

Bulletin

Für die Schulzahnpflege

SZPI MDS OPD 

Stiftung für Schulzahnpflege-Instruktorinnen
Fondation pour les monitrices dentaires scolaires
Fondazione per le Operatrici di Prevenzione Dentaria



**Kinder und Jugendliche in der
Covid-19-Pandemie [3]**

Wenn Influencer mit Junkfood locken [8]

EDITORIAL

>

Regula Sandi, Presse- und Informationsdienst SSO



Im Sommer startet in den Kantonen Solothurn und Bern wieder die «Aktion Znünibox». SZPI und Lehrpersonen gestalten für Kinder des Kindergartens und der 1. und 2. Klasse eine Lektion zum Thema «Gesunde Ernährung für Zähne und Körper» und beschenken sie mit einer roten Znünibox sowie einem Apfel. Ein Flyer gibt den Eltern wertvolle Tipps für eine gesunde Zwischenverpflegung. Das fachliche Wissen erwerben SZPI und Lehrpersonen in einem vorgängigen Online-Weiterbildungskurs. Über 70'000 Znüniböxli wurden in den Kantonen Bern und Solothurn bisher verteilt – aus dem Pilotprojekt ist ein langjähriges und erfolgreiches Präventionsprojekt geworden.

In der ganzen Schweiz gestalten SZPI im Rahmen ihrer regulären Schulbesuche Lektionen zum Thema Ernährung. Die Kinder üben, gesunde und unausgewogene Lebensmittel zu unterscheiden. Sie kennen den Zuckergehalt verschiedener Nahrungsmittel und können Früchte und Gemüse nach Saison und Region einordnen. Zusammen mit den Zahnputzübungen lernen sie so auf spielerische Art und Weise, Verantwortung für ihren Körper zu übernehmen.

Damit legen sie nicht nur einen wichtigen Grundstein für ihr späteres Leben – sie geben das Wissen als Botschafter auch an ihre Familien weiter. Als SZPI sorgen Sie dafür, dass dies möglich wird. Mit Ihrem Engagement in den Kindergärten und Schulen leisten Sie Arbeit, die nachhaltig über das Klassenzimmer hinaus wirkt.

Lanciert wurde die Aktion Znünibox von der SSO in Zusammenarbeit mit der Sektion Solothurn und der Unterstützung der Gesundheits-, Sozial- und Integrationsdirektion des Kantons Bern, dem Gesundheitsamt des Kantons Solothurn sowie der Stiftung Gesundheitsförderung Schweiz. Die Berner Kantonalbank AG übernimmt die Kosten für die Produktion der Znüniböxli.

IMPRESSUM

Herausgeberin Stiftung für Schulzahnpflege-Instruktorinnen (SZPI), www.schulzahnpflege.ch
Redaktion/Abonnements Allmendstrasse 75, 8700 Küsnacht, szpi@schulzahnpflege.ch, CHF 40.– pro Jahr
Erscheinungsweise 4x jährlich **Redaktionsteam** Bettina Richle, Stiftung für SZPI, Regula Sandi, Presse- und Informationsdienst SSO.

Nicht durch Redaktionskürzel oder durch Verfasseramen und Firmennamen gekennzeichnete Beiträge geben die Auffassung der Verfasser wieder, die der Meinung der Redaktion nicht zu entsprechen braucht
Layout Claudia Bernet, Bern **Druck** Jordi Medienhaus, 3123 Belp **Konzept** forumlpr
Auflage Deutsch 4400 Ex., Französisch 1100 Ex., Italienisch 550 Ex. **Bilder** iStockphoto

© Stiftung für Schulzahnpflege-Instruktorinnen SZPI. Alle Rechte liegen bei der Redaktion. Vervielfältigung ganzer Nummern zur Weiterverteilung ist nicht erlaubt. Nachdruck mit Quellenangabe ist gestattet.

Strengere Regeln für Tabakwerbung

Wer raucht, hat oftmals im Teenageralter damit angefangen. Kinder und Jugendliche sollen deshalb speziell vor dem Einfluss von Tabakwerbung geschützt werden.

Die Kommission für soziale Sicherheit und Gesundheit (SGK-S) des Ständerats hat sich im Frühling mit dem Tabakproduktegesetz befasst. Sie hält im Wesentlichen an früheren Beschlüssen fest, welche die Tabakwerbung für Jugendliche einschränken. Der Berufsverband der Schweizer Ärztinnen und Ärzte FMH begrüsst diesen Entscheid, wie die Organisation in einem Communiqué schreibt.

Die FMH erachtet es als sinnvoll, Tabakwerbung in Zeitungen, Zeitschriften und auf Internetseiten zu untersagen, welche für Minderjährige «bestimmt ist» oder eben auch von Minderjährigen «eingesehen werden kann». Die Formulierung des Nationalrats, welche lediglich Tabakwerbung untersagen will, die für Minderjährige «bestimmt ist», würde zu kurz greifen. Damit setzt sich die FMH für eine Verschärfung des heutigen Tabakwerbverbots ein.

Das Tabakproduktegesetz wird schon seit längerem im Parlament beraten. Mit der Gesetzesrevision sollen die Voraussetzungen zur Ratifizierung der WHO-Rahmenkonvention zur Eindämmung des Tabakgebrauchs geschaffen werden. Die Weltgesundheitsorganisation WHO empfiehlt ein umfassendes Werbe- und Sponsoringverbot, weil insbesondere Kinder und Jugendliche aufgrund der Werbung die Gefahr des Rauchens für ihre Gesundheit massiv unterschätzen. Es gibt daher zahlreiche Staaten, die umfassende Werbeverbote in Kraft gesetzt haben. In der Schweiz sind die Regelungen vergleichsweise moderat. Hierzulande ist Tabakwerbung im Fernsehen und Radio untersagt. Tabakwerbung, die sich gezielt an Jugendliche richtet, ist seit 1995 verboten.

Aktuell ist eine Volksinitiative hängig, die fordert, Werbung für Tabakprodukte zu verbieten, die auch Kinder oder Jugendliche erreichen kann. Diese Forderung würde einem weitreichenden Werbeverbot gleichkommen.

Weitere Informationen zum Thema Tabak, Tabakwerbung und Raucherentwöhnung zur Thematisierung im Unterricht: www.feel-ok.ch



Kinder und Jugendliche in der Covid-19-Pandemie: Welche Unterstützung brauchen sie?

Aktuelle Studien zeigen: Die Corona-Krise setzt jungen Menschen zu. Je nach Alter wirken sich die pandemiebedingten Einschränkungen unterschiedlich auf das psychische Wohlbefinden von Kindern und Jugendlichen aus.

Von Regula Sandi

Fehlende Nähe, stark reduzierte Freizeitaktivitäten, geschlossene Schulen, verunsicherte Erwachsene: All dies macht Kindern und Jugendlichen in der aktuellen Pandemie zu schaffen. «Das spüren Lehrerinnen und Lehrer im Schulalltag deutlich», sagt Dagmar Rösler, Zentralpräsidentin des Dachverbands Lehrerinnen und Lehrer Schweiz (LCH) anlässlich der Fachveranstaltung «Was macht Covid-19 mit den Schulkindern und welche Unterstützung brauchen sie?» von Public Health Schweiz. Die Pandemie kann Verlustängste herauf-

beschwören: «Wenn man seine Freundinnen und Freunde nicht mehr so oft sieht, wie man das möchte, dann kann die Angst entstehen, dass man diese Freunde verliert.» Gleichzeitig hat sich in vielen Familien durch Home-Office und Home-Schooling das Zusammenleben stark verändert. Die Erwachsenen und Kinder mussten sich mit neuen Strukturen arrangieren. Manche hatten und haben mit Existenzängsten zu kämpfen. Das bringt für Kinder und Jugendliche eine zusätzliche Belastung mit sich. «Manche Kinder fühlen sich

unter Druck gesetzt. Sie spüren die Anspannung der Eltern und möchten nicht, dass sich Vater oder Mutter zum Beispiel wegen ungenügender Schulleistungen auch noch Sorgen machen müssen», so Rösler. Übergangssituationen, etwa der Übertritt von einer Schulstufe in die nächste oder der Eintritt ins Berufsleben, stellen eine besonders kritische Herausforderung dar. Das Umfeld kann entstehende Un-

^
In Corona-Zeiten erschwert: Für die Bildung der eigenen Identität ist für Jugendliche der Austausch mit Gleichaltrigen besonders wichtig.

sicherheit weniger gut auffangen als sonst, weil die Pandemie bereits an den emotionalen Kräften aller zehrt.

Schlechte Stimmung, schlechter Schlaf

Fachleute sind sich einig, dass Angstzustände und depressive Symptome während der Pandemie zugenommen haben. Wie äussert es sich bei Kindern und Jugendlichen, wenn es ihnen psychisch nicht gut geht? Sind alle gleich betroffen oder gibt es Unterschiede? Stefanie Schmidt, Professorin am Institut für Psychologie der Universität Bern, stellt im Rahmen einer aktuellen Studie fest: Je nach Alter und Entwicklungsstand zeigen sich psychische Probleme im Zusammenhang mit der Pandemie bei jungen Menschen unterschiedlich. So gehen bei jüngeren Kindern Belastungen vor allem mit Verhaltensänderungen einher, die von aussen zu beobachten sind. Eltern von kleinen Kindern (bis 6 Jahre) berichten, dass diese unruhiger sind, mehr weinen oder der Schlaf beeinträchtigt ist. Bei der Gruppe der 11- bis 19-Jährigen ist das Verhalten mehr nach innen gerichtet und eher von Rückzug geprägt – Sorgen und Ängste sind in dieser Altersgruppe von aussen schwieriger zu entdecken.

Daraus resultiert, dass Kinder und Jugendliche andere Unterstützung benötigen. Bei jüngeren Kindern ist der familiäre Kontext überaus wichtig. Deren psychische Befindlichkeit ist eng mit der psychischen Befindlichkeit der Eltern gekoppelt. Fühlen sich die Eltern gut, geht es auch den Kindern gut. Psychisch gesunde Eltern, ein positives familiäres Klima und eine offene und wertschätzende Kommunikation im Umgang mit der Pandemie wirken als stärkende Faktoren.

Folgen von Schulschliessungen weltweit

Julia Dratva, Abteilungsleiterin der Forschungsstelle Gesundheitswissenschaften an der Zürcher Hochschule für Angewandte Wissenschaften (ZHAW), präsentierte anlässlich der Veranstaltung von Public Health Schweiz einen Überblick über die internationale Literatur, welche sich mit den gesundheitlichen, sozialen und ökonomischen Auswirkungen von Schulschliessungen befasst. Die Datenlage mit Bezug zu Covid-19 ist noch dünn: Eine Abfrage der WHO-Datenbank lieferte 34 Studien, die das Thema Schulschliessungen in der aktuellen Pandemie diskutieren.

Viele Kinder sind auf eine (kostenlose) Mahlzeit angewiesen

Forscher untersuchten zum Beispiel, inwieweit die Schulschliessungen das Ernährungs- und Essverhalten beeinflussen. Viele Kinder auf der Welt sind auf eine teilweise kostenlose Mahlzeit in der Schule angewiesen. Eine Studie aus Indien aus dem Jahr 2017 schätzt, dass 200 Millionen Kinder auf der Welt von Schulmahlzeiten abhängig sind. In Europa / Zentralasien sind es immerhin noch 27 Millionen. Sind die Schulen geschlossen, fallen diese weg.

Im Gegenzug dazu vergrössert sich in reichen Ländern mit jeder Schulschliessung das Risiko, dass die Adipositas-Prävalenz steigt. Ein verändertes Ernährungsverhalten, Bewegungsarmut und mehr Bildschirmzeit führen zu höheren BMI-Werten.

Kindsmissbrauch bleibt vermehrt unentdeckt

Die Schule ist für viele Kinder ein sicherer Ort. Experten sind sich einig, dass aufgrund der Schulschliessungen und dem behördlich verordneten Hausarrest Kinder, die zu Hause Misshandlungen erleben und vernachlässigt sind, zunehmend unbeobachtet bleiben. Betroffene haben keine Möglichkeit mehr, niederschwellig in Schulen oder auch im Kinder- oder Jugendverein auf Probleme hinzuweisen. Das zeige sich in den entsprechenden Statistiken mit einem Einbruch der Zahlen. Alle Experten gehen aber davon aus, dass die Fälle von Missbrauch und Gewalt in Wirklichkeit steigen.

Die Schulschliessungen infolge der Covid-19-Pandemie drohen im internationalen Kontext die Gesundheit und das Wohlergehen einer ganzen Generation zu gefährden. UN-Generalsekretär Antonio Guterres warnte jüngst, man stehe vor einer Katastrophe, durch die unermessliches menschliches Potenzial verschwendet, jahrzehntelanger Fortschritt untergraben und tief verwurzelte Ungleichheiten verschärft werden könnten.

Welche Massnahmen sind in Zukunft wichtig, um die negativen Auswirkungen der pandemiebedingten Einschränkungen abzufedern? Dazu liefert der Young Minds Report 2021 aus England zahlreiche Anhaltspunkte. Unter anderem appellieren die Autoren eindringlich an die Behörden, Lokalitäten, die Kindern und Jugendlichen Halt geben und für ihre psychische Gesundheit wichtig sind, zu erhalten. Es müsse verhindert werden, dass diese in der Post-Covid-Phase Sparmassnahmen zum Opfer fielen.

Young Minds Report 2021: <https://youngminds.org.uk>

Die Unesco bietet einen grafischen Überblick über die Schulschliessungen weltweit: <https://en.unesco.org>



Bei älteren Kindern und Jugendlichen ist der Einfluss der Eltern weniger stark ausgeprägt. Sie orientieren sich zunehmend an Gleichaltrigen – Freundschaftsbeziehungen werden in dieser Lebensphase immer wichtiger. Entsprechende Unterstützungsmassnahmen für Jugendliche sollten auf die Steigerung der Selbstwirksamkeit und Resilienz abzielen, damit sie besser mit Stress und negativen Emotionen umgehen können, resümiert Stefanie Schmidt.

Ernst nehmen, aber nicht dramatisieren

Was können die Lehrerschaft und Bezugspersonen im schulischen Umfeld tun? Wie sieht eine gute Unterstützung und Begleitung in der Praxis aus? Zuallererst ist von Seiten der Lehrpersonen eine grosse Sensibilität für die Situation der Kinder und Jugendlichen und ihre Familien vonnöten, so die Experten. «Die Lehrerinnen und Lehrer sollten die Sorgen und Ängste der Kinder und Jugendlichen ernst nehmen, aber die Lage nicht dramatisieren», sagt LCH-Präsidentin Dagmar Rösler. Sie sollten auf der Beziehungsebene arbeiten und gleichzeitig klare Grenzen setzen. Für Kinder und Jugendliche existieren mit der Schulsozialarbeit sowie verschiedenen Fachstellen zahlreiche Be-

ratungsangebote. Auf diese sollte die Lehrerschaft immer wieder hinweisen. Und, wenn nötig, Kontakt zum Schulpsychologischen Dienst herstellen.

Im Fernunterricht sei es elementar, das Gespräch zu suchen, nachzufragen und nachzuhaken. Erfreulicherweise habe die Kommunikation zwischen den Eltern und der Lehrerschaft während des Lockdowns sehr gut funktioniert, stellen die Referentinnen und Referenten fest.

Betroffene zu Beteiligten machen

Man habe trotz Distanz Nähe gefunden, beschreibt Jörg Berger, Mitglied der Geschäftsleitung des Verbands Schulleiterinnen und Schulleiter Schweiz (VSLCH), die Beziehung der Lehrerschaft zu den Eltern während des Lockdowns mit Fernunterricht. «Die gegenseitige Not war spürbar.» In dieser Situation sei es wichtig, Kinder und Jugendliche nicht nur als Betroffene zu sehen, sondern als Verantwortungstragende anzusprechen, um gemeinsam Lösungen zu finden.

Eine wichtige Funktion für die Unterstützung von Kindern und Jugendlichen und deren Familien erfüllen auch Bildungsnetzwerke. Deren Aufbau und Pflege unter Einbezug von Bildungs-

Zahlen und Fakten zu den Auswirkungen der Corona-Massnahmen auf Kinder und Jugendliche

Swiss Corona Stress Study: www.coronastress.ch
Covid-19 Social Monitor: www.zhaw.ch / Departement School of Management and Law / Institute und Zentren / Gesundheitsökonomie / Projekte / Covid-19 Social Monitor
Corona-Report von Pro Juventute: www.projuventute.ch/de/corona-report

Zu Public Health Schweiz

Public Health Schweiz ist die unabhängige, nationale Organisation, welche die Anliegen der öffentlichen Gesundheit vertritt. Mit ihrem Fachrat, sieben thematischen Fachgruppen sowie Einzelmitgliedern, Kollektiv- und Gönnermitgliedern bildet sie das grösste themen- und disziplinenübergreifende gesamtschweizerische Netzwerk an Public-Health-Fachleuten. Public Health Schweiz veranstaltet nebst der Swiss Public Health Conference jedes Jahr mehrere Fachanlässe zu aktuellen gesundheitspolitischen Themen. Die Fachveranstaltung «Was macht Covid-19 mit den Schulkindern und welche Unterstützung brauchen sie?» fand Anfang März 2021 als Online-Seminar statt.



<
Bei kleineren Kindern ist das psychische Wohlbefinden eng an dasjenige der Eltern gekoppelt.

partnern wie Elternräten, Elternvereinen, Quartierarbeit, Jugendarbeit, Institutionen und Lerntreffs zahle sich gerade in Krisenzeiten aus, zeigten sich die Fachleute überzeugt. Und nicht zuletzt könne die Pandemie als Aufforderung verstanden werden, den überfachlichen Kompetenzen im Lehrplan das nötige Gewicht zu geben. Diese vermitteln den Schülerinnen und Schülern Lebenskompetenzen, wie zum Beispiel den Umgang mit Stress. Resilienz und Selbstwirksamkeit werden so gefördert.

Auswirkungen von Schulschliessungen auf den Lernfortschritt

Was für Folgen haben die pandemiebedingten Schulschliessungen auf den Lernerfolg der Kinder? Dieser Frage ging ein Forscherteam um Martin Tomasik, Professor an der Universität Zürich, nach. Die Wissenschaftler untersuchten die Lernverläufe von Kindern und Jugendlichen vor und während den Schulschliessungen und glichen sie miteinander ab. Die Daten stammten aus dem computerbasierten System «Mindsteps», welches vom Bildungsraum Nordwestschweiz in Zusammenarbeit mit dem Institut für Bildungsevaluation (IBE) der Universität Zürich entwickelt wurde und bereits vor der Pandemie im Einsatz war, um Schülerinnen und Schülern eine unabhängige, kompetenzorientierte Standortbestimmung zu ermöglichen. Die Forscher machten sich die im System anfallenden Daten zunutze (die Stichprobe umfasste rund 30'000 Kinder aus dem Bildungsraum Nordwestschweiz) und werteten sie für ihr «natürliches Experiment» aus – ein natürliches Experiment beschreibt ein Forschungsdesign, bei welchem die Wissenschaftler lediglich als Beobachter agieren und festhalten, was ohne ihr Eingreifen passiert.

Das Ergebnis: Während bei den Sekundarschülerinnen und -schülern keine signifikanten Veränderungen auszumachen waren, zeigten sich in den Primarschulen deutliche Unterschiede im Hinblick auf den Lernzuwachs vor und während der Pandemie. So verlangsamte sich der Lernfortschritt der jüngeren Kinder um die Hälfte und die Heterogenität in den Lernverläufen nahm stark zu. Worauf dies genau zurückzuführen ist, lässt die Studie offen. Es wurden keine Angaben zu den sozioökonomischen Verhältnissen der Teilnehmenden erfasst.

Die Forscher vermuten, dass der Fernunterricht trotz grosser Anstrengungen soziale Ungleichheiten zwischen den Kindern weniger gut zu kompensieren vermag, als der Präsenzunterricht. Die Schere geht auseinander. Vor allem Kinder mit wenig ausgeprägten Fähigkeiten zum selbstregulierten Lernen, Kinder aus belasteten Familien und solche, die zu Hause wenig Unterstützung haben oder nicht über die nötige IT-Infrastruktur verfügen, dürften betroffen sein, mutmasst Tomasik. Ältere Kinder sind selbständiger, können sich besser organisieren und der Einfluss des Elternhauses ist geringer. Deshalb kommen sie mit Fernunterricht vermutlich besser zurecht, so das Fazit der Forscher.

Für mehr Spass am Zähneputzen



6+
years

Feel Good young

- Effiziente Reinigung – dank der Kombination von längeren Borsten mit den kürzeren Cleaning-Borsten
- Viele faszinierende Tiermotive – für mehr Spass am Zähneputzen
- Ideal für die Zeit des Zahnwechsels
- Entwickelt und hergestellt in der Schweiz



Finest Swiss Oral Care 

Trisa[®]
OF SWITZERLAND



^
Verführerisch inszeniert:
Influencer-Marketing ist
bei der jungen Zielgruppe
sehr effektiv.

Wie Influencer ungesundes Essen vermarkten

Der «Junkfluencer-Report» der Verbraucherorganisation Foodwatch zeigt auf, wie Social-Media-Stars Kindern und Jugendlichen ungesunde Lebensmittel schmackhaft machen. Die Hersteller setzen auf Influencer, um ihre Werbebotschaften direkt bei der jungen Zielgruppe zu platzieren. Mit ihren Posts erreichen die Online-Stars auf Instagram, Tik Tok, Youtube und Co. ein Millionenpublikum.

Von Regula Sandi

Zu süß, zu salzig, zu fettig: Viele Lebensmittel, deren Werbung sich gezielt an Kinder und Jugendliche richtet, sind ungesund. Längst umgarnt die Lebensmittelindustrie ihre zukünftigen Kunden nicht mehr nur via TV-Spots, Printanzeigen oder mit lustigen Comic-Helden auf Verpackungen. Die deutsche Verbraucherorganisation Foodwatch dokumentiert im jüngst erschienenen «Junkfluencer-Report», wie Hersteller von Süßigkeiten, Softdrinks, Snacks und Fertigprodukten

junge Menschen auf Social Media für ihre Erzeugnisse begeistern. Dazu hat sie im Jahr 2020 über einen Zeitraum von mehreren Wochen tausende Posts, Stories und Videos bekannter Social-Media-Stars analysiert. Unternehmen machen sich die Popularität von jungen Influencern zu Nutze und lassen sie via Social-Media-Posts ihre Produkte bewerben, kritisiert die Organisation. Die persönlichen Empfehlungen für unausgewogene süße, salzige und fetthaltige Speisen und Getränke

landen so direkt bei den jungen Menschen auf dem Handy-Screen in deren Social-Media-Stream, wo auch ihre Freunde Updates posten – eine Werbeform, die ihre Wirkung nicht verfehlt. Die Unternehmen profitieren von der Strahlkraft und der hohen Glaubwürdigkeit, welche die Influencer bei ihren Followern genießen. Studien (siehe Fussnote) zeigen: Die Produktempfehlungen sind mit Kaufempfehlungen aus dem nahen Freundes- und Bekanntenkreis der Kinder und Jugendlichen ver-

gleichbar. Was die Influencer tun, wird gesehen. Nicht selten erreichen sie mit ihren Posts ein Millionenpublikum.

Neben der grossen Reichweite und Glaubwürdigkeit nennen die Autoren des Reports eine Reihe weiterer Vorteile, insbesondere gegenüber der bislang dominierenden TV-Werbung, welche Influencer-Kampagnen für Werbetreibende attraktiv machen: Influencer-Marketing ist im Vergleich zu aufwändig produzierten TV-Spots deutlich günstiger und die gewünschte Zielgruppe lässt sich viel genauer adressieren, als bei anderen Medien. Die über Influencer transportierten Werbebotschaften können zudem mehr Wirkung entfalten, da sie nicht wie TV-Spots lediglich passiv konsumiert werden, sondern oft eine aktive und bewusste Auseinandersetzung mit den Posts stattfindet.

Gut getarnte Aufforderung zum Kauf

Die Interaktion der Kinder und Jugendlichen mit den Posts in deren «privaten» Social-Media-Accounts birgt gleichzeitig auch die grösste Gefahr. Die vermeintliche Privatheit und das Befreundetsein mit den Online-Stars suggeriert Nähe und Vertrautheit, die Werbebotschaft wird kaum kritisch hinterfragt, geben Fachleute zu bedenken. Die Influencer üben auf subtile Art und Weise Einfluss aus. Was zum Beispiel Youtube-Stars in ihren Videos tun, hat nicht selten grosse Relevanz für das tägliche Leben der Kinder und Jugendlichen. Dass hinter der als Ratschlag getarnten Empfehlung für ein Produkt in Wirklichkeit handfeste kommerzielle Interessen stecken, ist oft nicht klar ersichtlich und vielen Kindern und Jugendlichen nicht bewusst. Auch können Eltern beim Social-Media-Konsum ihrer Kinder naturgemäss weniger Kontrolle ausüben, als beispielsweise bei der

Unterrichtsmaterial zum Thema Ernährung

Education21 und die Schweizerische Gesellschaft für Ernährung SGE bieten auf ihren Webportalen (siehe Fussnote) zahlreiche Unterrichtsvorschläge und Ideen für Spiele für die verschiedenen Zyklen zum Thema Ernährung. Es werden sowohl der Einfluss unserer Ernährungsgewohnheiten auf unser Wohlbefinden thematisiert, sowie auch die Umweltbelastung und der Ressourcenverbrauch im Zusammenhang mit der Lebensmittelproduktion aufgegriffen.

Ebenso prägen das Umfeld und die sozio-kulturelle Herkunft die Essgewohnheiten mit. Diese Verflechtungen in unserem Lebensmittelkonsum können die Schülerinnen und Schüler zum Beispiel mit dem Rollenspiel «Der vernetzte Teller» entdecken. Die Übung soll es ermöglichen, sich gewisser Auswirkungen der Nahrungsmittelwahl auf sozialer, ökologischer und wirtschaftlicher Ebene bewusst zu werden sowie Abhängigkeiten zu erkennen. Zahlreiche weitere Unterrichtsmaterialien und -ideen für alle Zyklen machen die Online-Portale von Education21 und der SGE zu einer nützlichen und praxisorientierten Hilfe für die Gestaltung des Unterrichts.

Link zum Themendossier «Ernährung» von Education21: <https://www.education21.ch/de/themendossier/ernaehrung>
 Link zum Unterrichtsmaterial der Schweizerischen Gesellschaft für Ernährung SGE: <https://www.sge-ssn.ch/bildung-und-schule/ernaehrung-im-unterricht/unterrichtsmaterial/>

Tipps für Eltern und Bezugspersonen

Im Umgang mit zweifelhaften Jugend-Idolen auf Social Media ist es wichtig, dass Kinder und Jugendliche lernen, die dargestellten Inhalte kritisch zu reflektieren. Pro Juventute thematisiert das Thema Influencer auf ihrer Website und gibt Tipps:

- Interessieren Sie sich dafür, welchen Influencerinnen und Influencern Kinder und Jugendliche folgen. Schauen Sie sich Beiträge gemeinsam an und sprechen Sie über Werbung und Selbstdarstellung.
- Diskutieren Sie miteinander, wie sich Leute und besonders Influencerinnen und Influencer auf Instagram, Tik Tok, Youtube, Twitch, etc. darstellen. Fragen Sie Kinder und Jugendliche, ob das echte Leben auch so aussieht.
- Versuchen Sie gemeinsam herauszufinden, ob ein vorgestelltes Produkt wirklich so toll ist und man es unbedingt braucht. Überprüfen Sie miteinander, ob irgendwo gekennzeichnet ist, dass es sich um Werbung handelt.
- Hinter die Fassaden zu schauen ist spannend. Machen Sie sich gemeinsam auf die Suche nach geeigneten Beiträgen, welche das reale Leben und die harte Arbeit der Influencerinnen und Influencer dokumentieren.

Quelle: <https://www.projuventute.ch/de/eltern/medien-internet/influencer>



Quelle: Instagram / sarina_vs



Quelle: Instagram / simondesue



Quelle: Instagram / viktoriavs

<
Grosse Strahlkraft:
Die Social-Media-Stars
geniessen bei ihrem
Publikum eine sehr hohe
Glaubwürdigkeit.

Auswahl des Fernsehprogramms, hält
Foodwatch fest.

Die uns umgebende Lebenswelt beeinflusst, wie und was wir essen. An Kinder gerichtete Werbung für ungeeignete Speisen trägt erwiesenermassen zu einer ungesunden Ernährungsweise bei. Dies hat auch Auswirkungen auf das spätere Leben. Die Ernährungsgewohnheiten, die wir in der Kindheit lernen, beeinflussen massgeblich unser Verhalten (und die Gesundheit) als Erwachsene. Wer bereits als Kind übergewichtig ist, trägt ein deutlich höheres Risiko, auch als Erwachsener zu viele Kilos auf die Waage zu bringen. Gemäss dem Nationalen Gesundheitsbericht 2020 des Schweizerischen Gesundheitsobservatoriums (Obsan) sind rund 15 Prozent der Kinder und Jugendlichen in der Schweiz adipös. Adipositas ist nach wie vor eine der häufigsten chronischen Erkrankungen im Kindes- und Jugendalter.

In der Schweiz setzt man auf Freiwilligkeit

Die Unternehmen «sabotieren die Bemühungen vieler Eltern, ihre Kinder für eine gesunde Ernährung zu sensibilisieren», kritisiert Foodwatch und fordert eine gesetzliche Beschränkung des Kindermarketings gemäss der Empfehlung der Weltgesundheitsorganisation (WHO). In der Schweiz setzt man auf das freiwillige Engagement der Lebensmittelindustrie, um an Kinder gerichtete Werbung für süsse, salzige, fettige oder zu energiereiche Lebensmittel zu reduzieren. Gemäss Website des Bundesamts für Lebensmittelsicherheit und Veterinärwesen (BLV) verpflichten sich hierzulande Lebensmittel- und Getränkehersteller sowie Gastronomiebetriebe seit 2010 mit der freiwilligen Initiative Swiss Pledge, die Art und Weise ihrer Werbung an Kinder unter 12 Jahren zu verändern.

20% « Back-to-School » Rabatt

Bei Bestellung mit Angabe des Promocodes « Back-to-School » erhalten Sie 20% Rabatt auf alle elmex® und meridol® Zahnbürsten sowie auf unsere elmex® School Kits.*



elmex®

Back
TO
School



meridol®

elmex® School Kits

erhältlich als: Variante
„Kids“ (2-6) oder
„JUNIOR“ (6+)

Praktisch:
elmex®
School Kit



Inhalt (je 24 Stück):

- ✓ Zahnbürsten
- ✓ Zahnpasten 12 ml
- ✓ Becher
- ✓ Sanduhren
- ✓ Aufkleber
- ✓ Broschüren

Mehr Infos zur Aktion, Preisen und Bestellmöglichkeiten erhalten Sie unter:
GABA Customer Service, Tel.: 0840 00 66 03, Mail: CSDentalCH@gaba.com Fax: 031 580 00 43

Aktion
gültig vom
01.06.2021
bis zum
31.08.2021*

Tipps rund um den Nuggi

Für viele Kinder ist der Nuggi ein geliebter Begleiter: Er spendet Trost und stillt den Saugreflex. Das «Bulletin» hat bei Kieferorthopäde Jan Danz nachgefragt, welche Vor- und Nachteile er bringt und wie die Abgewöhnung gelingt.

Von Regula Sandi

Wann und weshalb braucht es einen Nuggi?

Jan Danz: In Verhaltensstudien gab die Mehrheit der Eltern an, ihrem Baby einen Nuggi zu geben, wenn es aufgeregt ist, zum Einschlafen und zum Beruhigen. Weniger häufig wurde genannt, das Baby mit dem Nuggi vom Daumenlutschen abzuhalten, die Zeit zwischen Mahlzeiten zu überbrücken und das Baby beim Zählen zu beruhigen, von der Brust zu entwöhnen oder das Risiko von plötzlichem Kindstod reduzieren zu wollen. Studienteilnehmende haben auch angegeben, dass das Lutschen am Nuggi bei Koliken/Reflux, Brustsaugen ohne Nahrungsaufnahme und bei Druckunterschieden beim Fliegen oder in Seilbahnen helfen kann. Diese Gründe führen dazu, dass etwa vier Fünftel der Babys einen Nuggi erhalten und verwenden.

Was ist besser / schlechter: Nuggi oder Daumenlutschen?

Es ist einfacher, einem Kind den Nuggi abzugewöhnen als das Daumenlutschen. Daher empfiehlt es sich, ein Kind, das am Daumen lutscht, zuerst auf einen Nuggi umzugewöhnen.

Welche Nuggis sind zu empfehlen? Gibt es Unterschiede bei den im Handel erhältlichen Nuggis?

Es gibt nur sehr wenige Untersuchungen dazu. Diese deuten darauf hin, dass die Form des Nuggis unbedeutend ist im Vergleich zur Dauer der Verwendung. Falls ein Kind den Nuggi dauernd braucht und dies im Moment nicht zu ändern ist, könnte ein flacher breiter Nuggi für dieses Kind besser sein. Sicherheitshalber kann zudem



^
Saugen wirkt beruhigend und gibt Babies Sicherheit.

empfohlen werden, auf Polycarbonat im Schild des Nuggis zu verzichten.

Welche Probleme können sich mit dem Nuggi oder dem Daumenlutschen ergeben?

Der Gebrauch des Nuggis während des ersten Lebensjahres ist zahnmedizinisch unbedenklich. Bei Kindern, die nie einen Nuggi hatten und für 6 bis 12 Monate gestillt wurden sowie bei Kindern, welche weniger als 12 Monate einen Nuggi brauchten, konnten wissenschaftliche Erhebungen keine Unterschiede der Zahnstellung feststellen. Sauggewohnheiten nach dem ersten Lebensjahr über viele Stunden sind mit einem höheren Risiko für frontal offene Bisse, Distalbisse, einer vergrößerten Frontzahnstufe, seitlichen Kreuzbissen und Asymmetrien des Zahnbogens verbunden.

Bilden sich Zahnfehlstellungen bei rechtzeitigem Abgewöhnen wieder zurück?

Ja. Obwohl Forschungsergebnisse zeigen, dass bei Dreijährigen ein 30-fach erhöhtes Risiko für nuggibedingte Zahnfehlstellungen besteht, reduziert sich dieses wieder mit zunehmendem Alter. In einer anderen Untersuchung war das Risiko für Zahnfehlstellungen bei Siebenjährigen mit bekannter, ehemaliger Sauggewohnheit nur noch 3-fach erhöht. Ein Teil der Fehlstellungen geht zurück, respektive wird durch andere, entwicklungsbedingte Veränderungen überlagert.

Wann sollte der Spezialist konsultiert werden?

Bestehen wesentliche Zahn- oder Kieferfehlstellungen nach dem Durchbruch der ersten bleibenden Zähne ist eine Überweisung an eine Fachärztin für Kieferorthopädie oder einen Facharzt für Kieferorthopädie angezeigt. Sie können abschätzen, wie weit die Zahnfehlstellung durch die Sauggewohnheit verursacht wird und/oder, ob andere Ursachen vorliegen. Eine Therapie mit kieferorthopädischen Apparaturen wird eigentlich nicht vor dem 7. Lebensjahr begonnen und meistens erst im Alter von 11 Jahren, wenn die meisten Milchzähne ausgefallen sind – bis auf begründete, notwendige Ausnahmen wie beispielsweise kleine interzeptive Massnahmen, Zwangsbisse, extreme Frontzahnstufen, verlagerte Eckzähne etc. (die zuweisenden Familienzahnärzte überweisen in den begründeten Ausnahmesituationen ab ca. 8- bis 9-jährig, wenn die zentralen Schneidezähne gut durchgebrochen sind). Vor allem bei Mädchen sollte die Überweisung nicht viel später erfolgen, da sonst, je nach Entwicklungsstand, der pubertäre Wachstumsspur vorbei sein kann und gewisse Therapien, auch Wunschbehandlungen, bei geringem Restwachstum nicht mehr sicher möglich sind.

Manchmal ist es aber auch am sinnvollsten, zuzuwarten, bis das Kind 13 oder 14 Jahre alt ist, falls die Milchzähne spät ausfallen. In diesem Fall muss man sicher sein, dass man die Beeinflussung des Wachstums für die Therapie nicht braucht. Oft sehe ich die Patientin oder den Patienten zum ersten Mal, erkenne die Problematik, warte dann aber noch Jahre, bis der beste Zeitpunkt für die Korrektur da ist und beobachte, ob sich die Situation verbessert oder verschlechtert. Der optimale Behandlungszeitpunkt wird auch sehr von den Therapiemöglichkeiten beeinflusst. Je mehr Möglichkeiten man beherrscht, desto eher kann man der Patientin oder dem Patienten die optimale Lösung bieten.

In Bezug auf den Nuggigebrauch ist anzunehmen, dass im Alter von 11 Jahren

nur sehr wenige kieferorthopädische Behandlungen auf Grund eines normalen Umgangs mit dem Nuggi bis maximal 3- bis 4-jährig zusätzlich notwendig sind. Es gibt aber leider keine Studie über einen so langen Zeitraum.

Nuggi abgewöhnen – wann ist der richtige Zeitpunkt?

Etwa ab dem zweiten Lebensjahr sollte das Kind den Nuggi nicht mehr so oft erhalten. Spätestens mit 3 bis 4 Jahren sollte es ihn gar nicht mehr benutzen. So können die positiven Aspekte des Nuggigebrauchs bei Bedarf genutzt und die nachteiligen Auswirkungen minimiert werden.

Wie gelingt der Abschied vom geliebten Trostpender?

Es ist ein langsamer Prozess, den Nuggi zu entwöhnen. Das Kind soll den Nuggi nicht mehr stundenlang, sondern nur noch zu bestimmten Zeiten benutzen – zum Beispiel zum Einschlafen, Beruhigen oder beim Reisen. Wenn immer möglich soll es ihn an einem sicheren Ort verstauen, damit sich die Gelegenheit, den Nuggi in den Mund zu nehmen, reduziert. Spätestens im Alter von drei bis vier Jahren soll das Kind den Nuggi zum Beispiel dem Osterhasen oder der Nuggiffee schenken, damit dieser an kleinere Kinder weitergegeben werden könnte. Eine erfolgreiche Verabschiedung des Nuggis kann mit einem Geschenk belohnt werden und die Eltern können den erreichten Reifeschritt zusammen mit dem Kind feiern.

Wie können Eltern das Daumenlutschen ihres Kindes schrittweise reduzieren?

Der Ersatz der Sauggewohnheit mit dem Festhalten eines Spielzeugs oder Stofftiers und der Wechsel zum Nuggi als erster Schritt helfen, die Häufigkeit und die Verweildauer des Daumens im Mund zu verringern. Anlässlich der schulzahnärztlichen Kontrollen im ersten Wechselgebiss und in der Ruhephase ist ein Dialog mit dem Kind mit Erläuterungen des Zahnarztes oft ausreichend, um mit

der Gewohnheit aufzuhören. Das Kind darf daraufhin die Eltern um Hilfe bitten, um das Daumenlutschen endgültig zu stoppen und beispielsweise mit Handschuhen oder Pflastern schlafen, so dass es sich erinnert, den Daumen nicht in den Mund zu nehmen, wenn dieser im Halbschlaf dorthin wandert. Der Wille des Kindes ist entscheidend. Eventuell braucht es mehr als einen Anlauf. Eine Belohnung nach der kompletten Abgewöhnung hilft als Motivation.

Was, wenn das Kind partout nicht will?

Wenn das Kind nicht gewillt ist, mit dem Daumenlutschen aufzuhören, ist eine Therapie mit Apparaturen nicht indiziert. Nach dem Durchbruch der bleibenden Frontzähne ist bei ausgeprägten Fehlstellungen eine Überweisung zur Fachärztin für Kieferorthopädie oder zum Facharzt für Kieferorthopädie angezeigt, um andere Ursachen abschätzen zu können sowie die Diskussion und Hilfsmethoden mit den Eltern weiterzuführen. Sobald das Kind gewillt ist, mit dem Daumenlutschen aufzuhören, können festsitzende Apparaturen im Gaumen den Prozess allenfalls unterstützen, so dass abgestimmt auf den individuell erstellten Behandlungsplan, möglichst alle gewünschten Ziele erreicht werden können. Bei ausbleibendem Erfolg der Hilfsmethoden sind abnehmbare kieferorthopädische Apparaturen kontraindiziert, weil der Durchhaltewillen das Hauptproblem ist.



^
Jan Danz ist Präsident der Schweizerischen Gesellschaft für Kieferorthopädie SGK.

Grosser Schutz für kleine Zähne.

CANDIDA

LILIBIGGS



**FÜR JUNIORS
AB 6 JAHREN.**

MIGROS

Ein **M** besser.

Kurse der Stiftung für SZPI

24. August 2021, Zürich Eintägiger Vorkurs für SZPI ohne dentale Vorbildung
8. / 9. September 2021, Zürich Zweitägiger Einführungskurs für SZPI

Info und Anmeldung: www.schulzahnpflege.ch/arbeiten-als-szpi/aus-und-weiterbildungskurse



Schul-Zahn-Bus

Terminkalender Schul-Zahn-Bus 2021

Juni 2021

7. 4535 Hubersdorf / SO
10. – 11. 8855 Wangen / SZ
14. 8855 Wangen / SZ

Oktober 2021

19. – 20. 6023 Rothenburg / LU
28. – 29. 7430 Thusis / GR

November 2021

25. – 26. 9000 St.Gallen

Einsätze mit dem Schul-Zahn-Bus (Schulzahnpflege) sind nicht öffentlich. Änderungen vorbehalten. Rufen Sie uns zur Sicherheit an: 061 415 66 45

9. Schweizerische Jahrestagung für SZPI: Vorankündigung

2. November 2021 in Olten

Informationen zu Programm und Anmeldung finden Sie unter:
www.schulzahnpflege.ch/arbeiten-als-szpi/aus-und-weiterbildungskurse

Kurse in Luzern

Modul «Anatomie»

15. September 2021, Luzern
19.00 – 22.00 Uhr

1. Zyklus (Kindergarten bis 2. Schuljahr)

Unterrichtseinheit «Das Wechselzahngebiss»
mit Einbezug des Stoffmundes
Kursort: Meyerstrasse 20, 6002 Luzern

Modul «Anatomie»

18. September 2021, Luzern
08.30 – 11.45 Uhr

2. Zyklus (3. bis 6. Schuljahr)

Unterrichtseinheit «Das Wechselzahngebiss»
mit Einbezug des Stoffmundes
Kursort: Meyerstrasse 20, 6002 Luzern

Modul «Krankheitsentstehung»

13. November 2021
08.30 – 11.45 Uhr

2. Zyklus (3. bis 6. Schuljahr)

Unterrichtseinheit «Karies & Co.»
mit Einbezug des Stoffmundes
Kursort: Meyerstrasse 20, 6002 Luzern

Modul «Krankheitsentstehung»

24. November 2021
19.00 – 22.00 Uhr

1. Zyklus (Kindergarten bis 2. Schuljahr)

Unterrichtseinheit «Warum Monster Zähne putzen»
mit Einbezug des Stoffmundes
Kursort: Meyerstrasse 20, 6002 Luzern

Kontaktperson für alle Kurse: Monica Rölli / vlsz@vlg.ch

Weitere Informationen und Kurse unter www.schulzahnpflege.ch/Agenda

SPONSOREN DER STIFTUNG FÜR SZPI



Philips Sonicare For Kids Connected



Der Start in eine gesunde Putzroutine



Kostenlose Zahnpflege-App für Kinder

Die App kommuniziert mit der Zahnbürste und hilft Kindern bei der Entwicklung einer Zahnputzroutine und besseren Mundhygiene.



Zwei unterschiedliche Bürstenkopfgößen

Speziell für die behutsame Reinigung der Zähne in verschiedenen Entwicklungsstufen konzipiert.



Entfernt bis zu 75% mehr Plaque

als eine Handzahnbürste mit dem Sonicare For Kids Bürstenkopf.



2 kinderfreundliche Putzprogramme

Sanfte und altersgerechte Reinigung – mit der niedrigen Stufe für Kinder ab 4 Jahren und der höheren für Kinder ab 7 Jahren.



KidTimer

Hilft Kindern, die empfohlene 2-minütige Putzdauer zu erreichen. Er verlängert die Putzzeit fortschreitend innerhalb der ersten 90 Tage.



Kindgerechte Designs – für jede Vorliebe

Auswahl aus 8 niedlichen und kindgerecht gestalteten Aufklebern.

HX6392/02



PHILIPS

sonicare