

# Bottom up oder top down – wie entstehen Netzwerke?

„Projekt Kindergesundheit – Agenda 21 im Netzwerk Prävention von Übergewicht“

Hans Riemer

## PROJEKTANLASS

Die Stadt Karlsruhe hat sich 1999 an dem Forschungsvorhaben „Indikatoren im Rahmen einer lokalen Agenda 21“ des Ministeriums für Umwelt und Verkehr Baden-Württemberg, als eine von insgesamt 16 Kommunen beziehungsweise Landkreise aus Baden-Württemberg, Bayern, Hessen und Thüringen beteiligt.

Als Gesundheitsindikator wurde der Anteil der übergewichtigen Kinder bei der Schuleingangsuntersuchung gewählt. Unter Übergewicht wird dabei ein Körpergewicht verstanden, das über der 97. Perzentile der altersbezogenen Größen-Gewichtsverteilung liegt.

Tabelle 01: Anteil der übergewichtigen Kinder bei der Einschulungsuntersuchung

Jahr	1991	1992	1993	1994	1995
Prozent	4,6	5,4	5,1	5,6	6,4

**Quelle: Landesgesundheitsamt Baden-Württemberg**

Die Tabelle zeigt die Entwicklung von 1990 bis 1995; Tendenz steigend, nicht nur in Karlsruhe. In Baden-Württemberg waren 1990 im Durchschnitt 4,6 Prozent aller untersuchten Schulanfänger übergewichtig. 1997 betrug der Anteil fünf Prozent.

## PROJEKTBEschREIBUNG

Der Entwicklung wollten wir nicht tatenlos zuzusehen. Auf Initiative des Gesundheitsdezernenten, Bürgermeister Ullrich Eidenmüller haben sich die Stadt Karlsruhe und die Krankenkassen (AOK, IKK, VDAK / AEV, BKK, Landwirtschaftliche, Gartenbau) darauf verständigt, ein dreijähriges Pilotprojekt zu finanzieren.

## PROJEKTFINANZIERUNG

- Die Stadt Karlsruhe hat dabei die Grundkosten des Projekts, die Personalkosten für die Bewegungs- und Mobilitätsintervention einschließlich der hierfür notwendigen Sachkosten, die begleitende wissenschaftliche Untersuchung und die Kosten für die Erstellung eines Videofilms, in dem die drei Interventionsbereiche vorgestellt werden, übernommen.
- Die Krankenkassen haben über die Arbeitsgemeinschaft Jugendzahnpflege im Stadt- und Landkreis Karlsruhe die Personal- und Sachkosten für die Ernährungsintervention finanziert.
- Das Landratsamt Karlsruhe – Gesundheitsamt – hat die Kosten für die begleitende Schuleingangsuntersuchung übernommen.
- 

## PROJEKTSTRUKTUR

Gemeinsam mit dem Gesundheitsamt, dem Sportinstitut der Universität und der Bundesforschungsanstalt für Ernährung und in Abstimmung mit den Trägern der Kindergärten wurde die nachfolgende Projektstruktur entwickelt.

- **Projektleitung:** Umwelt- und Arbeitsschutz

- **Bewegungsintervention:** Schul- und Sportamt
  - **Ernährungsintervention:** Arbeitsgemeinschaft Jugendzahnpflege
  - **Mobilitätsintervention:** Umwelt- und Arbeitsschutz
- 
- **Wissenschaftliche Begleitung und Evaluation**
  - Institut für Sport und Sportwissenschaft Universität Karlsruhe
  - Bundesforschungsanstalt für Ernährung und Lebensmittel Karlsruhe
  - Landratsamt Karlsruhe Gesundheitsamt
  - Stadt Karlsruhe Amt für Stadtentwicklung und Statistik

## PROJEKTECKDATEN

- Dreijährige Projektlaufzeit
- Ernährungs-, Bewegungs- und Mobilitätsintervention sowie jährliche Datenerhebung in den 13 Interventionseinrichtungen mit rund 800 Kindern
- jährliche Datenerfassung in 13 Vergleichseinrichtungen mit rund 800 Kindern
- jährliche Schuleingangsuntersuchung bei mehr als 2.000 Kindern
- regelmäßige Infobriefe
- jährliche Fortbildungen in allen Interventionsbereichen
- jährliche Elternabende

## PROJEKTZIEL

Mit dem dreijährigen Pilotprojekt soll durch gezielte Förderung der Gesundheitsressourcen

- **gesunde Ernährung,**
- **ausreichende Bewegung und**
- **nachhaltige Alltagsmobilität**

erreicht werden, dass der steigende Anteil der übergewichtigen Kinder bei der Einschulung geringer wird.

Im Einzelnen:

- Verbesserung der Ernährungs-, Fitness-, Motorik- und Mobilität
- Überprüfung und gegebenenfalls Verbesserung der Infrastruktur in und um die Einrichtungen
- Entwicklung von Arbeitsanleitungen, die eine Übernahme der erfolgreichen Maßnahmen in allen Kindereinrichtungen ermöglicht.

## NETZWERK

Klar war, dass ein derart großes Projekt nur mit Unterstützung aller direkt und indirekt beteiligten Gruppen gelingen kann. Bis auf die bestehenden Ernährungs- und Bewegungsangebote beziehungsweise Projekte und der Schulen für Sozialpädagogik konnten alle wichtige Institutionen für das Projekt gewonnen werden.

Wissenschaftliche Begleitung

- Institut für Sport und Sportwissenschaft UNI KA
- Bundesforschungsanstalt für Ernährung und Lebensmittel
- Landratsamt Karlsruhe – Gesundheitsamt
- Stadt Karlsruhe - Amt für Stadtentwicklung und Statistik

Projektentwicklung, Intervention und Finanzierung

- Stadt Karlsruhe
  - Umwelt- und Arbeitsschutz
  - Schul- und Sportamt

- Sozial- und Jugendbehörde
- Bürgerservice und Sicherheit
- Stadtplanungsamt
- Krankenkassen  
(AOK, IKK, VDAK / AEV, BKK, Landwirtschaftliche, Gartenbau)
- AG Jugendzahnpflege
- Fachfrauen f. Kinderernährung
- Polizeipräsidium Karlsruhe

#### Kindergartenträger

- Stadt Karlsruhe – Sozial- und Jugendbehörde
- Freie Träger
- Paritätischer Wohlfahrtsverband
- Caritasverband
- AWO
- Elterninitiativen
- Studentenwerk
- Waldkindergarten
- Europäische Schule

### **PROJEKTTEILNEHMER**

Da nicht mit allen Einrichtungen gleichzeitig gearbeitet werden kann, wurden zunächst 13 repräsentative Kindergärten beziehungsweise Kindertagesstätten mit zusammen rund 900 Kindern ausgewählt, die sich zu einer Mitarbeit bereit erklärt haben. Dabei wurde die städtebauliche Struktur ebenso berücksichtigt wie die unterschiedlichen Träger und sozialen Bedingungen. Es sind dies:

- AWO Kindertagesstätte Villa, Weiherstraße 1b
- Ev. Kindergarten Weinbrennerstr. 69
- Ev. Kindergarten Kösliner Str. 102
- Ev. Kindergarten Oberfeldstr. 17
- Ev. Kindertagesstätte Pauluspfarre, Augartenstr. 59
- Ev. Kindertagesstätte Villa Regenbogen, Otto-Wels-Str. 4
- Kath. Kindergarten Canisiushaus, Augartenstr. 51
- Kath. Kindergarten Arche Kunterbunt, Eugen-Geck-Str. 2
- Kath. Kindergarten St. Peter und Paul, Sophienstr. 236
- Kath. Kindertagesstätte St Alphonsus, Marie-Alexandra-Str. 58
- Kath. Kindergarten St. Barbara, Kastanienallee 32
- Städtische Kindertagesstätte Ellmendinger Str. 35
- Städtischer Kindergarten Henri-Arnaud-Str

In den drei Projektjahren erhielten diese Einrichtungen theoretische und praktische Unterstützung von einem dreiköpfigen Interventionsteam. Dies beinhaltete ein erweitertes Angebot zur Gesundheitsförderung in den Bereichen Ernährung, Bewegung und Mobilität.

### **DATENGRUNDLAGE**

Um eine verlässliche Datengrundlage für die spätere "Erfolgsauswertung" des Projekts zu erhalten, hat die Stadt - gefördert vom Sozialministerium Baden-Württemberg - zusätzlich vier Studien beziehungsweise Hilfsgeräte finanziert:

- BMI – Vollerhebung bei allen 8.000 Karlsruher Kindergartenkinder
- Fitness-Test in 13 Projekteinrichtungen und 13 Vergleichseinrichtungen mit 1.660 Kinder
- Kinderwegetagebuch mit 800 Kinder in den 13 Projekteinrichtungen

- Das Institut für Sport und Sportwissenschaft der Universität Karlsruhe (IFSS) hat eine Testbatterie für alle Bereiche der motorischen Fähigkeiten (Karlsruher Motorik Screening 3-6) entwickelt, deren Schwerpunkt auf der Praktikabilität im Kindergarten liegt.

Die Testbatterie besteht aus folgenden Testitems:

- Einbeinstand (Koordination/ Gleichgewicht)
- Seitliches Hin- und Herspringen (Koordination, Ausdauer)
- Standweitsprung (Kraft)
- Rumpfbeuge/Stand and Reach (Beweglichkeit)

## **ERGEBNISKONTROLLE**

- Schuleingangsuntersuchung (jährlich durch das Gesundheitsamt)
- BMI und Motoriktest in jeweils 13 Interventions- und Vergleichseinrichtungen (jährlich durch das Institut für Sport und Sportwissenschaft)
- Prozessevaluation
- Elternbefragung
- Studien- und Diplomarbeiten

## **ERNÄHRUNGSINTERVENTION**

- Die Kinder beim Lebensmitteleinkauf, bei der Zubereitung der Mahlzeiten, beim Tischdecken, Spülen und Abräumen mit einbeziehen.
- Ihnen die Bedeutung der verschiedenen Lebensmittel für sein Wachstum, seine Leistungsfähigkeit, sein Wohlbefinden und die Herkunft der Lebensmittel vermitteln.; die verschiedenen Lebensmittel mit allen Sinnen wahrnehmen lassen.
- Die Kinder auf das natürliche Hunger- und Sättigungsgefühl reagieren lassen und das bedarfsgerechte Essen bestärken. Alternativen aufzeigen, damit sie zu einer vom Verstand bestimmten Ernährungsweise kommen.
- Ihnen durch eine unbelastete Tischatmosphäre den Spaß am gemeinsamen Essen vermitteln.
- Fortbildungen für Erzieherinnen und Hauswirtschaftspersonal anbieten.
- Die Eltern durch Elternabende oder sonstige Veranstaltungen mit einbeziehen.
- Das Frühstück durch die Kindergärten anbieten lassen.
- Verbesserungen bei den Verpflegungsangeboten in städtischen Kindergärten.

## **BEWEGUNGSINTERVENTION**

Die Rahmenbedingungen für eine vernünftige kindliche Bewegung sind besonders in der Stadt sehr eingeschränkt, Kinder werden oft zu Stubenhockern. Kindergarten und Elternhaus sind daher gefordert, Kindern Raum und Gelegenheit für Bewegung zu geben! Um den Körper bewusst zu erfahren sind verschiedene Körpererlebnisse wichtig. Dazu gehören:

- Verschiedene Positionen des Körpers und vielfältige Fortbewegungsarten auszuprobieren (Laufen, Springen, Kriechen, usw.),
- Das Körpergleichgewicht in verschiedenen Lagen und auf verschiedenen Untergründen erproben (z.B. Schaukeln, Schwingen, Rollen, Drehen, Hüpfen, Balancieren auf schmalen und labilen Untergründen),
- Spannung und Entspannung zu erfahren, körperliche Belastung mit ihren Wirkungen auf Herz, Atmung und Muskulatur zu spüren (z.B. Phantasiespielen),

- Die Körpergrenzen durch Berührungsreize (Tastspiele) und Bewegung in begrenzten Räumen (Hindernisse überwinden) zu erfahren.
- Für eine selbstständige und selbstbewusste Entwicklung ist es sehr wichtig, Dinge im Spiel selbst zu verändern, selbst zu entscheiden und auch Erfolg erst nach mehreren Anläufen zu erfahren.

Nach einem ersten Informationstermin in jeder Einrichtung wurde den Erzieherinnen Interventionsbeispiele vorgestellt, die jeweils Bewegungsangebot von circa drei Stunden umfassen. Je nach Inhalt des Angebotes und den räumlichen Voraussetzungen der Einrichtung konnten drei bis vier Gruppen von zehn bis fünfzehn Kindern daran teilnehmen. Ziel der Interventionen war es den Erziehern/innen neue Ideen zu vermitteln, das Bewegungsverhalten der eigenen Kindergartenkinder beobachten zu können sowie Hinweise zu größeren motorischen Defiziten zu geben. Inhaltlich umfassen die Bewegungsangebote vielfältige, angeleitete und offene Bewegungsangebote, die sich wie folgt unterteilen:

1. Spielstunden
2. Spiele im Wald
3. Bewegungslandschaften
4. Bewegungsgeschichten

## **MOBILITÄTSINTERVENTION**

Mobilität oder Fortbewegung von Kindergartenkindern bedeutet heute oft, dass viele Wege mit dem Auto zurück gelegt werden. Dies beginnt mit dem Kindergartenweg und setzt sich am Nachmittag mit Sport- und Musikveranstaltungen oder dem Besuch weiter entfernt wohnender Freunde fort.

Wie die Kinder in den 13 Interventionseinrichtungen tatsächlich in den Kindergarten kommen (Wirklichkeit) und wie sie gerne kommen würden (Wunsch) wollten wir als ersten Schritt der Mobilitätsintervention herausfinden. Gemeinsam mit den Erzieherinnen und Erziehern wurden die Kinder im November 2002 rund 950 Kinder zehn Tage lang danach gefragt, wie sie zum Kindergarten gekommen sind und wieder zurückkehren werden. Einmalig konnten sie sagen, wie sie es sich wünschen würden. Das Ergebnis dieses so genannten Wegetagebuchs (entwickelt von Psy:Plan, Berlin) war die Grundlage für das weitere Vorgehen.

### **Wirklichkeit:**

- Rund ein Drittel der Kindergartenkinder (30,7 %) wird mit dem Auto zum Kindergarten gebracht, wobei es in Abhängigkeit zur Entfernung zwischen den Einrichtungen stark differierte.
- Mehr als die Hälfte der Strecken (52,7 %) werden zu Fuß zurück gelegt
- 14,2 Prozent der Kinder benutzen ein Fahrzeug (Fahrrad, Roller, Bobbycar usw.)
- 2,4 Prozent kommen mit öffentlichen Verkehrsmitteln

### **Wunsch:**

- Mehr als die Hälfte der befragten Kinder (57,3 %) möchten selbst mit einem Kinderfahrzeug in den Kindergarten fahren
- 20 Prozent wollen zu Fuß gehen und
- rund 22 Prozent wollen mit dem Auto in den Kindergarten gebracht werden

In der Folge wurde mit Unterstützung des Verkehrserziehungsdienstes der Polizei ein Konzept entwickelt, wie die Wünsche der Kinder bei der täglichen Verkehrsmittelwahl stärker berücksichtigt werden können.

Wesentliche Voraussetzungen sind:

- Sichere und begehbarer Wege,
- gut geschulte und gut sichtbare Kinder sowie
- brauchbare Fahrzeuge.

Den Einrichtungen wurde eine Liste von „Aktionsvorschlägen“ zur Verfügung gestellt, aus denen die Erzieher und Erzieherinnen sich das für ihre Einrichtung Geeignete herausuchen konnten. Hier eine Auswahl:

- Fahrzeugflohmarkt
- Fotorallye durch den Stadtteil mit Fotos zur Wegequalität / Erstellen eines Plakats
- Reparatur und Wartung von Kinderfahrzeugen
- Geeignete Kleidung bei Wind und Wetter / Sichtbarkeit im Straßenverkehr
- „Denkzettelaktion“ für Falschparker, „Rotgeher“ und andere Verkehrssünder
- Verkehrserziehung mit der Verkehrspolizei in der Jugendverkehrsschule
- Elternabend „Verkehrserziehung“ mit der Verkehrspolizei in der Einrichtung
- Verkehrsparcours für Fahrrad, Roller, Bobbycar etc. mit „Zertifikat“

## ZWISCHENERGEBNISSE

- Unsere erste Annahme, dass die Entwicklung zum Übergewicht im Kindergarten beginnt, wurde durch unsere Grunderhebung im Jahre 2002 bei 5.500 Kindern im Alter zwischen drei und sechs Jahren bestätigt.

Tabelle 02: **Anteil der übergewichtigen Kinder im Kindergarten**

Alter in Jahren	3,5	4,5	5,5	6,5
Prozent	6,3	7,3	9,9	15,6

Quelle: eigene Datenerhebung 2002

- Kinder mit Migrationshintergrund kommen oft erst mit fünf Jahren in den Kindergarten und neigen teilweise stark zu Übergewicht.

Tabelle 03: **Anteil der übergewichtigen und adipösen Kinder mit Migrationshintergrund bei der Schuleingangsuntersuchung**

Nationalität	Deutsch	Fr. Jugoslawien	Türkisch	Italienisch
Adipös	5,2%	2,6%	17,7%	16,7%
Übergewicht	6,2%	18,2%	7,6%	16,7%

Quelle: Landratsamt Karlsruhe Gesundheitsamt

- Übergewichtige Kinder schneiden beim Motoriktest signifikant schlechter ab.

Tabelle 04: **Mittelwerte seitliches Hin- und Herspringen im Vergleich (Jungen)**

Alter in Jahren	3	4	5	6
normalgewichtig	15	20	28	31
übergewichtig	13	18	23	27

Quelle: Institut für Sport und Sportwissenschaft der Universität Karlsruhe

- Interventionseinrichtungen haben sich motorisch mehr verbessert und weniger verschlechtert als in den Vergleichseinrichtungen

Tabelle 05: **Veränderungen der Motorikergebnisse zwischen 2002 und 2003 in den Interventions- und Vergleichseinrichtungen**

Einrichtung	Intervention	Vergleich
Positiv verändert	22	19
Negativ verändert	8	10

Quelle: Institut für Sport und Sportwissenschaft an der Universität Karlsruhe

- Der steigende Trend scheint gestoppt zu sein.

Tabelle 06: **Anteil der übergewichtigen Kinder bei der Schuleingangsuntersuchung in Karlsruhe**

Jahr	1995	2002	2003	2004
Prozent				

Quelle: Landratsamt Karlsruhe Gesundheitsamt

- Vernetzungserfolg: Kindergartenkinder können sich jetzt jede Woche in einer Schulsporthalle austoben.

## WIE GEHT ES WEITER

- Alle 150 Karlsruher Kindergärten und Kindertagesstätten und die Grundschulen erhalten das „Handbuch mit erfolgreichen Bewegungs-, Ernährungs- und Mobilitätsbeispielen“ sowie auf Wunsch kostenfreie Expertenunterstützung bei der Umsetzung. würden wir gerne das Projekt in der Grundschule und die Kinder weiter begleiten und beobachten.
- Deshalb haben wir einen Förderantrag für Bewegungs-, Ernährungs- und Mobilitätsintervention mit integrierter Sprachförderung (zur gezielten Förderung der Kinder mit Migrationshintergrund) und wissenschaftlicher Begleitung in der Grundschule gestellt. Erfreulich ist, dass für das Folgeprojekt die Pädagogische Hochschule Karlsruhe als weiterer Partner für das Netzwerk gewonnen werden konnte.

## NACHHALTIG

erfolgreich wird das Projekt erst, wenn die Erkenntnisse in die Aus- und Fortbildung der Erzieherinnen einfließen!

Weitere Informationen können den Internetseiten <http://www3.karlsruhe.de/servlet/is/72503/> entnommen werden.

## Kontakt:

Hans Riemer

Stadt Karlsruhe Umwelt- und Arbeitsschutz

Telefon 07222/ 933 580

E-Mail: [Agenda21.Karlsruhe@t-online.de](mailto:Agenda21.Karlsruhe@t-online.de)