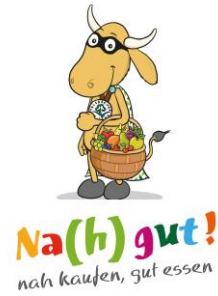


Projekt „Na(h) gut! – nah kaufen, gut essen“

Gesunde Ernährung mit regionalen Produkten

Kindergartenjahr 2026/27

Liebe Eltern,



Kinder auf ihrem Weg ins Leben zu begleiten, ist eine schöne und wichtige Aufgabe. Das Projekt „Na(h) gut! – nah kaufen, gut essen“ möchte Kinder dabei unterstützen, gesund aufzuwachsen, neugierig zu bleiben und ein gutes Gefühl für ihren Körper und ihre Ernährung zu entwickeln.

Eine ausgewogene Ernährung mit frischen, möglichst regionalen, saisonalen und biologischen Lebensmitteln leistet dazu einen wichtigen Beitrag. Kinder lernen dabei besonders nachhaltig, wenn sie selbst entdecken, ausprobieren und mit allen Sinnen erfahren dürfen.

Genau hier setzt unser Projekt an: Die Kinder lernen verschiedene Lebensmittel kennen, entdecken neue Geschmäcker und erfahren, wie vielfältig und lecker eine ausgewogene Ernährung sein kann. Gemeinsam mit Ernährungsfachkräften sowie Landwirtinnen und Landwirten aus der Region entdecken sie, wo unsere Lebensmittel herkommen und wie der Weg vom Lebensmittel bis auf den Teller aussieht. Dabei entwickeln sie spielerisch ein Bewusstsein für ihre eigenen Essentscheidungen und einen wertschätzenden Umgang mit Lebensmitteln.

Der Kindergarten Ihres Sohnes/Ihrer Tochter nimmt am Projekt teil. In diesem Jahr starten wir mit zwei besonderen **Geschmacksschulungen**, bei denen die Kinder Lebensmittel mit allen Sinnen entdecken. Im kommenden Jahr folgt ein **Besuch bei einem Landwirt** oder in einem lebensmittelverarbeitenden Betrieb.

Oft sind es gerade die kleinen Erlebnisse – ein neuer Geschmack, ein selbst entdecktes Lieblingslebensmittel oder das gemeinsame Zubereiten eines Gerichts –, die nachhaltig in Erinnerung bleiben und eine positive Beziehung zu Lebensmitteln und zum Essen fördern.

Wichtig: Sollte Ihr Kind an einer Nahrungsmittelallergie oder -unverträglichkeit leiden und noch nicht selbst sicher entscheiden können, was es essen darf, informieren Sie bitte vor den jeweiligen Terminen die Gruppenleitung. So kann Ihr Kind bestmöglich unterstützt werden.

Machen Sie gerne mit und begleiten Sie Ihr Kind auf dieser Entdeckungsreise! Sie sind im Alltag ein wichtiges Vorbild und können gemeinsam mit Ihrem Kind entdecken, wie viel Freude, Genuss und Vielfalt in gesunder Ernährung stecken.

Weitere Informationen und Neuigkeiten zum Projekt finden Sie auf unserer Internetseite:
<https://www.wittelsbacherland-verein.de/direktvermarktung/nah-gut/>

Für Fragen oder Anregungen stehen wir Ihnen selbstverständlich gerne zur Verfügung.

Wir wünschen Ihrem Kind viel Freude im Projekt – **und noch mehr Freude beim Essen!**

Herzliche Grüße

Ihre Projektmanagerinnen

Judith Heckmaier

Dipl.- Oecotrophologin &
Ernährungspsychologin

heckmaier.judith@gmx.de

Barbara Straub

Fachfrau für Ernährungs-
und Gewichtsmanagement (IHK)

barbara.straub@onlinehome.de
0821/ 60 66 05

