



Mülheim macht Sport



Das „Prima Leben Zertifikat“ ist ein Gemeinschaftsprojekt vom Mülheimer Sportbund e.V., Mülheimer SportService, Gesundheitsamt und dem Amt für Kinder, Jugend und Schule.



Amt für Kinder,  
Jugend und Schule



Mit freundlicher Unterstützung von:



Gas · Strom · Wärme

## Prima Leben Zertifikat

Gesundheitsförderung  
in Kindertageseinrichtungen

Das „Prima Leben Zertifikat“ ist ein Gemeinschaftsprojekt vom

Mülheimer Sportbund e.V.,  
Mülheimer SportService,  
Gesundheitsamt und dem Amt  
für Kinder, Jugend und Schule

mit Unterstützung durch die  
medl GmbH



# Prima Leben Zertifikat

## Gesundheitsförderung in Kindertageseinrichtungen

Ernährung, Entspannung und Bewegung sind wichtige Elemente einer gesunden und ganzheitlichen Entwicklung von Kindern.

An diesen Punkten setzt das „Prima Leben Zertifikat“ an. Das Zertifikat wird an Kindertageseinrichtung verliehen, die Ernährung, Bewegung und Entspannung in ihrem Alltag leben und vermitteln..

### Vorteile einer Zertifizierung

- Unterstützung bei der Umsetzung und Ausgestaltung durch das Prima Leben Team
- medl Springmäuse
- Handreichungen und gesunde Rezepte



## Voraussetzungen einer Zertifizierung

### MUSS-Qualitätskriterien

- Verankerung der Schwerpunkte im pädagogischen Konzept
- Aus- und Fortbildung von Bewegungsfachkraft und hauswirtschaftlicher Kraft
- Regelmäßige Bewegungs- und Entspannungsangebote
- Geeigneter Bewegungs- bzw. Mehrzweckraum
- Schaffung räumlicher Voraussetzungen zum Entspannen
- Elterninformation über die Schwerpunkte
- Regelmäßige Angebote eines gesunden Frühstücks
- Teilnahme an einem jährlichen Qualitätszirkel
- Erstellung eines kurzen Jahresberichts

### KANN-Qualitätskriterien

- Kooperation mit einem ortsansässigen Sportverein
- Externe Bewegungsangebote: Angebot im Tandem (Bewegungsfachkraft und Übungsleiter/-in)
- Teilnahme an Fortbildungen zum Schwerpunkt „Entspannung“
- Angebot des „Prima Leben“-Frühstücks

**Gerne beraten wir Sie zu den Kriterien!**



**Falls Sie an einer „Prima Leben Zertifizierung“ interessiert sind oder weitere Fragen haben, melden Sie sich gerne!**

### Ansprechpartner

Gesamtkoordination, Bereich Bewegung / Entspannung

**Jana Hartwich**

T 0208 308 50 44

[jana.hartwich@msb-mh.de](mailto:jana.hartwich@msb-mh.de)

Bereich Ernährung

**Andrea Joachim**

T 0208 455 53 66

[andrea.joachim@muelheim-ruhr.de](mailto:andrea.joachim@muelheim-ruhr.de)

Fachberaterin für Tageseinrichtungen für Kinder

**Dagmar Siepermann**

T 0208 455 45 57

[dagmar.siepermann@muelheim-ruhr.de](mailto:dagmar.siepermann@muelheim-ruhr.de)