

Harburg

Nachrichten Sport

TOSTEDT

06.07.18

Gesund essen: Kita Spatzennest nimmt an Projekt teil

Tostedt. Die Kita „Spatzennest“ in Tostedt hat das Ernährungsprojekt „Die Kleinen stark machen“ der Krankenkasse IKK classic erfolgreich abgeschlossen. Ziel des Projekts ist, den Kindern eine gesunde und abwechslungsreiche Einstellung zu Essen und Trinken auf spielerische Art und Weise zu vermitteln. Dazu war die IKK classic-Ernährungsfachkraft Ellen Caffier mehr als ein halbes Jahr lang regelmäßig zu Gast in der Kita.

In neun Projekteinheiten tauchten die Kinder in unterschiedliche Themenwelten ein und lernten gesunde Lebensmittel kennen und schmecken. Sie haben erfahren, wie viel Zucker in Süßigkeiten steckt oder was alles zu einem gesunden Frühstück gehört. „Dabei soll nicht nur das frühkindliche Essverhalten nachhaltig gefördert werden. Die Kinder bekommen auch spielerisch den verantwortungsbewussten Umgang mit Lebensmitteln gezeigt und erfahren mehr über Lebensmittelkunde oder Esskulturen anderer Länder“, sagt Gesundheitsmanager Stephan Jahn von der IKK classic.

Petra Handke, die Leiterin der Kita, sieht es als eine der Aufgaben der Kindertagesstätte an, gesunde Verhaltensweisen auf Dauer in den Alltag zu integrieren und die Ernährungskompetenz der Kinder zu steigern. An jedem Projekttag bereiteten die Kinder Mahlzeiten zu. So konnten sie das frisch Gelernte gleich gemeinsam ausprobieren. Die Eltern der Kleinen wurden mit einem Elternabend und Info-Briefen in das Projekt einbezogen.

(*bwil*)

© Hamburger Abendblatt 2018 – Alle Rechte vorbehalten.

LINKS ZUM ARTIKEL

[Bezirk und Gemeinden müssen Wasser sparen](#)

[Spiel und Spaß rund um die Feuerwehr](#)

[Wo Ernte für Schüler zum Abenteuer wird](#)