



## „TigerKids – Kindergarten aktiv“ Pressekonferenz am 06. August 2009 in Hannover

### Statement von Dr. Herbert Reichelt Vorstandsvorsitzender des AOK-Bundesverbandes

Sehr geehrte Frau Ministerin,  
sehr geehrter Herr Prof. Koletzko,  
sehr geehrte Damen und Herren,

ich freue mich, dass wir heute in dieser schönen Kita mit ihrem lebendigen Ambiente zusammenkommen dürfen.

Vor Ihnen steht der „Magische Obstteller“ und ich lade Sie herzlich ein, zuzugreifen und es sich schmecken zu lassen. Auch für kalorienarme Durstlöscher – ich meine hier Wasser oder Saftschorle, nicht Cola und Limo – ist gesorgt. Und damit kommen Sie bereits mit zwei wichtigen Bestandteilen unseres Präventionsprogramms „TigerKids – Kindergarten aktiv“ in Kontakt.

Was genau ist „TigerKids“? Was hat es mit der Handpuppe des schlauen Tigers auf sich? Und was hat die AOK mit diesem Programm in den letzten drei Jahren erreicht?

„TigerKids“ ist das bundesweit größte Präventionsprogramm, das derzeit in deutschen Kitas genutzt wird, um Kinder an ein gesundes Essverhalten heranzuführen und zu mehr Bewegung zu ermuntern. Damit setzen wir von der Gesundheitskasse ein anspruchsvolles Vorhaben um, das wir mit der im Jahr 2007 gestarteten AOK-Initiative „Gesunde Kinder – gesunde Zukunft“ zur Verbesserung der Kindergesundheit angeschoben haben. Über die Ergebnisse berichten Professor Koletzko und ich gleich.

Heutzutage weiß jeder, dass Gewohnheiten beim Essen und in der gesamten Lebensführung maßgeblich in der Kindheit geprägt und verinnerlicht werden. Das täglich vorgelebte Verhalten in Familie und Elternhaus, wie auch die unmittelbaren Umwelt- und Lebensbedingungen, spielen eine ganz wesentliche Rolle.

Der Kindergarten ist für die 3 bis 6-Jährigen eine weitere wichtige „Lebenswelt“, in der sie viel Zeit verbringen. Auch dieses Umfeld trägt zur Entwicklung der Persönlichkeit bei, vieles wird gelernt, auch was die Gesundheit betrifft. Für die Gesundheitskasse ist es ein besonders wichtiger Ort, um möglichst viele Kinder, unabhängig von ihrer sozialen Herkunft und den häuslichen Startbedingungen, zu erreichen. Wir wissen aber auch, dass die Bemühungen ins Leere laufen, wenn wir die Eltern nicht einbeziehen. Deshalb informieren die Kindergärten auf Elternabenden zum Beispiel auch darüber, wie in den Familien gesundes Essen auf den Tisch gebracht werden kann.

Was macht „TigerKids“ aus? Das Programm unterstützt Erzieherinnen in den Kindergärten, gesunde Ernährung und Bewegung in den Alltag ihrer Kita einzuführen und beizubehalten. Die Vorgehensweise ist flexibel, es werden keine Vorschriften gemacht. Zum Auftakt schulen Ernährungs- und Bewegungsfach-



kräfte der AOK die Erzieherinnen und Erzieher in Workshops. Dabei werden auch Umsetzungsmöglichkeiten für die jeweilige Kita erarbeitet. Zudem stehen die Fachkräfte der AOK in den folgenden drei Jahren mit Rat und Tat zur Seite.

Mit Materialien, die die Fantasie beflügeln, lässt sich Kindern vieles leichter vermitteln. Bei „TigerKids“ sind das unter anderem die Tiger-Handpuppe und die „kleine Lok, die alles weiß“. Während der Tiger die Kinder dazu animiert, sich viel zu bewegen und Obst und Gemüse zu essen, zieht die Lok einen Holz-zug, auf den gesunde Lebensmittel geladen werden können. So lernen schon die Jüngsten, Nahrung nach bestimmten Kriterien zu sortieren und ungesunde Leckereien nur in Maßen zu essen. In eigens auf-gebauten Getränkestationen werden zuckerfreie und kalorienarme Durstlöscher angeboten.

Für die Eltern gibt es Elternbriefe und sogenannte „Tipp-Cards“ mit einfach umsetzbaren Ernährungs- und Bewegungstipps: gemeinsames Anfertigen von „Gemüseknackern“ (FingerFood aus Gemüse), Tisch-rituale mit der Familie, Trinkanregungen, Bewegungsspiele für drinnen und draußen und vieles mehr.

Die Ergebnisse dieses Projekts können sich sehen lassen. Nachdem wir nun drei Jahre lang Erfahrung gesammelt haben, wissen wir:

- „TigerKids“ wird von Erzieherinnen und Erziehern akzeptiert und als sehr wertvoll und zielführend für den Einsatz in der Kita bewertet.  
Ein überwältigend hoher Anteil befürwortet die landesweite Ausdehnung des Programms.
- Kinder essen durch „TigerKids“ signifikant mehr Obst und Gemüse; im Kindergarten wie zu Hause.
- „TigerKids“-Kinder trinken weniger kalorienreiche Limonaden.
- Und sie bringen häufiger eine gesündere Pausenverpflegung mit in die Kita.

Bis Ende dieses Jahres werden bundesweit 4.000 Kitas bei „TigerKids“ mitmachen. Rund 200.000 Familien sind damit angesprochen und die Liste der Kitas, die „TigerKids“ einsetzen wollen, ist lang.

Diese guten Ergebnisse haben dazu beigetragen, dass das Programm inzwischen internationale Beachtung gefunden hat. Es wird auf EU-Ebene in weiteren Ländern eingeführt. Professor Koletzko wird Ihnen das noch eingehender darstellen.

Wir fühlen uns durch die hervorragenden Ergebnisse ermutigt, das Programm fortzusetzen und natür-lich auch weiter zu verbessern. Derzeit prüfen wir Möglichkeiten, „TigerKids“ auf Krippen auszuweiten. Wir überlegen, wie wir Eltern noch stärker einbinden können und wie wir uns für eine Weiterführung des Projekts mit weiteren kommunalen Partnern vernetzen können.