

# Informationsveranstaltung für Eltern



verflüxtes Schlaraffenland!?

Wie sich die Ernährung auf unsere Zähne und die Gesundheit auswirkt...

Die richtige Ernährung ist ein wichtiges Fundament für den Start in ein gesundes Leben. Je früher sich eine abwechslungsreiche Ernährungsweise und die tägliche Zahnpflege im Tagesablauf verankern, desto eher festigt sich ein gesundheitsorientiertes Verhalten. Im Rahmen der Gesundheitsvorsorge möchten wir den Eltern in einem Vortrag eine zahngesunde und kindgerechte Ernährungsweise anschaulich näherbringen und für Fragen zur Verfügung stehen.

## Inhalte der Eltern-Information sind ...

- ... Ernährungsvortrag über Kinderernährung und Kinderlebensmittel sowie deren Einfluss auf Zahngesundheit, Wachstum und Entwicklung
- ... aktuelle Empfehlungen zur altersentsprechenden Verzehrsmenge
- ... Empfehlungen zur altersentsprechenden Zahnputztechnik „KAI-Methode“
- ... Hilfestellung zur Auswahl von Kinderzahnbürsten und Kinderzahnpaste
- ... Hilfestellung zum Umgang mit dem Schnuller
- ... Vorstellung des Prophylaxeprogramms Kita mit Biss

Die Veranstaltung kann wahlweise am Nachmittag oder Abend stattfinden. Wie alle anderen Angebote des Arbeitskreises ist auch diese Veranstaltung kostenfrei. Weitere Informationen und die Möglichkeit zur Terminabsprache geben die Mitarbeiterinnen des Arbeitskreises Zahngesundheit.

## Arbeitskreis Zahngesundheit Siegen-Wittgenstein und Olpe

Spandauer Straße 40, 57072 Siegen, Tel. 0271-33 88 87 0 (arbeitskreis@zahngesundheit-si.de)  
Westfälische Straße 75, 57462 Olpe, Tel. 0271-33 88 87 20 (arbeitskreis@zahngesundheit-oe.de)

