



# MIR GEHT ES GUT!

WAS JEDES KIND BRAUCHT, UM GESUND  
AUFZUWACHSEN UND GUT ZU LERNEN.

Eine Broschüre der Wörgler Kinder-  
betreuungseinrichtungen und Schulen  
für Eltern und ihre Kinder

# ÜBER DIE BROSCHÜRE

Was Kinder für ein gutes Aufwachsen brauchen, erscheint für viele logisch und selbstverständlich.

In unserer heutigen Gesellschaft fällt es aber offensichtlich zunehmend schwerer, allen Kindern diese grundlegenden Bedürfnisse zu erfüllen. Zeitdruck, finanzielle Probleme, Gewalterfahrungen, hohe Erwartungen, Einflüsse von Medien, Ablenkung durch Handy usw. erschweren das bewusste Wahrnehmen und die Rücksichtnahme auf die Jüngsten in unserer Gesellschaft.

Ihre tagtäglichen Erfahrungen und Erlebnisse in der Praxis veranlassten die Pädagoginnen und Pädagogen der Kinderkrippen, Kindergärten und Schulen der Stadtgemeinde Wörgl zur Broschüre „Mir geht es gut!“.

Der Wörgler Künstler Sepp Rangger wurde eingeladen, die Wünsche und Anliegen der Pädagoginnen und Pädagogen für Kinder in einfachen, klaren Botschaften in seinen Bildern zu übersetzen. Die begleitenden Texte in der Broschüre geben grundlegende Erstinformationen.

Wenn ihre Grundbedürfnisse erfüllt sind, können sich Kinder positiv entwickeln. Uns allen bewusst zu machen, was Kinder wirklich für ein gesundes, glückliches Aufwachsen benötigen, war der Anlass für diese Broschüre.

**DAS WOHL  
DEINES KINDES  
IST UNSER  
GEMEINSAMES  
OBERSTES ZIEL!**

Mit wechselseitigem Respekt und Kommunikation auf Augenhöhe.

Die gute Zusammenarbeit von Eltern und Pädagog:innen ist ein wichtiger Beitrag für die bestmögliche Entwicklung und Förderung Deines Kindes.

Davon hängen auch die Bildung und der Erfolg Deines Kindes im späteren Leben ab.



# FÜR EINEN GUTEN START IN DEN TAG!

Über Nacht baut der Körper Energie ab. Ein Frühstück hilft dabei, die Speicher wieder aufzufüllen.

Gerade Kinder sollen gesund frühstücken, damit sie konzentriert und leistungsfähig bleiben.

Das regelmäßige Frühstück unterstützt auch dabei, ein gesundes Körpergewicht zu halten.

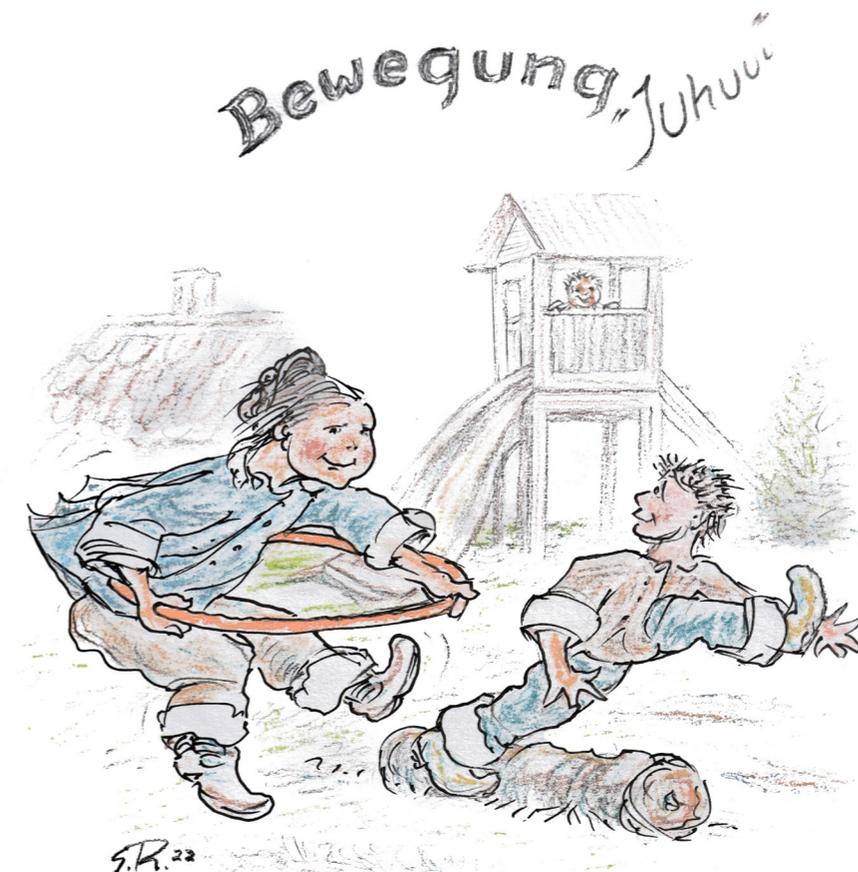


# BEWEGUNG MACHT SPASS!

Bewegung unterstützt die optimale Entwicklung Deines Kindes, schult auch die Wahrnehmung und das Denken.

Bewegung stärkt das Herz-Kreislauf- und Atemsystem, steigert die Leistungsfähigkeit und verbessert das Immunsystem.

Bewegung – möglichst im Freien – sollte daher jeden Tag am Programm stehen!



# ESSEN MACHT GLÜCKLICH!

Regelmäßige und gesunde Mahlzeiten geben ausreichend Energie zum Spielen, Lernen und Toben.

Warme Speisen sind leichter verdaulich.

Wasser zum Trinken reicht völlig aus.

Gemeinsame Mahlzeiten bieten gute Möglichkeiten zur Kommunikation und die Familie spielt als Vorbild eine wichtige Rolle.



# KINDER BRAUCHEN KINDER!

Wir alle brauchen das Zusammen-  
sein mit anderen Menschen, um  
uns weiterzuentwickeln und soziale  
Fähigkeiten auszubauen.

Kinder lernen besonders im Um-  
gang mit anderen Kindern, Gefühle  
zu erkennen, darauf entsprechend  
zu reagieren, zu kooperieren,  
Konflikte zu lösen und mit Kritik  
umzugehen.

Dies sind wichtige Voraussetzungen,  
um sich erfolgreich weiter-  
zubilden und in die Gesellschaft  
einbringen zu können.



# KINDER LIEBEN GESCHICHTEN!

Wir unterstützen unsere Kinder, indem wir viel mit ihnen sprechen und unser Handeln sprachlich begleiten.

Richtiges Sprechen, Lesen und Schreiben werden besonders gut durch tägliches Vorlesen von Geschichten gefördert. Gespräche über die Inhalte der Geschichten stärken die Ausdrucksfähigkeit zusätzlich.

Sicherheit in der Muttersprache hilft beim Lernen anderer Sprachen.



# HALB ACHT, GUTE NACHT!

Schlafmangel schadet dem Gehirn von Kindern! Regelmäßig zu wenig Schlaf kann bei Kindern zu Tagesmüdigkeit, Konzentrationsdefiziten, Lernschwierigkeiten, einem gesteigerten Aggressionspotenzial und einem geschwächten Immunsystem führen. Kinder sollten daher mindestens 9 bis 13 Stunden pro Nacht schlafen!

Entspannte abendliche Abläufe, schöne Einschlafrituale und eine beruhigende Schlafumgebung sorgen für eine erholsame Nacht bei Kindern.



Die Broschüre ist nach einer Idee von Pädagog:innen der Wörgler Kinderbetreuungseinrichtungen und Schulen entstanden.

Illustriert vom Wörgler Künstler Sepp Rangger.

Ermöglicht durch Förderungen der Stadtgemeinde Wörgl. In Kooperation mit dem Verein komm!unity.

Auf unserer Webseite kannst Du Dir zu jedem Thema der Broschüre weitere interessante Informationen, Tipps und Materialien holen!

[www.kommunity.me/elternbildung](http://www.kommunity.me/elternbildung)



