

G3

Znüni-Box: Anleitung zu gesunder Ernährung und Bewegung durch Schulzahnpflege-Instruktorinnen

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



Gesundheitsförderung
Schweiz

Schweizerische
Zahnärzte-Gesellschaft
Sektion Zürich

SSO

Zürich
Die Zürcher Zahnärzte.

Zusammenfassung

Schulzahnpflege-Instruktorinnen (SZPI) leiten im Rahmen ihrer Einsätze die Schüler/innen zu gesunden Zwischenmahlzeiten an und verteilen einen «Znüni-Flyer» sowie für die 1. Primarklassen eine persönliche «Znüni-Box» und einen Trinkbecher. Sie besuchen dazu eine Weiterbildung.

Projektbeschreibung

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 wurde 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 einen «Znüni-Flyer». 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. Zudem 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 Zwischenmahlzeiten3. Gesunde Znüni im Kindergarten und in der Schule implementieren.4. Beitrag zur Vorbeugung von Übergewicht.

Massnahmen

- Weiterbildungskurse «Gesunde Kinderernährung für Zähne und Körper» wurden für alle im Kanton tätigen Schulzahnpflege-Instruktorinnen bereits 2008/09/10 durchgeführt. Seit 2011 ist dieser Weiterbildungskurs als Modul im jährlich stattfindenden Einführungskurs für SZPI integriert. Dieser Kurs wird am Zentrum für Zahnmedizin der Universität Zürich gehalten und muss von allen angehenden SZPI besucht werden.
- 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 (SZPI) müssen den Kurs «Gesunde Kinderernährung für Zähne und Körper» am Zentrum für Zahnmedizin der Universität Zürich absolviert haben, um am Projekt G3 teilnehmen zu können. SZPI, welche den Kurs nicht absolviert haben, können beim Zentrum für Zahnmedizin der Universität Zürich (siehe Kontakt) abklären lassen, unter welchen Voraussetzungen sie zum Projekt zugelassen werden und sich am Zentrum entsprechend nachqualifizieren.

Umsetzung

1. Seit dem Schuljahr 2009/10 leiten die Schulzahnpflege-Instruktorinnen regelmässig 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. Jeweils im Herbst werden rund 16'000 «Znüni-Boxen» (mit Äpfel und «Znüni-Flyer») und Trinkbecher an alle Erstklässler/-innen im Kanton durch die SZPI verteilt.