



Spielgruppen mit der Auszeichnung «Purzelbaum» fördern die natürliche Bewegungsfreude der Kinder und legen Wert auf ein ausgewogenes Znüni.

# Purzelbaum

## BEWEGUNG MACHT NICHT NUR DIE MUSKELN STARK!

Ausreichende und vielseitige Bewegung fördert das Selbstvertrauen, ein positives Selbstbild und ein gesundes Körpergewicht. Motorik und Sinneswahrnehmung werden trainiert. Bewegung erhöht die Durchblutung und steigert die Konzentration. Bei Bewegungsaktivitäten lernen die Kinder, aufeinander Rücksicht zu nehmen und verständlich zu kommunizieren. So gewinnen sie neue Freunde. Bewegung fördert das Wohlbefinden und stärkt das Immunsystem.

**Bewegung macht vor allem viel Spass und sorgt für gute Laune!**

## WAS ZEICHNET EINE PURZELBAUM-SPIELGRUPPE AUS?

- Verschiedenartige Bewegungsmaterialien regen die Kinder zum Aktivsein an.
- Die Kinder können Bewegungsfreude entdecken und ausleben.
- Die Spielgruppenleitenden legen Wert auf ein ausgewogenes Znüni in einer entspannten Atmosphäre.
- Die Eltern erhalten Ideen für abwechslungsreiche Bewegungsaktivitäten für den Familienalltag und eine ausgewogene Ernährung.

**Purzelbaum-Spielgruppen tragen mit viel Bewegung und einem stärkenden Znüni zu einer gesunden körperlichen, sozialen und geistigen Entwicklung der Kinder bei.**

## SO UNTERSTÜTZEN SIE IHR KIND IN SEINER ENTWICKLUNG

- Kinder draussen spielen lassen
- Zu Hause Zeit und Raum für Bewegung schaffen
- Ihrem Kind etwas zutrauen
- Gemeinsame Bewegungsaktivitäten unternehmen
- Eine ausgewogene Ernährung und Wasser als Getränk anbieten

## WER STECKT HINTER PURZELBAUM?

### PURZELBAUM IM KANTON LUZERN

Purzelbaum ist ein Angebot des Kantonalen Aktionsprogramms «Gesundheitsförderung 2026–2029» mit Umsetzung in Spielgruppen, Kindertagesstätten, Kindergärten und auf Basisstufen. Das Projekt wird durch die Stiftung Gesundheitsförderung Schweiz mitfinanziert.

[www.gesundheit.lu.ch/purzelbaum\\_spielgruppe](http://www.gesundheit.lu.ch/purzelbaum_spielgruppe)

**PURZELBAUM SCHWEIZWEIT**

[www.purzelbaum.ch](http://www.purzelbaum.ch)

