



## Die Schmatzekatze nimmt nur Gesundes in die Tatze



Zu Beginn des Kindergartenjahres im September haben wir – der **Kindergarten Hartberg DaVinci** – es uns zum Ziel gesetzt, eine tägliche gesunde Jause im Kindergarten anzubieten. Bevor wir dieses Projekt gestartet haben, haben wir uns umfassend von einer Diätologin beraten lassen. Wir wollten eine Jause anbieten, die wirklich gesund UND schmackhaft ist. Sie sollte vor allem aus biologischen Zutaten bestehen und die Lebensmittel wollten wir aus der Region beziehen. Auch gab es einen Elternabend zum Thema "Gesunde Ernährung". Wir haben die Ernährungspyramide besprochen, die Größe von Kinderportionen und vieles mehr. Bei diesem Elternabend haben sich Eltern z. B. dazu bereiterklärt, mit den Kindern Brot zu backen, uns mit Bio-Äpfeln und Gemüse zu beliefern. Weiters versorgt uns eine Mutter wöchentlich mit frischem Bio-Joghurt. Das Maskottchen Schmatze-Katze- eine Stoffkatze- begleitete die Kinder von Beginn an. Wir haben uns auf einen festgelegten Jausenplan geeinigt, der sehr abwechslungsreich gestaltet wurde. Dieser beinhaltet auch regelmäßig eine warme Mahlzeit wie zum Beispiel Polenta oder unterschiedliche Gemüsesuppen. Wir haben darauf geachtet, dass uns die meisten Zutaten geliefert werden und der wöchentliche Einkauf nicht zu zeitintensiv wird. Milchprodukte und unterschiedliche Brotsorten werden uns geliefert, Müsli und Cerealien werden in großen Mengen auf Vorrat besorgt. Von September bis November konnten wir noch frisches Obst und Gemüse aus unserem Garten ernten und genießen. Seit April können wir schon wieder diverse Kräuter aus dem eigenen Garten abschneiden und die ersten Radieschen haben wir auch schon verkostet. In den drei Hochbeeten wachsen bereits unterschiedlichste Pflänzchen, die ausnahmslos von den Eltern mitgebracht und großteils von ihnen oder uns selbst gezogen wurden.

Jeden Morgen wird die Jause gemeinsam mit den Kindern zubereitet. Es wird im Kindergarten geschnitten, gerührt, gekocht. Zwischendurch wird auch gemeinsam eingekauft. Die Kinder haben eine erstaunliche Geschicklichkeit entwickelt in der Handhabung von Werkzeug. Obwohl wir heuer eine sehr junge Gruppe haben, konnte nach kürzester Zeit jedes Kind sein Butter-/Aufstrichbrot selber streichen und sich bei der Zubereitung der Jause beteiligen. Sie kennen viele Obst- und Gemüsesorten aber auch Brotsorten beim Namen und erkennen sie blind. Die Kinder genießen das Zusammensein, kommen ins Gespräch und probieren immer wieder Neues aus.





Eltern bringen sich ein und helfen mit. Viele tolle Rezepte stammen von ihnen. Sehr wichtig ist uns auch, dass die Speisen ästhetisch ansprechend angeboten werden. Wir achten auf einen schön gedeckten Tisch. Obst und Gemüse werden stets schön angerichtet. Wir verwenden nur Porzellan und Glas und keine Plastikbehälter. Wir trinken übrigens Wasser oder selbst hergestellte Tees.

Diese Jause wird von Kindern (und Eltern) als durchwegs positiv empfunden und gut angenommen. Sätze wie "Kohlrabi hätte mein Sohn zu Hause nie gegessen" oder "Meine Tochter fragt mich immer wieder nach Polenta" hören wir öfter. Oder wie man aus Naturjoghurt ganz einfach Frischkäse machen kann, wollen auch viele wissen. Wir sagen es gerne weiter!!! Geht wirklich einfach.

Wir wollten erreichen, dass die Kinder die Möglichkeit haben, Neues auszuprobieren und unterschiedliche Lebensmittel zu kosten. Ausgänge zum Bauern, der regelmäßige Einkauf am Bauernmarkt, beim benachbarten Bioladen, beim Bäcker oder beim Müller sollen dazu beitragen, dass Kinder wissen, woher unsere Lebensmittel stammen und wie sie erzeugt werden. Die Herstellung dieser braucht Zeit und Ressourcen. Besonders gut beobachten können unsere Kinder dies im eigenen Garten. Den Wert von Lebensmitteln erkennen und der respektvolle Umgang mit ihnen ist uns ein großes Anliegen.

Eine gesunde Ernährung hilft dabei, gesund zu bleiben. Bei der gemeinsamen Zubereitung der Jause kommen die Kinder ins Gespräch, Fachwissen wird ausgetauscht, unterschiedliche Kenntnisse und Fertigkeiten werden erworben und die Kinder haben vor allem eines dabei: Spaß!

Spaß beim gemeinsamen Tun und beim gemeinsamen Essen und Genießen. Das gibt ein gutes Gefühl und das hatten wir und haben wir bei diesem Projekt!

## Welche Bildungsbereiche wurden berührt?

X Ästhetik und Gestaltung

X Bewegung und Gesundheit

X Emotionen und soziale Beziehungen

X Ernährung



X Ethik und Gesellschaft

X Natur und Technik

X Sprache und Kommunikation

