

Das kauktiv-frische zweite Frühstück schmeckt allen Kindern!

Der Zuckergefreie Vormittag in der Kita und Schule: lecker, kauktiv, frisch und bunt

Die CD „IRMA mag’s bunt!“ enthält neben ausführlichen Grundlageninformationen viele Ideen zur Umsetzung des Zuckergefreien Vormittags.

Obst/Gemüse-/Milchprodukte-/Brot- und Wasserfotos

Die Fotoreihe präsentiert zum einen die Bausteine des Zuckergefreien Vormittags in 20 Einzelphotos, zum anderen zeigen weitere 27 Photos einfache Früh-

Damit Kinder erfahren, wie lecker rohes Gemüse und frisches Obst ist, brauchen sie Erfahrungen mit allen Sinnen: sehen, fühlen, riechen, hören und schmecken.

Zur optischen Erinnerung an diese Lernerfahrungen können wiederum die Photos verwendet werden.

Umsetzung des Zuckergefreien Vormittags in Kindertagesstätten durch Verhältnisprävention

In diesem Teil der CD sind alle Grundlageninformationen zur Umsetzung des Zuckergefreien Vormittags in Kitas zusammengestellt. Vom Trinken aus dem offenen Becher, über das „Was?“ und „Wie viel?“, bis zu konkreten Gestaltungsvorschlägen durch die Erzieher/innen – und/oder in Zusammenarbeit mit den Eltern – kann alles nachgelesen werden.



Umsetzung des Zuckergefreien Vormittags in Schulen

Der Zuckergefreie Vormittag soll in der Schule weitergeführt werden. Neben Vorschlägen zum Füllen der Brotdosen (Fotoserie) findet man die Broschüre „Der Zuckergefreie Vormittag im Schulalltag: Ein leckeres kauktiv frisches Pausenfrühstück und Wasser trinken“, welche in Zusammenarbeit mit dem Hessischen Kultusministerium entstanden ist.

Themen-Fest in der Kita/in der Schule wurden durch die Themenfelder „Piratenparty“, „Zirkusparty“ und „Waldpicknick“ ergänzt.

Geburtstagsfrühstück mal anders – frisch, fruchtig, herzhaft, knackig

Immer öfter sehen sich die Erzieher/innen mit einem Problem konfrontiert, wenn es um Geburtstagsfeiern in der Einrichtung geht. Klar, sollte an solch einem „Ehrentag“ das Schwelgen in Süßigkeiten erlaubt sein. Aber bei 25 Kindern in der Gruppe, zwei Erzieher/innen, einer Praktikantin und den „normalen“ Festen bedeutet das für die Kitagruppe: zweimal pro Woche fällt der Zuckergefreie Vormittag aus. Das gefällt den für die (Mund) Gesundheit engagierten hessischen Erzieher/innen in der Zwischenzeit nicht mehr, und außerdem bestätigt der Geschmack vieler Kita-Kinder: Kinder lieben das Herzhaft! „Das frisch geschnittene Gemüse ist oft schneller weg als das Obst!“, „Unsere Kinder

Geburtstagsfrühstück frisch, fruchtig, herzhaft, knackig



stücksideen. Dabei werden unterschiedliche Esskulturen berücksichtigt. Neben Vollkornbrot mit magerer Putenwurst findet man die Brezel und das Fladenbrot mit Schafskäse.

Die Einzelphotos können als Einkaufszettel für den Obst- und Gemüsekorb genutzt werden, damit Eltern den Korb für alle Kinder regelmäßig füllen.

Sie können auch als Wunschspeisekärtchen für die Wochenplanung der Erzieher/innen verwendet werden:

Das, was auf den Kärtchen zu sehen ist, das schmeckt uns Kindern!

Neue Rezepte und Spielideen



IRMA im Jahresreigen

Dieser Teil enthält Rezepte und jahreszeitbezogene Spielideen.

Ideen für die Geburtstagsparty zu Hause oder für ein Themen-Fest in der Kita oder in der Schule

Die Ideen zur Gestaltung einer Geburtstagsparty zu Hause oder für ein

essen am liebsten die gequetschten Haferflocken mit frischem Obst und Naturjoghurt!“ usw.

Für Eltern existiert jedoch oft noch das „Mein Kind isst das nicht“-Problem zu Hause. Deshalb bekommen Eltern jetzt auf die Frage „Was soll ich meinem Kind zum Geburtstag mitgeben?“ alternative Geburtstags-

frühstücks-Ideen: Auf der CD sind diese Ideen als Rezeptbuch zum Ausdrucken vorhanden. Es gibt sie neu nun auch in der Broschüre „Snacks und Ideen für Kinderfeste“.

Die Erzieherin/der Erzieher kann den Eltern ein Rezeptblatt mit nach Hause geben, so können die Eltern auch die für 25 Kinder benötigte Menge

besser abschätzen. Das kauaktiv-frische zweite Frühstück kommt garantiert gut an!

Besuchen Sie uns im Internet unter www.lagh.de. Dort fin-

den Sie viele aktuelle **Best Practice Beispiele** im Ordner Kita und noch weitere Informationen und Tipps rund um den Zuckerfreien Vormittag.



Qualitätsstandard für die Verpflegung in Tageseinrichtungen für Kinder

Kindern ausgewogenes, vollwertiges Essen schmackhaft zu machen, ist das Ziel des Qualitätsstandard Verpflegung in Tageseinrichtungen für Kinder. Neben Hinweisen zu den organisatorischen und strukturellen Rahmenbedingungen gibt es viele praktische Tipps rund ums Essen und Trinken.

Download unter www.dge-hessen.de



Der Zuckerfreie Vormittag im Schulalltag

Die Broschüre enthält Hintergrundinformationen sowie viele hilfreiche und praxiserprobte Tipps zur Umsetzung des Zuckerfreien Vormittags in der Schule. Damit wird der Weg zur Fortführung des Zuckerfreien Vormittags aus der Kita-Zeit in die Grundschule frei gemacht.

Download und Bestellmöglichkeit unter www.lagh.de



FIT KID - Die Gesund-Essen-Aktion für Kitas

Optimierte 4-Wochenspeisenpläne mit Rezepten sind unter www.fitkid-aktion.de in der Rubrik Rezeptdatenbank zu finden.