsfaktor“, Essen als Stressbewältigung etc., Einfluss auf das Körpergewicht haben. Als weiteren Adipositas-fördernden Faktor benennt die DGE (Prof. Dr. Martin Wabitsch, Sprecher der Arbeitsgemeinschaft Adipositas im Kindes- und Jugendalter, Universitätsklinik und Poliklinik für Kinder- und Jugendmedizin, Ulm) auch die Erziehung und Aufklärung. Die Gesundheitserziehung in Kindergärten und Schulen wird für diesen Bereich an erster Stelle genannt. Der Faktor „Ernährung im frühen Kindes- und Jugendalter“ spielt eine wichtige und beeinflussbare Rolle. Mit einem veränderten Ernährungsverhalten kann dem Trend zu Übergewichtigkeit entgegengewirkt werden.

Da sich alle Autoren über die Notwendigkeit einer möglichst frühzeitigen Beeinflussung von Übergewichtsfaktoren einig sind, wird der Schwerpunkt des Handlungsfeldes Ernährung und Bewegung im Bereich des Primär- und Elementarbereiches gelegt werden.

Beauftragung einer Projektgruppe

Zur Konkretisierung des Handlungsfeldes und Erarbeitung eines Handlungskonzeptes für den Elementar- und Primärbereich mit Zielen, konkreten Maßnahmen und Schritten zur Zielerreichung wurde von der Kommunalen Gesundheitskonferenz des Kreises Olpe am 06.06.2007 eine Projektgruppe beauftragt.

Teilnehmer der Projektgruppe waren:

- Claudia Berling, Ernährungsmedizinische Beraterin,
- Wiebke Schandelle, KreisSportBund Olpe e.V.,
- Frauke Ilg-Möllers, OPUS-NRW,
- Dr. Raimund von Helden, Facharzt für Allgemeinmedizin,
- Martin Büdenbender, AOK,
- Dr. Bettina Adams, Amtsärztin Kreis Olpe, Fachärztin für Öffentliches Gesundheitswesen, Ärztin für Gesundheitsförderung und Prävention, Ernährungsmedizinerin,
- Dr. Elke Wübbeke, Fachtierärztin für Lebensmittel Kreis Olpe und Dipl. Ökotrophologin,
- Siegfried Hanke, Verwaltungsfachwirt Kreis Olpe,
- Christoph Ochel, Fachtierarzt für öffentliches Veterinärwesen und Fachdienstleiter des Fachdienstes Gesundheit und Verbraucherschutz des Kreises Olpe.

Es fanden insgesamt fünf Sitzungen seit August 2007 statt. Zunächst wurde die Ist-Situation in den Kindertageseinrichtungen und Grundschulen im Kreis Olpe ermittelt. Hierzu wurde ein Fragenkatalog entworfen, der allgemeine Angaben zu der Einrichtung, die aktuelle Versorgungssituation der Kinder in der Einrichtung und bestehende Aktivitäten zum Thema gesunde Ernährung und Bewegung abfragte.

Das Ergebnis der Ermittlungen ergab, dass alle befragten Einrichtungen sich bereits in unterschiedlichem Maße mit den Themen gesunde Ernährung bzw. Bewegung befasst haben oder sich aktuell damit befassen. Diese Einzelaktionen sollen bei der Umsetzung des Gesamtkonzeptes in der jeweiligen Einrichtung individuell berücksichtigt werden und sind nicht Inhalt der Konzeptvorlage.

Ausgehend von der Ist-Analyse wurden im Folgenden die durch den Projektauftrag vorgegebenen Ziele konkretisiert. Anschließend wurde ein Handlungskonzept jeweils für den Primär- und den Elementarbereich entwickelt. Dieses Konzept wurde in einer zweijährigen Pilotphase getestet (seit April 2008).

Für das Pilotprojekt wurden eine Kindertageseinrichtung und sechs Grundschulen ausgewählt, in denen das Projekt umgesetzt wurde.

Für die Umsetzung des Konzeptes ist Frau Dr. Adams in Absprache mit dem Fachdienst Gesundheit und Verbraucherschutz als Netzwerkkoordinatorin für die Medusana-Stiftung und für OPUS-NRW und in der Nachfolge von OPUS-NRW als Netzwerkkoordinatorin für das Ministerium für Gesundheit, Emanzipation, Pflege und Alter (MGEPA) des Landes NRW verantwortlich. Frau Dr. Adams hat auch die Konzeptschrift erstellt.

Evaluation

Jeweils zu Beginn des Schul- bzw. Kindergartenjahres und 12 Monate nach Beginn des Projektes erfolgten die Messungen und Befragungen für die Abschlussevaluation der Pilotphase in der jeweiligen Einrichtung. Die letzte Messung erfolgte demnach für die Pilotphase im August 2010. Zu den Messungen zählten die Bestimmung der Körpergröße, des Körpergewichtes und des Körperfettanteils mittels einer Caliper-Zange. Dazu kamen die Fitnessstests. Im September 2009 hat Frau Theresa Stachelscheid, eine Studentin der Ökotrophologie der Fachhochschule Münster, unter Betreuung von Frau Prof. Wahrburg im Rahmen ihrer Bachelor-Arbeit die vorhandenen Daten ausgewertet. Im März 2012 wurde eine Folgeevaluation von Frau Jana Dornseifer, Studierende des Studiengangs Sport, Gesundheit und Prävention an der Deutschen Sporthochschule Köln durchgeführt. Wünschenswert hat sich bei der ersten Evaluation gezeigt, dass die Abschlussmessungen und Befragungen nach einem längeren Zeitraum, z.B. von drei Jahren, erfolgen sollten, weil ein Jahr zu kurz ist, um positive Effekte darzustellen. Dies ist logistisch jedoch schwer durchzuführen, da die Kinder dann jeweils die Einrichtung bereits verlassen haben. Aus diesem Grund wurde entschieden, das ursprüngliche Konzept umzuschreiben und die gesammelten Erfahrungen aus der Pilotphase in das neue Projekt einzubringen. Hierzu wurde sowohl die Kritik der Honorarkräfte als auch die der Einrichtungen selbst berücksichtigt. Wichtigste Änderung war, dass in dem neuen Konzept auf Messungen verzichtet wurde und stattdessen eine schriftliche Evaluation eingeführt wurde. Die entsprechenden Quiz- und Evaluationsbögen wurden für die Medusana-Stiftung von Herrn Dr. Settertobulte vom Studiengang Gesundheitswissenschaften der Universität Bielefeld entwickelt und uns von der Medusana-Stiftung auch für die Verwendung bei von ihr nicht geförderten Einrichtungen (Kitas) zur Verfügung gestellt. Die Befragung der Eltern erfolgt nach einem Fragebogen, der im Klinikum der Universität München von Herrn Prof. Dr. med. Berthold Koletzko entwickelt und von uns umgearbeitet wurde.

Die Durchführung der Evaluation einschließlich der für die Umsetzung des Konzeptes notwendigen Präsentationen und Ausarbeitungen erfolgt weiterhin durch die Zusammenarbeit der Fachhochschule Münster und der Deutschen Sporthochschule Köln mit dem Fachdienst Gesundheit und Verbraucherschutz des Kreises Olpe. Dabei kann auf die Medien und Räumlichkeiten des Kreises nach Absprache zurückgegriffen werden.

Die übrigen in der Folge beschriebenen Tätigkeiten erfolgen weiterhin über Honorarkräfte. Diese werden jeweils am Ende des Schuljahrs bzw. Kindergartenjahres nach Durchführung des Programms und Abrechnung mit dem Geldgeber bezahlt. Die Abrechnung erfolgt durch den Fachdienst Gesundheit und Verbraucherschutz des Kreises Olpe.

Mittlerweile wurde das Projekt in die bundesweite Plattform Ernährung und Bewegung e.V. (peb) aufgenommen und darf deren Logo führen. Außerdem wurde das Programm 2009 als beispielhaftes Projekt in die Landesinitiative „Gesundes Land NRW“ aufgenommen und darf deren Logo führen. Die Medusana-Stiftung mit ihrem MediPäds-Programm ist Preisträger von „Gesundes Land NRW“. Es besteht ein eigener Internetauftritt (www.kreis-olpe.de/standard/page.sys/476.htm).

Im Folgenden ist die Rede von Ernährungsberatern, Übungsleitern und Ärzten. Gemeint sind damit auch Ernährungsberaterinnen, Übungsleiterinnen und Ärztinnen, sowie andere analog zu wertende Berufsbezeichnungen entsprechend der Veröffentlichung im Leitfaden Prävention der Arbeitsgemeinschaft der Spitzenverbände der Krankenkassen.

Bei der Konzepterstellung wurden folgende Punkte berücksichtigt:

- 1) **Konzeption/ Selbstverständnis:** Es handelt sich um ein Projekt aus dem Bereich Gesundheitsförderung und Prävention.
- 2) **Zielgruppe:** Zielgruppen sind die Kinder, Lehrer/innen, Erzieher/innen und Eltern.
- 3) **Innovation/Nachhaltigkeit:** In dieser Form wurden die Elemente gesunde Ernährung und Bewegung noch nicht miteinander kombiniert. Auf der 3. Regionalen Fachkonferenz 2011 vom Ministerium für Familie, Kinder, Jugend, Kultur und Sport NRW in Wuppertal mit dem Titel „Bewegung und Ernährung in Lebenswelten“ wurde das Projekt in einem Vortrag als Good-practice-Beispiel für die Umsetzung in Kommunen von Frau Dr. Adams vorgestellt. Ein Poster wurde auf dem BVÖGD-Kongreß in Trier 2011 über die Ergebnisse der ersten Evaluation präsentiert.
- 4) **Multiplikation:** Die Lehrer/innen und Erzieher/innen werden als Multiplikatoren für das Projekt geschult, um die Elemente gesunde Ernährung und Bewegung langfristig in den Einrichtungskonzeptionen zu etablieren.
- 5) **Niederschwellige Arbeitsweise:** Diese ist gegeben, da das Unterrichtsteam aufsuchend tätig wird.
- 6) **Partizipation:** Sowohl Kinder, Lehrer/innen, Erzieher/innen und Eltern werden aktiv in die Schulungen einbezogen.
- 7) **Empowerment:** Die Kinder werden befähigt zu wissen, was eine gesunde Ernährung ist und wie diese zubereitet wird. Die Kinder lernen über ein Anti-Stresstraining und Bewegungsunterricht, wie aktive Entspannung aussehen kann.
- 8) **Setting:** Das Konzept berücksichtigt die Settings Kindertageseinrichtung, Grundschulen und Förderschulen (Ergebnis der zweiten Evaluation). Die Elemente gesunde Ernährung und Bewegung werden anschließend langfristig in den Einrichtungskonzeptionen etabliert und somit im Setting nach Beendigung des Projektes weitergeführt.
- 9) **Integriertes Handlungskonzept:** Es findet eine Vernetzung mit dem KreisSportBund Olpe e.V. statt, der für Freizeitangebote zum Sport anregt. Zudem wird nach Möglichkeit der Übergang der Kita zur Grundschule gefördert, damit Kinder zunächst für gesunde Ernährung und Bewegung in der Kita sensibilisiert werden und später in der Grundschule dann dieses Wissen vertieft wird.
- 10) **QM-Entwicklung:** Es findet eine regelmäßige dokumentierte Evaluation des Projektes mit kontinuierlicher Verbesserung der Inhalte statt.
- 11) **Dokumentation und Evaluation:** Beides ist in der Konzeptschrift fest verankert.
- 12) **Kosten-Nutzen-Relation:** Es entstehen Kosten in Höhe von 1.100 Euro pro Einrichtung und Schulklasse/ Gruppe. Dabei wird von einem Stundenlohn von 35 Euro für jeweils alle Teilnehmer des Unterrichtsteams ausgegangen. 50 Euro der Summe werden in die Anschaffung von Unterrichtsmaterial investiert, das anschließend allen Projektteilnehmern leihweise zur Verfügung steht. Für das Erreichen des Ziels, die Kinder frühzeitig mit gesunder Ernährung und Bewegung vertraut zu machen, handelt es sich um einen geringen Betrag.

Projektziele

Das Projekt „Gesund und fit im Kreis Olpe“ beinhaltet zwei Hauptziele:

- 1) Die Zielgruppen sind mit einer gesunden Ernährung und regelmäßiger Bewegung vertraut.
- 2) Die Tendenz der Zunahme von Übergewicht und Adipositas stagniert.

Zu den Zielgruppen zählen

- Kinder von 2 bis 6 Jahren und von 6 bis 10 Jahren,
- die Erziehungsberechtigten,
- die Erzieher,
- die Lehrer und
- die Verantwortlichen für die Gemeinschaftsverpflegung.

Die aufgeführten Erwachsenen haben eine wichtige Vorbildfunktion für die Kinder bei der Einübung gesunder Ernährung und vermehrter Bewegung.

Die beiden Hauptziele sollen durch folgende neun Teilziele erreicht werden:

- 1) Die Kinder ernähren sich mit gesunder Mischkost unter Reduktion von fettreichen Speisen und Süßigkeiten.
- 2) Die Kinder essen täglich 5 Portionen Obst und Gemüse.
- 3) Die Kinder achten auf eine angenehme Atmosphäre beim Essen und eine gepflegte Tischkultur.
- 4) Die Kinder trinken reichlich kalorienarme Getränke.
- 5) Die Kinder bewegen sich vermehrt.
- 6) Die Kinder verankern ihre Erkenntnisse zur gesunden Ernährung und Bewegung durch Verhaltenstraining.
- 7) Die Kinder werden zur Erreichung der obigen Ziele durch die Erziehungsberechtigten, die Erzieher, die Lehrer und die Verantwortlichen für die Gemeinschaftsverpflegung langfristig unterstützt.
- 8) Der Erfolg des Konzeptes zeigt sich in der regelmäßigen Evaluation des Programms.
- 9) Die beteiligten Einrichtungen etablieren langfristig die Elemente gesunde Ernährung und Bewegung in ihren Einrichtungskonzeptionen.

Zur Erreichung der vorgenannten Ziele wurde von der Projektgruppe ein Handlungskonzept mit Maßnahmen entwickelt, das u.a. auch eine Materialsammlung für den Unterricht beinhaltet.

Diese Sammlung wird im Fachdienst Gesundheit und Verbraucherschutz des Kreises Olpe (Listung der Materialien siehe Anhang) vorgehalten und soll dem Einsatz entsprechend für die Beteiligten des Programms in Kopie leihweise nach Bedarf zur Ansicht zur Verfügung gestellt werden.

Beschreibung der Anforderungen an eine gesunde Ernährung

Die Anforderungen sind in folgenden Veröffentlichungen detailliert beschrieben:

- Aid: optimix Empfehlungen für die Ernährung von Kindern und Jugendlichen.
- Aid: Vollwertig essen und trinken nach den 10 Regeln der DGE
- Aid: Verpflegung für Kids in der Kindertagesstätte und Schule

Diese Veröffentlichungen stehen für das Projekt in der Materialsammlung zur Verfügung, die sich im Fachdienst Gesundheit und Verbraucherschutz befindet.

I. Handlungskonzept

„Gesund und Fit im Kreis Olpe“ für Kindertageseinrichtungen

Das Handlungskonzept wurde visualisiert in zwei Organigrammen dargestellt (siehe Anhang). Der Einrichtung steht für einen begrenzten Zeitraum (für ein Schuljahr und eine Gruppe bzw. Schulklasse) jeweils ein Team aus einem betreuenden Arzt, einem Ernährungsberater und einem Übungsleiter zur Verfügung (Stundeneinteilung siehe Zusammenfassungen). Für die Auswahl des Fachpersonals erfolgt eine Orientierung an den im Leitfaden Prävention der Arbeitsgemeinschaft der Spitzenverbände der Krankenkassen veröffentlichten Qualifikationskriterien. Zur Qualitätssicherung wurde sich bei der Erstellung des Konzeptes und der enthaltenen Evaluation an den veröffentlichten Qualitätskriterien für das Projektdesign von schulischen Ernährungsinterventionen (Eichhorn et al., Gesundheitswesen 2007; 69: 612-620) orientiert.

Das Handlungskonzept erstreckt sich auf die Bereiche gesunde Ernährung und Bewegung. Jeder dieser Bereiche ist wiederum in die folgenden weiteren Bausteine gegliedert.

A) Bereich gesunde Ernährung

Das Projekt basiert auf 6 Säulen:

- Unterrichtung der Kinder
- Sonderaktionen
- Unterrichtung der Erzieher
- Unterrichtung der Eltern
- Erstellung eines Verpflegungskonzeptes für die Einrichtung (bei Mittagsverpflegung)
- Evaluation des Projektes

1) Unterrichtung der Kinder

Durch einen von der Deutschen Gesellschaft für Ernährung anerkannten Ernährungsberater oder Ökotrophologen sollen in der Einrichtung für eine Gruppe 5 x 2 Unterrichtsstunden (je 45 Minuten) gegeben werden. Hierzu wird dem Ernährungsberater folgendes Aid-Unterrichtsmaterial zur Verfügung gestellt:

- Clever essen mit der Kinderpyramide
- So macht Essen Spaß
- 5 Sterne fürs Frühstück

Zur Unterrichtsgestaltung stehen ferner eine Living Puppet Handpuppe „Maya“, eine Holzlok mit 8 Wagons (Die kleine Lok, die alles weiß), künstliche Lebensmittel aller Nahrungsmittelgruppen und 8 Sortierkörbchen zur Verfügung. Angeschafft wurden ferner Kasimir-Hörspielkassetten und das Video Essgeschichten mit der Maus. **Es ist**

sehr wichtig, dass für die Nachhaltigkeit des Programms die Erzieher beim Unterricht anwesend sind.

Die Finanzierung der Sachmittel und der Personalressourcen soll über den Geldgeber erfolgen. Zur Finanzierung gehört eine einmalig anzuschaffende Grundausrüstung und eine Folgeausstattung für jede Einrichtung (siehe Anhang) für die Arbeit des Ernährungsberaters. Diese bleiben im Besitz des Fachdienstes Gesundheit und Verbraucherschutz des Kreises Olpe und können dort für die Arbeit nach Bedarf ausgeliehen werden. Die Grundausrüstung wurde bereits von OPUS-NRW finanziert.

2) Sonderaktionen

Diese Aktionen sollen von den Erziehern geplant werden. Die Durchführung einer Aktion pro Projekt in der Einrichtung ist für diese verpflichtend (entweder aus dem Teil-Projekt Ernährung oder Bewegung). Als mögliche Aktionen werden vorgeschlagen:

- Gemeinsames Frühstück oder Buffet
- Ausstellung Gesunde Ernährung
- Theateraufführung
- Besuch von Bauernhof, Markt oder Mühle
- Apfelfest mit Apfelernte
- Anlegen von Kräuterbeeten
- Waldtag
- Kochkurs

Diese Sonderaktionen können auch gemeinsam mit den Eltern stattfinden. Im Materialordner findet sich eine Auflistung von Unterrichtsmaterial, das jeweils für diese Aktionen eingesetzt oder bestellt werden kann (Liste siehe Anhang). Pro Einrichtung sollen insgesamt 50 Euro (Ernährung + Bewegung) zur Finanzierung individuell ausgewählten Sondermaterials durch das Programm finanziert werden. Sollte ein Projekt mit kostenaufwendigerer Finanzierung ausgewählt werden, so hat die Einrichtung hierfür selbst die Gelder zu organisieren (z.B. über Eltern oder Sponsoren).

3) Unterrichtung der Erzieher

Es findet eine gemeinsame Unterrichtung der Erzieher durch den betreuenden Arzt, den Übungsleiter und den Ernährungsberater im Rahmen eines 2 x 45-minütigen Vortrags mit Diskussion statt (einmalig gemeinsam mit dem Teil-Projekt Bewegung). Das Material hierzu ist im Anhang gelistet. Die Veranstaltung ist für die Erzieher verpflichtend. Ebenfalls verpflichtend ist eine 2 x 45-minütige Abschlussbesprechung mit dem betreuenden Arzt, Übungsleiter und Ernährungsberater nach Beendigung des Programms (einmalig gemeinsam mit dem Teil-Projekt Bewegung). Hier wird auch gemeinsam festgelegt, wie das Element gesunde Ernährung langfristig in der Konzeption der Einrichtung verankert werden kann.

4) Unterrichtung der Eltern

In einer 2 x 45-minütigen Abendveranstaltung werden die Erziehungsberechtigten durch den Ernährungsberater und Übungsleiter im Rahmen eines Kurzvortrags mit Diskussion unterrichtet (einmalig gemeinsam mit dem Teil-Projekt Bewegung). Das Material hierzu ist im Anhang gelistet. Eine Teilnahme der Erzieher der Projektgruppe

ist verpflichtend. Der Vortrag kann zur Erhöhung der Teilnahme im Rahmen einer Sonderaktion stattfinden. Vorgeschlagen werden:

- Gemeinsames Frühstück oder Buffet
- Ausstellung gesunde Ernährung
- Theateraufführung
- Kochkurs

Diese Sonderaktionen können auch gemeinsam mit den Kindern stattfinden. Die Planung und Organisation der Sonderaktion unterliegt den Erziehern. Die evt. anfallenden Kosten für die Sonderaktion trägt die Einrichtung.

5) Erstellung eines Verpflegungskonzeptes für die Einrichtung

Gemeinsam mit der für die Verpflegung zuständigen Person (bei Mittagsverpflegung) und den Erziehern gibt der betreuende Ernährungsberater während eines 2 x 45-minütigen Treffens den Anstoß für ein Konzept für die Mittagsverpflegung. Material hierzu ist im Anhang gelistet. In diesem Treffen wird auch ein Konzept für eine gesunde Pausenverpflegung angeregt. Hier ist im Anschluss an die Anregungen durch den Ernährungsberater ein selbstständiges Weiterarbeiten in der Einrichtung mit dem empfohlenen Material geplant.

6) Evaluation des Programms

Die Erhebung der Daten zur Evaluation wird in den Treffen mit den Erziehern und der für die Verpflegung zuständigen Person besprochen. Die Erzieher verpflichten sich, aktiv bei der Befragung der Kinder, Erzieher und der Eltern mitzuwirken.

Nach Aufklärung und Einverständnis der Eltern werden die Kinder schriftlich zu ihren Ernährungsgewohnheiten befragt (Bogen gestaltet nach dem Fragebogen der St. Theresia Gemeinschaftsgrundschule Köln, überarbeitet nach der ersten Evaluation). Die Befragung der Eltern erfolgt nach einem Fragebogen, der im Klinikum der Universität München von Herrn Prof. Dr. med. Berthold Koletzko entwickelt wurde (siehe Anhang Evaluation, überarbeitet nach der ersten Evaluation). Darüberhinaus erhalten die Erzieher Fragebögen, die Herr Dr. Settertobulte vom Studiengang Gesundheitswissenschaften der Universität Bielefeld für die Medusana-Stiftung entwickelt hat. Die Auswertung der Fragebögen erfolgt durch einen Studenten der Fachhochschule Münster oder der Deutschen Sporthochschule Köln unter Anleitung durch den betreuenden Arzt.

Zusammenfassung: Verpflichtungen für die Einrichtung im Bereich Ernährung

- Langfristige Verankerung des Elements gesunde Ernährung in der Einrichtungskonzeption. Hierzu ist sehr wichtig, dass für die Nachhaltigkeit des Programmes die Erzieher beim Unterricht der Kinder anwesend sind, um die Unterrichtsstunden inhaltlich zu erlernen und später selbständig mit anderen Gruppen durchführen zu können.
- Elternbeteiligung an den Kosten für die Nahrungsmittel für den Unterricht. Die übrigen Kosten für die Nahrungsmittel trägt die Einrichtung.
- Zur Verfügung-Stellung der benötigten Räumlichkeiten durch die Einrichtung und Gewährung von Zutritt für die Teilnehmenden.
- Verpflichtende Teilnahme der Erzieher an ihrer Unterrichtung zu Beginn des Programms.
- Verpflichtende Teilnahme der Erzieher an der Veranstaltung zur Unterrichtung der Eltern zu Beginn der Veranstaltung, aktive Organisation und Gestaltung der Veranstaltung. Übernahme evt. Kosten für die Veranstaltung trägt die Einrichtung.
- Verpflichtende Teilnahme der Erzieher an der Abschlussbesprechung.
- Aktive Mitwirkung der Erzieher an der Evaluation (Versenden und Ausfüllen von Fragebögen)
- Verpflichtende Teilnahme der für die Verpflegung zuständigen Person (bei Mittagsverpflegung) und der Erzieher an der Entwicklung eines Konzeptes zur gesunden Mittags- und Pausenverpflegung.
- Verpflichtung der Einrichtung zur Organisation und Gestaltung eines Projekttags pro Projekt auf eigene Kosten (entweder aus dem Teil-Projekt Ernährung oder Bewegung).
- Ernennung eines Ansprechpartners in der Einrichtung (für Teil-Projekte Ernährung und Bewegung gemeinsam), der auf Kosten der Einrichtung eventuell stattfindende Netzwerkveranstaltungen besucht.
- Die Einrichtung erhält am Ende des Projektes eine Teilnahmeurkunde am Projekt „Gesund und Fit im Kreis Olpe“.

Zusammenfassung: Inhalt des Teil-Projektes Ernährung

- 5 x 2 Unterrichtsstunden für die Kinder einer Gruppe durch den Ernährungsberater.
- 2 Unterrichtsstunden für die Eltern durch den Ernährungsberater und Übungsleiter (einmalig gemeinsam mit dem Teil-Projekt Bewegung)
- 2 Unterrichtsstunden für die Erzieher zu Beginn und Abschlussbesprechung zu Ende des Programms durch den Arzt, Ernährungsberater und Übungsleiter (für beide Veranstaltungen je 2 x 45 Minuten, jeweils einmalig und gemeinsam mit dem Teil-Projekt Bewegung).
- 2 Unterrichtsstunden für die Erzieher und der für die Verpflegung zuständigen Person zur Erstellung des Verpflegungskonzeptes gemeinsam mit dem Ernährungsberater.
- 1 Projekttag, organisiert und gestaltet durch die Erzieher.
- Ausfüllen von Fragebögen für Eltern und Kinder und Erzieher unter Mitwirkung der Erzieher.

- Auswertung und Evaluation durch die Fachhochschule Münster oder die Deutsche Sporthochschule Köln unter Anleitung durch den betreuenden Arzt.
- Fahrkosten, Vorbereitungskosten und Praxisausfallgebühren werden für den Arzt, Ernährungsberater und Übungsleiter nicht gesondert über das Programm erstattet.

B) Bereich Bewegung

Das Projekt basiert auf 6 Säulen:

- Unterrichtung der Kinder
- Sonderaktionen
- Unterrichtung der Erzieher
- Unterrichtung der Eltern
- Erstellung eines Konzeptes für aktive Pausengestaltung und Information über mögliche Unterrichtsgestaltung und außerschulische Angebote durch den KreisSportBund Olpe e.V.
- Evaluation des Projektes

1) Unterrichtung der Kinder

Durch einen vom Landessportbund anerkannten Übungsleiter oder Motopäden sollen in der Einrichtung für eine Gruppe 4 x 2 Unterrichtsstunden (je 45 Minuten) gegeben werden. Hierzu wird folgendes Unterrichtsmaterial für den Übungsleiter zur Verfügung gestellt:

- Aid: Kinderbewegungspyramide
- Aid: Ernährung und Sport
- Aid: Über Milchpiraten und Limokönige: Bewegungekartei
- Medipäds Praxisbuch
- Gesund- macht-Schule Praxisbeispiele

Es ist sehr wichtig, dass für die Nachhaltigkeit des Programmes die Erzieher beim Unterricht anwesend sind. Ein Unterrichtsbestandteil soll die Durchführung des Sportabzeichens „Jolinchen“ (1 x 2 Unterrichtsstunden für je 45 Minuten) sein (siehe Unterpunkt 6), sowie die Durchführung eines Anti-Stress-Trainings während des Unterrichts.

Die Finanzierung der Sachmittel und der Personalressourcen soll durch den Geldgeber erfolgen. Zur Finanzierung gehört eine einmalig anzuschaffende Grundausstattung und eine Folgeausstattung für jede Einrichtung (siehe Anhang) für die Arbeit des Übungsleiters. Diese bleiben im Besitz des Fachdienstes Gesundheit und Verbraucherschutz des Kreises Olpe und können dort für die Arbeit nach Bedarf ausgeliehen werden. Die Grundausstattung wurde bereits von OPUS-NRW finanziert.

2) Sonderaktionen

Diese Aktionen sollen von den Erziehern geplant werden. Die Durchführung einer Aktion pro Projekt in der Einrichtung ist für diese verpflichtend (entweder aus dem Teilprojekt Ernährung oder Bewegung). Als mögliche Aktionen werden vorgeschlagen:

- Tanz-AG
- Pausenhofumgestaltung
- Theateraufführung mit Bewegung
- Zirkusprojekt
- Waldspiele: Rallye, Schnitzeljagd
- Sauerstoffsafari durch den Körper
- Die 7 Hanseaten: Anti-Stress-Training
- Projektwoche

Diese Sonderaktionen können auch gemeinsam mit den Eltern stattfinden. Im Materialordner findet sich eine Auflistung von Unterrichtsmaterial, das jeweils für diese Aktionen eingesetzt oder bestellt werden kann (Liste siehe Anhang). Pro Einrichtung sollen insgesamt 50 Euro (Ernährung + Bewegung) zur Finanzierung individuell ausgewählten Sondermaterials durch das Programm finanziert werden. Sollte ein Projekt mit kostenaufwendigerer Finanzierung ausgewählt werden, so hat die Einrichtung hierfür selbst die Gelder zu organisieren (z.B. über Eltern oder Sponsoren).

3) Unterrichtung der Erzieher

Es findet eine gemeinsame Unterrichtung der Erzieher durch den betreuenden Arzt, den Übungsleiter und den Ernährungsberater im Rahmen eines Vortrags mit Diskussion während einer 2 x 45-minütigen Veranstaltung statt (einmalig gemeinsam mit dem Teil-Projekt Ernährung). Das Material hierzu ist im Anhang gelistet. Die Veranstaltung ist für die Erzieher der Projektgruppe verpflichtend. Ebenfalls verpflichtend ist eine 2 x 45-minütige Abschlussbesprechung mit dem betreuenden Arzt, dem Übungsleiter und dem Ernährungsberater nach Beendigung des Programms (einmalig gemeinsam mit dem Teil-Projekt Ernährung). Hier wird auch gemeinsam festgelegt, wie das Element Bewegung langfristig in der Konzeption der Einrichtung verankert werden kann. Eine Möglichkeit hierzu bestünde in der Anerkennung zum Bewegungskindergarten durch den Landessportbund.

4) Unterrichtung der Eltern

In einer 2 x 45-minütigen Abendveranstaltung (einmalig gemeinsam mit dem Teil-Projekt Ernährung) werden die Erziehungsberechtigten durch den Übungsleiter und Ernährungsberater im Rahmen eines Kurzvortrags mit Diskussion unterrichtet. Das Material hierzu ist im Anhang gelistet. Eine Teilnahme der Erzieher der Projektgruppe ist verpflichtend. Der Vortrag kann zur Erhöhung der Teilnahme im Rahmen einer Sonderaktion stattfinden. Vorgeschlagen werden:

- Übungen zur Bewegung und Entspannung
- Ausstellung Bewegungsprojekt
- Theateraufführung
- Ausflug: Wandern

Diese Sonderaktionen können auch gemeinsam mit den Kindern stattfinden. Die Planung und Organisation der Sonderaktion unterliegt den Erziehern. Evt. anfallende Kosten für die Veranstaltung trägt die Einrichtung.

5) Erstellung eines Konzeptes für Sonstige Angebote für die Einrichtung

Gemeinsam mit den Erziehern erstellt der betreuende Übungsleiter während eines 2 x 45-minütigen Treffens ein Konzept für eine aktive Pausengestaltung und informiert über Möglichkeiten über die Gestaltung des Bewegungsunterrichtes in der Einrichtung und außerschulische Angebote durch den KreisSportBund Olpe e.V.

6) Evaluation des Programms

Die Erhebung der Daten für die Evaluation wird in den Treffen mit den Erziehern besprochen. Die Erzieher verpflichten sich, aktiv bei der Befragung der Kinder und der Eltern, der Erzieher sowie bei der Durchführung und Dokumentation des Fitnessstestes mitzuwirken.

Nach Aufklärung und Einverständnis der Eltern führt der Übungsleiter unter Mithilfe der Erzieher das Sportabzeichen „Jolinchen“ mit den Kindern nach einem vom KreisSportBund Olpe e.V. standardisierten Auswertungsbogen durch. Die Befragung der Eltern erfolgt gemeinsam mit dem Teilbereich Ernährung nach einem Fragebogen, der im Klinikum der Universität München von Herrn Prof. Dr. med. Berthold Koletzko entwickelt wurde (siehe Anhang Evaluation, überarbeitet nach der ersten Evaluation). Die Auswertung der Fitnessstests und der Fragebögen erfolgt durch einen Studenten der Fachhochschule Münster oder der Deutschen Sporthochschule Köln unter Anleitung durch den betreuenden Arzt für den Teilbereich Bewegung). Als Kurzfitnessstest wird für die Evaluation das Kindersportabzeichen „Jolinchen“, entwickelt vom KreisSportBund Olpe e.V., durchgeführt. Dieses ist geeignet für Kinder zwischen 3 und 7 Jahren und gibt standardisiert vor, welche Leistungen ein Kind entsprechenden Alters erbringen kann. Werden alle Leistungen erbracht, wird eine Urkunde vom KreisSportBund Olpe e.V. überreicht. Führt die Einrichtung bereits das „Jolinchen“ eigenständig durch, wird der Unterricht der Kinder in Absprache mit dem Übungsleiter alternativ gestaltet.

Zusammenfassung: Verpflichtungen für die Einrichtung im Bereich Bewegung

- Langfristige Verankerung des Elements Bewegung in der Einrichtungskonzeption. Hierzu ist es für die Nachhaltigkeit des Programmes sehr wichtig, dass die Erzieher am Unterricht der Kinder teilnehmen, um Unterrichtsinhalte zu erlernen und später selbständig mit anderen Gruppen durchzuführen.
- Zur Verfügung-Stellung der benötigten Räumlichkeiten durch die Einrichtung und Gewährung von Zutritt für die Teilnehmenden.
- Verpflichtende Teilnahme der Erzieher an ihrer Unterrichtung zu Beginn und während des Projektes
- Verpflichtende Teilnahme der Erzieher an der Veranstaltung zur Unterrichtung der Eltern zu Beginn der Veranstaltung, aktive Organisation und Gestaltung der Veranstaltung. Evt. Kosten für die Veranstaltung trägt die Einrichtung.
- Verpflichtende Teilnahme der Erzieher an der Abschlussbesprechung.
- Aktive Mitwirkung der Erzieher an der Evaluation (Versenden und Ausfüllen von Fragebögen, Durchführung des Fitnessstests „Jolinchen“ für die Kinder)
- Verpflichtende Teilnahme der Erzieher an der Entwicklung eines Konzeptes zur aktiven Pausengestaltung.
- Verpflichtung der Einrichtung zur Organisation und Gestaltung eines Projekt-tags pro Projekt auf eigene Kosten.

- Ernennung eines Ansprechpartners (für Ernährung und Bewegung gemeinsam) in der Einrichtung, der auf Kosten der Einrichtung eventuell stattfindende Netzwerkveranstaltungen besucht. Die Veranstaltungen als solche sind kostenfrei.
- Die Einrichtung erhält am Ende des Projektes eine Teilnahmeurkunde am Projekt „Gesund und Fit im Kreis Olpe“.

Zusammenfassung: Inhalt des Teil-Projektes Bewegung

- 4 x 2 Unterrichtsstunden für die Kinder einer Gruppe durch den Übungsleiter.
- 2 Unterrichtsstunden für die Eltern durch den Übungsleiter und Ernährungsberater (einmalig gemeinsam mit dem Teil-Projekt Ernährung).
- 2 Unterrichtsstunden für die Erzieher zu Beginn und Abschlussbesprechung zu Ende des Programms durch den Arzt, Übungsleiter und Ernährungsberater (für beide Veranstaltungen je 2 x 45 Minuten, jeweils einmalig gemeinsam mit dem Teil-Projekt Ernährung).
- 2 Unterrichtsstunden für die Erzieher zur Erstellung des Konzeptes zur aktiven Pausengestaltung gemeinsam mit dem Übungsleiter.
- 1 Projekttag, organisiert und gestaltet durch die Erzieher (entweder aus dem Teil-Projekt Ernährung oder Bewegung).
- Ausfüllen und Versenden von Fragebögen unter Mitwirkung der Erzieher.
- Durchführung der Evaluation (Versenden und Ausfüllen von Fragebögen, Durchführung und Dokumentierung von Fitnessstests „Jolinchen“ (2 Unterrichtsstunden) für die Kinder durch den Übungsleiter und Erzieher nach Einverständnis der Eltern).
- Auswertung und Evaluation durch die Fachhochschule Münster oder die Deutsche Sporthochschule Köln unter Anleitung durch den Arzt.
- Fahrkosten, Vorbereitungskosten und Praxisausfallgebühren werden für den Arzt und Übungsleiter nicht gesondert über das Programm erstattet.

Finanzierung des Projektes „Gesund und Fit im Kreis Olpe“ für Kindergärten und Kindertageseinrichtungen

Für die jeweilige Einrichtung entstehen außer für den individuell wählbaren Projekttag, die Nahrungsmittel und die Elternabende keine Kosten. Das Programm finanziert die anfallenden Personalkosten und die Kosten für die Folgeausstattung. Die Kosten der Grundausstattung fallen nur ein einziges Mal für das Gesamtkonzept an (Auflistung der Kosten siehe Anhang) und wurden bereits von OPUS-NRW übernommen. Bei den Personalkosten erfolgte eine Orientierung an den Stundensätzen der Krankenkassen. Der Satz beträgt 35,00 Euro pro 60 Minuten. Eine Unterrichtsstunde beträgt 45 Minuten. Die Abrechnung erfolgt jeweils zum Projektende (am Ende des Kindergartenjahres). Bei obiger Aufstellung entstehen für beide Teilprojekte (Ernährung und Bewegung) Personalkosten in der Höhe von insgesamt 1050 Euro. Zusätzlich entstehen Folgekosten von 50 Euro pro Einrichtung für Sonderaktionen bzw. Material. Die Bestellung für die Sonderaktionen wird vom Ernährungsberater und Übungsleiter mit dem betreuenden Arzt abgestimmt, der das Material in Folge für das Projekt inventarisiert. Der **Gesamtbetrag pro Einrichtung** (eine Gruppe) liegt damit bei rund **1100 Euro**.

II. Handlungskonzept „Gesund und Fit im Kreis Olpe“ für Grundschulen

Das Handlungskonzept wurde visualisiert in zwei Organigrammen dargestellt (siehe Anhang). Der Einrichtung steht für einen begrenzten Zeitraum (für ein Schuljahr und eine Gruppe bzw. Schulklasse) jeweils ein Team aus einem betreuenden Arzt, einem Ernährungsberater und einem Übungsleiter zur Verfügung (Stundeneinteilung siehe Zusammenfassungen). Für die Auswahl des Fachpersonals erfolgt eine Orientierung an den im Leitfaden Prävention der Arbeitsgemeinschaft der Spitzenverbände der Krankenkassen veröffentlichten Qualifikationskriterien. Zur Qualitätssicherung wurde sich bei der Erstellung des Konzeptes und der enthaltenen Evaluation an den veröffentlichten Qualitätskriterien für das Projektdesign von schulischen Ernährungsinterventionen (Eichhorn et al., Gesundheitswesen 2007; 69: 612-620) orientiert.

Das Handlungskonzept erstreckt sich auf die Bereiche gesunde Ernährung und Bewegung. Jeder dieser Bereiche ist wiederum in die folgenden weiteren Bausteine gegliedert.

A) Bereich gesunde Ernährung

Das Projekt basiert auf 6 Säulen:

- Unterrichtung der Kinder
- Sonderaktionen
- Unterrichtung der Lehrer
- Unterrichtung der Eltern
- Erstellung eines Verpflegungskonzeptes für die Einrichtung
- Evaluation des Projektes

1) Unterrichtung der Kinder

Durch einen von der Deutschen Gesellschaft für Ernährung anerkannten Ernährungsberater oder Ökotrophologen sollen in der Einrichtung in einer Schulklasse der Aid-Ernährungsführerschein mit 7 x 2 Unterrichtsstunden (je 45 Minuten) mit einer Erweiterung von insgesamt 3 Unterrichtsstunden durchgeführt werden. Die 7 Unterrichtseinheiten sowie Erweiterung sind wie folgt eingeteilt:

- 1) Ernährungspyramide, Brot (Erweiterung um eine Unterrichtsstunde)
- 2) Körperhygiene, Getreide und Gemüse
- 3) Küchenhygiene, Getreide und Gemüse
- 4) Milch und Obst
- 5) Kartoffeln (Erweiterung um eine Unterrichtsstunde)
- 6) Schriftliche Prüfung und Tischknigge
- 7) Praktische Prüfung und kaltes Buffet (Erweiterung um eine Unterrichtsstunde)

Die Erweiterung der Einheiten 1, 5 und 7 hat sich aus der ersten Evaluation ergeben, bei der dieser Bedarf regelmäßig von den Lehrern, dem Ernährungsberater und den

Kindern gleichermaßen festgestellt wurde. Dafür wurde die Stundenzahl für die Erarbeitung eines Verpflegungskonzeptes nach dem ursprünglichen Konzept auf eine Unterrichtsstunde gekürzt, da in diesem Bereich bei den sechs Einrichtungen der Pilotphase ein nur geringer Bedarf bestanden hat. Es ist sehr wichtig für die Nachhaltigkeit des Programmes, dass die Lehrer bei der Unterrichtung der Kinder anwesend sind.

Die Finanzierung der Sachmittel und der Personalressourcen soll durch den Geldgeber erfolgen. Zur Finanzierung gehört eine einmalig anzuschaffende Grundausstattung und eine Folgeausstattung für jede Einrichtung für die Arbeit des Ernährungsberaters (siehe Anhang). Diese bleiben im Besitz des Fachdienstes Gesundheit und Verbraucherschutz des Kreises Olpe und können dort für die Arbeit nach Bedarf ausgeliehen werden. Die Eltern beteiligen sich an den Kosten für das kalte Buffet. Die Grundausstattung wurde bereits finanziert.

2) Sonderaktionen

Diese Aktionen sollen von dem betreuenden Lehrer geplant werden. Die Durchführung einer Aktion pro Einsatz in der Einrichtung ist für diese verpflichtend (wahlweise aus dem Bereich Ernährung oder Bewegung). Als mögliche Aktionen werden vorgeschlagen:

- Gemeinsames Frühstück oder Buffet
- Ausstellung Gesunde Ernährung
- Theateraufführung
- Besuch von Bauernhof, Markt oder Mühle
- Apfelfest mit Apfelernte
- Anlegen von Kräuterbeeten
- Waldtag
- Kochkurs

Diese Sonderaktionen können auch gemeinsam mit den Eltern stattfinden. Im Materialordner findet sich eine Auflistung von Unterrichtsmaterial, das jeweils für diese Aktionen eingesetzt oder bestellt werden kann (Liste siehe Anhang). Pro Einrichtung sollen insgesamt 50,00 Euro (Ernährung + Bewegung) zur Finanzierung individuell ausgewählten Sondermaterials durch den Geldgeber finanziert werden. Sollte ein Projekt mit kostenaufwendigerer Finanzierung ausgewählt werden, so hat die Einrichtung hierfür selbst die Gelder zu organisieren (z.B. über Eltern oder Sponsoren). Darüber hinaus hat die Einrichtung die Kosten für das Material aus dem Ernährungsführerschein zu tragen (je ein Paket pro Schulklasse pro Einrichtung notwendig).

3) Unterrichtung der Lehrer

Es findet eine gemeinsame Unterrichtung der Biologie- bzw. Sachkunde-Lehrer der Einrichtung durch den betreuenden Arzt, den Ernährungsberater und Übungsleiter im Rahmen eines Vortrags mit Diskussion während einer 2 x 45-minütigen Veranstaltung statt (einmalig gemeinsam mit dem Projekt-Teil Bewegung). Das Material hierzu ist im Anhang gelistet. Die Veranstaltung ist für die Lehrer verpflichtend. Ebenfalls verpflichtend ist eine 2 x 45-minütige Abschlussbesprechung für den betreuenden Lehrer mit dem betreuenden Arzt, Ernährungsberater und Übungsleiter nach Beendigung des Programms (einmalig gemeinsam mit dem Projekt-Teil Bewegung). Hier wird auch

gemeinsam festgelegt, wie das Element gesunde Ernährung langfristig in den Konzeption der Einrichtung verankert werden kann.

4) Unterrichtung der Eltern

In einer 2 x 45-minütigen Abendveranstaltung werden die Erziehungsberechtigten durch den Ernährungsberater und Übungsleiter im Rahmen eines Kurzvortrags mit Diskussion unterrichtet (einmalig gemeinsam mit dem Projekt-Teil Bewegung). Das Material hierzu ist im Anhang gelistet. Eine Teilnahme des betreuenden Lehrers der Schulklasse ist verpflichtend. Der Vortrag kann zur Erhöhung der Teilnahme im Rahmen einer Sonderaktion stattfinden. Vorgeschlagen werden:

- Gemeinsames Frühstück oder Buffet
- Ausstellung gesunde Ernährung
- Theateraufführung
- Kochkurs

Diese Sonderaktionen können auch gemeinsam mit den Kindern stattfinden. Die Planung und Organisation der Sonderaktion unterliegt dem betreuenden Lehrer. Die Finanzierung ist durch die Einrichtung selbst oder die Eltern zu tragen.

5) Erstellung eines Verpflegungskonzeptes für die Einrichtung

Gemeinsam mit der für die Verpflegung zuständigen Person (bei Mittagsverpflegung) und den Lehrern gibt der betreuende Ernährungsberater während eines 45-minütigen Treffens den Anstoß für ein Konzept für die Mittagsverpflegung. Material hierzu ist im Anhang gelistet. In diesem Treffen wird auch ggf. ein Konzept für eine Verpflegung im Kiosk angeregt. Hier ist im Anschluss an die Anregungen durch den Ernährungsberater ein selbstständiges Weiterarbeiten in der Einrichtung mit dem empfohlenen Material geplant.

6) Evaluation des Programms

Die Erhebung der Daten zur Evaluation wird in den Treffen mit den Lehrern besprochen. Der betreuende Lehrer verpflichtet sich, aktiv bei der Befragung der Kinder, Lehrer und der Eltern mitzuwirken.

Nach Aufklärung und Einverständnis der Eltern werden die Kinder schriftlich zu ihren Ernährungsgewohnheiten befragt (Bogen gestaltet nach dem Fragebogen der St. Theresia Gemeinschaftsgrundschule Köln, überarbeitet nach der ersten Evaluation). Die Befragung der Eltern erfolgt nach einem Fragebogen, der im Klinikum der Universität München von Herrn Prof. Dr. med. Berthold Koletzko entwickelt wurde (siehe Anhang Evaluation, überarbeitet nach der ersten Evaluation). Darüber hinaus werden die Lehrer gebeten, die Fragebögen der Medusana-Stiftung zu beantworten. Diese sind von Herrn Dr. Settertobulte des Studiengangs Gesundheitswissenschaften der Universität Bielefeld entwickelt worden (siehe Anhang). Ebenfalls von Herrn Dr. Settertobulte ist der Quizbogen zur Ernährung, den die Kinder nach Beendigung des Projektes ausfüllen. Die Auswertung der Fragebögen erfolgt durch einen Studenten der Fachhochschule Münster oder der Deutschen Sporthochschule Köln unter Anleitung durch den betreuenden Arzt.

Zusammenfassung: Verpflichtungen für die Einrichtung im Bereich Ernährung

- Langfristige Verankerung des Elements gesunde Ernährung in der Einrichtungskonzeption. Hierzu ist es für die Nachhaltigkeit des Programms sehr wichtig, dass die beteiligten Lehrer am Unterricht teilnehmen, um Unterrichtsinhalte zu erlernen und in anderen Klassen später eigenständig durchführen zu können. Beim Ernährungsführerschein wirken die beteiligten Lehrer am Unterricht mit und führen entsprechende Vor- und Nacharbeiten durch.
- Elternbeteiligung an den Kosten für das kalte Buffet und die Nahrungsmittel für den Unterricht. Die übrigen Kosten für die Nahrungsmittel trägt die Einrichtung.
- Zur Verfügung-Stellung der benötigten Räumlichkeiten durch die Einrichtung und Gewährung von Zutritt für die Teilnehmenden.
- Verpflichtende Teilnahme der Biologie- bzw. Sachkunde-Lehrer an ihrer Unterrichtung zu Beginn des Programms.
- Verpflichtende Teilnahme des betreuenden Lehrers an der Veranstaltung zur Unterrichtung der Eltern zu Beginn der Veranstaltung, aktive Organisation und Gestaltung der Veranstaltung, Übernahme der Kosten für die Veranstaltung durch die Einrichtung oder die Eltern.
- Erwerb des aid-Ernährungsführerschein-Pakets durch den Lehrer auf Kosten der Einrichtung
- Verpflichtende Teilnahme des betreuenden Lehrers an der Abschlussbesprechung.
- Verpflichtende Teilnahme der für die Verpflegung zuständigen Person (bei Mittagsverpflegung) und der Lehrer an der Entwicklung eines Konzeptes zur gesunden Mittags- und Pausenverpflegung.
- Aktive Mitwirkung des betreuenden Lehrers an der Evaluation (Versenden und Ausfüllen von Fragebögen).
- Verpflichtung des betreuenden Lehrers pro Schulhalbjahr auf Kosten der Einrichtung eventuell stattfindende Netzwerkveranstaltungen zu besuchen.
- Die Einrichtung erhält am Ende des Projektes eine Teilnahmeurkunde am Projekt „Gesund und Fit im Kreis Olpe“.

Zusammenfassung: Inhalt des Teil-Projektes Ernährung

- 7 x 2 Unterrichtsstunden + 3 Erweiterungsunterrichtsstunden für die Kinder einer Schulklasse durch den Ernährungsberater.
- 2 Unterrichtsstunden für die Eltern durch den Ernährungsberater und Übungsleiter (einmalig gemeinsam mit dem Projekt-Teil Bewegung).
- 2 Unterrichtsstunden für die Lehrer zu Beginn und Abschlussbesprechung zu Ende des Programms durch den Arzt, Ernährungsberater und Übungsleiter (für beide Veranstaltungen je 2 x 45 Minuten, jeweils einmalig und gemeinsam mit dem Projekt-Teil Bewegung).
- 1 Unterrichtsstunde für die Lehrer und der für die Verpflegung zuständigen Person zur Erstellung es Verpflegungskonzeptes gemeinsam mit dem Ernährungsberater.
- 1 verpflichtender Projekttag, organisiert und gestaltet durch den betreuenden Lehrer, Finanzierung durch die Einrichtung (wahlweise aus dem Projekt-Teil Ernährung oder Bewegung).

- Ausfüllen von Fragebögen für Eltern, Lehrer und Kinder unter Mitwirkung des betreuenden Lehrers.
- Auswertung und Evaluation durch die Fachhochschule Münster oder die Deutsche Sporthochschule Köln unter Anleitung durch den Arzt.
- Verpflichtung des betreuenden Lehrers, Arztes und Ernährungsberaters pro Schulhalbjahr eventuell stattfindende Netzwerkveranstaltungen zu besuchen. Übernimmt der Arzt auch die Betreuung des Bewegungs-Teilprojektes, so ist pro Gesamtprojekt nur eine Fortbildung verpflichtend. Die Kosten für die Veranstaltung, Anfahrt und Verpflegung müssen selbst organisiert werden. Insgesamt ist nur die Teilnahme eines Lehrers (entweder aus dem Projekt-Teil Ernährung oder Bewegung) an den Veranstaltungen verpflichtend.
- Fahrkosten, Vorbereitungskosten und Praxisausfallgebühren werden für den Arzt und Ernährungsberater nicht gesondert über den Geldgeber erstattet.

B) Bereich Bewegung

Das Projekt basiert auf 6 Säulen:

- Unterrichtung der Kinder
- Sonderaktionen
- Unterrichtung der Erzieher
- Unterrichtung der Eltern
- Erstellung eines Konzeptes für aktive Pausengestaltung und Information über mögliche Unterrichtsgestaltung und außerschulische Angebote durch den KreisSportBund Olpe e.V.
- Evaluation des Projektes

1) Unterrichtung der Kinder

Durch einen vom Landesportbund anerkannten Übungsleiter oder Motopäden soll in der Einrichtung für Schulklasse 2 x 2 Unterrichtsstunden (je 45 Minuten) gegeben werden. In der Folge soll die weitere Unterrichtung durch den betreuenden Sportlehrer erfolgen. Hierzu wird dem Übungsleiter folgendes Unterrichtsmaterial zur Verfügung gestellt:

- Aid: Kinderbewegungspyramide
- Aid: Ernährung und Sport
- Aid: Über Milchpiraten und Limokönige: Bewegungskartei
- Medipäds Praxisbuch
- Gesund-macht-Schule Praxisbeispiele

Ferner soll innerhalb des Bewegungsunterrichts ein Anti-Streß-Training durchgeführt werden. Es ist wichtig für die Nachhaltigkeit des Programms, dass die beteiligten Lehrer am Unterricht der Kinder anwesend sind.

Die Finanzierung der Sachmittel und der Personalressourcen soll über den Geldgeber erfolgen. Zur Finanzierung gehört eine einmalig anzuschaffende Grundausstattung und eine Folgeausstattung für jede Einrichtung (siehe Anhang) für die Arbeit des Übungsleiters. Diese bleiben im Besitz des Fachdienstes Gesundheit und Verbrau-

cherschutz und können dort für die Arbeit nach Bedarf ausgeliehen werden. Die Grundausrüstung wurde bereits finanziert.

2) Sonderaktionen

Diese Aktionen sollen von dem betreuenden Sportlehrer geplant werden. Die Durchführung einer Aktion pro Einsatz in der Einrichtung ist für diese verpflichtend (wahlweise aus dem Bereich Ernährung oder Bewegung). Als mögliche Aktionen werden vorgeschlagen:

- Tanz-AG
- Pausenhofumgestaltung
- Theateraufführung mit Bewegung
- Zirkusprojekt
- Waldspiele: Rallye, Schnitzeljagd
- Sauerstoffsafari durch den Körper
- Die 7 Hanseaten: Anti-Stress-Training
- Projektwoche

Diese Sonderaktionen können auch gemeinsam mit den Eltern stattfinden. Im Materialordner findet sich eine Auflistung von Unterrichtsmaterial, das jeweils für diese Aktionen eingesetzt oder bestellt werden kann (Liste siehe Anhang). Pro Einrichtung sollen insgesamt 50,00 Euro (Ernährung + Bewegung) zur Finanzierung individuell ausgewählten Sondermaterials durch den Geldgeber finanziert werden. Sollte ein Projekt mit kostenaufwendigerer Finanzierung ausgewählt werden, so hat die Einrichtung hierfür selbst die Gelder zu organisieren (z.B. über Eltern oder Sponsoren).

3) Unterrichtung der Sportlehrer

Es findet eine gemeinsame Unterrichtung der Sportlehrer durch den Arzt, den Übungsleiter und den Ernährungsberater im Rahmen eines Vortrags mit Diskussion während einer 2 x 45-minütigen Veranstaltung statt (einmalig gemeinsam mit dem Projekt-Teil Ernährung). Das Material hierzu ist im Anhang gelistet. Die Veranstaltung ist für den Sportlehrer verpflichtend. Ebenfalls verpflichtend ist eine 2 x 45-minütige Abschlussbesprechung von dem betreuenden Lehrer mit dem betreuenden Arzt und Übungsleiter nach Beendigung des Programms (einmalig gemeinsam mit dem Projekt-Teil Ernährung). Hier wird auch gemeinsam festgelegt, wie das Element Bewegung langfristig in der Konzeption der Einrichtungen verankert werden kann.

4) Unterrichtung der Eltern

In einer 2 x 45-minütigen Abendveranstaltung werden die Erziehungsberechtigten durch den Übungsleiter und den Ernährungsberater im Rahmen eines Kurzvortrags mit Diskussion unterrichtet (einmalig gemeinsam mit dem Projekt-Teil Ernährung). Das Material hierzu ist im Anhang gelistet. Eine Teilnahme des betreuenden Sportlehrers der Projektgruppe ist verpflichtend. Der Vortrag kann zur Erhöhung der Teilnahme im Rahmen einer Sonderaktion stattfinden. Vorgeschlagen werden:

- Übungen zur Bewegung und Entspannung
- Ausstellung Bewegungsprojekt
- Theateraufführung

- Ausflug: Wandern

Diese Sonderaktionen können auch gemeinsam mit den Kindern stattfinden. Die Planung und Organisation der Sonderaktion unterliegt dem betreuenden Sportlehrer. Eventuell entstehende Kosten haben die Einrichtung oder die Eltern zu tragen.

5) Erstellung eines Konzeptes für Sonstige Angebote für die Einrichtung

Gemeinsam mit den Sportlehrern erstellt der betreuende Übungsleiter während eines 2 x 45-minütigen Treffens ein Konzept für eine aktive Pausengestaltung und informieren über mögliche Gestaltungen des Bewegungsunterrichtes und außerschulische Angebote durch den KreisSportBund Olpe e.V.

6) Evaluation des Programms

Die Erhebung der Daten zur Evaluation wird in den Treffen mit den Lehrern besprochen. Der betreuende Sportlehrer verpflichtet sich, aktiv bei der Befragung der Kinder, Lehrer und der Eltern mitzuwirken.

Als möglichen Vorschlag für den Bewegungsunterricht stellt der Übungsleiter den betreuenden Sportlehrern u.a. einen Fitnesstest mit den Kindern vor. Der Fitnesstest wurde im Rahmen der CHILT-Studie von der Deutschen Sporthochschule Köln entwickelt. (siehe Anhang Evaluation). Ansprechpartner ist Frau Prof. Dr. Graf. Es handelt sich um den Dordel-Koch-Test zur Erfassung der motorischen Leistungsfähigkeit bei Kindern und Jugendlichen. Die Befragung der Eltern erfolgt gemeinsam mit dem Teilbereich Ernährung nach einem Fragebogen, der im Klinikum der Universität München von Herrn Prof. Dr. med. Berthold Koletzko entwickelt wurde (siehe Anhang Evaluation, überarbeitet nach der ersten Evaluation). Darüber hinaus finden Befragungen der Lehrer durch Evaluationsbögen der Medusana-Stiftung statt. Diese wurden von Herrn Dr. Settertobulte vom Studiengang Gesundheitswissenschaften der Universität Bielefeld entwickelt. Ebenfalls ausgefüllt werden Quizbögen zum Thema Bewegung nach Beendigung des Projektes durch die Schüler. Die Auswertung der Fragebögen erfolgt durch einen Studenten der Fachhochschule Münster oder der Deutschen Sporthochschule Köln unter Anleitung durch den betreuenden Arzt für den Teilbereich Bewegung.

Zusammenfassung: Verpflichtungen für die Einrichtung im Bereich Bewegung

- Langfristige Verankerung des Elements Bewegung in der Einrichtungskonzeption. Hierzu ist es sehr wichtig für die Nachhaltigkeit des Programms, dass die beteiligten Lehrer am Unterricht der Kinder teilnehmen, um Unterrichtsinhalte zu erlernen und später in anderen Klassen selbständig zu unterrichten.
- Zur Verfügung-Stellung der benötigten Räumlichkeiten durch die Einrichtung und Gewährung von Zutritt für die Teilnehmenden.
- Verpflichtende Teilnahme der Sportlehrer an ihrer Unterrichtung zu Beginn des Programms.
- Verpflichtende Teilnahme des betreuenden Sportlehrers an der Veranstaltung zur Unterrichtung der Eltern zu Beginn der Veranstaltung, aktive Organisation und Gestaltung der Veranstaltung. Die Einrichtung oder Eltern übernehmen evt. anfallende Kosten für die Veranstaltung.

- Verpflichtende Teilnahme des betreuenden Sportlehrers an der Abschlussbesprechung.
- Aktive Mitwirkung des betreuenden Sportlehrers an der Evaluation (Versenden und Ausfüllen von Fragebögen).
- Verpflichtende Teilnahme der Sportlehrer an der Entwicklung eines Konzeptes zur aktiven Pausengestaltung.
- Verpflichtung der Einrichtung zur Organisation und Gestaltung eines Projekttags pro Projekt auf eigene Kosten (wahlweise aus dem Bereich Ernährung oder Bewegung).
- Verpflichtung des betreuenden Lehrers pro Schulhalbjahr an eventuell stattfindenden Netzwerkveranstaltungen auf Kosten der Einrichtung teilzunehmen.
- Die Einrichtung erhält am Ende des Projektes eine Teilnahmeurkunde am Projekt „Gesund und Fit im Kreis Olpe“.

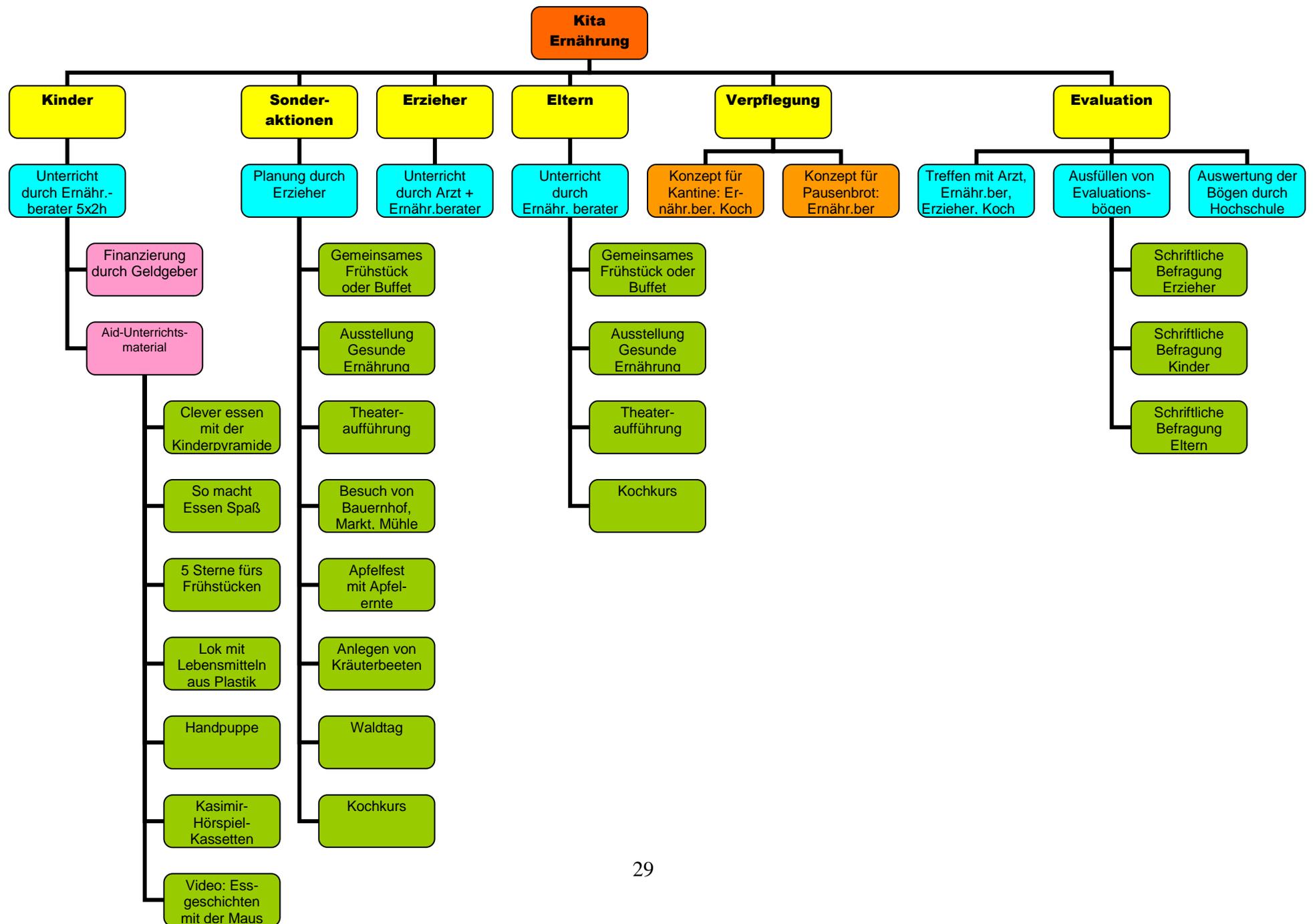
Zusammenfassung: Inhalt des Teil-Projektes Bewegung

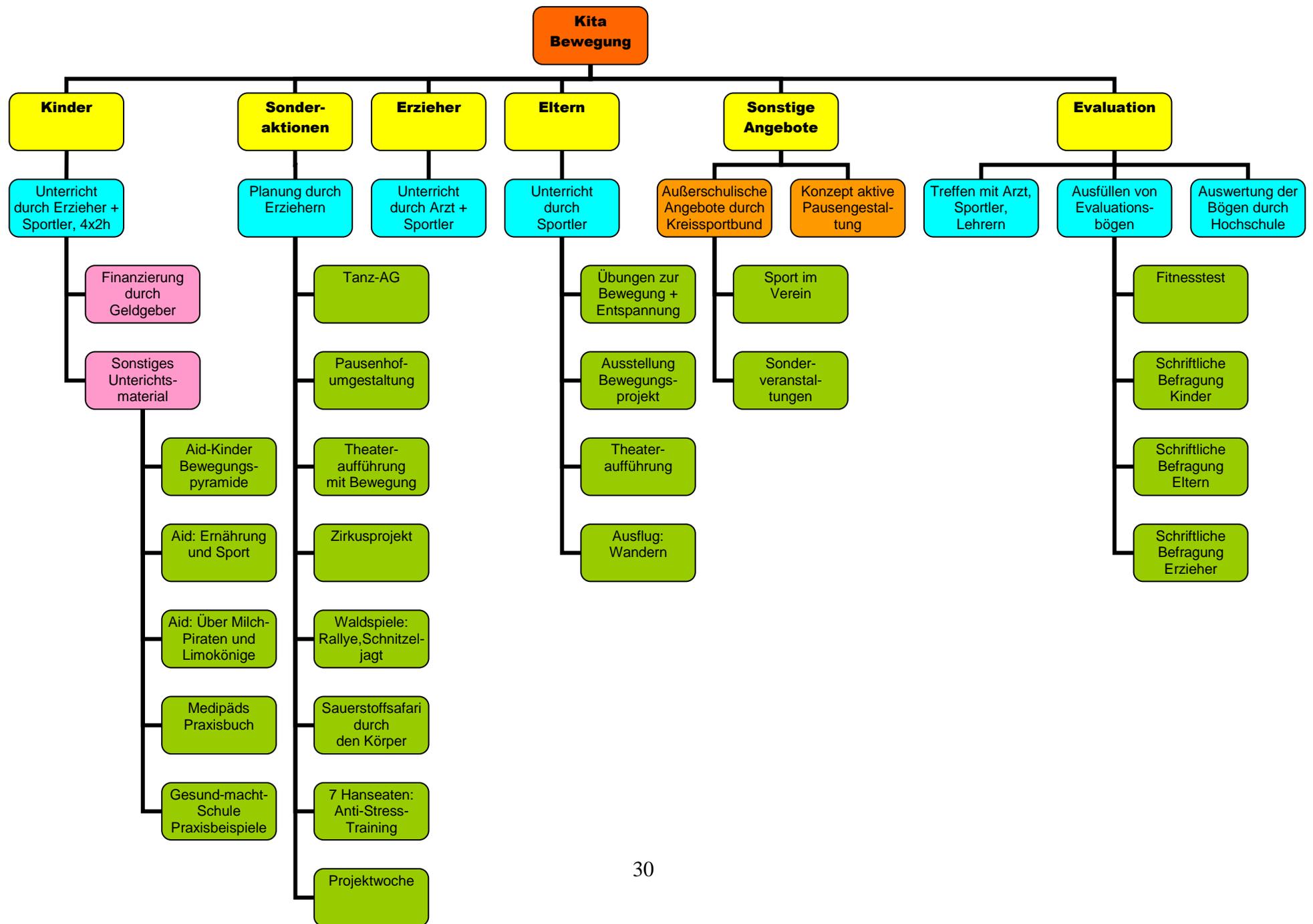
- 2 x 2 Unterrichtsstunden für die Kinder einer Schulklasse durch den Übungsleiter.
- 2 Unterrichtsstunden für die Eltern durch den Übungsleiter und Ernährungsberater (einmalig gemeinsam mit dem Projekt-Teil Ernährung).
- 2 Unterrichtsstunden für die Sportlehrer zu Beginn und Abschlussbesprechung zu Ende des Programms durch den Arzt, Übungsleiter und Ernährungsberater (für beide Veranstaltungen je 2 x 45 Minuten, jeweils einmalig und gemeinsam mit dem Projekt-Teil Ernährung).
- 2 Unterrichtsstunden für die Sportlehrer zur Erstellung des Konzeptes zur aktiven Pausengestaltung gemeinsam mit dem Übungsleiter.
- 1 Projekttag, organisiert und gestaltet durch den betreuenden Sportlehrer.
- Ausfüllen und Versenden von Fragebögen durch den betreuenden Sportlehrer.
- Auswertung und Evaluation durch die Fachhochschule Münster unter Anleitung durch den Arzt.
- Verpflichtung des betreuenden Lehrers und Arztes pro Schulhalbjahr an eventuell stattfindenden Netzwerkveranstaltungen teilzunehmen. Übernimmt der Arzt auch die Betreuung des Ernährungs-Teilprojektes, so ist pro Gesamtprojekt nur eine Fortbildung verpflichtend. Die Kosten für die Veranstaltung, Anfahrt und Verpflegung müssen selbst organisiert werden. Insgesamt ist nur die Teilnahme eines Lehrers (entweder aus dem Projekt-Teil Ernährung oder Bewegung) an den Veranstaltungen verpflichtend.
- Fahrkosten, Vorbereitungskosten und Praxisausfallgebühren werden für den Arzt und Übungsleiter nicht gesondert über den Geldgeber erstattet.

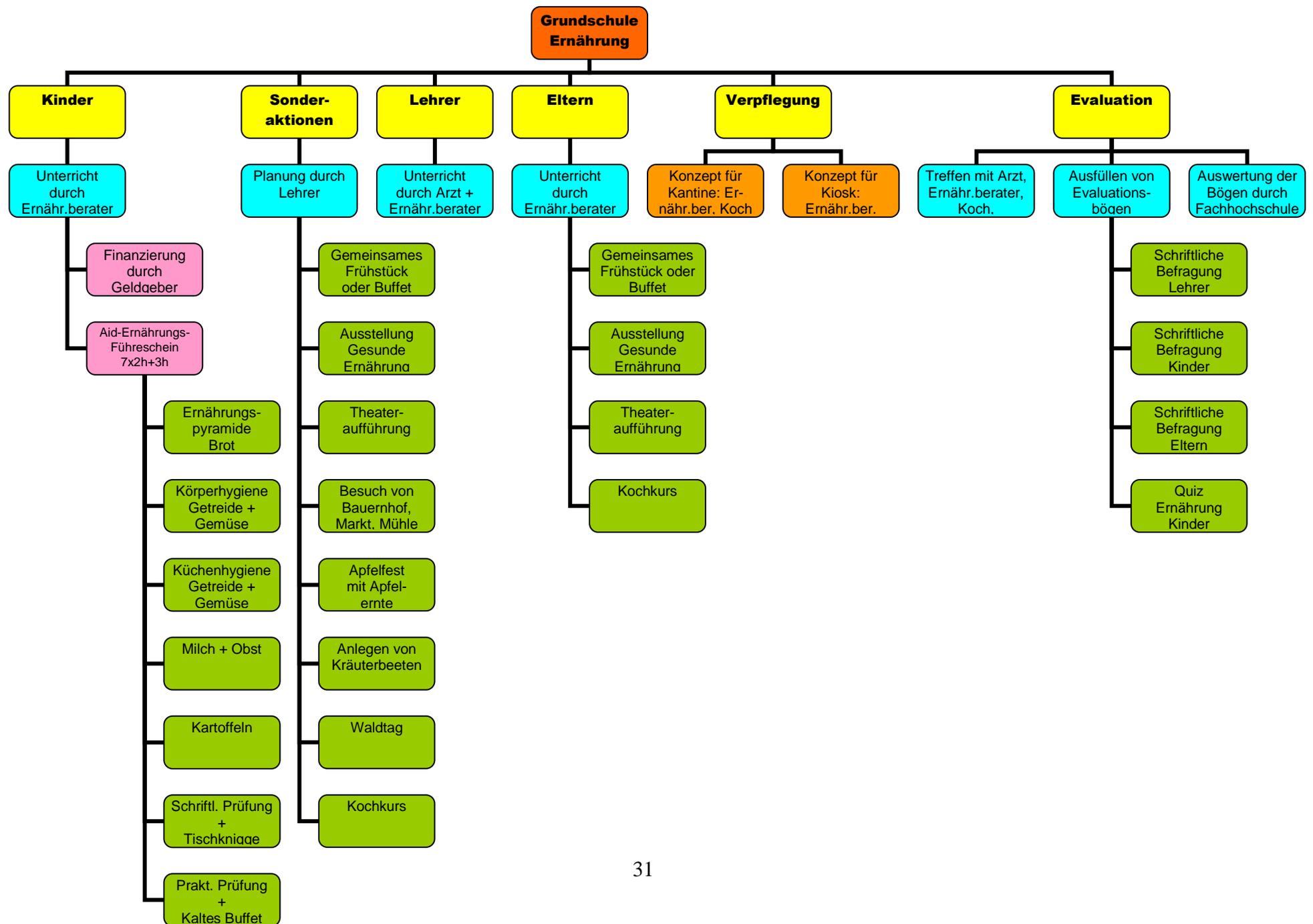
Finanzierung des Projektes „Gesund und Fit im Kreis Olpe“ für Grundschulen

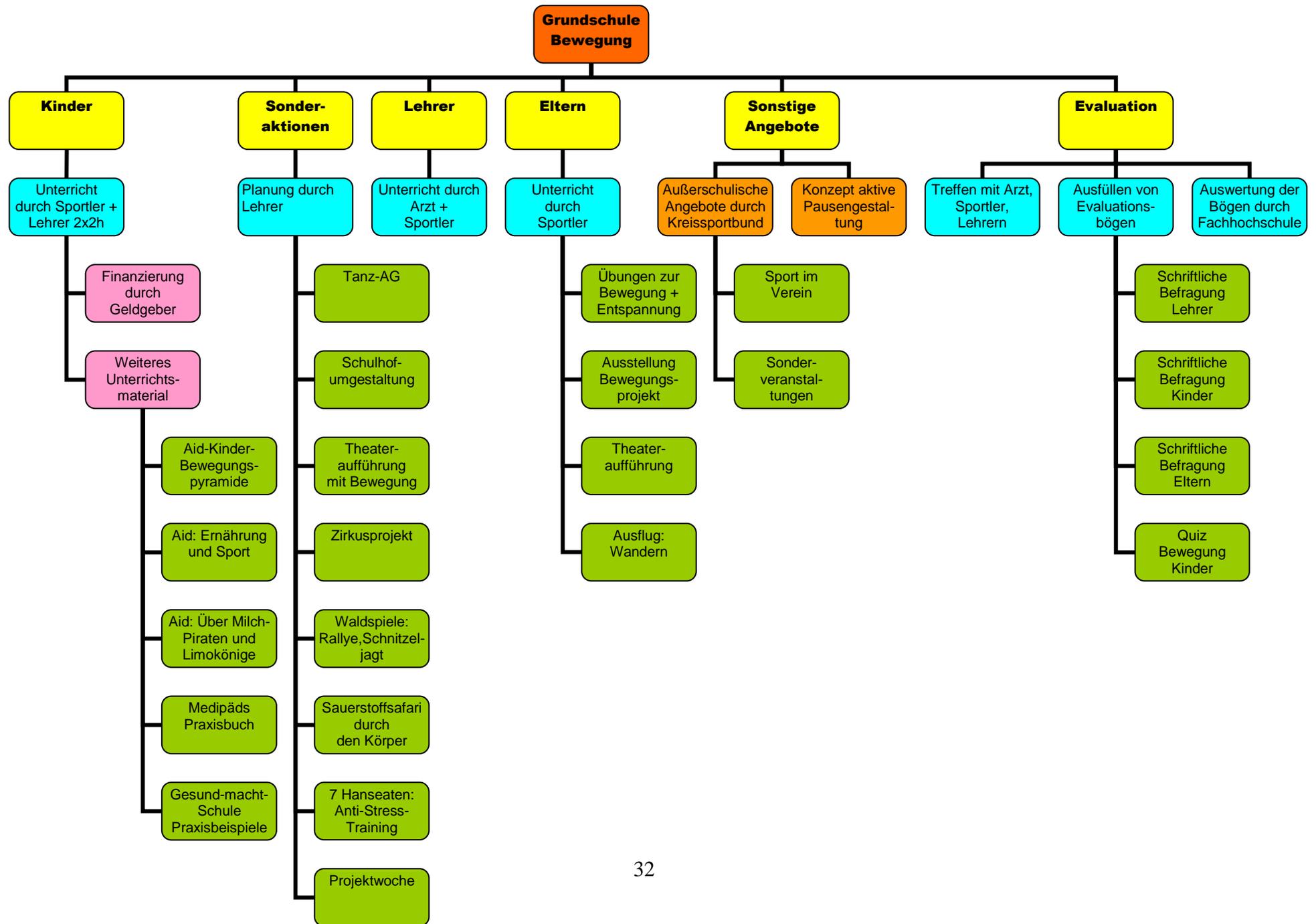
Für die jeweilige Einrichtung entstehen außer für den individuell wählbaren Projekttag, die Nahrungsmittel und Elternabende keine Kosten bis auf das Material für den Ernährungsführerschein. Der Geldgeber finanziert die anfallenden Personalkosten und die Kosten für die Folgeausstattung. Die Kosten der Grundausrüstung fallen nur ein einziges Mal für das Gesamtkonzept an (Auflistung der Kosten siehe Anhang). Die Grundausrüstung wurde bereits finanziert. Bei den Personalkosten erfolgte eine Orientierung an den Stundensätzen der Krankenkassen. Der Satz beträgt 35,00 Euro pro 60 Minuten. Eine Unterrichtsstunde beträgt 45 Minuten. Die Abrechnung erfolgt jeweils zum Projektende (am Ende des Schuljahres). Bei obiger Aufstellung entstehen für die Teilprojekte Ernährung und Bewegung Personalkosten in der Höhe von insgesamt 1050 Euro. Zusätzlich entstehen Folgekosten von 50 Euro pro Einrichtung für Sonderaktionen und Lebensmittel. Die Bestellung für die Sonderaktionen wird vom Ernährungsberater und Übungsleiter mit dem betreuenden Arzt abgestimmt, der das Material in Folge für das Projekt inventarisiert. Der **Gesamtbetrag pro Einrichtung** liegt damit bei rund **1100 Euro**.

Organigramme zum Projekttablauf









Grund- und Folgeausstattung für Kindertages- einrichtungen

Einmalige Grundausrüstung für Programm für Kindertageseinrichtungen:

Anschauungs- und Spielmaterial

Handpuppe von Living Puppets	79,00 Euro
Holzzug mit 8 Wagons	90,00 Euro
Holzlebensmittel	80,00 Euro
Papplebensmittel	10,00 Euro
Lebensmittelkörbchen	3,00 Euro
8 Sortierkörbchen	8,00 Euro
Aufbewahrungsbox mit Deckel	7,00 Euro

Gesamtbetrag	277,00 Euro
--------------	-------------

Didaktisches Material

Aid: Abenteuer mit Kasimir, 6 Kassetten á 4,50 Euro	27,00 Euro
Aid: Singen mit Kasimir, 1 Kassette + 1 CD	12,50 Euro
Aid: Ess- und Trinkgeschichten mit der Maus, Video	20,50 Euro
Aid: Richtig essen mit Kasimir, Kartenspiel	4,00 Euro
Aid: Bettina im Schlaraffenland, Heft	3,00 Euro
Aid: Die Kinder-Bewegungspyramide	3,00 Euro
Aid: Esspedition Kindergarten: Ideen + Materialien	25,00 Euro
Aid: Speisenplanung in der Gemeinschaftsverpflegung	9,50 Euro
Aid: Planung kleiner Küchen in Schulen, Kitas und Heimen	7,50 Euro

Aid: Über Milchpiraten und Limokönige – Ernährungs- Und Bewegungskartei	34,50 Euro
Buch „Bert der Gemüsekobold“	13,70 Euro
Versandkosten	6,00 Euro
<hr/>	
Gesamtbetrag	166,20 Euro

Insgesamt entstehen einmalig Kosten in Höhe von circa 443,20 Euro.

Folgekosten in jeder Einrichtung

Einmalig entstehen Folgekosten in jeder Einrichtung von 50 Euro, für die individuell ausgewählt Material für Sonderaktionen (siehe Liste Anhang) bestellt werden kann.

Die gesamte durch den Geldgeber finanzierte Ausstattung verbleibt im Besitz des Fachdienstes Gesundheit und Verbraucherschutz des Kreises Olpe, damit sie auch für andere Einrichtungen eingesetzt werden kann.

Anmerkung: Ggf. können sich die Preise mittlerweile geändert haben.

Grund- und Folgeausstattung für Grundschulen

Einmalige Grundausrüstung für Programm in der Grundschule

Aid: Esspedition Schule: Ideen + Materialien	25,00 Euro
Aid: Das beste Essen für Kinder: Folien/CD-ROM	25,00 Euro
Aid: Essen und Trinken in Schulen	25,00 Euro
Aid: Essen und Trinken in Tageseinrichtungen für Kinder	25,00 Euro
Aid: Esspedition Küche	3,00 Euro
Aid: Die Kinder-Bewegungspyramide	3,00 Euro
Aid: Ernährungsführerschein, Medienpaket	40,00 Euro
Gesamtbetrag	146,00 Euro

Einmalig entstehen weiterhin Folgekosten in jeder Schulklasse von 50,00 Euro, für die individuell ausgewählt Material für Sonderaktionen (siehe Liste Anhang) bestellt werden kann.

Die Kosten für das Aid-Ernährungsführerschein-Medienpaket trägt die Einrichtung selbst. Führerscheindokumente (30 Stück für 7,50 Euro), Prüfungsfragebögen (30 Stück für 6,00 Euro) und Elternbriefe (10 Stück, kostenfrei) können auf Kosten der Einrichtung bei Aid je nach Bedarf nachgekauft werden.

Die Gesamtkosten pro Schulklasse betragen damit für die Grundausrüstung 146,50 Euro.

Die gesamte durch den Geldgeber finanzierte Ausstattung verbleibt im Besitz des Fachdienstes Gesundheit und Verbraucherschutz des Kreises Olpe, damit sie auch für andere Einrichtungen eingesetzt werden kann.

Anmerkung: Ggf. können sich die Preise mittlerweile geändert haben.

Evaluationsbögen für Kindertages- einrichtungen

Formular zur Selbstevaluation des Kita – Projekts

Wir wollten ... (Thema des Projekts, zusätzliche Angebote, Aktionen, usw.)
Was wurde genau gemacht? Siehe Konzeptschrift Elternabend durchgeführt am: Projekttag durchgeführt am: Inhalt des Projekttages:
Was haben wir als Ergebnis erwartet? Siehe Konzeptschrift Waren die Erwartungen an den Erfolg angemessen und erreichbar? <input type="checkbox"/> Ja <input type="checkbox"/> Nein
Wurde das angestrebte Ziel erreicht? <input type="checkbox"/> Vollständig <input type="checkbox"/> Teilweise <input type="checkbox"/> Nein
Was ist gut gelaufen? (Was hat zum Erfolg maßgeblich beigetragen?)
Was ist nicht so gut gelaufen? (Was hat den Erfolg gefährdet?)
Ist der Prozess wiederholbar oder übertragbar? <input type="checkbox"/> Ja <input type="checkbox"/> Nein Wurden die Elemente Ernährung und Bewegung langfristig in der Einrichtungskonzeption etabliert?: <input type="checkbox"/> Ja <input type="checkbox"/> Nein
Was wollen wir beim nächsten Mal anders machen?

Fragebogen zur Wirkung des Projektes in der Kita

Um die Arbeit an Ihrer Kita zu untersuchen, möchten wir Sie bitten den folgenden kurzen Fragebogen zu beantworten. Bitte kreuzen Sie jeweils an, was nach Ihrer persönlichen Meinung zutrifft. Bitte nutzen Sie ggf. auch die Möglichkeit, Ihre angekreuzte Antwort kurz schriftlich zu kommentieren.

1. Wie gut sind Sie über Arbeit des KITA-Teams an Ihrer Kita informiert?

₄ sehr gut ₃ gut ₂ teilweise gut ₁ weniger gut ₀ nicht gut ₀ weiß nicht

Kommentar:

2. Wie beurteilen Sie die Arbeit des KITA-Teams an Ihrer Kita?

₄ sehr gut ₃ gut ₂ teilweise gut ₁ weniger gut ₀ nicht gut ₀ weiß nicht

Kommentar:

3. Die vermittelten Inhalte der KITA-Projekte und Unterrichtseinheiten finde ich ...

₄ sehr gut ₃ gut ₂ teilweise gut ₁ weniger gut ₀ nicht gut ₀ weiß nicht

Kommentar:

4. Die Mitwirkung der Ärztin/des Arztes im KITA-Team finde ich ...

₄ sehr gut ₃ gut ₂ teilweise gut ₁ weniger gut ₀ nicht gut ₀ weiß nicht

Kommentar:

5. Die Mitwirkung der/des Ernährungsberater(s)/in im KITA-Team finde ich ...

₄ sehr gut ₃ gut ₂ teilweise gut ₁ weniger gut ₀ nicht gut ₀ weiß nicht

Kommentar:

6. Die Mitwirkung der/ Übungsleiter/in im KITA-Team finde ich ...

₄ sehr gut ₃ gut ₂ teilweise gut ₁ weniger gut ₀ nicht gut ₀ weiß nicht

Kommentar:

7. Die Elternarbeit des KITA-Teams finde ich ...

₄ sehr gut ₃ gut ₂ teilweise gut ₁ weniger gut ₀ nicht gut ₀ weiß nicht

Kommentar:

8. Die Kontinuität der KITA-Projekte finde ich ...

₄ sehr gut ₃ gut ₂ teilweise gut ₁ weniger gut ₀ nicht gut ₀ weiß nicht

Kommentar:

Unabhängig von anderen Bemühungen um die Schulgesundheit:

Wie schätzen Sie die Auswirkungen der Arbeit des KITA-Teams an Ihrer Kita auf die folgenden Aspekte ein? Welche Effekte würden Sie dem KITA-Team zuschreiben?

9. Die Auswirkungen der Arbeit des KITA-Teams auf das Interesse der Kinder an gesundheitsbezogenen Themen.

_0 kein Effekt _1 geringer Effekt _2 mittlerer Effekt _3 deutlicher Effekt _0 weiß nicht

Kommentar:

10. Die Auswirkungen der Arbeit des KITA-Teams auf das gesundheitsbezogene Verhalten der Kinder.

_0 kein Effekt _1 geringer Effekt _2 mittlerer Effekt _3 deutlicher Effekt _0 weiß nicht

Kommentar:

11. Die Auswirkungen der Arbeit des KITA-Teams auf die Motivation der Kinder zum Lernen.

_0 kein Effekt _1 geringer Effekt _2 mittlerer Effekt _3 deutlicher Effekt _0 weiß nicht

Kommentar:

12. Die Auswirkungen der Arbeit des KITA-Teams auf das soziale Klima (Miteinander) in der Gruppe.

_0 kein Effekt _1 geringer Effekt _2 mittlerer Effekt _3 deutlicher Effekt _0 weiß nicht

Kommentar:

13. Die Auswirkungen der Arbeit des KITA-Teams auf das Kinder-Erzieher Verhältnis.

_0 kein Effekt _1 geringer Effekt _2 mittlerer Effekt _3 deutlicher Effekt _0 weiß nicht

Kommentar:

14. Die Auswirkungen der Arbeit des KITA-Teams auf die Behandlung des Themas Gesundheit in der Kita.

_0 kein Effekt _1 geringer Effekt _2 mittlerer Effekt _3 deutlicher Effekt _0 weiß nicht

Kommentar:

15. Die Auswirkungen der Arbeit des KITA-Teams auf das Interesse bzw. Engagement der Eltern an den Kita-spezifischen Belangen ihrer Kinder.

_0 kein Effekt _1 geringer Effekt _2 mittlerer Effekt _3 deutlicher Effekt _0 weiß nicht

Kommentar:

16. Die Auswirkungen der Arbeit des KITA-Teams auf die Erziehergesundheit.

₀ kein Effekt ₁ geringer Effekt ₂ mittlerer Effekt ₃ deutlicher Effekt ₀ weiß nicht

Kommentar:

17. Die Auswirkungen der Arbeit des KITA-Teams auf das pädagogische Kitaprogramm.

₀ kein Effekt ₁ geringer Effekt ₂ mittlerer Effekt ₃ deutlicher Effekt ₀ weiß nicht

Kommentar:

Herzlichen Dank für Ihre Mitarbeit!

Gesund und Fit im Kreis Olpe
Ernährungs- und Bewegungskonzept für den Primär- und Elementarbereich

Liebe Eltern,

durch die Kommunale Gesundheitskonferenz des Kreises Olpe wurde ein Projekt in Auftrag gegeben mit der Zielsetzung, ein Handlungskonzept zur Verbesserung des Ernährungs- und Bewegungsverhaltens bei Kindern zu entwickeln. In den letzten Jahren haben die Mitglieder der Projektgruppe ein umfangreiches und spezifisches Konzept entwickelt. Dieses wurde in einer Pilotphase getestet und soll nun in der Einrichtung, die Ihr Kind besucht finanziert und umgesetzt werden.

Eine Gruppe in der Einrichtung erhält in diesem Kitajahr Ernährungs- und Bewegungsunterricht durch eine Ernährungsberaterin und eine/n Übungsleiter/in des Kreissportbundes. Darüber hinaus werden die Erzieher, Lehrer und Eltern geschult. Es erfolgt auch eine Evaluation des Projektes über die Fachhochschule Münster oder die Deutsche Sporthochschule Köln. Bitte teilen Sie der Einrichtung mit, ob Ihr Kind ggf. an einer Lebensmittelallergie oder Lebensmittelunverträglichkeit leidet.

Die Elternschulung und Information zum Projekt findet **am um Uhr** in der Einrichtung statt. Sie steht unter dem Motto:

Interaktiver Erlebnisparkours für alle Sinne

- Was Sie schon immer zur gesunden Ernährung und Bewegung wissen wollten -

- Wir bieten Spiel, Spaß, Spannung und jede Menge Infos -

Wir freuen uns sehr über Ihre Teilnahme. Bitte füllen sie die Teilnahmebestätigung aus und geben sie Ihrem Kind mit in die Einrichtung.

Mit freundlichen Grüßen

Im Auftrag



(Dr. med. Adams)
Fachärztin für Öffentliches Gesundheitswesen
Ärztin für Gesundheitsförderung und Prävention

Teilnahmeerklärung

Name des Erziehungsberechtigten:

Name des Kindes:

An der Elternschulung zum Projekt „Gesund und Fit im Kreis Olpe“ am _____ um
Uhr

nehme ich mit insgesamt _____ Personen teil.

nehme ich nicht teil.

Unterschrift:

Ort:

Datum:

Elternbefragung zu Beginn des Projektes „Gesund und Fit im Kreis Olpe“

Liebe Eltern,

die Gesundheit von Kindern wird stark von ihrem Lebensumfeld beeinflusst. Dazu zählen vor allem die Ernährung aber auch das Bewegungs- und Freizeitverhalten der Kinder. Deshalb führt der Kreis Olpe eine Elternbefragung im Rahmen eines Projektes in ausgewählten Einrichtungen durch. Ziel dieser Befragung ist es zu prüfen, ob das Ernährungsverhalten und das Freizeitverhalten von Ihnen einen Einfluss auf das Ihrer Kinder hat.

Wir möchten Sie daher herzlich bitten, uns zu unterstützen und an der Befragung zu Beginn des Projektes teilzunehmen. Ihre Teilnahme ist selbstverständlich freiwillig. Wenn Sie den Fragebogen nicht ausfüllen, entstehen Ihnen keinerlei Nachteile. Die Daten, die bei dieser Befragung über Sie und Ihr Kind erhoben werden, unterliegen den datenschutzrechtlichen Vorschriften. Die Ergebnisse der Untersuchung werden ohne jeden Personenbezug veröffentlicht.

Falls Sie Fragen zur Studie oder zu dem Fragebogen haben, steht Ihnen als Ansprechpartnerin Frau Dr. Adams vom Fachdienst Gesundheit und Verbraucherschutz des Kreises Olpe, Telefon 02761/81-435, gerne zur Verfügung.

Mit freundlichen Grüßen
Im Auftrag



(Dr. med. Adams)
Fachärztin für Öffentliches Gesundheitswesen
Ärztin für Gesundheitsförderung und Prävention

Elternfragebogen

Einrichtung:

Kodierung:

Datum:

1) Wie viele Portionen (jeweils eine Kinderhand voll) Gemüse isst Ihr Kind pro Tag?

Keine 1-2 2-3 3 oder mehr

2) Wie viele Portionen (jeweils eine Kinderhand voll) Obst isst Ihr Kind pro Tag?

Keine 1-2 2-3 3 oder mehr

3) Was und wie viel trinkt Ihr Kind im Durchschnitt?

Getränk	selten oder nie	wöchentlich	täglich
Leitungswasser, Mineralwasser, ungezuckerter Tee	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Gezuckerter Tee, Eistee	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Fruchtsaft oder Fruchtsaftschorle	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Softdrinks (z.B. Limonade, Cola)	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

4) Wie viele Stunden verbringt Ihr Kind durchschnittlich vor einem Bildschirm (Fernseher, Computer)?

	Wochentag	Wochenende
Keine	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Weniger als eine Stunde pro Tag	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
1 bis 3 Stunden pro Tag	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
3 bis 5 Stunden pro Tag	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
mehr als 5 Stunden pro Tag	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

5) Wie häufig ...

	täglich	wöchentlich	seltener	nie
...treibt Ihr Kind Sport in einem Verein?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
...treibt Ihr Kind Sport außerhalb eines Vereins?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

6) Wieviele Stunden...

	0	1-3	3-6	mehr als 6
...treibt Ihr Kind wöchentlich Sport?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

Herzlichen Dank für die Beantwortung der Fragen!

Fragebogen für Kinder

Einrichtung:

Gruppe:

Name:

Datum:

1. Frühstückst du morgens, bevor du zur Kita gehst?

immer oft selten nie

2. Nimmst Du ein Frühstück mit in die Kita?

immer oft selten nie

3. Trinkst du etwas, bevor du morgens zur Kita gehst?

immer oft selten nie

4. Was trinkst du morgens vor der Kita?

Wasser Saft oder Schorle Milch

Kakao Tee ungezuckert Tee gezuckert oder Eistee

sonstiges gar nichts Softdrinks (z.B. Cola, Limonade)

**5. Was isst Du morgens zum Frühstück, bevor Du in die Kita gehst ?
x kreuze an**

Nahrungsmittel	regelmäßig	manchmal	nie
Obst (z.B. Beeren, Apfel, Banane) oder Gemüse (z.B. Paprika, Tomate, Möhren)			
Herzhaft belegtes Brötchen oder Brot (z.B. mit Wurst, Käse)			
Süß belegtes Brötchen oder Brot (z.B. mit Nutella, Marmelade)			
Vollkorn- oder Roggenbrot/ Vollkorn- oder Roggenbrötchen oder Mehrkornbrötchen			
Helles Brot oder helles Brötchen			
Gebäck (z.B. Croissant, Kuchen, Waffeln, Pfannekuchen) oder Süßigkeiten (z.B. Milchschnitte)			
Müsli/ Cerealien (z.B. Cornflakes) süß			
Müsli/ Cerealien (z.B. Cornflakes) ungezuckert			
Fruchtjogurt			
Naturjogurt			
Ei/ Rührei/ Spiegelei			

6. Was nimmst du zum Frühstück in die Kita mit?

x kreuze an

Nahrungsmittel	regelmäßig	manchmal	nie
Obst (z.B. Beeren, Apfel, Banane) oder Gemüse (z.B. Paprika, Tomate, Möhren)			
Herzhaft belegtes Brötchen oder Brot (z.B. mit Wurst, Käse)			
Süß belegtes Brötchen oder Brot (z.B. mit Nutella, Marmelade)			
Vollkorn- oder Roggenbrot/ Vollkorn- oder Roggenbrötchen oder Mehrkornbrötchen			
Helles Brot oder helles Brötchen			
Gebäck (z.B. Croissant, Kuchen, Waffeln, Pfannekuchen) oder Süßigkeiten (z.B. Milchschnitte)			
Müsli/ Cerealien (z.B. Cornflakes) süß			
Müsli/ Cerealien (z.B. Cornflakes) ungesüßert			
Fruchtjogurt			
Naturjogurt			
Ei/ Rührei/ Spiegelei			

Aufnahme von Adresdaten der Kinder

Einrichtung:

Gruppe:

Datum:

Kind	Name	Anschrift	Geburts-Datum
1			
2			
3			
4			
5			
6			
7			
8			
9			
10			
11			

12			
13			
14			
15			
16			
17			
18			
19			
20			
21			
22			
23			
24			
25			
26			
27			
28			

29			
30			
31			
32			
33			
34			
35			
36			
37			
38			
39			
40			



Aufgrund der motorischen Entwicklungsstufen der Kinder können unterschiedliche Jolinchen-Sportabzeichen erworben werden:

Mini - Jolinchen-Sportabzeichen für Kinder im Alter von 3 - 5 Jahren

und das

Maxi - Jolinchen-Sportabzeichen für Kinder im Alter von 6 - 7 Jahren



Infos und Tipps

Detaillierte Informationen zum Jolinchen-Sportabzeichen sowie zu den Inhalten erhalten Sie in der Geschäftsstelle des KreisSportBundes Olpe unter Tel. 02761/943377.

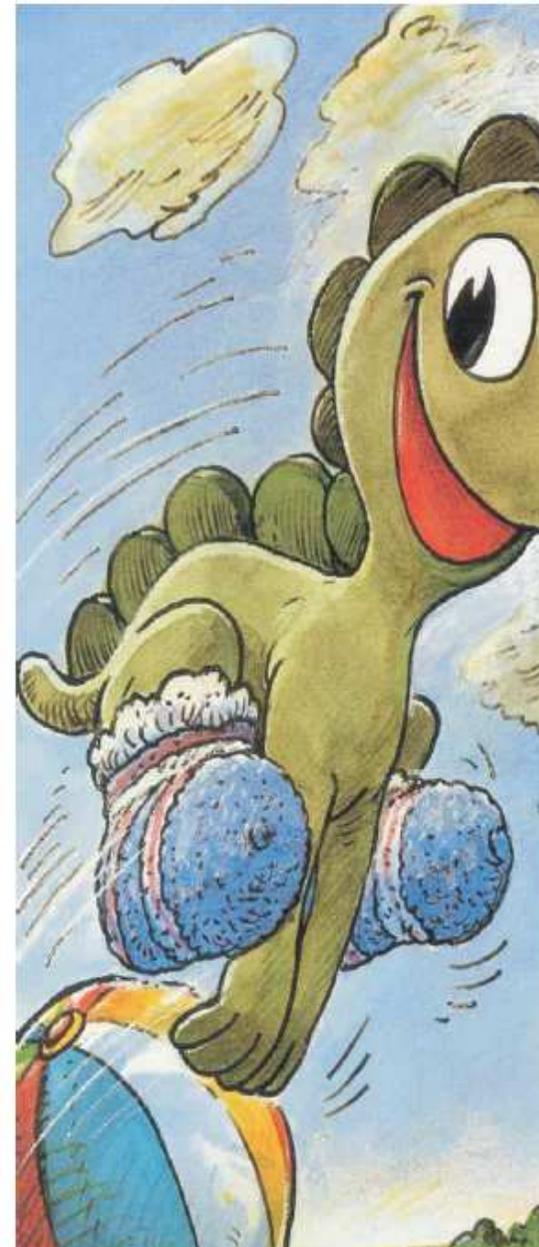
KreisSportBund Olpe
- Geschäftsstelle -
Im Dohm 3

57462 Olpe

www.ksb-olpe.org

Sportjugend
für den KreisSportBund Olpe

KreisSportBund



KreisSportBund



WIR SIND
IN
BEWEGUNG!

**Jolinchen
Sport-
abzeichen**

AOK
Die Gesundheitskasse.



Tradition im KreisSportBund Olpe

Der KSB Olpe e.V. kann auf eine lange und erfolgreiche Tradition im Sportabzeichen - Wettbewerb auf Landesebene im LSB NRW zurückblicken. Seit mehr als 25 Jahren steht der KSB Olpe in NRW ohne Unterbrechung in der Siegerliste der Kreissportbünde des LSB auf den vorderen Plätzen. Dies beweist die generationsübergreifende Kontinuität in der Betreuung des Sportabzeichens bei uns im Kreis Olpe.

Jährlich werden zumeist mehr als 2450 Sportabzeichen durch den KSB Olpe vergeben. Hierbei stellen die Schulen traditionsgemäß den Hauptanteil an Abnahmen.

Mehr als 80 engagierte Sportabzeichenprüfer sorgen Jahr für Jahr für reibungslosen Ablauf und sind Garant und Grundlage für die hohen Teilnehmerzahlen.

Die Sportabzeichen-Idee

Das Deutsche Sportabzeichen ist das zeitgemäße Fitnessprogramm für die moderne Gesellschaft. Es hilft, die Gesundheit zu erhalten und ist das "Topmodell" des Breitensports, das jährliche Krankheitskosten in Milliardenhöhe erspart.

Neben der Fitness werden auch Selbstbewusstsein, Wohlbefinden, Aktivität und persönliche Ausstrahlung gefördert; und dies wirkt sich natürlich positiv auf alle Lebensbereiche aus.

Das Sportabzeichen kann unabhängig vom Lebensalter erworben werden. Einzige bisherige Einschränkung: das Sportabzeichen kann frühestens ab dem achten Lebensjahr absolviert werden. Wir sind der Überzeugung, dass hiermit bereits früher begonnen werden sollte.

Warum das "Jolinchen-Sportabzeichen"?

Die Idee des Deutschen Sportabzeichens ist die Förderung von Fitness und Gesundheit durch die regelmäßige, systematische Vorbereitung auf die Prüfung.

Ziel des Jolinchen-Sportabzeichens ist das behutsame, kindgerechte und spielerische Heranführen der Kinder an Bewegung, Spiel, und Sport - und natürlich an das klassische Sportabzeichen.



Allgemeine Empfehlungen zur Abnahme des Jolinchen-Sportabzeichens:



- Das Jolinchen Sportabzeichen ist geschlechtsunabhängig.
- Es soll kein leistungsorientiertes Abnahmeverfahren wie beim klassischen Sportabzeichen erfolgen.
- Der Spaß und die Freude an der Bewegungsvielfalt steht im Vordergrund.

- Eine würdige Ehrung zum Abschluss gehört unabdingbar zum Erfolg des Jolinchen-Sportabzeichens.
- Die Einbeziehung von Eltern, Lehrern und Betreuern ist wünschenswert.



Jolinchen-Sportabzeichen für Sportvereine, Schulen und Kindergärten



Testprotokoll der Jolinchen

zur Erfassung der motorischen Leistungsfähigkeit bei Kindern

Name, Vorname: _____	Testdatum: _____
Geschlecht: Junge ____ Mädchen ____	Uhrzeit: _____
Geburtsdatum: _____	KiGa: _____
Körpergröße in cm: _____	Gruppe: _____
Gewicht in kg: _____	Sonstiges: _____

		geschafft	bedingt geschafft	nicht geschafft
Werfen-Schockwurf (beide Hände)	Material: Softbälle, Gymnastikbälle, Schaumstoffbälle, Beispiel: Schockwurf auf eine Gymnastikmatte Schockwurf zu einem dicht stehenden Betreuer, ... Schockwurf auf Kegel, die auf einer Bank, etc. stehen, Abstand ca. 1 m			
Balancieren breite Balancierfläche	Material: Bänke, Teppichband (20cm breit) Beispiel: Balancieren über eine oder mehrere Bänke (breite Seite) Balancieren über ein Teppichband Anmerkung: Balancieren kann mit als auch ohne Handfassung erfolgen, sollte jedoch kurzfristig selbstständig möglich sein			
Laufen - Bewegen	Beispiel: Stalomlaufen um Hütchen (evtl. mit Begleitperson) Sellauf (aus Seilen/Tauen wird eine Straße ausgelegt) Linienlaufen Transportlauf (kleine Gegenstände von A nach B transportieren und z.B. in einem kl. Kasten/Elmer ablegen) Streckenlänge 7-10 m Anmerkung: Linien und auch die Sellaufstrasse lassen sich gut mit Kreppband auf den Boden aufkleben			
Niedersprung baldbeinig	Beispiel: Niedersprung von einer Bank, Kasten, Treppenstufe,			



	Anmerkung: Ein Geräteaufbau sollte so gewählt werden, dass die Kinder unterschiedliche Sprunghöhen zur Verfügung haben (z.B. Kastentreppe). Mit/ohne Handfassung			
Werfen-Zielwurf (1-2 m, Standstellung)	Material: kleine Softbälle, Tennisbälle, ... Beispiel: durch einen aufgehängten Gymnastikreifen in einen Kasten oder Eimer Dosenwerfen/Schmusetter abwerfen Kegel von einem Kasten werfen,			
Werfen-Weitwurf (4-5 m)	Beispiel: über eine Markierung am Boden, über einen flachen Kastendeckel,...			
Balancieren-mit Drehung um die Längsachse	Material: Bänke, Teppichband (15 cm breit) Übungs-Schwebebalken Beispiel: Balancieren über eine o. mehrere umgedrehte Bänke Balancieren über eine schiefe Ebene (breite Fläche der Bänke) Balancieren über den Übungs-Schwebebalken Balancieren s.o. mit Übersteigen eines kleinen Hindernisses (z.B. gefaltetes Handtuch, Seil, Bierdeckel, ...) Anmerkung: Balancieren sollte selbstständig oder nur kurzfristig mit Handfassung erfolgen.			
Roller - Rolle vorwärts die Rückenlage	Beispiel: eine schiefe Ebene herunterrollen (Variation: untersch. Neigungsgrade der Ebene) Von einem Kastenoberteil auf einer geraden Ebene rollen			
Laufen-Laufparcours/ Laufspiele	Beispiel: Kombination versch. Laufspiele kleine Fangspiele, Laufen zur Musik Stop and go Spiele ~ 4 - 5 Minuten			
Überspringen-beidbeinig	Beispiel: Springen in Gymnastikreifen, von Matte zu Matte (~40 cm Abstand) versch. Hüpfspiele, z.B. Sackhüpfen etc.			
Werfen-Weitwurf mit Vorstellen eines Fußes	Material: kleine Softbälle, Tennisbälle, Socken mit Ball, Beispiel: über einen hohen Kasten, Tor, über ein aufgespanntes Seil, ... Anmerkung: Alternative Wurfgegenstände z.B. Socken nutzen, Ball mit Schweiß, ...			

I

Balancieren mit Einbeinstand	Material: Bänke, Teppichband (15 cm breit) Übungs-Schwebelbalken Beispiel: Balancieren über eine o. mehrere umgedrehte Bänke Balancieren über eine schiefe Ebene (umgedrehte Bänke) Balancieren über den Übungs-Schwebelbalken Balancieren s.o. mit Überstegen eines kleinen Hindernisses (z.B. gefaltetes Handtuch, Sell, Bierdeckel,...) Anmerkung: Balancieren sollte selbstständig erfolgen			
Rollen-Rolle vorwärts in den Sitz	Beispiel: eine schiefe Ebene herunterrollen (Variation: unterschiedliche Neigungsgrade der Ebene) auf einer geraden Ebene rollen			
Laufen-längeres Laufen	Beispiel: Hindernisparcours Laufen zur Musik Anmerkung: Dauer ~ 7 - 10 Min.			
Überspringen-einbeinig	Beispiel: Springen über eine Mattenlücke (Abstand ~ 50 cm) Springen aus dem Laufen über versch. flache Hindernisse z. B. Bierdeckelreihe, Selle, Schuhkarton,... Anmerkung: der Bereich Laufen und Überspringen lässt sich gut durch Einbindung in eine Spielform oder eine Geschichte kombinieren			

Evaluationsbögen für Grundschulen

Formular zur Selbstevaluation des Gesund und Fit-Projekts

Wir wollten ... (Thema des Projekts, zusätzliche Angebote, Aktionen, usw.)
Was wurde genau gemacht? Siehe Konzeptschrift Elternabend durchgeführt am: Projekttag durchgeführt am: Inhalt des Projekttages: Angebot im Rahmen der OGS: ja <input type="checkbox"/> nein <input type="checkbox"/> Angebot als Unterrichtsprojekt: ja <input type="checkbox"/> nein <input type="checkbox"/> Schultyp: <input type="checkbox"/> Grundschule oder <input type="checkbox"/> Förderschule
Was haben wir als Ergebnis erwartet? Siehe Konzeptschrift Waren die Erwartungen an den Erfolg angemessen und erreichbar? <input type="checkbox"/> Ja <input type="checkbox"/> Nein
Wurde das angestrebte Ziel erreicht? <input type="checkbox"/> Vollständig <input type="checkbox"/> Teilweise <input type="checkbox"/> Nein
Was ist gut gelaufen? (Was hat zum Erfolg maßgeblich beigetragen?)
Was ist nicht so gut gelaufen? (Was hat den Erfolg gefährdet?)
Ist der Prozess wiederholbar oder übertragbar? <input type="checkbox"/> Ja <input type="checkbox"/> Nein Wurden die Elemente Ernährung und Bewegung langfristig in der Einrichtungskonzeption etabliert?: <input type="checkbox"/> Ja <input type="checkbox"/> Nein
Was wollen wir beim nächsten Mal anders machen?

Fragebogen zur Wirkung des Gesund und Fit- Projektes in der Schule

Um die Arbeit an Ihrer Schule zu untersuchen, möchten wir Sie bitten den folgenden kurzen Fragebogen zu beantworten. Bitte kreuzen Sie jeweils an, was nach Ihrer persönlichen Meinung zutrifft. Bitte nutzen Sie ggf. auch die Möglichkeit, Ihre angekreuzte Antwort kurz schriftlich zu kommentieren.

1. Wie gut sind Sie über Arbeit des Gesund und Fit -Teams an Ihrer Schule informiert?

₄ sehr gut ₃ gut ₂ teilweise gut ₁ weniger gut ₀ nicht gut ₀ weiß nicht

Kommentar:

2. Wie beurteilen Sie die Arbeit des Gesund und Fit –Teams an Ihrer Schule?

₄ sehr gut ₃ gut ₂ teilweise gut ₁ weniger gut ₀ nicht gut ₀ weiß nicht

Kommentar:

3. Die vermittelten Inhalte der Gesund und Fit - Projekte und Unterrichtseinheiten finde ich ...

₄ sehr gut ₃ gut ₂ teilweise gut ₁ weniger gut ₀ nicht gut ₀ weiß nicht

Kommentar:

4. Die Mitwirkung der Ärztin/des Arztes im Gesund und Fit –Team finde ich ...

₄ sehr gut ₃ gut ₂ teilweise gut ₁ weniger gut ₀ nicht gut ₀ weiß nicht

Kommentar:

5. Die Mitwirkung der/des Ernährungsberater(s)/in im Gesund und Fit –Team finde ich ...

₄ sehr gut ₃ gut ₂ teilweise gut ₁ weniger gut ₀ nicht gut ₀ weiß nicht

Kommentar:

6. Die Mitwirkung der/ Übungsleiter/in im Gesund und Fit –Team finde ich ...

₄ sehr gut ₃ gut ₂ teilweise gut ₁ weniger gut ₀ nicht gut ₀ weiß nicht

Kommentar:

7. Die Elternarbeit des Gesund und Fit –Teams finde ich ...

₄ sehr gut ₃ gut ₂ teilweise gut ₁ weniger gut ₀ nicht gut ₀ weiß nicht

Kommentar:

8. Die Kontinuität der Gesund und Fit – Projekte finde ich ...

₄ sehr gut ₃ gut ₂ teilweise gut ₁ weniger gut ₀ nicht gut ₀ weiß nicht

Kommentar:

Unabhängig von anderen Bemühungen um die Schulgesundheit:

Wie schätzen Sie die Auswirkungen der Arbeit des Gesund und Fit -Teams an Ihrer Schule auf die folgenden Aspekte ein? Welche Effekte würden Sie dem Gesund und Fit -Team zuschreiben?

9. Die Auswirkungen der Arbeit des Gesund und Fit -Teams auf das Interesse der Kinder an gesundheitsbezogenen Themen.

₀ kein Effekt ₁ geringer Effekt ₂ mittlerer Effekt ₃ deutlicher Effekt ₀ weiß nicht

Kommentar:

10. Die Auswirkungen der Arbeit des Gesund und Fit -Teams auf das gesundheitsbezogene Verhalten der Kinder.

₀ kein Effekt ₁ geringer Effekt ₂ mittlerer Effekt ₃ deutlicher Effekt ₀ weiß nicht

Kommentar:

11. Die Auswirkungen der Arbeit des Gesund und Fit -Teams auf die Motivation der Kinder zum Lernen.

₀ kein Effekt ₁ geringer Effekt ₂ mittlerer Effekt ₃ deutlicher Effekt ₀ weiß nicht

Kommentar:

12. Die Auswirkungen der Arbeit des Gesund und Fit -Teams auf das soziale Klima (Miteinander) in der Gruppe.

₀ kein Effekt ₁ geringer Effekt ₂ mittlerer Effekt ₃ deutlicher Effekt ₀ weiß nicht

Kommentar:

13. Die Auswirkungen der Arbeit des Gesund und Fit -Teams auf das Kinder-Erzieher Verhältnis.

₀ kein Effekt ₁ geringer Effekt ₂ mittlerer Effekt ₃ deutlicher Effekt ₀ weiß nicht

Kommentar:

14. Die Auswirkungen der Arbeit des Gesund und Fit -Teams auf die Behandlung des Themas Gesundheit in der Schule.

₀ kein Effekt ₁ geringer Effekt ₂ mittlerer Effekt ₃ deutlicher Effekt ₀ weiß nicht

Kommentar:

15. Die Auswirkungen der Arbeit des Gesund und Fit -Teams auf das Interesse bzw. Engagement der Eltern an den Schul-spezifischen Belangen ihrer Kinder.

₀ kein Effekt ₁ geringer Effekt ₂ mittlerer Effekt ₃ deutlicher Effekt ₀ weiß nicht

Kommentar:

16. Die Auswirkungen der Arbeit des Gesund und Fit -Teams auf die Erziehergesundheit.

₀ kein Effekt ₁ geringer Effekt ₂ mittlerer Effekt ₃ deutlicher Effekt ₀ weiß nicht

Kommentar:

17. Die Auswirkungen der Arbeit des Gesund und Fit -Teams auf das pädagogische Schulprogramm.

₀ kein Effekt ₁ geringer Effekt ₂ mittlerer Effekt ₃ deutlicher Effekt ₀ weiß nicht

Kommentar:

Herzlichen Dank für Ihre Mitarbeit!

Gesund und Fit im Kreis Olpe Ernährungs- und Bewegungskonzept für den Primär- und Elementarbereich

Liebe Eltern,

durch die Kommunale Gesundheitskonferenz des Kreises Olpe wurde ein Projekt in Auftrag gegeben mit der Zielsetzung, ein Handlungskonzept zur Verbesserung des Ernährungs- und Bewegungsverhaltens bei Kindern zu entwickeln. In den letzten Jahren haben die Mitglieder der Projektgruppe ein umfangreiches und spezifisches Konzept entwickelt. Dieses wurde in einer Pilotphase getestet und soll nun in der Einrichtung, die Ihr Kind besucht finanziert und umgesetzt werden.

Eine Schulklasse in der Einrichtung erhält in diesem Schuljahr Ernährungs- und Bewegungsunterricht durch eine Ernährungsberaterin und eine/n Übungsleiter/in des Kreissportbundes. Darüber hinaus werden die Erzieher, Lehrer und Eltern geschult. Es erfolgt auch eine Evaluation des Projektes über die Fachhochschule Münster oder die Deutsche Sporthochschule Köln. Bitte teilen Sie der Einrichtung mit, ob Ihr Kind ggf. an einer Lebensmittelallergie oder Lebensmittelunverträglichkeit leidet.

Die Elternschulung und Information zum Projekt findet **am um Uhr** in der Einrichtung statt. Sie steht unter dem Motto:

Interaktiver Erlebnisparkours für alle Sinne

- Was Sie schon immer zur gesunden Ernährung und Bewegung wissen wollten -

- Wir bieten Spiel, Spaß, Spannung und jede Menge Infos -

Wir freuen uns sehr über Ihre Teilnahme. Bitte füllen sie die Teilnahmebestätigung aus und geben sie Ihrem Kind mit in die Einrichtung.

Mit freundlichen Grüßen

Im Auftrag



(Dr. med. Adams)

Fachärztin für Öffentliches Gesundheitswesen

Ärztin für Gesundheitsförderung und Prävention

Teilnahmeerklärung

Name des Erziehungsberechtigten:

Name des Kindes:

An der Elternschulung zum Projekt „Gesund und Fit im Kreis Olpe“ am um
Uhr

nehme ich mit insgesamt _____ Personen teil.

nehme ich nicht teil.

Unterschrift:

Ort:

Elternbefragung zu Beginn des Projektes „Gesund und Fit im Kreis Olpe“

Liebe Eltern,

die Gesundheit von Kindern wird stark von ihrem Lebensumfeld beeinflusst. Dazu zählen vor allem die Ernährung aber auch das Bewegungs- und Freizeitverhalten der Kinder. Deshalb führt der Kreis Olpe eine Elternbefragung im Rahmen eines Projektes in ausgewählten Einrichtungen durch. Ziel dieser Befragung ist es zu prüfen, ob das Ernährungsverhalten und das Freizeitverhalten von Ihnen einen Einfluss auf das Ihrer Kinder hat.

Wir möchten Sie daher herzlich bitten, uns zu unterstützen und an der Befragung zu Beginn des Projektes teilzunehmen. Ihre Teilnahme ist selbstverständlich freiwillig. Wenn Sie den Fragebogen nicht ausfüllen, entstehen Ihnen keinerlei Nachteile. Die Daten, die bei dieser Befragung über Sie und Ihr Kind erhoben werden, unterliegen den datenschutzrechtlichen Vorschriften. Die Ergebnisse der Untersuchung werden ohne jeden Personenbezug veröffentlicht.

Falls Sie Fragen zur Studie oder zu dem Fragebogen haben, steht Ihnen als Ansprechpartnerin Frau Dr. Adams vom Fachdienst Gesundheit und Verbraucherschutz des Kreises Olpe, Telefon 02761/81-435, gerne zur Verfügung.

Mit freundlichen Grüßen
Im Auftrag



(Dr. med. Adams)
Fachärztin für Öffentliches Gesundheitswesen
Ärztin für Gesundheitsförderung und Prävention

Elternfragebogen

Einrichtung:

Kodierung:

Datum:

6) Wie viele Portionen (jeweils eine Kinderhand voll) Gemüse isst Ihr Kind pro Tag?

Keine 1-2 2-3 3 oder mehr

7) Wie viele Portionen (jeweils eine Kinderhand voll) Obst isst Ihr Kind pro Tag?

Keine 1-2 2-3 3 oder mehr

8) Was und wie viel trinkt Ihr Kind im Durchschnitt?

Getränk	selten oder nie	wöchentlich	täglich
Leitungswasser, Mineralwasser, ungezuckerter Tee	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Gezuckerter Tee, Eistee	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Fruchtsaft oder Fruchtsaftschorle	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Softdrinks (z.B. Limonade, Cola)	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

9) Wie viele Stunden verbringt Ihr Kind durchschnittlich vor einem Bildschirm (Fernseher, Computer)?

	Wochentag	Wochenende
Keine	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Weniger als eine Stunde pro Tag	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
1 bis 3 Stunden pro Tag	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
3 bis 5 Stunden pro Tag	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
mehr als 5 Stunden pro Tag	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

10) Wie häufig ...

	täglich	wöchentlich	seltener	nie
...treibt Ihr Kind Sport in einem Verein?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
...treibt Ihr Kind Sport außerhalb eines Vereins?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

6) Wieviele Stunden...

	0	1-3	3-6	mehr als 6
...treibt Ihr Kind wöchentlich Sport?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

Herzlichen Dank für die Beantwortung der Fragen!

Fragebogen für Kinder

Einrichtung:

Klasse:

Name:

Datum:

7. Frühstückst du morgens, bevor du zur Schule gehst?

immer oft selten nie

8. Nimmst Du ein Frühstück mit in die Schule?

immer oft selten nie

9. Trinkst du etwas, bevor du morgens zur Schule gehst?

immer oft selten nie

10. Was trinkst du morgens vor der Schule?

Wasser Saft oder Schorle Milch

Kakao Tee ungezuckert Tee gezuckert oder Eistee

sonstiges gar nichts Softdrinks (z.B. Cola, Limonade)

**11. Was isst Du morgens zum Frühstück, bevor Du in die Schule gehst ?
x kreuze an**

Nahrungsmittel	regelmäßig	manchmal	nie
Obst (z.B. Beeren, Apfel, Banane) oder Gemüse (z.B. Paprika, Tomate, Möhren)			
Herzhaft belegtes Brötchen oder Brot (z.B. mit Wurst, Käse)			
Süß belegtes Brötchen oder Brot (z.B. mit Nutella, Marmelade)			
Vollkorn- oder Roggenbrot/ Vollkorn- oder Roggenbrötchen oder Mehrkornbrötchen			
Helles Brot oder helles Brötchen			
Gebäck (z.B. Croissant, Kuchen, Waffeln, Pfannekuchen) oder Süßigkeiten (z.B. Milchschnitte)			
Müsli/ Cerealien (z.B. Cornflakes) süß			
Müsli/ Cerealien (z.B. Cornflakes) ungezuckert			
Fruchtjogurt			
Naturjogurt			
Ei/ Rührei/ Spiegelei			

12. Was nimmst du zum Frühstück in die Schule mit?

x kreuze an

Nahrungsmittel	regelmäßig	manchmal	nie
Obst (z.B. Beeren, Apfel, Banane) oder Gemüse (z.B. Paprika, Tomate, Möhren)			
Herzhaft belegtes Brötchen oder Brot (z.B. mit Wurst, Käse)			
Süß belegtes Brötchen oder Brot (z.B. mit Nutella, Marmelade)			
Vollkorn- oder Roggenbrot/ Vollkorn- oder Roggenbrötchen oder Mehrkornbrötchen			
Helles Brot oder helles Brötchen			
Gebäck (z.B. Croissant, Kuchen, Waffeln, Pfannekuchen) oder Süßigkeiten (z.B. Milchschnitte)			
Müsli/ Cerealien (z.B. Cornflakes) süß			
Müsli/ Cerealien (z.B. Cornflakes) ungesüßert			
Fruchtjogurt			
Naturjogurt			
Ei/ Rührei/ Spiegelei			

Aufnahme von Adresdaten der Kinder

Einrichtung:

Klasse/ Gruppe:

Datum:

Kind	Name	Anschrift	Geburts-Datum
1			
2			
3			
4			
5			
6			
7			
8			
9			
10			
11			

12			
13			
14			
15			
16			
17			
18			
19			
20			
21			
22			
23			
24			
25			
26			
27			
28			

29			
30			
31			
32			
33			
34			
35			
36			
37			
38			
39			
40			



Quiz zum Thema Ernährung (Grundschule)

Was weißt du über das Thema Ernährung? Bitte kreuze bei den folgenden Fragen an, was richtig ist! Es können auch mehrere Antworten richtig sein.

1. Wo beginnt die Verdauung deines Essens?

- im Herz
- im Mund
- in der Leber
- im Magen
- Weiß nicht



2. Welche Lebensmittel enthalten besonders viel Fett?

- Schokolade
- Brot
- Obst
- Salat
- Weiß nicht



3. Welche Lebensmittel enthalten besonders viel Eiweiß?

- Fleisch
- Gemüse
- Nudeln
- Süßigkeiten
- Weiß nicht



4. Welche Lebensmittel enthalten besonders viel Zucker?

- Ketchup
- Fisch
- Chips
- Wurst
- Weiß nicht

5. Warum sollte man sich gesund ernähren?



- Damit man körperlich fit bleibt.
- Damit man besser aussieht.
- Damit man keinen Hunger hat.
- Alles trifft zu.
- Weiß nicht

Weiter auf der nächsten Seite! 😊

Bei den folgenden Sätzen sollst Du ankreuzen, ob die Aussage für dich stimmt oder nicht.
Kreuze bitte jeweils nur eins an!

6. Es ist mir wichtig, morgens vor der Schule zu frühstücken.

stimmt gar nicht (0) stimmt manchmal (1) stimmt meistens (2) stimmt immer (3)

7. Ich habe jeden Tag ein Pausenbrot mit in der Schule.

stimmt gar nicht (0) stimmt manchmal (1) stimmt meistens (2) stimmt immer (3)

8. Ich achte darauf, dass ich jeden Tag genug trinke.

stimmt gar nicht (0) stimmt manchmal (1) stimmt meistens (2) stimmt immer (3)

9. Mir ist es wichtig, regelmäßige Mahlzeiten am Tag zu haben.

stimmt gar nicht (0) stimmt manchmal (1) stimmt meistens (2) stimmt immer (3)

10. Ich achte darauf, dass ich genügend Obst oder Gemüse esse.

stimmt gar nicht (0) stimmt manchmal (1) stimmt meistens (2) stimmt immer (3)



Quiz zum Thema **Bewegung und Beweglichkeit** (Grundschule)

Was weißt du über das Thema Bewegung und Beweglichkeit? Bitte kreuze bei den folgenden Fragen an, was richtig ist! Es können auch mehrere Antworten richtig sein.

1. Wie nennt man die Knochen, die den Rücken entlanglaufen?

- Schenkel
- Gerüst
- Wirbelsäule
- Alles trifft zu
- Weiß nicht



2. Wie heißen die Puffer zwischen den einzelnen Rückenwirbeln?

- Bandscheiben
- Bänder
- Sehnen
- Alles trifft zu
- Weiß nicht

3. Was erhält den Rücken gesund?

- Gute Ernährung
- Viel Schlaf
- Viel Bewegung
- Alles trifft zu
- Weiß nicht



4. Was geschieht, wenn man sich über längere Zeit zu wenig bewegt?

- Man verliert Muskeln
- Man speichert Fett
- Man wird kräftiger
- Alles trifft zu
- Weiß nicht

5. Was brauchen Deine Muskeln, um arbeiten zu können?

- Sauerstoff
- Zucker
- Benzin
- Fett
- Alles trifft zu
- Weiß nicht



Weiter geht es auf der nächsten Seite! 😊

Bei den folgenden Sätzen sollst du ankreuzen, ob die Aussage für dich stimmt oder nicht. Kreuze bitte jeweils nur eins an!

6. Ich weiß genau, wie man am besten schwere Gegenstände hochhebt.

- stimmt gar nicht (0) stimmt manchmal (1) stimmt meistens (2) stimmt immer (3)

7. Wenn ich mich angestrengt habe, schlägt mein Herz schneller.

- stimmt gar nicht (0) stimmt manchmal (1) stimmt meistens (2) stimmt immer (3)

8. Ich kenne Übungen, mit denen ich mich gut entspannen kann.

- stimmt gar nicht (0) stimmt manchmal (1) stimmt meistens (2) stimmt immer (3)

9. Wenn ich richtig sitze, kann ich mich in der Schule besser konzentrieren.

- stimmt gar nicht (0) stimmt manchmal (1) stimmt meistens (2) stimmt immer (3)

10. Ich achte darauf, dass meine Schultasche nicht zu schwer zu tragen ist.

- stimmt gar nicht (0) stimmt manchmal (1) stimmt meistens (2) stimmt immer (3)



Testprotokoll der ‚Fitness-Olympiade‘ - DKT

zur Erfassung der motorischen Leistungsfähigkeit bei Jugendlichen

Name, Vorname: _____ _____ Geschlecht: Junge <input type="checkbox"/> Mädchen: <input type="checkbox"/> Geburtsdatum: _____ Körpergröße in cm: _____ Gewicht in kg: _____ Links-/Rechtshänder: _____	Testdatum: _____ Uhrzeit: _____ Schule/ Verein: _____ Schulform: _____ Klasse: _____ Sonstiges: _____ _____
--	---

1. Seitliches Hin- und Herspringen	Jeder beidbeinige Sprung über das Seilchen innerhalb 15 Sekunden wird gezählt.	1. Durchgang: <input type="text"/> <input type="text"/> Sprünge 2. Durchgang: <input type="text"/> <input type="text"/> Sprünge Summe der Sprünge : <input type="text"/> <input type="text"/>
2. Sit and Reach	Nullpunkt ist in Höhe der Ferse; positive Werte (in cm) liegen in der Verlängerung des Beines, Negative werte in Richtung Unterschenkel	Vorzeichen (+ oder -) / cm: <input type="text"/> / <input type="text"/> <input type="text"/>
3. Standweitsprung	Entfernung von der Absprunglinie bis zur Ferse des hinteren Fußes.	1. Versuch: _____ cm 2. Versuch: _____ cm Bester Versuch (cm): <input type="text"/> <input type="text"/> <input type="text"/>
4. Sit-ups	Anzahl der korrekt ausgeführten Sit-ups in 40 Sekunden.	Anzahl: <input type="text"/> <input type="text"/>



5.1 Einbeinstand – quantitativ	Anzahl der Bodenberührungen des Spielbeines während einer Minute Einbeinstand.	Anzahl: <input type="text"/> <input type="text"/>
5.2 Einbeinstand – qualitativ	Beurteilung des Einbeinstandes	a) Welches Bein wird als Standbein genutzt? rechtes Bein <input type="checkbox"/> linkes Bein <input type="checkbox"/> b) Kann der Einbeinstand überwiegend ruhig gehalten werden? Sehr <input type="checkbox"/> nicht so sehr <input type="checkbox"/> gar nicht <input type="checkbox"/> c) Sind Ausgleichsbewegungen mit den Armen zu beobachten? Sehr <input type="checkbox"/> nicht so sehr <input type="checkbox"/> gar nicht <input type="checkbox"/> d) Sind Ausgleichsbewegungen mit dem Spielbein zu beobachten? Sehr <input type="checkbox"/> nicht so sehr <input type="checkbox"/> gar nicht <input type="checkbox"/>
6. Liegestütz	Anzahl der korrekt ausgeführten Liegestütz in 40 Sekunden.	Anzahl: <input type="text"/> <input type="text"/>
7. 6-Minuten-Lauf	Gemessen wird die in sechs Minuten zurückgelegte Strecke in Metern.	Anzahl der Runden: _____ Runden x 54 m + _____ Meter der letzten Runde Gesamt (m): <input type="text"/> <input type="text"/> <input type="text"/> <input type="text"/>

Material für Kindertages- einrichtungen

Material für den Ernährungsunterricht von Kindern in Kindertageseinrichtungen

Fettgedrucktes liegt im Materialordner oder als Material vor.

Aid: Clever essen und trinken mit der aid-Kinderpyramide: Heft

Die Aid-Ernährungspyramide: Didaktisches Poster

Aid: Spiele rund um die Kinderpyramide: Heft

Aid: So macht Essen Spaß für Vorschulkinder: Heft

Aid: 5 Sterne fürs Frühstück: Heft

Holzlok mit 7 Wagons

Künstliche Lebensmittel

8 Sortierkörbchen für die künstlichen Lebensmittel

Handpuppe von Living puppets „Maya“ (über Spielwarenhandel)

Aufbewahrungsbox mit Deckel für Spielsachen zur Ernährung

Aid: Abenteuer mit Kasimir: 6 Kassetten

Aid: Singen mit Kasimir: CD

Aid: Richtig essen mit Kasimir: Kartenspiel

Aid: 5 am Tag Spiel zum Kennenlernen von Gemüse- und Obstarten: Spiel

Aid: Ess- und Trinkgeschichten in der Sendung mit der Maus: Video

Buch „Bert, der Gemüsekobold“ von Julia Volmert und Susanne Szesny

Unser Essen, Ravensburger Buchverlag ISBN 3-473-33262-3, Die Sachbuchreihe ab dem Kindergartenalter

TigerKids 1.4: Der Magische Obstteller*

Tigerkids 1.3: Getränkestation*

TigerKids 3.11.7: Wir sind alle obstfressende Tiger*

TigerKids 1.7: Saisonales Obst oder Gemüse probieren*

TigerKids 3.1: Durchführung von „Die kleine Lok, die alles weiß“*

*Anmerkung: Die Unterlagen von TigerKids sind vertraulich und dürfen in dieser Form offiziell nicht eingesetzt werden.

Material für Sonderaktionen zum Ernährungsprogramm in Kindertageseinrichtungen

Fettgedrucktes liegt im Materialordner vor.

Kochkurs/ Frühstück/ Buffet

Aid: Esspedition Küche: Heft

Ausstellung gesunde Ernährung

Siehe Aid-Info zur Kasimir-Wanderausstellung von Aid

Aid: Richtig essen und trinken mit Kasimir: Kurzbeschreibung der Kasimir-Wanderausstellung: Heft

Aid-Kasimir-Ankündigungsposter zur Wanderausstellung

Aid-Poster zur Kasimir-Wanderausstellung:

Was sollen wir essen?

Woher kommt unser Essen?

Was passiert mit dem Essen in meinem Körper?

Was esse ich zum Frühstück und zum Abendessen?: jeweils Poster

Theateraufführung

Siehe Aid-Info zum „Pappe satt“- Aid-Musical, das gebucht werden kann

Besuch Bauerhof

Aid: Milch und Milcherzeugnisse: Heft

Aid: Experimente rund um Milch und Milchprodukte: Heft

Aid: Käse: Folien und Heft

Aid: Käseherstellung: Poster

Aid: Käsesteckbrief: CD-ROM

Aid: Eier: Heft

Aid: Längsschnitt durch ein Hühnerei: Folien

Aid: Experimente rund ums Ei: Heft

Aid: Fleisch und Fleischerzeugnisse: Heft und Video/DVD

Aid: Experimente rund ums Fleisch: Heft

Aid: Lebensmittel aus ökologischem Landbau: Heft und Folien/CD-ROM

Aid: Ökologischer Landbau – Grundlagen und Praxis: Heft, Video-Kassette, Folien/CD-ROM

Aid: Öko-Landbau für allgemeinbildenden Schulen, CD-ROM

Aid: Vom Biohof in den Handel: Video/DVD

Aid: Wir erkunden einen Bauernhof: Heft

Aid: Erlebnis Bauernhof: Ideen für Aktionen im Kindergarten + Memo-Farm – Das Bauerhof-Legespiel: Medienpaket Einzelbausteine Im Stall, Auf dem Feld, Im Obstgarten, Im Gemüsegarten

Besuch Markt

Aid: Gemüse: Heft

Aid: Obst und Gemüse nach der Ernte – Frische, Qualität, Sicherheit: Heft

Aid: Obst: Heft

Aid: Exoten und Zitrusfrüchte: Heft

Aid: Obst, Exoten und Zitrusfrüchte: CD-ROM

Aid: Experimente rund ums Obst: Heft

Aid: Kartoffeln und Kartoffelerzeugnisse: Heft

Aid: Kartoffeln: Folien

Aid: Experimente rund um die Kartoffel: Heft

Aid: Gemüse und Kartoffeln: CD-ROM

Aid: Steckbrief Gemüse und Salate: CD-ROM

Aid: Experimente rund ums Gemüse: Heft

Besuch Mühle

Aid: Brot- und Kleingebäck: Heft

Aid: Allerlei Kerniges: Vom Korn zum Brot: Heft

Aid: Cerealien & Co: Heft

Aid: Keimlinge: Heft

Aid: Längsschnitt durch ein Getreidekorn: Poster, Folien

Aid: Brot und Kleingebäck: Video/ DVD

Apfelfest mit Apfelernte

Aid: Apfel-Steckbrief: CD-ROM

Anlegen von Kräuterbeeten

Aid: Küchenkräuter und Gewürze: Heft

Aid: Küchenkräuter: Heft

Aid: Heil- und Gewürzpflanzen aus dem eigenen Garten: Heft

Aid: Heil- und Gewürzpflanzen, Poster: Heft

Aid: Kräuter aus dem eigenen Garten: Video/DVD

Aid: Steckbrief Küchenkräuter und Gewürze: CD-ROM

Waldtag

Aid: Ökosystem Wald, Unterrichtsbaustein: Heft

Aid: Naturwaldreservate, Urwald in Deutschland: Heft

Aid: Verantwortung für Generationen (Wald): Video-Kassette

Sonstiges

Aid: Esspedition Kindergarten: Ideen + Materialien: Ringordner

Medipäds: Ernährungsrally

Medipäds: Projekttag Freche Früchtchen – Frühstück für Kernige und Fruchti-ge

TigerKids 3.4.4: Collagen mit Zuckerwürfeln*

TigerKids 2.3 und 3.11: Kasperltheater*

TigerKids2.4: Gemüsetheater*

*Anmerkung: Die Unterlagen von TigerKids sind vertraulich und dürfen in dieser Form offiziell nicht eingesetzt werden.

Material zur Erstellung des individuellen Verpflegungskonzeptes in Kindertageseinrichtungen

Fettgedrucktes liegt im Materialordner vor.

Aid: Verpflegung für Kids in der Kindertagesstätte und Schule: Heft

Aid: optimix Empfehlungen für die Ernährung von Kindern und Jugendlichen: Heft

Leichter, aktiver, gesünder: Tipps für Ernährung und Sport bei Babyspeck und mehr: Heft

Aid: Vollwertig essen und trinken nach den 10 Regeln der DGE: Heft

Aid: Essen und Trinken in Tageseinrichtungen für Kinder: Ringordner

Aid: Das beste Essen für Kinder – praxisnah vermitteln & kreativ präsentieren: Folien/ CD-ROM

Aid spezial: Planung kleiner Küchen in Schulen, Kitas und Heimen: Heft

Aid: Speisenplanung in der Gemeinschaftsverpflegung: Heft

Aid: Essen und Trinken in Schulen: Ringordner

Aid: Der Pausenbrot-Check für Kita und Schule, damit alle Kinder clever frühstücken: Heft

Aid: Wegweiser Schulverpflegung, Essen in Schule und Kita: Heft

Material für Bewegungsprogramm in Kindertageseinrichtungen

Fettgedrucktes liegt im Materialordner vor.

Aid: Die Kinder-Bewegungspyramide: Heft

Aid: Ernährung und Sport: Baustein für die Gestaltung von projektorientiertem Unterricht und Projektwochen: Heft

Aid: Über Milchpiraten und Limokönige – Ernährungs- und Bewegungskartei für den Übergang vom Kindergarten zur Grundschule: Ringordner

Rund um den Sport, Ravensburger Buchverlag, Die Sachbuchreihe ab dem Kindergartenalter: 12,95 Euro

Ökotopia Verlag (www.oekotopia-verlag.de):

Wi-Wa-Wunderkiste (Bewegungsspiele)

Inseln der Entspannung (Entspannungsübungen)

Material für Sonderaktionen zum Bewegungsprogramm in Kindertageseinrichtungen

Fettgedrucktes liegt im Materialordner vor.

Medipäds: Die 7 Hanseaten

Medipäds: Sauerstoffsafari durch den Körper

Medipäds: Haltung, Bewegung und Entspannung

TigerKids 3.11.5: Erlebnisparcour für das Sommerfest*

TigerKids 3.3.5: Apfelmeditation*

Ökotopia Verlag (www.oekotopia-verlag.de):

Wi-Wa-Wunderkiste (Bewegungsübungen)

Inseln der Entspannung (Entspannungsübungen)

*Anmerkung: Die Unterlagen von TigerKids sind vertraulich und dürfen in dieser Form offiziell nicht eingesetzt werden.

Material für Elternunterricht in Kindertageseinrichtungen

Fettgedrucktes liegt im Materialordner vor.

Gesund-macht-Schule: Essen und Ernährung für Ärzte: Heft

Gesund-macht-Schule: Bewegung und Entspannung für Ärzte: Heft

Aid: Das beste Essen für Kinder – praxisnah vermitteln und kreativ präsentieren: Folien/CD-ROM

Material für Unterrichtung der Erzieher in Kindertageseinrichtungen

Fettgedrucktes liegt als Material vor.

Gesund-macht-Schule: Essen und Ernährung für Ärzte: Heft

Gesund-macht-Schule: Bewegung und Entspannung für Ärzte: Heft

Aid: Das beste Essen für Kinder – praxisnah vermitteln und kreativ präsentieren: Folien/CD-ROM

Aid: Erlebnis Bauernhof: Ringordner

Die aid-Ernährungspyramide

Aid: Lebensmittelkarten zum Wandsystem

Aid: Gut gemeint – genial daneben – Ernährungskommunikation in den Lebenswelten junger Menschen: Heft

Aid: Garten, Zwerge & Co. – mein eigener Garten am Computer, Abenteuer mit Kasimir: CD-ROM

Aid: Expedition Haushalt und Alltagskompetenzen für Kinder: Heft

Aid: Der Pausenbrot-Check für Kita und Schule, damit alle Kinder clever frühstücken: Heft

Aid: Kasimirs Supermarkt Rallye: CD-ROM

Aid: Trainermanual Leichter, aktiver, gesünder – interdisziplinäres Konzept für Schulung übergewichtiger oder adipöser Kinder und Jugendlicher

Ökotopia Verlag (www.oekotopia-verlag.de):

Grosse Handpuppen (Anleitung für die Verwendung der Puppen)

Wi-Wa-Wunderkiste (Bewegungsübungen)

Inseln der Entspannung (Entspannungsübungen)

Material für Grundschulen

Material für den Ernährungsunterricht von Kindern in der Grundschule

Fettgedrucktes liegt im Materialordner vor.

Aid: Ernährungsführerschein: Medienpaket

Aid: Führerscheindokument 10er Pack

Aid: Elternbrief 10er Pack

Prüfungsfragebogen 10er Pack

Material für Sonderaktionen zum Ernährungsprogramm in der Grundschule

Fettgedrucktes liegt im Materialordner vor.

Kochkurs/ Frühstück/ Buffet

Aid: Esspedition Küche: Heft

Ausstellung gesunde Ernährung

Siehe Aid-Info zur Kasimir-Wanderausstellung von Aid

Aid: Richtig essen und trinken mit Kasimir: Kurzbeschreibung der Kasimir-Wanderausstellung: Heft

Aid-Kasimir-Ankündigungsposter zur Wanderausstellung: Poster

Aid-Poster zur Kasimir-Wanderausstellung:

Was sollen wir essen?

Woher kommt unser Essen?

Was passiert mit dem Essen in meinem Körper?

Was esse ich zum Frühstück und zum Abendessen?: jeweils Poster

Theateraufführung

Siehe Aid-Info zum „Pappe satt“- Aid-Musical, das gebucht werden kann

Besuch Bauerhof

Aid: Milch und Milcherzeugnisse: Heft

Aid: Experimente rund um Milch und Milchprodukte: Heft

Aid: Käse, Folien und Heft

Aid: Käseherstellung: Poster

Aid: Käsesteckbrief: CD-ROM

Aid: Eier: Heft

Aid: Längsschnitt durch ein Hühnerei: Folien

Aid: Experimente rund ums Ei: Heft

Aid: Fleisch und Fleischerzeugnisse: Heft und Video/DVD

Aid: Experimente rund ums Fleisch: Heft

Aid: Lebensmittel aus ökologischem Landbau: Heft und Folien/CD-ROM

Aid: Ökologischer Landbau – Grundlagen und Praxis: Heft, Video-Kassette, Folien/CD-ROM

Aid: Öko-Landbau für allgemeinbildenden Schulen: CD-ROM

Aid: Vom Biohof in den Handel: Video/DVD

Aid: Wir erkunden einen Bauernhof: Heft

Aid: Erlebnis Bauernhof: Ideen für Aktionen im Kindergarten + Memo-Farm – Das Bauerhof-Legespiel: Medienpaket Einzelbaussteine Im Stall, Auf dem Feld, Im Obstgarten, Im Gemüsegarten

Besuch Markt

Aid: Gemüse: Heft

Aid: Obst und Gemüse nach der Ernte – Frische, Qualität, Sicherheit: Heft

Aid: Obst: Heft

Aid: Exoten und Zitrusfrüchte: Heft

Aid: Obst, Exoten und Zitrusfrüchte: CD-ROM

Aid: Experimente rund ums Obst: Heft

Aid: Kartoffeln und Kartoffelerzeugnisse: Heft

Aid: Kartoffeln: Folien

Aid: Experimente rund um die Kartoffel: Heft

Aid: Gemüse und Kartoffeln: CD-ROM

Aid: Steckbrief Gemüse und Salate: CD-ROM

Aid: Experimente rund ums Gemüse: Heft

Besuch Mühle

Aid: Brot- und Kleingebäck: Heft

Aid: Allerlei Kerniges: Vom Korn zum Brot: Heft

Aid: Cerealien & Co: Heft

Aid: Keimlinge: Heft

Aid: Längsschnitt durch ein Getreidekorn: Poster, Folien

Aid: Brot und Kleingebäck: Video/ DVD

Apfelfest mit Apfelernte

Aid: Apfel-Steckbrief: CD-ROM

Anlegen von Kräuterbeeten

Aid: Küchenkräuter und Gewürze: Heft

Aid: Küchenkräuter: Heft

Aid: Heil- und Gewürzpflanzen aus dem eigenen Garten: Heft

Aid: Heil- und Gewürzpflanzen, Poster: Heft

Aid: Kräuter aus dem eigenen Garten: Video/DVD

Aid: Steckbrief Küchenkräuter und Gewürze: CD-ROM

Waldtag

Aid: Ökosystem Wald, Unterrichtsbaustein: Heft

Aid: Naturwaldreservate, Urwald in Deutschland: Heft

Aid: Verantwortung für Generationen (Wald): Video-Kassette

Sonstiges

Aid: Esspedition Schule: Ideen + Materialien: Ringordner

Medipäds: Ernährungsrally

Medipäds: Projekttag Freche Früchtchen – Frühstück für Kernige und Fruchti-ge

TigerKids 3.4.4: Collagen mit Zuckerwürfeln*

*Anmerkung: Die Unterlagen von TigerKids sind vertraulich und dürfen in dieser Form offiziell nicht eingesetzt werden.

Material zur Erstellung des individuellen Verpflegungskonzeptes in der Grundschule

Fettgedrucktes liegt im Materialordner vor.

Aid: Verpflegung für Kids in der Kindertagesstätte und Schule: Heft

Aid: Essen und Trinken in Schulen: Ringordner mit Checklisten

Aid: optimix Empfehlungen für die Ernährung von Kindern und Jugendlichen: Heft

Leichter, aktiver, gesünder: Tipps für Ernährung und Sport bei Babyspeck und mehr: Heft

Aid: Vollwertig essen und trinken nach den 10 Regeln der DGE: Heft

Aid: Essen und Trinken in Tageseinrichtungen für Kinder: Ringordner

Aid: Das beste Essen für Kinder – praxisnah vermitteln & kreativ präsentieren: Folien/ CD-ROM

Aid spezial: Planung kleiner Küchen in Schulen, Kitas und Heimen: Heft

Aid: Speisenplanung in der Gemeinschaftsverpflegung: Heft

Aid: Essen und Trinken in Schulen: Ringordner

Aid: Wegweiser Schulverpflegung – Essen in Schule und Kita: Heft

Aid: Der Pausenbrot-Check für Kita und Schule, damit alle Kinder clever frühstücken: Heft

Material für Bewegungsprogramm in der Grundschule

Fettgedrucktes liegt im Materialordner vor.

Aid: Die Kinder-Bewegungspyramide: Heft

Aid: Ernährung und Sport: Baustein für die Gestaltung von projektorientiertem Unterricht und Projektwochen: Heft

Aid: Über Milchpiraten und Limokönige – Ernährungs- und Bewegungskartei

DKT-Fitnessstest Manual

Material für Sonderaktionen zum Bewegungsprogramm in der Grundschule

Fettgedrucktes liegt im Materialordner vor.

Medipäds: Die 7 Hanseaten

Medipäds: Sauerstoffsafari durch den Körper

Medipäds: Haltung, Bewegung und Entspannung

TigerKids 3.11.5: Erlebnisparcour für das Sommerfest*

TigerKids 3.3.5: Apfelmeditation*

Ökotopia Verlag (www.oekotopia-verlag.de):

Wi-Wa-Wunderkiste (Bewegungsspiele)

Inseln der Entspannung (Entspannungsübungen)

*Anmerkung: Die Unterlagen von TigerKids sind vertraulich und dürfen in dieser Form offiziell nicht eingesetzt werden.

Material für Elternunterricht in der Grundschule

Fettgedrucktes liegt im Materialordner vor.

Gesund-macht-Schule: Essen und Ernährung für Ärzte: Heft

Gesund-macht-Schule: Bewegung und Entspannung für Ärzte: Heft

Aid: Das beste Essen für Kinder – praxisnah vermitteln und kreativ präsentieren: Folien/CD-ROM

Material für die Unterrichtung von Lehrern und als Unterrichtsmaterial für Lehrer in der Grundschule

Fettgedrucktes liegt als Material vor.

Zur Unterrichtung der Lehrer

Gesund-macht-Schule: Essen und Ernährung für Ärzte: Heft

Gesund-macht-Schule: Bewegung und Entspannung für Ärzte: Heft

Aid: Das beste Essen für Kinder – praxisnah vermitteln und kreativ präsentieren: Folien/CD-ROM

Unterrichtsmaterial für Lehrer

Gesund-macht-Schule: Essen und Ernährung für Lehrer: Heft

Gesund-macht-Schule: Bewegung für Lehrer: Heft

Gesund-macht-Schule: Ernährung in der Offenen Ganztagschule für Lehrer: Heft

Aid: Das beste Essen für Kinder – praxisnah vermitteln und kreativ präsentieren: Folien/CD-ROM

Aid: Trainermanual Leichter, aktiver, gesünder – interdisziplinäres Konzept für Schulung übergewichtiger oder adipöser Kinder

Aid: Nahrung und Verdauung: CD-ROM

Aid: Nahrung und Verdauung – Arbeitsheft: Heft

Aid: Eiweiße in der Ernährung: CD-ROM

Aid: Vitamine und Mineralstoffe: Heft

Aid: Zucker, Sirupe, Honig, Zuckeraustauschstoffe und Süßstoffe: Heft

Aid: Essen geht durch den Magen – die kleine Ernährungslehre: Heft + CD

Aid: Fettbewusst essen - auf die Qualität kommt es an: Heft

Aid: Kennwort Lebensmittel – Basiswissen kompakt: CD

Aid: Projekt Milch Primarstufe: CD

Aid: Schlank, aber krank – Essstörungen: DVD

Aid: Biss für Biss – gesunde Zähne: Heft

Aid: Gut gemeint – genial daneben – Ernährungskommunikation in den Lebenswelten junger Menschen: Heft

Aid: Wie viel esse ich? – Portionen und Portionsgrößen: Heft

Aid: Clevere Durstlöscher – Getränke: Heft

Aid: Expedition Haushalt- und Alltagskompetenzen für Kinder: Heft

Aid: Der Pausenbrot-Check für Kita und Schule, damit alle Kinder clever frühstücken: Heft

Aid: Essen und Psyche – Ansätze für Beratung und Bildung: Heft

Aid: Fette in der Ernährung: CD-ROM

Aid: Kohlenhydrate in der Ernährung: CD-ROM

Aid: Vitamine in der Ernährung: CD-ROM

Aid: Käse-Herstellung in Deutschland: DVD

Aid: Brot und Kleingebäck: DVD

Aid: Faszination Fisch – aus dem Wasser auf den Tisch: DVD

Aid: Fleisch und Fleischerzeugnisse: DVD

Aid: Funktionelle Lebensmittel: CD-ROM

Anschauungsmaterial für den Unterricht

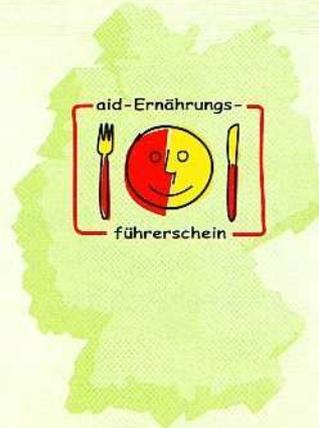


aid-Ernährungs-Führerschein



geprüft und praktisch erprobt vom

**Ernährungszentrum
mittlerer neckar**
Landratsamt Ludwigsburg



Herausgegeben vom aid infodienst e. V., Bonn
www.aid.de

© aid infodienst e. V., Bonn

Hiermit bestätigen wir, dass:

Vorname, Name

Straße, Hausnr.

PLZ, Ort

erfolgreich an der Prüfung
zum aid-Ernährungsführerschein
teilgenommen hat.

Lehrerin/Lehrer



Passbild

Ort

Datum



Gültigkeit unbefristet!

Unterschrift der Inhaberin / des Inhabers

Die Inhaberin / der Inhaber kann selbstständig
kleine Gerichte zubereiten, zum Beispiel:

- Pausenfrühstücke
- Salate
- Quarkspeisen
- Heiße Kartoffelgerichte



Kooperations- Vereinbarung mit den Einrichtungen



Kooperationsvereinbarung mit dem Kreis Olpe

**zu dem Projekt
„Gesund und Fit im Kreis Olpe“,**

dem Ernährungs- und Bewegungskonzept für Kinder in Kindertageseinrichtungen und Grundschulen



Hiermit verpflichtet sich die Einrichtung

**am obigen Projekt mit Start im _____ mit einer Gruppe/
Schulklasse teilzunehmen und damit die in der Konzeptschrift (Stand
) aufgeführten Verpflichtungen der Beteiligten für die Pro-
jektteile gesunde Ernährung und Bewegung zu erfüllen.**

Olpe, den

**(Vertreter/in der Einrichtung)
(Name)**

**(Leiter des Fachdienstes Gesundheit und Verbraucherschutz)
(Herr Ochel)**

Urkunde für teilnehmende Einrichtungen



URKUNDE

Hiermit wird bescheinigt, dass die Einrichtung

erfolgreich am Projekt

„Gesund und Fit im Kreis Olpe“,

dem präventiven Programm zur Förderung von gesunder Ernährung und Bewegung in Kindertageseinrichtungen und Grundschulen,

teilgenommen hat und die Elemente **Gesunde Ernährung und Bewegung** in ihrer Einrichtungskonzeption erfolgreich verankert hat.



C. Ochel
(Leiter Fachdienst Gesundheit und Verbraucherschutz)
Olpe, den

Links

Interessante Links

www.dge.de	Deutsche Gesellschaft für Ernährung e.V.
www.bfdev.de	Bonner Förderverein für Diätetik e.V.
www.vfed.de	Verband für Ernährung und Diätetik e.V.
www.dgem.de	Deutsche Gesellschaft für Ernährungsmedizin e.V.
www.fet-ev.eu	Fachgesellschaft für Ernährungstherapie und Prävention e.V.
www.gesund-macht-schule.de	Programm der Ärztekammer Nordrhein und AOK
www.medusana.de	Medusana-Stiftung (Programm MediPäds)
www.opus-nrw.de	Netzwerk OPUS-NRW Bildung und Gesundheit
www.aid.de	Aid-Vertrieb DVG Infodienst
www.mgepa.nrw.de	Ministerium für Gesundheit, Emanzipation, Pflege und Alter NRW
www.umwelt.nrw.de	Ministerium für Umwelt, Naturschutz, Landwirtschaft und Verbraucherschutz NRW
www.praevention.nrw.de	Präventionsdatenbank NRW
www.apug.nrw.de	Aktionsprogramm Umwelt und Gesundheit NRW
www.erlebniskiste.de	Ausgewählte Medien für die Grundschule
www.bkk.de	Gesundheitskoffer der BKK
www.netzwerk-gesunde-ernaehrung.de	Informationsportal Ernährung
www.ernaehrung-und-bewegung.de	Plattform Ernährung und Bewegung e.V.
www.ernaehrungsportal.nrw.de	Ernährungsportal NRW
www.vz-nrw.de	Verbraucherzentrale NRW
www.bzga.de	Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung
www.ksb-olpe.org	KreisSportBund Olpe e.V.

Ansprechpartner

Ansprechpartner für Konzeptschrift

Die Konzeptschrift wurde von Frau Dr. med. Bettina Adams geschrieben. Sie ist die Netzwerkkoordinatorin für das Projekt im Kreis Olpe. Frau Dr. Adams hat auch die Durchführung der Evaluationen 2010 und 2011 betreut. Die Kontaktdaten sind:

Frau Dr. med. Bettina Adams
Fachärztin für Öffentliches Gesundheitswesen
Ärztin für Gesundheitsförderung und Prävention
Ernährungsmedizinerin

Fachdienst Gesundheit und Verbraucherschutz
Westfälische Str. 75
57462 Olpe

Telefon: 02761-81435
Fax: 02761-81215
Email: b.adams@kreis-olpe.de