

Der Beginn von einigen der Projekte von **fit4future Kita** musste aufgrund der Corona Pandemie vom Frühjahr auf den **Herbst 2020** verschoben werden.

Die neuen Termine für die Workshops in den einzelnen Bundesländern finden in folgenden Städten statt:

- Baden-Württemberg, **Esslingen**, November 2020
- Bayern, **Nürnberg**, Oktober 2020
- **Hamburg**, Oktober 2020
- Mecklenburg-Vorpommern, **Schwerin**, Oktober/November 2020
- Nordrhein-Westfalen, **Köln**, November/Dezember 2020
- Rheinland-Pfalz, **Mainz**, November/Dezember 2020
- Schleswig-Holstein, **Neumünster**, November 2020

Nachfolgend erhalten Sie nochmals die Informationen zu den Rahmenbedingungen des Projektes **fit4future Kita**:

Neu ist: das bisherige, von der DAK-Gesundheit unterstützte Bewegungsprojekt der Hengstenberg-Pikler-Gesellschaft, bekannt unter dem Namen **Wir bewegen Kitas**, wird ab 2020 ein Teilmodul der Präventionsinitiative **fit4future**, eine Initiative der Cleven-Stiftung, powered by DAK-Gesundheit

**fit4future Kita** ist ein ganzheitliches einjähriges Präventionsprogramm für Kitas für die Zielgruppe der 3-6-Jährigen. Es hat eine Laufzeit von einem Jahr. Die Kitas durchlaufen vier Module:

- **Das Modul Bewegung**

Die Förderung der autonomen Bewegungsentwicklung und Entfaltung nach dem Spiel- und Bewegungskonzept von Elfriede Hengstenberg steht hier im Mittelpunkt.

Dieses Modul beinhaltet für jede Einrichtung 2 Fortbildungstage für 2-3 Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter und ein Leih-Set mit Hengstenberg-Materialien für 12 Monate.

Neben dem Bewegungs-Modul für den Elementarbereich (3-6 Jahre) werden von fit4future drei weitere Module angeboten. Entwickelt wurde das neue und in dieser Form einzigartige Programm vom Lehrstuhl für Präventive und Rehabilitative Sportmedizin der Technischen Universität München in Zusammenarbeit mit der DAK-Gesundheit:

- **Das Modul Ernährung**

Das Modul Ernährung vermittelt den MitarbeiterInnen der Kitas die Grundlagen einer ausgewogenen Ernährung im Kindesalter und schafft Anreize, diese den Kindern spielerisch und altersgerecht nahe zu bringen.

- **Das Modul Brainfitness/ Entspannung**

**fit4future** unterstützt die Kinder sowie die ErzieherInnen, sie für stressauslösende Situationen zu sensibilisieren, einen angemessenen Umgang mit Stress zu erlernen sowie erfolgreiche Stressbewältigungsstrategien zu entwickeln.

- **Das Modul Verhältnisprävention / System Kita**

Die Schaffung eines gesundheitsförderlichen Umfeldes in der Kita, durch Hilfestellungen zu den Themen Gesundheitsförderung der Kita-MitarbeiterInnen, Gesunde Kita-Verpflegung und Kita als gesunder Raum, ist Ziel des Moduls Verhältnisprävention.

Zu diesen Inhalten wird ein weiterer Workshop von fit4future in Ihrer Region angeboten.

## **Kosten**

Die Kosten von **fit4future Kita** werden mit Ausnahme des Eigenanteils von 360 Euro für die Hengstenberg-Materialien von der DAK-Gesundheit übernommen.

## **Kontakt:**

Ansprechperson: Jessica Paduretu  
Telefon: 089 7466 1454  
E-Mail: [kita@fit-4-future.de](mailto:kita@fit-4-future.de)

Nähere Informationen finden Sie auf der Website: <https://kita.fit-4-future.de>

## **Ebenso stehen wir Ihnen gerne telefonisch für Ihre Fragen zur Verfügung:**

Basisgemeinde Wulfshagenerhütten eG  
Telefon: 04346 368010  
E-Mail: [hengstenberg@basisgemeinde.de](mailto:hengstenberg@basisgemeinde.de)

Sollte Ihre Einrichtung bereits am Projekt **Wir bewegen Kitas** teilgenommen haben, können wir gerne in einem persönlichen Gespräch eine erneute Teilnahme klären.

Wir hoffen sehr, dass im Herbst die Corona Pandemie soweit abgeflaut ist, dass wir die Projekte wieder durchführen können, natürlich vorbehaltlich der politischen Entscheidungen.

Wir bitten Sie diese Informationen an Ihre Einrichtungen weiter zu leiten und wünschen Ihnen für diese so herausfordernde Zeit viel Kraft, Zuversicht und Phantasie!

Mit freundlichen Grüßen  
Ihr Team der Basisgemeinde Wulfshagenerhütten eG  
und der Hengstenberg-Pikler-Gesellschaft e.V.