



..... GEKI Post

„GESUNDER KINDERGARTEN – GEMEINSAM WACHSEN“

OKTOBER
2021



gesunder
KINDER
GARTEN

Unsere Themen in dieser Ausgabe:

- Allgemeines aus dem Netzwerk: [Unsere neuen Projektkindergärten](#)
- Unsere Referentin zum Thema „Gewaltfreie Kommunikation“: [Martina Lehofer-Muhr](#)
- Bewegungstipp der BVAEB: [Rückengesundheit](#)
- Unsere Schatzkiste: [Kinderküchenzeile im Kindergarten Mixnitz](#)
- Wissenswertes zu Ernährung („Wie viel Milch ist gut für Kinder?“) & Zahngesundheit („Warum sind meine Zähne gelb?“)
- Elterntipp: [Geschlechtsspezifisches Spielen](#)
- Tipps/Literatur/Kurzmitteilungen: [GET Gesundheitskompetenz & Download, Buchempfehlung](#)
- Terminavisos: [Netzwerktreffen, GEKI Online, regionale Fortbildungen](#)

Zum Netzwerk „Gesunder Kindergarten – gemeinsam wachsen“ gehören mittlerweile schon 209 Kindergärten, darunter 45 Gütesiegelkindergärten: Werden auch Sie Teil des Netzwerkes und wachsen Sie mit! Hier geht's zur Anmeldung: [>> ANMELDEN](#)





Allgemeines aus dem Netzwerk:

UNSERE NEUEN PROJEKTKINDERGÄRTEN 2021

Auch heuer dürfen wir wieder neue Gesunde Kindergärten in unserem Netzwerk begrüßen:

- ❖ Heilpädagogischer Kindergarten Panoramagasse Graz
- ❖ Kindergarten Großwilfersdorf
- ❖ Gemeindekindergarten St. Margarethen bei Knittelfeld
- ❖ Kindergarten Kloster
- ❖ Kindergarten und Kinderkrippe St. Anna am Aigen
- ❖ Kindergarten Pruggern
- ❖ Heilpädagogischer Kindergarten Liezen
- ❖ Volkshilfe Kinderhaus Liezen
- ❖ Montessorikindergarten Bunte Wiese Irdning
- ❖ Kindergarten Gams bei Hieflau
- ❖ Pfarrkindergarten Grundlsee
- ❖ Pfarrkindergarten Haus im Ennstal
- ❖ Gemeindekindergarten Wörschach
- ❖ Kräuterkindergarten Bad Mitterndorf
- ❖ WIKI Kindergarten Donnersbachwald

Mit einigen Kindergärten haben bereits die ersten Start-Workshops stattgefunden und wir sind sehr froh darüber, dass dies bei persönlichen Treffen möglich war. Auch die 15 neuen Kindergärten werden von unserem Team über mehrere Jahre als Projektkindergarten begleitet.

Zu Beginn klären wir mit dem Kindergarten-Team ab, welche Themen in den kommenden Projektjahren bearbeitet werden sollen. Danach schauen wir uns gemeinsam an, welche Maßnahmen zur Umsetzung notwendig sind. In jedem Kindergarten gibt es aus dem Team auch eine

Gesundheitsbeauftragte, welche die Themen des „Gesunden Kindergartens“ im Auge behält und als wichtige Schnittstelle zwischen Kindergarten und Kindergartenbegleitung fungiert. Für die Gesundheitsbeauftragte gibt es eine eigene Schulung, bei der das Thema Gesundheitsförderung im Kindergarten näher beleuchtet wird. Dort gibt es auch die Möglichkeit sich mit Kolleginnen und Kollegen auszutauschen und Erfahrungen zu teilen.

Wir freuen uns sehr auf die Zusammenarbeit mit unseren neuen „Gesunden Kindergärten“! ☺





Beitrag unserer Referentin:

MARTINA LEHOFFER-MUHR



WERTSCHÄTZENDE KOMMUNIKATION
Martina Lehofer-Muhr

Haben Sie in Ihrer Kindheit gelernt konstruktiv mit Konflikten umzugehen?

Vielleicht haben Sie Lust über diese Frage kurz nachzudenken?

„Ich habe es nicht gelernt!“
Stattdessen habe ich viele Konfliktvermeidungs-Strategien von Erwachsenen vorgezeigt bekommen.

Wir können Kinder dabei unterstützen eine wertschätzende Haltung in Konfliktsituationen einzunehmen. Weg von „Verlierer*in-Gewinner*in“ - hin zu einem Ort jenseits von Richtig und Falsch. Es geht darum die eigenen Bedürfnisse zu erfüllen, ohne andere dabei zu verletzen und Verantwortung für das eigene Handeln zu übernehmen. Die **Gewaltfreie Kommunikation** nach Marshall B. Rosenberg zeigt einen Weg, wie friedliches und wertschätzendes

Miteinander gelingen kann - auch wenn es mal „heiß“ zugeht. Konflikte gehören zum Leben und in jedem Konflikt steckt die Chance zu Lernen und zu Wachsen.

„Ich möchte wissen, worum es dir geht und will dir sagen, worum es mir geht, damit wir einen Weg finden, mit dem es uns beiden gut geht.“

Konfliktkompetenz, Resilienz, Kooperationsfähigkeit, Empathiefähigkeit – sind kein „nice to have“, sondern vielmehr ein „must have“ unserer Zeit. Die Gewaltfreie Kommunikation unterstützt diese Basiskompetenzen zu entwickeln, zu üben und zu festigen. Konfliktlosigkeit – ja das ist möglich!

Martina Lehofer-Muhr

Kommunikationstrainerin, Dipl. Behindertenpädagogin, Multiplikatorin für das Projekt Giraffentraum®, Mitglied im Netzwerk Gewaltfrei Austria, im Einsatz für ein wertschätzendes und friedliches Miteinander

Kontaktdaten:

E-Mail: hallo@wertschaetzende-kommunikation.at
www.wertschaetzende-kommunikation.at



Foto: © Martina Lehofer-Muhr



Wenn wir unseren Kindern vorleben,
wie sie für sich sorgen, ohne andere zu verletzen,
lernen sie alles was sie zum Leben brauchen.

-Isolde Teschner





Tipp der BVAEB zum Thema BEWEGUNG: RÜCKENGESUNDHEIT



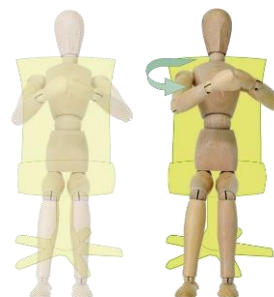
Rücken STÄRKEN und MOBILISIEREN

Die Rückenmuskulatur hat entscheidende Auswirkungen auf die Wirbelsäule. Eine Schwächung dieser Muskelpartien kann zu Folgeschäden führen.

Diese Übungen stärken und mobilisieren Ihren Rücken und lassen Sie entspannter und konzentrierter den Kindergartenalltag bewältigen!

MOBILISIERUNG – Der Korkenzieher

Der Korkenzieher eignet sich bestens zur Mobilisierung der Brustwirbelsäule und zur Entspannung des Schultergürtels.



Ausgangsstellung:

- Aufrechter Sitz
- Beide Hände auf das Brustbein legen
- Mit den Augen einen Punkt fixieren, um das Mitbewegen des Kopfes zu vermeiden.

Ablauf:

Heben Sie den Brustkorb etwas an und drehen Sie diesen gleichmäßig nach rechts und links. Bitte achten Sie darauf, dass Sie weder Kopf noch Becken mitbewegen.

STÄRKEN des Oberen Rückens

Ausgangsstellung:

- Aufrechter Stand
- Füße gerade



© Beide Fotos: BVAEB

Ablauf:

Lehnen Sie sich mit dem Rücken gegen die Wand, Ihre Beine leicht angewinkelt und Ihre Arme befinden sich in U-Form. Pressen Sie den oberen Rücken sowie die Arme und Ellenbogen gegen die Wand.

Im Rahmen von Projekten der BVAEB zur „Gesundheitsförderung am Arbeitsplatz Kindergarten“ haben Kindergarten-, Kinderkrippen-, HPK- und Hort-Teams die Möglichkeit, im Schwerpunkt Bewegung „Gesunder Rücken“ Workshops in Anspruch zu nehmen.

HABEN SIE INTERESSE AN DIESEM ANGEBOT?

BVAEB Gesundheitsförderung
Catherine Wagner BSc MA, Lessingstraße 20, 8010
Graz, Tel: 050405 / 25770
Mail: graz.gesundheitsfoerderung@bvaeb.at





Unsere Schatzkiste – Praxisbeispiele aus den Kindergärten: **EINE KINDERKÜCHENZEILE IM KINDERGARTEN MIXNITZ**

Im Kindergarten Mixnitz ist eine gesunde und abwechslungsreiche Jause fixer Bestandteil an jedem Tag. Gemeinsam im Team wird die Jause zubereitet. Dabei werden wichtige sprachliche und feinmotorische Kompetenzen geschult. Im Kindergarten gab es leider keinen geeigneten Platz, so musste immer auf den Jausen-Tisch der Kinder zurückgegriffen werden. Dadurch ist die Idee entstanden, eine Küchenzeile für die Kinder zu errichten. Die Meinung der Kinder spielte dabei eine wichtige Rolle und so wurde eine Kinderkonferenz einberufen. Die Kinder hatten sehr tolle Ideen und Anregungen was „ihre Küche“ alles braucht. Angefangen von der Höhe der Küchenzeile bis hin zu Schneidbrettern und geeigneten Messern. Leider konnten nicht alle Wünsche der Kinder, wie zum Beispiel eine Eismaschine, erfüllt werden 😊.

Auch das Team hatte ein paar konkrete Wünsche, wie beispielsweise eine Magnettafel mit den Zeichen der Kinder, die sich selbst zu Küchenchefs und Küchenchefinnen einteilen können. außerdem sollten noch zwei weitere

Tafeln montiert werden, eine für die Jause, eine für das Mittagessen. Auf denen soll mit Hilfe von Bildtafeln ersichtlich sein, welche Speisen angeboten werden.

Auf Worte folgten Taten! Die Gemeinde unterstützt den Kindergarten tatkräftig, so wurde Material und auch die benötigte Arbeitskraft zur Verfügung gestellt. Das Ergebnis kann sich auf jeden Fall sehen lassen: Alle sind begeistert, ganz besonders die Kinder! 😊



Foto: © Kindergarten Mixnitz





Wissenswertes zu:

ERNÄHRUNG & ZAHNGESUNDHEIT



Wie viel Milch ist gut für Kinder?

(Tipps von Mag.^a Katharina Herberhold / Ernährungspädagogin bei Styria vitalis)

Milch und Milchprodukte wie zum Beispiel Topfen, Joghurt, Käse, Butter- oder Sauermilchprodukte liefern dem Körper wichtige Bausteine wie Eiweiß, Kalzium und verschiedene Vitamine, die vor allem bei Kindern und Jugendlichen nicht fehlen sollten. Für den Knochenaufbau ist Kalzium unerlässlich. Das findet sich in Milchprodukten in

hohen Mengen aber auch in grünem Gemüse wie etwa Brokkoli oder Kohl sowie in Nüssen und Hülsenfrüchten wie etwa Kichererbsen oder Bohnen.

Drei Portionen Milchprodukte am Tag tragen zu einer guten Versorgung bei. Bei Kindern im Kindergartenalter sind das jeden Tag:

- 125 ml Milch (1/2 Glas),
- 100 ml Joghurt (1/2 Becher),
- 50 g Topfen oder Hüttenkäse (eine Kinderfaust),
- 20 g Käse.



Foto: © Croce und Wir

TIPPS:

- ✓ Achtung! Milchprodukte mit Fruchtzusatz aus dem Supermarkt enthalten viel Zucker. Fruchtojoghurt ist schnell selbst gemacht. Mischen Sie gekauften Fruchtojoghurt mit Naturjoghurt oder pürieren Sie frische vollreife Früchte, die gerade Saison haben mit Naturjoghurt.
- ✓ Mischen Sie Milchprodukte nicht mit Ananas, Kiwi oder Papaya. Durch verschiedene Enzyme, die diese Früchte enthalten, schmecken Milchprodukte nach kurzer Zeit bitter. Wenn, dann schnell aufessen ☺!
- ✓ Naturjoghurt schmeckt nicht immer gleich. Manche sind milder, manche säuerlicher. Kosten Sie sich gemeinsam mit den Kindern durch die Produktpalette.
- ✓ Auch fertige Kakaomischungen sind meist Zuckerbomben. Mit Backkakao und Zucker hat man die Süße selbst in der Hand.
- ✓ Auch Smoothies mit frischen Früchten und Joghurt, Nüssen, Samen und ein paar Haferflocken sind tolle Milchmixgetränke, die auch bei Kindern gut ankommen, die Milch in purer Form ablehnen.
- ✓ Eine Verkostung verschiedener Käsesorten, kann auch Milchmuffel begeistern.
- ✓ Soßen, Suppen und Aufläufe lassen sich gut mit Milchprodukten anreichern.
- ✓ Verschiedene Milchalternativen wie Hafer- oder Dinkeldrinks können zur Erweiterung des Geschmackshorizonts hin und wieder verwendet werden. Der Anteil an Kalzium, Eiweiß und Vitamin B 12 ist jedoch geringer als bei Kuhmilchprodukten.

Weitere Infos zum Thema finden Sie hier:

<https://styriavitalis.at/information-service/ernaehrung/>





„Warum sind meine Zähne gelb?“

(Tipps von DDr. Elisabeth Danner / Kinderzahnärztin bei der Österreichischen Gesundheitskasse)

In der Regel bekommen unsere Kinder **20 Milchzähne**. Die ersten sichtbaren Zähne sind die Frontzähne, die im Alter von ca. 6 Monaten durchbrechen. Bezüglich Farbe handelt es sich dabei – wie der Name schon sagt – um helle, weiße Zähne, die an die Farbe von Milch erinnern. Gut gepflegte, gesunde Zähne erinnern auch an weiße Perlen, für die die Kinder meist sehr gelobt werden.

Rund um das Schulalter fallen dann die ersten Milchzähne aus, und bleibende Zähne werden rasch sichtbar. Im Gegensatz zu den Milchzähnen können die bleibenden Zähne leicht gelblich oder gräulich sein, denn die Farbe der Zähne ist von Mensch zu Mensch sehr unterschiedlich. Hier brauchen Eltern und Kinder manchmal „professionelle“ Begleitung, um einen gesunden Umgang mit der natürlichen Entwicklung der Zähne zu pflegen. Ich

erkläre den Kindern oft, dass jeder Mensch eine andere Zahnfarbe hat – genauso wie wir auch verschiedene Haarfarben haben. Das erleichtert oft schon die Annahme der eigenen Zahnfarbe.

Die natürliche Zahnfarbe kann auch durch andere Ursachen beeinträchtigt sein: Zahnbelag kann z.B. zu Zahnstein bzw. zu kariösen Veränderungen führen. Es gibt aber auch angeborene oder durch Antibiotika entstandene Schmelzdefekte und Veränderungen, die durch hohen Konsum von Säuren entstehen. Dabei spricht man dann von Erosionen. Des Weiteren können auch Nahrungsmittel Zahnverfärbungen bewirken, diese können aber in der Regel bei der professionellen Zahnreinigung entfernt werden. Ihr Zahnarztteam wird Sie sicher gern über diese und weitere Ursachen informieren und beraten!





Elterntipp:

GESCHLECHTERROLLEN IN DER FAMILIE



Mädchen und Buben werden auch heutzutage noch immer – bewusst oder unbewusst – sehr ungleich behandelt. Das beginnt bei der Farbwahl der Kleidung, den Spielsachen und Lebensmitteln, die teilweise speziell für ein Geschlecht bestimmt sind. Ein Blick in die Bekleidungsabteilung einiger Geschäfte zeigt, dass es wirklich schwierig ist, neutrale Farben für Mädchen zu finden. Mädchenkleidung ist meistens rosa, mit Glitzer und sehr lieblich. Wohingegen in Abteilungen für Bubengewand dunkle Farben dominieren.

Oft passiert es unbewusst, dass man seinen Kindern geschlechtsspezifische Kleidung oder Spielsachen kauft. Es gibt zum Beispiel Seifenblasenverpackungen als Prinzessin oder Bauarbeiter, auf Pyjamas sind Piraten oder Feen, Süßigkeiten gibt es in rosa Papier oder mit blauen Akzenten. Es ist vollkommen in Ordnung als Eltern den Wünschen nach Prinzessinnen, Piraten, rosa und blauer Kleidung nachzugehen. Allerdings sollten auch andere Wahrnehmungen und Wünsche Platz haben.

Viele Mamas und Papas gehen oft sensibel mit Geschlechterrollen um und sind sich der eigenen Haltung bewusst. Trotzdem sind gewisse Bilder und Einstellungen zum Thema Geschlecht so stark in uns verankert, dass es schwerfällt, diese zu verändern oder gar zu ersetzen. Das braucht möglicherweise viel Zeit und das ist auch in Ordnung. Wichtig ist es, offen und reflektiert zu sein. Wir tragen teilweise veraltete Rollen- und

Geschlechterbilder in uns und sind uns diesen nicht immer bewusst. Dabei spielt auch mit, dass unsere Gesellschaft nicht so offen ist, wie man annehmen möchte. Erfahrungen im Alltag nehmen wir oft kaum wahr, aber sie prägen das Geschlechterbewusstsein unserer Kinder enorm.

Ein Beispiel: Ein Opa geht mit seinen beiden Enkelkindern (Bub und Mädchen) spazieren. Sie kommen an einer Baustelle vorbei, als der Großvater zu seinem Enkelsohn sagt: „Schau mal da drüben, da ist eine Baustelle“. Daraufhin die Enkelin: „Hey, ich möchte die auch sehen“. Auch das Mädchen möchte den Bagger, den Kran und die Mischmaschine sehen und im Buch über die Baustelle mehr darüber erfahren – und das ist absolut in Ordnung. Wie es auch vollkommen in Ordnung ist, wenn Buben mit Puppen spielen und so im Rollenspiel lernen und erfahren was es bedeutet, sich um jemanden zu kümmern und fürsorglich zu sein.

Es macht viel mit Mädchen und Buben, wenn sie ausschließlich mit geschlechtstypischen Spielsachen spielen dürfen. In ihrem späteren Leben können sie so nur auf diese, eher einseitigen Spielerfahrungen zurückgreifen. Durch das Spielen üben Kinder unterschiedliche Verhaltensweisen. Es ist wichtig, jungen Menschen ein möglichst vielfältiges Handlungsrepertoire und unterschiedliche Spielsachen anzubieten. Natürlich erleben Kinder den Familienalltag oft so, dass der Papa arbeitet und die Mama einen Großteil der Zeit zuhause ist. Das sind Situationen und Abbildungen aus der kindlichen



Lebenswelt, die sich natürlich in Rollenspielen und Spielsituationen widerspiegeln und den Kindern auch Sicherheit geben. Aber diese können erweitert werden, und wir als Erwachsene können differenzierter hinschauen.

Wie kann es gelingen nicht in „typisch Bub und typisch Mädchen“ zu denken:

Wir können beispielsweise versuchen Mädchen mal nicht für ihr Aussehen zu loben oder Buben dafür, dass sie so stark sind. Aussagen wie „das ist ein typischer Bub“ können wir versuchen zu vermeiden. Hier müssen wir sensibler werden und unsere Einstellungen womöglich aufweichen. Auch Mädchen können Züge, Baustellen, Hubschrauber und Motorräder super cool finden und Buben können es toll finden sich zu schminken und Kleider zu tragen. Es sind Kinder. Ihre Welt ist magisch und darin ist alles möglich. Wieso also nicht einfach zulassen und die Kinder ausprobieren lassen? Offen sein für Vielfalt und Diversität in den Alltag bringen, kann für die ganze Familie eine spannende Erfahrung sein. Es ist aber auch ein Lernprozess für uns Erwachsene, weil wir

mit alten Geschlechterbildern aufgewachsen sind und nach wie vor damit konfrontiert werden.

Es geht darum sich zu fragen, welches Verständnis von Geschlechterrollen möchte ich als Mama, als Papa, als Kindergartenpädagogin ... meinen Kindern mitgeben? Seid sensibel und offen für unterschiedliche Bilder von Geschlechterrollen, sowohl in der Familie als auch in den Betreuungseinrichtungen. Reflektiert und spricht mit den Kindern über die Bilder, die vorherrschen und erlebt gemeinsam, wie man diese auch verändern kann. Vermittelt ihnen, dass sie alles sein können, was sie wollen: Pirat oder Prinzessin, rosa oder blau! Ganz egal – Hauptsache glücklich!

„(Geschlechter) Gerechtigkeit von morgen beginnt in den Familien sowie in den Bildungs- und Betreuungseinrichtungen von heute“ (Unsere Kinder 4/20, S. 3).

Literatur: Unsere Kinder: Das Fachjournal für Bildung und Betreuung in der frühen Kindheit 4/2020: Gender-Gerechtigkeit statt Rollen und Klischees.





TIPPS. LITERATUR UND KURZMITTEILUNGEN



GET! GESUNDE ENTSCHEIDUNGEN TREFFEN

(Mag. Silvia Adam-Scheucher / Gesundheitsförderin im Kindergarten,
Evolutionspädagogin und Coach bei Styria vitalis)

Die Schätze, die wir in uns tragen: Kinder auf ihrem Weg begleiten, stärken und ermutigen

Bis ein Kind in den Kindergarten kommt, hat es bereits Unglaubliches geschafft!

Vom schwerelosen Heranwachsen in den ersten neun Monaten, bis zum eigenständigen aufrechten Gang in den Kindergarten.

Viele prägende Eindrücke, Erfahrungen sowie kleine und große Herausforderungen werden in den ersten Lebensjahren bis zum Schuleintritt gesammelt und gemeistert. Bei manchen Kindern verläuft „alles“ reibungslos, andere brauchen mehr Begleitung und Unterstützung. „Es braucht ein ganzes Dorf, um ein Kind groß zu ziehen“, besagt eine afrikanische Weisheit und in diesem Sinne ist die Zeit für ein Kind im Kindergarten wichtig und wertvoll.

Überlegen Sie, mit welcher Motivation und Ausdauer sich Kinder neue Fähigkeiten aneignen.

Aus heutiger Erwachsenen-Sicht, würden einige von uns noch immer am Boden sitzen, da sie nach dem x-ten-Mal auf den Po fallen entschieden hätten, dass dieses „Aufsteh-Vorhaben“ viel zu anstrengend ist. ☺

Was hilft uns, wenn wir vor schier unlösbaren Herausforderungen stehen, wenn wir an uns zweifeln und glauben nicht gut genug zu sein? Richtig! Menschen, die an uns glauben, die für uns da sind und mit denen wir über alles sprechen können. Auch die Erfahrungen aus unserer Vergangenheit sind wichtig, denn sie erinnern uns daran, dass wir schwierige Situationen bereits gemeistert haben. Bei Kindergartenkindern wird diese Vergangenheit gerade gelebt.

Mit Kindern über ihre Erfahrungen und ihre Gefühle zu sprechen ist ein unsagbarer Schatz und trägt zu einem stabilen Fundament für das weitere Aufwachsen bei.

Wie wäre es mit den Kindern im Laufe der Kindergartenzeit eine „Stärken-Schatzkiste“ zu füllen? Jedes Kind bekommt seine eigene Schatzkiste (zum Beispiel eine kleine Schuhschachtel) die mit positiven Erfahrungen, bewältigten Herausforderungen und ermutigenden Erlebnissen gefüllt wird. Vielleicht auch mit Erinnerungen an besonders schöne Momente. Beim Übergang in die Volksschule bekommt jedes Kind diese „Stärken-Schatzkiste“ mit auf den Weg. Und wer weiß in welcher herausfordernden Situation gerade dieser Schatz hilfreich sein kann.



Dieser Beitrag wird anlässlich der steiermarkweiten Fortbildungsreihe „GET-Gesunde Entscheidungen treffen; Gesundheitskompetenz für die Lebenswelt Kindergarten“ veröffentlicht.

Das Netzwerk „Gesunder Kindergarten – gemeinsam wachsen“ organisiert jährlich in Kooperation mit der Fachabteilung 6 des Landes Steiermark – Referat Kinderbildung und –betreuung – ein Fortbildungsangebot und verbindet dabei Themen des Bildungsrahmenplans mit Gesundheit bzw. Gesundheitsförderung.



Buchtipp – Das Farbenmonster

Es gibt so viele Gefühle, da ist es nicht leicht diese immer zu verstehen und richtig zuordnen zu können. Auch dem Farbenmonster geht es so. Es weiß gar nicht was los ist, weil alle Gefühle auf einmal kommen. Zum Glück gibt es jemanden, der ihm hilft die Gefühlswelt in Ordnung zu bringen und sich seine Emotionen näher anzuschauen. Die gelbe Fröhlichkeit, genauso wie die blaue Traurigkeit, die sich wie ein Regentag anfühlt.

Das Buch von Anna Llenas ist bunt – wie die Gefühlswelt auch. Es ist eine gute Möglichkeit, um mit Kindern über unterschiedliche Gefühle und wie sich diese anfühlen, zu sprechen. Es zeigt, dass alle Gefühle, ob hell oder dunkel, ihren Platz haben und gelebt werden dürfen. Oft liegt es an uns, dies auch zuzulassen. Ein schönes Buch für Groß und Klein.



TERMINAVISO



Allgemeine Information zu Terminen des Netzwerks

Bitte informieren Sie sich über aktuelle Veranstaltungen des Netzwerks auf unserer Website unter <https://www.gesunder-kiga.at/index.php/termine/termine-vom-netzwerk> !

Die Termine werden laufend aktualisiert!



IMPRESSUM

Medieninhaber
und Herausgeber:

Kontaktdaten:
Homepage:
Angaben zur Offenlegung gem. §25
MedienG unter:
Fotonachweis:



Österreichische Gesundheitskasse
Haidingergasse 1
1030 Wien
Telefon: 050 766 / 15 1946
Fax: 050 766 / 15 661946
gesunder-kiga@oegk.at
www.gesunder-kiga.at
www.gesundheitskasse.at/impressum



Styria vitalis
Marburger Kai 51
8010 Graz
Telefon: 0316 / 822094-46
Fax: 0316 / 822094-31
gesunder-kiga@styriavitalis.at
www.gesunder-kiga.at
www.styriavitalis.at

© Martina Lehofer-Muhr, BVAEB, Kindergarten Mixnitz, Croce und Wir

VOM NEWSLETTER ABMELDEN

