

# Mein nachhaltiger Kita-Garten



## Das Projekt

Als Beitrag für eine nachhaltige und gesunde Ernährung haben Kindergärten aus Nordrhein-Westfalen und der Erongoregion Namibias Selbstversorgergärten in ihren Einrichtungen angelegt.



## Mission

So engagieren sie sich gemeinsam für eine lebenswerte, nachhaltige Zukunft.



## Die Umsetzung

Wir stellen Kitas aus NRW vor, die mit ihren Gartenprojekten zeigen, wie Selbstwirksamkeit und Freude am Tun mit nachhaltiger Ernährung einhergehen. Mitgemacht haben:

- FABIDO Kitas Dortmund: Am Grenzgraben; Bornstraße; Gürtlerstraße; Hugo-Sickmann; Nautilus Ligusterweg; Olpketal; Speckstraße; Steiermarkstraße; Uhlandstraße
- Kath. Kita St. Winifried, Essen
- Städt. Kita Opderhüh, Solingen

## Die Partner-Kitas in Namibia

Die ursprünglich am Austausch beteiligten namibischen Kitas konnten aufgrund von Frostschäden an ihren Gärten keine Exponate schicken. Auch diesen Herausforderungen des Klimawandels soll in der Ausstellung Platz gewidmet werden.

Organisiert vom Förderkreis FaireKITA e.V. (NRW)



www.faire-kita-nrw.de  
Gestaltung: www.meikeitrich.de

In Kooperation mit  
The Sustainable House  
Foundation (Namibia)



Mit freundlicher Unterstützung der



# Mein nachhaltiger Kita-Garten



## Ernährung

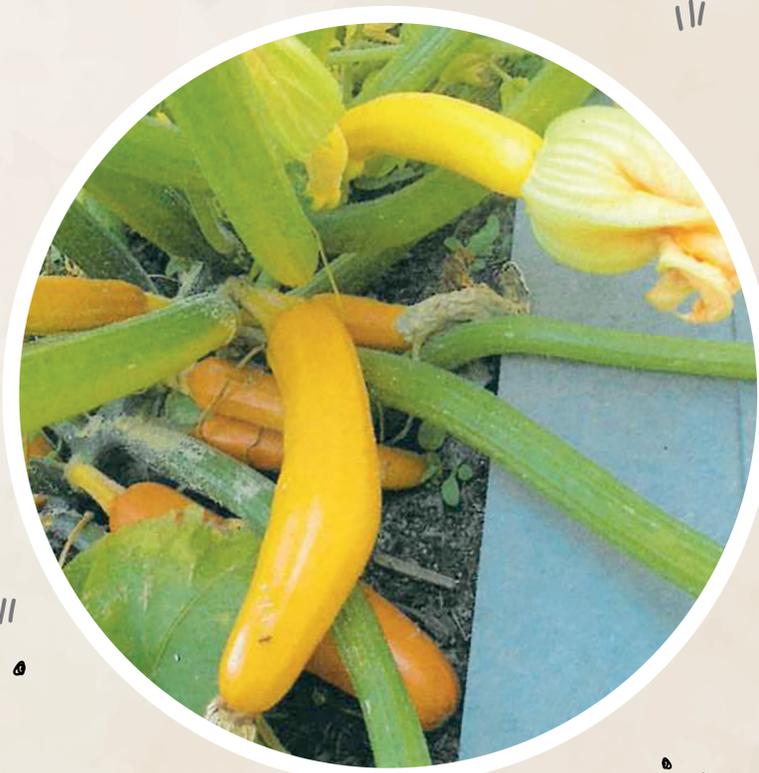
Die Gesundheit der Menschen hängt eng mit der Gesundheit der Ökosysteme zusammen. Studien zeigen die ökologischen Folgen des modernen Ernährungssystems.

Vier von neun planetaren Grenzen sind durch den Einfluss des Menschen bereits überschritten. Das Klima, die Biodiversität, Landnutzungsflächen sowie die Stickstoff- und Phosphorkreisläufe werden massiv geschädigt oder sind „aus der Balance“. Das industrielle Ernährungssystem ist maßgeblich daran beteiligt: Die Weltmeere drohen



durch Nitrate zu versauern, der Stickstoffeintrag in Gewässern hat sich seit der Herstellung von chemischen Düngemitteln verzehnfacht, etwa 25% der Emissionen von klimaschädlichen Gasen in Europa gehen auf das Konto der Lebensmittelerzeugung.

Ein Fortschreiten des Insektensterbens durch Agrargifte und fehlende Nahrungsquellen führt zu Ernteeinbußen.



Organisiert vom Förderkreis FaireKITA e.V. (NRW)



www.faire-kita-nrw.de  
Gestaltung: www.meikecitrich.de

In Kooperation mit  
The Sustainable House  
Foundation (Namibia)



Mit freundlicher Unterstützung der





# Mein nachhaltiger Kita-Garten



## Nachhaltige Ernährung

„Nachhaltige Ernährungskonzepte schützen und respektieren die biologische Vielfalt und die Ökosysteme, sie sind kulturell angepasst, verfügbar, ökonomisch gerecht und bezahlbar, ernährungsphysiologisch angemessen, sicher und gesund, und verbessern gleichzeitig die natürlichen und menschlichen Lebensgrundlagen.“

Neben dringend notwendigen Veränderungen auf politischer und ökonomischer Ebene ist die Zivilgesellschaft ein wichtiger Akteur für nachhaltige Ernährungskonzepte.

Viele Menschen suchen nach Alternativen zu unserem Ernährungssystem, das in großem Maßstab gleichförmige und anonyme Massenprodukte herstellt, die hoch verarbeitet, aufwendig verpackt und weit transportiert werden.

Auf allen Stufen der Lebensmittelkette entstehen nachhaltige Ernährungsinitiativen. In Urban Gardening-Projekten und Selbsterntegärten, Erzeuger-Verbraucher-Gemeinschaften, Solidarischen Landwirtschaften und regionalen Netzwerken ist der Tatendrang spürbar, sich an der Lösung gesellschaftlicher Probleme zu beteiligen.

**Auch viele Kitas in NRW haben inzwischen eigene Gärten, mit denen Kinder lernen können, sich gesund und nachhaltig zu ernähren.**



## Nachhaltige Ernährungssicherung in Namibia



Der globale Temperaturanstieg wird in Namibia, einem der trockensten Länder der Erde voraussichtlich große Auswirkungen auf die Agrarwirtschaft haben.

„Frische landwirtschaftliche Lebensmittel sind bereits aktuell fast unbezahlbar. Umso wichtiger ist es, die Menschen auf einen nachhaltigen Anbau gesunder Agrarprodukte sowie den Schutz der Ressourcen vorzubereiten“ J. Geisler, The Sustainable House Foundation. Die Nichtregierungsorganisation The Sustainable House Foundation bietet in der Erongoregion Namibias mit dem gemeinsamen Anlegen von Selbstversorgergärten in Kitas, Schulen und Dorfgemeinschaften eine praktische Möglichkeit an, eine nachhaltige Ernährungssicherung selbst „in die Hand zu nehmen“.



Organisiert vom  
Förderkreis FaireKITA e.V. (NRW)



www.faire-kita-nrw.de  
Gestaltung: www.meikecitrich.de

In Kooperation mit  
The Sustainable House  
Foundation (Namibia)



Mit freundlicher Unterstützung der





„Erdbeerenpflanze“

JOHANNA B

# Mein nachhaltiger Kita-Garten



## Warum wir einen Garten haben!

„Wir haben einen Kita Garten, damit die Kinder die Veränderungen in der Natur jahreszeitlich beobachten können.“

Sie erleben wie aus Knospen Blätter werden, die Laubblätter sich in den verschiedenen Jahreszeiten sich verfärben um anschließend vom Baum zu fallen.



## „Wir übernehmen Verantwortung für etwas“

Die Kinder werden auch an der Pflege beteiligt zum Beispiel das Gießen ist ein fester Bestandteil im Alltag. Die Kinder bekommen somit die Entwicklung der Gemüsesorten und Obstsorten mit und erfahren wie ein Teil ihrer Lebensmittel entstehen.“

## „Die Natur mit allen Sinnen erleben und begreifen“



## „Vom Samen bis zur Pflanze - Wachstum beobachten macht Freude“

Sie können beobachten wie aus Blüten am Baum, Knospen werden und daraus sich Obst entwickelt. Die Kinder können aktiv im Garten mit arbeiten und wachstums-Prozesse beobachten, in dem sie in den Hochbeeten Aufzuchterde füllen und anschließend z. B. Möhrensamen oder Tomatenpflanzen und Kartoffeln einpflanzen.



## „Vom Samen bis zur Pflanze - Wachstum beobachten macht Freude“



Organisiert vom  
Förderkreis FaireKITA e.V. (NRW)



www.faire-kita-nrw.de  
Gestaltung: www.meikeitrich.de

In Kooperation mit  
The Sustainable House  
Foundation (Namibia)



Mit freundlicher Unterstützung der

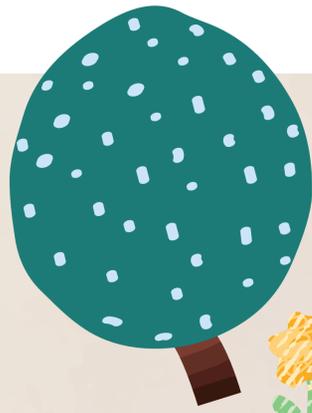




"Apfelbaum"

ANIKA

# Mein nachhaltiger Kita-Garten



## Was mag ich an unserem Garten?

„Dass wir Gemüse einpflanzen können  
und dann essen können und die Küche  
kann daraus Mittagessen machen!“



### „mithelfen“

„An unserem Garten finde ich gut,  
daß ich eine Pflanze gepflanzt habe.“

Samy



### „Ich finde Löwenzahn gut“

„Ich liebe Kirschen. Die schmecken  
ganz süß. Wir haben im Kindergarten  
einen ganz großen Kirschbaum.“

Marit, 4 Jahre

### „Dass die Tiere essen haben“

„Ich mag meine Blaubeerpflanze,  
die hat blaue Blätter“

Samy



### „Die Blumen sind bunt“

„Ich mag Lavendel, weil der so gut duf-  
tet.“

### „Die Blumen und die Johannisbeeren!“



### „Ich liebe rote Rosen“

Moh



Organisiert vom  
Förderkreis FaireKITA e.V. (NRW)



www.faire-kita-nrw.de  
Gestaltung: www.meikecitrich.de

In Kooperation mit  
The Sustainable House  
Foundation (Namibia)



Mit freundlicher Unterstützung der





# Mein nachhaltiger Kita-Garten



## Was mache ich im Garten?



### „pflanzen“

„Ich hab' geholfen die Kohlrabi einzupflanzen. Die sind schon riesig.“

Khais, 6 Jahre



### „graben“

„Ich buddel ganz tief, damit ich die Pflanzen darein machen kann.“

Kaan, 3 Jahre



### „gießen“

„Wir haben im Kindergarten einen Gießdienst. Jede Woche kümmert sich eine andere Gruppe um unsere Hochbeete und Blumentöpfe.“

Basse, 6 Jahre



### „ernten“

„Pflanzen brauchen Wasser, Erde und Sonne, damit sie leben“

Samy

„Ich habe mit der Gießkanne unsere Sonnenblumen gegossen.“

Moritz, 5 Jahre



### „Beete bauen“



### „mithelfen“

„Wir haben eine Hecke für Bienen gebaut. Damit die Nektar von den Blumen essen können und ein Zuhause haben.“

Mandy, 6 Jahre



Organisiert vom Förderkreis FaireKITA e.V. (NRW)



www.faire-kita-nrw.de  
Gestaltung: www.meikeitrich.de

In Kooperation mit  
The Sustainable House  
Foundation (Namibia)



Mit freundlicher Unterstützung der

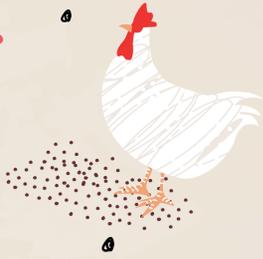


# Mein nachhaltiger Kita-Garten



## Tiere im Kita-Garten!

### „Schmetterlinge“



### „Bienen“

„Im Garten gibt es Bienen, Hummeln und Schmetterlinge. Die fliegen von Blume zu Blume.“

Zeynep, 4 Jahre

### „Raupen“

„Ich habe schon Raupen im Garten gesehen, die werden zu Schmetterlingen.“

Helena, 6 Jahre



„Bei uns gibt es Marienkäfer, Bienen, Fliegen und Schmetterlinge“

### „Schnecken“

„Meine Oma hat Schnecken im Garten.“

Carolin, 3 Jahre

### „Ameisen“

### „Vögel“



### „Eichhörnchen“

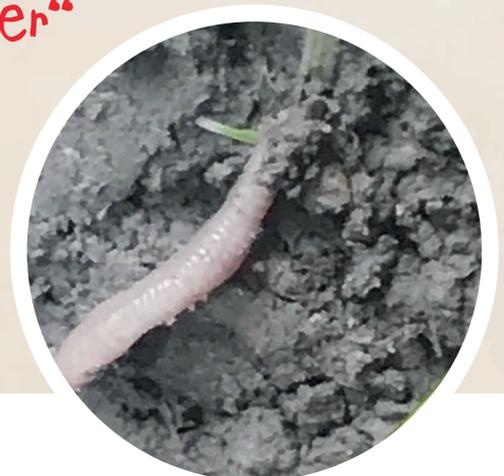
„Eichhörnchen, Spinnen, Fliegen, Ameisen und Schmetterlinge.“

Gibt es Tiere in eurem Garten?  
„Ja, Vögel die landen auf den Boden!“



### „Regenwürmer“

„Regenwürmer essen wir nicht!“



Organisiert vom Förderkreis FaireKITA e.V. (NRW)



www.faire-kita-nrw.de  
Gestaltung: www.meikecitrich.de

In Kooperation mit  
The Sustainable House  
Foundation (Namibia)



Mit freundlicher Unterstützung der





# Mein nachhaltiger Kita-Garten



## Kann ich meine Lieblingspflanze essen?

„Ja Gurkensoße backen denke ich vielleicht, oder mit Hähnchen, da kann man die Gurke in den Salat rein machen, den mag ich essen!“

„Salat“



### Rezept - Salat mit Hähnchen

Gurke, Hähnchenbrust, Salat, Dressing, Salz, Pfeffer, Olivenöl, Zitrone, Joghurt

#### Zubereitung

Hähnchen würzen mit Salz und Pfeffer würzen, anschließend mit wenig Sonnenblumenöl in der Pfanne anbraten. Salat und Gurke waschen und abtropfen lassen, die Gurke in Scheiben schneiden. In der Zeit, Dressing zubereiten, Zitronensaft, Salz und Joghurt vermengen und auf die Salatblätter mit Gurke geben und verrühren. Zum Schluss die Hähnchenbrust auf den Salat dazu geben.

### „Erdbeermarmelade“



„Ich mag nicht die Stiele und die Blätter, man kann nur die Erdbeere essen, wenn man die Erdbeere klein schneidet und die zerstampft wie eine Kartoffel kann man Marmelade daraus machen!“

„Gemüse“

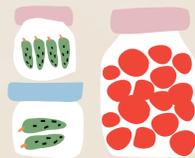
„Aus Tomaten kann man Ketchup machen. So lecker“

Benjamin, 6 Jahre



Kann man deine Pflanze essen? Wenn ja, kocht ihr damit?

„Nein man kann nur die Gurke essen, ich mag die am liebsten in Scheiben!“



„naschen“

„Ich liebe Kirschen. Die schmecken ganz süß. Wir haben im Kindergarten einen ganz großen Kirschbaum.“

Marit, 4 Jahre



„Die Äpfel sind noch grün. Da bekommen wir Bauchschmerzen, wenn wir die essen.“

Amy, 6 Jahre

„Apfelmus“



### Rezept - Erdbeermarmelade

1 kg Erdbeeren, 1 Bio-Zitrone, 500 g Gelierzucker 2:1

#### Zubereitung

Erdbeeren waschen, putzen und in Stücke schneiden. Zitrone heiß waschen, trocken reiben, halbieren und den Saft auspressen. Erdbeeren, Gelierzucker und Zitronensaft in einem Topf mischen und ca. 1 Stunde ziehen lassen. Marmelade aufkochen. Den dabei entstehenden Schaum mit einer Kelle abschöpfen und Erdbeermarmelade 3 – 5 Minuten sprudelnd kochen lassen. Marmelade in saubere, gut verschließbare Gläser füllen. Verschließen und auskühlen lassen. Dunkel und kühl lagern, so bleibt die Erdbeermarmelade ungeöffnet ca. 6 Monate haltbar.

Organisiert vom Förderkreis FaireKITA e.V. (NRW)



www.faire-kita-nrw.de  
Gestaltung: www.meikecitrich.de

In Kooperation mit The Sustainable House Foundation (Namibia)



Mit freundlicher Unterstützung der





# Mein nachhaltiger Kita-Garten

## Die Situation in Namibia



## „Die Realität hat uns eingeholt“



In der zweiten Augushälfte 2022 wurde die Erongoregion Namibias von einem Kälteeinbruch überrascht. Alle Kitas, die an dem gemeinsamen Gartenprojekt des Sustainable House Foundation beteiligt waren verloren ihre Pflanzen an den heftigen Nachtfrost.

„Zehn engagierte Kitas in der Erongoregion Namibias haben mit Unterstützung der Sustainable House Foundation nachhaltige Selbstversorgergärten angelegt. Alle Einrichtungen freuten sich auf den Austausch mit Kitas aus NRW zu ihren spannenden Gartenerfahrungen.“

„August ist eigentlich der Monat in dem es beginnt heiß zu werden aber dieses Jahr war es bitter kalt. Nachts sanken die Temperaturen auf Minus acht Grad. Frost in der Erongoregion ist extrem ungewöhnlich. Es gibt hier mittlerweile Erdbeben, Frost und Hagel. Das große Problem ist, dass kein Haus ein Heizungssystem besitzt. Die Wenigsten haben die Möglichkeit, den Temperaturen mit einem Heizstrahler zu trotzen. In den Blechhäusern gibt es nur die Möglichkeit die Kälte auszuhalten.“

Die meisten Kitas in den „Locations“ der Erongoregion arbeiten mit lediglich einer Erzieherin, die sehr viele Aufgaben zu erledigen hat. So war schnell klar, dass das Sustainable House seine Unterstützung für die Gartenprojekte intensivieren muss, um die Kitas gut unterstützen zu können. Bald fehlten finanzielle Ressourcen für die kontinuierliche Begleitung der Kitas. Und dann kam der Frost und zerstörte alle Gartenpflanzen. Die namibischen Kitas mussten sich neu orientieren und konnten erst einmal keine Gartenerfahrungen schicken.

Wir mussten unsere Bienen zufüttern, weil es zu wenig Nahrung gab, da durch den Frost die Pflanzen abgestorben waren. Unser Wasser in den Leitungen und den Containern war gefroren, teilweise viel die Pumpe im Dorf aus, weil es zu kalt war. Doch wir geben nicht auf. Sobald es wärmer wird, werden wir unsere Gärten neu bepflanzen. Langfristig müssen Staaten und Zivilbevölkerung weltweit all ihre Kraft und Ressourcen in den Klimaschutz investieren, um eine lebenswerte Zukunft zu ermöglichen.“

Jasmin Geisler Sustainable House Foundation, September 2022

Die meisten Kitas werden noch einmal von vorne anfangen und das Sustainable House wirbt um finanzielle Unterstützung für die weitere Begleitung der kleinen namibischen Gärtner\*innen.“

„Gemeinsam werden die Projektstelle FaireKITA und das Sustainable House weitere nachhaltige Projekte planen, um mit einer internationalen Partnerschaft einen Beitrag für Klimaschutz und Zukunftsfähigkeit zu leisten.“

Claudia Pempelforth, Förderkreis FaireKITA e.V., September 2022



Organisiert vom  
Förderkreis FaireKITA e.V. (NRW)



www.faire-kita-nrw.de  
Gestaltung: www.meikecitrich.de

In Kooperation mit  
The Sustainable House  
Foundation (Namibia)



Mit freundlicher Unterstützung der

