

## 10. FIT KID-Zertifizierung für die städtischen Kindertagesstätten Wiesbaden

Seit vielen Jahren bieten die 40 Kindertagesstätten der Stadt Wiesbaden eine gesundheitsfördernde und ausgewogene Ernährung auf hohem Niveau nach dem „DGE Qualitätsstandard für die Verpflegung in Kitas“ an. 2021 haben sich die Kitas erneut erfolgreich einem aufwendigen externen Audit durch die DGE gestellt und zum 10. Mal die FIT-KID-Zertifizierung erhalten.



Nach Angaben des Statistischen Bundesamts besuchten 2019 ca. 3,7 Mio. Kinder in Deutschland eine der knapp 57 000 Betreuungseinrichtungen. Die Mehrheit von ihnen verbrachte dort täglich mehr als 7 Stunden und nahm mindestens eine Mahlzeit ein. Damit kommt nicht nur dem Elternhaus, sondern auch den Kitas eine wichtige Rolle bei der Gestaltung der täglichen Ernährung zu. Mit ihrem „DGE-Qua-

litätsstandard für die Verpflegung in Kitas“ bietet die DGE Verantwortlichen in Tageseinrichtungen für Kinder hierzu eine wissenschaftlich fundierte Grundlage und Orientierungshilfe an.

Der DGE-Qualitätsstandard beschreibt die Kriterien für eine optimale, gesundheitsfördernde und nachhaltige Verpflegung und unterstützt bei der Umsetzung eines eigenen Verpflegungskonzepts. Über das Angebot gesundheitsfördernder Mahlzeiten hinaus nimmt er alle AkteurInnen und Rahmenbedingungen in den Blick. Dazu zählen die Qualifikation des eingesetzten Personals, das Management von Schnittstellen, die Umgebung, in der gegessen und getrunken wird, sowie die Kommunikation rund um das Verpflegungsangebot. Wichtig für den Prozess ist, alle AkteurInnen, z. B. Kitaleitung, EssensanbieterInnen, pädagogische und hauswirtschaftliche Fachkräfte sowie Eltern, mit einzubinden. Nur so fördert die Kitaverpflegung nicht nur die Gesundheit der Kleinsten, sondern ermöglicht allen Kindern die Teilnahme an der Verpflegung und berücksichtigt ihre Bedürfnisse sowie ihre Wünsche. Kitas können das Ernährungsverhalten von Anfang an mitprägen und den Kindern

vielfältige Geschmackserlebnisse in einer ansprechenden Essumgebung bieten.

Den städtischen Kindertagesstätten Wiesbaden ist es gelungen, ein gesundheitsförderndes und nachhaltiges Verpflegungsangebot für die Kleinsten umzusetzen. 2011 war die Stadt Wiesbaden einer der ersten Kitaträger, der sich dieser Herausforderung und dem Prozess der Zertifizierung gestellt hat. Alle 40 Einrichtungen haben eine eigene Küche, in der die Speisen täglich aus frischen Zutaten zubereitet werden. So lernen die Kinder vielfältige Lebensmittel und Gerichte kennen, z. B. Rote-Bete-Frischkost oder gedünsteten Lachs im Gemüsebett, und können der Küche direkt ein Feedback geben.

→ [www.fitkid-aktion.de](http://www.fitkid-aktion.de)

### Film ab – für „gesunde“ Kitaverpflegung

Für Interessierte, die sich ein persönliches Bild von der Arbeit in den Kitas machen möchten, hat die Abteilung Kindertagesstätten der Stadt Wiesbaden einen Film zum gesundheitsfördernden Ernährungskonzept der Einrichtungen produziert:

→ <https://du-gehörst-zu-uns.de/video/mir-schmeckts-ein-film-zum-ernaehrungskonzept-der-staedtischen-kitas-wiesbaden/>





## Lebensmittelbezogene Ernährungsempfehlungen in Leichter Sprache

Seit 2018 veröffentlicht die DGE gemeinsam mit Special Olympics Deutschland e. V. ihre lebensmittelbezogenen Ernährungsempfehlungen in Leichter Sprache. Sie vermitteln handlungsorientiertes Ernährungswissen, das Menschen mit geistiger Behinderung und/oder mehrfacher Behinderung oder wenig Deutschkenntnissen befähigt, mitzubestimmen, wenn es um ihre Ernährung geht. Damit will die DGE sie stärker an der eigenen Gesundheitsfürsorge beteiligen.

Angefangen mit den 10 Regeln und dem DGE-Infolyer zum Thema Wasser trinken sind nun auch die Infolyer zu Ballaststoffen, Gemüse und Obst sowie zu Hülsenfrüchten leicht verständlich formuliert. Sie erläutern die Bedeutung für die Ernährung, informieren über die Mengen, die in der täglichen Speiseplanung berücksichtigt werden sollten, und geben Tipps für den Alltag.

→ [www.gesundheit-leicht-verstehen.de/uebersicht-gesundheit/ernaehrung/](http://www.gesundheit-leicht-verstehen.de/uebersicht-gesundheit/ernaehrung/)

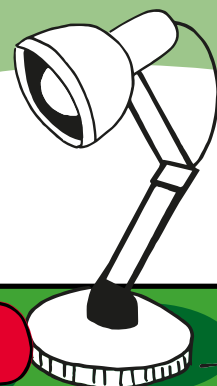
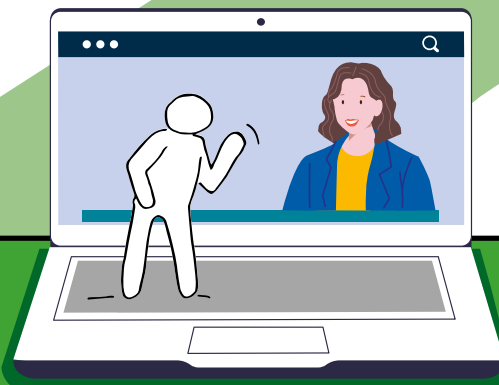
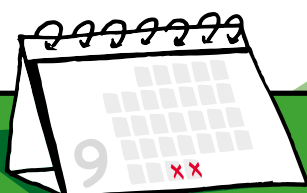
The infolyer cover features the DGE logo on the left and the Special Olympics Deutschland logo on the right. The title 'Hülsen-Früchte' is prominently displayed. Below the title, it lists 'Informationen in Leichter Sprache' and 'Was sind Hülsen-Früchte?'. The text explains that legumes are the seeds of plants, grow in pods, and are often dried and shelled. It also notes that some legumes like green beans and peas are eaten fresh. The page number '1' is visible at the bottom.

Anzeige

Seien Sie dabei!  
digital & interaktiv



5. Bonner Ernährungstage  
am 29. und 30. September 2021



Wissenschaftliches Symposium der DGE, 29.09.2021

5. BZfE-Forum, 30.09.2021