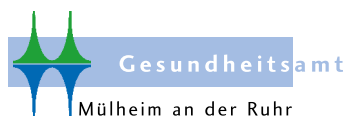




Mülheim macht Sport



Das „Prima Leben Zertifikat“ ist ein Gemeinschaftsprojekt vom Mülheimer Sportbund e.V., Mülheimer SportService, Gesundheitsamt und dem Amt für Kinder, Jugend und Schule.



Mit freundlicher Unterstützung von:



# Prima Leben Zertifikat

Gesundheitsförderung  
in Kindertageseinrichtungen

Das „Prima Leben Zertifikat“ ist ein Gemeinschaftsprojekt vom

Mülheimer Sportbund e.V.,  
Mülheimer SportService,  
Gesundheitsamt und dem Amt  
für Kinder, Jugend und Schule

mit Unterstützung durch die  
medl GmbH.



# Prima Leben Zertifikat

## Gesundheitsförderung in Kindertageseinrichtungen

Ernährung, Entspannung und Bewegung sind wichtige Elemente einer gesunden und ganzheitlichen Entwicklung von Kindern. An diesen Punkten setzt das „Prima Leben Zertifikat“ an. Das Zertifikat wird an Kindertageseinrichtungen verliehen, die gesunde Ernährung, Bewegung und Entspannung in ihrem Alltag leben und vermitteln.

### Vorteile einer Zertifizierung

- Unterstützung bei der Umsetzung und Ausgestaltung durch das „Prima Leben“-Team
- Informationsmaterial und -veranstaltungen über das Zertifikat (z.B. Auftaktveranstaltung gesund.bewegt. entspannt!, Informationsplakate, Unterstützung bei Elternabenden etc.)
- Schwerpunkt „Bewegung“: „medl Springmäuse“ und Unterstützung bei der Sportvereinsansprache
- Schwerpunkt „Entspannung“: Handreichung und „medl Pandas“
- Schwerpunkt „Ernährung“: Aktionen, Informationsveranstaltungen und Übersicht gesunder Rezepte
- Bevorzugte und teils kostengünstigere Teilnahme an Fortbildungen, Projekten und Veranstaltungen des Mülheimer Sportbundes e.V. und des Gesundheitsamtes
- Erfüllung eines Großteils der Kriterien des „Anerkannten Bewegungskindergartens“ (ABK) des Landessportbundes NRW e.V. und damit Vorstufe zum ABK
- Profilierung gegenüber anderen Kitas



### Voraussetzungen einer Zertifizierung

#### **MUSS-Qualitätskriterien**

- Verankerung der Schwerpunkte im pädagogischen Konzept
- Aus- und Fortbildung von Bewegungsfachkraft und hauswirtschaftlicher Kraft
- Regelmäßige Bewegungs- und Entspannungsangebote
- Geeigneter Bewegungs- bzw. Mehrzweckraum
- Schaffung räumlicher Voraussetzungen zum Entspannen
- Elterninformation über die Schwerpunkte
- Regelmäßige Angebote eines gesunden Frühstücks
- Teilnahme an einem jährlichen Qualitätszirkel
- Erstellung eines kurzen Jahresberichts

#### **KANN-Qualitätskriterien**

- Kooperation mit einem ortsansässigen Sportverein
- Externe Bewegungsangebote: Angebot im Tandem (Bewegungsfachkraft und Übungsleiter\*in)
- Teilnahme an Fortbildungen zum Schwerpunkt „Entspannung“
- Umsetzung von Veranstaltungen im Schwerpunkt „Ernährung“ wie z.B. des „Prima Leben“-Frühstücks

**Gerne beraten wir Sie zu den Kriterien!**



**Falls Sie an einer „Prima Leben Zertifizierung“ interessiert sind oder weitere Fragen haben, melden Sie sich gerne!**

### Ansprechpartnerinnen

Gesamtkoordination, Bereich Bewegung / Entspannung

**Jana Hartwich**

T 0208 308 50 44

jana.hartwich@msb-mh.de

Bereich Ernährung

**Andrea Joachim**

T 0208 455 53 66

andrea.joachim@muelheim-ruhr.de

Fachberaterin für Tageseinrichtungen für Kinder

**Susanne Beckmann**

T 0208 455 45 56

susanne.beckmann@muelheim-ruhr.de