

Sächsische Zeitung – Hoyerswerda, 24.07.2015

Manche Kinder wollen mit dem Wassertreten gar nicht mehr aufhören

„Kneipp-Kita“ darf sich seit einem Jahr das „Nesthäkchen“ nennen. Und vielleicht gibt es in Hoyerswerda schon bald auch eine Kneipp-Grundschule.

Von Silke Richter



Alexa und Jannik haben sichtlich Spaß am Kneippen. Kinder fühlen sich nun mal vom Wasser angezogen. Manche wollen gar nicht mehr mit dem Wassertreten aufhören, so die in der Kita „Nesthäkchen“ gemachte Erfahrung. Foto: SiRi

Hoyerswerda. Morgens halb sieben: Der Wecker klingelt pünktlich, und dennoch ist die Zeit plötzlich knapp. Jetzt noch frisches Gemüse und Obst für die Frühstückspause in der Kita oder in der Schule zubereiten? Keine Chance. Also wandern die Wunschprodukte von Sohn oder Tochter in die Brottasche. Das sind dann schon mal Schokoladenriegel und Gummibärchen.

„Wir haben bemerkt, dass viele Kinder sich nicht gesund ernähren. Dem wollten wir entgegenwirken“, erklärt Anja Koark-Fillinger, die Leiterin der Kita „Nesthäkchen“. Sie und ihr Team überlegten, wie es gelingen kann, Eltern und deren Kinder für dieses Thema noch stärker sensibilisieren zu können. Mit Daniela Braun und Anke Stephan wurden zwei Muttis gewonnen, die sich „Frühstücks-Feen“ nennen und jeden Morgen meist gemeinsam mit den Kindern die erste Mahlzeit zubereiten. Und siehe da: Plötzlich merkte auch der letzte kleine „Gemüse-Muffel“, dass Vollkornprodukte, Obst, Gemüse, Quark und Milch durchaus lecker schmecken.

Der Ansatz war also da und fand vor etwa zwei Jahren seine Fortsetzung, als die Idee geboren wurde, das Gesundheitskonzept der Kita „Nesthäkchen“ mit dem von Sebastian Anton Kneipp ergänzen zu wollen. Der bayrische Priester und Hydrotherapeut war davon überzeugt, dass Wasserkuren und Wassertreten für die Gesundheit förderlich sind. Anja Koark-Fillinger und andere Erzieherinnen befassten sich mit dem Thema und der Umsetzung im Alltag. Vor einem Jahr erhielt die Kita vom Verein „Kneipp-Bund“ das Zertifikat und darf sich seither „Kneipp-Kita“ nennen.

Nicht alle Eltern hätten sofort Hurra gerufen, als das Kneipp'sche Konzept im Alltag langsam umgesetzt wurde. Doch mittlerweile merken die Mütter und Väter, dass diese Art von Prävention ihren Kindern nicht nur gut tut, sondern auch viel Spaß macht. „Der Vorteil dabei ist, dass sich fast alle Kinder von dem Element Wasser magisch angezogen fühlen. Manche wollen mit dem Wassertreten gar nicht mehr aufhören“, erzählt Anja Koark-Fillinger.

Die Erfolge sprechen für sich: „Seitdem wir das Sebastian Kneipp-Konzept regelmäßig durchführen, sind weitaus weniger Kinder krank als vorher“, so die Kita-Leiterin, die bedauert, dass dieses Konzept mit Beginn der Schulzeit in Vergessenheit geraten wird. Das muss aber nicht sein: Laut dem Kneipp-Bund gibt es in Sachsen sieben Grundschulen, an denen das Konzept weitergeführt wird. Warum soll das nicht auch in Hoyerswerda möglich sein?

Anja Koark-Fillinger möchte daher demnächst das Gespräch mit Grundschulen in der Stadt suchen und dort für die Fortführung des Kneipp-Konzept auch für Schulkinder zu werben.