



Landesvereinigung für Gesundheitsförderung in Schleswig-Holstein e.V.

Flämische Str. 6-10, 24103 Kiel
Tel.:0431/94294 - Fax:0431/94871
gesundheit@lvqfsh.de
www.lv-gesundheit-sh.de



Pressemitteilung

28/2011

Ev. Kurzentrum Gode Tied für Mütter und Kinder ernährt sich gesund

„Lebenslust – Leibeslust!“ - Ein Erfolgsprojekt zur Ernährungsbildung und Prävention von Essstörungen kommt im Evangelischen Kurzentrum Gode Tied zum Abschluss

(Kiel/Büsum, 2. November 2011) - Jedes fünfte Schulkind in Schleswig-Holstein ist zu dick - und die Weichen zur falschen Ernährung werden bereits im Kindergartenalter gestellt. Deshalb fördert die Techniker Krankenkasse (TK) in Schleswig-Holstein im Rahmen ihres Projektes "Gesunde Kita" Kindergärten und Mutter-Kind-Kurzentren, die sich besonders für die gesunde Ernährung ihrer Kinder stark machen. Auch im Evangelischen Kurzentrum Gode Tied in Büsum drehte sich in den letzten Monaten alles rund um die Ernährung.

Das Mutter-Kind-Kurzentrums an der Nordsee hat das Programm "Lebenslust - Leibeslust" der Landesvereinigung für Gesundheitsförderung, das die möglichst frühe Prävention von Essstörungen zum Ziel hat, Anfang dieses Jahres mit den betreuten Kindern und Erwachsenen im Kurzentrum begonnen. Die TK-Landesvertretung Schleswig-Holstein hat das Projekt mit 4.400 Euro gefördert.

Unter dem Motto „Lasst uns beim Essen den Spaß nicht vergessen“ hat sich viel getan:

Es fanden drei Teamschulungen und zu Beginn jeder Kur Schulungen mit den Müttergruppen statt. Zudem wird für die Mütter ein Probekochen angeboten. Täglich gibt es ein gesundes Frühstück sowie ein Zwischenfrühstücksbüffet für die Kinder mit Obst und Wasser. Hinweisschilder und Informationsmaterial im Speisesaal weisen auf das Projekt Lebenslust hin. Darüber hinaus ist ein Leitfaden für die Ernährung bei Übergewicht kombiniert mit einem Ampelmodell für Lebensmittel entwickelt worden.

„Das Ziel des Projekts ist es, mit den Kindern eigenverantwortliches, kindgerechtes und ungezwungenes Essverhalten zu üben“, betont Sabine Hoffmann-Steuernagel von der Landesvereinigung für Gesundheitsförderung. "Lebenslust - Leibeslust" ist Ende 2002 als Pilotprojekt in Schleswig-Holstein zur Prävention von Essstörungen in Kindergärten gestartet und macht bereits über die Landesgrenzen hinaus Schule. Das Konzept stammt

Verantwortlich im Sinne des Pressegesetzes: Dr. Elfi Rudolph, Geschäftsführerin,
Landesvereinigung für Gesundheitsförderung e.V. in Schleswig-Holstein

von der Landesvereinigung für Gesundheitsförderung in Zusammenarbeit mit der Deutschen Gesellschaft für Ernährung, Sektion Schleswig-Holstein.

"Untersuchungen haben gezeigt, dass Kinder bereits im Alter von drei bis sechs Jahren Ernährungsgewohnheiten entwickeln, die sie häufig bis ins Erwachsenenalter beibehalten", sagt Karla Frieben-Wischer, Sprecherin der TK-Landesvertretung Schleswig-Holstein. Als besonders positiv bewertet sie den ganzheitlichen Ansatz des Präventionsprojektes: "Das Projekt Leibeslust bietet professionelle Bausteine für den Kindergarten- und Schulalltag und bezieht auch die Eltern mit ein, damit das erlernte und erlebte Wissen der Kleinen auch zu Hause umgesetzt wird."

In Schleswig-Holstein haben bis heute 69 Kindertagesstätten, sechs Kurzentren sowie 21 Schulen das von der TK geförderte Programm durchgeführt.

In jeder Einrichtung kann „Leibeslust - Leibeslust“ auf eine andere Art und Weise umgesetzt werden, so dass eine Vielzahl an Ideen und Möglichkeiten entstehen. Ob es ein „gesundes Wunschfrühstück“, ein „buntes Mittagsbuffet“ oder gemeinsame Kochtage gibt: wichtig ist nur, dass die Kinder spielerisch viel über gesunde Ernährung lernen und die Mütter bzw. Eltern eingebunden werden. Ganz besonders freut es uns, dass das Programm eine sehr nachhaltige Wirkung zeigt. Viele Ernährungsanregungen werden in den Alltag übernommen und fortgeführt.“, so Sabine Hoffmann-Stuernagel von der Landesvereinigung

In der Regel erstreckt sich das Programm über einen Zeitraum von 6 – 9 Monaten, wird mit dem Team abgestimmt und begleitet von einer speziell geschulten Ernährungsfachkraft. Es besteht aus den Bausteinen Fortbildung, Teamsitzungen, Auswertung, Elternarbeit und unterstützenden Angeboten aus den Bereichen Bewegung und Entspannung.

Bundesweit unterstützt die TK im Rahmen der Präventionsförderung "Gesunde Schule" mehr als 400 Schulen und Kindergärten, die mehr Gesundheit in den Alltag der Kinder bringen wollen.

Weitere Informationen und Förderanträge für die Schulen und Kindergärten gibt es im Internet unter www.tk-online.de/gesundeschule und unter der kostenlosen Hotline 0800 - 285 85 85.

Für Rückfragen: Karla Frieben-Wischer, Tel. 0431-9 81 58-522, Fax 0431-9 81 58-555, E-Mail: karla.frieben-wischer@tk.de, Homepage: www.tk.de/lv-schleswigholstein

Weitere Informationen zum Projekt hat die Landesvereinigung für Gesundheitsförderung in Schleswig-Holstein e.V. Geschäftsführerin: Dr. Elfi Rudolph
Flämische Straße 6-10, 24103 Kiel - Tel: 0431/94 2 94 - Fax: 0431/9 48 71
www.lv-gesundheit-sh.de

Für Rückfragen: Projektkoordinatorin Sabine Hoffmann-Stuernagel, Tel: 0431-94294, Fax: 0431-94871, E-Mail: hoffmann-stuernagel@lvqfsh.de

Für die Umsetzung im Ev. Kurzentrum Gode Tied steht Ihnen folgende Ansprechpartnerin für Rückfragen zur Verfügung:

Geschäftsführerin Andrea Boyer
Ev. Kurzentrum Gode Tied
Königsberger Str. 12-16, 25761 Büsum
Tel.: 04834-9509-130 - Fax: 04834-9509-400
aboyer@ne-fw.de - www.godetied.com

Verantwortlich für diesen Presstext: Hilke Lind, Öffentlichkeitsarbeit, lind@lvqfsh.de

Verantwortlich im Sinne des Pressegesetzes: Dr. Elfi Rudolph, Geschäftsführerin, Landesvereinigung für Gesundheitsförderung e.V. in Schleswig-Holstein