

Liebe pädagogische Fachkräfte,
sehr geehrte Interessierte,

mit dem diesjährigen Kindertag wartet wieder ein abwechslungsreiches Programm auf Sie. Wir widmen uns unter anderem Ihrem persönlichen Wohlbefinden – sowohl im privaten als auch im beruflichen Kontext.

„Natürlich gesund – meine Entscheidung!“

Unter diesem Motto soll Ihnen der Tag als wertvolle Auszeit vom Alltag dienen. Gönnen Sie sich Zeit zur Entspannung und zum Auftanken. Wie können Sie Stress reduzieren und bewusster mit Ihren Ressourcen umgehen? Tipps und Tricks für eine ausgewogene Ernährung sowie praktische Übungen für Körper und Geist warten in verschiedenen Angeboten auf Sie.

Wir möchten Ihnen praktische Impulse zur Achtsamkeit mitgeben, die Sie in Ihrem pädagogischen Alltag umsetzen können. Erfahren Sie, wie Sie Ihre persönliche Gesundheit stärken und dabei auch Ihre Fachkompetenz erweitern können.

Kommen Sie auf dem „Markt der Möglichkeiten“ mit verschiedenen Ausstellern ins Gespräch und lassen Sie sich für Ihre Arbeit mit unseren Jüngsten inspirieren.

Wir freuen uns auf einen
inspirierenden Tag mit Ihnen!

Ihre Landesvereinigung für Gesundheitsförderung MV e. V.
sowie Unfallkasse Mecklenburg-Vorpommern



PROGRAMM

- Ab 8:00 Uhr **ANMELDUNG UND BEGRÜSSUNGSKAFFEE**
Markt der Möglichkeiten
- 9:30 Uhr **BEGRÜSSUNGSDIALOG**
Wolfgang Schmülling
Vorsitzender des Vorstandes der LVG MV
Sebastian Körner
Geschäftsführer der Unfallkasse MV
Simone Oldenburg
Ministerin für Bildung und Kindertagesförderung des Landes Mecklenburg-Vorpommern
- 9:45 Uhr **IMPULS**
Ich bin mir wichtig! – 4 Superkräfte für mehr Lebensqualität
Ein Vortrag über Werte, Prioritäten, Entscheidungen, Verantwortung, Motivation und Leistung.
Andreas Ebenhöf, Geschäftsführer der Heldenaten Akademie, Gründer und Schirmherr der #Kitahelden
- 10:30 Uhr **KOMMUNIKATIONSPAUSE**
Begegnung und Austausch auf dem Markt der Möglichkeiten
- 11:30 Uhr **WORKSHOP-RUNDE 1**
- 13:00 Uhr **MITTAGSPAUSE**
- 14:00 Uhr **WORKSHOP-RUNDE 2**
- 15:30 Uhr Veranstaltungsende

HINWEISE

Mittagsversorgung und Getränke: Die Kantine der Fachhochschule hat während der Mittagszeit für Sie geöffnet. Essenmarken können Sie beim Einlass erwerben (**nur Barzahlung**).

Fotos: Mit der Anmeldung erklären Sie sich einverstanden, dass die im Zusammenhang mit der Veranstaltung gemachten Fotos für die Öffentlichkeitsarbeit der LVG MV sowie der Unfallkasse MV genutzt werden dürfen.

ORGANISATIONSHINWEISE

ORT

Fachhochschule für öffentliche Verwaltung, Polizei und Rechtspflege des Landes Mecklenburg-Vorpommern Goldberger Str. 12-13 | 18273 Güstrow

TEILNAHMEGEBÜHR

60,00€ p. P. (Mittag nicht enthalten)

ANMELDUNG

Sie können sich ab dem **20.03.2024** anmelden. Anmeldeschluss ist der 19.04.2024. Anmeldungen werden nur über das Anmeldeformular auf unserer Homepage entgegengenommen. Melden Sie sich gerne direkt online an: www.lvg-mv.de.

TEILNAHMEBEDINGUNGEN UND ZAHLUNGSMITTEL

Die Anmeldung ist verbindlich. Reservierungen sind nicht möglich. Mit Ihrer Anmeldung akzeptieren Sie die Teilnahme- und Stornobedingungen. Mehr Informationen dazu finden Sie ebenfalls auf unserer Homepage: www.lvg-mv.de.



Informieren Sie sich gerne auch unter www.lvg-mv.de und www.uk-mv.de oder folgen Sie uns in den sozialen Medien



Landesvereinigung für Gesundheitsförderung
Mecklenburg-Vorpommern e. V.
Unfallkasse Mecklenburg-Vorpommern

24. Kindertag Mecklenburg-Vorpommern



APRIL
SAMSTAG
8 BIS 15:30 UHR
27
2024
FACHHOCH-
SCHULE
GÜSTROW

Schirmherrin: Simone Oldenburg
Ministerium für Bildung und Kindertagesförderung
Mecklenburg Vorpommern

WORKSHOP – ANGEBOT

1 | **Gesund und fit im Arbeitsalltag**

Vegan oder mit Fleisch? Exotisches Superfood oder Heimisches aus der Saison? Zuckerfrei, fettarm? Anhand von Zutatenlisten und Nährwerttabellen bewerten wir Lebensmittel u. Ernährungsweisen. Wir zeigen, dass gesundes, ausgewogenes Essen auch im Alltag möglich ist. *Simone Goetz, Verbraucherzentrale M-V e.V.*

2 | **Selbstfürsorge durch Achtsamkeit**

Alltags- u. berufstaugliche Achtsamkeitsübungen. Du bist der wichtigste Mensch in Deinem Leben. Möglichkeiten zu finden, wie Du in Deinem Arbeitsalltag noch besser auf Dich achten kannst sowie Dir immer wieder kleine Inseln der inneren Einkehr u. Erholung verschaffst. *Sandra Koch, Entspannungstherapeutin*

3 | **Kann ich das noch essen? Lebensmittelwertschätzung in der Kita**

Wie können mehr Abfälle beim Kitaessen vermieden werden? Entsorgung u. Reinigung als Teil der Prozesskette für eine gute Kitaverpflegung sowie Mitmachaktionen, um den Kindern das Thema näher zu bringen.

Katharina Kutzner, Deutsche Gesellschaft für Ernährung e.V.

4 | **Kneipp mit mir, ich zeig es dir**

Einblicke in das Kneipp-Konzept, Vorstellung von Kneipp-Anwendungen für unsere Kinder, Umsetzung im Kita-Alltag und Selbsterfahrung

Beate Möller, KNEIPP-Kompetenzzentrum Plau Am See

5 | **Spieglein, Spieglein an der Wand – Selbstreflexion als Grundlage sexualpädagogischer Arbeit**

Für eine erfolgreiche Umsetzung sexualpädagogischer Themen ist das Wissen um eigene Ressourcen u. Tabus neben Fachwissen u. Methodenkenntnis wichtig. Wir werden in der Gruppe unsere eigene Haltung u. Erfahrung reflektieren, diskutieren sowie die Blickwinkel anderer kennenlernen.

Robert Gotterbarm, Inteam MV-Landesfachstelle für sexuelle Gesundheit und Familienplanung

6 | **Psychische Belastung im KITA-Alltag beteiligungsorientiert angehen**

► **FÜR LEITUNGEN & WERDENDE LEITUNGEN**

Kita-Box – Auf geht's zur gesunden Kita im Dialog: Anleitung zur Durchführung, Hintergrundinfos psychische Belastung u. Gefährdungsbeurteilung, erfolgreiche Umsetzung d. Gefährdungsbeurteilung arbeitsbedingter psychischer Belastung.

Marc Irmer, Unfallkasse MV

7 | **Umgang mit Problemen**

Probleme erkennen und beschreiben, "Die systematische Problemlösung", Gemeinsam Beispiele bearbeiten.

Mirko Sondershausen, Seminarleiter Stressbewältigung IEK Berlin

HINWEISE

Anmeldung: Bitte wählen Sie für die Arbeitsgruppen um 11:30 Uhr und 14:00 Uhr je ein Thema aus der Liste aus. Einige Arbeitsgruppen sind schnell ausgebucht. Halten Sie auch Alternativwünsche bereit.

Mitzubringen: Bei Arbeitsgruppen mit Bewegung bitte auf bequeme Kleidung achten! Erfahrungsgemäß heizen sich die Räume schnell auf. Bitte bringen Sie sich ausreichend zu Trinken mit!

8 | **Den Frühling zum Klingen bringen...**

...mit Liedern, Finger- u. Bewegungsspielen, Klanggeschichten und einfachem Orff Instrumentarium, Gestaltung einer musikpädagogischen Einheit in der Kita, hoher Praxisanteil *Fiona Dinkelacker – MusiKüste/elementare Musikpädagogin u. staatlich geprüfte Musicaldarstellerin*

9 | **Selbstfürsorge: Möglichkeiten und Grenzen**

Die innere Einstellung kann dabei helfen, die Gesundheit zu wahren u. die Arbeit nicht „mit nach Hause“ zu nehmen. Die Balance zwischen Engagement u. Abgrenzung sowie zwischen Nähe u. Distanz zu halten.

Prof. Dr. René Börmert, Diplom-Pädagoge Sozialarbeitswissenschaft

10 | **Rhythmus-Seminar zur musikalischen Früherziehung**

Trommeln kann jeder! In wenigen Minuten lernen auch musikalisch ansonsten eher "Taktlose" - gemütlich sitzend - das Spiel auf unseren Musikhockern (Trommelworkshop mit Cajons).

Ricardo Espinosa, Schauspieler und Musikpädagoge

11 | **Linkshändige Kinder erkennen und fördern**

Aussagekräftige Zeiger, linkshändertypische Stärken, mit den Schwächen umgehen, das besondere Lernen berücksichtigen.

Frank Steinkopf, Dipl. Lehrer und Linkshänder-Berater

12 | **Klangvolle Frequenzen und Verschnaufpause**

► **BITTE KLEINES KISSEN, DECKE UND YOGAMATTE MITBRINGEN**

Was sind Frequenzen u. was haben sie mit meiner Gesundheit zu tun, Mein Körper ein Symphonieorchester, Warum PlanetenKlangSchalen?

Karen Hagen, Klangvoll_Leben

13 | **Medienstarter**

► **TAGESFORTBILDUNG FÜR FACHKRÄFTE ZUR MEDIENKOMPETENZFÖRDERUNG (Geht über beide Workshop-Phasen!)**

Vermittelt Kompetenzen im Umgang mit digitalen Medien in Kita u. Familie. Sie lernen, wie digitale Medien spielerisch in den Kita-Alltag integriert u. medienpädagogische Konzepte umgesetzt werden können.

Christian Krieg, Landeskoordinierungsstelle für Suchtthemen MV

14 | **Kenne deine Rechte – schütze dich selbst!**

Rechtsübersicht als Einstieg. Konkrete Beispiele zu gesetzlichen Grundlagen sowie Urteile aus dem Arbeitsleben, die Anwendung finden, werden gemeinsam erarbeitet.

Christopher Köster, Gewerkschaft Erziehung und Wissenschaft MV

15 | **„Hannah und Moritz – Die Reise zum eigenen Ich“**

Vorstellung des kindgerechten u. toleranzfördernden ADHS-Puppenspiels| Impulsworkshop zur kostenfreie Weiterbildung zum Thema Verhaltensauffälligkeiten bei Kindern z.B. ADHS; praktische Tipps zum Umgang mit Kindern mit ADHS und Einbeziehung der Eltern, Vorstellung der Möglichkeiten zur selbständigen Planung, Aufbau, Einstudieren u. Durchführung eines thematischen Puppenspiels

Christa Klatt, ADHS-Elterntrainerin im Auftrag der AOK Nordost/Freiberuflerin

16 | **Willkommen in unserem Yoga-Traumzauberland**

Yoga- ausgeglichen, gesund u. stark | Bewegung, Spiel Geschichten und Reim

Heike Sültrmann, Heilerziehungspflegerin/Kinderyogalehrerin

17 | **Bewegung inklusiv im Kindergartenalltag**

Ein Kind mit Handicap – Praxisnahe Einführung in das Thema Behinderung. Was ist möglich? Anregungen zum inklusiven Bewegungsangebot im Kita-Alltag. Was ist nötig? Rahmenbedingungen, Materialien, Sicherheit,...

Dörte Plessentin, Para Sport und Rehasport VBRS M-V e.V.

18 | **„Schutzraum KiTa: Hinweise auf (sexualisierte) Gewalt erkennen und gebotene Maßnahmen treffen“**

Erkennen u. Bewerten von Spuren am Körper von Kindern. Bewerten von verdächtigen Verhaltensveränderungen.

Was habe ich zu tun u. was ist die Aufgabe von KiTa-Leitungen?

Rainer Becker, Ehrenvorsitzender der Deutschen Kinderhilfe – Die ständige Kindervertretung, Polizeidirektor und Hochschuldozent a. D.

19 | **Wie funktionieren wir? – Hauptsache Verstehen**

In dem Vortrag wird unser psychologisches Handlungsspektrum erklärt u. dessen Auswirkungen auf unser Miteinander.

Kay Wellner, Fachdozent für Kommunikation, Marketing, Konfliktlösungsmanagement

20 | **Verantwortlich, aber nicht schuldig!**

Promlemlösung: eigenes Erleben differenzieren, eigene Gesundheitsstörer verabschieden, eigene Lebensfreiheit wiederentdecken

Marion Reinhold, zert. Mediatorin, Straube – Managementberatung

21 | **Wenn das Heben und Tragen zur Belastung wird**

Anregungen für rückengerechte Arbeitsabläufe. Wenig Aufwand, großer Erfolg: Ausgleichsübungen für die tägliche Arbeit.

Dirk Teichmann, Päd. Mitarbeiter der Unfallkasse MV

22 | **Ressource Tanz**

► **BITTE BEQUEME KLEIDUNG UND EINE YOGAMATTE MITBRINGEN**

Regeneration im (beruflichen) Alltag durch Körperarbeit u. Tanz

Yvonne Middelborg, Tanzpädagogin

23 | **Regeneration und Selbstfürsorge im Berufsalltag**

Techniken zur Regeneration u. zur Stimulierung des .Parasympathikus. Ob durch Augenübungen, autogenes Training oder Atemgymnastik – entdecken Sie, wie Sie täglich neu aufladen u. mit voller Energie in den nächsten Tag starten können. Praktische Tools für mehr Ruhe und Ausgeglichenheit im herausfordernden Alltag.

Kristina Portwich, Physiotherapeutin, Heilpraktikerin, Osteopathin

24 | **Stimmgesundheit mit Redekraft**

Stimmhygiene, Stimmunfunktion und etwas was die an die Hand bekommen präventive Übungen für den Arbeitsalltag *Lysann Zumkowski, Logopädin*

MARKT DER MÖGLICHKEITEN

Ab 8:00 Uhr können Sie den Markt der Möglichkeiten besuchen. Rund um das Thema Gesundheitsförderung erwartet Sie ein vielfältiges Angebot an Informationen und Materialien zum Mitnehmen, Ausprobieren und Kaufen. Aussteller werden unter anderem sein:

AOK Nordost – Die Gesundheitskasse

athmer oHG

Bildungswerk der Wirtschaft M-V e. V.

Bundesarbeitsgemeinschaft für Haltungs- und

Bewegungsförderung e. V.

Die Wohlfahrts

DRK-Bildungszentrum Teterow gGmbH

Gewerkschaft Erziehung und Wissenschaft M-V

GSE-Gesellschaft für solidarische

Entwicklungszusammenarbeit M-V e. V.

HABA Sales GmbH & Co. KG

Heldentaten Akademie

Landesvereinigung für Gesundheitsförderung M-V e. V.

Landesverkehrswacht M-V e. V.

MOREDU GbR

ORG-DELTA GmbH

Sarah Wiener Stiftung

Stiftung Bildung

Straube Managementberatung

Techniker Krankenkasse Landesvertretung MV

Unfallkasse MV

Verband für Behinderten u. Rehabilitationssport M-V e. V.

vital & physio GmbH