

Hinsehen. Verstehen. Handeln.

Kinderarmut und Gesundheit

KONTAKT



Kinderschutzbund-Akademie
Nordrhein-Westfalen

KINDERSCHUTZBUND-AKADEMIE NRW
HOFKAMP 102
42103 WUPPERTAL
TEL. 0202-7476588-20
FAX 0202-7476588-10
MAIL INFO@KSB-AKADEMIE-NRW.DE
WWW.KSB-AKADEMIE-NRW.DE

Anmeldung unter dem Link:
www.ksb-akademie-nrw.de

Gesundheit ist eine zentrale Voraussetzung für die körperliche, emotionale und soziale Entwicklung von Kindern. Besonders Kinder, die in Armut aufwachsen, sind häufig stärkeren gesundheitlichen Belastungen ausgesetzt. Fehlende finanzielle Ressourcen können sich auf Ernährung, Bewegungsmöglichkeiten, Freizeitangebote und das allgemeine Wohlbefinden auswirken. Kinderarmut stellt daher einen bedeutenden Risikofaktor für die Gesundheit dar und kann langfristige Folgen für die Entwicklung und die Bildungschancen von Kindern haben.

Pädagogische Fachkräfte nehmen in diesem Zusammenhang eine wichtige Rolle ein. Sie begleiten Kinder im Alltag, schaffen verlässliche Strukturen und können gesundheitsfördernde Impulse geben. Bereits kleine, alltagsnahe Maßnahmen können dazu beitragen, das Wohlbefinden von Kindern zu stärken und ihnen positive Erfahrungen im Umgang mit Ernährung, Bewegung und Entspannung zu ermöglichen.

Die Fortbildung vermittelt praxisnahe Anregungen und einfache Methoden, mit denen die Themen gesunde Ernährung, Bewegung und Entspannung unkompliziert in den pädagogischen Alltag integriert werden können. Ziel ist es, Fachkräfte dabei zu unterstützen, Kinder in ihrer gesunden Entwicklung zu fördern und ihnen unabhängig von ihrer sozialen Herkunft bessere Chancen für ein gesundes Aufwachsen zu ermöglichen.

Zielgruppe

Fachkräfte aus Kita, Kindertagespflege, OGS und alle die mit Kindern im Kleinkind-, Vorschul- und Grundschulalter arbeiten.

Ziel

- Sensibilisierung für den Zusammenhang zwischen Kinderarmut und Gesundheit
- Hintergrundwissen zu altersentsprechender Ernährung, Bewegung und Entspannung
- Anregungen für gesundheitsfördernde, niedrigschwellige Angebote
- Neue Impulse kennenlernen

Inhalt

Grundlagen zu Kinderarmut und Gesundheit
Was bedeutet Kinderarmut?
Auswirkungen von Armut auf die körperliche, psychische und soziale Gesundheit
Zusammenhang zwischen sozialer Ungleichheit und Bildungschancen
Schutz- und Risikofaktoren in der kindlichen Entwicklung

Gesunde Ernährung im Alltag
Bedeutung ausgewogener Ernährung für Kinder
Günstige und einfache gesunde Mahlzeiten
Spielerische Methoden zur Ernährungsbildung
Ideen für gemeinsame Koch- und Snackangebote

Bewegung und Gesundheitsförderung
Bedeutung von Bewegung für Entwicklung und Lernen
Bewegungsangebote ohne großen Materialaufwand
Förderung von Motorik, Körperwahrnehmung und Selbstvertrauen
Bewegungsförderung im pädagogischen Alltag

Entspannung und seelische Gesundheit
Stress und Belastungen bei Kindern erkennen
Einfache Entspannungsübungen für Kinder
Ruheinseln und Rituale im Alltag schaffen
Achtsamkeit und kindgerechte Methoden zur Selbstregulation

Termin	17./18.09.2026
Uhrzeit	jeweils 09:00 – 15:00 Uhr
Veranstaltungsort	Alte Färberei, Wuppertal
Teilnehmer*innen	max. 20
Kosten	120- € (inkl. Getränke)

Referentin	Birgit Knauer
Dipl. Päd., Gesundheitsberaterin für Kinder, Mental Coach, Entspannungspädagogin, QiGong-Lehrerin	

Barrierefrei	ja
Anmeldefrist	10.09.2026