



KiTa-Konzept

**Ein präventives Gesundheitskonzept
für Kitas & Horte**

Gesundheit für pädagogische Fachkräfte
und Kinder von 3–6 Jahren

CUREMOVES

Warum jetzt der richtige Zeitpunkt ist, Gesundheit in den Kita-Alltag zu bringen

GESUNDE FACHKRÄFTE SIND DIE GRUNDLAGE FÜR STARKE TEAMS.

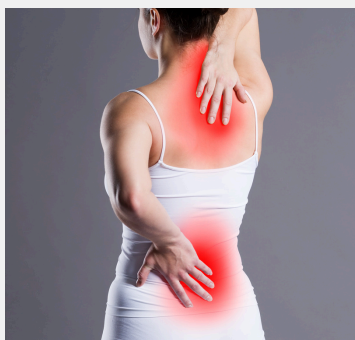
Immer mehr Kita-Träger erkennen, wie entscheidend Gesundheit und Prävention im Alltag von Erziehern sind – sowohl für das Wohlbefinden der Fachkräfte als auch für die gesunde Entwicklung der Kinder.

Der Kita-Alltag fordert täglich vollen Einsatz – körperlich wie mental.

Der anhaltende Fachkräftemangel und steigende Krankheitsstände führen vielerorts zu Überlastung, Stress und häufig auch zu Kündigungen.

Umso wichtiger ist es, die Gesundheit der Mitarbeitenden gezielt zu stärken und gleichzeitig Kindern gesunde Routinen und einen achtsamen Umgang mit dem eigenen Körper vorzuleben.





Warum Fachkräfte im Kita-Alltag ausfallen

Wenn der Körper nicht mehr mitmacht – die 3 Hauptgründe für Personalausfälle im Kita-Alltag

Die 3 häufigsten Gründe für Ausfälle laut unserer Befragung von über 1500 Kita-Mitarbeitenden.

1.

Rücken und Gelenkbeschwerden

Heben, Tragen, Bücken – tägliche Belastungen führen oft zu Schmerzen und Verspannungen im Bewegungsapparat.

2.

Stressbedingte Erschöpfung & emotionale Belastung

Hoher Lärmpegel, Zeitdruck und emotionale Verantwortung führen häufig zu mentaler Erschöpfung im pädagogischen Alltag.

3

Vermehrte Infekte & Immunschwäche

Täglich in engem Kontakt mit vielen Kindern – und damit auch mit ständig wechselnden Keimen und Infektquellen.

So haben wir Kitas bisher unterstützt

In den vergangenen Jahren haben wir CureMoves erfolgreich in über 30 Kita-Einrichtungen eingeführt und unsere CureBoxen in den Alltag integriert.



Individuelle Beratung 20 Min.

Kurztermine in denen unser Expertenteam pädagogische Fachkräfte individuell berät. Mit Fokus auf Entlastung, einfache Bewegungs- und Entspannungsroutinen und gesunde Pausen.



Workshops

Praxisnahe Workshops zu Entspannung, Bewegung und Teamgesundheit. Ziel: einfache Routinen für den Kita-Alltag.



Kurse

Bewegungs- und Entspannungskurse als Gruppenmaßnahme



Fitte Kinder Gesunde Erzieher

Kinder erleben spielerische Bewegungsideen, während Fachkräfte selbst Routinen kennenlernen und anwenden.

„Mit rund 65 % Teilnahmequote zeigen unsere Maßnahmen: CureMoves kommt im Kita-Alltag an.“



Wir haben euch zugehört – und hingeschaut.



Time To Evaluate

Unsere Auswertungen zeigen

Zu Beginn, in der Mitte und am Ende des Projekts haben wir in den Einrichtungen verschiedene Auswertungsbögen verteilt. Begleitet wurde dies durch Fragebögen und persönliche Gespräche, sodass wir wichtige Grundlagen erfassen und den Menschen wirklich zuhören konnten

DAS SAGT IHR:

88% der befragten Erzieher wünschen sich mehr Gesundheitsschutz im Alltag.

72 % sagen: „Wir wissen, dass wir etwas ändern müssen – aber nicht, wie.“

80% berichten: „Uns fehlen klare Strukturen für nachhaltige Gesundheitsförderung.“

DIE 3 GRÖSSTEN HERAUSFORDERUNGEN BEI DER UMSETZUNG:

Zeitmangel im Alltag

→ Zu wenig Zeit für Pausen, Übungen und Erholung“

Mangel an einfachen, alltagstauglichen Konzepten

→ nicht praxisnah oder aufwendig in der Vorbereitung

Fehlende interne Strukturen & Verantwortliche

→ Gesundheitsförderung wird als „Zusatzaufgabe“ gesehen

Aus Erkenntnissen wird ein neues Konzept

**ES BRAUCHT KEINE EINZELMASSNAHMEN –
SONDERN EIN SYSTEM UND STRUKTUREN.**

Unsere Erfahrungen der letzten Jahre zeigen deutlich:
Erste Impulse konnten wir erfolgreich ins Team tragen – doch um gesundheitsfördernde Strukturen nachhaltig zu verankern, braucht es noch weitere Schritte.

Auf Basis unserer Arbeit in zahlreichen Kitas und dem engen Austausch mit Fachkräften, Leitungen und Trägern haben sich sowohl in Bezug auf die Maßnahmen als auch im Alltag der Erzieher verschiedene zentrale Herausforderungen herauskristallisiert, die wir weiterhin optimieren möchten.

**Diese Erfahrungen bilden die Basis
für das neue Konzept**

ZERTIFIZIERTER CUREMOVES WORKPLACE

Nachhaltige
Gesundheitsförderung
braucht neue Wege....



.... UND WIR GEHEN DIESEN MIT EUCH

Damit Gesundheit kein einmaliges Projekt bleibt, sondern Teil des pädagogischen Alltags wird.

CureMoves Workplace

Gesundheitskultur, die gelebt wird

Der CureMoves Workplace steht für gelebte Gesundheitskultur. Mit klarer Haltung, einfachen Routinen und durchdachten Konzepten.

Einrichtungen und Kommunen, die mitmachen, setzen ein starkes Zeichen.
Für Bewegung. Für Entlastung.
Für mehr Gesundheit im Alltag.

Wir revolutionieren die Gesundheitsbranche – auf nur 1 m².

Unsere Erfolgsformel



Wie schaffen wir das?

5-Minuten-Routinen für mehr Gesundheits-Prävention

Mit kleinen, gezielten 5-Minuten-Routinen lassen sich Belastungen aus dem Kita-Alltag direkt ausgleichen – **ohne viel Zeitaufwand und genau dann, wenn es passt.**

Gezielte Prävention:

Rücken, Nacken, Immunsystem & mentale Stärke stärken

Individuell auf jeden Mitarbeiter angepasst:

Übungen abgestimmt auf eure Bedürfnisse und den Kita-Alltag

Langfristige Wirkung:

Weniger Beschwerden, mehr Energie und Wohlbefinden



DIE GESUNDHEITSBOX FÜR DEN KITA-ALLTAG



Die Basis für Gesundheit:
Das CureBoard.



Aus nachhaltigem und hochwertigen Holz gefertigt, ist das CureBoard mit seinen Zubehörteilen das Schweizer Taschenmesser der Trainingsgeräte.

Das Herzstück des Systems:
Der CureConnect-Punkt.



Das Starterpaket für gesunde Routinen im Kita-Alltag

Das CureMoves-System bietet eine Vielzahl von kombinierbaren Komponenten, die es zu einem der kompaktesten, mobilsten und flexibelsten Therapie- und Trainingssystemen der Welt machen.

Durchdachtes Zubehör für das CureMoves-System.



CureBoard



CureDapter



RebalancePad



CureBand



CureMat



Faszien-Set



Alles in einer
CureBox verstaut



So könnte eure
CureBox aussehen



Das kannst du mit der CureBox alles machen !

1



Entspannung

2



Beweglichkeit

3



Balance

4



Kraft-Ausdauer



Kosten pro Starterpaket



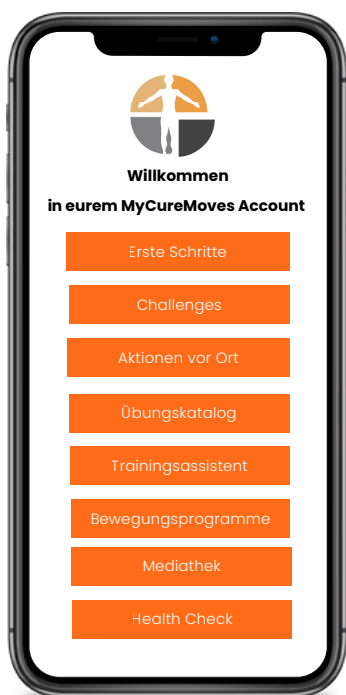
inkl. 12 Monate MyCureMoves Zugang

Kosten pro CureBox	1-5 Boxen	5-10 Boxen	10-15 Boxen	ab 15 Boxen
Preis zzgl. MwSt.	990,00€	949,00€	890,00€	Preis auf Anfrage

MyCureMoves

Digitale Unterstützung für euren Kita-Alltag

Euer digitaler Begleiter für 5-Minuten-Bewegungs- und Entspannungspausen.
Abgestimmt auf die CureTools und den Kita-Alltag.



Inhalte:

Erste Schritte & Programme

Sofort startklar mit Quickstart, Onboarding-Videos und fertigen Mini-Programmen zu den vier Bewegungsbausteinen und Gesundheitsthemen..

Mediathek & Trainingsassistent

Filterbare Übungen nach Ziel und Körperregion

Challenges & Material

Fertig geplante Aktionswochen und Workbooks

Wie funktioniert's:

Zugriff per QR-Code

- QR-Code scannen, direkt loslegen
- Ohne App, ohne Registrierung
- Keine Dateneingabe nötig
- Eure Daten bleiben sicher bei euch



Preisplan ab dem 13. Monat

Kosten pro CureBox	12 Monats Abo
Preis pro Monat zzgl. MwSt.	9,90€

Workplace Coach

Gesundheit, die bleibt.

Mit der Ausbildung befähigen wir Fachkräfte, Bewegung und Entspannung für sich selbst und gemeinsam mit den Kindern flexibel in den Kita-Alltag zu integrieren.



Ziel der Ausbildung:

Für das Team:

- Eigene Gesundheit stärken & präventiv unterstützen (Rücken, Stress, Entlastung)
- Routinen im Team etablieren und nachhaltig verankern

Mit den Kindern:

Für die Umsetzung von Bewegungs- und Entspannungsprogrammen mit den Kindern.

Die Aufgaben:

Gesundheitsroutinen verankern: Pausen & Entlastung im Alltag etablieren

CureTools anwenden: zeigen, wie die Tools praktisch genutzt werden

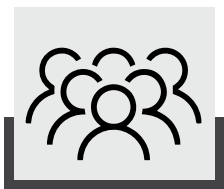
Mit Kindern bewegen: einfache Programme kindgerecht umsetzen

Team motivieren: Kollegen inspirieren und gemeinsam Routinen stärken

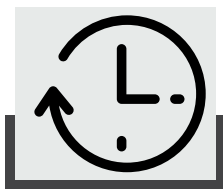
Inhalte & Materialien

- Grundlagen der CureMoves-Methode
- Praxisnahe Übungen & Programme
- 12-Monats-Aktionsplan für Team & Kinder
- Digitale Begleitung über MyCureMoves

Organisation & Kosten



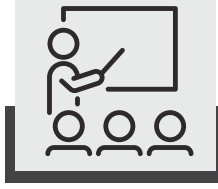
Max. 20 Teilnehmer



2,5-3,0 Stunden



Vor Ort



Seminarraum/
Gruppenraum



990,00 € pro Workshop

Workplace Coach

Refresher-Schulung

Welche Option passt zu euch?

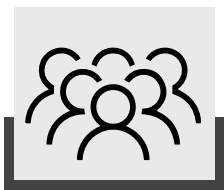
Damit eure Gesundheitskultur langfristig lebendig bleibt, bieten wir euch zwei flexible Optionen für den jährlichen Refresher an:



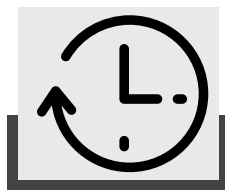
Online

- Kompakte Feedback und Austausch-Runde
- Aktuelle Inhalte, Fragen & Best Practices
- Offene Fragen
- **Inkl. Lizenzverlängerung & Schild**

1



Max. 20 Teilnehmer



1-1,5 Stunden



Online

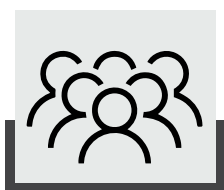


390,00 € pro Termin

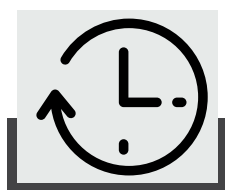
Vor Ort

- Intensiv-Workshop mit praktischen Übungen
- Gemeinsame Routinen im Team vertiefen
- Motivation & Austausch direkt vor Ort
- **Inkl. Lizenzverlängerung & Schild**

2



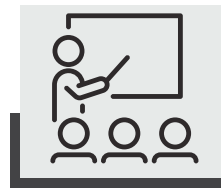
Max. 20 Teilnehmer



2 -2,5 Stunden



Vor Ort



Seminarraum/
Gruppenraum



990,00 € pro Termin
zzgl. Anfahrt

Beide Formate verlängern euer
CureMoves Workplace Zertifikat um weitere 12 Monate.

12-Monats-Aktionsplan

GESUNDHEITSKULTUR, DIE GELEBT WIRD. THEMEN UND AKTIONEN, DIE EUCH ZUR VERFÜGUNG STEHEN:



CureMoves Basic

Grundlagen für individuelle 5-Min. Bewegungs- und Entspannungsroutinen für den Kita-Alltag und Pausen.



Gesunder Rücken

Einfache Übungen und Programme für einen starken und gesunden Rücken.



Entspannung & Entlastung

Kurze Entspannungs- und Entlastungsübungen sowie Dehnübungen für sofortige Erholung.



Starkes Immunsystem

Gemeinsam Strategien für starke Abwehrkräfte im Kita-Alltag entwickeln und integrieren.



CureMoves Zirkel mit Box

Gruppenprogramm mit der CureBox. Abwechslungsreiches Ganzkörpertraining fürs Team mit allen Tools.



Atmung und Stimme

Atemübungen für Ruhe, gesunde Lungenfunktion und zur Prävention von Atemwegserkrankungen.



Drink Challenge

Eine Woche bewusst Wasser trinken.
Gesund & gemeinsam vital.



Schulter & Nacken

Mini-Übungen für die Gruppe gegen Verspannungen im Schulter- und Nackenbereich.



Mobility 4 u

Gemeinsam beweglich bleiben. Team-Strategien und Mini-Übungen für den Kita-Alltag.

THEMEN UND AKTIONEN MIT KINDERN ZUSAMMEN



Fitte Kinder 4x4 Spiele

Bewegung und Koordination spielerisch fördern. Übungen für Kinder und Erzieher zusammen



Entspannung und Yoga

Einfache Yogaübungen mit den Kindern – fördern Beweglichkeit, Entspannung und innere Ruhe.



Stuhl- & Sitzkreis Übungen

Bewegungsideen für den Sitzkreis – gemeinsam mit den Kindern leicht umsetzbar.



Bewegungs-Adventskalender

Jeden Tag im Dezember eine kleine Bewegungs- oder Entspannungsaktion

Was bringt euch der Workplace Coach?

Für jeden ein spürbares Benefit

Vorteile auf einen Blick:



Für die Kinder

- Spielerische Bewegung und Entspannung
- Gesunde Routinen von Anfang an erleben
- Mehr Freude, Ausgleich und Ruhe im Kita-Alltag

Für die Erzieher

- Entlastung von Rücken und Stress
- Kurze Pausenroutinen, die wirklich machbar sind
- Mehr Energie und Zufriedenheit im Alltag



Für das Team

- Gemeinsame Routinen, die verbinden
- Weniger Ausfälle, mehr Zusammenhalt
- Gesundheitskultur, die spürbar gelebt wird
- CureMoves wird fester Bestandteil des Kita-Alltags

Für die Einrichtung

- Klare Strukturen ohne hohen Organisationsaufwand
- Weniger externe Dienstleister, feste Ansprechpartner
- Flexibilität in der Umsetzung
- Gesundheitsförderung wird spürbar für Team & Kinder



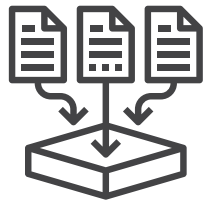
Für die Kommune / den Träger

- Kostenoptimierung
- Nachhaltige Gesundheitsförderung. Keine einmalige Aktion
- Sichtbares Engagement für Gesundheit und Prävention
- Einheitliche Standards, leicht skalierbar
- Starkes Signal nach innen und außen
- Attraktiver als moderner Arbeitgeber

So wird eure Kita ein zertifizierter CureMoves Workplace

**Euer Signal nach innen und außen.
Gesundheit hat bei uns einen festen Platz.**

Die Zertifizierung zeigt Standards, macht Engagement sichtbar und schafft Orientierung für Eltern, Mitarbeitende und Träger.



KONZEPT IMPLEMENTIERT

EINMALIGE

CureMoves Set im Einsatz:
CureBox/Tools sind eingerichtet

Workplace Coach Schulung:
Mind. 1 geschulte Person als
Ansprechpartner vor Ort

MyCureMoves aktiviert:
Freischaltung MyCureMoves
(Teamzugang)

Zertifizierung & Gütesiegel erhalten:
Türplakette + Online Eintrag



JÄHRLICHES UPDATE

1 X IM JAHR

Refresher-Workshop (90–120 Min.):
Auffrischung, Best Practices, Q&A.

Neue Inhalte:
aktuelle Programme, Challenges &
Updates.

Review & Planung:
Was lief gut? Was nehmen wir uns
für das nächste Jahr vor?

Zertifikat verlängern:
Gütesiegel für weitere 12 Monate.

Was kostet euch der CureMoves Workplace ?

	Jahr 1	Jahr 2
 CureBox	Starterpaket KitaBox 990,00 € zzgl. MwSt.	
 MyCureMoves	12 Monate Nutzung MyCureMoves Bereich 0,00 €	12 Monate Nutzung MyCureMoves Bereich 9,90 €/Monat zzgl. MwSt.
 Workplace Coach Schulung	Schulung für bis zu 20 TN. 990,00 € zzgl. MwSt.	Refresher Schulung für bis zu 20 TN. Online 390,00 € zzgl. MwSt. Vor Ort 990,00 € zzgl. MwSt.

Kalkulation pro Einrichtung bei 2 CureMoves Workplace Coaches pro Einrichtung mit einer vor Ort Schulung:

Kosten pro Einrichtung / Jahr (Ø 25 Mitarbeiter)	Jahr 1	Jahr 2	Jahr 3
Pro Jahr gesamt	1.090,00€	254,80€	254,80€
Pro Mitarbeiter / Jahr	90,83€	10,19€	10,19€
Pro Mitarbeiter / Monat	7,56€	0,84€	0,84€

**„Individuelle Gesundheitsförderung
für weniger als 1 € pro Mitarbeiter im Monat.“**

Step by Step implementieren

Wir begleiten Kommunen, Träger und Einrichtungen Schritt für Schritt bei der Einführung von CureMoves.

Von der ersten Orientierung bis zur langfristigen Verankerung entsteht so eine Gesundheitskultur, die wirkt.



01

Start & Planung

Gemeinsam mit Träger oder Kommune wählen wir Einrichtungen aus, legen Rahmenbedingungen fest, starten mit Kick-off und der Kommunikation nach außen.

02

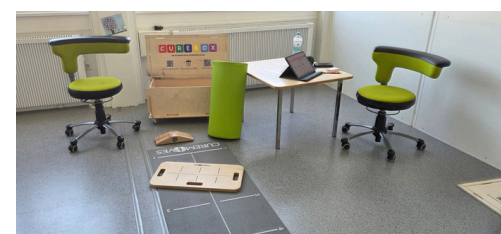
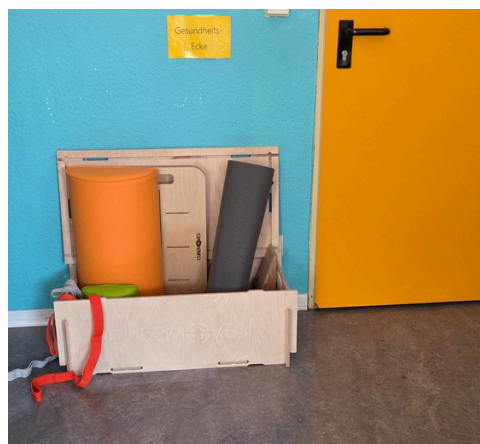
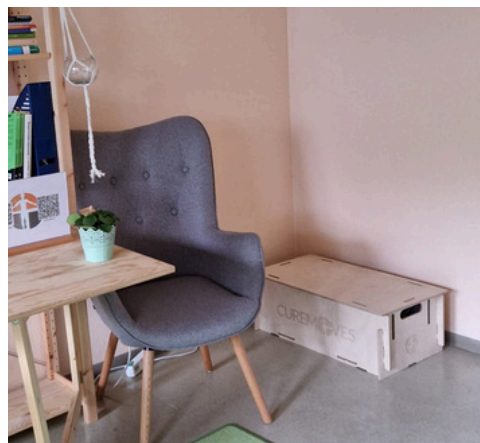
Einführung im Alltag

Eure CureBoxen kommen mit Logo zu euch und parallel machen wir euer Team zu zertifizierten Workplace Coaches.

03

Nachhaltige Integration

Mit Jahresplanung und festen Routinen bleibt Gesundheit im Alltag. 1× im Jahr gibt es den CureMoves Refresher.



Unser Projekt

Drei Kommunen mit mehr als 1.000 Mitarbeitenden haben das CureMoves Konzept mit über 30 CureBoxen bereits in ihren Kita-Alltag integriert.



Seid ihr dabei, um wirklich etwas zu bewegen?

Jetzt offizieller CureMoves Workplace werden –
und Gesundheitskultur sichtbar machen.

#BecomeACureMover



2026

starten wir mit unserem
neuen CureMoves
Workplace Konzept
deutschlandweit.

Noch Fragen?

Für weitere Fragen stehen wir
euch gerne zur Verfügung.



Manuela und Chris
Zöller

CUREMOVES

CureMoves GmbH



Herrnstraße 13



63150 Heusenstamm

+49 176 346 759 54



contact@curemoves.de



www.curemoves.de