

Informierte Eltern und gesunde Kinder

Mit dem Projekt «Vitalina» setzt sich HEKS für die Chancengleichheit von Kindern mit Migrationshintergrund ein.

Die Gesundheit ihrer Kinder liegt allen Müttern und Vätern am Herzen. Manchen Eltern ist aber nicht bewusst, wie wichtig eine ausgewogene Ernährung und genügend Bewegung für die Entwicklung der Kinder sind. Unregelmässige Arbeit, wenig Einkommen, soziale Entwurzelung, geringe Bildung oder eine Mischung aus allem bringen sie dazu, ihre Kinder zu vernachlässigen oder zu verwöhnen und in der Erziehung wenig Grenzen zu setzen. In der Folge kommen gesunde Ernährung und regelmässige Bewegung vielfach zu kurz. Studien in den Kantonen Basel-Landschaft und Basel-Stadt zeigen, dass von allen übergewichtigen Kindern solche mit ausländischem Pass und solche von bildungsfernen Eltern auffallend stark vertreten sind.

Das Projekt «Vitalina – Aktive Eltern für gesunde Kinder» wird in den Kantonen Basel-Stadt und Basel-Landschaft durchgeführt. Im Rahmen des Projektes will HEKS mit Eltern ins Gespräch kommen, sie in ihrer Herkunftssprache ansprechen und ihnen auf derselben Augenhöhe begegnen. Die von HEKS ausgebildeten interkulturellen Vermittlerinnen und Vermittler von Vitalina gehen dorthin, wo sich Eltern mit kleinen Kindern aufhalten. Beispielsweise in Familienzentren, auf Spielplätzen und in Parks, in Asylheimen, in Spielgruppen, an Quartierfesten oder in Frauengruppen. Es ist wertvolles Alltagswissen, das Vitalina-Mitarbeitenden

vermitteln. Sie informieren über den Zusammenhang zwischen Ernährung, Bewegung und Gesundheit und geben Tipps für die praktische Umsetzung im Familienalltag. Typische Kernbotschaften: täglich frische Früchte und Gemüse, keine Süssgetränke, gemeinsames Essen ohne Fernseher, genügend Bewegung, Zahnhygiene und eine rauchfreie Umgebung. Bei ernsthaften Problemen oder weiterführenden Fragen verweisen sie die Eltern an die zuständigen Fachleute, insbesondere an die Mütter- und Väterberatung.

In Basel-Stadt war der inhaltliche Schwerpunkt der Vitalina-Arbeit 2016 das Thema «Schutz vor Passivrauchen». Dies erfolgte im Rahmen des kantonalen Tabakpräventionsprogramms. Die speziell für dieses Thema geschulten Vitalina-Mitarbeitenden tauschten sich mit den Eltern darüber aus und gaben praktische Tipps, wie Kinder vor dem Passivrauchen geschützt werden können.

Das Vitalina-Team, 14 Frauen und 4 Männer, leistete 2016 in Basel-Stadt und Basel-Landschaft 743 Einsatzstunden und konnten mit über 2400 Müttern und Vätern Gespräche führen und Informationsmaterial abgeben. Das Vitalina-Team deckte im vergangenen Jahr 15 Sprachen ab, dazu gehörten beispielsweise Albanisch, Arabisch, Tamilisch, Tigrinya und Türkisch.

«Wir haben von Vitalina viele wunderbare Ideen bekommen»

«Mein Name ist Silvia Serrano, ich bin 37 Jahre alt und verheiratet. Ich komme aus Spanien und lebe seit fast zehn Jahren in der Schweiz. Mein Mann ist Schweizer und wir haben einen zweieinhalb jährigen Sohn, Alex. Wir wohnen in einem Haus in einem kleinen Dorf im Kanton Basel-Landschaft. Ich bin Hausfrau und Mutter.

Mit Vitalina in Kontakt gekommen bin ich über einen Treffpunkt für spanisch- und portugiesischsprachige Mütter in Basel. Wir sind jeweils 10 bis 20 Mütter, die sich jeden Montag treffen. Unsere Gruppenleiterin Patricia organisiert immer interessante Aktivitäten und lädt Gäste ein. Die interkulturelle Vermittlerin Ana Maria von Vitalina war schon mehrmals bei uns im Treffpunkt. Es ist

immer sehr spannend mit ihr! Wir tauschen uns aus über gesunde Ernährung und die Wichtigkeit von Bewegung für unsere kleinen Kinder. Am meisten profitiere ich von den praktischen Tipps und Aktivitäten. Einmal waren wir zusammen im Kannenfeldpark und Ana Maria hat mit uns und den Kindern viele tolle Bewegungsspiele gemacht. Ein anderes Mal haben wir zusammen ein Zvieri vorbereitet – wir haben wunderbare Ideen bekommen, wie wir unseren Kindern Gemüse und Früchte schmackhaft machen können. Und wie wir sie einbeziehen können in die Essenszubereitung.

Ich möchte besser Deutsch lernen und mich noch mehr in der Schweiz integrieren, um meinen Sohn in Zukunft in der Schule gut unterstützen zu können.»



Die Vitalina-Mitarbeitenden gehen dorthin, wo sich die Familien aufhalten. Beispielsweise in Parks oder an Quartierfesten.

Patenschaftsbericht Juni 2017

Patenschaft Bildungschancen für Kinder

Mit ihrer Patenschaft ermöglichen Sie Kindern aus belasteten Familien einen gelungenen Schulstart. Fremdsprachige Eltern in schwierigen persönlichen oder finanziellen Situationen werden individuell beraten und bei der Förderung ihrer Kinder unterstützt. Zudem lernen sie beispielsweise, wie Ernährung, Bewegung und Gesundheit zusammenhängen oder erfahren Wichtiges über das Schweizer Schulsystem.

Von Syrien nach Binningen

Als 2014 der Krieg in Syrien immer heftiger wurde, musste die Familie Al Mansour mit ihren vier Kindern in den Libanon fliehen. Im Rahmen eines Spezialprogramms der Vereinten Nationen kam die Familie Al Mansour im Juni 2015 aus dem Flüchtlingslager im Libanon nach Binningen im Kanton Basel-Landschaft.

«Schon zwei Monate nach unserer Ankunft in der Schweiz hatten wir das erste Treffen mit Mitarbeitenden des HEKS-Projektes Vitalina. Die interkulturellen VermittlerInnen kamen zu uns nach Hause. Es fanden noch zwei weitere Treffen statt. Wir sind als Eltern enorm dankbar, dass wir unseren Kindern hier in der Schweiz gesunde Ernährung mit viel Gemüse und Obst anbieten können», berichtet der Vater.

«Süssigkeiten haben wir fast auf null reduziert, auch wenn es schwierig ist, auf die Schweizer Schokolade zu verzichten. Erst durch die Gespräche mit den Vitalina-VermittlerInnen wurde uns klar, wieviel Zucker in vielen Lebensmitteln steckt», sagt die Mutter. Der Vater fügt hinzu: «Ich gehe mit den Kindern jeden Tag in einen nahegelegenen Park und lasse ich sie dort mindestens eine Stunde herumtoben. Abends sind sie müde und nachts schlafen sie besser.»

«Wir mussten uns an die Vorstellung gewöhnen, dass das Leitungswasser in der Schweiz qualitativ unbedenklich ist – das war nur dank der Aufklärung von Vitalina möglich», sagt der Vater weiter. «Unsere Kinder sind unser Licht. Wir haben in Binningen unsere neue Heimat gefunden.»



Mohammad Al Mansour mit der zweieinhalbjährigen Sabrin und der vierjährigen Hiba



Silvia Serrano mit ihrem zweieinhalbjährigen Sohn Alex