



Landkreis Breisgau-Hochschwarzwald

BeKi-Zertifikat für Kleinkindbetreuung mit Ernährungskonzept

„Die „Sternschnuppe“ hat einmal mehr bewiesen, was für eine tolle Krippe sie ist“, stellte stolz der Heitersheimer Bürgermeister Martin Löffler fest. Nach einem Jahr intensiver Zusammenarbeit mit der Landesinitiative BeKi erhielt die Betreuungseinrichtung für Kinder unter drei Jahren im südbadischen Heitersheim als erste im Landkreis Breisgau-Hochschwarzwald das BeKi-Zertifikat. Landrätin Dorothea Störr-Ritter lobte die Vorbildfunktion und überreichte die Auszeichnung mit der lachenden Birne, dem BeKi-Logo. „Ich hoffe, in unseren 50 Gemeinden wird es noch viele Nachahmer geben.“



Allen schmeckt es beim Fest zur BeKi-Zertifikats-Übergabe, auch Landrätin Dorothea Störr-Ritter (links) und Gabriele Koberski (Zweite von links)

(Sabine Model)

Leiterin Doris Scherle betonte, dass dieser Erfolg ein Gesamtwerk von Team, Eltern, Vereinsvorstand mit Unterstützung von BeKi-Koordinatorin Anja Meyer vom Landratsamt und BeKi-Fachfrau Elke Wecker sei. Seit Scherles Amtsantritt im August 2009 war ihr Ziel, die Wertschätzung der Mahlzeiten sowie das Verhalten am Tisch bestmöglich zu gestalten. Denn in den Betreuungszeiten von 7.30 Uhr bis 17 Uhr kann dadurch viel Ernährungserziehung geleistet werden und auch die ganz Kleinen können schon erstaunlich viel.

Die Entwicklung

Die „Sternschnuppe“ entstand 1995 aus einer Privatinitiative, gab sich 1998 eine Vereinsstruktur und erhielt im Jahr 2000 die Anerkennung als Träger der freien Jugendhilfe. Im März 2012 wurden etwa 30 Kinder im

Alter von 8 Wochen bis 3 Jahre betreut. Die überwiegend berufstätigen Eltern können sich zwischen Vormittags-, Halbtags- oder Ganztagsbetreuung an 2 bis 5 Tagen in der Woche entscheiden. Alle Kinder bekommen das Essen und Getränke in der Sternschnuppe. Für das Mittagessen zahlen Eltern pro Kind und Tag 2,50 Euro extra und wissen ihre Kleinen bestens versorgt.

Zu Beginn vereinbarten die fünf Erzieherinnen, dass jede ein Mal pro Woche für das Mittagessen einkauft und kocht. Gesund sollte es sein und die Kinder sollten mithelfen können. Das brachte

in das Tagesgeschäft des Teams zunächst eine willkommene Abwechslung und machte allen Spaß. Mit der Zeit stellte sich aber bei 30 Kindern mit unterschiedlichen Anwesenheitszeiten und bis zu 20 Anmeldungen zum Mittagstisch heraus, dass diese Regelung nicht durchzuhalten war.

Im Juli 2010 übernahm Hauswirtschafterin (und Mutter von vier Kindern) Gabriele Koberski die Küche, gestaltete den

Speiseplan, kaufte ein und kochte. Als Fachkraft weiß sie genau, wie der Qualitätsstandard der Deutschen Gesellschaft für Ernährung einzuhalten ist und kann auch auf Besonderheiten wie Lactoseintoleranz eingehen. Ein Demeter-Betrieb liefert die Basis-Produkte, den Rest besorgt sie selbst. Jeweils zwei Kinder pro Tag dürfen ihr beim Kochen



Engagierte „Sternschnuppenkinder“ in der Küche

(Sabine Model)

helfen, Zögerliche schauen erst einmal zu. „Sogar Zweijährige entwickeln schon eine erstaunliche Fingerfertigkeit“, versichert sie. „Und wer erst mal nur zuschaut, ist meist in zwei bis drei Monaten aktiv dabei.“ Was man selber gemacht habe, bekomme einen anderen Stellenwert. „So kann man Kinder an bewusstes Essen heranzuführen.“ Für ihr wegweisendes Engagement erhielt sie bei der Zertifikats-Übergabe eine Schürze mit BeKi-Logo.

Alle machen mit!

Im Rahmen des pädagogischen Konzeptes werden die Kinder für Ernährungsthemen sensibilisiert. Aufgabenteilung fördert Sozialkompetenz und Teamgeist und die Betreuungspersonen motivieren die Kinder. Die Aufgaben entsprechen den kindlichen Kompetenzen und die Selbstständigkeit wächst.

Auf Spaziergängen erleben die Kinder, wo die Lebensmittel herkommen, was auf dem Feld und im Garten wächst. Fotos und Bilder an den Wänden in den Aufenthaltsräumen der „Sternschnuppe“ dokumentieren die Ausflüge. Auf diese Bilder kann in Gesprächen immer wieder zurückgegriffen werden – eine gute Methode gerade für Kleinkinder.

Immer wieder können die Kinder selbst etwas ausprobieren, alles passend zur Jahreszeit. Zuerst beobachten die Kinder, beim Bauern, wie er Kartoffeln pflanzt, wie sie gedeihen und dann geerntet werden. Danach setzten sie selbst Knollen in die Erde und erwarten gespannt, was passieren wird.

Zum Elterntag keimte – herzförmig ausgesät



Leckere Gemüsesuppe ist nicht so einfach zu essen...

(Sabine Model)

– Kresse auf feuchter, wattiger Unterlage und trägt neue Anregungen rund ums Essen auch in die Familie. Hauswirtschafterin Koberski liefert auch die Lieblingsrezepte der Kleinen nach Hause. Denn was in der „Sternschnuppe“ sooo lecker ist, soll Mama auch mal kochen!

Der kleine Garten vor dem Eingang hat sich in eine blühende Kräuterlandschaft verwandelt. Erstaunlich viele Kinder kennen hier die Kräuter beim Namen – denn wenn sie selber mit gepflückt und gewürzt haben, ist das der direkte Bezug zum Genießen!

„Essen ist Genuss und Lebensfreude und damit viel mehr als gesunde Ernährung. Das erfahren die Kinder in der „Sternschnuppe“-Tafelrunde durch gemeinsame Mahlzeiten, klare Regeln, verlässliche Rituale und eine harmonische Tischatmosphäre,“ so Leiterin Doris Scherle. Wichtig ist, selbst essen zu können, mal mit Besteck, mal Fingerfood. Immer aber in Portionen, die angemessen sind.

Zertifikats-Bausteine

Kooperationspartner im Sinne des BeKi-Zertifikat-Kursbuches waren drei Landwirte, die Einblick in ihre Arbeit gaben, eine örtliche Bäckerei, eine Metzgerei, ein Weingut, ein Kräuterhof und ein Biogemüseerzeuger sowie eine Zahnärztin. Der Frauenverein sponserte Geräte für den Garten der Einrichtung und half damit dem Teil „Bewegung“ aus dem Kursbuch über den neuen Spielplatz im wahrsten Sinne „auf die Sprünge“.

Die Bereitschaft im Team, sich über BeKi-Fortbildungen stetig weiter zu qualifizieren, ist hoch. Verschiedene Themen wurden bei den Teamsitzungen diskutiert und für die ganz Kleinen modifiziert. Mit großer Begeisterung, Motivation, Geduld und Ausdauer ist das Ernährungskonzept verfolgt und kontinuierlich verbessert worden.

„Was die „Sternschnuppe“ leistet, ist etwas ganz Besonderes“, bestätigte BeKi-Koordinatorin Anja Meyer. „Entstanden ist hier ein Leuchtturmprojekt und die Messlatte liegt ganz schön hoch.“

Elke Wecker, BeKi-Fachfrau
im Landkreis Breisgau-Hochschwarzwald

Industriell hergestellte Säuglingsnahrung mit Muttermilch nicht vergleichbar

Muttermilch weist eine exklusive, nicht durch industriell hergestellte Säuglingsnahrung imitierbare Zusammensetzung auf. Werbung, mit der der Anschein erweckt wird, dass industriell hergestellte Säuglingsnahrung der Muttermilch gleichwertig bzw. teilweise gleichwertig ist, kann als irreführend angesehen werden. Das sind die Ergebnisse einer Untersuchung der Nationalen Stillkommission am Bundesinstitut für Risikobewertung (BfR). Sie hat die Zusammensetzung von Muttermilch im Vergleich zu industriell hergestellter Säuglingsnahrung verglichen und die Wirkungen von verschiedenen Säuglingsnahrungen im Vergleich zu Muttermilch auf die Gesundheit von Säuglingen bewertet. Das BfR unterstützt die Nationale Stillkommission in ihrer Einschätzung.

Selbst unter optimalen lebensmitteltechnischen Bedingungen ist es nicht möglich, eine industriell hergestellte Säuglingsnahrung zu komponieren, die mit Muttermilch vergleichbar ist. Sie enthält zahlreiche

Substanzen, die in Säuglingsanfangs- und Folgenahrung nicht enthalten sind und bei gestillten Säuglingen zu einer geringeren Erkrankungswahrscheinlichkeit führen. Es ist nicht ein Stoff oder ein Faktor, der über die Muttermilch die Gesundheit des Säuglings beeinflusst, sondern es ist das Zusammenspiel vieler Komponenten, die sich gegenseitig ergänzen. Es bestehen Kenntnislücken dahingehend, ob das Hinzufügen von einzelnen Substanzen zu industriell hergestellter Säuglingsnahrung (z. B. präbiotisch wirksame Oligosaccharide oder probiotische Bakterienstämme wie *Lactobacillus fermentum*) zu einem geringeren Erkrankungsrisiko von Säuglingen im Vergleich zu industriell hergestellter Standardsäuglingsnahrung führt. Im Vergleich zu einer ausschließlichen Muttermilchernährung über mindestens 4 Monate konnte dies bisher nicht belegt werden.

Ausschließliches Stillen in den ersten 4 bis 6 Monaten reduziert die Anzahl von Infektionen



im Säuglingsalter um 40 bis 70 % und vermindert Krankenhausaufnahmen der Säuglinge im ersten Lebensjahr um mehr als 50 %. Beispielsweise wird das Risiko für Infekte der unteren Atemwege bei Säuglingen durch Stillen um über 70 % gesenkt. Weitere Krankheiten, die bei gestillten Kindern weniger häufig auftreten, sind Mittelohrentzündungen und Magen-Darm-Infektionen. Nach bisheriger Datenlage ist es außerdem möglich, dass gestillte Kinder im Vergleich zu Formula-ernährten Kindern ein vermindertes Risiko für Übergewicht und Adipositas im späteren