gesundheit baselland

2 | 2012

Schwerpunkt Gesundes Körpergewicht

Die 2. Staffel *aktion gesundes körpergewicht* läuft seit Januar 2012 und dauert bis 2015. Wie die erste Phase wird auch die 2. Staffel zur Hälfte von Gesundheitsförderung Schweiz und zur Hälfte vom Kanton BL finanziert. Ziel dieser 2. Staffel ist es, die erfolgreichen Projekte aus der ersten Phase zu erweitern und zu festigen sowie erfolgversprechende neue Ansätze zu prüfen, dies auch basierend auf den Projekterfahrungen, die in anderen Kantonen gemacht wurden. – In dieser Nummer von *gesundheit baselland* geben wir Ihnen einen Bericht über die laufenden Aktivitäten von drei erfolgreichen Projekten, die wir in der 2. Staffel weiterführen. Neue Projekte wie «purzelbaum» und «Mittagstisch» sind in der Konzeptphase. Über sie werden wir in einem nächsten Heft berichten.

THEMEN DIESES HEFTS

Schwerpunkt

2 schnitz und drunder
3 vitalina
6 kind und raum
8 Trink Wasser

Plattform

9 In Kürze
10 Schlägt der Zahnteufel wieder zu?
11 Schulgesundheit
12 Pratteln engagiert sich für frühe Förderung

«schnitz und drunder»: jetzt im Bergwald und für Jugendliche
schnitz und drunder hat mit der Bildungswerkstatt Bergwald ein Projekt für Jugendliche entwickelt, das die Beziehung zu Natur, Nachhaltigkeit und gesunder Ernährung fördert – vor Ort im Bergwald: Seite 2

«vitalina» für Familien aus Afrika
Kenia, Tansania, Uganda, Kongo, Äthiopien und Eritrea: Lucy Oyubo und Asmeret Yacob, zwei Vermittlerinnen aus Ostafrika, berichten von ihrer Arbeit beim HEKS im Rahmen des Projektes «vitalina»: Seite 4

«kind und raum»: In Münchenstein werden Pausen(T)räume wahr
Wie der Schulplatz des Löffelmattschulhauses in Münchenstein neu gestaltet wird, zeigt die Foto-Geschichte auf: Seite 6

«Trink Wasser»: eine Aktion für Kinder und Jugendliche
Werbezug für Hahnenburger: Gesundheitsförderung Schweiz hält für Gemeinden und Schulen eine breite Angebotspalette bereit, mit der Kinder und Jugendliche motiviert werden können, Wasser zu trinken: Seite 8

«schnitz und drunder»: jetzt im Bergwald und für Jugendliche

Welche Auswirkungen haben meine Kaufentscheide und Vorlieben auf mein Wohlbefinden und die Umwelt? «schnitz und drunder» hat mit der Bildungswerkstatt Bergwald ein Projekt für Jugendliche entwickelt, das dieser Frage nachgeht.

«Du bist, was du isst.» Deshalb gibt es «schnitz und drunder», ein Beratungsangebot des Kantons Baselland für Kinderkrippen und Tagesfamilien. Das Ziel ist, Kindern ein gesundes und ausgewogenes Essen mit Nahrungsmitteln aus der Region zu bieten. Die Nachhaltigkeit spielt dabei eine zentrale Rolle, das heisst die Frage nach den Auswirkungen unseres Einkaufsverhaltens auf Umwelt, Wirtschaft und Gesellschaft im globalen Rahmen. Betriebe, die die Kriterien für ausgewogene und nachhaltige Ernährung erfüllen, erhalten die Auszeichnung «schnitz und drunder» für vorbildliche Verpflegung im Baselbiet.

Ein Angebot, das sich bewährt

«schnitz und drunder» wurde im Rahmen der «aktion gesundes körpergewicht» von der Gesundheitsförderung Baselland zusammen mit der Fachstelle für Hauswirtschaft entwickelt und lanciert. Seit April 2011 gehört es zum festen Beratungsangebot des Kantons und wird von der Fachstelle für Hauswirtschaft und Ernährung Ebenrain betreut und umgesetzt. In dieser Zeit hat sich das Angebot bewährt. «schnitz und drunder»-Leiterin Maya Mohler sagt dazu: «Wer einmal mitmacht, bleibt dabei. Alle zwei Jahre besuche ich die Tagesstätten erneut und überprüfe, ob die Kriterien weiterhin eingehalten werden. Der erste Betrieb, der die Auszeichnung erhielt, geht nun bereits in die dritte Runde.» In den letzten anderthalb Jahren wurde das Angebot zudem in andere Kantone multipliziert. Zurzeit gibt es «schnitz und drunder» auch in den Kantonen Luzern, Zug, Thurgau und St. Gallen.

Jugendliche ansprechen

Kleine Kinder sehen ihre Betreuungspersonen als Vorbilder und haben weniger Gewohnheiten als Jugendliche und Erwachsene, wenn es ums Essverhalten geht. Deshalb lassen

sich die Ziele von «schnitz und drunder» in Kitas und in Tagesfamilien am wirkungsvollsten umsetzen. Nicht zuletzt, weil in diesen Ganztagesstrukturen das Essen Teil der Betriebskultur und des Gemeinschaftslebens ist. Nun ergab sich aber im Januar 2012 für «schnitz und drunder» die Gelegenheit, auch Jugendliche mit dem Wissen um gesundes und nachhaltiges Essen zu erreichen. Die Chance kam in der Zusammenarbeit mit der Bildungswerkstatt Bergwald, deren Leitung auf der Suche nach einer Partnerschaft zu den Themen Ernährung und Nachhaltigkeit auf «schnitz und drunder» aufmerksam wurde.

Bildung im Berggebiet

Die Bildungswerkstatt Bergwald führt Projektwochen für Schulklassen ab der 9. Klasse und Lehrlinge durch. Die Jugendlichen tragen durch ihre Arbeit zur Pflege und nachhaltigen Nutzung der Bergwälder bei und lernen dabei einen neuen Umgang mit sich selbst, mit anderen Menschen, mit der Natur – und mit dem Essen. Marc Lombard, Geschäftsführer der Bildungswerkstatt Bergwald, hat bereits früher mit Jugendlichen zum Thema nachhaltige Entwicklung und Ernährung gearbeitet und gute Erfahrungen gemacht. «Viele Jugendliche haben keine Ahnung von diesen Fragen. Ungefähr ein Drittel ist sehr interessiert und will mehr wissen. Die anderen sind eher gleichgültig. Die Waldprojektwochen sind gut geeignet, um mit den Jugendlichen ins Gespräch zu kommen.» Hier werden sie mit ihrem eigenen Ess- und Bewegungsverhalten konfrontiert: Durch die körperliche Arbeit vergrössert sich der Appetit. Es gibt keinen Kiosk um die Ecke für die Flasche Cola oder den Energy Drink, kein Fertig- oder Fastfood. Das Mittagessen draussen in der Natur – Brot mit Käse oder Wurst – entspricht nicht immer den Erwartungen oder Ansprüchen der jungen Leute.

Zusammenarbeit mit «schnitz und drunder»

Aus der Kooperation mit «schnitz und drunder» entstand das Projekt REGI & NA – regional und nachhaltig ernähren. Die Grundsätze von REGI & NA decken sich mit jenen von «schnitz und drunder»: Es geht um gesundes Essen, aber auch darum, sich mit der lokalen und saisonalen Lebensmittelproduktion und dem globalen Handel auseinanderzusetzen. Auch die sozialen und emotionalen Aspekte des Essens sind ein Thema. Während der Projektwoche besuchen die Jugendlichen lokale Produzenten und erfahren, wie in abgelegenen Bergregionen Lebensmittel hergestellt werden. Sie kommen immer wieder ins Gespräch über Esskultur, Körperbilder, Saisonalität, Ressourcenverbrauch, Tierhaltung, Arbeitsbedingungen und Eigenverantwortung.

Hilfsmittel zum Ausprobieren und Umsetzen

«schnitz und drunder» übernimmt in diesem Projekt die Beratung der Geschäftsleitung sowie die Ausbildung der Kursleiterinnen, Kursleiter und Küchenteams. Ausbildungs- und Praxismaterial für REGI & NA wurden von Maya Mohler entwickelt. Für sie ist die Praxistauglichkeit der Grundsätze und der Dokumentation ein wichtiger Punkt: «Jede Veränderung muss in der Praxis funktionieren. Das heisst in diesem Fall auch, was am Schluss auf den Teller kommt, muss gut schmecken!» Deshalb gibt es im Handbuch für das Küchenteam auch eine Rezeptsammlung mit einfachen, schmackhaften Gerichten. Die Rezepte sind dem Appetit der Jugendlichen, die mehrere Stunden am Tag draussen in der Natur körperliche Arbeit verrichten, angepasst. «Das sind nicht Mengenangaben nach Tiptopf», sagt Maya Mohler. «Ich habe hier jeweils das Doppelte angegeben, wenn nicht noch mehr.»

Pilotphase Herbst 2012

Die erste Pilotwoche der Bildungswerkstatt mit REGI & NA fand im September im Kanton Graubünden statt. Dreizehn weitere Wochen sind diesen Herbst geplant. Die Pilotphase wird zeigen, wie gut sich das Projekt praktisch umsetzen lässt. Zum Beispiel: Wie viel kann man in diesen abgelegenen Bergregionen tatsächlich vor Ort einkaufen? Wie gut gelingt es den Küchenteams, die Grundsätze umzusetzen? Am meisten gespannt ist Geschäftsführer Marc Lombard aber auf die Reaktion der Jugendlichen: «Das ist das Allerwichtigste.»

STEPHANIE MORRIS, WORTGEWANDT BASEL

KONTAKT UND INFORMATIONEN

BILDUNGSWERKSTATT BERGWALD UND REGI & NA
Marc Lombard: lombard@bergwald.ch, www.bergwald.ch
Das Projekt-Material wird den Lehrpersonen und Küchenteams zur Verfügung gestellt, die sich mit ihrer Klasse für REGI&NA anmelden.

«SCHNITZ UND DRUNDER»
Maya Mohler
Fachstelle für Hauswirtschaft und Ernährung
Landwirtschaftliches Zentrum Ebenrain
maya.mohler@bl.ch, www.schnitzunddrunder.bl.ch

Asmeret Yacob und Lucy Oyubo Osterwalder

«Vitalina» für Familien aus Afrika
Neue Vermittlerinnen für «Vitalina»

Fremdsprachige Familien im Kanton Basel-Landschaft wissen heute besser Bescheid, was gesunde Ernährung und Bewegung für ihre Kinder bedeutet. Dank den interkulturellen Vermittlerinnen des HEKS im Projekt «Vitalina», die auf Eltern zugehen und sie in ihrer Muttersprache beraten. Seit Kurzem gehören zwei Vermittlerinnen aus ostafrikanischen Ländern zum Team. Gesundheit BL hat mit ihnen gesprochen.

Woher kommen die Familien, mit denen Sie arbeiten?
Asmeret Yacob: Meine «Kundschaft» stammt aus Eritrea und Äthiopien.
Lucy Oyubo: Ich arbeite mit Familien aus Ostafrika, das heisst Kenia, Tansania, Uganda oder aus dem Kongo. Aber mit Englisch kann ich ein noch viel grösseres Gebiet abdecken und auch Familien aus Asien und weiteren Ländern beraten.

Wie sieht die traditionelle Ernährung in Ihren Heimatländern aus?
Yacob: In Äthiopien und Eritrea wird sehr viel Getreide, besonders Hirse und Teff, und Gemüse gegessen. Aus Teff wird Injera gebacken, ein Fladenbrot aus Sauerteig. Auch Kuhmilch gehört zum Speiseplan. Hingegen wird wenig Fleisch und kaum Fisch gegessen. Das Essen ist stark gewürzt, und auch den Schwarztee und Kaffee würzen wir mit Kardamom und Nelken. Gezuckerter Tee war die einzige Süssigkeit, die ich als Kind kannte. Die gemeinsamen Mahlzeiten sind wichtig. Die ganze Familie kommt zusammen und isst gemeinsam.
Oyubo: Die Ernährung in Kenya ist reich an Kohlenhydraten aus Maniok, Süsskartoffeln oder Maisbrei. Meine Mutter kochte jeden Morgen Maisbrei für uns Kinder, der hielt uns lange satt. Mangos konnte ich direkt vom Baum pflücken, und Rohrzucker haben wir selber angebaut. Zu den traditionellen Speisen gehören auch Kochbananen, Avocados und viel Fisch. Zum Trinken gibt es auf dem Land eigentlich nur Wasser, morgens und abends auch Kaffee und Tee. Heute ist die Auswahl grösser, weil viele Nahrungsmittel importiert werden.

Traditionell ernähren sich die Menschen aus Ihren Ländern also sehr gesund. Wie sieht es denn aus, wenn sie in die Schweiz kommen?
Yacob: Sie sehen die vielen Süssigkeiten, Getränke und Fruchtsäfte und denken, das sei gesund! Die Mütter wollen das Beste für ihre Kinder und geben ihnen süsse Joghurts, Multivitamingetränke und Kuchen. Sie sind sich nicht bewusst, dass dort sehr viel Zucker drin steckt, der die Zähne kaputt macht. Karies kennen sie nicht. Langsam wächst jedoch das Bewusstsein für gesunde Ernährung.
Oyubo: Ich mache ähnliche Erfahrungen. Vielen Eltern ist zunächst nicht bewusst, dass Zahnhygiene sehr wichtig ist. Ob die Kinder am Abend ihre Zähne putzen, ist ihnen nicht so wichtig. Sie sind dankbar, wenn ich ihnen diesen Zusammenhang erkläre.

Ernähren sich die Familien hier denn völlig anders als in ihren Herkunftsländern?
Yacob: Nein, die Familien aus Eritrea kochen eigentlich ganz wie zu Hause. Nur kommt viel Zucker dazu, Cola, Eistee, Kuchen und solche Dinge.
Oyubo: Auch die Familien aus Ostafrika fühlen sich hier ganz zu Hause, denn sie können hier alle traditionellen Lebensmittel kaufen. Die Süssgetränke sind eigentlich das grösste Problem.

Wie sieht es mit der Bewegung der Kinder aus?
Yacob: Die engen Wohnverhältnisse sind ein Problem. In Eritrea sind die Kinder eigentlich immer draussen und können sich frei bewegen. Das ist hier anders. Aber die Mütter gehen nicht gerne in den Park. Sie fürchten, die Kinder werden bei dem kühlen Wetter krank. Ich erkläre ihnen, dass ihre Kinder sich an das hiesige Klima gewöhnen müssen. Sie brauchen nur die richtige Kleidung. Besonders schwer ist es für Familien in Asylheimen. Ich rate den Frauen immer, die Mütter-/Väterberatung zu besuchen, und zeige ihnen auch die guten Spielplätze in der Umgebung. Die Familien sind dankbar für meine Unterstützung, aber ich weiss nicht, ob sie meine Tipps auch umsetzen, wenn ich nicht dabei bin. Dabei wäre es so wichtig, dass die Kinder nicht den ganzen Tag in der Wohnung sitzen.
Oyubo: Auch ich treffe Frauen, die sich nicht allein auf die Spielplätze trauen. Manche wollen das Haus im Winter gar nicht verlassen. Zum Glück gibt es auch unternehmungslustige Väter, die viel mit den Kindern raus gehen. Aber die allein erziehenden Mütter haben es schwer, und auch die Kinder leiden unter der Situation. Sie können oft nicht alleine aus dem Haus, und so hängen sie den ganzen Tag vor dem Fernseher. Ich versuche diesen Müttern Mut zu machen, mehr mit den Kindern zu unternehmen.

Kommt Ihre Arbeit bei den Familien gut an?
Oyubo: Ja, in den meisten Fällen schon. Ich spreche viele Familien in der Kirche an, in den Vereinen oder Mütter-Treffpunkten. Zum nächsten Gespräch bringen sie dann ihre Freundinnen mit, und so erweitert sich das Netz. In meinen Englischkursen erzählen mir die älteren Kinder, wie sie zu Hause darauf achten, keine Süssgetränke mehr zu trinken. Und die Mütter klagen, dass sie selber auch nicht mehr so viel Kuchen essen dürfen, weil ihre Kinder von mir so gut informiert sind. Das gefällt mir!
Yacob: Die Menschen sind froh um meine Unterstützung. Sie erhalten zwar überall Informationsprospekte, aber sie können kein Deutsch lesen. Wenn ich ihnen die Prospekte in Tigrinya gebe, sind sie plötzlich ganz aufmerksam und wollen mehr wissen. Viele Mütter treffe ich nicht nur einmal, sondern kann eine vertrauensvolle Beziehung aufbauen. Das ist sehr wichtig für sie. Manchmal basteln wir zusammen einfache Spielsachen, die gar nichts kosten. Die Kinder freuen sich darüber und fangen an, die Sachen selbst zu machen. Ich spüre, dass meine Arbeit den Eltern und Kindern gut tut. Ich weiss ja aus eigener Erfahrung, wie schwer es ist, in einem fremden Land die Sprache nicht zu verstehen.

JANINE KERN, WORTGEWANDT BASEL

Asmeret Yacob (links auf dem Bild) ist in Eritrea aufgewachsen und lebt seit 1985 in Weil-Haltingen. Sie arbeitete als Mediatorin bei ECAP, bevor sie interkulturelle Vermittlerin im Projekt «Vitalina» wurde. Neben Deutsch spricht sie Tigrinya und Amharisch.

Lucy Oyubo Osterwalder (rechts auf dem Bild) stammt aus Kenia und lebt seit elf Jahren in der Schweiz. Vor zwei Jahren zog sie nach Basel und absolvierte bei HEKS eine Ausbildung als interkulturelle Übersetzerin. Seit Februar 2012 arbeitet sie für das Projekt «Vitalina» in Englisch und Suaheli.

VITALINA – ZUGANG ZU GESUNDHEITSINFORMATIONEN

Das Projekt «Vitalina – Aktive Eltern für gesunde Kinder» ermöglicht fremdsprachigen Eltern mit Kindern im Vorschulalter den Zugang zu wichtigen Informationen und setzt dabei auf einen niederschwelligen, aufsuchenden Weg: Von HEKS ausgebildete interkulturelle Vermittlerinnen und Vermittler gehen dorthin, wo sich Eltern mit kleinen Kindern aufhalten, und sprechen die Mütter und Väter aus ihrem Kulturkreis direkt an. Das Projekt wurde von der Gesundheitsförderung Baselland zusammen mit dem HEKS entwickelt. Im Kanton Basel-Landschaft ist das Projekt seit 2008 Teil der «aktion gesundes Körpergewicht»

Weitere Informationen:
www.heks.ch/schweiz/regionalstelle-beider-basel/ oder unter www.agk.bl.ch → von 0–5 → vitalina.
Kontakt: HEKS-Regionalstelle beider Basel, Vitalina, Andrea Ruder Torres, Pfeffingerstrasse 41, Postfach, 4002 Basel, Telefon 061 367 94 03, E-Mail: ruder@heks.ch

Spielräume und Schulwege kinderfreundlich gestalten – Wie geht das?

Im Zentrum des Projektes kind und raum steht die kinder- und bewegungsfreundliche Gestaltung von Spielräumen und Schulwegen. Ein Kernelement des Projektes ist die Partizipation von Kindern bei der Entwicklung und Gestaltung von öffentlichem und halböffentlichem Raum, von Schulhöfen und sicheren Schulwegen. Am 26. Oktober 2012 wurde das neu gestaltete Schulareal des Löffelmattschulhauses eingeweiht – ein Beispiel aus dem Projekt kind und raum:

Löffelmattschulhaus in Münchenstein – Pausen(T)räume

April 2011

Das soll ein Spiel- und Pausenplatz sein, auf dem die Kinder ihre Schulpausen und Freizeit gerne verbringen? Nein, fand die Gemeinde Münchenstein und beschloss: Das muss anders werden! Ein idealer Ort, um das Projekt kind und raum umzusetzen. Unter Mithilfe und Begleitung von Kinderbüro Basel sollte das gesamte Schulareal mit einfachen Mitteln und einer naturnahen Gestaltung vielfältige Spiel- und Bewegungsmöglichkeiten sowie Naturerfahrungen, aber auch Raum für Begegnungen und Rückzug bieten.

30. Mai 2011 Auftakt zur Projektwoche

In einer Projektwoche setzten sich die Kinder intensiv mit diesen Themen auseinander. Zum Auftakt der Woche wurde gespielt und zwar an einem Spieltag mit dem Thema «Feuer, Erde, Wasser und Luft».

KIND UND RAUM

Das Kinderbüro Basel, Projektpartner der Gesundheitsförderung Baselland, lotet zusammen mit den Fachpersonen der Gemeinden die Möglichkeiten aus, wie auch mit einfachen Mitteln Bewegung ermöglicht werden kann, und begleitet die Planung und Umsetzung von partizipativen Projekten. Bis jetzt haben die Gemeinden Oberwil, Wenslingen, Lausen und Münchenstein von diesem Angebot Gebrauch gemacht.

Mitte Mai 2011 — Was spielen Kinder? Wie spielen Kinder? Wo spielen Kinder?

Erwachsene kommen zu Wort: Die Mitglieder des Elternrates wurden aufgefordert, Kinder beim Spiel während den Schulpausen und in der Freizeit zu beobachten. Ihre Beobachtungen hielten sie auf Plakaten und in einem Bericht fest.
Kinder kommen zu Wort: Es wurden Spieldetektive ausgesandt, die genau hinschauten und Spiel-Steckbriefe erarbeiteten.

31. Mai 2011 — Was habt Ihr gesehen? Was wollt Ihr denn?

Am zweiten Tag der Projektwoche wurde die ganze Sammlung von Ideen, Beobachtungen, Steckbriefen, Plakaten und Fotos zusammengetragen, analysiert und gegenseitig präsentiert; Bildassoziationen unterstützten die gemeinsame Arbeit. Neues, Erstaunliches und Altbekanntes gab es da zu sehen.

Informationen: www.agk.bl.ch → kind und raum, Gesundheitsförderung Baselland, Bahnhofstrasse 5, 4410 Liestal
Irène Renz: Telefon 061 552 62 86; irene.renz@bl.ch

01. Juni 2011 — Was machen wir jetzt damit?

Am dritten Projekttag gab es viel zu reden und zu malen. Die Kinder hielten in Zeichnungen ihre Ideen fest und besprachen die Bilder mit den Fachpersonen.

01. Juni 2011 — Wie findet Ihr das?

Am letzten Tag der Projektwoche wurden alle Modelle in der grossen Turnhalle ausgestellt. Sie hiessen «Kletterpark», «das kleine Bächlein», «Baumhütte» oder «Löffeli Kiosk». Kinder, Lehrpersonen, Eltern und Fachpersonen waren begeistert vom Ideenreichtum und der phantasievollen und gekonnten Umsetzung.

Vom Juli 2011 bis im Juni 2012 wurde viel gearbeitet. Ein Bericht, der alle Ergebnisse und Empfehlungen zusammenfasste, wurde erstellt. Aus den unterschiedlichen Modellen wurde ein einziges Modell gebaut, das bei den Kindern in Vernehmlassung ging: Wurden ihre Bedürfnisse auch wirklich aufgenommen?
Ein Gartenbauer wurde beauftragt, einen Plan zu zeichnen.

15. und 22. September 2012 — Ran an die Arbeit!

Kinder, Fachpersonen, Eltern und Lehrpersonen bauten gemeinsam den neuen Pausenplatz nach den Ideen, Plänen und Modellen, die die Kinder«geträumt» hatten.

01. Juni 2011 — Ist das machbar?

Um das herauszufinden, setzten die Kinder ihre Vorschläge in Modelle um. Unterstützt wurden sie dabei von den Fachpersonen der Gemeinde.

So könnte dieser Pausentraum dann aussehen: eine komfortabel breite Rutschbahn – mit einfachen Mitteln und naturnah.

14. Juni 2012 — Jetzt wird es ernst:

Der Gartenbauer präsentierte den Kindern die Umsetzung ihrer Vorschläge. Da gab es einiges zu diskutieren und zu überprüfen.

26. Oktober 2012 — Der Pausen(t)raum wird wahr:

Begeistert und stolz waren bei der Einweihung des Pausenplatzes nicht nur die Kinder, sondern alle, die an der Entwicklung und Umsetzung mitgearbeitet hatten.

MIRJAM ROTZLER, KINDERBÜRO BASEL

«Trink Wasser»: Aktionen für Kinder und Jugendliche

Wasser trinken ist gesund. Diese Tatsache ist vielen bekannt und der Genuss von Wasser als Alltagsgetränk ist in der Schweiz weit verbreitet – nicht aber bei Kindern und Jugendlichen. Sie greifen ebenso oft zu Süssgetränken, Fruchtsäften und Energy Drinks – mit negativen Folgen für das Körpergewicht.

Deshalb lanciert Gesundheitsförderung Schweiz den Themenschwerpunkt «Trink Wasser». Ziel ist es, mit Aktionen Werbung für Trinkwasser zu machen und insbesondere Kinder und Jugendliche dafür zu sensibilisieren, dass Wasser trinken die kostengünstige, energiefreie und gesunde Alternative zum Konsum von Süssgetränken darstellt.

Der Themenschwerpunkt «Trink Wasser» wird von zahlreichen Aktionen über vier Jahre getragen. Dabei arbeitet Gesundheitsförderung Schweiz eng mit Kantonen, Städten, Gemeinden, Schulen und Partnern aus der Wirtschaft zusammen. Sie helfen mit, dem Wassertrinken ein positives Image zu verleihen. Die Kommunikationsmittel umfassen neben Infomaterialien eine Vielfalt von Event-Objekten, Give aways und Social-Media-Massnahmen.

Was können Gemeinden und Schulen ausleihen?

An öffentlichen Auftritten ist der schwebende Wasserhahn der Publikumsliebling. Aus einem überdimensionalen Wasserhahn ohne sichtbaren Zufluss rieselt Wasser in ein Becken. Wie ist das möglich?

Durstige Passanten können sich am Becherspender mit Trinkbechern bedienen. Wer sich gerne ausruht, lässt sich an der Wasserbar nieder, auf deren Menukarte lokaler Hahnenburger zur Auswahl steht. Beim Stand bietet das kinderfreundliche Tropfenkostüm Familien Trinkwasser an.

Welche Angebote eignen sich zum Verteilen?

Der Flyer «Wasser hält dich in Bewegung» zeigt Vorteile von Wassertrinken und Nachteile von Süssgetränken auf und bietet Eltern Tipps zum Wassertrinken. Auf der Vorderseite des Flyers ist eine Figur aus dem Sand- oder Baukasten zu sehen, die sich dank Wasser mit viel Spass bewegt. Das gleiche Sujet in zwei Varianten ist auch auf den Rillen-Postkarten, Inseraten und Plakaten ersichtlich.
Die Alu-Trinkflaschen mit der Beschriftung «Hahnenburger» sollen Kinder animieren, im Alltag Wasser zu trinken. Um andere Gefässe, Lavabos oder Brunnen mit «Hahnenburger» zu beschriften, stehen Aufkleber zur Verfügung.

Online-Tools:

Institutionen haben die Möglichkeit, interaktive Web-Angebote zu Wassertrinken direkt auf ihrer Website zu verlinken oder einzubauen. Auf der Seite **www.auf-die-gesundheit.ch** werden Jugendliche eingeladen, einer Schweizer Persönlichkeit virtuell mit Wasser zuzuprosten. Dank den Online-Rechnern «Wie viel soll ich trinken?» und «Analysiere deinen Getränkekonsum» setzen sich Webbesucher und Webbesucherinnen mit dem Getränk Wasser auseinander. Dazu gibt's Tipps zum Wassertrinken und für ein gesundes Körpergewicht.
www.gesundheitsfoerderung.ch/trinkwasser

Kontakt: Simone Widler, Projektleiterin Kommunikation
Gesundheitsförderung Schweiz
simone.widler@gesundheitsfoerderung.ch
Telefon 031 350 04 04

Reproduziert mit Bewilligung von swisstopo (JA 100099)

9 In Kürze
10 Schlägt der Zahnteufel wieder zu?
11 Schulgesundheit
12 Pratteln engagiert sich für frühe Förderung

Plattform

Plattform für Fachpersonen in BL
Hier ist Platz für kurze Artikel und Informationen von Gemeinden, staatlichen oder Non-Profit-Institutionen zu Präventionsthemen. Gerne nehmen wir Ihre Berichte zu Aktionen, Projekten und Publikationen im Bereich der Gesundheitsförderung auf. Bitte wenden Sie sich an: Redaktion gesundheit baselland, Gesundheitsförderung BL, Bahnhofstrasse 5, 4410 Liestal, Telefon 061 552 62 87; Fax 061 552 69 34; E-Mail: gesundheitsfoerderung@bl.ch

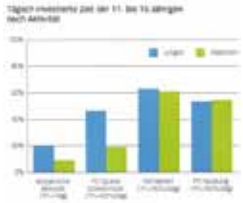
IN KÜRZE

Neuer Mitarbeiter in der Gesundheitsförderung BL

Stephan Koller ist seit 1. September 2012 für die Bereiche Jugend und Suchtprävention zuständig. Er wird sich und seine Arbeit in Heft 1/2013 vorstellen.
Anfragen zu den Bereichen Jugend und Suchtprävention an: stephan.koller@bl.ch; Telefon 061 552 62 18

3D-Tagung 23. Januar 2013, Muttenz: GLÜCKLICHE JUGEND BL?!

Thema der diesjährigen 3D-Tagung ist die Förderung der psychischen Gesundheit von Kindern und Jugendlichen in Baselland. Sie richtet sich an Fachpersonen aus Verwaltung, Gemeinden, Schulen, nichtstaatlichen und privaten Organisationen und an interessierte Personen. Die Teilnahme ist kostenlos. Anmeldeschluss: 18. 12. 2012; Anmeldung auf www.3d-Tagung.bl.ch



Gesundheit der Baselbieter Kinder und Jugendlichen

2010 wurden im Rahmen der HBSC-Studie (Health Behaviour in School-aged Children) rund 1100 Baselbieter Kinder und Jugendliche im Alter von 11 bis 15 Jahren zu ihrem Gesundheitsverhalten befragt. Resultate und Bewertung dieser Befragung auf: www.baselland.ch/Gesundheitsberichte.316992.0.html

www.feel-ok.ch – neuer Auftritt und überarbeitete Begleitmaterialien

Die Gesundheitsplattform feel-ok.ch für Jugendliche zwischen 12 und 17 Jahren ist in neuer Frische online und legt überarbeitete Informationsmaterialien und didaktische Unterlagen vor (u. a. Gesundheitskarten für Jugendliche mit Aufgaben, die mit feel-ok.ch gelöst werden können; Arbeitsblatt zum Thema Tabak u. a. m.). Kontakt: www.feel-ok.ch, Telefon 044 360 41 06, feel-ok.ch@radix.ch

Schlägt der Zahnteufel wieder zu?

2011 hat sich die Zahngesundheit von Schulkindern zum ersten Mal in zwanzig Jahren verschlechtert. «gesundheit baselland» fragte die Kantonszahnärztin Ludmila Strickler, wie gravierend diese Resultate sind.

Seit zwanzig Jahren werden die Zähne von Schulkindern im Kanton Basel-Landschaft regelmässig untersucht. In der neuesten Studie von 2011 wurden 1200 Kinder in drei Altersgruppen untersucht: 7- bis 8-Jährige (1. Klasse), 12- bis 13-Jährige (6. Klasse) und 15- bis 16-Jährige (9. Klasse). Das frappanteste Ergebnis: Zum ersten Mal wurde in den zwei älteren Gruppen eine Zunahme von Karies festgestellt. Unter den 15- bis 16-Jährigen ist die durchschnittliche Anzahl von geschädigten Zähnen pro Kind von 1.48 vor fünf Jahren auf 1.82 gestiegen. Die Zahl der kariesfreien Jugendlichen in dieser Gruppe ist mit 40 Prozent deutlich tiefer als 2006 (49 Prozent).

Haben unsere Kinder also wieder mehr Karies? Kantonszahnärztin Ludmila Strickler warnt davor, aus diesen Zahlen eine Trendwende abzulesen: «Die Zahngesundheit von Jugendlichen ist weiterhin in einem sehr guten Zustand. In allen Altersgruppen wurden in den letzten zwanzig Jahren grosse Fortschritte gemacht. Die Verschlechterung gegenüber 2006, die wir in der neuesten Studie feststellen, ist klein und für sich allein nicht sehr aussagekräftig. Erst die kommenden Studien werden zeigen, ob es sich tatsächlich um eine Trendumkehr handelt.»

Ausländische Kinder haben mehr Löcher

Die Kantonszahnärztin erklärt, was man den Durchschnittswerten der Studie nicht ansieht: «Oft ist es so, dass viele Kinder gar keine Löcher haben, eine kleine Gruppe aber sehr viele. Deshalb erheben wir seit einigen Jahren einen zusätzlichen Index, der nur den am stärksten betroffenen Drittel anschaut.» 2011 war dieser Wert bei den 15- bis 16-Jährigen 4,54. Das heisst, im Durchschnitt haben Jugendliche in dieser Gruppe 4,54 geschädigte Zähne. 2006 lag dieser Wert bei 3,9. Die Studie weist auf die Risikofaktoren Nationalität und Schulniveau hin: Ausländische Kinder haben mehr Karies als Schweizer Schülerinnen und Schüler, und Kinder im Leistungszug P haben bessere Zähne als ihre Kameradinnen und Kameraden in den progymnasialen Klassen und den tieferen Niveaus.

Hilfe beim Zähneputzen

Die Studie hat auch Informationen zu den Zahnputzgewohnheiten erhoben. Und auch hier gibt es Unterschiede zwischen ausländischen und Schweizer Kindern. Wichtiger als die Frage, wie oft sich die Kinder die Zähne putzen, ist für die Kantonszahnärztin ein anderer Punkt: Helfen die Eltern ihren Kindern beim Zähneputzen und bis in welches Alter? «Kleine Kinder sind nicht in der Lage, ihre Zähne selber zu putzen. Bis achtjährig sollten die Eltern ihnen dabei helfen», erklärt Ludmila Strickler. Die Umfrage hat ergeben, dass es unter den ausländischen Familien mehr Eltern gibt, die das nicht tun. Institutionen wie die Mütter- und Väterberatung könnten hier eine vermittelnde Rolle spielen, indem sie verstärkt darüber informieren, wie wichtig es ist, kleinen Kindern beim Zähneputzen zu helfen.

Aufklärung für die Älteren

Welches Fazit zieht die Kantonszahnärztin aus den Ergebnissen der Studie? «Die Zähne unserer Kinder sind in einem sehr guten Zustand. Wir müssen aber wachsam sein, weil es auch neue Risikofaktoren gibt, wie zum Beispiel die Beliebtheit von Süssgetränken unter Jugendlichen.» Dass die Ergebnisse der Untersuchung 2011 vor allem in der Gruppe der 15- bis 16-Jährigen schlechter ausfielen als fünf Jahre davor, nimmt Ludmila Strickler ernst. «In Baselland gehen die Instruktionen der Schulzahnpflege nur bis in die dritte Klasse. Wir überlegen uns nun, wie wir auch ältere Schülerinnen und Schüler erreichen können.»

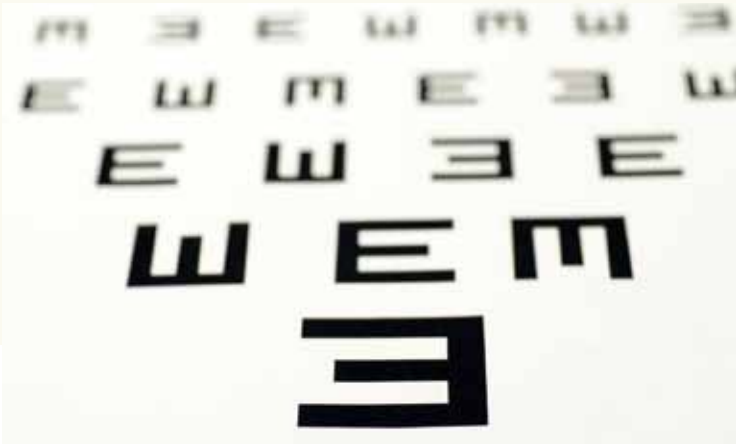
Kantonszahnärztin Ludmila Strickler hat ihr Amt 2009 übernommen. In ihrer Funktion organisiert und überwacht sie die Schulzahnpflege, erstellt Praxisbewilligungen für Zahnärztinnen und -ärzte, die sich selbständig machen, und bewilligt Subventionen des Kantons für kieferorthopädische Behandlungen.

STEPHANIE MORRIS, WORTGEWANDT BASEL

Evaluation der Schulgesundheitsuntersuchungen im Kanton BL

Im Schuljahr 2011/12 fand eine umfangreiche Datenerhebung für die Evaluation der obligatorischen Schulgesundheitsuntersuchungen im Kanton Basel-Landschaft statt. Ziel der Evaluation ist es, über repräsentative Daten zu verfügen, mit denen geprüft werden kann, ob eine Revision des heutigen Systems angezeigt ist.

Die schulärztlichen Untersuchungen werden im Kanton Basel-Landschaft im ersten Kindergartenjahr und in der vierten Primarklasse durchgeführt. Im 7. Schuljahr finden ein Klassengespräch mit der Schulärztin/dem Schularzt und eine Kontrolle der Impfkarte statt. Gesetzliche Grundlage für diese Untersuchungen ist das Schulgesundheitsgesetz (SGS 645) und die Verordnung über den Schulärztlichen Dienst (SGS 645.11).



Schulärztliche Untersuchung heute

Die Eltern können wählen, ob sie ihr Kind von der Schulärztin oder dem Schularzt oder ihrer Privatärztin, ihrem Privatarzt untersuchen lassen wollen (Kindergarten- und 4.-Klassuntersuchung). Die Untersuchungen sind jedoch obligatorisch. Der finanzielle Aufwand wird im Fall der Kindergarten- und 4.-Klassuntersuchung durch die Gemeinden (Schulträger der Kindergärten und Primarschulen) getragen, im Fall der 7.-Klassgespräche ist der Kostenträger der Kanton. Wird das Kind von der Privatärztin bzw. dem Privatarzt untersucht, so tragen die Eltern die Kosten (bzw. deren Krankenkasse).

Im Kindergarten und in der 4. Klasse stehen insbesondere die Kontrolle der Sehschärfe, des Gehörs, des Gewichts in Relation zur Grösse (Übergewicht/Untergewicht) sowie die Kontrolle der Impfkarten im Untersuchungsprogramm. Im Klassengespräch in der 7. Klasse werden getrennt nach Geschlechtern wichtige für dieses Alter relevante gesundheitliche Themen besprochen, wie z.B. Schlafen, Bewegung, Ernährung, Lebenszufriedenheit, Hautprobleme, Körperbild, Sexualität, Impfungen, Sucht. Die Jugendlichen können sich auf dieses Gespräch mittels eines Fragebogens zur Einschätzung der eigenen Gesundheit vorbereiten.

Kritik am heutigen System

In einer Befragung der Schulärztinnen und Schulärzte aus dem Jahr 2009 gab etwa die Hälfte der Schulärztinnen und Schulärzte an, das heutige System zu befürworten, während die andere Hälfte das System eher kritisiert und als verbesserungsbedürftig betrachtete. Hauptkritikpunkte sind bei den Untersuchungen im Kindergarten und in der 4. Klasse die geringe Anzahl der Kinder, die heute noch von der Schulärztin bzw. dem Schularzt untersucht werden, die mangelnde Kooperation der Schulen bei der Organisation der Untersuchungen und die Entlöhnung. Als besonders kritisch wird das Klassengespräch in der 7. Klasse bewertet. Hier werden das Desinteresse der Schülerinnen und Schüler am Gespräch und entsprechende disziplinarische Schwierigkeiten sowie die ungenügende Vorbereitung der Schülerinnen und Schüler durch die Lehrpersonen als Probleme angegeben. Einige Schulärztinnen und Schulärzte führen deshalb keine 7.-Klassgespräche mehr durch. Die Schulen bekunden Schwierigkeiten bei der Suche nach Schulärztinnen und -ärzten. Einzelne Sekundarschulen verzichten trotz Obligatorium ganz auf die Durchführung.

Kindergarten und 4. Klasse

Im Schuljahr 2011/12 wurde eine Vollerhebung der Untersuchungen sämtlicher Kinder durchgeführt. Für jede Untersuchung wurde von den untersuchenden Ärztinnen und Ärzten ein separater Erhebungsbogen ausgefüllt. Der Rücklauf dieser Erhebungsbögen ist erfreulich. Es wurden insgesamt 1302 Bögen (52 %) der Kindergartenuntersuchung und 1568 (63 %) der 4.-Klassuntersuchung zurückgeschickt. Die Auswertung wird uns u. a. Aufschluss darüber geben, wie viele Kinder privat oder schulärztlich untersucht werden, ob es Regionen im Kanton mit einer besonders hohen oder tiefen Untersuchungsquote gibt, ob alle geforderten Untersuchungen durchgeführt und wie häufig Auffälligkeiten gefunden werden.

7. Klasse

Für die Bewertung dieses Angebots fand eine telefonische Befragung der Schulleitungen der Sekundarstufe I (November/Dezember 2011) und ein Workshop mit Schulärztinnen und Schulärzten statt (Januar 2012). Ferner wird im Rahmen einer Bachelorarbeit an der FHNW (angewandte Psychologie) eine Befragung von zwei Schulklassen des 7. Schuljahres über die Interessen bezüglich gesundheitlicher Themen durchgeführt.

Die Resultate der Evaluation werden per Ende des Jahres 2012 zur Verfügung stehen. Weitere Informationen siehe www.schulgesundheit.bl.ch.

IRÈNE RENZ, GESUNDHEITSFÖRDERUNG BL

Manuela Hofbauer

Betreuen, bilden, erziehen – Pratteln engagiert sich für Frühe Förderung

Die Gemeinde Pratteln hat als eine der ersten Gemeinden in der Nordwestschweiz einem vierjährigen Pilotprojekt zugestimmt und eine Informations- und Koordinationsstelle Frühe Förderung geschaffen.

Warum sich Pratteln engagiert

In Pratteln sind Familien überdurchschnittlich stark von sozioökonomischen Belastungen betroffen. Die Herausforderung der Kindergärten, Kinder mit nicht ausreichenden sozialen, sprachlichen, motorischen und kognitiven Voraussetzungen zu integrieren und möglichst auf ein durchschnittliches Niveau zu heben, ist gross. Diese Kinder können ihre Entwicklungsdefizite während ihrer Schullaufbahn kaum mehr aufholen. Das primäre Ziel der Frühen Förderung ist, dass alle Kinder beim Kindergarteneintritt die Voraussetzungen mitbringen, dem Kindergartenalltag zu folgen und sich bestmöglich zu entwickeln. Jedes Kind soll von Geburt an durch Spiel, Bewegung und Kommunikation altersgerecht gefördert werden. Frühe Förderung im Sinne von Bildung, Betreuung und Erziehung findet innerhalb der Familie sowie familienunterstützend und familienergänzend statt.

Frühe Förderung ist eine gezielte Investition in unsere Zukunft. Sie steht für faire Bildungschancen für alle Kinder und verbessert die Voraussetzungen auf eine wirtschaftliche Eigenständigkeit.

Mit Manuela Hofbauer hat eine erfahrene Berufsfrau der frühkindlichen Pädagogik die Leitung der Fachstelle Frühe Förderung Pratteln übernommen. Neben der Koordination und Vernetzung der Anbietenden steht sie Eltern und Fachpersonen bei Fragen zur frühkindlichen Entwicklung zur Verfügung. «Babys und Kleinkinder lernen mit allen Sinnen, ganzheitlich und intuitiv. Gerne unterstütze ich Eltern und Fachpersonen bei der gezielten Förderung ihrer Schützlinge. Sie tragen eine grosse und für die Gesellschaft relevante Verantwortung», betont Manuela Hofbauer.

LEISTUNGEN DER FACHSTELLE

- Anlaufstelle für Familien mit Kindern zu Fragen rund um Bildung, Betreuung und Erziehung im Vorschulalter. Vermittlung von passenden Unterstützungsangeboten
- Koordination des Angebotes und Vernetzung der Fachpersonen Frühe Förderung untereinander und mit den Fachpersonen des Schulbereichs
- Organisation von Fachinputs und -workshops für Fachpersonen
- Zielgruppenspezifische Öffentlichkeitsarbeit
- Das Angebot der Fachstelle steht der Prattler Bevölkerung kostenlos zur Verfügung.

Kontakt:
Fachstelle Frühe Förderung Pratteln
Hauptstrasse 13 (Burggartenschulhaus)
4133 Pratteln
Erreichbarkeit:
Telefon 079 745 37 95
manuela.hofbauer@pratteln.bl.ch
Mittwoch und Donnerstag 9–17 Uhr
(oder nach Vereinbarung)
Vereint unter einem Dach mit der Mütter- und Väterberatung, Familien- und Erziehungsberatung, Mobile Jugendarbeit und Jugendberatung CUBA.

Gesundheitsförderung Baselland
Postfach 639
4410 Liestal
Telefon 061 552 62 87
Telefax 061 552 69 34
www.gesundheitsfoerderung.bl.ch
gesundheitsfoerderung@bl.ch

gesundheit baselland
6. Jahrgang
Redaktionsschluss 2013:
Heft 1: 25. März
Heft 2: 26. September
Erscheinungstermine 2013:
Heft 1: Mai, Heft 2: November

Redaktion:
Irène Renz, Stephan Koller, Michèle M. Salmony Di Stefano
Gestaltung: Formsache, Sylvia Pfeiffer, Basel
Fotografie: Seite 1: Regine Flury, Basel;
Seite 4: Susanna Drescher, Basel. Alle anderen: zVg
Druck: Bloch AG, Arlesheim
Auflage: 5700 Ex.