

## NETZWERK

# Kinderleicht gesund - Bremer Plattform für Ernährung und Bewegung

## Zielsetzung



Zwölf regionale Partner arbeiteten unter dem Dach des Vereins Bremen – kinder.leicht.gesund e.V. zusammen. Er koordinierte die fünf Leitprojekte, unter denen die rund 40 Einzelprojekte zum Thema Ernährung und Bewegung gefasst waren.

## Umsetzung

"Bildung und Beratung für einen gesunden Lebensstil – vom Mutterbauch in die Ganztagschule" begleitete Familien mit Kindern bis 10 Jahren, angefangen bei Schulungen von Hebammen und der Beratung in Geburtsvorbereitungskursen bis hin zur Betreuung in der Grundschulzeit. "Gesunde Grundschule" war ein weiteres Leitprojekt, innerhalb dessen in Kooperation mit lokalen Sportvereinen zusätzlicher Sportunterricht angeboten wurde. Außerdem bildeten Eltern, Lehrer/-innen und Schüler/-innen sogenannte Gesundheitsteams, die nach neuen Ansätzen suchten, um die Themen Ernährung und Bewegung in den Schulalltag zu integrieren. "Gesunde Stadtteile zum Wohlfühlen" umfasste vielfältige Aktionen in Gröpelingen, Neustadt und der Vahr, beispielsweise die Umzüge "Junges Gemüse in Schwung", bei denen Kinder verkleidet durch die Straßen zu einem Fest zogen. "Kulturcoaches" kommunizierten die Angebote an Familien mit Migrationshintergrund. Da die Coaches selbst ausländische Wurzeln hatten, flossen umgekehrt ihre Erfahrungen in die Projekte ein.

Das Leitprojekt "Wege und Räume beleben" sollte das Umfeld der Familien kindgerechter gestalten. Dafür sorgten Bewegungsangebote entlang der typischen Wegstrecken der Kinder; Straßenfeste und ein Kinderrestaurant belebten ihre Wohngebiete. Hier wurde auch das Bewegungs-Ernährungs-Mobil "Bemil" aus der Taufe gehoben: ein Autoanhänger voller bunter Materialien, die die Themen Bewegung

und Ernährung spielerisch verknüpften. "Bremen kommt auf Touren" motivierte mit Radtouren zu lokalen Erzeugern und Abenteuerallies im Stadtteil zu mehr gemeinsamer Bewegung. Eigens produzierte Kinderstadtpläne wiesen den Weg zu den jeweiligen Angeboten im Quartier.

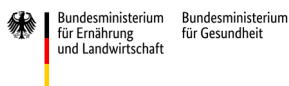
## Downloads

Den Abschlussbericht des Projekts Bremen für die **1. Förderphase** (PDF-Dokument, 1,1 MB, nicht barrierefrei) können Sie hier herunterladen.

---

"Kinderleicht gesund" ist eins von 24 ausgewählten Projekten aus dem Modellvorhaben "Besser Essen. Mehr Bewegen. KINDERLEICHT-Regionen".

Weitere Informationen zu den **KINDERLEICHT-Regionen**.



Link zur Webseite:

**<https://www.in-form.de/netzwerk/projekte/kinder-leicht-gesund-bremer-plattform-fuer-ernaehrung-und-bewegung/>**