



# Heilkräuter in der Kita

Kneipp-Verein Gronau: 12 Kneipp-Gesundheitserzieherinnen bilden sich fort

„Heilkräuter in der Kita“ war kürzlich das Thema einer weiteren Fortbildung, zu der der Arbeitskreis „Gesunde Kitakinder im Kneipp-Verein Gronau“ eingeladen hatte. Zwölf Kneipp-Gesundheitserzieherinnen hatten sich in der Familienbildungsstätte eingefunden, um mit Krankenschwester und Heilkräuterexpertin Gaby Gust das Thema zu besprechen, etwas herzustellen und auszuprobieren.



Die Stars an diesem Tag waren unter anderem Balsame, ätherische Öle und Tees. Diese Fortbildung wurde vom Kneipp-Verein wieder auf Grund der Wünsche der Erzieherinnen organisiert und ist der zweite Baustein in diesem Jahr. Ihr gewünschtes Ziel ist es, in ihrem Kindergartenalltag auf spielerische Weise mehr Wissen mit Heilkräutern zu vermitteln und Anregungen an die Eltern weiterzugeben.

„Mit dieser Fortbildung erhält die Vermittlung der Kneippschen Lehre in den Kitas einen weiteren Qualitätszuwachs und verbessert den Entwicklungsstand der angestrebten ganzheitlichen Gesundheitsbildung“, sagt Kneipp-Vereins-Vorsitzender Bernd Ahlers.

Im ersten Teil der Fortbildung wurden Heilpflanzen zu Auszugsölen und anschließend zu Balsamen verarbeitet. Dabei standen Ringelblume (Blütenköpfe), die eine Wundheilung fördern, Schafgarbe (blühendes Kraut), bei eitrigem und nässenden Wunden, Kamille (Blütenköpfe), bei entzündlicher Haut, sowie Beinwell (Wurzel), welches sich ideal bei Verstauchungen und Gelenkschmerzen

einsetzen lässt, Pate.

„Diese Pflanzen lassen sich wunderbar im Garten integrieren“, erläuterte Gaby Gust. In einem weiteren Teil konnten aus ätherischem Lavendel- bzw. Pfefferminzöl aus dem Sesamöl und Deo-Roller gemacht werden, ein wunderbares Öl gegen Kopfschmerzen, Muskelverspannungen entstehen. Einfach zum Entspannen und Erfrischen kann es ebenfalls gut genutzt werden.

Das Thema „Erste Hilfe bei Verbrennungen mit Ätherischen Ölen und die Zubereitung von verschiedenen Tees“ wie Rosmarin, Lavendel und Thymian rundeten dem Themenkatalog des Tages ab. Mit einer lebhaften Diskussion der Integration in den Kindergartenalltag fand ein erlebnis- und lehrreicher Tag seinen Abschluss.

Kontakt:

Kneipp-Verein Gronau e.V.

Bernd Ahlers

Parkweg 50

48599 Gronau

Telefon 0 25 65 / 35 28

[kneipp-gronau@gmx.de](mailto:kneipp-gronau@gmx.de)

[www.kneippverein-gronau.de](http://www.kneippverein-gronau.de)

