

Elternbrief der Waldgruppen des Augusta-Viktoria-Stifts

WALDHORN ¹¹ 2010



Herbst im Waldkindergarten
Baumpflanzaktion am Wiesenhügel
Erntedankfest
Meeresrauschen und Stadttreiben – Urlaub in Brasilien
... und mehr

Herbst im Waldkindergarten





Baumpflanzaktion am Wiesenhügel

Am 20. 9. 2010 lud der Ortsteilbürgermeister, Herr Plhack, zu einer gemeinsamen Baumpflanzaktion auf dem Wiesengelände oberhalb des Waldkindergartens ein. Vor einem Jahr noch waren Bagger und „Dinos“ am Werk und trugen den Schutt der ehemaligen Plattenbauten ab. Jetzt ist ein grünes parkähnliches Gelände daraus geworden. Herr Plhack und drei weitere Sponsoren spendeten jeweils eine Linde, welche die Kinder aus den Einrichtungen vom Wiesenhügel pflanzen durften. „Unser Baum“ wurde vom Verein MitMenschen e. V. gesponsert.



Die Kinder schafften es fast allein, den Baum einzugraben. Nachdem er angegossen war, tanzten alle gemeinsam um den Baum herum und sangen unser Baumlied. [kme](#)



Erntedankfest

Es ist ein schönes Ritual geworden: Das alljährliche Erntedankfest feiern die Waldkinder mit ihren Familien gemeinsam. In diesem Jahr trafen sich alle am 29. 9. 2010, um die „Geschichte vom dicken Krapfen“ der Vorschulkinder mitzuverfolgen und anschließend ein leckeres Erntedankpicknick zu genießen. ajo



Meeresrauschen und Stadttrubel – Urlaub in Brasilien

Wir sind wieder da von unserer langen Reise auf die andere Seite des Ozeans. Danilo, Damaris, Jackson und Marika sind am 1. Juni nach Salvador da Bahia, der Hauptstadt des brasilianischen Bundesstaates Bahia, ausgezogen, um die Familie von Danilos Papa in Itabuna (etwa 450 km südlich von Salvador) zu besuchen. Sieben Cousins und neun Cousins – für Danilo stellte sich im Nachhinein immer wieder die Frage, wenn wir irgendwo Kinder kennengelernt haben: „Ist das auch mein Cousin?“

Wir haben viele neue Freundschaften geschlossen, alte Freunde besucht, kleine Stranddörfer mit Energie aus der Solarzelle und Wasser aus dem Brunnen kennengelernt, sind mit Regencapes und Sandalen in hüfttiefe Pfützen gefallen, haben Kokoswasser und Zuckerrohrsaft getrunken, haben mit tuckernden Kähnen urwaldähnliche Inseln erkundet, lernten den Nationalpark Chapada Diamantina kennen mit bis zu 350 m hohen Wasserfällen, hörten Geschichten über gefährliche Klapperschlangen, Korallenschlangen und Skorpione, sind mit dem Jeep



Baiana – traditionelle Kleidung

durch unmögliche Wasserlöcher und überschwemmte Brücken gefahren, haben in der Hängematte die Seele baumeln lassen, uns die Nächte im Bus um die Ohren geschlagen und sind nach einer 24-stündigen Rückreise am 19. August wieder in Erfurt eingetrudelt.



Hier bleiben wir!



Chapada Diamantina:
bekannt für Höhlen und Wasserfälle



Stau!



Frühstücken mit Krk
in einem Küstendorf im Süden Bahias

Alte Apfelsorten: verträglich für Allergiker

Pünktlich zur Erntezeit wird vielen Menschen wieder schmerzlich bewusst, nicht in den Genuss eines leckeren und knackigen Apfels kommen zu können. Zu groß ist die Angst vor unangenehmen Juckreiz im Mund, Hals und Ohren und dem Kribbeln auf den Lippen.

Gerade ist man froh, die Zeit der unsichtbar umherfliegenden Pollen überstanden zu haben und endlich die Ruhe vom ewigen Niesen erleben zu können, da tritt die Erkenntnis ins Bewusstsein, nicht nur zur akuten Zeit der fliegenden Pollen allergisch belastet zu sein.

Denn die meisten Gräser oder Baumpollenallergien bringen weitere Kreuzallergien mit sich. So liegt einer Apfelunverträglichkeit häufig eine allergische Reaktion auf Birke, Erle und Hasel zugrunde. Fachleute sprechen an dieser Stelle von einer pollenassoziierten Allergie. Die Ursache liegt in bestimmten Eiweißen, die der Apfel



enthält. Diese ähneln den in Birkenpollen enthaltenem Eiweiß so stark, dass das bereits sensibilisierte Immunsystem sie nicht mehr auseinander halten kann.

Dennoch gibt es Hoffnungen, nicht vollständig auf den Genuss eines Apfels verzichten zu müssen, auch bei einer Birkenpollenallergie. Neue Untersuchungen beweisen es: Die Streuobstäpfel haben deutlich weniger

allergisches Potential als die Supermarktware. Die Wachstumsbedingungen auf Streuobstwiesen erlauben, dass die Bäume langsam zu ihrer natürlichen Höhe von bis zu sechs Metern heranwachsen können, ohne Dünger. Die Äpfel bleiben außerdem bis zur Pflückreife am Baum. Supermarktäpfel werden dagegen unreif geerntet, es folgt eine Unterbrechung des Reifeprozesses während des Transportes und der Lagerung, später wird dieser wieder künstlich in Gang gesetzt. Dieser Vorgang führt zu vermehrten Abwehrerscheinungen bei allergisch reagierenden Menschen.

Neueren Apfelsorten wurde der Bio-Phenolgehalt schlicht wegzüchtet. Dieser Stoff bewirkt, dass ein Apfel nach dem Anschneiden braun wird. Er hat aber außerdem die Wirkung, das Apfelingergen zu inaktivieren, er blockiert die Aufnahme des Proteins, mit dem die Allergiker zu kämpfen haben. Marktsorten wie RubINETTE, Fuji, Golden Delicious, Granny Smith und Jonagold enthalten nur noch wenige Bio-Phenole. Jedoch ist das Wegzüchten dieses Stoffes nicht nur für Allergiker schlecht, sondern auch für den Baum. Je weniger Phenole enthalten sind, umso schwächer werden die Abwehrkräfte des Baumes gegen Pilze und Bakterien.



Heute gibt es in einem Supermarkt kaum mehr als die immer gleichen fünf bis sechs Apfelsorten. Früher kannte ein Kleinbauer noch über 100 Typen und konnte die Früchte voneinander unterscheiden. Heute dagegen sind die marktgängigen Sorten genetisch gesehen reine Inzucht. Mit dem Auftreten eines gefährlichen Virus würde die Apfelproduktion

in wenigen Jahren zusammenbrechen.

Deshalb ist es wichtig, die alten Sorten wieder bekannter zu machen. Nicht nur den Allergikern wird dabei geholfen, auch wird die Vielfalt gefördert und der natürliche Wachstumsprozess gestärkt. Der Reichtum an alten Sorten ist groß, die Mannigfaltigkeit im Geschmack beeindruckt, außerdem lassen sich die „Alten“ lange lagern.

Abschließend sollen noch ein paar wohlklingende Namen der alten Sorten genannt und dazu daran erinnert werden, dass jeder Mensch in seinem Leben mindestens einen Baum pflanzen sollte. Warum also keinen Apfelbaum?

Schöner aus Boskoop, Trierer Weinapfel, Bittenfelder, Rambour, Altländer Pfannkuchen, Roter Eiserapfel, Goldparmäne, Gloster.

ssa

Leckeres für Allergiekinder aus der Weihnachtsbäckerei



Schneeflöckchen *

Zutaten:

- 150 g Margarine (Vitagen)
- 60 g Agavendicksaft
- 2 gestr. TL Vanillepulver
- 180 g Kartoffelstärke
- 100 g Dinkelmehl

*

Zubereitung: Weiches Fett in eine Schüssel geben, Agavendicksaft, Vanillepulver, Kartoffelstärke und $\frac{1}{3}$ der Mehlmenge darauf geben und alles mit dem Handrührgerät auf der höchsten Stufe gut verrühren. Das restliche Dinkelmehl hinzufügen, den Teig durchkneten und kaltstellen. Aus dem Teig kirschgroße Kugeln formen, diese auf ein gefettetes Backblech geben, mit einer gemehlten Gabel leicht breitdrücken und im vorgeheizten Backofen bei 180°C ca. 10–15 Minuten backen.

Weihnachtscookies ❄️

Zutaten:

- 125 g Frischkäse Natur
- 250 g Dinkelmehl
- 3 EL Butter
- 2 EL Ahornsirup
- 1 TL Bourbonvanille
- 1 TL Weinsteinbackpulver
- 1 TL Johannisbrotkernmehl
- 1 Prise Salz

Zubereitung: Frischkäse, Butter, Sirup und Bourbonvanille cremig schlagen. Johannisbrotkernmehl zugeben und mit Mehl, Backpulver und Salz mischen. Einen Teig kneten, diesen dann eine Stunde abgedeckt kühlstellen. Den Herd auf 175°C vorheizen. Den Teig ausrollen und ausstechen. Auf mittlerer Schiene des Backofens ca. 12 Minuten backen.



Schmökertipps



So schön ist das Rattenleben!

Eliot, die Stadtratte, gerät auf abenteuerlichem Wege auf's nie vorher gesehene Land und trifft die Landratte Isabella. Gemeinsam machen sie sich auf den Weg zurück und begegnen allerlei merkwürdigen Gesellen.

Schönes Vorlesebuch ab 5 Jahre, Verlag Beltz & Gelberg Weinheim, 127 Seiten, € 7,95



„Psst, ich weiß was ...“

hört mal zu. War einst ein Riese Timpetu.“ Was diesem im Schlaf widerfährt und wie die geniale Lösung seines Problems aussieht, verrät das wiederaufgelegte Pappbilderbuch aus früheren Zeiten.

Tolle Verse, die die Kinder nach mehrmaligem Vorlesen selber mitsprechen. Ab 3 Jahre, Leipziger Kinderbuchverlag, 12 Seiten, € 4,95



*Allen Kindern und Eltern sowie den
Erziehern des Waldkindergartens eine
besinnliche Adventszeit!*

Termine

Wann?	Was?	Wo?
-------	------	-----

November		
6.11., 9–13 Uhr	Skibasar	Turnhalle hinter der Südschwimmhalle
10.11. (VSK)	Martinimarkt	Domplatz
10.11.	Martini und Geburtstagsfrühstück	Zwergenreich
30.11. (VSK)	Adventsfeier	Jugendhaus am Wiesenhügel

Dezember		
1.12.	Spielzeugtag	
1.12., 19 Uhr	Elternbasteln: Schatzkisten	Zwergenreich
3.12.	Maulwurfshügelfest	Kleines Stift
Achtung, kein Spätdienst im Zwergenreich!		
6.12.	Nikolausgottesdienst	Kaufmannskirche
7.12., 8 Uhr	Plätzchenbacken Eulen	Jugendhaus
8.12., 8 Uhr	Plätzchenbacken Igel	Jugendhaus
15.12.	Weihnachtsfeier	Lutherwiese
Fahrdienste zum Transport der Kinder erwünscht!		
17.12.	Steigertag: Ein Weihnachtsbaum für Tiere	
23.12.	Öffnung des Waldkindergartens nach Bedarf	
27.–31.12.	Schließzeit	