

So macht Gärtnern Kindern Spaß

Wie Minis spielerisch zu Fans von Gemüse und Obst werden, zeigt das Projekt „GartenKinder“

Hier säen die Nachwuchsgärtnerinnen Kürbis



LandFrau Elisabeth Hoppe mit „GartenKindern“ aus dem „Regenbogen-Kindergarten“ in Buchholz

Wachsen Tomaten auf Bäumen? Wie kommen Erbsen in die Schote? Das „GartenKinder“-Projekt der Stiftung „Besser essen. Besser leben“ lässt Kindergarten-Kinder selbst Gemüse anbauen. Mit Hilfe von Expertinnen des Deutschen Landfrauenverbandes legen die Kleinen Beete an, säen Erbsen, Wurzeln, Tomaten, pflegen, ernten und erfahren, wie lecker auch Rohkost schmeckt. Schon 500 Kindergärten machen mit (Info: www.besseressen-besser-leben.org).

Wie Eltern auch zu Haus Kindern gesundes Essen spielerisch und mit Freude schmackhaft machen können, sagt Diplom-Ökotrophologin und „LandFrau“ Elisabeth Hoppe aus Buchholz: **■ Zusammen starten** Holen Sie gemeinsam im Garten-centner Erde und Tütensamen. Star ten Sie mit Schnellkeimendem wie Kresse oder Erbsen – so lässt der Erfolg nicht auf sich warten. **■ Anzucht** Unterstützen

Sie Ihr Kind, aber lassen Sie es „machen“: Erde in Topf, Pflanzkasten füllen, säen. **■ Hege & Pflege** Auch gießen und düngen ist nun Sache Ihres Kindes. Beobachten Sie gemeinsam, wie alles wächst und gedeiht. **■ Ernte** Jetzt wird's spannend für den Nachwuchsgärtner, zu sehen, dass Erbsen in der Schote heranwachsen und zu spüren, llen, dass z.B. Radieschen ganz schön scharf schmecken können.



Wie schmeckt das wohl? Frühlingslauch, Erbsen und Radieschen werden auf dem Butterbrot zum Gesicht



Einfach schön Neuer Einsatz für Gummibänder



▲ Memoboard – Holzbrett bunt lackieren, rückseitig Bildaufhänger fixieren. Verschiedene Gummibänder übers Brett spannen, Fotos etc. drunterklemmen

◀ Vasenteiler – X-Band (30 g-Dose ca. 4 €, Kaufhaus) aus Naturkautschuk über Vase spannen: Gibt Blüten Halt u. ist toll als Einteilung für verschiedene Blumenarten



DER KLEINE ENGEL Botschaft für die Seele



Guten Morgen
neuer Tag!

Petra Arndt





Trocken durch die Nacht
für einen schönen Morgen.



1 Pampers = 1 trockene Nacht *

Seit 40 Jahren dreht sich bei Pampers alles um Babys. Wir wissen, was Babys brauchen, um gut gelaunt aufzuwachen: Schlaf und eine Windel, die sie trocken hält. Deshalb hat Pampers Baby-Dry die einzigartige Extra-Schicht, die Feuchtigkeit schneller von der Babyhaut aufnimmt. Zusammen mit Pampers Feuchttüchern schützt und pflegt sie die Haut und schenkt Ihrem Baby den Goldenen Schlaf, den es für einen schönen Morgen braucht. Pampers - wir feiern 40 Jahre Liebe, Schlaf und Spiel.

