

KiTa auf EssPedition



2018: Trinken mit Spaß – Wasser marsch!

verbraucherzentrale

Niedersachsen

„Trinken mit Spaß!“

Die Initiative „KiTa auf EssPedition“ der Verbraucherzentrale Niedersachsen möchte Kindertageseinrichtungen anregen, sich praxisnah und kreativ mit Ernährungsthemen auseinanderzusetzen. Die Angebote sind so gestaltet, dass sie langfristig im KiTa-Alltag integriert werden können. Jedes Jahr wird dafür ein anderer Schwerpunkt ausgewählt.

Das Motto 2018 lautet „Trinken mit Spaß – Wasser marsch!“ und möchte Kinder motivieren, gerne und ausreichend zu trinken. Denn: Eine ausreichende und regelmäßige Aufnahme von energiefreien Getränken ist wichtig.

Gerne möchten wir Ihre Erfahrungen und Kompetenzen nutzen, um gute Praxisbeispiele zusammenzutragen:

Schicken Sie uns Ihr „KiTa-Trink-Konzept“ oder einzelne, bewährte Ideen.

Die Beispiele werden auf der Website der Verbraucherzentrale veröffentlicht, um den Austausch zu fördern und zur Nachahmung bewährter Maßnahmen anzuregen.

Jetzt heißt es: „Wasser marsch!“

- Hat Ihre KiTa ein Trink-Konzept oder besondere, dauerhafte Trink-Angebote – **etwa eine Wasserstation oder einen Trinkbrunnen?**
- Wer sorgt bei Ihnen für ausreichende Getränkeangebote und wie werden diese umgesetzt? Welche Aktionen und Maßnahmen **zum Thema „Getränke in Krippe und KiTa“** gibt es bei Ihnen? Ist das Konzept erfolgreich?
- Haben Sie ein interessantes Getränke-Rezept – oder eine Deko-Idee?

Nutzen Sie bitte das Formular für die Darstellung und schicken es an die angegebene Anschrift. Sie finden es unter: www.verbraucherzentrale-niedersachsen.de/kita-auf-esspedition

Unser Ernährungsteam wird alle Einsendungen sichten und redaktionell bearbeiten. (Ein Anspruch auf Veröffentlichung besteht nicht; kleine Änderungen behält sich das Redaktionsteam der Verbraucherzentrale vor.)

Rezeptbeispiel: Gurken-Minze-Wasser

(für 8 Kinder)



Foto: fortyforks - fotolia.com

Zutaten:

10 Minzblätter
1/2 unbehandelte Gurke
800 ml Mineralwasser
5 Eiswürfel

So wird's gemacht:

- Minze waschen, trocken schütteln und klein hacken.
- Gurke gründlich waschen, Enden abschneiden und längs halbieren, dann in feine Streifen schneiden.
- Minze und Gurke vermischen und für 15 Minuten im Kühlschrank ziehen lassen.
- Gurken-Minze-Mischung in eine Karaffe geben und mit Wasser sowie Eiswürfeln auffüllen.

Einsendeanschrift und Kontaktdaten

Bitte senden Sie das Praxisbeispiel aus Ihrer KiTa an die

Verbraucherzentrale Niedersachsen e. V.
z. Hd. Kathrin Bratschke

Stichwort „KiTa auf EssPedition“

Trinken mit Spaß – Wasser marsch!“

Herrenstraße 14

30159 Hannover

E-Mail: k.bratschke@vzniedersachsen.de

Fax: (05 11) 9 11 96-10

Weitere Informationen:

Bei Fragen wenden Sie sich an eine unserer Ernährungsfachkräfte:

Tanja Bolm

Tel. (0 53 61) 60 99 81 · t.bolm@vzniedersachsen.de

Kathrin Bratschke

Tel. (05 11) 9 11 96 43 · k.bratschke@vzniedersachsen.de

Elisabeth Hose

Tel. (04 41) 1 23 69 · e.hose@vzniedersachsen.de

Heidrun Klaus

Tel. (05 51) 48 65 85 · h.klaus@vzniedersachsen.de

Annette Liebner

Tel. (05 41) 2 10 95 · a.liebner@vzniedersachsen.de

Annette Schrader

Tel. (05 31) 61 83 10 33 · a.schrader@vzniedersachsen.de



VERBRAUCHERZENTRALE NIEDERSACHSEN e. V.

Herrenstr. 14, 30159 Hannover

Tel.: (05 11) 9 11 96-0

Fax: (05 11) 9 11 96-10

info@vzniedersachsen.de

www.verbraucherzentrale-niedersachsen.de

Gefördert durch:



**Niedersächsisches Ministerium
für Ernährung, Landwirtschaft
und Verbraucherschutz**

KiTa auf EssPedition



verbraucherzentrale

Niedersachsen