

„TigerKids – Kindergarten aktiv“

Am AOK-Projekt TigerKids haben bis Ende 2009 bundesweit rund 4.000 Kindertagesstätten teilgenommen; es wurden damit rund 200.000 Familien angesprochen. Ab 2010 kommen weitere Kitas und neu auch Krippen dazu.

Ziel: In Kindereinrichtungen soll die gesunde Ernährung und die Bewegung der Kinder gefördert werden. Angesprochen werden Kinder, Erzieherinnen und Eltern.

Kooperationspartner der AOK ist die Stiftung Kindergesundheit München.

Umsetzung: TigerKids bildet für die Erzieherinnen das Rahmengerüst, um flexibel und auf ihre jeweilige Einrichtung zugeschnitten gesunde Ernährung und Bewegung in den Alltag einzuführen und dauerhaft zu integrieren. Ein zweitägiger Workshop mit Ernährungs- und Bewegungsexperten der AOK macht die Erzieher mit der Materie vertraut, anschließend werden konkrete Umsetzungsmöglichkeiten für die jeweilige Einrichtung erarbeitet. Die AOK-Experten stehen auch in den folgenden drei Jahren – auf Wunsch vor Ort – mit Rat und Tat zur Seite.

Umfangreiche und kindgerechte Arbeitsmaterialien wie die Tiger-Handpuppe oder der magische Obstteller, der sich wie von Zauberhand immer wieder füllt, unterstützen die Erzieher im Alltag und animieren die Kinder, sich zu Hause und in der Kita viel zu bewegen und gesundheitsbewusst zu essen und zu trinken. Für die Eltern gibt es Elternbriefe und so genannte Tipp-Cards, die einfach umsetzbare Ernährungs- und Bewegungstipps enthalten. Die Elternmedien werden auch in Türkisch angeboten.

Laufzeit: Projektphase I: 2006–2009, Projektphase II: 2010–2012

Ergebnisse: Die ersten drei Jahre der Programmeinführung und die wissenschaftliche Auswertung ergaben, dass TigerKids eine hohe Akzeptanz bei Erzieherinnen und Erziehern genießt und von diesen als sehr wertvoll und zielführend bewertet wird. Kinder essen mehr Obst und Gemüse sowohl in der Kita als auch zu Hause. Der Verbrauch kalorienreicher Getränke wie Softdrinks zugunsten kalorienarmer oder kalorienfreier Getränke geht zurück. Die Kinder bringen gesündere Pausenverpflegung anstelle von Milchschnitte, Schokoriegel, Chips & Co mit in die Einrichtung. Die Bewegungsanteile in den teilnehmenden Einrichtungen steigen an.

Ansprechpartnerin: Ulrike Plogstieß, Referentin für Prävention beim AOK-Bundesverband, Tel.: 030 34646-2680, E-Mail: ulrike.plogstiess@bv.aok.de