



gesunder
KINDER
GARTEN

NEWSLETTER



„Gesunder Kindergarten – gemeinsam wachsen“ Newsletter September 2018

Unsere Themen in dieser Ausgabe:

- [Allgemeines aus dem Netzwerk: Rückblick und Vorschau steiermarkweite regionale Fortbildungsreihe](#)
- [Beitrag unserer regionalen Referentin Manuela Rodler \(TCM-Ernährungsexpertin\)](#)
- [Praxisbeispiel aus dem Kindergarten: Kunstprojekt der Kindergärten Mürzhofen & Allerheiligen](#)
- [BVA Bewegungstipp: Starker Rücken im Arbeitsalltag](#)
- [Wissenswertes zur Ernährung \(„Die großen 4 von Frühstück und Jause“\) & Zahngesundheit \(„Zahntrauma bei bleibenden Zähnen“\)](#)
- [Elterntipp: „Raus in die Natur“](#)
- [Tipps/Literatur/Kurzmitteilungen: 150 Jahre STGKK, Rechtlicher Tipp „Kindergartenausflüge“, Buchtipp, GEKI-Bastelwettbewerb](#)
- [Terminavis: regionale Fortbildungen, Netzwerktreffen](#)

Zum Netzwerk „Gesunder Kindergarten – gemeinsam wachsen“ gehören mittlerweile schon 126 Projektkindergärten und 28 Netzwerkkindergärten: Werden auch Sie Teil des Netzwerkes und wachsen Sie mit! Hier geht's zur Anmeldung: >> anmelden





Rückblick Fortbildungsreihe „Recht auf Risiko“ und Vorschau Fortbildungsreihe 2018/19 zum Thema „Bewegung“

Im Sommersemester 2018 widmete sich die steiermarkweite Fortbildungsreihe, die jährlich in Kooperation mit der Abteilung 6 des Landes Steiermark – Referat Kinderbildung und -betreuung – durchgeführt wird, zum zweiten Mal in Folge dem Thema **Recht auf Risiko**.

146 PädagogInnen und BetreuerInnen aus rund 115 Kindergärten, -krippen und -horten besuchten die ganztägige Fortbildung mit Dr. Ulrike Cichocki und Mag. Eva Maria Deutsch, die zwischen März und Mai 2018 an sieben steirischen Standorten stattfand. Die TeilnehmerInnen lernten rechtliche Grundlagen rund um die Aufsichtspflicht kennen und wurden ermutigt, Risiken zu optimieren statt zu minimieren.

Essenzen aus der Fortbildung:

- Bauchgefühl hat Relevanz
- Pädagogisch begründetes Verhalten schützt rechtlich
- Risiko fördert Entwicklung



©Styria vitalis

Vorschau regionale Fortbildungsreihe 2018/19

In diesem Kindergartenjahr wird sich die regionale Fortbildungsreihe mit dem Thema **„Raus ins Freie! Der Garten als Bewegungsraum“** beschäftigen.

Bewegungserfahrungen, vielfältige Sinneseindrücke und deren Zusammenspiel sind wichtige Grundlagen für eine gesunde Entwicklung von Kindern. Bewegung trägt daher wesentlich zu einer gesunden physischen und psychosozialen Entwicklung bei.

Um diesen Anforderungen gerecht zu werden, soll auch der Garten im Kindergarten als Bewegungsraum fungieren und genützt werden. Untersuchungen zeigen, dass Bewegung in natürlichen Landschaften signifikant stärkere positive Effekte auf die physische Gesundheit hat als in geschlossenen Räumen. Wald und Wiesen fördern unser psychisches Wohlbefinden und wirken unter anderem stimmungsaufhellend.

Mit folgenden Inhalten und Ziele wollen wir uns in dieser Fortbildung beschäftigen:

- Die Haltung der PädagogInnen für Bewegung in der Natur stärken und in der Elternarbeit unterstützen.
- Bewegungsmöglichkeiten aufzeigen, welche der Garten im Kindergarten bietet.



Nähere Informationen und Termine werden noch bekanntgegeben und sind dann auch auf der Website www.gesunder-kiga.at (unter Termine) zu finden.





Beitrag unserer regionalen Referentin Manuela Rodler (TCM-Ernährungsexpertin)

Die Bedeutung des „WARMEN FRÜHSTÜCKS“ nach Traditioneller Chinesischer Medizin (TCM)

In der traditionellen chinesischen Medizin hat das „WARMES FRÜHSTÜCK“ einen besonderen Stellenwert. Wir schlafen die ganze Nacht, aber unser Körper arbeitet trotzdem, um unsere Funktionen aufrecht zu erhalten. Dabei verbraucht er Energie. Gehen wir ohne Frühstück außer Haus, schaden wir auf Dauer unserem Körper. Der Stoffwechsel funktioniert nicht mehr optimal, die Folgen sind Konzentrationsschwächen, chronische Müdigkeit und extreme Süßgelüste.

Der Verdauungstrakt von Kindern ist bis zu ihrem 7. Lebensjahr noch nicht ganz ausgebildet und das sogenannte „Verdauungsfeuer“ ist noch klein. Kinder brauchen für ihre Entwicklung viel Energie. Um sie dabei zu unterstützen, ohne ihre Verdauung zu überlasten, ist es sinnvoll ihnen ein warmes gekochtes Frühstück anzubieten, damit sie sofort Energie und Kraft daraus schöpfen können. Kalte und rohe Nahrungsmittel muss der Körper erst erwärmen, um daraus Energie gewinnen zu können. Dies wäre oft die Antwort auf ständige Infekte, laufende Nasen, Husten und Verdauungsprobleme der Kinder.

Rezept: Polenta Frühstück nach TCM

1 L Kokosreismilch, Mandelmilch oder Hafermilch erhitzen, 8 EL Polenta (BIO) einrühren, sowie Walnüsse, Rosinen und Kokosraspeln. Zum Schluss Obst der Saison unterheben und mit Koriander, Kardamom, einer Prise Salz und einem Spritzer Zitrone würzen.



©Alle Fotos zum Beitrag von Manuela Rodler



Weitere ReferentInnen finden Sie unter: <https://www.gesunder-kiga.at/index.php/netzwerk-gesunder-kindergarten/referentinnen>





Unsere Schatzkiste: Praxisbeispiele aus den Kindergärten

Kunstprojekt der Kindergärten Mürzhofen & Allerheiligen

Kulturelle Bildung in der Elementarpädagogik ist grundlegend und unabdingbar. Kleine Kinder spielen, singen und tanzen noch bevor sie überhaupt sprechen können. Nach und nach erkunden sie die Welt und malen, bauen und gestalten sie. Daher müssen die Kinder nicht an Kreativität herangeführt werden, sondern es geht vielmehr darum, den Kindern den Zugang, den nötigen Raum und das nötige Material zur Verfügung zu stellen.



Das Team vom Kindergarten Mürzhofen sieht es als wichtige Aufgabe, Kultur für Kinder greifbar zu machen! Das Jahresprojekt 2017/18 „**Ein kunterbuntes KindergARTenjahr**“ war ein Gemeinschaftsprojekt mit dem Kindergarten Allerheiligen. Dabei wurden Kunst und Kultur sowohl im Kindergartenalltag, in Bräuchen und Traditionen als auch in kulturellen Produkten und Werken sichtbar gemacht. Es umfasste die klassischen Bereiche: Malerei, Bildhauerei, Architektur, Theater, Tanz, Musik, Literatur und Medien.

Die Besuche von Kunstausstellungen, einem Museum und die Zusammenarbeit mit Künstlern aus der Umgebung werteten das Projekt noch auf:



Drei außergewöhnliche Vormittage mit dem Thema „**Farben, Formen und Klänge in und mit der Natur**“ erlebten die Kindergärten mit dem Künstler und Referenten des Programms „Gesunder Kindergarten“ **Stefan Kohlhofer**, der mit seinen Klangschalen, der Schamanentrommel, dem Didgeridoo und der Kristallharfe die Kinder in Schwingung versetzte und somit bei der Gestaltung ihrer Kunstwerke inspirierte.

Spannend, erlebnisreich und vor allem lustig erlebten die Kinder den aufregenden Vormittag mit dem Künstler **Franz Krammer** in seinem privaten **Skulpturengarten**, im **Ausstellungsraum** und in seiner **Künstlerwerkstätte**. Die kreative Entdeckungsreise mit dem „**View-Find-Er**“, welches einem Fernrohr ähnelte, blieb allen Kindern besonders in Erinnerung.



Gleich in der Nähe des Kindergartens, in **Erika's Wollwerkstatt** entdeckten die Kinder mit **Erika Schoberer** das **Filzen** mit Schaf- und Alpakawollvlies als **Handwerkskunst**. Jedes Kind konnte an diesem Vormittag selbst kreativ werden und seine eigene kuschelige Sesselaufgabe künstlerisch gestalten und filzen.



Der Höhepunkt dieses Projektjahres war das gemeinsame **Künstler-Sommerfest** mit einer Vernissage, wobei die Kinder beider Kindergärten ihre kunstvollen und farbenprächtigen Werke den Familien und vielen Gästen präsentieren konnten.



Weitere interessante Praxisbeispiele finden Sie auch auf unserer Website unter: <https://www.gesunder-kiga.at/index.php/service/beispiele-aus-der-praxis>

©Alle Fotos zum Beitrag vom Kindergarten Mürzhofen





BVA Bewegungstipp: Starker Rücken im Arbeitsalltag

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

Diese Übung stärkt Ihren Rücken und lässt Sie entspannter und konzentrierter Ihren Alltag bewältigen.

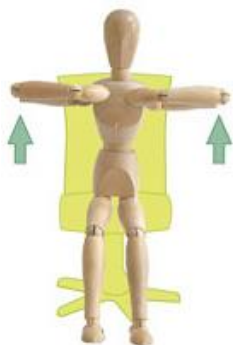
Ziel dieser Übung → Stärkung der Rückenmuskulatur

Ausgangsstellung:

- Aufrechter Sitz

Ablauf:

- Bewegen Sie den Oberkörper ein wenig nach vorne.
- Heben Sie beim Einatmen die Arme seitlich bis in Schulterhöhe an und beugen Sie die Ellenbogen.
- Beim Ausatmen ziehen Sie die Schulterblätter nach innen und lösen dann die Spannung.



©BVA

Stärkung des Rückens, der Schultern und Oberarme

Ziel dieser Übung → Stärkung der oberen Rückenmuskulatur sowie der Schultern und vorderen Oberarme

Ausgangsstellung:

- Aufrechter Sitz
- Füße stehen fest am Boden

Ablauf:

Nach Erlangen der Ausgangsstellung halten Sie die Ellenbogen auf Schulterhöhe und verhaken Ihre Finger ineinander. Ziehen Sie anschließend die Ellenbogen auseinander und halten die Spannung für etwa 4 bis 6 Sekunden.

Im Rahmen von Projekten der BVA zur Gesundheitsförderung am Arbeitsplatz Kindergarten haben Kindergartenteams auch die Möglichkeit, sich im Rahmen des Schwerpunktes „Bewegung“ dem Thema „Gesunder Rücken“ zu widmen.



©BVA

Haben Sie Interesse an Angeboten der BVA?

Kontakt: BVA Gesundheitsförderung, Catherine Fandl, MA

Grieskai 106, 8020 Graz

050405/25770; Mail: graz.gesundheitsfoerderung@bva.at



Wissenswertes zur Ernährung & Zahngesundheit

Die großen 4 von Frühstück und Jause (Tipps von Andrea Goriupp, MSc, BEd und Doris Dreier, Abteilung Naturküche, Styria vitalis)

Frühstück und Jause sind wichtige Energiemahlzeiten: Flüssigkeitsverluste werden ausgeglichen, Heißhunger auf „Süßes oder Fettiges mit viel Kalorien“ können vermindert und die Konzentration und Aufmerksamkeit gesteigert werden. Die Mahlzeiten sollen sich ergänzen - wenn Kinder (zu) wenig frühstücken, kann auch eine etwas größere Portion Jause für die nötige Energie sorgen.

Was macht ein gutes Frühstück bzw. eine kluge Jause aus?

4 Lebensmittelgruppen sollten immer fixe Bestandteile sein: **Getränke, Obst/Gemüse, (Vollkorn)Getreideprodukte und Milch/-produkte.** Optimal sind naturbelassene Produkte, die keinen zugesetzten Zucker und mehr Nährstoffe als Fertigprodukte enthalten. Kinder bei der Mahlzeitengestaltung miteinbeziehen und selbst als gutes Vorbild wirken kann Kids zu gesünderem Essen motivieren.



©Styria vitalis

Bunter Zauber aus 1001 Nacht (für ca. 4 Kinder)

- 200 g (Vollkorn-)Couscous (ca. 2 Tassen)
- ca. 400 g heiße Gemüsebrühe oder Wasser (ca. 4 Tassen)
- 150 g Erbsen oder Linsen, gekocht
- ca. 200 g saisonales Gemüse (z.B. 1 gelbe Paprika, 2 Tomaten, ½ Gurke)
- ½ Bund Frühlingszwiebeln
- 1 Knoblauchzehe
- 1 Handvoll frische Minze
- Saft von 1 Zitrone
- 2 EL Tahin (Sesammus)
- 1 EL Senf
- 1 TL Honig
- Salz, Pfeffer nach Geschmack

Zubereitung:

Den Couscous mit der heißen Gemüsebrühe oder dem Wasser nach und nach aufgießen und jeweils ziehen lassen. Das Gemüse waschen und klein schneiden, Knoblauchzehen schälen und hacken. Minze waschen, trocken schütteln und hacken. Für das Dressing alle Zutaten verrühren und zu den vorbereiteten Zutaten geben. Alles gut vermengen, würzen und ½ Stunde ziehen lassen.

Tipp: das Gericht kann auch am Abend zubereitet und als Jause (Gemüsesalat) mitgegeben werden.

Allergenkennzeichnung: A, N, M, (L – evtl. in Gemüsebrühe)



Zahnverletzungen bei bleibenden Zähnen (Tipps von DDr. Elisabeth Danner, STGKK-Kinderzahnärztin)

Manche Kinder bekommen schon mit 5 Jahren oder noch früher bleibende Frontzähne. Folgend finden Sie einige Tipps für verschiedene Zahnverletzungen bei bleibenden Zähnen:

- **Schlag oder Stoß**

Den Zahn mehrmals täglich mit einer antibakteriellen Mundspüllösung abtupfen.

- **Abgebrochene Zahnkrone**

Je mehr von der Zahnkrone abgebrochen ist, desto dringender ist es, bald einen Zahnarzt aufzusuchen, auf jeden Fall aber, wenn der Zahn aus dem Zahnmark blutet. Das ist meist mit (starken) Schmerzen verbunden. Abgebrochene Zahnteile können auch wieder angeklebt werden.

- **Gelockerte Zähne**

Bei bleibenden Zähnen wird meist eine Schiene angebracht. Sollte der Zahnarzt nicht erreichbar sein, dann am besten gleich zur Zahnambulanz (Nachts: Kieferchirurgie) in das LKH fahren.

- **Verschobene Zähne oder hineingeschlagene Zähne**

Eine Behandlung ist dringend! Manchmal können die Kinder nicht mehr richtig zubeißen.

- **Herausgeschlagene Zähne**

Diese können wieder eingesetzt werden. Achtung: den Zahn nur an der Zahnkrone (nicht an der Wurzel) berühren und in Flüssigkeit legen. Ideale Aufbewahrungsmöglichkeit ist eine Zahnrettungsbox (Dentosafe), sonst Haltbarmilch, Milch, sterile Kochsalzlösung, Speichel oder einfach Wasser. Der Zahn soll unbedingt feucht bleiben.



Mundhygiene: vorsichtige Reinigung der betroffenen Zähne bzw. der Wunde mit Zahnbürste mit weichen Borsten. Am besten auch eine antibakterielle Mundspüllösung für 2 Wochen verwenden und normale Kost essen.

Fortbildungstipp Zahngesundheit - Gesund im Mund und rundherum!
Aktuell sind 66 % der steirischen 6-Jährigen kariesfrei. Damit das so bleibt bzw. eine weitere Verbesserung erreicht werden kann, bietet Styria vitalis im Rahmen des Steirischen Kariesprophylaxeprogramms neben der Gruppenprophylaxe und den Elterninfoveranstaltungen auch **kostenlose Multiplikatorinnenschulungen für KindergartenpädagogInnen**. Haben Sie spezielle Fragen zum Thema Zahngesundheit oder wollen Sie z. B. eine kariespräventive Strategie in Ihrer Einrichtung umzusetzen und brauchen Sie Tipps? Gerne gestalten wir die Schulung individuell angepasst auf die Bedürfnisse Ihrer Einrichtung. [Details zum Angebot finden Sie hier.](#)





„Raus in die Natur“

Der Herbst verwandelt die Natur in ein prächtiges Schauspiel. Er lässt die Blätter in bunten Farben leuchten, Obst und Gemüse reifen, die Wolken über den Himmel fegen und Winde über Felder, Wälder und Wiesen pfeifen. In dieser aufregenden und goldenen Zeit lohnt es sich, mit Ihrem Kind/ Ihren Kindern möglichst viel Zeit an der frischen Luft zu verbringen und auf Entdeckungsreise zu gehen.

Machen Sie Ihre Kinder auf besondere Naturschätze – eine Feder, ein Schwammerl, eine Schnecke... – aufmerksam, aber lassen Sie sie vor allem auch selbst entdecken und forschen. Kinder lieben es außer Sichtweite von Erwachsenen zu spielen, sich zu verstecken und Neues zu erkunden. Wenn Sie das – wenn auch nur im kleinen Rahmen – ermöglichen, werden Sie merken, wie die Kinder in ihrem Spiel voll und ganz aufgehen. Besonders spannend finden Kinder außerdem, wenn sie ein Messer oder eine Säge benutzen dürfen, um z.B. ein Schwammerl abzuschneiden oder einen Ast abzusägen.

Ganz nebenbei fördert das regelmäßige Zeitverbringen im Grünen auf umfassende Weise die Entwicklung und Gesundheit Ihrer Kinder:

- Wohlbefinden, Selbstvertrauen, Kreativität, Motivation, Selbstständigkeit und Lernerfolg – werden positiv beeinflusst,
- soziale Kompetenz wird gestärkt,
- motorische Fähigkeiten werden gefördert,
- die Widerstandsfähigkeit gegen Krankheiten wird verbessert und Kurzsichtigkeit vorgebeugt,
- eine positive Beziehung zur Natur wird aufgebaut, was hilft das Umweltbewusstsein zu entwickeln,
- und natürlich machen regelmäßige Ausflüge ins Grüne einen Riesenspaß. Kinder können sich so richtig austoben und die Zeit verfliegt wie im Nu.

In diesem Sinne: Raus in die Natur!





Was muss ich als KindergartenpädagogIn bei Ausflügen beachten?

(Tipps von Dr.Ulrike Cichocki und Mag. Eva Maria Deutsch)

Bei Veranstaltungen außerhalb der Kindergartenliegenschaft muss zwischen Ausflügen im und außerhalb des Nahbereichs unterschieden werden.

Außerhalb des Nahbereichs ist eine Aufsichtsperson für je sechs Kinder im Alter vom vollendeten 3. Lebensjahr bis zum Schuleintritt vorgesehen, bzw. eine für je zwei Kinder unter drei Jahren und eine für je höchstens zwei Kinder mit besonderen Erziehungsansprüchen.

Für regelmäßige und wiederkehrende Ausflüge, beispielsweise in den Wald, gilt für Kindergärten (diese Sonderregelung gibt es nur für Kindergärten) ein weniger strenger Personalschlüssel: Bei Ausflügen im Nahbereich reichen zwei Aufsichtspersonen je Gruppe. Was unter Nahbereich fällt und wo er liegt, definiert jeder Kindergarten gemeinsam mit dem Kindergartenerhalter entsprechend den örtlichen Gegebenheiten selbst. Am einfachsten ist es, den so abgesprochenen Nahbereich in einer Karte einzuzeichnen und dadurch für alle erkennbar zu fixieren. Zu beachten ist, dass im Nahbereich keine Gefährdung der Kinder, insbesondere durch den Straßenverkehr zu erwarten sein darf. Bei Ausflügen gilt ein höherer Sorgfaltsmaßstab als im Kindergarten. KindergartenpädagogInnen, aber auch die Kinder und die Eltern, müssen sich selbst über die geplante Aktivität bzw. eventuelle Gefahren informieren. Weiters müssen sie die Kinder anleiten und Regeln aufstellen und diese Regeln auch kontrollieren sowie bei Bedarf eingreifen. (Die Aufsichtspflicht für KindergartenpädagogInnen ist im §23 in Verbindung mit §3Abs. 3lit f des steiermärkischen Kinderbildungs- und -betreuungsgesetzes geregelt.)



©Foto Baldur

Aus risikopädagogischer Sicht sind Ausflüge, vor allem in die Natur, sehr wertvoll, weil die reale Lebenswelt und die Natur risikoreicher sind als vorbereitete Lernumgebungen und somit mehr Erfahrungsmöglichkeiten und Lernnutzen beinhalten. Kinder, die regelmäßig in der Natur, im Wald, an Bächen, in Wiesen, auf naturnahen Spielplätzen spielen, lernen und sich bewegen, sind nicht nur risikokompetenter, d.h. können nicht nur mit den möglichen Gefahren und Herausforderungen besser umgehen, sondern sind auch in vielfältigen Grundkompetenzen gestärkt (>> siehe auch Elterntipps „Raus in die Natur“).

Wichtig ist bei Ausflügen, sich gut vorzubereiten, das bedeutet einerseits mögliche Gefahren abzusichern, einen Notfallplan auszuarbeiten, Eltern und Kinder zu informieren und andererseits zu überlegen, welche Risiken für das Lernen der Kinder erfahrbar werden können bzw. zu welchen Entwicklungsschritten einzelne Kinder ermutigt werden sollen. Risikopädagogik bedeutet immer wieder die Balance herzustellen: so viel Sicherheit wie nötig und so viel Freiraum wie möglich.

(Quelle: Dr.ⁱⁿ Ulrike Cichocki und Mag.^a Eva Maria Deutsch nach §23 in Verbindung mit §3Abs. 3lit f des steiermärkischen Kinderbildungs- und -betreuungsgesetzes; Auszug aus der steiermarkweiten Fortbildungsreihe „Recht auf Risiko“ 2017 des Netzwerks „Gesunder Kindergarten – gemeinsam wachsen“ und der Abteilung 6, Bildung und Gesellschaft, Referat Kinderbildung und -betreuung des Landes Steiermark).



Buchtip – Wir entdecken unsere Sinne

Das Buch von Angela Weinhold aus der Sachbuchreihe „Wieso? Weshalb? Warum?“ zeigt, wie unsere fünf Sinne funktionieren und beantwortet viele Kinderfragen rund ums Thema:

- Was sind die fünf Sinne?
- Womit riecht die Nase?
- Wieso haben wir zwei Augen?
- Wie lassen sich die Sinne täuschen?

Das Buch ist nicht nur ein Wissensschatz. Liebevolle Illustrationen und Klappenelemente machen es zu einer wahren Sinnesfreude für Kinder ab dem Kindergartenalter und für VorleserInnen. „Wir entdecken unsere Sinne“ ist 2005 im Ravensburger Buchverlag erschienen.



GEKI-Bastelwettbewerb: GEKI selbst gemacht

Wer kann sich noch erinnern? Bei unserem Netzwerktreffen „Gesunder Kindergarten – gemeinsam wachsen“ im letzten Jahr, wurde erstmals unser „GeKi“ vorgestellt. Die **Handpuppe** wurde von Elfi Scharf (Kuddel Muddel Theater) eigens für den Gesunden Kindergarten entwickelt.

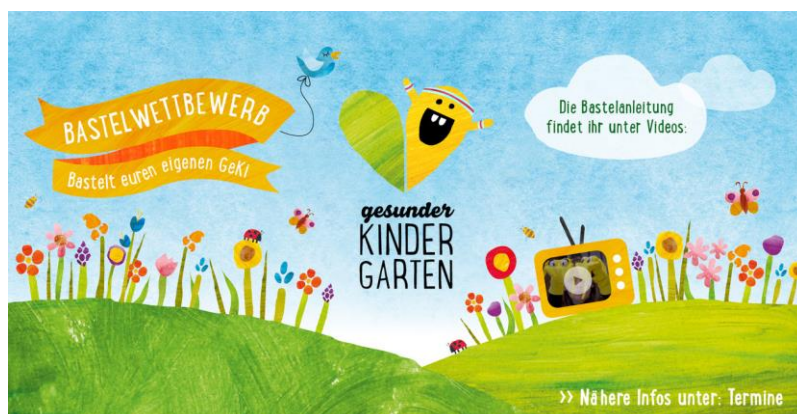
Und das aus gutem Grund: der „GeKi“ ist ein tolles Werkzeug, um Kinder im Gesunden Kindergarten nach ihrer Meinung und ihren Wünschen zu fragen, sie also stärker zu beteiligen. Denn Demokratie, also die aktive Mitgestaltung von (gesunden) Lebensbedingungen, will gelernt sein.

Möchte man im Kindergarten beispielsweise den Garten neu gestalten und bepflanzen, kann der „GeKi“ spielerisch ins Thema einführen und die Kinder fragen: „Fühlt ihr euch im Garten wohl? Was gefällt euch daran, was weniger? Was würdet ihr euch im Garten noch wünschen?“. Die Ideen der Kinder werden gesammelt und im Anschluss wird entschieden, was umgesetzt werden soll und was nicht (möglich ist). Einen guten Rahmen, um mit Kindern abzustimmen, bietet z.B. ein Kinderparlament, eine Kinderkonferenz oder auch der Morgenkreis. Wichtig ist, dass einige Ideen der Kinder dann auch umgesetzt werden. Natürlich bieten sich noch viele weitere Gesundheitsförderungsthemen – Bewegung, Ernährung, Umgang miteinander – für die aktive Einbeziehung der Kinder an.



Und jetzt seid ihr dran: [bastelt den „GeKi“ mithilfe des Videos ganz einfach nach](#). Beim Netzwerktreffen am 21. November 2018, werden wir EUREN GEKI präsentieren. Schickt uns einfach ein Foto eurer Kindergartenhandpuppe – am besten im Einsatz im Kindergarten an gesunder-kiga@stgkk.at. Wir sind schon sehr gespannt auf eure kreativen Ideen!

Auf die Plätze, fertig, GEKIS basteln, los! ☺





150 Jahre Steiermärkische Gebietskrankenkasse

Die STGKK feiert 2018 ihren 150. Geburtstag. Anlässlich dieses Jubiläums werden am Mittwoch, 17. Oktober 2018 von 8 bis 15 Uhr alle Steirerinnen und Steirer zu einem „Fest der Gesundheit“ in die Räumlichkeiten der STGKK in Graz eingeladen.

Das Programm reicht von aktiven Angeboten im Rahmen der Gesundheitsstraße über kulinarische Kostproben, bis hin zu attraktiven Shows, einer Rätsel-Rallye, einem Gewinnspiel sowie Führungen durch das Fachärzteezentrum.

[>> Details zur Veranstaltung finden Sie in der kommenden XUND Zeitschrift \(Ausgabe III 2018\) bzw. auch online!](#)

Terminavisos



27. September 2018: Fortbildung „Zum gesunden Umgang mit Konflikten“

Konflikte und psychische Gesundheit hängen zusammen. Nicht aufgearbeitete Konflikte können das Betriebsklima und damit die psychische Befindlichkeit einzelner MitarbeiterInnen stark beeinträchtigen. So wird in dieser Fortbildung in Theorie und Praxis auf schwierige Situationen eingegangen und es sollen "Werkzeuge" zur Anwendung erlernt werden.

Termin: 27. September 2018, 09:00 – 17:00 Uhr

Ort: JUFA Maria Lankowitz (Am See 2, 8591 Maria Lankowitz)

Anmeldung unter 0316 / 82 20 94 – 10 bzw. sura.dreier@styriavitalis.at



03. Oktober 2018: Regionale Fortbildung „Handwerk des Puppenspiels“ für Projektkindergärten aus dem Bezirk Murtal

Der scheinbaren Leichtigkeit und Lebendigkeit des Figurespiels liegt ein Handwerk zu Grunde, das Sie an diesem Nachmittag mit viel Spaß und Spiel kennenlernen können.



03. Oktober 2018: Regionale Fortbildung „Evolutionspädagogik“ für Netzwerk- und Projektkindergärten

Evolutionspädagogik kann die Entwicklung von Kindern mit einfachen Bewegungsübungen unterstützen. Erfahren Sie, wie Bewegungsmuster und emotionale Fähigkeiten trainiert, stabilisiert und integriert werden können.



24. Oktober 2018: Regionale Fortbildung „Was Kinder stark macht und schützt – Resilienzförderung im Kindergarten“ für Netzwerk- und Projektkindergärten

In dieser Fortbildung beschäftigen Sie sich damit, wie Sie die Resilienz von Kindern, also ihre psychische Widerstandsfähigkeit, fördern und Kinder stark fürs Leben machen können.

Termin: 24. Oktober 2018, 14:30 – 18:30 Uhr

Ort: Gemeindekindergarten Unterpremstätten (Kirchweg 8, 8141 Premstätten)

Anmeldung bei Sura Dreier, BSc, 0316/ 82 20 94 – 10 oder gesunder-kiga@styriavitalis.at



21. November 2018: Netzwerktreffen „Gesunder Kindergarten – gemeinsam wachsen“

Auch in diesem Jahr findet wieder unser jährliches Netzwerktreffen in Graz statt. Dieses Jahr wird es einen Marktplatz geben, bei welchem Sie die Möglichkeit haben ReferentInnen und KooperationspartnerInnen vom Netzwerk „Gesunder Kindergarten – gemeinsam wachsen“ zu treffen und ihre Angebote kennenlernen können.

Termin: 21. November 2018, 14:30 - 18:00 Uhr

Ort: Steiermarkhof (Ekkehard-Hauer-Straße 33, 8052 Graz)

Anmeldung unter 0316/ 8035 – 8055 oder gesunder-kiga@stgkk.at nur für unsere Projekt- und Netzwerkkindergärten!



Weitere Termine finden Sie unter: <https://www.gesunder-kiga.at/index.php/termine/termine-vom-netzwerk>

