



„Der grüne KRAFTSAFT“ – vom Themenelternabend zum Smoothietag im Kindergarten



An jedem Mittwoch ist heute im Kindergarten Montessori Kinderbetreuung Sonnenschein Smoothietag. Ausgangspunkt war ein Elternabend zum Themenschwerpunkt „Gesundheit und Ernährung“. Als Referenten wurden die Besitzer des Bioladens in Knittelfeld eingeladen, deren Leidenschaft schon lange grüne Smoothies sind. Ihr umfangreiches Wissen wurde den Eltern in Theorie und Praxis an diesem Abend weitergegeben. Die Begeisterung der Eltern war so groß, dass spontan für einen entsprechenden Mixer für den Kindergarten gespendet wurde.

Seit diesem Tag, gibt es an jedem Mittwoch den "KRAFTSAFT", selbst gemixt mit den Kräutern von der Kräuterschnecke und dem Gemüsebeet im Garten. Durch die langjährige Mitarbeit einer Kräuterpädagogin, haben die Kinder bereits ein großes Wissen über Wildkräuter und helfen auch sehr gerne beim Sammeln. Im Winter wird Spinat im Bioladen eingekauft. Für die Geschmacksbildung eignet sich der Kraftsaft besonders, da der Smoothie jedes Mal anders schmeckt und die Kinder so sehr differenziert lernen zu schmecken.

Tipp: Hier ist Geduld und Ausdauer gefragt ;). Anfangs waren viele Kinder skeptisch – die Portionen waren daher sehr klein (ein Stamperl) und das Angebot nicht auf einen Zeitraum begrenzt. Durch das stetige Angebot an jedem Mittwoch, trauten sich immer mehr Kinder den Saft zu kosten. So auch ein Kindergartenkind, dass nach fast zwei Jahren totalen Verweigerns, im dritten Kindergartenjahr zum begeistertsten Smoothietrinker wurde.

Welche Bildungsbereiche wurden berührt?

Ästhetik und Gestaltung

Bewegung & Gesundheit

Emotionen und soziale Beziehungen

Ernährung



Ethik und Gesellschaft

Natur und Technik

Sprache und Kommunikation

