

## **Atelier 3: Bewegter Lebensstart**

**Cornelia Neuhaus, Leiterin Therapien/Pädagogik, Universitäts-Kinderspital beider Basel**

Cornelia Neuhaus, Physiotherapeutin, Master of Physiotherapy Sciences (MPTSc) arbeitet seit 1996 als Kinderphysiotherapeutin im Universitätskinderspital beider Basel (UKBB) und ist dort seit 2005 Leiterin des Bereiches Therapien / Pädagogik.

Sie hat sich unter anderem zur NDT-Therapeutin (Neurodevelopmental Treatment nach Bobath) und Sportphysiotherapeutin weitergebildet. Sie ist Dozentin für Pädiatrie an den Fachhochschulen Basel (BZG) und Winterthur (zhaw) und ist Projektleiterin von «Bewegter Lebensstart».



## Projektpräsentation

# BEWEGTER LEBENSSTART

Nationale Fachtagung SGE  
07.09.2012  
Cornelia Neuhaus, PT, MPTSc  
[cornelia.neuhaus@ukbb.ch](mailto:cornelia.neuhaus@ukbb.ch)






## BEWEGTER LEBENSSTART

Ein Interdisziplinäres Zentrum für Ernährung- und Bewegungswissenschaften  
in Zusammenarbeit mit verschiedenen Fachbereichen der Universität Basel

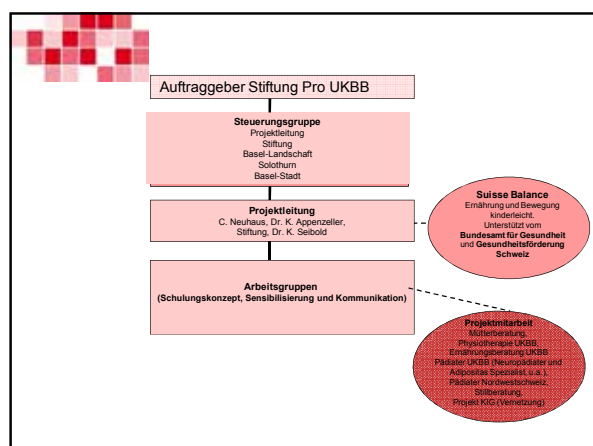
### Wie es zur Projektidee kam...

- Übergewicht
- Ungeschick
- Zahnhygiene
- Ernährungsgewohnheiten
- Bewegungsverhalten


### Einige Zahlen...

- Jedes 4. Schulkind (BS) ist übergewichtig sowie 13% der Kindergartenkinder
- BAG schätzt Kosten (durch Übergewicht, Adipositas) auf ca. CHF 2.7 Milliarden / Jahr!
- Bewegungsdrang während der Kindheit gross
- Meilensteine in der Entwicklung und im (Ess-) Verhalten geschehen in den ersten drei Lebensjahren




### ... über ein Vorprojekt ...


- Befragte Fachpersonen sehen grossen Bedarf Schwangeren und Eltern von Kleinkindern das Thema Bewegung und Ernährung näher zu bringen
- Bedürfnis und Wichtigkeit des Einbezugs von MigrantInnen
- Erfahrungen von Projektpartnern nutzen



### ... zu den Projektzielen

#### 1. Sensibilisierung „Bewegung & Ernährung“


- Von Schwangeren und Eltern mit Kleinkindern
- durch Fachpersonen aus dem Kleinkindbereich wie z.B. Hebammen, Stillberaterinnen, Mütter-Väterberaterinnen, Gynäkologen, Pädiater...
- mit Flyern, Einbringen in bestehende Broschüren (z.B. Babyguide) oder Website



... zu den Projektzielen


**2. Bewegungs- & Ernährungsstunde**

- für Eltern und ihre Kleinkinder (0-1-jährig)
- Kursleiterin Mütterberaterin, Kinderphysiotherapeutin
- Kurs 0-6 / 7-12 Monate je 5 Lektionen
- 1-2-jährige ab Herbst
- 2-3-jährige ab ?
- Seit 2009 laufen Kurse (BS, BL, SO)



**Inhalt der Bewegungsstunde**

- Handling und Lagerung des Babys
- Tipps zur Förderung der Eigenaktivität des Kindes
- Informationen zum Thema Bewegung und Ernährung
- Spielideen, adäquates Spielmaterial, (un-)mögliche Hilfsmittel



... zu den Projektzielen

**3. Fortbildung für Fachpersonen**

- Mütter- und Väterberaterinnen, Stillberaterinnen, Hebammen, Kleinkinderzieherinnen, Kinderphysiotherapeutinnen...
- Referate:
  - Bewegungsentwicklung
  - Ernährung (Mundmotorik)
  - Sprach- und Spielentwicklung,
  - Kulturelle und psychologische Aspekte von Ernährung und Bewegung
- Workshop zu Handling, Hilfsmittel und Spielangeboten
- Familienmanagement bei Migrationsfamilien



... zu den Projektzielen

**4. [www.bewegter-lebensstart.ch](http://www.bewegter-lebensstart.ch)**




**Visionen unseres Projektes**

- Bewegung ist etwas Alltägliches und macht Spass
- Eltern achten auf ausgewogene Ernährung
- Anteil übergewichtiger Kinder sinkt
- Krankenversicherer unterstützen das Präventionskonzept
- Projektevaluationen zeigen Sensibilisierung von Schwangeren und Eltern