



Pressemitteilung vom 12.02.2011

Fit und Gesund macht Spaß und schmeckt auch noch gut

Noch vor dem süßen Faschingstreiben erleben zur Zeit die Kinder des ev. Kindergartens an der Friedenskirche gesunde Wochen mit allen Sinnen. Mit dem wöchentlichen Waldtag oder dem Turnen und Fitnessübungen begannen die Füchse und Hasen die gesunde Zeit. „Tigi“, die Handpuppe von dem Projekt „Tiger Kids“ der AOK Gesundheitskasse stellte sich den Kindern vor und gab ihnen viele Tipps zur Gesundheit. Mit großer Begeisterung schnitten die Kinder Gurken, Karotten, Kohlrabi, Bananen, Äpfel und vieles mehr für das reichhaltige Frühstücksbuffet mit Restaurant an 2 Tagen. Tigi eröffnete das Buffet und die Kinder klatschten Beifall, als Tigi eine Tischrakete anzündete. Besonders lecker war das Müsli, das sich jedes Kind selber zusammen stellte und sogar ganze Haferkörner mit der Getreidemühle mahlen konnte.

In Kindergesprächsrunden tauschten sich die Kinder aus, was sie über ihren Körper und seine Gesundheit schon alles wissen. Die Kinder fertigten Collagen an mit gesunden und ungesunden Dingen, die sie aus den Zeitungen ausschnitten, sogar ein Räuber wurde aufgeklebt, weil der nicht gesund ist. Zahnputzspiele und Bücher vertieften zusätzlich das Thema. Auch in der Gruppe wurde der Brotzeitisch mit Tischdecke und Servietten gedeckt. In einer Zuckerausstellung staunten die Kinder schließlich noch

über die hohen Würfelzuckerberge z.B. neben Gummibärchen, Limonade oder Milchschnitten.

Trotzdem freuen sich die Kinder jetzt auf die Faschingstage, an denen auch genascht werden darf...