



Factsheet zur Podcast-Folge Nr. 3

Wertschätzung in der Kitaverpflegung - Teil 2

– Ein Blick über den Tellerrand hinaus



Zusammenfassung



- Frau Edith Gätjen gibt einen Einblick in die „wertschätzende Kitaverpflegung“.
- Essen ist mehr als Nahrungsaufnahme - es ist ein soziales und kulturelles Ereignis, das Zeit und Wertschätzung verdient.
- Partizipation der Kinder bei Entscheidungen über das Essensangebot und die Zubereitung stärkt ihr Selbstbewusstsein und ihre soziale Kompetenz.
- Kulturelle Vielfalt sollte in der Verpflegung in der Kita berücksichtigt werden, dies schafft Akzeptanz.
- Durch die Einbeziehung der Kinder in die Verpflegung in der Kita kann ihre Feinmotorik, ihr Verantwortungsbewusstsein und ihr Interesse an der Ernährung gefördert werden.

Ideen für die praktische Umsetzung



- Nutzt gerne die Ess-Situation diese pädagogisch zu begleiten.
- Erzählt gerne Geschichten, dies kann eine positive Ess-Kultur fördern.
- Integriert gerne auch kulturelle Rituale (z.B. Essen auf dem Boden) und verwendet regionale Zutaten.
- Kinder aktiv miteinbeziehen (z.B. Gemüse schneiden, Dips rühren oder den Tisch decken).

Genannte und interessante Seiten



- www.ichkannkochen.de
- Bücher:
 - Gätjen, E. Tischgespräche: Das systemische Konzept in der Ernährungsberatung. Eugen Ulmer, Stuttgart 2019.



Gefördert durch:

