



- Kariesprophylaxe im Kindergarten umsetzen und regelmäßig nach der Jause die Zähne putzen.
- Ermutigung durch Bewegung erfahrbar machen – z.B. mit Hilfe der Hengstenberg-Methode, Motopädagogik, Psychomotorik, etc.
- Gesundes Essen und Trinken im Kindergarten fördern und vorleben (z.B. Wassertrinken und Gesunde Jause).
- Organisation eines Eltern-Kind-Team-Kochkurses am Nachmittag, wo gemeinsam gesund gekocht wird.
- „Unser Gesundes Kindergarten-Kochbuch“ – Rezeptsammlung von im Kindergarten zubereitetem oder mitgebrachtem Essen.
- Yogaeinheiten für Kinder, Eltern und das Kindergartenteam für eine gesunde Atmung und Körperwahrnehmung
- Den Alltag insgesamt bewegt gestalten, z.B. freies Turnen oder offener Turnsaal bzw. Bewegungsraum.
- Bewegung in der Natur (z.B. Sinnesparcours mit Naturmaterialien, Waldtag, etc).
- Besuche in der Ortsapotheke, Arzt, Hebamme, Rotes Kreuz, etc.
- Workshop zur Rückengesundheit.
- Ernährungsworkshop „Saftladen“ und „Freches Früchtchen“.
- Einrichtung eines Entspannungsraumes als Rückzugsort für die Kinder.
- Klangschalenmassagen für das Kindergartenteam und die Kindern zur Entspannung und Erholung.
- Obstkorb als Kraftkorb titulieren.
- Jedes Kind bekommt einen eigenen Kräutertopf und kann seine eigenen Kräuter ernten.
- Workshops mit Kindern und Eltern zum Thema Lebensmittelpyramide.
- Planung und Errichtung eines Zahlenwegs im Garten für Bewegung, Spiel und Lernen.
- Besuch der Bärenburg - Kindersicherheitshaus Graz (Verein Große schützen Kleine) damit die Kinder lernen wie sie sich vor Unfällen schützen können.