

... Yvonne Kolb, Krippenleiterin der Kinderkrippe Wigwam

Genügend Bewegung und eine gesunde Ernährung wird in der Kinderkrippe Wigwam gross geschrieben. Seit 2012 trägt sie das Label «Purzelbaum». Nun durfte die Kinderkrippe Wigwam im November gemeinsam mit der Kinderkrippe Muntanella in St. Moritz als erste Kinderkrippe des Kantons die Auszeichnung «schnitz und drunder» entgegennehmen.

■ Von Loredana Todisco

Büwo: Yvonne Kolb, die Kinderkrippe Wigwam hat am 5. November die Auszeichnung «schnitz und drunder» erhalten. Können Sie unseren Leserinnen und Lesern kurz erklären, was das ist?

Yvonne Kolb: Das Projekt «schnitz und drunder» gehört zum kantonalen Aktionsprogramms «Bisch fit?» und zeichnet Betriebe aus, die sich mit besonderem Engagement für eine gesunde Ernährung der Kinder einsetzen.

Wie kommt es, dass die Kinderkrippe Wigwam als erste Kinderkrippe in Chur die Auszeichnung «schnitz und drunder» erhalten hat?

Wir haben von Frau Brunner vom Gesundheitsamt die Anfrage erhalten, ob wir Interesse hätten, bei dem Projekt mitzumachen. Nach einigen Abklärungen mit dem Vorstand der Kinderkrippe hat man ziemlich schnell entschieden, an dem Projekt teilzunehmen.

Wie hat die Umsetzung des Projekts «schnitz und drunder» konkret ausgesehen?

Zu Beginn unserer Teilnahme im August hatten wir ein Kriterienblatt mit diversen Vorschriften erhalten, die es galt umzusetzen. Zu diesen Kriterien zählte beispielsweise die saisonale, regionale, frische und kindsgerechte Gestaltung der einzelnen Menüs. Wir bereiten nur das Züni und Zvieri hier in

der Kinderkrippe zu. Das Mittagessen wird von unserem Koch, Herr Egli, vom Wohn- und Verpflegungsbetrieb Scalära zubereitet. Deshalb waren wir auf dessen Bereitschaft, bei dem Projekt mitzuwirken, angewiesen. Das Gesundheitsamt hatte uns zudem eine professionelle Ernährungsberaterin zur Seite gestellt, die mit uns diverse interne Schulungen und Beratungen durchführte.

Wurden die Kinder auch involviert?

Ja, wir haben von der Ernährungsberaterin verschiedene Ideen und Rezeptmöglichkeiten erhalten, um die Kinder so weit wie möglich in das Ganze einzubringen. So haben wir mit ihnen die Lebensmittelpyramide behandelt und sie durften fürs Züni und Zvieri selber einkaufen. Gerade beim Einkaufen war spannend, dass die Kleinen extrem darauf geachtet haben, nur Gesundes in den Warenkorb zu packen.

Inwiefern unterscheidet sich der Menüplan für die Kinder vor und nach dem Projekt?

Eigentlich hat sich relativ wenig verändert. Beim Mittagessen hat sich einzig der Fleisch- und Fischkonsum verringert. Vor dem Projekt hat es sehr oft, also vier- bis fünfmal pro Woche, Fleisch und einmal in der Woche Fisch gegeben. Heute gibt es nur noch einmal bis zweimal pro Woche Fleisch und einmal im Monat Fisch, das genügt. Damit achten wir neu auch vermehrt auf die Nachhaltigkeit unseres Ernährungsangebots.

Gibt es nach der Auszeichnung «schnitz und drunder» nur noch Gesundes zum Züni und Zvieri, oder gibt es da auch mal eine Ausnahme?

Nein, dem ist nicht so. Wir haben durchaus die Möglichkeit, den Kindern hin und wieder etwas Süsses wie Brot und Schokolade zu geben, fordern sie aber danach auf, noch ein wenig Obst und Gemüse zu essen. Die Kinder sollen lernen, Süsses in Mass zu geniessen. Es ist völlig in Ordnung, ein wenig Schokolade zu essen, aber kindsgerechte Portionen.

Wie haben die Kinder auf den Menüplanwechsel reagiert?

Die Kinder haben überhaupt nicht auf den Menüwechsel reagiert – sie haben aber auch eine gute Gruppendynamik. Da die Kinder immer gemeinsam essen, motivieren sie sich gegenseitig, vom Salat oder Gemüse zu schöpfen. Wir staunen manchmal selber darüber, dass die Salatschüsseln immer leer sind.

Wie wichtig ist Ihrer Meinung nach die Sensibilisierung für gesundes Essen in der Kindererziehung?

Sehr wichtig. Essen soll von klein auf ein Erlebnis sein. Das Essen soll gesund, aber auch abwechslungsreich sein. Auf dem Tisch sollten immer verschiedene Sachen stehen, damit das Kind frei wählen kann, was es möchte und nicht zu einem Esszwang kommt. Deshalb haben wir hier in der Kinderkrippe immer verschiedene Salatsorten auf dem Tisch und eine Schale mit Karotten oder Gurken.

ANZEIGE.....



Yvonne Kolb präsentiert stolz die Auszeichnung «schnitz und drunder» der Kinderkrippe Wigwam in Chur.
Bild Loredana Todisco

COTTINELLI.CH

SERGIO MIONETTO

Der Lieblingsprosecco der Damen für die spritzige Silvesternacht
75cl

25%

12.40
statt 16.50

Jetzt in unserer Vinoteca in Malans

COTTINELLI
VINOTECA · MALANS