

## Vitalina beider Basel – Aktive Eltern für gesunde Kinder



Die Gesundheit der Kinder liegt allen Müttern und Vätern am Herzen. Unregelmässige Arbeit, wenig Einkommen, soziale Entwurzelung, geringe Bildung oder eine Mischung aus allem können es erschweren, auf die Bedürfnisse von Kindern einzugehen. In der Folge kommen gesunde Ernährung, regelmässige Bewegung und die Förderung der sozialen und emotionalen Entwicklung vielfach zu kurz. Das Projekt «Vitalina» setzt an diesem Punkt an. Interkulturelle Vermittler:innen kommen an Treffpunkten im Quartier, auf Spielplätzen, in Parks oder bei Vereinsanlässen in der jeweiligen Herkunftssprache mit den Eltern von Kleinkindern ins Gespräch über den Familienalltag und Ernährungsgewohnheiten.

### Projektteilnehmende

---

Angesprochen sind fremdsprachige Mütter und Väter mit Kindern im Vorschulalter in Basel-Stadt und Baselland. «Vitalina» richtet sich insbesondere an bildungsferne und sozial benachteiligte Eltern, die keinen Gebrauch von den bestehenden Angeboten wie Mütter- und Väterberatungen machen.

### Ziele

---

Eltern mit Migrationshintergrund erhalten die nötigen Informationen und Mittel, um ein gesundes Ernährungs- und Bewegungsverhalten ihrer Kinder bereits ab dem Babyalter zu fördern. Die Vermittler:innen informieren über gesundheitliche Themen wie die Ernährung und Bewegung, den Schutz vor Passivrauchen oder die psychische Gesundheit.



## Aktivitäten

---

Im Dialog und auf Augenhöhe mit den Eltern setzt das Projekt auf einen wirkungsvollen, niederschweligen Weg, um Informationen zu vermitteln. Auf Spielplätzen, an beliebten Treffpunkten im Quartier, in Spielgruppen oder Vereinen der Migrationsbevölkerung sprechen die von HEKS ausgebildeten interkulturellen Vermittler:innen die Eltern mit kleinen Kindern direkt an. Da die interkulturellen Vermittler:innen die jeweilige Sprache der Eltern sprechen, kulturelle Gewohnheiten kennen, eigene Erfahrungen mit Migration gemacht haben und zudem meist selber Kinder haben, lässt sich in den meisten Fällen schnell eine vertrauensvolle Basis finden. Die Vermittler:innen diskutieren mit den Eltern über Ernährungsgewohnheiten in der Familie, informieren über den Zusammenhang zwischen Ernährung, Bewegung und Gesundheit und geben praktische Tipps für den Familienalltag. Ausserdem weisen sie auf bestehende Angebote auf Kantons- und Gemeindeebene, wie die Mütter- und Väterberatung, hin. Es werden Erfahrungen ausgetauscht und Wissen aufgebaut und weitergegeben. Die Gespräche werden in den Sprachen Albanisch, Amharisch, Arabisch, Englisch, Französisch, Italienisch, Kurdisch, Mazedonisch, Portugiesisch, Serbisch/Kroatisch/Bosnisch, Spanisch, Tamilisch, Tigrinya, Türkisch, Yoruba und Deutsch geführt.

### **Vitalina beider Basel – Aktive Eltern für gesunde Kinder**

#### **Auftraggeber:**

Volkswirtschafts- und Gesundheitsdirektion Basel-Landschaft, Gesundheitsförderung Baselland, Gesundheitsförderung Schweiz und Gesundheitsdepartement Basel-Stadt, Medizinische Dienste

#### **Kooperation mit:**

Mütter- und Väterberatung BL, Elternberatung BS, Quartiertreffpunkte, Familienzentren sowie weitere Fach- und Beratungsstellen in der Region Basel

#### **Programmleitung:**

Monica Cassol

## **Kontakt**

HEKS Geschäftsstelle beider Basel  
Vitalina  
Pfeffingerstrasse 41, Postfach  
4002 Basel

+41 61 367 94 47  
monica.cassol@heks.ch  
heks.ch

Spenden:  
CH37 0900 0000 8000 1115 1