

# Gesund und fit macht alle mit!- Gesundheitsförderung in der Kita

Der Umgang mit der eigenen Gesundheit ist in aller Munde. Ein Überangebot an Lebensmitteln bedrängt uns, Menschen bewegen sich zu wenig, Kinder werden als Konsumenten gesehen und kräftig beworben...

Heutzutage gehört die Beschäftigung mit der eigenen Gesundheit zum Alltag. Auch zum Kindergartenalltag? In irgendeiner Weise bestimmt.

Diese Fortbildung gibt Ihnen ganz praktisch Einblick in die Gesundheitsförderung nach Kneipp und regt Sie an, ein eigenes Gesundheitskonzept für Ihr Haus zu entwickeln. Im Fokus stehen die Kinder und Erzieher/innen und ihre Bedürfnisse.

**Ziel ist es mit Spaß und Freude gemeinsam im Alltag die Gesundheit zu fördern.**

**Die Selbstkompetenz der Kinder und Erzieherinnen soll in gegenseitiger Achtsamkeit gestärkt werden.**