

Einladung

**Liebe Tagesmütter und Tagesväter,
liebe Erzieherinnen und Erzieher,
liebe Interessentinnen und Interessenten,**

seit dem Frühjahr 2000 führt die Landesvereinigung für Gesundheitsförderung Mecklenburg-Vorpommern e. V. (LVG) jährlich den **Kindergartentag Mecklenburg-Vorpommern** als Fortbildungsveranstaltung für Erzieherinnen und Erzieher durch. An dessen Erfolg anknüpfend haben wir unser Augenmerk auch auf eine andere Zielgruppe gerichtet und freuen uns, Sie als Tagesmutter oder Tagesvater zum „**Lütten-Hüter-Tag**“ einladen zu dürfen.

Sie sind verlässliche Bezugspersonen für die „Lütten“, die 0 bis 3-Jährigen, die sie im Alltag begleiten und unterstützen. Wir wollen Ihnen Anregungen für Ihre Arbeit geben und dabei das Thema *Gesundheitsförderung* in den Mittelpunkt dieses Tages stellen. In kleinen Gruppen haben Sie die Möglichkeit, sich mit erfahrenen Fachkräften zu Themen wie beispielsweise Yoga, Rückenfit durch den Arbeitsalltag und gesunde Ernährung von Anfang an auszutauschen.

Gemeinsam mit dem Fachdienst Gesundheit des Landkreises Ludwigslust-Parchim laden wir Sie ein, am **15. Juni 2019** beim „**Lütten-Hüter-Tag**“ in **Parchim** dabei zu sein.

Wir hoffen, dass unser Themenspektrum rund um die Gesundheitsförderung Ihr Interesse weckt und freuen uns auf Ihre Anmeldungen.

Heike Martfeld
*Landesvereinigung für Gesundheitsförderung
Mecklenburg-Vorpommern e. V.*

Susanne Polak
*Fachdienst Gesundheit des Landkreises
Ludwigslust-Parchim*

Anmeldung

Bitte melden Sie sich telefonisch bis zum 06.06.2019 bei der LVG MV an:
Montag bis Donnerstag von 8:00 - 12:00 Uhr
Telefon: **0385 2007 386 11**

Wir bitten Sie, bei der Anmeldung **den Workshop**, an dem Sie teilnehmen möchten, anzugeben. Wir werden versuchen, alle Wünsche zu berücksichtigen. Gleichzeitig bitten wir Sie aber auch um Verständnis, dass die Teilnehmerzahl in den einzelnen Workshops auf maximal **15 Personen** begrenzt ist und die Mindestteilnehmerzahl 10 beträgt. Geben Sie deshalb bitte auch einen Ersatzwunsch an, falls Ihr Workshop nicht stattfinden kann.

Veranstaltungsgebühr:

Die Veranstaltungsgebühr beträgt einschließlich Mittagsverpflegung **45,00 € pro Person**. Alle Anmeldungen sind **verbindlich**. Bei Rücktritt kann eine Erstattung der Veranstaltungsgebühr **nicht** erfolgen; eine Vertretung kann benannt werden. Sie erhalten von uns Anfang Juni eine Anmeldebestätigung sowie weitere Informationen zur Zahlung der Teilnahmegebühr und zur Anfahrt.

Mit der Anmeldung erklären Sie sich einverstanden, dass die im Zusammenhang mit der Veranstaltung gemachten Fotos veröffentlicht werden dürfen.

Veranstaltungsort:

Friedrich-Franz-Gymnasium
in Parchim, Ziegendorfer Chaussee 71-74

Weitere Informationen:

Landesvereinigung für Gesundheitsförderung MV e.V.
Heike Martfeld
Telefon: 0385 2007 386 11
Email: Heike.Martfeld@lvg-mv.de

Landkreis Ludwigslust-Parchim, FD Gesundheit
Susanne Polak
Telefon: 03871 7225304
Email: Susanne.Polak@kreis-lup.de



Thomas Kula/walpixelio.de



Karina Sturm/pixelio.de

Regina Kaute/pixelio.de



Kraftprinz/pixelio.de

Eine Kooperationsveranstaltung der
Landesvereinigung für Gesundheitsförderung
Mecklenburg-Vorpommern e. V. und des
Fachdienstes Gesundheit des Landkreises
Ludwigslust-Parchim



Lütten-Hüter-Tag am 15. Juni 2019 in Parchim



Veranstaltungsbeginn 9:30 Uhr

ab 9:00 können Sie sich anmelden, einen Kaffee zur Begrüßung trinken und miteinander ins Gespräch kommen

9:30 Begrüßung

Susanne Polak
Koordinatorin für Gesundheitsförderung und Prävention im Landkreis Ludwigslust-Parchim

Heike Martfeld
Landesvereinigung für Gesundheitsförderung MV e. V.

9:40 Einstimmung

durch Kinder der AWO-Kita „Villa Kunterbunt“ in Parchim

10:00 Arbeit in den Workshops

(siehe nebenstehende Auswahl)
Bitte achten Sie in Arbeitsgruppen mit Bewegungsangeboten auf bequeme Kleidung!

12:00 Mittagsbuffet

13:00 Weiterarbeit in den Workshops

15:00 Zusammenfassung - Ausblick

Veranstaltungsende ca. 15:30 Uhr



1. Yoga - ausgeglichen, gesund und stark

- „1, 2, 3 im Sauseschritt, ich nehme alle zum Yoga mit!“
- Bewegung, Spiel, Geschichte und Reim - die Katze tanzt auf einem Bein - sowie viele tolle Sachen, die uns allen Freude machen

*Heike Geisler
Heilerziehungspflegerin/Kinderyogalehrerin*

2. Die Leichtigkeit in der Bewegung

- ganzheitliche Bewegungsformen
- Emotionen bewegen
- Gedanken zähmen und lenken

*Dr. Dorit Stövhase-Klaunig
Qigong-Lehrerin, Heilpraktikerin*

3. Gesund ernährt von Anfang an

- Entwicklung des Essverhaltens
- Kinderlebensmittel im Spiegel der Werbung
- Bärenstarke Kinderkost - Was brauchen Kinder wirklich?
- Beispiele zur Gestaltung von Frühstück, Mittag und Nachmittagsmahlzeit nach dem DGE-Qualitätsstandard

*Antje Degner,
Verbraucherzentrale M-V e. V.*

4. Musik bewegt!

- Bewegungslieder und Tänze
- Einsatz von Instrumenten
- Materialien und Lieder für die musikalische Früherziehung

*Susann Stramm
Konsultationskita Kronsamp*

5. Autismus-Spektrum-Störung im Krippen- und Kita-Alltag

- kleine Einführung in das Störungsbild
- drei Übungen, um sich in die Welt eines autistischen Kindes hinein fühlen zu können
- Tipps für eine autismusfreundliche Spiel- und Lernumgebung
- Vorstellung von Früherkennungslisten

*Sylva Schlenker
Dipl.-Psychologin, Ltg. Autismusambulanz Region Schwerin*

6. Rückenfit durch den Arbeitsalltag

Alltagsrelevante rückengerechte Verhaltensweisen stehen im Mittelpunkt des Workshops. Wir erkennen Ursachen und Zusammenhänge, aus denen Rückenprobleme entstehen können, verbessern unsere Körperhaltung und erlernen Lockerungs- sowie Ausgleichsübungen, die sich problemlos in den Alltag integrieren lassen.

*Mirko Sonderhausen
Diplom-Sportlehrer und Rückenschullehrer des VPT*

7. Phantasiereisen - Ruheinseln im Tagesverlauf

- Für wen sind Phantasiereisen geeignet und wie wirken sie?
- Wie lese/gestalte ich Phantasiegeschichten (Inhalt, zeitlicher Rahmen, ...)?
- Musik als Begleitung
- „Erfinden“ einer eigenen Geschichte

*Dorina Mania
Grundschullehrerin, Heilpraktikerin*

8. Entspannt im Beruf und im Alltag

- Wie bleibe **ICH** gelassen?
- Wie entspannen die Kinder?
- Was benötige ich zum Entspannen?
- Praktisches Erfahren von Atemtechniken

*Michael Ziersch
Physiotherapie Ziersch, Ludwigslust & Glaisin*

