



München im Dezember 2009

***Sehr geehrte Damen und Herren, sehr geehrte Freunde und Förderer der Stiftung
Kindergesundheit***

DANK Ihrer Unterstützung konnten wir in diesem Jahr wichtige Projekte für die Gesundheit unserer Kinder fortführen und erweitern. Ganz speziell informieren wir Sie über unser derzeit größtes Projekt, das aufgrund der Effektivität bundesweit ausgedehnt wird.



„TigerKids – Kindergarten aktiv“ – <http://www.tigerkids.de>

TigerKids ist ein bundesweit erfolgreiches Programm, das bereits in über 3.000 Kindergärten und Kindergartentagesstätten zur Bewegungs- und Ernährungserziehung eingesetzt und im kommenden Jahr kontinuierlich ausgebaut wird.

Die ehemalige Bundesfamilienministerin, Frau Dr. Ursula von der Leyen hatte die Schirmherrschaft übernommen und das Projekt tatkräftig unterstützt.

Das sind die TigerKids - Projektziele für eine bewegte Kinderwelt:

- Verhaltensänderung der ganz Kleinen, damit sie gesund und aktiv ganz groß werden.
- Förderung regelmäßiger Bewegung, die Spaß macht.
- Gesundheitsfördernde Auswahl von Speisen und Getränken.
- Handlungsorientiertes Erleben und Einüben eines gesunden Lebensstils.



Mit diesen Materialien ist TigerKids auf Erfolgskurs:



Jeder Kindergarten bekommt einen Holzzug, der mit seinen 7 Waggons eine Einteilung der Lebensmittelgruppen vornimmt – angeführt vom kleinen Tiger, der genau weiß, welche Lebensmittel wichtig und gut sind und von welchen eher weniger gegessen werden sollte.



Die Kindergärten bzw. Erzieher/innen erhalten informative Materialien, mit denen sie den TigerKids - Kindergartenalltag kreativ gestalten und die Eltern in das Programm einbeziehen können.

Toben nach dem Stundenplan

Zur Steigerung der körperlichen Aktivität im Kindergarten gibt es ein geführtes Bewegungsprogramm, mit dessen Hilfe sich die Kinder dreimal pro Woche jeweils eine Stunde angeleitet bewegen.



84 % der Erzieherinnen sind nach einer Befragung davon überzeugt:

TigerKids ist ein dauerhaftes Projekt zur Gesundheitsförderung!





TigerKids überzeugt durch sehr gute Evaluationsergebnisse. Es sind Erfolge, die sich messen lassen: *Im Kindergarten Gesundheit lernen*

- Wichtige Risikofaktoren für die Entstehung von Übergewicht lassen sich durch TigerKids günstig beeinflussen
- TigerKids-Kinder essen zu Hause signifikant häufiger viel Obst: zwei Portionen pro Tag (66,6 % der TigerKids-Kinder gegenüber 55,7 % der Kinder ohne TigerKids-Programm)
- TigerKids-Kinder greifen häufiger zu Gemüse (42,7 % gegenüber 33,6 % ohne TigerKids-Programm)
- TigerKids-Kinder trinken weniger süße Getränke: nicht mehr als 1 Glas Limonade / Fruchtsaft pro Tag (60,4 % gegenüber 47,7 % ohne TigerKids-Programm)
- TigerKids-Kindergärten haben weniger Kinder mit Übergewicht: Mit 13,9 % sind TigerKids seltener übergewichtig als Kontrollkinder mit 18%
- TigerKids-Kindergärten haben weniger Kinder mit Adipositas: 3,4 % adipöse Kinder in Kindergärten mit TigerKids - 5,4 % in Kindergärten ohne TigerKids

TigerKids hat viele Unterstützer

Das von Experten unterschiedlicher Fachgebiete entwickelte Programm bietet für jeden Tag viele Möglichkeiten, um mit Kindern körperliche Aktivitäten auszuüben, die ihnen Spaß machen, Sicherheit und Freude an der Bewegung vermitteln und langfristig zu mehr regelmäßiger kindlicher Bewegung auch im Alltag außerhalb der Einrichtung führen.

Eine Vielzahl von Angeboten zum Themenbereich: „Essen und Trinken“ fördert eine sinnvolle Lebensmittelauswahl, wie den regelmäßigen Verzehr von Obst und Gemüse sowie die Bevorzugung von Wasser und anderen kalorienarmen Getränken als Durstlöscher.



Die Entwicklung dieses Projektes der gemeinnützigen Stiftung Kindergesundheit wurde mit Unterstützung des Dr. von Haunerschen Kinderspitals der Universität München und durch Förderung vor allem der Bayerischen Staatsregierung und der AOK ermöglicht.

„TigerKids – Kindergarten aktiv“ findet auch über Deutschlands Grenzen hinaus Anerkennung und wird im kommenden Jahr inhaltlich mit neuen Modulen und Aspekten ausgebaut.

Wir haben noch viel vor und brauchen weiter Ihre Unterstützung! Helfen Sie mit, damit noch mehr Kinder von diesem Programm profitieren und gesund aufwachsen können.

Wir freuen uns auf Ihre Spende an die: Stiftung Kindergesundheit

Spendenkonto Nr.: 520 55 520, HypoVereinsbank München, BLZ: 700 202 70.

Vielen Dank!

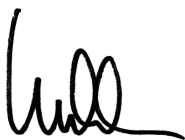
Mit Ihrer Spende können Sie auch unsere anderen, für die Gesundheit unserer Kinder wichtigen Projekte unterstützen. Informationen finden Sie unter: www.kindergesundheit.de.



Werden Sie Mitglied im Freundeskreis der Stiftung Kindergesundheit: So unterstützen Sie die Arbeit der Stiftung Kindergesundheit und helfen ganz unbürokratisch als „fördernder Freund“ der Stiftung!

Ihre Spende, für die wir uns ausdrücklich bedanken, hilft und kommt dort an, wo sie weiterhin gebraucht wird: in der unmittelbaren, praxisnahen und wissenschaftlich abgesicherten Prävention zur Kindergesundheit.

Besten Dank für Ihre Hilfe, und die besten Wünschen für die Weihnachtszeit und das Jahr 2010.



Professor Dr. med. Berthold Koletzko
1. Vorsitzender des Stiftungsvorstandes



Dr. med. Irene Epple-Waigel
Schirmherrin der Stiftung Kindergesundheit