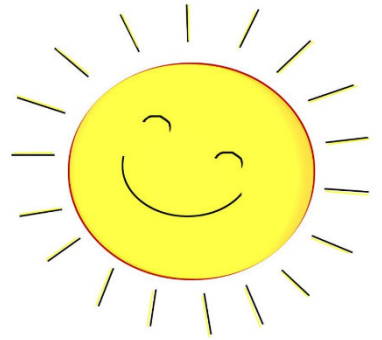


Kindergartenpost



Im Sommer



Die Sommerzeit, die Sommerzeit,
Das ist die Zeit der Lustbarkeit.
Da können wir draußen sein
Und spielen im Sonnenschein
Den ganzen Tag bis zum Abend hinein.

Da können wir im Schatten
Auf grünen Matten
Spazieren, marschieren
Und exerzieren.

(August Heinrich Hoffmann von Fallersleben, 1798-1874)



Wir feiern heute Sommerfest

Text und Musik: Uwe Lal

Refrain

G C

Som - mer - fest, Som - mer - fest, wir fei - ern heu - te
 Som - mer - fest, Som - mer - fest, wir fei - ern heu - te

D

Som - mer - fest und la - den al - le ein, mit
 Som - mer - fest, ein Fest für Klein und Groß, bei

G C 1. G 2. G

uns da - bei zu sein. los. 1. Wie
 uns da ist was

G C

schön, dass ihr ge - kom - men seid zu un - serm gro - ßen Fest. Freut

D C D G

euch mit uns und fei - ert mit, dann wird das Fest ein Hit.

Sommerfest . . .

Sommerfest . . .

2. Wir haben uns schon lang gefreut
 auf diesen schönen Tag.
 Freut euch mit uns und feiert mit,
 dann wird das Fest ein Hit.

3. Wenn unser Lied euch gut gefällt,
 dann klatscht doch mal dazu.
 Freut euch mit uns und feiert mit,
 dann wird das Fest ein Hit.

Zwischentexte (Kinder)

- Schön, dass ihr alle zu unserem Fest gekommen seid.
- Wir haben viel vorbereitet, damit es euch bei uns gefällt.
- Und natürlich haben wir uns heute so richtig fein gemacht.
- (Bei einem Fest zieht eben jeder etwas ganz Schickes)



Ausmalbild



Bastelanregungen
mit Eisstielen





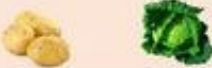
















Viel Spaß beim
Ausprobieren!



Mischkultur

Welche Pflanznachbarn passen zueinander?

Pflanze	Gute Nachbarn	Schlechte Nachbarn
Spinat 	Erdbeeren, Bohnen, Erbsen 	Keine schlechten Nachbarn
Tomaten 	Basilikum, Petersilie, Schnittlauch, Zwiebeln, Karotten 	Kartoffeln, Kohl 
Ringelblume 	Tomaten 	Keine schlechten Nachbarn; vertreibt Schädlinge
Beinwell 	Kann überall im Garten gepflanzt werden	Die Blätter können als Dünger verwendet werden
Chili 	Kohl, Mais 	Vertreibt fliegende Schädlinge
Tagetes 	Kann überall im Garten gepflanzt werden	Aus den Blättern kann ein organisches Insektenspray gewonnen werden
Kapuzinerkresse 	Tomaten 	Vertreibt weiße Fliegen und Spinnmilben
Thymian 	Kohl 	Vertreibt den Kohlwurm
Rosmarin 	Karotten, Kohl, Bohnen, Erbsen 	Vertreibt die Kohlmotte, den Bohnenkäfer und die Möhrenfliege
Wermut 	Kann überall im Garten gepflanzt werden	Vertreibt weiße Fliegen und hält Tiere fern
Schafgarbe 	Kann überall im Garten gepflanzt werden	Neben aromatischen Kräutern fördert Schafgarbe die Produktion von Öl

Finde die 10 Unterschiede

Trouve 10 différences sur le deuxième dessin. Entoure-les puis colorie le premier dessin.



Sonnenschutz ist wichtig!



Vielen Dank an Frau Dr. Hohertz für den Besuch bei den Blumenzwergen und den gelungenen Kindervortrag zum Thema Sonnenschutz! Die Kinder haben gut aufgepasst und sich sehr über die Sonnenhüte und die Sonnenschutzcreme gefreut.



Sonnenschutz-Regeln!

Regel Nr. 1: Starke Sonne meiden!

Zur Mittagszeit, wenn die Sonne am höchsten steht, ist die UV-Strahlung deutlich intensiver als vor- und nachmittags. Richten Sie sich bei Aktivitäten im Freien nach dem UV-Index (UVI) und schützen Sie Ihre Kinder entsprechend. Den UVI für Ihre Region erfahren Sie beispielsweise über den Wetterbericht, Wetter-Onlinedienste, unter www.bfs.de/uv-index oder www.uv-index.de.

Beachten Sie, dass Schnee, Sand und Wasser die UV-Strahlung reflektieren und damit verstärken, so dass die UV-Belastung hier höher sein kann, als der UVI angibt.



Regel Nr. 2: Keine pralle Sonne für Säuglinge!

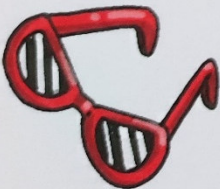
Säuglinge gehören nicht in die pralle Sonne. Suchen Sie mit ihnen einen schattigen Platz auf und ziehen Sie Ihre Kinder sonnengerecht an. Auf Sonnencreme sollte im ersten Lebensjahr verzichtet werden.



Regel Nr. 3: Anziehen!

Den besten und einfachsten Sonnenschutz erreichen Sie mit Kleidung, Kopfbedeckung und Schuhen.

Die Kleidung sollte leicht und weit sein, der Hut Ohren und Nacken schützen und die Schuhe den Fußrücken bedecken. Spezial-Kleidung mit UV-Schutz ist in manchen Fällen empfehlenswert.



Regel Nr. 4: Augen schützen!

Eine Sonnenbrille beugt Augenschäden wie Linsentrübung (Grauer Star) oder Netzhautschäden vor. Brillen mit dem Herstellerhinweis UV 400 filtern zuverlässig die UV-Strahlung. Die Tönung der Gläser sollte braun oder grau sein und die Brille gut am Gesicht anliegen.

Regel Nr. 5: Eincremen!

Cremen Sie alle unbedeckten Körperstellen großzügig mit einer Sonnencreme mit einem hohen Lichtschutzfaktor (LSF) ein. Bei sonnenempfindlicher Haut, im Hochsommer und in südlichen Ländern sollten Sie einen sehr hohen LSF wählen.

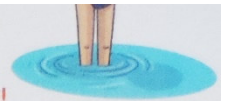
Verwenden Sie eine Sonnencreme mit UV-A- und UV-B-Filter. Cremen Sie sich eine halbe Stunde, bevor Sie in die Sonne gehen, ein. Erneuern Sie den Sonnenschutz mehrmals täglich. Nachcremen erhält nur die Schutzwirkung, aber verlängert sie nicht.



UVA

Regel Nr. 6: Besonderer Schutz beim Baden!

Wasser reflektiert die UV-Strahlung und verstärkt sie dadurch. Ein Sonnenbrand entsteht so viel schneller. Darum bedecken Sie Schultern, Brust und Rücken mit einem T-Shirt oder tragen Sie spezielle UV-Badekleidung. Cremen Sie alle unbedeckten Körperstellen ein. Im Anschluss an das Baden müssen Sie nachcremen, um die Schutzwirkung zu erhalten.



Regel Nr. 7: Vorsicht bei Medikamenten, Kosmetika und Sonne!

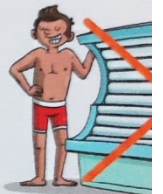
Achten Sie bei Medikamenten auf Nebenwirkungen im Zusammenhang mit Sonnenlicht. Holen Sie sich vorsichtshalber ärztlichen oder pharmazeutischen Rat.



Verwenden Sie keine Kosmetika, Deodorants und Parfüms, wenn Sie in die Sonne gehen. Es besteht die Gefahr bleibender Pigmentstörungen.

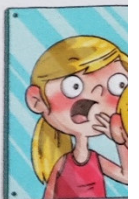
Regel Nr. 8: Nicht ins Solarium gehen!

Solarien zu nutzen, bedeutet eine zusätzliche UV-Belastung. Diese erhöht nachweislich das Hautkrebsrisiko. Sich im Solarium vorzubräunen, ist auch nicht sinnvoll, denn das erhöht den Eigenschutz der Haut nicht nennenswert.



Regel Nr. 9: Schutz für Kinder!

Bei Kindern ist die konsequente Anwendung aller Sonnenschutzregeln ein Muss. Kinder und Jugendliche bis 18 Jahre gehören auf keinen Fall in ein Solarium. Das ist in Deutschland gesetzlich verboten.

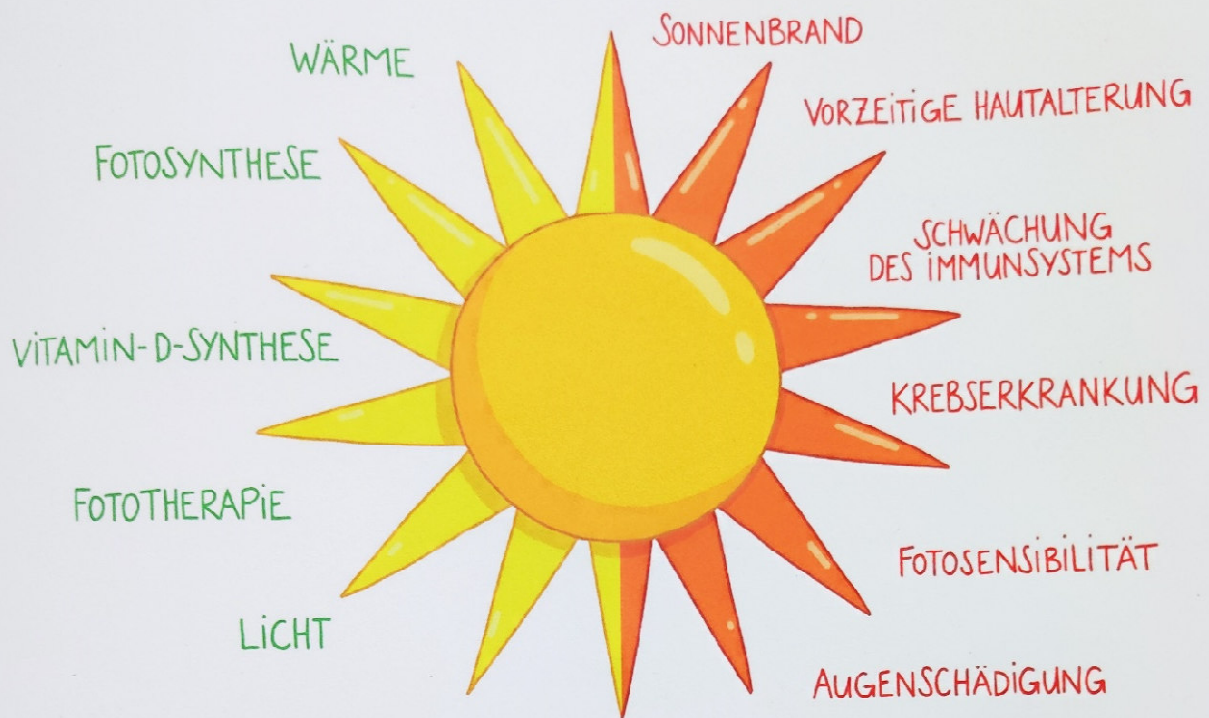


Regel Nr. 10: Vorbild sein!

Gehen Sie mit gutem Beispiel voran, damit sich Ihre Kinder von klein auf an den richtigen Umgang mit der Sonne gewöhnen.



Die zwei Seiten der Sonne



Sonne tut gut

Ohne die Sonne wäre Leben auf der Erde nicht möglich. Ihre Strahlung ermöglicht die Fotosynthese bei Pflanzen, sorgt für Licht und Wärme und fördert unser Wohlbefinden. Zusätzlich ist im Sonnenlicht ultraviolette Strahlung (UV-Strahlung) enthalten, welche wir nicht sehen und auch nicht fühlen. Ein Teil der UV-Strahlung, die UV-B-Strahlung, sorgt dafür, dass in unserem Körper Vitamin D gebildet wird. Vitamin D ist unter anderem für den Knochenaufbau wichtig.

UV-Strahlung kann schaden

UV-Strahlung kann uns Menschen aber auch schaden. Unsere Augen und die Haut sind davon betroffen. Sofort auftretende Schäden sind beispielsweise Hornhaut- und Bindehautentzündungen, Netzhautschäden, die Bräunung der Haut, Sonnenbrand oder eine Sonnenallergie. Zu den Langzeitfolgen zählen unter anderem Augenlinsentrübung (Grauer Star), vorzeitige Hautalterung und schlimmstenfalls Hautkrebs. Außerdem schwächt UV-Strahlung das Immunsystem.

Es ist ganz gleich, ob es sich um natürliche UV-Strahlung von der Sonne oder um künstlich erzeugte UV-Strahlung im Solarium handelt. UV-Strahlung ist krebserregend. Häufige, lang anhaltende und intensive UV-Strahlungen sowie Sonnenbrände erhöhen das Hautkrebsrisiko. Vor allem bei Kindern und Jugendlichen sind Sonnenbrände gefährlich, denn bei ihnen erhöhen schwere Sonnenbrände das Risiko für den schwarzen Hautkrebs um das 2- bis 3-fache.

Hautkrebs nimmt zu

Jedes Jahr erkranken immer mehr Menschen in Deutschland an Hautkrebs. Derzeit geht man von rund 300.000 neuen Fällen pro Jahr aus. Alle 10 bis 15 Jahre verdoppelt sich die Anzahl der Neuerkrankungen. Ein Grund dafür ist, dass man sich unbedacht zu hohen UV-Belastungen aussetzt: im Garten, auf dem Balkon, beim mittäglichen Spaziergang, auf dem Spielplatz, beim Sport, beim Baden, im Kindergarten zur Freispielzeit, in der Schule zur Pausenzeit, bei der Arbeit im Freien oder in Solarien.

Bei circa 90 Prozent der Hautkrebserkrankungen handelt es sich um den sogenannten hellen Hautkrebs. Die restlichen 10 Prozent macht der schwarze Hautkrebs, das maligne Melanom, aus.

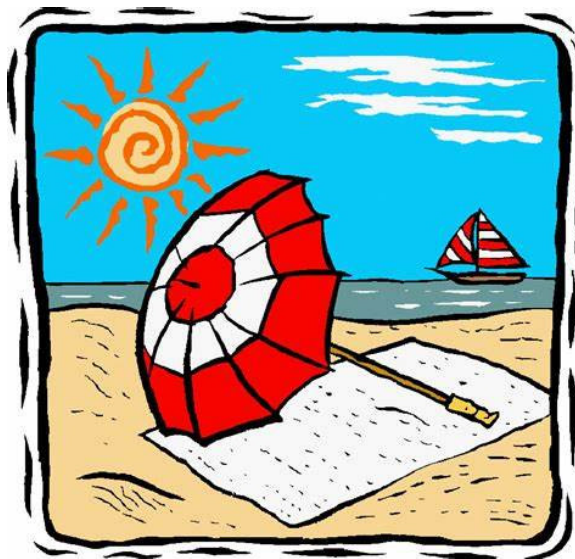
Jedes Jahr sterben in Deutschland knapp 4000 Menschen an Hautkrebs. Helle Hautkrebserkrankungen verlaufen selten tödlich. Schwarzer Hautkrebs dagegen immer, wenn er nicht rechtzeitig erkannt und behandelt wird, da diese Krebsart stark streut.



Schließtage Kita-Jahr 2023 / 2024

Sommerferien 2023:	14.08.23 – 04.09.23
Betriebsausflug:	04.09.2023
Erste-Hilfe-Kurs:	13.10.2023
Weihnachten 2023/24:	25.12.23 – 05.01.24
Faschingsdienstag:	13.02.2024 Kita ab 12.00 Uhr geschlossen
Pfingstferien:	27.05.24 - 31.05.2024
Sommerferien 2024:	05.08.2024 – 27.08.2024
Betriebsausflug:	26.08.24
Planungstag:	27.08.24
Teamfortbildung:	noch unbekannt

Änderungen vorbehalten!



Wattekuchen



Zutaten für 4 Portionen

3	Tasse	Mehl (etwa 300 g)
2	Tasse	Zucker (etwa 300 g)
1	Tasse	Öl (etwa 150 g)
1	Tasse	Mineralwasser (etwa 150 g)
4	Stk	Eier
1	Pk	Backpulver

Zutaten für den Belag

1	Pk	Vanillepudding
500	ml	Milch
100	g	Zucker
100	g	Kokosraspeln
100	g	Butter
1	EL	Zucker

Rezept Zubereitung

- 1 Zuerst den Ofen auf 175 °C Ober-/Unterhitze vorheizen und ein Backblech mit Backpapier belegen.
- 2 Für den Kuchenteig zuerst das Mehl, den Zucker, das Öl, das Mineralwasser, die Eier und das Backpulver in eine Schüssel geben und mit einem Handrührgerät zu einem Teig verrühren.
- 3 Den Teig auf das vorbereitete Blech geben und glatt streichen. Anschließend im heißen Backofen auf der mittleren Schiene etwa 20 Minuten backen. Danach herausnehmen und lauwarm abkühlen lassen.
- 4 Währenddessen das Puddingpulver mit 6 EL von der Milch glatt rühren. Die restliche Milch mit 1 EL Zucker in einem Topf zum Kochen bringen.
- 5 Den Topf vom Herd nehmen, das angerührte Puddingpulver einrühren und zurück auf den Herd stellen. Noch einmal kurz aufkochen lassen und auf dem noch leicht warmen Kuchenteig verstreichen.
- 6 Für den leckeren Abschluss und die letzte Schicht vom **Wattekuchen** die Butter mit dem Zucker und den Kokosraspeln in einen kleinen Topf geben und erhitzen.
- 7 Unter ständigem Rühren die Butter und Zucker zergehen lassen und die Masse anschließend auf den noch etwas warmen Pudding streichen. Danach auskühlen lassen, in Stücke schneiden und genießen.

Tipps zum Rezept

Bei den Zutaten geht die Tassenangabe von normalen Kaffeetassen mit einem Fassungsvermögen von etwa 125-150 ml aus.

Kein Problem, wenn dann doch kein Vanillepuddingpulver mehr im Haus ist. So einfach lässt sich ein [Vanillepudding selber machen](#).

Dieses Rezept funktioniert natürlich auch mit Schokoladenpudding. Zusätzlich können noch 2-3 EL Schokostreusel oder auch Backkakao in den Teig gemischt werden und Schoko-Fans sind glücklich.

Den Wattekuchen finden auch Kinder super. Besonders dann, wenn seine Puddingschicht - statt mit Kokosraspeln - mit Mustern aus bunten Schokolinsen verziert wird.

Das Lied von der Raupe Nimmersatt

Stephen Janetzko

Ref.: Kleine Raupe Nimmersatt
Frisst sich durch ein grünes Blatt
Ist geschlüpft aus einem Ei
Raupe, komm herbei!

1) Doch am Montag, Montag, Montag
weil sie großen Hunger hat
frisst sie sich durch einen Apfel
und ist immer noch nicht satt
und ist immer noch nicht satt

2) Doch am Dienstag, Dienstag, Dienstag
weil sie großen Hunger hat
frisst sie sich dann durch zwei Birnen
und ist immer noch nicht satt
und ist immer noch nicht satt

3) Doch am Mittwoch, Mittwoch, Mittwoch
weil sie großen Hunger hat
frisst sie sich dann durch drei Pflaumen
und ist immer noch nicht satt
und ist immer noch nicht satt

4) Doch am Donnerstag, Donnerstag, Donnerstag
weil sie großen Hunger hat
frisst sie sich dann durch vier Erdbeeren
und ist immer noch nicht satt
und ist immer noch nicht satt

5) Doch am Freitag, Freitag, Freitag
weil sie großen Hunger hat
frisst sie sich durch fünf Orangen
und ist immer noch nicht satt
und ist immer noch nicht satt



6) Doch am Samstag, Samstag, Samstag
weil sie großen Hunger hat
frisst sie sich durch Schokoladenkuchen,
Eiswaffel, saure Gurke, Scheibe Käse,
ein Stück Wurst, einen Lolli,
Früchtebrot, Würstchen, Törtchen, Melone
und am Abend ist ihr schlecht
und am Abend ist ihr schlecht

7) Doch am Sonntag, Sonntag, Sonntag
ist ihr gar nicht gut zumut'
frisst sich durch ein grünes Blättchen
Endlich geht's ihr wieder gut
endlich geht's ihr wieder gut

8) Und zwei Wochen, Wochen, Wochen
bleibt sie dann in dem Kokon
Endlich frisst sie sich nach draußen
fliegt als Schmetterling davon
fliegt als Schmetterling davon



Schöne Ferien!

**Wir sind wieder für Sie da ab dem
05.September.2023**