

**Gesunde Kindertagespflege  
im Rhein-Sieg-Kreis**

# Heike May

**hat erfolgreich den 12-stündigen Kurs für Tagespflegepersonen absolviert.**

Ein ausgewogenes Ernährungsverhalten sowie vielseitige Bewegungs- und ausreichend Entspannungsmöglichkeiten sind das Fundament einer gesunden Entwicklung. Durch die Umsetzung eines gesunden Lebensstils im häuslichen Umfeld und die bewusste Ausübung ihrer Vorbildfunktion kann die Tagespflegeperson die Entwicklung des ihm anvertrauten Kindes - vom Kleinkind- bis zum Vorschulalter - nachhaltig verbessern. Folgende Themen wurden im Zertifikatskurs behandelt:

- Interaktive Erarbeitung von gesunder Ernährung und Hygiene in der Kindertagespflege; Informationen zur Ernährung von Kindern unter Berücksichtigung der Rolle der Eltern, der Tagespflegeperson und des Umfeldes
- Zeitmanagement; Arbeit mit vorhandenen Ressourcen und was bedeutet das für meine Tätigkeit: Übung von Entspannungsverfahren (progressive Muskelentspannung, Phantasiereisen, autogenes Training etc.) für die Tagespflegeperson
- Bewegungsfördernde Spiele im Kleinkindalter; die Bedeutung der Bewegung für die frühkindliche Entwicklung; Körper- und Bewegungserfahrungen sind Selbsterfahrungen
- Erlebnisorientierte Entspannung der Kinder: Bewältigung von entwicklungsbedingten Problemen, Hilfen bei Lebenskrisen und alltägliche Spannungen; bedürfnisorientierte Entspannungsverfahren (verstehbar, machbar & sinnhaft)

Siegburg, den

03.05.2016

Dr. Rainer Meilicke  
Gesundheitsamt des Rhein-Sieg-Kreises

**:rhein-sieg-kreis**

Karsten Heusinger  
Projektleiter kivi e.V.