

Infos aus der Kita Staffelbach * April 2024

Feinschmecker-Führerschein für die Kita-Kinder erworben

Passend zu unserem Jahresthema „Starke Kinder – wir machen Kinder stark fürs Leben“, befassten wir uns in der Frühlingszeit in unserer Kita mit dem Thema „Gesunde Ernährung“.

Frau Christa Dölker, Hauswirtschaftsmeisterin und Ernährungsberaterin aus Zeil, war an verschiedenen Vormittagen in unserer Kita und bot Ernährungs-Workshops zum Thema an.

Sie brachte den interessierten Kindern Wissenswertes über gesunde Lebensmittel und Ernährung nahe. Anschaulich wurde auch die Ernährungspyramide erklärt. Daran lernten die Kinder, wie man sich energiebewusst und nährstoffreich ernährt. Anschließend wurden gesunde Frühstücksvarianten zubereitet. Die Kinder waren begeistert dabei, als sie leckere



Brotzeiten mit Obst- und Gemüsegesichtern zubereiten konnten. Auch Müslivarianten wurden mit einer mitgebrachten Getreidemühle, mit der Körner, Nüsse und Mandeln gemahlen wurden, hergestellt. Für die Eltern gab es Anschauungsmaterial und Anregungen für ein gesundes Frühstück in der Brotzeitbox.

Mit so viel Wissen erhielten die Kinder zum Abschluss den „Feinschmecker-Führerschein“.

Nochmals herzlichen Dank an Frau Dölker für diese interessanten und anschaulichen Informationen zum Thema.