

Pressemitteilung

Was kommt ins Osternest?

Berlin, 10. April 2017 - Kindern zu Ostern etwas zu schenken, bereitet auch Erwachsenen Freude. Denn in vielen Familien ist es Tradition, das Osternest für die Kinder zu verstecken. Doch was soll hinein? „Eltern sollten nicht nur auf Süßigkeiten setzen, sondern ihre Kinder mit kleinen Geschenken zu körperlicher und geistiger Bewegung anregen“, sagt Gabriela Leyh, Landesgeschäftsführerin der BARMER Berlin/Brandenburg.

Geschenke, die zum Bewegen animieren

Der Frühling lockt noch mehr ins Freie, wenn Eltern ihren Kindern draußen anregende oder spielerische Beschäftigung anbieten. Das richtige Ostergeschenk kann dazu beitragen. „Auch im Smartphone-Zeitalter sind Spielzeugautos, Volleybälle, Springseile, Kreide, Federballschläger und vieles mehr für die älteren Kinder keineswegs aus der Mode gekommen und eine nette Idee fürs Osternest“, sagt Leyh.

Malen und basteln trainieren Feinmotorik

Malen macht den meisten Kindern Spaß. Es trainiert ihre feinmotorischen Fähigkeiten, die sie auch zum Schreiben benötigen. Außerdem verarbeiten sie durch das Bildermalen ihre Alltagserlebnisse. Mit Buntstiften, einem ausgefallenen Radiergummi, einem Malblock, oder Bücher mit Bastel- und Rätselaufgaben treffen Eltern meist ins Schwarze.

Keine Abstinenz bei Süßigkeiten

Schon Kinder im Grundschulalter leiden an ernährungsbedingten Krankheiten wie Übergewicht und Karies. Dennoch wäre es falsch, auf Süßigkeiten an Ostern ganz zu verzichten. Wenn der Schokoladenhase fehlt, würde das bei vielen Kindern wohl für Tränen sorgen. Süßigkeiten sollten aber nur einen kleinen Teil des Osternests ausmachen. „Zeit für gemeinsame Familienaktivitäten, kann übrigens auch ein schönes Geschenk sein“, so Leyh. Ob Wildpark, Klettergarten oder Erlebnisbad, es gebe viele Ausflugsziele in Berlin und Brandenburg, die Familien an den Osterfeiertagen ansteuern könnten.

Landesvertretung
Berlin
Brandenburg

Axel-Springer-Straße 44
10969 Berlin

www.barmer.de/p006131
www.twitter.com/BARMER_BB

Markus Heckmann
Tel.: 0800 332060 44 4006
markus.heckmann@barmer.de