



# **Gesundheitsförderung im Kindergarten**

**Andrea Stadler**  
Fachmitarbeiterin ZEPRA





# Warum früh anfangen?



## Die Grundlagen entstehen früh

Gesundheitsverhalten, das in der Kindheit entsteht, bildet die Grundlage für das spätere Leben.



## Früh fördern bedeutet stärker wirken

Frühe Unterstützung schafft die stärksten Grundlagen für Gesundheit, Lernen und faire Chancen im weiteren Lebensverlauf.





# Damit Gesundheitsförderung im Alltag gelingt...

**...unterstützen wir mit:**

- ✓ Fachwissen
- ✓ Beratung
- ✓ Weiterbildung
- ✓ Hilfsmittel

**Unser Ziel**



Gesundheitsförderung  
einfach, alltagsnah und  
wirksam gestalten.



# Unsere Angebote (1/4)

## ✓ Fachwissen/Information



### sichergsund.ch

Plattform für Gesundheitsförderung und Prävention unterstützt Fachpersonen mit wertvollen Informationen.

**Link:** Fachportal für Prävention und Gesundheitsförderung



### heb! – Früherkennung

- Grundlagen für Fachpersonen
- Orientierung von Unterstützungsbedarf bis Kindeswohlgefährdung
- Handlungssicherheit im Alltag

**Link:** heb! – hinschauen. einschätzen. begleiten. | sg.ch





# Unsere Angebote (2/4)

## ✓ Beratung und Unterstützung



### Find help – Beratung und Unterstützung finden

- Lokale Unterstützungsangebote einfach finden
- Gezielte Suche, z.B. nach Alter oder Thema
- Stets aktuelles Angebotsverzeichnis

**Link:** [find help Schweiz - Gesundheit und Soziales - Hilfe finden](#)



### Persönliche Beratung durch Fachpersonen

- Fragen zur Umsetzung
- Vermittlung passender Angebote
- Unterstützung bei Projekten

**Link:** [Schule und Gesundheit - ZEPRA](#)



# Unsere Angebote (3/4)

## ✓ Weiterbildung



### «Purzelbaum» im Kindergartenalltag

- Vielseitige Bewegung
- Ausgewogene Ernährung
- Start «rundum stark» im November 2026

**Link:** [Purzelbaum Kindergarten](#) & [Purzelbaum rundum stark KIGA](#)



### «Spielzeugfreier Kindergarten»

- Freiraum entsteht
- Förderung der Lebenskompetenzen
- Start im September 2026

**Link:** [Spielzeugfreier Kindergarten - Kinder im Gleichgewicht](#)





# Unsere Angebote (4/4)

## ✓ Hilfsmittel



## Broschüren für Alltag & Elternarbeit

- Broschüren zu Bewegung und Ernährung
- EmoSi-Karten (Emotionen erkennen & benennen)
- Weitere praxisnahe Elterninformationen

**Link:** [Materialbestellung - Kinder im Gleichgewicht & EmoSi-Karten - ZEPRA](#)

## Schulwegkampagne «Ich kann das. Ich geh zu Fuss.»

- Förderung eines selbstständigen Kindergartenwegs
- Unterrichtsmaterialien für den Kindergarten
- Elterninformationen & Kampagnenmaterial

**Link:** [Schulwegkampagne - Ich kann das](#)



# Kontakt



Amt für Gesundheitsvorsorge  
ZEPRA  
+41 58 229 87 60  
[zepra@sg.ch](mailto:zepra@sg.ch)

Andrea Stadler  
Fachmitarbeiterin ZEPRA, Fachstelle Bewegung &  
Ernährung  
+41 58 229 84 22  
[andrea.stadler@sg.ch](mailto:andrea.stadler@sg.ch)

