

Das Gesundheitscoaching befähigt die Kitas, die Bedingungen für ein gesundheitsförderliches Aufwachsen von Kindern zu verbessern!

Ziel ist es gesundheitsförderliche Prozesse in den Einrichtungen anzuregen und zu etablieren.

Dafür coachen wir die Einrichtungen nach einem individuell zugeschnittenen Konzept.

Gefördert von der Barmer GEK



Schutzengel
AKADEMIE
für Frühe Hilfen

**GESUNDHEITS-
COACHING
FÜR KITAS**



Schutzengel
AKADEMIE
für Frühe Hilfen



In Kooperation mit der



Landesvereinigung
für Gesundheitsförderung
in Schleswig-Holstein e.V.

KONTAKT

Katja Jahn
über Schutzengel GmbH
Lerchenstr. 4-6
24939 Flensburg

Mobil 0171 30 70 318
info@schutzengel-flensburg.de
www.schutzengel-Flensburg.de



DIE SCHUTZENGELE-AKADEMIE BEGLEITET DAS KITA-TEAM, UM

- die gesundheitsförderlichen Veränderungen individuell an den Bedürfnissen der Einrichtung anzupassen,
- die Arbeits- und Organisationsstruktur, Träger und Partner zu berücksichtigen,
- Kinder, Eltern und das soziale Umfeld mit einzubeziehen und
- Gesundheit und Gesundheitsförderung nachhaltig in die Einrichtung zu etablieren.

IM MITTELPUNKT STEHEN DIE GESUNDHEITSTHEMEN:

- Bewegung/motorische Entwicklung
- Ernährung/gesunde Mahlzeit
- Entspannung/Stressbewältigung
- Kommunikation/Elterngespräche
- Teamentwicklung



In Kitas besteht eine Möglichkeit, viele Kinder und Familien zu erreichen. Die Lebenswelt Kita kann langfristig gesundheitsbezogene Einstellungen und Verhaltensweisen beeinflussen und durch Elternarbeit das familiäre Gesundheitsverhalten modifizieren und elterliche Kompetenzen erweitern.

Kitas könnten durch Vernetzung mit anderen Einrichtungen und durch fachliche Beratung die Gesundheit von Kindern fördern.



ABLAUF

In Einzel- und/oder Gruppengesprächen wird von einer Ökotrophologin/ Gesundheitspädagogin mit Zusatzausbildung zur systemischen Beraterin auf die individuellen Bedürfnisse der Einrichtungen eingegangen.

Aufgrund der sehr unterschiedlichen Ausgangssituationen gibt es kein festes Ablaufschema im Coachingverlauf.

Am Anfang steht immer eine 90-minütige Erhebungsphase mit einer Situations- und Bedarfsanalyse, so dass die zu coachenden Gesundheits-Themen optimal an die jeweiligen Gegebenheiten angepasst werden können. Es folgen drei Coachingtermine zu den in der Erhebungsphase ausgewählten Themen. Am Ende steht eine 90-minütige Überprüfung der Coaching-Ergebnisse und der Umsetzung im Alltag.

„Wesentlich ist eine ressourcenorientierte Arbeitsweise, d.h. die bereits vorhandenen Projekte und Ressourcen der Einrichtung werden hervorgehoben und gestärkt, neue und gesundheitsfördernde Strategien werden zugänglich gemacht.“