

Sächsische Zeitung - Hoyerswerdaer Tageblatt, 29.11.2013

Hoyerswerdaer Frühstücksfeen setzen Kneipps Fünf- Elemente-Lehre um

**Anke Stephan und Heike Freundel bereiten in der Kita „Nesthäkchen“ die erste
Mahlzeit des Tages zu.**



Gesundes Frühstück, frisch zubereitet, schmeckt am besten. Dafür sorgen in der Kita „Nesthäkchen“ Heike Freundel (Mitte) und Anke Stephan (links).Foto: Silke Richter

Von Silke Richter

Eigentlich klingelt der Wecker rechtzeitig genug, um in Ruhe mit der Familie zu frühstücken. Doch es kommt etwas dazwischen, und sei's ein gerissener Kinderschuh Schnürsenkel. Die Zeit wird knapp. Tochter und Sohn müssten längst auf dem Weg zur Schule sein und der Jüngste in der Kita. Es bleiben nur ein paar Minuten, um schnell ein paar Brote für das zweite Frühstück der Kinder einzupacken ...

Keine untypische Situation bei berufstätigen Familien frühmorgens in Deutschland; auch in Hoyerswerda. Klar könnten Eltern schon am Vorabend die Brotbüchsen befüllen. Aber, das ist der Preis, wer will schon braune Apfelstückchen oder angetrocknete Mandarinhälften essen?

Ein besseres Angebot unterbreitet da die Hoyerswerdaer Kindertagesstätte „Nesthäkchen“ der Stiftung Diakonie-Sozialwerk Lausitz. Sie setzt auf Kneipps Fünf-Elemente-Lehre zur gesunden, naturgemäßen Lebensweise: Wasser, Bewegung, Kräuter, Lebensordnung, Ernährung. Um letztere beiden Grundpfeiler verwirklichen zu können, wird seit dem Frühjahr (neben der Kinderküche) täglich ein gesundes Frühstück für die Kinder angeboten.

Fast täglich „eigene Ernte“

Ziel ist es, dass die Kleinen lernen, auf gesunde, ausgewogene, möglichst naturbelassene Ernährung zu achten. Dank Unterstützung der Stiftung Lausitzer Braunkohle ist dieses Angebot für die Kinder gratis.

Für die Vor- und Zubereitung der Mahlzeiten am Morgen engagieren sich Anke Stephan und Heike Freundel ehrenamtlich. Die beiden Mütter werden in der Kita „Frühstücksfeen“ genannt. Täglich ab 7.30 Uhr bereiten sie für die Kinder die erste Mahlzeit des Tages vor. Mit viel Liebe zum Detail: Aus grünen Gurken werden kleine Schiffchen, gelbe und rote Paprikaformen ein buntes Bild, das zum Reinbeißen anlockt. Mindestens einmal in der Woche gestalten Kinder das Frühstück in der Küche mit, zaubern Obstsalate, Gemüseknabbereien und Kräuterdips. Die Eltern schätzen das Tun der Frühstücksfeen: Fast täglich bringen sie eigene Ernte in gut gefüllten Obst- und Gemüsekörben oder selbst hergestellte Marmelade mit in die Kita.

Finlay und Niclas freuen sich an jenem Morgen besonders. Es gibt Wiener Würstchen, fein aufgeschnitten in kleine mundgerechte Stücke, dazu bunte Gemüsedips, hauchdünne Salamischeiben und kleine Schnittchen. Fast könnte man meinen, in der Kinderküche sitzt eine harmonische Großfamilie beim gemütlichen Frühstück.

Und wenn die Frühstücksfeen mal kurzfristig verhindert sind? „Dafür gibt es doch Telefone heutzutage. Wir Eltern sind hier ein eingespieltes Team, das fast schon wie ein Netzwerk funktioniert. Für Ersatz ist dann jedenfalls ganz schnell gesorgt“, erklärt Heike Freundel. Feen fallen eben nie aus. Sie wechseln nur manchmal.