



Für Eltern von Kindern in den Kindertageseinrichtungen der Caritas in München

Februar 2017

## Gesundheit fördern in der Kita

Liebe Eltern,

dieser Elternbrief widmet sich der Gesundheitsförderung von Kindern und Mitarbeitenden in der Kindertageseinrichtung. Am 18. Februar gab es dazu einen Fachtag „Fit in der Kita – gesund am Arbeitsplatz“, dessen Inhalte wir Ihnen im Folgenden vorstellen möchten. Darüber hinaus wollen wir für vorbeugende Maßnahmen in der Erkältungszeit sensibilisieren.

Wer von Ihnen – Hand aufs Herz – hat sich noch nie darüber geärgert, dass die Erzieherin oder Kinderpflegerin aus der Gruppe Ihres Kindes krank ist? Winterzeit ist Erkältungszeit. Das betrifft die Kinder genauso wie die Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter in unseren Kindertageseinrichtungen. Auch wenn es für berufstätige Eltern herausfordernd ist, das zu organisieren: Kranke Kinder gehören ins Bett und nicht in die Kita. Das gilt insbesondere für ansteckende Krankheiten wie Durchfallerkrankungen. Versuchen Sie sich beruflich eine Auszeit zu nehmen, um für Ihr krankes Kind da zu sein. Das fördert auch den Gesundungsprozess und ist die beste Prävention für die Kinder und für die Mitarbeitenden. Dazu gibt es leider einfach keine Alternative. Als Arbeitgeber versuchen wir natürlich Krankheitszeiten des pädagogischen Personals zu kompensieren, ohne die anwesenden Kolleginnen und Kollegen über die Maßen zu belasten.

Der Fortbildungstag für unsere Mitarbeitenden „Fit in der Kita – gesund am Arbeitsplatz“ widmete sich Themen der Gesundheitsförderung und -erhaltung am Arbeitsplatz. In zwei Vorträgen wurden Informationen zu Kinderkrankheiten und zur Gesundheitsförderung in der Kita vermittelt. Danach wurden verschiedene Themen in Workshops intensiver bearbeitet. Das Spektrum reichte von „Lachen ist gesund“ und „Die Stimme als Instrument im Kita-Alltag“ über Entspannungs- und Achtsamkeitsübungen, Rückenschule und

den Umgang mit Stress bis hin zur Beschäftigung mit gesundheitlichen und psychosozialen Auswirkungen von Armut, Sucht oder gestörtem Essverhalten in der Familie. Auch das Thema Grenzen setzen oder der Umgang mit suchtfährdeten Kollegen oder Kolleginnen konnte in der kleinen Gruppe vertieft werden. Ziel war es, zu sensibilisieren und zu informieren. Neben der Frage der psychischen Gesundheit und des Umgangs mit deren Gefährdungen durch Stress ist uns auch die Erhaltung und Förderung der körperlichen Fitness wichtig. Mit einer regelmäßigen Rückenschule wollen wir künftig Belastungen und Erkrankungen des Bewegungsapparates und vor allem des Rückens noch besser vorbeugen.

Als katholischer Wohlfahrtsverband ermöglichen wir unseren Mitarbeitenden zudem einmal im Jahr bis zu drei Tage Auszeit. In diesen Zeiten der Besinnung können verschiedene Angebote aus dem Exerzitienangebot des Caritas-Instituts für Bildung und Entwicklung gebucht werden. Das können zum Beispiel Wanderexerzitien sein, Einkehrtage im Kloster und vieles mehr. Die sogenannten Besinnungstage geben den Mitarbeitenden die Möglichkeit auf verschiedenen Wegen Zugang zu ihrer Spiritualität zu bekommen. Dies sind nur einige Einblicke, wie wir auch in Ihrem Sinn die Gesundheit unserer Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter erhalten und fördern wollen. Wir sind sicher, dass sowohl das pädagogische Personal als auch die Kinder von allen Maßnahmen der Gesundheitsförderung und -erhaltung profitieren.

Viele Grüße

Norbert J. Huber  
Geschäftsführer Caritas-Zentren  
München Stadt/Land

Christian Müller  
Fachbereichsleiter  
Kindertageseinrichtungen



Jutta Preisinger  
Dipl.-Sozialpädagogin FH  
Betriebliche  
Sozialberaterin

## Sozialberatung für Mitarbeitende

Schneller. Höher. Weiter. Auch in den Kitas dreht sich die Arbeitswelt immer schneller. Und die dort tätigen Erzieher/innen sehen sich täglich vielfältigen Herausforderungen gegenüber: da sind die Wünsche und Bedürfnisse der Kinder, der Förder- und Erziehungsauftrag, die Erwartungen der Eltern, die Vorgaben durch Gesetze und Konzepte, die sie umsetzen und gestalten müssen. Dazu kommen die eigenen Ansprüche an das pädagogische Handeln und Absprachen im Team. Gefordert sind Leistung, Flexibilität, soziale Kompetenz und emotionale Stabilität. Natürlich hat jeder Mitarbeitende auch eigene Bedürfnisse, Probleme und Fragestellungen, die allzu oft hinten angestellt werden.

Manchmal wird alles zusammen zu viel. Das kann sich auf die Gesundheit der Mitarbeiter/innen auswirken. Der Caritasverband ist sich seiner Verantwortung als Arbeitgeber bewusst und hat deshalb für die Mitarbeiter/innen und Führungskräfte ein neues Angebot ins Leben gerufen: die Betriebliche Sozialberatung.

Das Unterstützungsangebot ist für alle Mitarbeiter/innen gedacht, die sich gerade belastet oder überlastet fühlen, egal ob privat, beruflich oder gesundheitlich. Diese können einen Termin zum vertraulichen Gespräch mit mir vereinbaren. Ziel der neutralen und wertschätzenden Beratung ist es, Entlastung zu schaffen oder neue Lösungsideen zu entwickeln sowie präventiv und eigeninitiativ für das eigene Wohlbefinden und die Gesundheit zu sorgen.

Die betriebliche Sozialberatung leistet so einen wichtigen Beitrag zur persönlichen Unterstützung und Entlastung unserer Mitarbeiter/innen, damit sie sich auf ihre Hauptaufgabe gut konzentrieren können.

## Film „Kinder brauchen Rhythmus ...“



Mit der Kampagne und dem Imagefilm „Kinder brauchen Rhythmus – Mitarbeiter brauchen Rückhalt“ wirbt der Caritasverband der Erzdiözese München und Freising e. V. aktiv für Berufe im pädagogischen Bereich sowie für seine zahlreichen Kindertageseinrichtungen im

Münchner Stadtbereich und Landkreis. Der Werbefilm zeigt sehr ansprechend die Aufgaben einer Erzieherin und gibt Einblick in die bereichernde Arbeit mit Kindern. Er ist unter [www.kinder-brauchen-rhythmus.de](http://www.kinder-brauchen-rhythmus.de) auf Youtube, Facebook und vom 09. bis 22.02.2017 im Werbeblock in 13 Kinos in München zu sehen.

## Fünf neue Familienservicezentren

Am 14. November verliehen Caritas-Vorstand Georg Falterbaum und Geschäftsführerin Brigitte Beck das Zertifikat „Familienservicezentrum“ (FSZ) an fünf Kindertageseinrichtungen. Im Projektzeitraum von 2014 bis 2016 entwickelten sich die Kitas St. Emmeran in Aschheim, das Kinderhaus Ludwigsfeld, Kindergarten und -krippe Fortnerstraße und die Kinderhäuser St. Sebastian und Ellen Ammann zum Familienservicezentrum weiter. Das FSZ unterstützt Familien mit zusätzlichen Angeboten in den Bereichen Betreuung, Bildung, Begegnung und Beratung und vernetzt



diese mit anderen Anbietern sozialer Dienstleistungen. Am Ende jeder Projektphase wird die Qualität der neuen FSZ durch das Caritas Institut für Bildung und Entwicklung im Rahmen eines Audits geprüft. In Stadt und Landkreis München sind damit neun Einrichtungen auditiert.

## dzi Spendensiegel für die Caritas



Das Deutsche Zentralinstitut für soziale Fragen (DZI) hat dem Caritasverband der Erzdiözese München und Freising für das Jahr 2017 erneut sein Spendensiegel zuerkannt. Das Gütesiegel bestätigt eine geordnete Spendenverwaltung und steht für Transparenz und Vertrauenswürdigkeit. Spendern gibt

es eine gute Orientierungs- und Entscheidungshilfe. Der Caritasverband hat das Siegel auch wegen der niedrigen Verwaltungsausgaben, die unter zehn Prozent liegen, erhalten. Die Kriterien für die Vergabe sind streng. Eine Organisation muss nachweisen können, dass sie mit dem ihr anvertrauten Geld sorgfältig und verantwortungsvoll umgeht.

## Nachweis der Kitabeiträge für 2016

Der Caritasverband der Erzdiözese München und Freising e. V. stellt auch für das Jahr 2016 kostenfrei und unbürokratisch einen Saldenkontoausdruck mit dem Nachweis der bezahlten Grundbeiträge aus. Er lautet auf den Rechnungsempfänger, d. h. auf diejenige Person, die die Beiträge bezahlt, unabhängig davon, bei wem

das Kind lebt oder wer das Sorgerecht innehat. Für das Jahr 2016 werden die Nachweise voraussichtlich ab Mitte März von den Kita-Leitungen ausgehändigt. Allerdings nur denjenigen, deren Debitorenkonto in der zentralen Buchhaltung zum Stichtag 10. Januar 2017 ausgeglichen war.