



Zöliakie in Kita und Schule: Infoblatt für Betreuungspersonal

Kinder mit Zöliakie müssen sich dauerhaft glutenfrei ernähren. In Kita und Schule kommt es auf sichere Verpflegung, getrennte Utensilien, Vorsicht bei Knete und Bastelmaterial mit Weizen und klare Absprachen mit den Eltern an.

Das Wichtigste in Kürze

- Das Kind hat Zöliakie, eine Autoimmunerkrankung. Es muss sich **dauerhaft glutenfrei** ernähren.
- Gluten steckt in Weizen, Roggen und Gerste (auch Dinkel, Grünkern).
- Schon geringe Mengen können die Darmschleimhaut schädigen, auch wenn das Kind nichts spürt.

Im Alltag beachten

- **Mahlzeiten:** Das Kind isst nur, was gemeinsam mit den Eltern als glutenfrei vereinbart wurde. Bei Unsicherheit lieber nichts geben und nachfragen.
- **Zubereitung:** glutenfreie Speisen zuerst und mit sauberen Utensilien zubereiten, getrennt von Brot, Nudeln und Mehl.
- **Brotzeit und Buffet:** Krümel und gemeinsam genutzte Besteck- oder Aufstrichgläser sind typische Fehlerquellen.
- **Backen, Basteln, Kneten:** Teig und Knete aus Weizen sind für betroffene Kinder ungeeignet, wenn sie in den Mund gelangen können. Glutenfreie Alternativen oder Aufgabenwechsel nutzen.
- **Feste und Ausflüge:** vorher mit den Eltern absprechen; ein glutenfreier Ersatz sollte bereitliegen, damit das Kind nicht ausgeschlossen ist.

Absprachen

- Ansprechperson und Telefonnummer der Eltern bereithalten.
- Das Kind altersgerecht einbeziehen, nicht bloßstellen.
- Die Verpflegung (Caterer, Mensa) schriftlich zur Zubereitung befragen.

Mehr erfahren

Mehr dazu in den Beiträgen zu Kindergarten (zoeliakieinfo.de/kinder/kindergarten) und Schule (zoeliakieinfo.de/kinder/schule).