

## Die „TigerKids“ erobern die Kita Regenbogen

Die Kita Regenbogen gehört jetzt zu „TigerKids – Kindergarten aktiv“. Im Zentrum dieses Langzeitprojektes, welches von der AOK unterstützt wird, steht eine gesunde Ernährungsweise und aktive Bewegungsförderung. Das pädagogische Team hat dazu an einer zweitägigen Fortbildungsveranstaltung teilgenommen. Die Aufregung war groß, als „die kleine Lok, die alles weiß“ mit dem kleinen Tiger 7 Tage lang vorbei kam und jeden Tag einen neuen Wagon mit Getränken und Lebensmittel dabei hatte. Der kleine Tiger erklärte genau, welche Dinge häufiger auf dem Speiseplan stehen sollten und welche eher seltener. Da wurde schon mal aus dem Nähkästchen geplaudert: „Ja, da is ganz viel Zucker drin, das trinkt mein Papa auch immer“. Gemeinschaftlich wurde Pumuckelsaft hergestellt, Mangos und Papayas gekostet und ein Müsli-Tag eingeführt, an dem die Kinder ihr Müsli selbst zubereiten können. Zum TigerKids-Programm, das die Kinder durch das gesamte Kita-Jahr begleiten wird, gehören neue Koch- und Rezeptideen, Lieder, Rätsel, verschiedene Aktionstage, die so genannte Pfiffikus-Box und viele unterschiedliche Bewegungsprogramme.

