

# KindergesundheitstrainerIn

## BERUFSBESCHREIBUNG

Kindern mangelt es heutzutage häufig an Bewegung, Entspannung, und bewusster und gesunder Ernährung. Deshalb befassen sich KindergesundheitstrainerInnen mit der aktuellen Lebenssituation von Kindern und entwickeln auf dieser Grundlage altersgemäße Trainingsprogramme. Diese Programme werden spielerisch gestaltet, zum Beispiel unter Anwendung von Methoden der Erlebnispädagogik. KindergesundheitstrainerInnen unterstützen die Kinder bei ihren Trainingseinheiten. Sie motivieren und aktivieren sie dazu, die verschiedenen Übungen selbstständig durchzuführen, Ernährungsprinzipien einzuhalten und sich häufiger zu bewegen. Nicht nur die Kinder selbst, besonders auch die Eltern werden von KindergesundheitstrainerInnen beraten.

KindergesundheitstrainerInnen arbeiten mit Gruppen oder einzelnen Kindern und ziehen mitunter auch ExpertInnen aus anderen Fachgebieten des Sozial- und Gesundheitsbereiches hinzu, etwa Lebens- und SozialberaterInnen, Ärzte/Ärztinnen und DiätologInnen. Sie arbeiten freiberuflich oder für pädagogische Einrichtungen und Institute, für Sozial- und Gesundheitsorganisationen, aber auch im Freizeit- und Wellnessbereich.

Die Ausbildung zur/zum KindergesundheitstrainerIn erfolgt meist durch Lehrgänge privater Aus- und Weiterbildungseinrichtungen.

## Ausbildung

Die Ausbildung zur/zum KindergesundheitstrainerIn erfolgt durch Lehrgänge privater Aus- und Weiterbildungseinrichtungen. Die Grundlage bildet häufig eine abgeschlossene schulische oder akademische Ausbildung in einem pädagogischen, sozialen oder Gesundheitsberuf (z. B. ErzieherIn, PhysiotherapeutIn, Diplomierte/r Gesundheits- und KrankenpflegerIn, ErnährungswissenschaftlerIn, Diätologe / Diätologin).