

# Von klein auf in Bewegung

Das Röttenbacher „Haus für Kinder“ setzt auf Gesundheitsvorsorge



Rennen, purzeln und toben. Schon den Kleinsten in der Kinderkrippe wird beigebracht, wie viel Spaß Bewegung macht und wie man dadurch spätere Krankheiten vermeiden kann. Foto: Jürgen Leykamm

**RÖTTENBACH** – „Sitzen ist das neue Rauchen!“ So drastisch warnen Medien und Verbände davor, es sich auf den berühmten „vier Buchstaben“ allzu bequem zu machen. Mit einem ganzen Bündel von Maßnahmen will das Röttenbacher „Haus für Kinder“ dieser Gesundheitsgefährdung deshalb aktiv vorbeugen.

Die Aktivitäten greifen schon bei den Kleinsten in der Krippe. Sie nutzen regelmäßig die eigene Bewegungshalle und sind häufig in der Grundschulturnhalle zu Gast. Eine zweite Ebene im Gebäude lehrt die Buben und Mädchen außerdem spielerisch das Treppensteigen.

Die älteren Krippenkinder legen viele Strecken auch nicht mehr mit dem „Turtle-Bus“ zurück. Sie gehen zu Fuß. Täglich wird Frischluft getankt – auch im Winter. Darüber hinaus lädt ein großes Wellness-Bad zum Planschen und Spielen ein. Letz-

teres gilt auch für das gesamte Krippengebäude: Der Gang mutiert dann zum Beispiel zur Bobbycar-Rennstrecke.

Im Kindergarten gibt es gleich mehrere „sitzfreie Zonen“ mit Tischen ohne Stühle. Malen dürfen die Kleinen im Stehen und Gehen. In der zwei Kilometer entfernten Grundschulturnhalle, die die Kinder ebenfalls auf Schusters Rappen erreichen, gibt es Freispielzeit und angeleitete Bewegungseinheiten. Und auch im Garten lässt es sich bei (fast) jedem Wetter fein herumtoben.

Ausgerüstet mit robuster Kleidung, Isomatte und Brotzeit verbringen die drei- bis vierjährigen „Mondkinder“ und die ein Jahr älteren „Sternenkinder“ zudem einmal im Monat einen Vormittag im Wald. Die „Sonnenkinder“ im Vorschulalter haben bereits einen Nordic-Walking-Kurs absolviert und gehen nun wöchentlich mit den Stöcken auf Tour. Sie nutzen den

örtlichen Kneippweg und bewegen sich nachmittags in Projektgruppen.

Das Personal ist sich seiner Vorbildfunktion bewusst und geht mit gutem Beispiel voran. „In mein Büro habe ich mir einen Klapptisch montieren lassen – als Ersatz für ein Stehpult, das hier nicht reingepasst hätte“, erzählt Einrichtungsleiterin Rebekka Fritz. Ihr Team hat ebenso am Nordic-Walking-Kurs teilgenommen. „Die meisten sind heute noch aktiv unterwegs“, erklärt die Chefin.

Natürlich gibt es im Haus aber auch feste „Sitzzeiten“, etwa bei den Mahlzeiten. Es sei wichtig, sich dafür Zeit zu gönnen, und komme eben auf die gute Mischung an, so Rebekka Fritz.

Im Haus für Kinder sind derzeit noch Betreuungsplätze frei. Wer Interesse hat, kann unter Telefon (091 72) 66 33 63 einen Besuchstermin vereinbaren. Weitere Informationen gibt es auch im Internet unter [www.haus-fuer-kinder.com](http://www.haus-fuer-kinder.com) ley