

Projekt Nummer G5

Anleitung zu gesunder Ernährung durch Schulzahnpflege-Instruktorinnen

Kontaktperson	Dr. Giorgio Menghini, Zentrum für Zahnmedizin der Universität Zürich, 044 634 34 88, giorgio.menghini@zzm.uzh.ch
Zielgruppen	Kindergartenkinder, Primarschüler/innen, Sekundarschüler/innen
Multiplikator/en	Schulzahnpflege-Instruktorinnen, Lehrpersonen
Setting(s)	Kindergarten, Primarschule, Sekundarschule
Unterstützt von	



SSO

Unsere Zahnärzte.

Zusammenfassung

Bis zu sechsmal jährlich besuchen Schulzahnpflege-Instruktorinnen (SZPI) beinahe alle Kindergärten und Primarschulklassen im Kanton Zürich. Sie leiten die Kinder zur Zahnpflege an, d.h. sie vermitteln das notwendige Wissen zur Vorbeugung von Karies und Zahnfleischentzündungen und überwachen die Zahnbürstübungen. Ab Schuljahr 2009/10 wird die Anleitung zu gesunden Zwischenmahlzeiten in diese Schuleinsätze eingebettet. Die SZPI sind dafür ausgebildet worden und verfügen über verschiedene Lektionseinheiten für alle Alterstufen der Volksschule. Sie verteilen zudem den «Znüni-Flyer» der Schulgesundheitsdienste der Stadt Zürich. So erhalten Eltern Tipps zu gesunder Zwischenverpflegung und werden ermuntert, sich über eine gesunde Ernährung ihrer Kinder Gedanken zu machen.

Alle Schüler/innen der 1. Primarklasse im Kanton erhalten zudem eine persönliche «Znüni-box» für den Transport der gesunden Zwischenmahlzeiten und einen persönlichen Trinkbecher. Die «Znüni-box» zirkuliert täglich zwischen zu Hause und Schule, der Trinkbecher bleibt in der Schule und soll bewirken, dass mehr Leitungswasser anstelle von Soft-Drinks getrunken wird. Die Verteilung von «Znüni-box» und Trinkbecher kann im Zusammenhang mit bestehenden Gesundheitsprogrammen bereits im Kindergarten stattfinden. «Znüni-box» und Trinkbecher sind aus hochwertigem Kunststoff und für einen langen Gebrauch (mehrere Jahre) geeignet. SZPI und Lehrpersonen können regelmässig das Thema «Znüni-box» aufgreifen, was die Nachhaltigkeit der vermittelten Informationen und Fertigkeiten erhöht.

Ergänzend zu den Informationsmaterialien zur Ernährung werden den Eltern und den Kindern auch Merkblätter abgegeben, welche die Themen Bewegung, Ernährung und Entspannung kombiniert angehen.

Beabsichtigte Wirkungen

Vision	Gesunde Zwischenmahlzeiten gehören zum Kindergarten- und Volksschulalltag. Dadurch sollen die Gesundheit und insbesondere das Gewicht der Kinder günstig beeinflusst werden.
Ziele	<ol style="list-style-type: none">1. Sensibilisierung der Lehrpersonen für einen gesunden Znüni und das Trinken von genügend Leitungswasser.2. Sensibilisierung der Eltern für gesunde Zwischenmahlzeiten im Familienalltag (Thema an Elternabenden).3. Gesunde Znüni im Kindergarten und in der Schule implementieren.4. Beitrag zur Vorbeugung von Übergewicht.

Massnahmen

- Weiterbildungskurse «Gesunde Ernährung für Zähne und Körper» haben für alle im Kanton tätigen Schulzahnpflege-Instruktorinnen bereits 2008/09 stattgefunden. Für die neuen SZPI wird dieser Kurs jährlich wiederholt. Dazu gehört die Bereitstellung der Unterlagen für die Lektionseinheiten mit Anschauungsmaterial, Merkblättern und Übungsblättern für alle Stufen der Volksschule.
- Flächendeckende Verteilung des Merkblattes «Znüni-Flyer»
- Jährliche Verteilung von «Znüni-Box» und Trinkbecher an alle Schüler/innen der ersten Primarschulklasse.

Rahmenbedingungen für Teilnehmende

- Die Schulzahnpflege-Instruktorinnen müssen den Kurs «Gesunde Ernährung für Zähne und Körper» absolviert haben um am Projekt G5 teilnehmen zu können.

Umsetzung

1. Seit dem Schuljahr 2009/10 leiten die Schulzahnpflege-Instruktorinnen alle Kindergartenkinder und Primarschüler/-innen zu gesunden Zwischenmahlzeiten an. Dabei werden die Znüni-Flyer abgegeben, wodurch Eltern und Lehrpersonen für das Thema "Gesunder Znüni" sensibilisiert werden.
2. Im Herbst 2010 wurden rund 15'000 Znüni-Boxen (mit Apfel und Znüni-Flyer) und Trinkbecher an die Erstklässler/-innen im Kanton verteilt. Ebenso im Herbst 2011.