

# LAUSITZER RUNDSCHAU

Hoyerswerda 29. April 2010, 00:00 Uhr

## Der Kindergarten wird zur zuckerfreien Zone

**AWO-Kita in Senftenberg geht in Sachen Ernährung neue Wege**

SENFTENBERG Die AWO-Kita an der Hörlitzer Straße hat sich ein ehrgeiziges Ziel gesetzt: Sie will der erste zuckerfreie Kindergarten in der Region werden. Was das wirklich bedeutet und welche eiserne Disziplin dieses Vorhaben erfordert, das erarbeiten sich die 73 Steppkes und das achtköpfige Erzieherteam derzeit gerade in einem Projekt.



Emily, Kevin und Vivian sind im Mix-Fieber. Die Fünf- und Sechsjährigen stellen Teemischungen zusammen, „solche, die auch ohne Zucker schmecken“, erklären die Kinder. Dazu mixen sie Jasmin- und Himbeerblätter mit Hibiskusblüten und Hagebuttenschalen. Mit dem Sofort-Test sind die drei schon ganz zufrieden. „Wir machen noch Erdbeerblätter mit rein, dann wird's leckerer“, entschließen sie sich.

In den Nachbarzimmern sind andere Kinder gerade dabei, schmackhafte Brotaufstriche aus Gemüse und Kräutern oder aus Kakao und Honig herzustellen. Der

Apfel-Kuchen aus Vollkornmehl und Honig duftet schon im Ofen. Renate Fritsche vom Reformhaus Senftenberg hat mit einigen Kindern Pralinen aus Haferflocken, Aprikosenstückchen, Kokosraspeln und Honig geformt. „Wir nennen sie Energiekügelchen“, sagt die Ernährungsberaterin schmunzelnd. Sehr gefragt ist an diesem Tag auch Imker Günter Paulisch. Der ehemalige Senftenberger bringt den naturreinen Alternativ-„Süßstoff“ mit und rührt mit den Kleinsten gemeinsam eine Riesenschüssel Honig-Quarkspeise an.

„Wir wollen ja nicht ganz auf süße Sachen verzichten, aber auf jeden Fall auf alles, was aus Industriezucker und Süßungsmitteln besteht“, erklärt Kita-Leiterin Jana Benz das Konzept. Es werde allgemein zuviel Zucker gegessen, der auch Suchtgefahr in sich birgt und eine steigende Anzahl bei Krankheiten wie Übergewicht und Diabetes verursacht. „Wir wissen schon, dass in der Familie kein Kind ganz ohne Naschereien lebt, aber wenigstens unsere Kita soll für ein paar Stunden des Tages eine zuckerfreie Zone für die Kinder sein“, so Jana Benz.

Eiserne Disziplin erfordert es, dies auch hundertprozentig umzusetzen. In den Osternestern und Nikolaustiefeln der 73 AWO-Kindern sind schon seit längerem keine Süßigkeiten mehr. Zu den Kindergeburtstagen und Kita-Festen gibt es statt des Lollis für alle einen Obstteller zum Naschen. „Der nächste Schritt ist, dass die Eltern auch täglich den Kindern ein zuckerfreies Frühstück und Vesper mitgeben“, so die Kita-Leiterin.

Dass viele Eltern dem Projekt der Kita aufgeschlossen gegenüberstehen, glaubt Mutti Ilka Nollau. „Die Kinder motivieren ihre Eltern mit ihrem Wissen auch, darüber nachzudenken und bei der Ernährung vieles bewusster zu machen“, sagt sie.

Von Catrin Würz

### Jüngste Kommentare

Zu diesem Artikel sind noch keine Beiträge vorhanden

