



**Landesvereinigung für Gesundheitsförderung
in Schleswig-Holstein e.V.**
Flämische Str. 6-10, 24103 Kiel
Tel.:0431/94 2 94, Fax: 0431/94 8 71
gesundheit@lvgfsh.de
www.lv-gesundheit-sh.de

Pressemitteilung



21/2011

Integrativer Kindergarten „Regenbogen“ in Preetz beugt Rückenschmerzen vor

Projekt „Rück(g)rat – Ergonomie und Bewegung im Kindergartenalltag“ feiert Projektabschluss mit einem Rückenfest für Klein und Groß

Kiel/Preetz – 30. Juni 2011. Wer kennt nicht lästige Rückenschmerzen?

Bewegungsmangel, falsche Körperhaltung und Rückenleiden finden sich nicht nur bei Erzieherinnen, Erziehern und Eltern, sondern auch schon bei Kindern. Aus diesem Grund hat die Landesvereinigung für Gesundheitsförderung mit Unterstützung der Techniker Krankenkasse, der Unfallkasse Nord und des Ministeriums für Arbeit, Soziales und Gesundheit vor einigen Jahren das Projekt „Rück(g)rat - Ergonomie und Bewegung im Kindergartenalltag“ ins Leben gerufen.

Ziel des Projektes Rück(g)rat ist die Vorbeugung von Erkrankungen des Muskel-Skelett-Systems bei Kindern und Pädagogen, die gesundheitlich gleichermaßen gefährdet sind. Eine bewusster Wahrnehmung der Körperhaltung und die Verbesserung der Motorik sowie eine ergonomische Gestaltung der Lebenswelt Kita stehen im Vordergrund.

Die Integrative Kindergarten „Regenbogen“ in Preetz freut sich, ebenfalls für die Teilnahme ausgewählt worden zu sein und hat in dem Projekt eine tolle Möglichkeit gesehen, neue Anregungen und Motivation zur Bewegungsförderung zu gewinnen.

Am 1. Juli findet von 9:00 – 12:00 Uhr auf dem Festplatz „Alte Feuerwache“ (Parkplatz Mühlenaupark) als Projektabschluss das „Rückenfest“ statt, zu dem Klein und Groß herzlich eingeladen sind.

Die Durchführung im Kindergarten erfolgte seit Februar 2011 in mehreren Modulen, die von einer Physiotherapeutin geleitet wurden. Im Februar und März hat die Rückenschule für die 5-6jährigen Kinder begonnen. Diese umfasste Informationen über die Wirbelsäule, Bewegungsspiele, Bewegungslieder, Übungen zur Stärkung der Rückenmuskulatur und motivierte zum Entdecken von Bewegungslandschaften. Vorweg wurde ein Infoelternabend durchgeführt. Das Kindergarten-Team nahm an drei Fortbildungseinheiten, in denen zum richtigen Bücken und Heben und zur aufrechten Sitzhaltung motiviert wurde sowie Anregungen für Entspannungsübungen gegeben wurden, teil.

Im April und Mai fand dann die Bewegungsförderung für die 3-4jährigen Kinder, Teilnehmer aus drei Integrativgruppen und zwei heilpädagogischen Kleingruppen statt. Am Baustein „Bewegte Familie“ im März und April haben sieben Familien teilgenommen, davon vier mit einem behinderten Kind.

Die Rückmeldung der Eltern war positiv: ein vergleichbares Angebot in einer kleinen Gruppe fehlt auf Dauer und der Wunsch nach Fortsetzung als ein festes Bewegungsangebot wurde deutlich.

Besonders der ganzheitliche Ansatz des Projektes, der sowohl die Kinder als auch die Erwachsenen in den Fokus nimmt, soll dazu beitragen, langfristige und nachhaltige Verhaltensänderungen zu erreichen.

Insgesamt haben über 70 Schulen und Kindertagesstätten in Schleswig-Holstein an dem Projekt teilgenommen oder sind gerade dabei es durchzuführen.
Ein wichtiger finanzieller Partner von Rück(g)rat ist die Techniker Krankenkasse im Rahmen ihres Programms „Gesunde KiTa“.

Eine Broschüre und eine Dokumentation zum Projekt können bei der Landesvereinigung angefordert werden.

Kontakt LVGF

Landesvereinigung für Gesundheitsförderung in Schleswig-Holstein e.V.
Projektkoordinatorinnen: Dorothea Wilken-Nöldeke, Sabine Hoffmann-Steuernagel
Geschäftsführerin: Dr. Elfi Rudolph
Flämische Straße 6-10, 24103 Kiel
Tel: 0431/94 2 94 - Fax: 0431/9 48 71
E-Mail: gesundheit@lvgfsh.de - www.lv-gesundheit-sh.de

Kontakt Kita

Integrativer Kindergarten Regenbogen
Ansprechpartnerin: Elke Stange
Am Krankenhaus 5a
24211 Preetz
Tel: 04342-83125
E-Mail: kindergarten@lebenshilfewerk.de

Verantwortlich für diesen Presstext: Hilke Lind, Öffentlichkeitsarbeit, LVGF