



[5.2] Getränkeversorgung

Frühzeitig gesunde Ernährungsgewohnheiten aufbauen!

Eine ausgewogene Ernährung ist die Basis unserer Gesundheit. Aufgabe unserer Fürsorge und Verantwortung ist es daher, bei Kindern von Anfang an die Grundlagen für eine gesunde Ernährung zu schaffen. Viele Verhaltensweisen wie auch Ess- und Trinkgewohnheiten werden bereits in der Kindheit fest-



gelegt und beeinflussen unser späteres Leben und damit auch die Gesundheit. Hat sich z. B. ein Kind erst einmal an übersüßte Getränke gewöhnt, ist diese Vorliebe für Süßes später kaum noch abzuwenden. Die Werbung trägt das ihre dazu bei, ungesunde Vorlieben zu schaffen und an Gewohnheiten zu binden. Die zum Teil als „gesund“ angepriesenen Getränke sind oft ernährungsphysiologisch von geringem Wert und tragen zu den mo-

deren Volkskrankheiten unserer Industriegesellschaft (z.B. Karies) bei. Intensiver Aufklärungsarbeit kommt daher nach wie vor eine hohe Bedeutung zu, und zwar nicht nur in Bezug auf die Gesundheits-, sondern auch die Umweltaspekte wie die Abfallvermeidung. Denn häufig sind solche Getränke und Lebensmittel auch aufwändig verpackt. Die als „praktisch“ vermarkteten und Kinder stark ansprechenden Getränkepackchen, -dosen oder Einwegflaschen tragen erheblich zum Abfallaufkommen bei.

Eine gesunde abfallarme Getränkeversorgung organisieren!

Die Getränkeversorgung in der Kita sollte so organisiert werden, dass sie den Gesundheits- und Umweltaspekten Rechnung trägt. Ungesüßte oder gering gesüßte Früchte- oder Kräutertees, Leitungswasser und Mineralwasser sind gute Durstlöscher und „gesunde“ Alternativen zu zuckerhaltigen Limonaden oder zusätzlich gezuckerten Säften. Daher werden in den meisten Kitas diese Getränke für die Kinder inzwischen bereitgestellt.

Tee wird z.B. je nach Jahreszeit oder Vorlieben der Kinder als kalte oder warme Variante gereicht. Abfall fällt dabei so gut wie nicht an. Mineralwasser sollte selbstverständ-

lich abfallarm in Mehrweg-Flaschen (Pfandflaschen) bezogen werden. Einwegglas kann zwar heutzutage recycelt werden, aber Mehrweg-Flaschen weisen dennoch eine positivere Umweltbilanz auf, denn eine Getränkemehrweg-Flasche kann bis zu 40-mal wiederbefüllt werden und ersetzt folglich 40 Einwegflaschen. Zudem verfügen die meisten Kitas nicht über eigene Entsorgungscontainer für Altglas, so dass anfallende Glasabfälle teuer über den Restmüll entsorgt werden. Soda-Wasserbereiter erfreuen sich immer größerer Beliebtheit. Bei den Soda-Geräten wird Leitungswasser mit Kohlendioxid versetzt. Der regelmäßige Austausch der Patronen muss dabei organisiert werden. Die Anschaffung eines Soda-Wasserbereiters (ca. 50 €) kann eventuell über die Elternschaft oder Einnahmen aus Basar-Aktivitäten finanziert werden.

Die Qualität des Berliner Leitungswassers ist allgemein gut und wird regelmäßig kontrolliert. Bleihaltige Wasserleitungen gibt es unseres Erachtens in keiner Berliner Kita





mehr. Haben Sie diesbezüglich jedoch Bedenken, so kann Ihnen hierüber in der Regel die zuständige Gebäudeverwaltung Auskunft geben.

Obstsäfte sind mit Bedacht auszuwählen. Hier wird oft auf den Verpackungen Qualität vorgegaukelt, die keine ist. Zudem sollte der Abfallaspekt mit einbezogen werden. Zur Abfallvermeidung ist es angeraten, die Obstsäfte in Mehrweg-Flaschen zu beziehen.

Auch Eltern müssen dazulernen!

In den Kitas stehen i.d.R. ausreichend Getränke für die Kinder bereit. Trotzdem befinden sich oft Einweg-Getränkedosen und -Verpackungen in den Taschen der Kinder, die dann als Abfall über die Kita entsorgt werden müssen. Gleiches gilt dabei für Verpackungsabfälle anderer mitgebrachter Lebensmittel. Daher, tun Sie es den fortschrittlichen Grundschulen gleich! Wenn es denn sein muss (z.B. für Ausflüge), dann geben Sie den Kindern die Verpflegung bitte ohne Verpackung in Getränkeflaschen

und Brotdosen mit! Machen Sie den Eltern bereits bei Aufnahme des Kindes in der Kita klar, dass Trinkpäckchen, Dosen und andere einwegverpackte Lebensmittel nicht in die Kita mitgebracht werden sollen. Verlangen Sie die Verwendung von Mehrwegpausenbrot- und -trinkbehältern und verankern sie dies als Pflicht in der Kita-Ordnung. Mit diesen Mehrweg-Behältern sind die Kinder dann auch gleich gut gerüstet für ihren späteren Schulstart, denn auch dort ist ganz klar: „Ohne Mehrweg läuft nichts mehr.“

Wird diese Regelung missachtet oder ignoriert, dann geben Sie den Kindern ihre Verpackungen einfach wieder mit nach Hause und sprechen Sie das Problem auf Elternabend an. Vielleicht fehlt den Eltern nur die nötige Information, um zu verstehen, warum diese Regelung in der Kita gilt.

Tipps zum Einkauf und zur Verwendung der Mehrweg-Behälter

Die Brotdosen müssen bruchfest und leicht sein (z.B. aus Polypropylen oder Polystyrol). Selbstverständlich sollten die Brotdosen nur unverpackte Lebensmittel enthalten; Folien und andere Verpackungen haben darin nichts zu suchen.

Zum Mitführen von Tee oder Saft eignen sich besonders Trinkflaschen aus Leichtmetall (z.B. Aluminium). Diese sind zwar etwas teurer als andere Mehrwegtrinkflaschen, aber in der Regel leicht, dicht, unzerbrechlich und geschmacksneutral, während bei einigen Kunststoffflaschen manchmal Geschmacksveränderungen auftreten können. Mehrweg-Glasflaschen erfüllen natürlich auch ihren Zweck, können aber leichter zerbrechen und sind recht schwer. Mittlerweile bieten verschiedene Hersteller Isolier- und Schutzhüllen für ihre Produkte an. Sie halten die Getränke auch bei extremen Temperaturen viele Stunden lang warm oder kühl. Vorsicht ist geboten bei kohlenstoffhaltigen Getränken. Nicht alle Trinkflaschen bleiben dauerhaft dicht, wenn gashaltige Getränke eingefüllt werden.

