

## Es grüßt der Evang. – Luth. Kindergarten „Pustebblume“ in Welbhausen,



Liebe Leser\*innen,

Herzlich grüßt die Kita Pustebblume aus Welbhausen,

am Donnerstag, den 22.02. war ein spannender Tag für die Kita-Kinder unserer Einrichtung. Denn ein Besuch der Zahnärztin stand an. Frau Dr. Sturm ist Vorsitzende der LAGZ „Landes Arbeits-Gemeinschaft Zahngesundheit“ und besucht unsere Kita einmal jährlich. Frau Dr. Sturm übernimmt diesen Bereich der Zusammenarbeit mit Kindern bereits seit 15 Jahren mit Herzblut.

Natürlich wurde kein Kind untersucht, sondern der Kita-Besuch steht in Verbindung mit einer Aufklärung der Zahngesundheit. Spielerisches Erklären und Aufklären in Kombination einer Bildergeschichte, Zähneputzen am Zahnmodell und das Sortieren verschiedener Lebensmittel. Frau Dr. Sturm hat die Aufklärung altersgerecht nach Kindergarten und Krippe unterteilt. Im Anschluss gab es für alle Kinder Zahnbürsten und Zahnpasta.

Zähne putzen:

Für die tägliche Zahnpflege empfiehlt die LAGZ die KAI-Systematik:

- Kauflächen schrubben
- Außenflächen reinigen
- Innenflächen bürsten

Nicht zu vergessen ist die Wichtigkeit der Nahrungsmittel für die Sprache und die Zahngesundheit:

Kauen fördert den Muskelaufbau und somit die Sprache. Mit harten Nahrungsmitteln z.B. Möhren, Äpfel oder Vollkornbrot trainieren die Kinder ihre Mundwerkzeuge und somit auch die Muskeln, die sie für die Bildung von Buchstaben im Mund benötigen. Wenn wir uns das Wort STRUMPFHOSE einmal buchstäblich auf der Zunge zergehen lassen, wird schnell klar, welche akrobatische Gymnastik Zunge und Lippen vollführen.

Ein weiterer wichtiger Punkt zum Thema Ernährung ist unsere Verdauung: Gesunde Ernährung ist die Voraussetzung für eine optimale körperliche und geistige Leistungsfähigkeit. Sie trägt entscheidend zum Wohlbefinden bei und stärkt die eigenen Abwehrkräfte.

Corinna Bauer mit dem Team Pustebblume

Text: C.B.

Bild: Kindergarten Welbhausen

