

Jolinchens Reise von der Krümelkiste ins „Gesund-und-lecker-Land“

Eine Eltern-Kind-Aktion im Rahmen des AOK Programms JolinchenKids

Am 04.05.2023 begaben sich 8 Eltern mit 13 Kindern zusammen mit dem Drachenkind Jolinchen auf die Reise ins „Gesund-und-lecker-Land“. Dies war eine Aktion im Rahmen des Programms „JolinchenKids – Fit und gesund in der KiTa“ der AOK Gesundheitskasse, welches im Familienzentrum Krümelkiste auf dem Bernberg durchgeführt wird.

Die spannenden Geschichten des fröhlichen und sportlichen Drachenkindes Jolinchen haben die Kinder der Krümelkiste bereits in den „Fitmach-Dschungel“ (Bewegung) und auf die „Insel Fühl-mich-gut“ (Wohlbefinden) geführt.

Nun ging es also gemeinsam mit Eltern ins „Gesund-und-lecker-Land“. Zu Beginn erarbeitete Corinna Zielke von der AOK 45 Minuten lang mit den Eltern alleine das Thema gesunde Ernährung. Danach ging es gemeinsam mit den Kindern an die Schneidbretter, denn nun wurden mit viel Spaß und Kreativität gesunde Snacks hergestellt. Nach all dem Schnibbeln, Rühren und Dekorieren gab es am Schluss für alle Brotgesichter, Regenbogenfischbrote und Hexen-Tee. Damit ging für Alle ein wunderschöner Nachmittag zu Ende.

