




### Wir sind ein Gesunder Kindergarten!

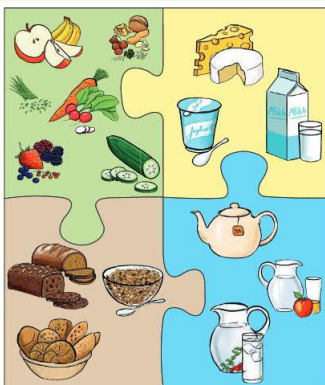
Gesundheit ist wesentlich, damit Kinder intensiv lernen und sich körperlich, geistig und seelisch gut entwickeln können. Eine ausgewogene Ernährung, vielseitige Bewegung, sowie das individuelle Wohlbefinden eines jeden Kindes spielen dabei eine zentrale Rolle. Deshalb achten wir jeden Tag auf unsere Gesundheit.

Liebe Eltern!  
Gemeinsam geht's am besten! Bitte helfen auch Sie mit und unterstützen Sie uns auf dem Weg zu MEHR GESUNDHEIT



#### Wir legen großen Wert auf tägliches Gesundes Essen und Trinken

- Täglicher Gemüse- und Obststeller
- Wasser als Hauptgetränk 
- Gesundes Mittagessen nach den Kriterien der *Gesunden Küche* des Landes OÖ
- Gesunde Jause (auch von zu Hause)



- Gemüse, Obst, Nüsse und Kerne**  
Knackig & frisch!
- Brot, Gebäck und Getreideflocken**  
Aus vollem Korn!
- Milch(produkte) und Brotbelag**  
Sparsam mit Fett und Zucker!
- Getränke**  
Wasser hat immer Vorrang!

#### Wir legen großen Wert auf ausreichende Möglichkeiten zur Bewegung

- Verankerung freier Bewegungszeiten im Tagesablauf
- Bewegung bei jeder Witterung im Freien
- Vielfältige Bewegungserfahrungen
- Gezielte Förderung sportmotorischer Fähigkeiten

#### Wir legen großen Wert auf das Wohlbefinden aller Kinder

- Wertschätzender Umgang miteinander
- Auseinandersetzung mit den eigenen Gefühlen und Bedürfnissen
- Atmosphäre des Vertrauens

