



Gesunde Ernährung in Kitas

Ergebnisse einer Bestands- und Bedarfserfassung

von Rüya Kocalevent & Dieter Kleiber; FU Berlin

Übersicht

- I. Problemanalyse/Ausgangslage
- II. Projektbeschreibung
- III. Ergebnisse

Problemanalyse/Ausgangslage

- Etwa 15 Prozent der Kinder sind zum Zeitpunkt der Einschulung übergewichtig (KIGGS 2007).
- 4 bis 8 Prozent sind schwer übergewichtig.
- Laut NVS II sind in der Altersgruppe von 18 bis 80 Jahren 66 Prozent der Männer und 51 Prozent der Frauen übergewichtig (Body-Mass-Index über 25 kg/m²).
- Die Chance, als Übergewichtige(r) dauerhaft wieder normalgewichtig zu werden, ist gering.

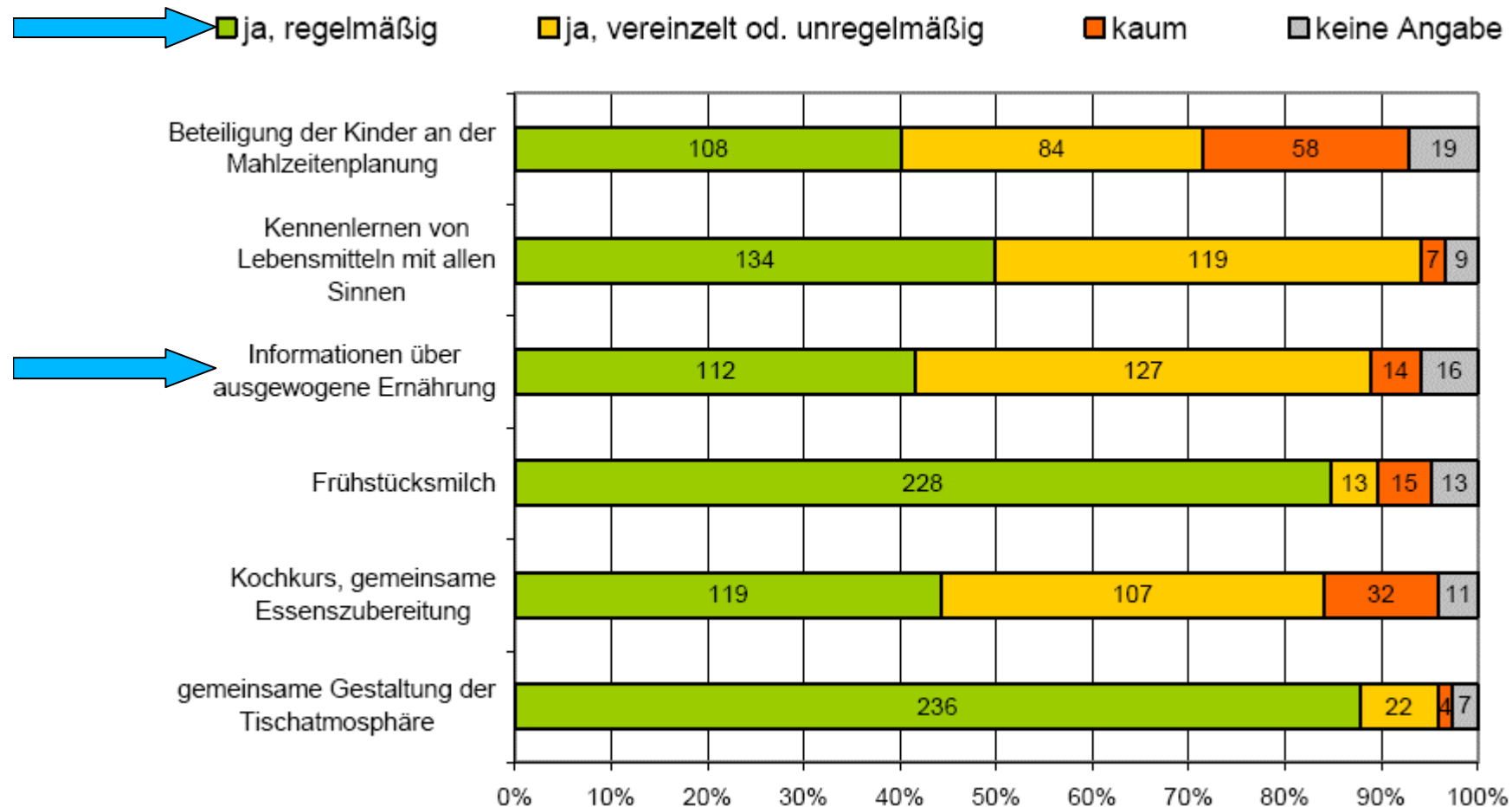
Problemanalyse/Ausgangslage

- Bisher existieren keine standardisierten Richtlinien für eine *Gesunde Ernährung* speziell für Kinder.
- Konkrete Ernährungsprofile von Kindern finden sich bisher nur vereinzelt.
- Kitas müssen häufig „intuitiv“ vorgehen bei der Auswahl der Nahrungsmittel.
- Vermutet wird daher ein hoher Informationsbedarf an theoretischem Hintergrundwissen und praktischen Übungen.

Vorteil Setting Kita

- Großteil der Kinder kann hier im Vorschulalter erreicht werden.
- Risikoverhalten kann reduziert werden.
- Entwicklungsdefiziten kann entgegengewirkt werden.
- Kinder aller sozialer Schichten und Kinder mit Migrationshintergrund können vom gesundheitsförderndem Lebensraum profitieren (Chancengleichheit).
- Zielgruppen und sozialraumorientierte Schwerpunktsetzung ist möglich.
- Einbeziehung der Eltern und des häuslichen Umfeldes möglich.
- Möglichkeit einer frühen Weichenstellung für zukünftige gesundheitsrelevante Verhaltensweisen.
- Der natürliche Wissensdrang der Vorschulkinder ist förderlich ("Edutainment").

Brandenburg: 1/3 der Kitas vermittelt Informationen über gesunde Ernährung



(Ceglarek et al. 2006) In Brandenburg gibt es N=1714 Kitas. Rücklaufquote: 16%.

Die Gesundheitsförderung im Bereich der Ernährung wurde von **90%** der Kitas als wichtig oder Schwerpunkt angegeben.

Bestands- und Bedarfserfassung Berliner Kitas

Ziele waren:

- eine umfassende Bestandserfassung von GF Ansätzen in Berliner Kitas,
- strukturelle Bedingungen & konkrete Maßnahmen erfassen,
- Partizipation von Kindern und Eltern erfragen,
- Fortbildungswünsche der Kita-Mitarbeiter erheben,
- „Nachhaltigkeit“ als Qualitätskriterium erfassen,
- um einen Aufschluss über Verbesserungsbedarf zu geben und als
- Grundlage für Entwicklung und Etablierung zukünftiger gesundheitsförderlicher Maßnahmen zu dienen.

Methoden:

- schriftliche Befragung mittels Fragebogen (April 2008, Bressel, H. & Bethge, G.)
 - Fragebogen orientiert sich an der Brandenburger Erhebung (Ceglarek et al. 2006))
- postalische Vollerhebung (1886 Kitas in Berlin))
- telefonische Erinnerung (Mai 2008, ca. 1000 Kitas))

Beschreibung der Stichprobe:

- Rücklauf 23 % (n = 432 Kitas; 29149 Kinder))
- 27 % der Kitas haben einen hohen Anteil von Kindern mit Migrationshintergrund

Ergebnisse Ernährung

• Gesundheitsförderung konkret: Thema Ernährung

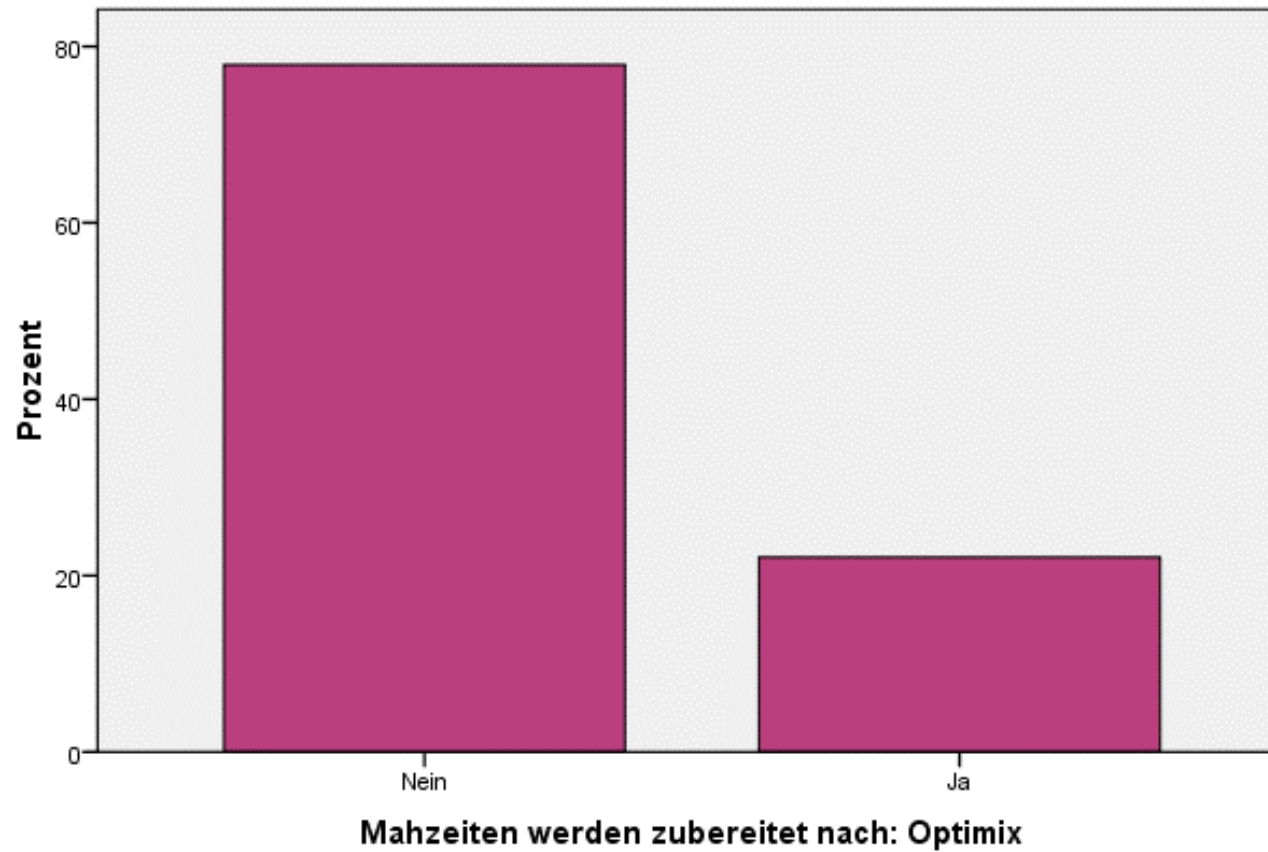
Thema Ernährung	<input type="checkbox"/> Ist uns generell sehr wichtig und wir versuchen, immer wieder bewusst Aktivitäten dazu umzusetzen (pädagogischer Schwerpunkt) <input type="checkbox"/> Ist uns generell wichtig, aber kein Schwerpunkt <input type="checkbox"/> Spielt bei uns eine untergeordnete Rolle		
	ja, regelmäßig (bitte Häufigkeit angeben)	ja, vereinzelt, unregelmäßig (z. B. Projekte)	kaum
Welche Aktivitäten zu diesem Thema praktizieren Sie?			
1. Beteiligung der Kinder an der Mahlzeitenplanung	<input type="checkbox"/> pro	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
2. Beteiligung der Kinder am Einkauf der Zutaten	<input type="checkbox"/> pro	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
3. Kennen lernen von unterschiedlichen Lebensmitteln mit allen Sinnen (Schmecken, Tasten, Riechen ...)	<input type="checkbox"/> pro	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
4. Informationen über ausgewogene Ernährung vermitteln	<input type="checkbox"/> pro	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
5. Frühstücksmilch	<input type="checkbox"/> pro	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

Die Gesundheitsförderung im Bereich der Ernährung wurde von **99,2%** der Kitas als wichtig oder Schwerpunkt angegeben.

Ernährung:

Nur 21,8% der Mahlzeiten werden nach *Optimix* zubereitet

Mahlzeiten werden zubereitet nach: Optimix



3. Ergebnisse

Ernährung

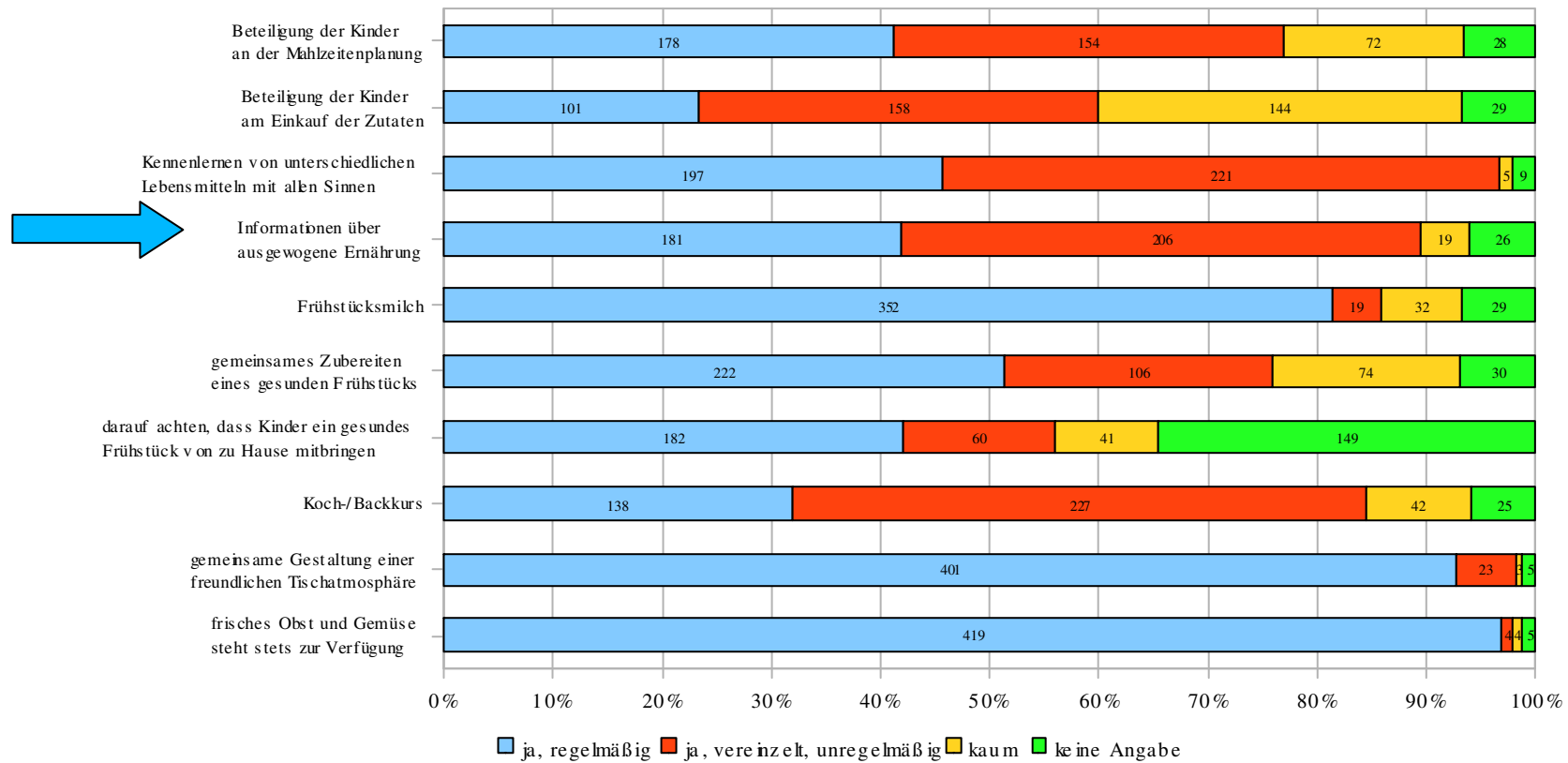


Abb.: Zustimmung zu den Items des Themenbereichs Ernährung (je n = 432 Kitas)

3. Ergebnisse

Ernährung

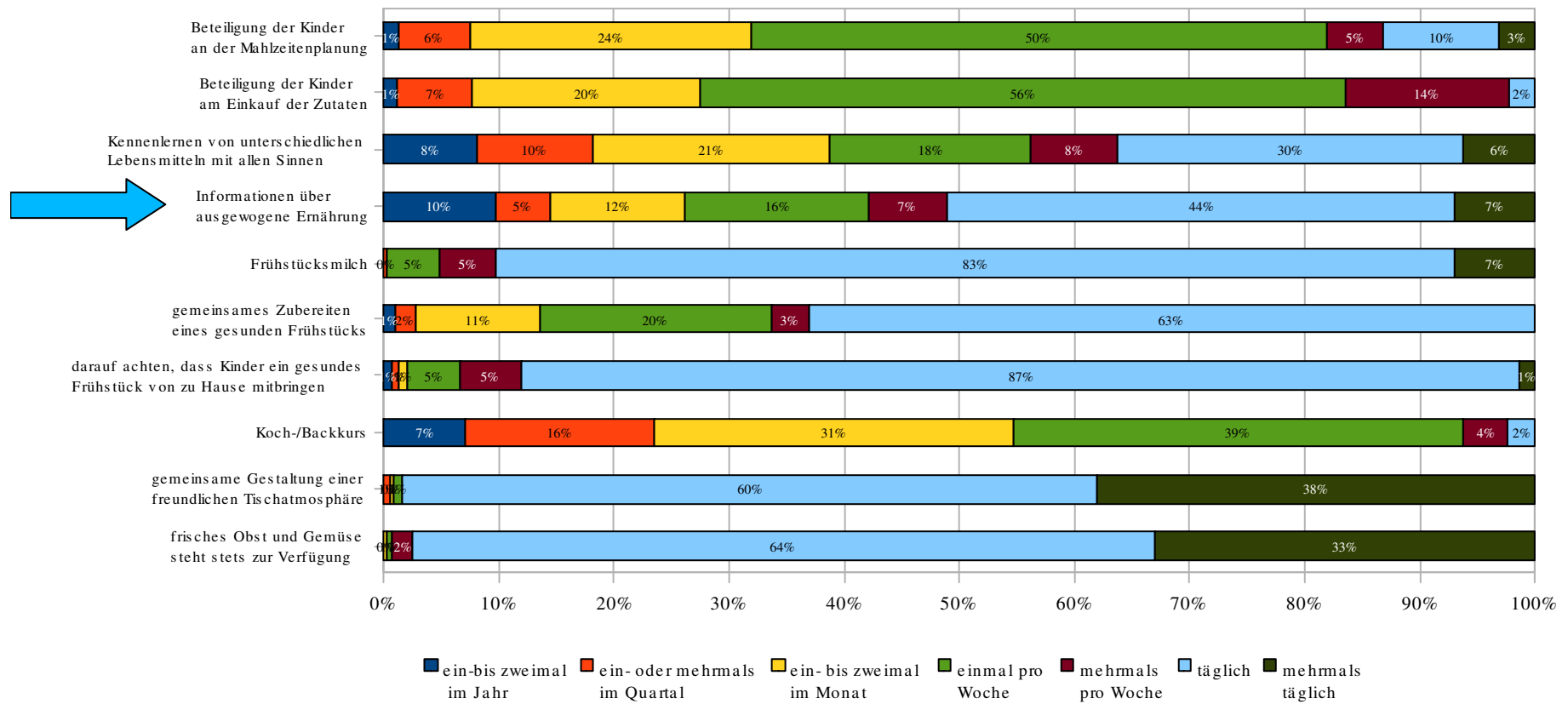


Abb.: Häufigkeit der regelmäßig praktizierten Aktivitäten zum Thema Ernährung

3. Ergebnisse

Bewegung

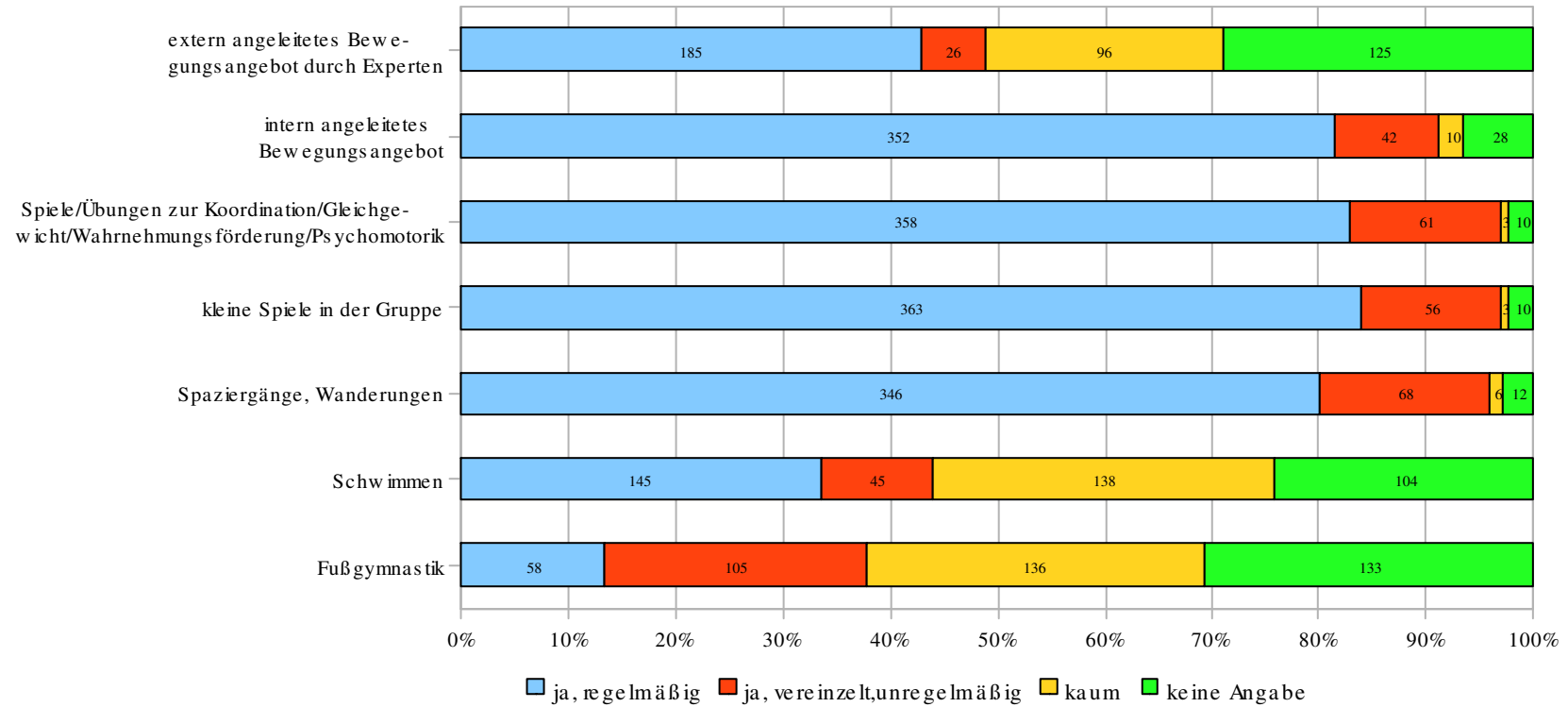


Abb.: Zustimmung zu den Items des Themenbereichs Bewegung (je n = 432 Kitas)

3. Ergebnisse

psychosoziale Gesundheit

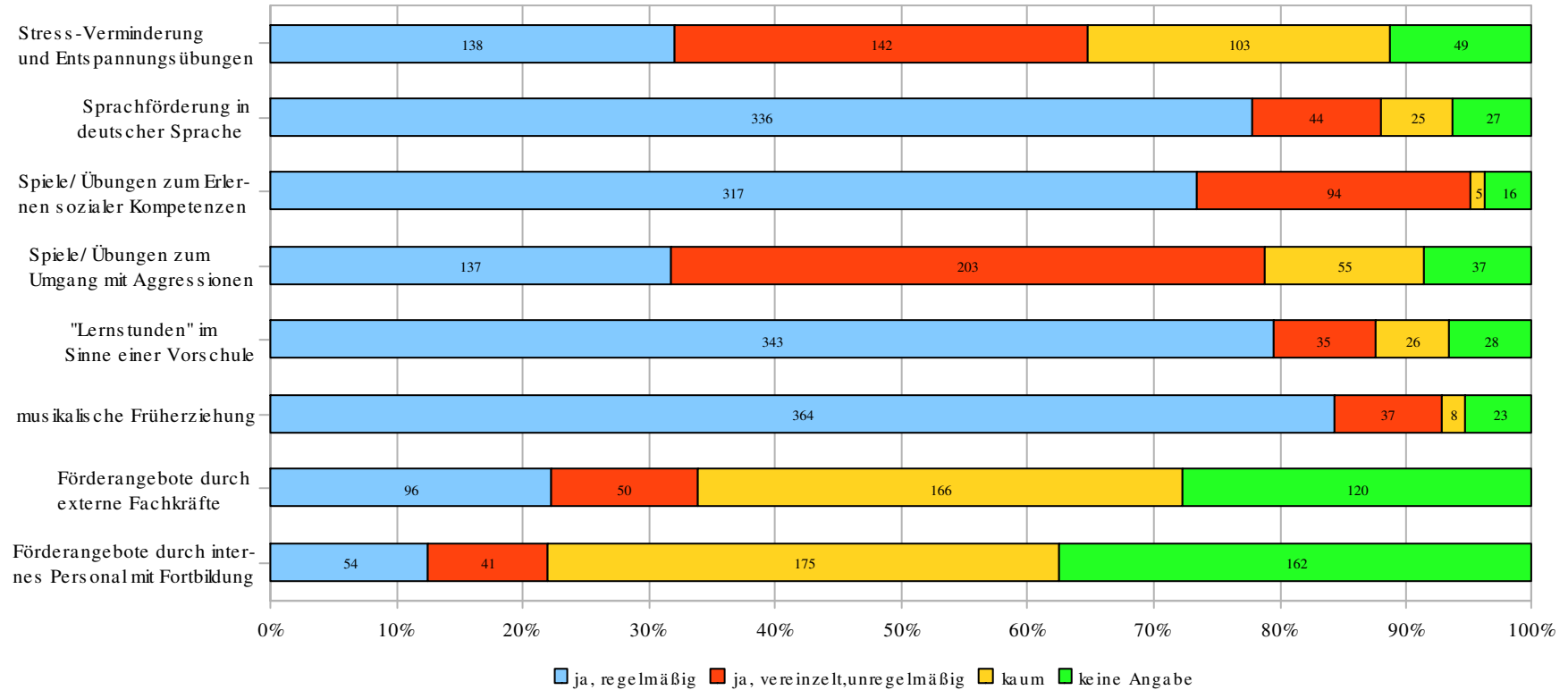
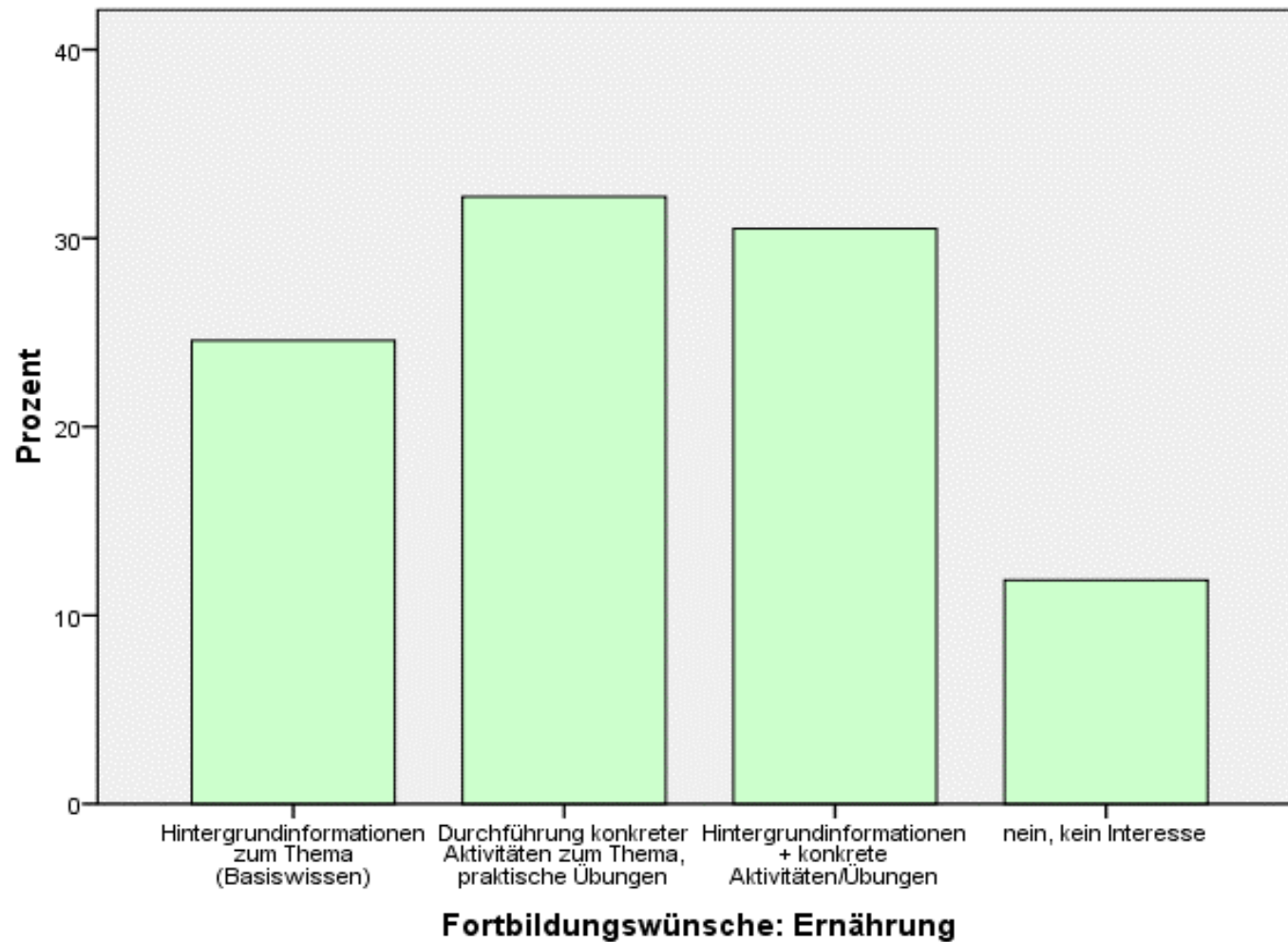


Abb.: Zustimmung zu den Items des Themenbereichs psychosoziale Gesundheit (je n = 432 Kitas)

Ergebnisse

Fortbildungswünsche der ErzieherInnen



Benannte prioritäre Fortbildungsthemen (n = 432)

	Anzahl	Prozent
Wunsch nach <u>praktischen Übungen</u>		
Bewegung	168	38,9%
Ernährung	101	23,4%
psychosoziale Entwicklung	80	18,5%
psychische Probleme	64	14,8%
Stressbewältigung	110	25,5%
gesundheitsgerechte Arbeitsgestaltung für Erzieher	83	19,2%

Ergebnisse

Fortbildungswünsche der ErzieherInnen in Brandenburg

(Ceglarek et al. 2006)



Abbildung Fortbildungsthemen, bei denen Interesse bekundet wurde (jeweils n=269; lies: im Themenfeld „psychosoziale Entwicklung“ haben 67% der Befragten angegeben, in irgendeiner Weise Interesse an Fortbildung zu haben, entweder als Basiswissen oder als praktische Übungen oder beides)

Zusammenfassung

- Ernährung wird von 90-99,2% der Kitas in Berlin und Brandenburg als wichtiges oder Schwerpunktthema eingestuft.
- Dabei ist Ernährung ein wichtiges Thema neben Bewegung und psychosozialer Entwicklung der Kinder.
- Vergleichbarer Bedarf an theoretischem Hintergrundwissen und praktischen Übungen in Berlin und Brandenburg.

Kontakt:

rueya.kocalevent@fu-berlin.de

dieter.kleiber@fu-berlin.de