



Drinken peuters te weinig in de opvang? Water drinken is een uitstekende dorstlesser. Maar thee is minstens zo gezond én lekker! Maak er met elkaar een gezellig ritueel van. Wie lust er allemaal thee? En welke thee mag dat dan wel zijn?

Jij lust altijd Thee

Samen thee maken en proeven

De lekkerste thee? Die vind je in je eigen tuin. Want wat is er leuker dan samen met de kinderen de tuin van de opvang in te trekken? Als je kruiden voor thee wil plukken heb je groene vingers nodig. Putjes delven, planten water geven, het vraagt heel wat werk voor je tuinteam. Kamille, munt, citroenverbena, venkel... Peuters plukken de blaadjes en proeven graag – onder jouw begeleiding, natuurlijk – voor je de plantjes in de theepot stopt.

Als je peuters zelf mogen zaaien, planten en het groeien en bloeien dag na dag observeren, betrek je hen erg bij de natuur. Leent je tuin zich niet zo om zelf thee te verbouwen? Geen nood, je kunt munt of andere planten ook in potjes kopen, ook buiten het seizoen. Of je gebruikt gewoon gedroogde losse thee. Thee in builtjes leent zich minder voor het spontane onderzoek van kijken, voelen, ruiken en proeven. Begeleidster Nicky Sing oogst samen met haar kinderen hun eigen thee. En ze organiseert vaak een theekrans met de peu-

ters. *Tea time*, een mooie maar vooral een gezonde traditie.

Doen we alsof ...

Doen 'alsof' je kookt, doen 'alsof' je eet: vele volwassenen deden het ook als kind. En zo is ook in de opvang de keukenspeelhoek een van de favoriete speelplekken van kinderen. Je vindt er allerlei spullen die lijken op de keukenspullen van thuis. Potten en pannen, bestek, doosjes, blikjes en allerlei nep-eten. Peuters bootsen in die speelhoek graag de reële wereld na. Ze maken met veel overtuiging hun eigen versie van wat ze kennen van thuis.

... of nemen we even tea time?

Maar nu doen de kleuters het écht. De theeblaadjes zijn geplukt en gewassen. Begeleidster Nicky heeft de tafel gedekt: een grote theekan in het midden van de tafel, en enkele kleine theekannen en kleine theekoppen daaromheen. Geen plastic koppen vandaag, maar



'Tea time, een mooie maar vooral gezonde traditie'

koppen uit geglazuurd aardewerk. Breekbaar? En of! Maar zullen ze écht breken? Onderschat de kinderen vooral niet. Ze spelen met potten en pannen in de keuken, en 's middags eten ze samen. Kinderen weten heus wel het verschil tussen spelen in de symbolische hoek en samen eten aan tafel.

En nu? Is deze *tea time* een spel? Of is het gewoon tijd om te drinken, een vast tussendoorritueel? De *tea time* is het allebei. Het is een totaalbelevingspakket voor dorstige kinderen. De sfeer zit er alvast in. Abel, Shema en Kiki glunderen. Ze wassen de theeblaadjes. Kiki gooit enkele muntblaadjes in de grote kan. Mmm, de geur dampst naar boven. Shema en Abel kunnen niet wachten om hun theeblaadjes erin te gooien en het aroma nog te versterken.

Gieten is spannend

De blaadjes drijven op het water. Spannend! Na enkele minuten is de thee klaar. De kinderen roeren er elk om beurt eens in. Nicky assisteert en houdt de theepot vast. En maakt de kinderen er attent op dat de thee nog warm is. Abel, Kiki en Shema bijten alvast in een koekje. Als de thee wat afgekoeld is, giet Nicky die in kannetjes. Nu zijn de kinderen aan de beurt. Kiki giet thee in haar kopje, en Shema en Abel volgen haar voorbeeld. Nicky vertelt: 'Ik drink vaak thee met de kinderen. Het is lekker ontspannend om samen met hen te genieten van een theepauze. En natuurlijk is het ook fijn om kruiden

te planten en blaadjes te plukken. Kinderen krijgen zo meer voeling met de oorsprong van wat ze proeven en eten.'

Zachtjes blazen

De kopjes zijn klein en breekbaar maar dat is nu net het hele opzet van de gezellige *tea party*. De tijd stilzetten en genieten van die broze, breekbare, maar onbetaalbare momenten. Even blazen en wachten tot de thee wat afkoelt. Ondertussen laat Nicky de kinderen nog even aan de muntblaadjes ruiken en proeven. Even later neemt Abel het kopje met beide handen vast en drinkt met volle teugen. O la la, wat is dat heerlijk! Thee in het kopje gieten blijft de favoriete actie. En natuurlijk moet je dan ook af en toe drinken. Shema giet thee, maar er staat geen rem op. Net als Kiki. Die vult het kopje en blijft maar doorgieten tot ook haar schoteltje helemaal gevuld is met muntthee. Maar dat is geen probleem. Kiki drinkt eerst het kopje leeg... en daarna haar schoteltje. ◀

Met dank aan de kinderen en begeleider van de leefgroep de Nijntjes, groepsopvang de Knuffelboom in Gent

Meer activiteiten

Nog meer originele activiteiten vind je op www.kiddo.net/activiteiten. Het wachtwoord staat op pagina 3 van deze editie.