



Dresden, den 17.09.2014

**JolinchenKids –
Fit und gesund in der KiTa**

STATEMENT

Rainer Striebel
Vorstandsvorsitzender der AOK PLUS

„Es gilt das gesprochene Wort“

Mehr als 24 Millionen Menschen in Deutschland sind aktuell bei der AOK versichert – das ist fast ein Drittel der gesetzlich Versicherten. Anderslautenden Gerüchten zum Trotz sind darunter viele Familien mit Kindern – mit kleinen und großen, gesunden und kranken, übergewichtigen und sportlich-schlanken, mit Kindern, die sich an ihren Eltern orientieren, wenn es um Ernährung, Bewegung und den Umgang mit Stress geht.

Vielen Eltern gelingt es gut – das zeigt die AOK-Familienstudie, die wir dieses Jahr veröffentlicht haben – die Balance zwischen Beruf und Familie zu halten, ihren Kindern ein gesundes und anregendes Umfeld zu schaffen und damit Stabilität und Sicherheit zu geben. Aber wir wissen und können das mit unseren Daten belegen und jeder Kinderarzt wird bestätigen, dass es schon im Vorschulalter immer mehr Kinder gibt, die übergewichtig sind, die unausgeglichen und entweder hyperaktiv oder antriebsarm sind.

Die Ursachen dafür sind vielfältig und nur im Zusammenspiel vieler gesellschaftlicher Kräfte zu beheben.

Wir – die AOK – wollen dabei nicht nur mittun, sondern ganz vorn dabei sein.

Seite 1 von 4



AOK PLUS
Sternplatz 7 | 01067 Dresden
www.aokplus-online.de



AOK-Bundesverband
Rosenthaler Straße 31 | 10178 Berlin
www.aok-bv.de



Wir starten heute hier in Dresden ein bundesweites Programm für Kinder im Alter von drei bis sechs Jahren, das die Umsetzung eines gesunden Lebensstils unterstützt und dabei hilft, Rahmenbedingungen für ein gesundes Aufwachsen und Arbeiten in der KiTa zu schaffen bzw. aufrecht zu erhalten.

In KiTa und Familie werden Weichen gestellt für gesundes Aufwachsen, hier und dort entstehen Gewohnheiten und Verhaltensweisen, die für ein ganzes Leben prägend sind.

Das Programm fördert

- eine ausgewogene Ernährung
- ausreichende Bewegung
- das seelische Wohlbefinden der Kinder
- die Gesundheit der Erzieherinnen

Es ist langfristig angelegt.

Hier kommt also nicht nur einmal zum Sommerfest jemand, der die Kinder bespaßt und den Eltern einen Vortrag über gesunde Ernährung hält, sondern die AOK begleitet die KiTa bei Bedarf bis zu drei Jahre: mit systematischen Schulungen, mit didaktischem Material, mit Workshops und mit Kurs- und Beratungsangeboten.

Und wir haben nicht allein die Kinder im Blick.

Zielgruppen sind Kinder, Eltern und Erzieherinnen gleichermaßen. KiTas mit Kindern im Alter von drei bis sechs Jahren.

Im Vordergrund stehen Spaß, spielerisches Lernen und gemeinsames Erleben. Wir wollen Gesundheit als Entdeckungsreise vermitteln, die Neugier der Kinder wecken, unser Maskottchen Jolinchen als Vorbild bei den Steppkes etablieren.

Das Drachenkind Jolinchen ist seit 25 Jahren das Maskottchen der AOK. Es ist fröhlich und sympathisch, aktiv und sportlich, isst gern gesund, fragt viel, ist neugierig, probiert Vieles aus und war schon an spannenden Orten, zu denen es die KiTa-Kinder nun gern mitnehmen möchte: ins „Gesund-und-lecker-Land“, in den „Fitmach-Dschungel“ und auf die Insel „Fühl mich gut“.

Über drei Jahre hinweg – also über einen ganzen Kindergartenlebenszeitraum – probieren die Kinder viel Neues aus, entdecken gesundes Essen, das richtig gut schmeckt, kommen in Bewegung, erkennen ihre Stärken und spüren: Ich bin ein tolles Kind!



Was ist das Besondere an „JolinchenKids“?

Das AOK-Programm lässt sich flexibel an die Bedürfnisse jeder KiTa anpassen. In Düsseldorf wird da vielleicht ein anderer Schwerpunkt gesetzt als in der Dresdner Johann-Meyer-Straße. Jede KiTa setzt da unter Einbeziehung der Eltern individuelle Schwerpunkte – je nach den Gegebenheiten vor Ort. Es gibt verschiedene thematische JolinchenKids-Module.

Die Präventionsexperten der AOK helfen bei der Bedarfsanalyse, bei der Auswahl der geeigneten Programmmodule sowie bei deren Umsetzung.

Das Programm bietet gezielte, wissenschaftlich fundierte Informationen, didaktisches Material und Anregungen, um gesundheitsfördernde Maßnahmen im KiTa-Alltag flexibel einzubinden.

Es bezieht die Eltern von Anfang an ein. Das ist ganz wichtig, weil: Eltern sind Vorbilder, Kinder werden entscheidend in der Familie, durch die Einstellungen und das Verhalten ihrer Eltern geprägt.

Und noch ein wichtiger Aspekt des Programms: die Förderung der Gesundheit der Erzieherinnen

Wir wissen, der KiTa-Alltag fordert von Erzieherinnen Energie und Durchhaltevermögen, er ist verbunden mit hohen körperlichen und psychischen Belastungen.

JolinchenKids soll helfen, körperliches und seelisches Wohlbefinden zu verbessern, um hochmotiviert und mit Spaß zu arbeiten.

Was bietet die AOK?

Unsere Präventionsexperten begleiten die KiTa aktiv über den gesamten Programmzeitraum. Jede KiTa hat einen eigenen Ansprechpartner.

Die Teilnahme ist für Kitas kostenfrei, alle mit dem Programm verbundenen Aktivitäten und Medien werden von der AOK finanziert.

Es gibt eine umfassende Schulung für Erzieherinnen zu Programminhalten, wir stellen Materialien bereit, führen Workshops zum Thema „Erzieherinnengesundheit“, zur erfolgreichen Elternarbeit und -kommunikation sowie zum Erfahrungsaustausch durch.



Auf Wunsch unterstützt die AOK Aktionstage und Elternveranstaltungen zu Gesundheitsthemen in der KiTa.

Der Ablauf sieht standardisiert so aus:

Es gibt eine Bestandsaufnahme durch KiTa-Team und Eltern:

- Wo steht die KiTa beim Thema Gesundheit?
- Wo liegen gesundheitsrelevante Stärken?
- Wo besteht Veränderungsbedarf?

Auf dieser Basis entscheidet das sogenannte JolinchenKids-Team, das im Idealfall aus Erzieher/innen, KiTa-Leitung, Träger und Elternvertretern besteht, über

- die Ziele,
- den zeitlichen Umfang
- den Ablauf des Programms
- die Auswahl der Module.

Programmziel ist es, bedarfsorientiert gesundheitsfördernde Maßnahmen zu Ernährung, Bewegung, seelischem Wohlbefinden, Elternpartizipation und Erzieherinnengesundheit einzuführen und dauerhaft in den KiTa-Alltag zu übernehmen.

Heute und hier ist bundesweiter Start für dieses Programm

Sachsen und Thüringen war eine von drei Pilotregionen – erste KiTas starteten zum Jahreswechsel 2013/2014, 14 KiTas aus Sachsen und Thüringen nahmen teil.

Knapp 600 KiTas werden in diesem Jahr deutschlandweit mit dem Programm beginnen.

Ihnen allen wünsche ich von dieser Stelle aus viel Erfolg.