

## Die Alm als gesundheitsförderliche Lebenswelt

2018 ist der Kindergarten Hüttschlag in die Initiative „Gesunder Kindergarten“ eingestiegen – eine perfekte Ergänzung zum bereits vorhandenen Engagement und der fast schon traditionellen „Almwoche“.

Bereits zum dritten Mal hat der Kindergarten Hüttschlag seine Schützlinge zusammengepackt und eine Woche lang auf die „Hoamalm“ der Hühnerkaralm gebracht – und das erstmals auch als „Gesunder Kindergarten“. Dabei ergänzen sich die Almwochen perfekt mit den fünf Säulen der vom Gesundheitsförderungsfonds Salzburg geförderten und von AVOS gemeinsam mit der BVA umgesetzten Initiative: „Auf der Alm schaffen wir eine gesundheitsförderliche Lebenswelt mit ganzheitlichem Ansatz – für die körperliche, seelische und soziale Gesundheit“, ist Kindergarten-Leiterin Cäcilia Rohmoser überzeugt. Und auch die Kids, die mittlerweile in die Volksschule gehen, fragen noch immer regelmäßig nach der Alm.

### **Morgendliche Momente der Ruhe und Stille**

Für die Kinder stehen dabei das Experimentieren und Ausprobieren im Vordergrund. Selbst kleinere Streits lösen sie meist selbst, die Pädagoginnen müssen nur selten eingreifen. Dabei werden die Kinder in der Früh mittels Taxis auf die Alm gebracht, im ersten Fahrzeug sitzt auch immer Rohmoser, die am Berg vor allem die morgendlichen Momente der Ruhe und Stille genießt, wenn sie die Almhütte aufsperrt und den Holzofen anheizt. Möglich macht das die Familie Herbert und Marina Berger, die dem Kindergarten die Hütte heuer bereits zum dritten Mal kostenlos zur Verfügung gestellt hat, weil ihr die Idee so gut gefallen hat.

### **Familienfest auf der Alm zum Abschluss**

Den krönenden Abschluss bildet der Freitag, wo gegen Mittag die Eltern ebenfalls auf die Alm kommen, um ein Familienfest zu feiern. Dabei gibt es fünf Stationen, wo etwa ein Seil zu Bäumen gespannt ist, damit der Waldboden auch barfuß erlebbar wird. Zudem sammeln die Kinder mit der Lupe Kleintiere, um diese zu beobachten, sammeln Pflanzen und suchen im Sinne der Nachhaltigkeit Dinge, die nicht in den Wald gehören und zuvor von den Pädagoginnen versteckt worden sind. Eine Zapfen-Balancier-Station, wo mittels gegabelter Äste eine Distanz überwunden werden muss, runde das Programm ab. Zum Abschluss geht es mit allen Eltern, Geschwistern, Kindergartenkindern und Pädagoginnen zum Bach. Dort werden dann zuvor gebastelte Papierschiffe – inklusive darauf notierter Familienwünsche und Bedürfnisse – mit den Worten „Achtung, fertig, los!“ auf die Reise geschickt. „Dabei entsteht immer eine besondere Reise und ein ‚Ooooh‘-Erlebnis“, erzählt Rohmoser.

**FOTOS:**

**201906\_Almkindergarten\_(Manuel\_Bukovics) (1).jpg** – Mitten in der Natur können die Kinder auf der „Hoamalm“ der Hühnerkaralm selbst entscheiden, was sie machen wollen. (Foto: AVOS/Manuel Bukovics)

**201906\_Almkindergarten\_(Manuel\_Bukovics) (4).jpg** – Gegen Mittag geht es gemeinsam mit den Pädagoginnen zurück zur „Hoamalm“ der Hühnerkaralm. (Foto: AVOS/Manuel Bukovics)

**201906\_Almkindergarten\_(Manuel\_Bukovics) (6).jpg** – Auch die Pädagoginnen werden in die Spiele der Kinder eingebunden. (Foto: AVOS/Manuel Bukovics)

**201906\_Almkindergarten\_(Manuel\_Bukovics) (10).jpg** – Familie Herbert und Marina Berger haben dem Kindergarten die Almhütte bereits zum dritten Mal kostenlos zur Verfügung gestellt. (Foto: AVOS/Manuel Bukovics)

**201906\_Almkindergarten\_(Manuel\_Bukovics) (15).jpg** – Auf der Alm dürfen die Kinder selbstständig Werken und Spielen. (Foto: AVOS/Manuel Bukovics)