



Kindertagesstätte in Rühren  
„Zum Regenbogen“  
Am Schützenplatz 1 A  
38471 Rühren

☎ 05833 84-740  
☎ 05833 84-974  
✉ [kita.ruehen@samtgemeinde-brome.de](mailto:kita.ruehen@samtgemeinde-brome.de)  
🌐 [www.samtgemeinde-brome.de](http://www.samtgemeinde-brome.de)



Samtgemeinde Brome  
Bahnhofstraße 36  
38465 Brome



☎ 05833 84-116  
✉ [Laura.Stritzel@samtgemeinde-brome.de](mailto:Laura.Stritzel@samtgemeinde-brome.de)  
☎ 05833 84-117  
✉ [Christian.Pitterling@samtgemeinde-brome.de](mailto:Christian.Pitterling@samtgemeinde-brome.de)  
☎ 05833 84-911  
🌐 [www.samtgemeinde-brome.de](http://www.samtgemeinde-brome.de)

# Ernährung, Zahnpflege und Gesundheit

Zwei Mal im Jahr beschäftigen wir uns ganz besonders mit der Themenwoche **Ernährung, Zahnpflege und Gesundheit.**

Als Einstieg wählen wir **ein Gespräch** im Morgenkreis. Welche Dinge essen wir gerne, welche schmecken gut, wie schmecken sie? Welche Lebensmittel lassen unsere Zähne gesund bleiben, welche Dinge sind gut für unseren Körper? Auch das Thema Zucker und Fett sind dabei Gesprächsinhalte.

Verschiedene **„Zahnputzlieder“** singen wir während dieser Zeit besonders gern.

Bisher hat uns eine **Zahnprophylaxehelferin der Arbeitsgemeinschaft Jugendzahnpflege** im Landkreis Gifhorn besucht. Sie hatte die Handpuppen „Olli, Alex und Co“ und etwas Lehrreiches im Gepäck dabei.

**Das Zähneputzen unter Anleitung** findet während dieser Zeit bei den Kindern besonders großen Anklang, denn sie bekommen einen Zahnputzstempel, den sie immer wieder gern stolz zur Schau stellen.

**Im Kreativbereich** sind die Kinder auch ganz fleißig. Verschiedene themenbezogene Arbeiten dekorieren dann den Gruppenraum oder füllen die Ordner der Kinder.

## **Freispielzeit und angeleitete Angebote**

Mit verschiedenen Utensilien „rund um die Ernährung, Zahnpflege und Gesundheit“ spielen und beschäftigen wir uns in dieser Zeit. Bewegung in jeglicher Form sorgt bei den Kindern für Begeisterung. Aber auch Entspannungsübungen wecken das Interesse.

**Das gemeinsame Frühstück** wird ebenso unter einem ausgewogenen gesunden Aspekt zubereitet und die Kinder haben beim anschließenden Verzehr recht großen Appetit.

