

Zur besseren Vereinbarkeit von Familie und Beruf, bietet Ihnen das Familienzentrum unterschiedliche Betreuungsangebote:

In unserer Einrichtung werden in vier Gruppen 79 Kinder im Alter von unter 3 Jahren bis zum Schuleintritt betreut.

Wir bieten eine wöchentliche Öffnungszeit von 51 Stunden:

Montag bis Freitag von 07:00 - 17:00 Uhr, dienstags bis 18:00 Uhr.

Je nach gebuchter Betreuungszeit von 25, 35 oder 45 Std. bieten wir ein Mittagessen und eine Schlafmöglichkeit für die Kinder an.

Im Familienzentrum Kita „Holzwurm“ werden Ihre Kinder ausschließlich von qualifizierten pädagogischen Fachkräften betreut.

DRK-Kreisverband  
Herford-Land e.V.



„Denn jedem Anfang liegt

ein Zauber inne!“

(Hermann Hesse)

Sie finden uns hier, im Ortskern der Gemeinde Rödinghausen.



DRK – Familienzentrum „Kita Holzwurm“  
Zur Kirchbreite 1-3 • 32289 Rödinghausen

[www.fz-holzwurm.de](http://www.fz-holzwurm.de)  
[info@fz-holzwurm.de](mailto:info@fz-holzwurm.de)  
Tel. 05746/1552  
Fax 05746/890688



DRK-Kreisverband  
Herford-Land e.V.



# Fit & Gesund



## Gesundheitsförderung im

Familienzentrum  
„Kita Holzwurm“



# Fam<sup>il</sup>ienzentrum „Kita Holzwurm“

## Gesundheitsförderung

Das Thema Gesundheitsförderung gewinnt in unserer Gesellschaft immer mehr an Bedeutung. Die steigende Zahl an übergewichtigen Menschen und die allgemeine Bewegungsarmut mit den daraus resultierenden Beeinträchtigungen und Erkrankungen machen einen Handlungsbedarf deutlich.

Zur Arbeit eines Familienzentrums gehört es, Kinder und ihre Familien in schwierigen

Lebenslagen aufzufangen und zu unterstützen, ihnen Alternativen zu negativen Vorbildern und falschen Verhaltensweisen anzubieten.

Wir haben es uns zur Aufgabe gemacht, Kinder stark zu machen – auch gerade gegen die Gefahr von Fehlernährung, Bewegungsarmut und Sucht.

Deshalb ist die Gesundheitsförderung ein wichtiger Bestandteil unserer pädagogischen Arbeit, mit dem Wissen um die zentrale Bedeutung der Aspekte von gesunder Ernährung, Hygiene und Bewegung für die körperliche, seelische, intellektuelle und emotionale Entwicklung der Kinder.

## Gesund und Fit im Familienzentrum

Wir bieten ganz unterschiedliche und vielfältige Projekte zur Gesundheitsförderung für Klein & Groß in unserem Familienzentrum an.

Durch abwechslungsreiche Spiel- und Lernaktionen vermitteln wir den Kindern ein Bewusstsein für ihren Körper und motivieren sie selbst Verantwortung für gesundheitsbewusstes Verhalten zu übernehmen.

Gleichzeitig wollen wir Eltern durch gezielte Informationen und Beratung dabei unterstützen, ihren Kindern eine gesunde Entwicklung zu ermöglichen.

Dabei werden wir von folgenden qualifizierten Kooperationspartnern unterstützt:

- Zahnarztpraxis Jan Willem Rollman
- Gesundheitsamt Kreis Herford
- Praxis „Entspannungshorizont“
- VHS im Kreis Herford

## Unsere Bausteine zur Gesundheit

### Für Kinder:

- 1x im Monat gemeinsames gesundes Frühstück
- Obstkörbe in den Gruppen
- Besuche bei Selbsterzeugern (Obsthof, Kartoffelbauern etc.)
- Zahnpflege und -prophylaxe mit Putztraining
- Besuch der Zahnarztpraxis
- Hygieneerziehung
- AG - „Sportskanonen“
- Wohlfühltag für Eltern und Kinder

### Für Eltern:

- Informationsabende über gesunde Ernährung
- Kindergartenuntersuchung 2 Jahre vor der Einschulung
- Informationen zu U-Untersuchung, Impfschutz, gesunde Ernährung
- Informationsabend zu Fördermöglichkeiten