

Sicherheit & Gesundheit in Kindertageseinrichtungen

KinderKinder

Ausgabe 2/2019

Aushang:
Sonnenschutz
durch Kleidung
und Creme



Sonnenschutz

Wir passen auf

**Mehr als
nur reden**

Gesprächskultur bei
Teambesprechungen

**Achtung:
Fangstelle**

Gefährdung durch
Schmuck, Seile & Co

Ruhige Zeiten

Aufsichtspflicht beim
Mittagsschlaf

Inhalt

KURZ & KNAPP

04 Meldungen, Zahlen, Medien

TITELTHEMA

Sonnenschutz

06 Schattige Plätzchen

Schutz vor UV-Strahlen ohne Bäume:
Eine Kita zeigt, wie das geht

07 Hautschutz durch Beschattung

Pflanzen, Schirme, Sonnensegel

09 Tipps vom Profi

Trinken nicht vergessen

10 Sonnentanz und Sonnensäule

In einer Dortmunder Kita lernen Kinder
spielerisch, ihre Haut zu schützen

12 Sonnenschutz – wir passen auf

Aushang zur Information für die Eltern

14 „Vermeidbare Schäden“

Interview mit der Kinderdermatologin
Prof. Dr. med. Ulrike Blume-Peytavi

06



Foto: Dominik Buschardt

PRÄVENTION

16 Mehr als nur reden

Gute Gesprächskultur in Teambesprechungen

18 Achtung: Fangstelle

Schmuck, Kordeln und Seile können
schnell zur Gefahr werden

PÄDAGOGIK

20 Schlafenszeit

Bedürfnisorientiertes Schlafen

RECHT

22 Ruhige Zeiten

Aufsichtspflicht beim Mittagsschlaf

MENSCHEN AUS DER PRAXIS

23 Freie Entfaltung

Elena Tießen fördert Achtsamkeit beim Malen

KINDER FORSCHEN ZU PRÄVENTION

24 Die Sonne bleicht aus

Experiment zur Kraft der Sonne



23

Sonnenschutz – wir passen auf!
Die Haut der Kinder ist viel empfindlicher als die von Erwachsenen. Sie muss besonders gut vor Sonne geschützt werden.

Kleidung schützt
Sonnenschutz durch Kleidung ist wirksam und einfach. Sorgungsvolle Kleidung bedeckt möglichst viel vom Körper.

Langärmelige Hemd oder Shirt
eng gewebt und weit geschlossene Nahte

möglichst lange Hose oder Rock

Zusätzlich: Sonnencreme
Alle unbedeckten Körperstellen mit Sonnenschutzmittel eincremen. Das Elterncreme die Kinder vor der Kita ein. In der Kita wird nachgecremt.

viel hilft viel
Sonnencreme dick und gleichmäßig auftragen

Wasserfest und ohne Duft- und Konservierungsstoffe

Schuhe, die den Fuß weitgehend bedecken
= auch den Fußrücken und die Ferse

Sonnenhut/Geländewahl (LSF 50)

Oben, Ohren, Nase, Lippen, Kinn, Schläfen, Fußrücken sind „Schwächenstellen“ – besonders gründlich eincremen

Bei Regen, Regenkleidung tragen

Bei Hitze, Sonnenbrille tragen

Bei großer Sonnenintensität auf den Körper und die Augen schützen

Trinken! Nur wenn Durst ist, ist die Flüssigkeitsmenge möglich zu trinken

Bei Hitze vermeiden, direkt unter der Sonne stehen, Kopf und Hände immer schatten. Bei Regencreme immer gleichmäßig auftragen. Auch bei Regenkleidung!

Sonnenschutzmittel, Sonnencreme und Sonnenbrille sind für Kinder geeignet. Nur für Kinder geeignet!

12



Die Illustratorin **Anna-Lena Kühler** ist dankbar für einen Garten mit vielen Bäumen. Hier entstehen an schattigen Plätzen viele Zeichnungen für die KinderKinder.



Illustration: shutterstock/Viktoria Kurpas

16



Foto: Katharina Hein



HIER FINDEN SIE UNS ONLINE:



Unsere Website:
www.kinderkinder.dguv.de



KinderKinder bei Facebook:
www.facebook.com/UKundBG



Downloaden Sie unsere App:
www.kinderkinder.dguv.de/app

Liebe Leserin, lieber Leser,

wer von uns hat keine schönen Kindheitserinnerungen an Sommerurlaube am Strand? Viel Sonne gehörte dazu und galt als gesund. Sonnenbrände wurden als lästig, aber harmlos angesehen.

Tatsächlich brauchen wir Sonnenstrahlung, etwa zur Bildung bestimmter Vitamine. Aber heute kennt man die Risiken durch die UV-Strahlung besser, insbesondere ihren Zusammenhang mit Hautkrebs.

Somit gilt es, starke und direkte Sonneneinstrahlung zu vermeiden, die gerade für die ungeschützte Kinderhaut äußerst schädlich ist. Wie das in einer Kita baulich und organisatorisch möglich ist, zeigen wir in diesem Heft. Zu unserem Titelthema gehören auch das richtige Eincremen und die Auswahl von Sonnenschutzcremes. Damit ist es möglich, weiterhin die wichtigen Aktivitäten im Freien zu planen, ohne ein Risiko für sich und die Kinder einzugehen.

Dabei wünsche ich Ihnen viel Erfolg – und eine schöne Sommerzeit

Ihr

Dr. Torsten Kunz

Präventionsleiter der Unfallkasse Hessen
und Mitglied im Redaktionsbeirat



Foto: Andreas Arnold

IMPRESSUM

KinderKinder erscheint vierteljährlich

Herausgegeben von: Deutsche Gesetzliche Unfallversicherung

(DGUV), Glinkastr. 40, 10117 Berlin, www.dguv.de

Chefredaktion: Andreas Baader (ViSdP), DGUV

Redaktionsbeirat: Dörte Bockermann (BGW), Dr. Diana Herrmann (DGUV), Andreas Kosel (Unfallkasse Rheinland-Pfalz), Dr. Torsten Kunz (Unfallkasse Hessen), Dirk Lauterbach (IAG), Sabine Margraf (Kita „Apfelzwerge“, Wehrheim), Angelika Röhr (Unfallkasse NRW), Thorsten Vent (Unfallkasse Nord), Kirsten Wasmuth (Unfallkasse Berlin)

E-Mail: kinderkinder@dguv.de

Internet: www.kinderkinder.dguv.de

Redaktionsdienstleister: Universum Verlag GmbH, 65183 Wiesbaden, www.universum.de

Redaktion (Universum Verlag): Gesa Fritz (verantw.), Julia Höhn, Angela Krüger, Stefanie Richter

Grafische Gestaltung: Liebchen+Liebchen GmbH, 60386 Frankfurt am Main

Druck: MedienSchiff Bruno, 22113 Hamburg, www.msbruno.de

Titelfoto: Dominik Buschardt



Klimaneutral Drucken
powered by ClimatePartner®



MIX
Papier aus verantwortungsvollen Quellen
FSC® C106855



2 m² Haut

... schützen einen erwachsenen Menschen vor äußeren Einflüssen und bilden eine natürliche Barriere. Schon im Kindesalter kann diese lebenswichtige Schutzschicht durch starke Sonneneinstrahlung nachhaltig geschädigt werden. Wie pädagogische Fachkräfte die Kinder und sich selbst effektiv vor zu schädlicher Sonnenstrahlung schützen, lesen Sie im Titelthema ab Seite 6.

Längere Öffnungszeiten

Kitas haben immer länger geöffnet. Das teilte die Bundesregierung auf Anfrage mit. Demnach ist der Anteil der Kitas, die erst zwischen 16.30 und 18 Uhr schließen, seit 2012 um fünf Prozent auf rund 64 Prozent gestiegen. Dabei ist der Anteil der Kitas mit längeren Öffnungszeiten in Ostdeutschland höher als in Westdeutschland.

Mehr unter: <https://kleineanfragen.de/bundestag/19/5824>

Film ab!

Ihre Kita ist vorbildlich in Sachen Sicherheit und Gesundheit bei der Arbeit? Dann können Sie eine Reise nach Toronto gewinnen. Dazu müssen Sie einen Film über Ihre Einrichtung drehen und sich an einem Wettbewerb im Rahmen des **kommitt-mensch** Film & Media Festivals beteiligen. Betriebe und Auszubildende sind aufgerufen, sich online zu bewerben und ihre Beiträge einzureichen. Preise gibt es in vier Kategorien zu gewinnen. **Mehr Infos zum Wettbewerb unter: www.kommittmensch.de**



Was tun bei Kindesmissbrauch

„Verdacht auf sexuellen Kindesmissbrauch in einer Einrichtung – Was ist zu tun?“ lautet der Titel einer Publikation des Bundesministeriums der Justiz und für Verbraucherschutz. Die Broschüre stellt die Leitlinien beim Einschalten der Strafverfolgungsbehörden praxisorientiert dar. Zur Verdeutlichung gibt es zahlreiche Fallbeispiele. Dabei geht es um Fragen wie: Wann liegt ein Verdachtsfall in der Einrichtung vor? Muss der Verdacht immer den Strafverfolgungsbehörden mitgeteilt werden? Wie können Opfer geschützt werden?

Kostenlose Bestellung beim Publikationsversand der Bundesregierung unter: publikationen@bundesregierung.de

Hörspiel zum Sonnenschutz mit Rolf Zuckowski

Sonne hat auch eine dunkle Seite – das vermittelt spannend und unterhaltsam ein neues Musik-Hörspiel von Rolf Zuckowski. Die Produktion wurde fachlich von der gesetzlichen Unfallversicherung unterstützt. Vier Freunde – Maulwurf, Libelle und zwei Kinder – erleben allerhand Aufregendes rund um das Thema Sonnenschutz. Das Hörspiel will dazu beitragen, dass schon die Jüngsten in Kita und Grundschule ein Gespür für den bewussten Umgang mit der Sonne bekommen und Sonnenschutz für sie zur Selbstverständlichkeit wird. Interessiert?

Das Hörspiel „Cosmo und Azura“ erhalten Kitas kostenlos bei ihrer Unfallkasse oder Berufsgenossenschaft. Mehr unter: www.cosmoundazura.de



Bewegung fördern

Ein Kind im Alter von drei bis sechs Jahren sollte rund 60 Minuten täglich körperlich aktiv sein – das empfiehlt die Weltgesundheitsorganisation WHO. Tatsächlich bewegen sich nur 42,5 Prozent der Mädchen und 48,9 Prozent der Jungen dieser Altersgruppe so viel. Das geht aus der „Studie zur Gesundheit von Kindern und Jugendlichen in Deutschland“ KiGGS Welle 2 des Robert Koch-Instituts hervor. Pädagogisches Fachpersonal kann die Kinder dabei unterstützen, sich mehr zu bewegen. Welche Möglichkeiten es gibt, dafür bietet die neue Broschüre „Bewegungsangebote in Kindertageseinrichtungen“ der Unfallkasse Hessen praxisorientierte Beispiele, mit Hinweisen für die Sicherheit.

Mehr zur Studie unter: www.kiggs-studie.de > Suchbegriff „Körperliche Aktivität von Kindern und Jugendlichen in Deutschland“

Kostenloser Download der Broschüre unter: www.ukh.de/informationen

Nachts in der Kita

Was erleben Kinder, wenn sie in der Kita schlafen? Verläuft der Abschied anders, wenn Eltern ihre Kinder abends anstatt morgens in die Einrichtung bringen? Das Pixi-Buch „Nachts in der Kita“ greift diese Fragen auf. Hier wird erzählt, wie Eva, Mattis, Lena und ihre Erzieherin Katharina eine Nacht in der Kita verbringen – mit Übernachtungskoffer, Gute-Nacht-Geschichte und Traumland. Das Pixi-Buch ist im Rahmen des Bundesprogramms „KitaPlus“ erschienen.

Es kann kostenfrei beim Publikationsversand der Bundesregierung bestellt werden unter: publikationen@bundesregierung.de

Mehrsprachige Broschüre zum Kita-Start

Mit der Betreuung in der Kita beginnt für Kinder und Eltern ein neuer, aufregender Lebensabschnitt. In der Broschüre „Herzlich Willkommen in unserer Kita“ bietet der Paritätische Gesamtverband grundlegende Informationen zum Einstieg in die Kita und wendet sich dabei gezielt auch an Elternhäuser, in denen Deutsch nicht die Muttersprache ist: Der Inhalt ist in den Sprachen Deutsch, Englisch, Französisch, Tigrinya, Arabisch und Farsi verfasst und eignet sich zur Information der Eltern.

Bestellen kann man die kostenlose Broschüre beim Publikationsversand der Bundesregierung unter: publikationen@bundesregierung.de

Schattige Plätzchen

Bei einem Neubau auf der grünen Wiese fehlt es meist an alten Bäumen – und damit an natürlichen Schattenspendern auf dem Außengelände. Die Kinder der Kita „Am Ballonstartplatz“ sind dennoch gut vor UV-Strahlen geschützt.

KURZ GESAGT!

- Wo Bäume fehlen, Sonnensegel und Schirme einsetzen
- Beschattungssysteme müssen wetterfest und sicher sein
- An Lieblingsplätzen der Kinder für Schatten sorgen
- Jalousien schützen Innenräume vor Überhitzung

„Wir gehen mit den Kindern jeden Tag raus, das ist wichtig für die Entwicklung“, sagt Kita-Leiterin Susanne Mielke.

Der Weg zur Kita „Am Ballonstartplatz“ im bayerischen Gersthofen führt in ein typisches Neubaugebiet: Auf der grünen Wiese errichtete Reihenhäuser, in denen vor allem junge Familien leben. Für deren Nachwuchs wurde die Kita im Jahr 2014 neu gebaut. 112 Plätze bietet die Einrichtung, 60 davon sind von Krippenkindern belegt.

Das moderne Gebäude erstreckt sich über zwei Etagen, die Stadt hat für die Kinderbetreuung sichtbar Geld in die Hand genommen. Auch für das gute Klima im Haus: In die Fußbodenheizung wird im Sommer 16 Grad warmes Wasser eingeleitet, so dass sie zur Kühlung beiträgt. Eine Herausforderung war der Sonnenschutz auf dem Außengelände der Kita. Alte Bäume oder große Büsche, die natürlichen Schatten über Rutsche, Spielschiff oder Wasserpumpe werfen, fehlten hier komplett.

„Wir gehen mit den Kindern jeden Tag raus, das ist wichtig für die Entwicklung“, sagt die Kita-Leiterin Susanne Mielke. In einem Jahr wie 2018 hätte das ohne zusätzliche Maßnahmen bedeutet: Spielen in der prallen Sonne von Anfang April bis Ende Oktober. „Die Kinder und Erzieherinnen müssen sich überall aufhalten können – ohne dass sie ständig der UV-Strahlung ausgesetzt sind.“ Deshalb suchte die Kita-Leitung gemeinsam mit der Stadt Gersthofen, dem Träger der Kita, und den Architekten nach Lösungen.

Bunte Sonnensegel

Rund um das große Spiel- und Klettergerüst der älteren Kinder sind jetzt hohe Metallstangen angebracht. An ihnen befestigt der Hausmeister an sonnigen Tagen große bunte Sonnensegel. „Das ist die optimale Lösung bei einem Neubau auf der grünen Wiese“, lobt Holger Baumann, Aufsichtsperson der Kommunalen Unfallversicherung Bayern. Zusätzlich gibt es mehrere große Sonnenschirme, etwa bei den drei Findlingen im Sandbereich. „Hier sitzen die Kinder häufig und spielen“, erzählt Susanne Mielke. Auch über der Matschanlage, wo die Kinder bei Hitze besonders gerne am silbrigen Rad der Wasserpumpe drehen, hängt inzwischen ein Sonnensegel.

Die Halterungen für die Segel und Schirme sind alle fest und sturmsicher im Boden verankert. „Das bietet auch bei Windböen einen guten Halt“, erklärt Holger Baumann. Bei der Auswahl an Beschattungssystemen sollte unbedingt auf eine dauerhafte Sicherheit und gute Qualität geachtet werden. Vorsicht ist daher bei Schnäppchen aus dem Baumarkt



Fotos: Dominik Buschardt

HAUTSCHUTZ DURCH BESCHATTUNG

Sonnenschirme: Sie eignen sich für kleinere Flächen. Besonders flexibel und gut geeignet sind sogenannte Ampelschirme, die sich kippen und um 360° schwenken lassen. Damit können sie ideal dem Sonnenstand angepasst werden. Empfehlenswert ist ein Schirmbezug aus wetterbeständigem und vor UV-Strahlung schützendem Material. Der Schirmfuß sollte bodenbündig und barrierefrei verankert sein, sonst besteht Verletzungsgefahr.

Markisen: Sinnvoll zur Beschattung von Flächen am Gebäude und bei Terrassen. Sie können bis zu sieben Meter breit und fünf Meter tief sein. Nachteilig sind die relativ kleine Beschattungsfläche, die Windanfälligkeit und die geringere Anpassungsfähigkeit bei niedrigstehender Sonne.

Pflanzen: Ein alter Busch- und Baumbestand mit dichten Kronen liefert optimalen Schatten. Durch die Verdunstung hat er zusätzlich einen kühlenden Effekt. Sonnen- und Windschutz bietet auch eine Pergola, die mit Rankpflanzen wie wildem Wein oder immergrünem Geißblatt bepflanzt wird.

Sonnensegel: Besonders geeignet zur Beschattung großer Flächen. Den optimalen Schutz bieten mehr-eckige Segel mit einer großen Beschattungsfläche. Sonnensegel, die dauerhaft angebracht bleiben, müssen winddurchlässig und sturmsicher befestigt sein. Wegen ihrer luftdurchlässigen Struktur bieten sie allerdings oftmals einen etwas geringeren UV-Schutz als Exemplare, die nicht wetterfest sind. Sonnensegel punkten besonders in Sachen Flexibilität: Sie können waagrecht, schräg oder senkrecht gespannt werden und sehr gut dem Sonnenstand angepasst werden.

SICHERHEITSHINWEISE ZU SONNENSCHUTZSYSTEMEN

- Beim Kauf auf das GS-Zeichen achten
- Aufbau- und Montageanleitung befolgen
- Bedienungs- und Sicherheitshinweise beachten
- Befestigung und Funktion prüfen
- Nur zugelassenes Zubehör verwenden
- Sonnenschirme und Co nie ungesichert aufstellen
- Auf Segeltuch mit möglichst hohem UV-Schutzfaktor achten
- Sturm- bzw. Windfestigkeit beachten
- Beschädigte Sonnensegel, Schirme und Markisen nicht verwenden
- Wartung und Inspektion gemäß Herstellerangaben durchführen lassen
- Ideal sind Systeme mit bodenbündigem Einbau und ohne hervorstehende spitze Teile, wie Spannvorrichtungen
- Falls vorhanden: herabhängende Seile oder Kordeln entfernen; Kurbelsysteme ohne offene Seile sind besonders komfortabel und sicher



INFOMATERIAL

Vielfältige **Broschüren** und weiterführende Infos der UKBW unter: www.kindergaerten-in-aktion.de > Suchbegriff: Sonne

Weiterführende **Broschüre** „Arbeiten unter der Sonne“ der DGUV: publikationen.dguv.de > Suchbegriff: 203-085

Flyer „Hautschutz ist (k)ein Kinderspiel“ der UKH: www.ukh.de > Publikationen Schüler-Unfallversicherung

oder von Internet-Discountern geboten. Alle bereitgestellten Beschattungssysteme müssen sicher und für den dauerhaften Kita-Einsatz geeignet sein. Die Verletzungsgefahr bei Ständern von Sonnenschirmen für den privaten Einsatz beispielsweise durch Stolpern und Stürzen ist groß. Ebenfalls ein vermeidbares Risiko: herabhängende Schnüre und Bänder an Schirmen oder Sonnensegeln. „Die Kinder spielen damit und können sich im schlimmsten Fall strangulieren“, weiß die Aufsichtsperson. Auch darauf wurde „Am Ballonstartplatz“ geachtet.

Wo die Kinder am liebsten spielen – da muss für Schatten gesorgt werden. Dieses Prinzip war auch maßgeblich für den separaten Außenbereich der Unterdreijährigen. Deshalb spannt sich über der gesamten Sandanlage der Jüngsten ein rotes Sonnensegel. Auch über der Nestschaukel ist dieser UV-Schutz großflächig angebracht. „Für die Erzieherinnen ist es wichtig, dass sie beim Anschaukeln im Schatten stehen“, sagt die Kita-Leiterin.

An heißen Sommertagen gehen die Kinder nur morgens und am späteren Nachmittag raus. Dann bleiben die Fahrzeuge in ihrem Schuppen, stattdessen wird die Wasserrutsche am Hügel aufgebaut. Während der Mittagsstunden spielen die Kinder dann im Gebäude. An den raumhohen Fenstern verhindern Jalousien, dass einfallende Sonnenstrahlen die Gruppenräume übermäßig erhitzen.

Spiele unter Markisen

Zusätzlichen Schutz bietet ein breiter Balkon, der sich an der gesamten Südseite des Gebäudes entlangzieht. Oben im ersten Stock nutzen die Kinder gerne das schöne Wetter, sitzen an Spieltischen auf dem Balkon und beobachten Spaziergänger mit ihren Hunden oder die Müllmänner bei der Arbeit. Zur Seite hin, am Balkongeländer, schützen mit bunten Bahnen bespannte Elemente die Kinder vor der einfallenden Sonne. Unten auf dem Außengelände schafft der Überhang des Balkons wie eine riesige Markise schattige Plätzchen zum Spielen.

Sonnensegel sind die optimale Lösung bei einem Neubau auf der grünen Wiese.

„Für die Fachkräfte ist Schatten auch wichtig.“

Susanne Mielke



Fotos: Dominik Buschardt

Weiden wachsen schnell

Neben den zahlreichen Sonnensegeln und -schirmen setzen Kita und Träger aber auch auf natürlichen Sonnenschutz. Auf dem Hügel der Älteren, hinten neben der Seilbahn oder bei den Erdbeerbeeten wurden Bäume und Büsche gepflanzt. Im Krippenbereich finden die Kinder unter Weidenbüschen ein schattiges Versteck. „Weiden wachsen schnell und sind

nicht giftig“, betont Susanne Mielke die Vorzüge der Pflanzen. Diesen Kriterien genügen auch die Buchen, die „Am Ballonstartplatz“ noch etwas schwächig wirken. Bis aus den Bäumen auf dem Außengelände der Kita großzügige Schattenspender werden, wird es wohl noch ein paar Jahre dauern.

Gesa Fritz, Redaktion KinderKinder

TIPPS vom Profi



Silke Restemeyer,
Ernährungswissenschaftlerin
der Deutschen Gesellschaft für
Ernährung e. V.

Foto: DGE

Trinken nicht vergessen

Im Kita-Alter müssen Kinder täglich zwischen 0,75 und einem Liter Flüssigkeit trinken. Die Menge ist ganz wesentlich von ihrem Alter und ihrer Aktivität abhängig. Im Sommer oder wenn sie sich viel bewegen, steigt der Bedarf. Da viele Kinder beim Spielen und Toben das Trinken vergessen, ist es wichtig, dass die pädagogischen Fachkräfte ihnen immer wieder Getränke anbieten. Regelmäßige Trinkpausen helfen, die Kinder daran zu erinnern. Persönliche, bunte Becher oder Trinkflaschen sind auch eine gute Idee. Das motiviert die Kinder zum Trinken, denn sie lieben es bunt.

Getränke für Kinder

Wasser und ungesüßte Kräuter- und Früchtetees sind für Kinder besonders empfehlenswert. Aufpeppen kann man das Wasser beispielsweise mit Zitronenscheiben oder Himbeeren. Auch ein Schuss Saft macht das Getränk attraktiver. Empfehlungen der Deutschen Gesellschaft für Ernährung zur täglichen Flüssigkeitszufuhr unter:

www.dge.de > Wissenschaft > Referenzwerte

Mehr Trinken

- Jedes Kind bekommt bei jeder Mahlzeit ein Glas Wasser
- Wasser und Tee sind immer verfügbar und frei zugänglich
- Regelmäßig an das Trinken erinnern
- Beim Spielen regelmäßige Trinkpausen einrichten



Sonnentanz und Sonnensäule

Nur mit Sonnencreme und nie ohne Kappe in die pralle Sonne: Kinder lernen spielerisch, ihre Haut zu schützen. Die Kita „Eliaskinder zum Förderturm“ in Dortmund zeigt, wie es geht.

KURZ GESAGT!

- Kinder früh für Gefahr durch UV-Strahlen sensibilisieren
- Gemeinsam eincremen als Ritual
- Feste Regeln für schützende Kappen und Kleidung
- Eltern informieren und einbeziehen

Mit Buntstiften haben die Kinder gelbe Sonnen auf Papier gemalt. Sie haben „Wie gut, dass es die Sonne gibt“ gesungen, Bilderbücher mit Sonnengeschichten gelesen und auf dem Sommerfest einen Sonnentanz aufgeführt. Vor allem aber haben sie gelernt, dass sie ihre Haut vor den Strahlen schützen müssen und worauf es besonders ankommt. In der evangelischen Kita „Eliaskinder zum Förderturm“ in Dortmund wird Sonnenschutz großgeschrieben.

Im Mittagskreis haben die Mädchen und Jungen geübt, wie sie sich richtig eincremen. Jeder mit seiner eigenen Sonnencreme. „Am Anfang sahen alle aus wie kleine Schneemänner, aber schon nach kurzer Zeit hat es richtig gut gefluppt“, sagt die Erzieherin Kyra Siebert. Mal muss eine Erzieherin auf die Tube drücken, aber sonst ist nicht mehr viel Hilfe gefragt. Die Kinder legen großen Wert darauf, sich alleine einzucremen. „Die Kinder so viel wie möglich selbst machen zu lassen, entspricht auch

unserem pädagogischen Anspruch. So lernen sie viel besser.“ Natürlich haben die Fachkräfte einen Blick darauf, dass zum Schluss alle gut eingecremt sind. Die Mädchen und Jungen wissen auch, dass sie in der prallen Sonne niemals ohne Kopfbedeckung und T-Shirt in den Garten gehen dürfen.

Aus alten Kartons haben die Erzieherinnen mit den Kindern eine sogenannte Sonnensäule gebastelt und direkt neben dem Eingang der Kita aufgestellt. „Dort ist sie besonders gut zu sehen.“ An der Säule finden sich neben Bildern und Fotos wichtige Tipps für Eltern auf Deutsch und Englisch. Jeden Morgen informiert sich Kyra Siebert im Internet, wie hoch der UV-Index an diesem Tag wird – und hängt einen Zettel mit dem aktuellen Wert auf. In blau, gelb oder rot. So wissen die Kinder auf den ersten Blick, wann sie ganz besonders gut aufpassen müssen.

Wissen weitergeben

Viele Ideen konnte die Kita auf einer Fortbildung zur Hautkrebsprävention mitnehmen. An der eintägigen Veranstaltung, die von der Krebsgesellschaft NRW mit der Krankenkasse IKK classic angeboten wird, hat Erzieherin Kyra Siebert gemeinsam mit der Kitaleiterin teilgenommen. „Wir sind jetzt Spezialistinnen und geben die Infos ans Team weiter“, berichtet sie. Entworfen wurde das Projekt „SunPass – Gesunder Sonnenspaß für Kinder“ von der Europäischen Hautkrebsstiftung. Die Fortbildung habe ihnen verdeutlicht, wie empfindlich die Haut von Kindern sei, sagt Kyra Siebert, „und wie schnell etwas passieren kann, wenn man nicht aufpasst“.



SUNPASS

Zu viel Sonne im Kindesalter gilt als Hauptrisikofaktor für Hautkrebs. Deshalb hat die Europäische Hautkrebsstiftung die Präventionskampagne „SunPass – gesunder Sonnenspaß für Kinder“ entwickelt. Ziel ist es, Kitas für Sonnenschutz zu sensibilisieren.

Infos unter: www.krebsgesellschaft.de ›
Deutsche Krebsgesellschaft › Prävention › SunPass-Projekt



In der Dortmunder Kita gilt die Regel: Wer nicht eingecremt ist, darf nicht nach draußen.

Das Team habe daraufhin Regeln aufgestellt, zum Beispiel, dass jedes Kind eingecremt in den Kindergarten kommen muss und täglich mittags noch einmal nachgcremt wird. Brennt die Sonne zu sehr, bleiben alle über die Mittagszeit drinnen. Wichtig ist auch, dass die Mitarbeiterinnen ebenfalls nur mit Hut raus gehen, Nacken sowie Arme und Beine weitgehend bedecken. „Wir sind Vorbilder“, betont die Erzieherin. Die meisten Eltern hätten das Projekt direkt gut angenommen. Allerdings besuchen die Einrichtung über 100 Kinder aus 14 Nationen. Nicht allen war auf Anhieb bewusst, dass Sonnenschutz auch für Mädchen und Jungen mit dunklerer Hautfarbe ein wichtiges Thema ist. Die Erzieherinnen haben deshalb einige Eltern in Einzelgesprächen noch einmal darauf

hingewiesen – und die Regel erklärt: „Wer nicht eingecremt ist, darf nicht nach draußen.“

Zusätzlich hat die Kita alle Eltern zu einem Infonachmittag eingeladen. Dabei hielt eine Dermatologin aus einer Hautklinik einen Vortrag. „Das kommt noch einmal ganz anders rüber, als wenn wir als Erzieherinnen etwas darüber erzählen“, weiß Kyra Siebert. Die Veranstaltung war sehr gut besucht. Und die Kinder wurden danach sehr viel besser eingecremt in die Kita gebracht. Fazit: „Vielen Eltern war vorher selbst nicht bewusst, wie gefährlich die Sonne sein kann.“

Kathrin Hedtke, Journalistin aus Darmstadt

„Vielen Eltern war nicht bewusst, wie gefährlich die Sonne sein kann.“

Kyra Siebert

Sonnenschutz – wir

Die Haut der Kinder ist viel empfindlicher als die von Erwachsenen.
Sie muss besonders gut vor Sonne geschützt werden.

Kleidung schützt

Sonnenschutz durch Kleidung ist wirksam und einfach.
Sonnengerechte Kleidung bedeckt möglichst viel vom Körper.



langarmiges Shirt
oder T-Shirt

eng gewebte und weit
geschnittene **Stoffe**

möglichst **lange Hose**
oder Rock

Kappe oder Tuch
mit Schirm und Nacken-
schutz. Gesicht, Nacken
und Ohren sind
besonders empfindlich

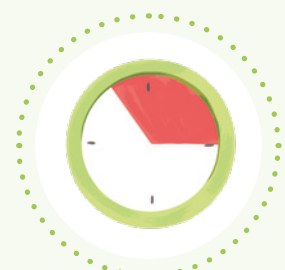
Schuhe, die den Fuß
weitgehend bedecken
– auch den Fußrücken
und die Ferse



Bei spezieller Sonnenschutzkleidung auf das Prüfsiegel „**UV-Standard 801**“ achten.



Sonnenbrille nur, wenn sie bruchfest ist, einen UV-Schutz von 400 hat und der EU-Norm 12312-1 entspricht.



Wichtig: Etwa zwischen 11 und 15 Uhr die Mittagssonne möglichst meiden.

passen auf!



DOWNLOAD UNTER:
www.kinderkinder.dguv.de

Text: Gesa Fritz, Redaktion KinderKinder

Illustration: Anna-Lena Kühler

Zusätzlich: Sonnencreme

Alle unbedeckten Körperstellen mit Sonnenschutzmittel eincremen. Die Eltern cremen die Kinder vor der Kita ein. In der Kita wird nachgcremt.

viel hilft viel –
Sonnencreme dick und
gleichmäßig auftragen

hohen
Lichtschutzfaktor
wählen (LSF 50)

wasserfest und
ohne Duft- und
Konservierungsstoffe



Stirn, Ohren, Nase,
Lippen, Kinn, Schultern,
Fußrücken sind
„**Sonnenterrassen**“ –
besonders gründlich
eincremen



Wolken bieten trügerischen Schutz:
Bei bedecktem Himmel dringen noch
bis zu 80 Prozent der UV-Strahlung
bis zur Haut durch.



Je höher der **UV-Index**, desto
größer die Sonnenbrand-Gefahr.
Infos unter: www.bfs.de



Schattige Plätze: Bäume, Sonnen-
segel und Schirme bieten Schutz.
Für Kinder bis einem Jahr ist direkte
Sonne tabu. Auch für ältere Kinder
gilt: Pralle Sonne möglichst meiden.



Interview

Sonnenschutz

In der Mittagssonne ist es besonders wichtig, dass die Kinder im Schatten spielen.

„Vermeidbare Schäden“

Kinderhaut braucht besonderen Schutz vor schädlichen Sonnenstrahlen. Die Kinderdermatologin Prof. Dr. med. Ulrike Blume-Peytavi im Interview über das Sonnenschutzkonto und die richtige Creme.

? Warum ist Sonnenschutz gerade bei Kindern so wichtig?

Kinder haben in den ersten Lebensmonaten noch kein eigenes Pigment gebildet. Das heißt, der hauteigene Sonnenschutz ist noch nicht aktiviert und zusätzlich ist ihre Haut dünner. Wenn Kinder in diesem Alter einen Sonnenbrand bekommen, fangen sie schon sehr früh an, ihr negatives Sonnenkonto zu füllen. Das Risiko ist dann erhöht, im Alter an weißem oder schwarzem Hautkrebs zu erkranken.

? Ab welchem Alter sind Kinder weniger empfindlich gegen schädliche Sonnenstrahlen?

Die größte Gefährdung besteht im Säuglings- und Kleinkindalter, aber auch im Schulkindalter sollten die Kinder geschützt werden.

? Zu welcher Tageszeit sind die Sonnenstrahlen am schädlichsten?

Etwa zwischen 11 und 15 Uhr. Um die Mittagszeit muss man raus aus der Sonne. Das gilt auch für Erzieherinnen und Erzieher. Die Kinder sollten dann drinbleiben oder geschützt im Schatten spielen. Wenn sie einen Sonnenbrand bekommen, weil sie zu dieser Zeit ungeschützt draußen sind, ist das ein vermeidbarer Schaden. Hier sind die Erwachsenen verantwortlich.

? Wie schützt man Kinder am besten vor zu viel Sonneneinstrahlung?

Das Wichtigste ist, dass man Sonnenschutzkleidung mit Creme kombiniert. Vor allem an den unbedeckten Stellen und Sonnenterrassen wie Stirn, Nase und Ohren. Es gibt spezielle Sonnencremes, die das Licht zurückweisen, also einen physikalischen Filter haben. Diese Cremes sollte man bei Kindern und Säuglingen bis zum zweiten Lebensjahr einsetzen.



Foto: Charité –
Universitäts-
medizin Berlin

INTERVIEW MIT ...

Prof. Dr. med. Ulrike Blume-Peytavi. Sie ist Kinderdermatologin und stellvertretende Klinikdirektorin der Klinik für Dermatologie, Venerologie und Allergologie der Charité Berlin.

? Und die gängigen Sonnencremes?

Die sind für Kinder ab zwei Jahren empfehlenswert. Es gibt auch spezielle UV-Schutzpräparate, die für Kinder bevorzugt zu verwenden sind. Aber auch hier immer in Kombination mit geeigneter Sonnenschutzkleidung.

? Kleidung zum Sonnenschutz ist also wichtig. Würden Sie UV-Schutzkleidung empfehlen?

Es muss nicht unbedingt die teure UV-Schutzkleidung sein. Wichtig ist, dass möglichst viel Haut bedeckt und der Stoff dicht gewebt ist.

? Welchen Lichtschutzfaktor sollte die Sonnencreme für Kinder haben?

Ich empfehle den höchsten verfügbaren Lichtschutzfaktor, also Faktor 50. Wenn sie in der Kita 30 Kinder betreuen und einschmieren sollen, können sie nicht ständig auf den individuellen Hauttyp der einzelnen Kinder achten und nachcremen. Also nehmen sie den höchsten Lichtschutzfaktor für den längsten möglichen Schutz.

? Sie haben gerade das Thema Hauttyp angesprochen. Was versteht man darunter?

Es gibt sechs Hauttypen: von 1 – das ist der sehr helle, rothaarige Typ – bis zum dunkelhäutigen Typ 6. Ein dunklerer Hauttyp hat

einen höheren eigenen Sonnenschutz. Bei Kindern mit einem helleren Hauttyp muss man ganz besonders auf den Sonnenschutz achten.

? Was empfehlen Sie als Ärztin: Sollen die Kinder sich selbst eincremen?

Kinder wissen nicht, wie man sich richtig eincremt. Die Erzieherinnen und Erzieher können die Kinder spielerisch einbeziehen, damit sie es lernen. Aber pädagogische Fachkräfte müssen immer darauf achten, dass richtig, ausreichend und gerade die Sonnenterrassen eingecremt werden. Ein Kollege hat sich in einer Studie mit UV-Schutz auseinandergesetzt. Die hat gezeigt, dass selbst Erwachsene sich oft nicht richtig eincremen, auch wenn man es ihnen erklärt. Ein kleines Kind schafft das nicht alleine.

? Braucht jedes Kind eine eigene Sonnencreme?

Man muss natürlich die Eltern fragen, ob eine Hauterkrankung oder Allergie beachtet werden muss. Eine Informationsveranstaltung ist da meiner Meinung nach sinnvoll. Dort kann man die Eltern über die Sonnenschutzprävention in der Kita aufklären und sollte sich eine schriftliche Einverständniserklärung einholen. Wenn keine Erkrankungen oder Allergien vorliegen, kann man mit einer UV-Schutz-Creme Faktor 50 alle Kinder eincremen.

? Aber eine Creme für alle – ist das nicht unhygienisch?

Man muss natürlich auf Hygienemaßnahmen achten. Also nach jedem Kind Hände waschen, niemals Creme aus einem Topf nehmen und ganz wichtig: Immer frei aus der Tube herausdrücken, damit sich keine Bakterien anlagern.

„Die Kleidung muss möglichst viel Haut bedecken.“

? Ist die Sonneneinstrahlung nur schädlich oder hat sie auch positive Effekte?

Das ist eine Frage der Menge. Ein gewisses Maß an Sonne tut gut, das benötigt die Haut für den Vitamin-D-Stoffwechsel. Dafür genügen jedoch 15 Minuten direkte Sonneneinstrahlung pro Tag. Die Sonne wirkt außerdem auf die Psyche, die Stimmung ist positiver, wenn sie scheint. Es ist wichtig, Kinder vor schädlicher Strahlung zu schützen. Aber das heißt nicht, dass sie nie in die Sonne gehen dürfen.

Das Interview führte Julia Höhn, Redaktion KinderKinder



Mehr als nur reden

Durch eine gute Gesprächskultur kommen Teambesprechungen zu produktiveren Ergebnissen. Zugleich verbessert sich das Arbeitsklima. Das erlebt die Kita Schützenstraße in Berlin.

KURZ GESAGT!

- Feste Besprechungstermine einrichten
- Das Team bei der Themenplanung einbeziehen
- Für eine angenehme Atmosphäre sorgen
- Regeln für eine wertschätzende Kommunikation aufstellen

Schon der Tisch macht einen Unterschied. Früher saßen die 16 pädagogischen Fachkräfte der Kita Schützenstraße bei ihren Teambesprechungen an einem langen Tisch nebeneinander aufgereiht, der Raum war sehr schmal. Das wollte die Kita-Leiterin Katrin Scholz ändern. Sie räumte ihr Büro und machte es zum neuen Teamzimmer. Hier versammeln sich die Erzieherinnen heute bei den monatlichen Sitzungen rund um einen quadratischen Tisch. Alle können miteinander Augenkontakt aufnehmen, sagt die Sozialfachwirtin. „Es beteiligen sich auch alle viel aktiver.“

In der Kita Schützenstraße hat sich in den vergangenen Jahren viel verändert: Einige pädagogische Fachkräfte gingen in den Ruhestand, andere in Elternzeit. Neue Erzieherinnen kamen hinzu, gleichzeitig nimmt die Kita am Berliner Landesprogramm „Kitas bewegen – für die gute gesunde Kita“ teil. Das nahm Katrin Scholz

zum Anlass, frischen Wind in die Einrichtung zu bringen. Die Belegschaft besuchte eine Fortbildung zum Thema Teamentwicklung. Möglich waren diese Veränderungsprozesse nur durch die Unterstützung des Trägers Kindergärten NordOst, dem größten Kita-Träger Berlins.

Gemeinsame Themenplanung

Diese Teamfortbildung brachte gleich mehrere konkrete Neuerungen. Für die Dienstbesprechung gibt es jetzt einen festen Termin: An jedem zweiten Mittwoch im Monat ab 16.30 Uhr für etwa zwei Stunden. Damit alle teilnehmen können, holen die Eltern ihre Kinder an diesem Tag früher ab.

Die Tagesordnung kann jetzt ergänzt werden, jeder im Team kann Themen vorschlagen. „So werden keine Dinge besprochen, die an unseren Interessen vorbeigehen“, sagt die Erzieherin Marina Bösa. Zwei Kolleginnen sind dafür verantwortlich, den Raum vorzubereiten.

Jede Meinung zählt

Die Besprechung beginnt stets mit ein paar gemeinsamen Lockerungsübungen, die eine Erzieherin anleitet. Sie wurde zur Gesundheitsmultiplikatorin ausgebildet. „So ein aktiver Start ist wichtig, um die Aufmerksamkeit der Mitarbeiter zu steigern und mehr aktive Bewegung in den Berufsalltag zu integrieren“, sagt Katrin Scholz. In der Fortbildung stellte das Team auch Regeln für eine wertschätzende Gesprächskultur auf: Jede Meinung zählt gleich viel. Es wird bewusst zugehört und keine Wertung vorgenommen – auch nicht durch Mimik oder Gestik. „Es kommt immer wieder einmal vor, dass wir in alte Verhaltensmuster fallen“, berichtet Katrin Scholz. „Dann disziplinieren wir uns selbst untereinander und machen gegebenenfalls eine kleine Pause.“

Früher waren oft dieselben Personen bei den Besprechungen tonangebend, andere hielten sich völlig zurück. „Damit alle Position beziehen, stimmen wir jetzt sämtliche Entscheidungen ab.“ Was das Team verbindlich beschließt, vertritt es auch gemeinsam nach außen. Probleme und Konflikte werden abhängig vom Thema entweder im Team geklärt oder die Leiterin bespricht und bearbeitet sie zeitnah mit der betreffenden pädagogischen Fachkraft.

Zu einzelnen speziellen Themen bilden sich Arbeitsgruppen, die diese Themen aufbereiten und dem gesamten Team die Ergebnisse vorstellen. Jede pädagogische Fachkraft, die eine Fortbildung besucht hat, trägt die Inhalte in der Dienstberatung kurz vor. „So erfährt sie Wertschätzung und wird von den anderen als Expertin wahrgenommen“, erklärt die Leiterin. Außerdem profitiere das gesamte Team von den neuen Kenntnissen.

Aktiver Austausch

Dienstbesprechungen werden in der Kita Schützenstraße nicht als notwendiges Übel verstanden, sondern als Möglichkeit zur Beteiligung gesehen und zum aktiven Austausch. „Mein Team und ich gehen jetzt offener und ehrlicher miteinander um“, sagt Katrin Scholz. Inzwischen nutzt das Team die Zeit nach der Dienstberatung auch, um gemeinsam Geburtstage und andere Jubiläen zu feiern. Durch die neu strukturierte Teambesprechung habe sich das gesamte Arbeitsklima verbessert, sagt Katrin Scholz. „Alle bringen sich mehr ein, haben einen einheitlicheren Kenntnisstand und sind zufriedener.“

Mirjam Ulrich, Journalistin aus Wiesbaden



„KITAS BEWEGEN“

... ist ein Berliner Landesprogramm mit dem Ziel, die Bildungs- und Gesundheitschancen von Kindern nachhaltig zu verbessern.

Mehr zum Programm unter:
www.gute-gesunde-kitas-in-berlin.de

„Wir gehen jetzt offener und ehrlicher miteinander um.“

Katrin Scholz



GUTE KOMMUNIKATION IN SITZUNGEN

- Teile ich Informationen, die für andere ebenfalls wichtig sind oder sein können?
- Bringe ich mich mit eigenen Ideen und Vorschlägen ein?
- Begegne ich anderen Menschen mit Wertschätzung, Höflichkeit und Respekt?
- Spreche ich ehrlich das an, was mir auffällt oder wo ich unsicher bin?
- Bringe ich Kritik sachlich an und suche gemeinsam im Team nach Lösungen?

Kommunikation ist ein Handlungsfeld der DGUV-Kampagne **kommmitmensch**. Mehr dazu unter: www.kommmitmensch.de

komm mit mensch

Sicher. Gesund. Miteinander.



Achtung: Fangstelle

Schmuck, Kordeln und Seile können schnell zur Gefahr werden: Immer wieder kommt es zu schlimmen Unfällen, wenn Kinder beim Spielen hängen bleiben. Eine Kita in Baden-Württemberg hat auf den Trend zu langem Schmuck und Schals reagiert.

KURZ GESAGT!

- Schnüre, Schmuck & Co sind ein Risiko für Kinder
- Schmuck und Schals vor Bewegungsspielen ablegen
- Schnüre von Rollos oder Jalousien entfernen
- Die Eltern über Gefahren informieren

„Schön aussehen darf nicht auf Kosten der Sicherheit gehen.“

Julia Heid

„Wir waren in großer Sorge“, sagt Julia Heid, stellvertretende Leitung des städtischen Kindergartens Gaggenau-Oberweiler. Die pädagogischen Fachkräfte haben eine gefährliche Entwicklung in der Einrichtung in Baden-Württemberg beobachtet: Immer mehr Kinder kamen in Pullis und Jacken mit langen Kordeln oder mit Schmuck in die Kita. „Bei den Mädchen gab es den Trend zu herunterhängenden Ohrringen. Aber auch Ringe, Armbänder und lange Halsketten waren sehr beliebt“, erzählt eine Erzieherin. Eine echte Gefahr für die Kinder: Sie können sich strangulieren.

„Es gibt viele schlimme Unfälle mit Kordeln, Schals und Schmuck. Auch tödliche Unfälle gab es schon mehrfach in Kitas“, berichtet Holger Eckmann, Aufsichtsperson der Unfallkasse Baden-Württemberg. Der lange Ohrring verhakt sich beim Spiel im Haar eines anderen Kindes. Der Schal legt sich beim Klettern um einen

Balken. Ein Kind erklimmt eine Fensterbank und bleibt mit seiner Schlüsselkette am Fenstergriff hängen.

Im Kindergarten in Gaggenau haben die pädagogischen Fachkräfte anfangs die Kinder gebeten, Ketten und Ringe abzulegen. Lange Schals unter die Jacken gesteckt. „Wir verstehen ja, dass die Kinder schön aussehen wollen. Aber das darf nicht auf Kosten der Sicherheit gehen“, sagt Julia Heid.

Fachkräfte als Vorbild

Auf dem Außengelände von Kitas gibt es viele mögliche Risiken. Auch wenn die Außenspielgeräte geprüft und frei von klassischen Fangstellen sind: Mit einem Loop können die Kinder trotzdem hängen bleiben. Gefährlich wird es auch, wenn mit Seilen oder Pferdegeschirren geklettert wird. „Heute gibt es Pferdegeschirre mit Klettverschluss, die sind ungefährlicher“, weiß die Aufsichtsperson. Grundsätzlich gilt: Mit Seilen wird nicht geklettert. Gleiches gilt für Fahrradhelme.

Aber auch in den Innenräumen kann es Gefährdungen geben. Besondere Vorsicht ist etwa bei Bewegungsbaustellen geboten. Schmuck und Schals müssen vor der Nutzung abgelegt werden. Dabei haben die pädagogischen Fachkräfte eine wichtige Vorbildfunktion. Tragen sie Ringe, Ketten, lange Ohrringe und Schals, ist den Kindern nur schwer vermittelbar, dass sie auf diese Accessoires verzichten sollen. Manche Fangstellen werden aber auch übersehen, beispielsweise Befestigungsseile von Hängematten oder Schnüre an Rollos und Jalousien. Diese müssen außerhalb der Reichweite von Kindern sein oder entfernt werden.



SICHERHEIT FÖRDERN

- Keine Schnüre und Kordeln an Kinderkleidung.
- Offene Schnürsenkel können gefährlich werden. Sicher sind Schuhe mit Klettverschlüssen.
- Schlüsselbänder, Ketten, Ohrringe und Ringe vor Bewegungsspielen ablegen.
- Auf Loops verzichten.
- Die Enden von langen Schals immer in die Kleidung stecken.
- Kinder, die mit Riemen, Seilen oder Leinen spielen, dürfen nicht klettern.

Grundsätzlich gilt: Mit Schnüren oder Pferdegeschirr wird nicht geklettert. Gleiches gilt für Fahrradhelme.



INFOMATERIAL

Broschüre zu sicherer Kinderkleidung:

„Tipps, die Leben retten“:

www.publikationen.dguv.de >

Bestellnummer: 202-065

Plakat „Gefahr durch Kordeln“

www.kuvb.de > Medien > Plakate

Homepage zu Kindersicherheit bei

Sicht- und Sonnenschutz:

kindersicherheit.vis-online.de

„Kinder können nicht erkennen, dass ihnen durch Fangstellen eine Gefahr droht“, erklärt Holger Eckmann. Aber nicht nur die pädagogischen Fachkräfte müssen vorbeugen und Gefährdungen beseitigen. Hier sind auch die Eltern ganz wesentlich in der Pflicht. Sie kaufen die Anziehsachen für die Kinder, sie erlauben ihnen, Schmuck in der Kita zu tragen. Vielen Eltern ist die Gefahr vermutlich gar nicht bewusst.

Den Dialog suchen

Kitas können deshalb Hausregeln aufstellen und das Tragen von Schmuck, Schals und Co in der Einrichtung verbieten. Aufsichtsperson Holger Eckmann empfiehlt, den Dialog zu suchen und die Eltern für das Thema zu sensibilisieren. Die Erzieherinnen und Erzieher können das Thema beispielsweise bei einem Elternabend oder bei Tür-und-Angel-Gesprächen aufgreifen. Manchmal hilft es auch, Broschüren in der Kita auszulegen oder zu verteilen.

Auch der städtische Kindergarten in Gaggenau ist aktiv auf die Eltern zugegangen: Als immer mehr Kinder regelmäßig mit Schmuck in die Einrichtung kamen, haben die Fachkräfte einen Beitrag für ihre Kindergartenzeitung verfasst und auf die Gefahren der Strangulation hingewiesen. „Lasst das bitte weg“, lautete die Botschaft an die Eltern. Seitdem ist es deutlich besser geworden.

Gesa Fritz, Redaktion KinderKinder



Schlafenszeit

Der Mittagsschlaf in der Kita führt oft zu Diskussionen zwischen Eltern und pädagogischen Fachkräften. Merkmal einer guten Krippe ist bedürfnisorientiertes Schlafen.

KURZ GESAGT!

- Unterschiedliche Schlafbedürfnisse der Kinder berücksichtigen
- Feste Rituale helfen beim Einschlafen
- Schlafräum reizarm einrichten
- Den Eltern die Kita-Regeln vermitteln

Annas Papa möchte nicht, dass seine Tochter einen Mittagsschlaf in der Kita macht – sie schläft dann abends zu spät ein. Bens Mama sagt, ihr Sohn solle mindestens eine Stunde schlafen. Und Jakobs Eltern wissen, dass ihr Kind in der Kita sowieso kein Auge zumacht. „Die Gestaltung der Schlaf- und Ruhezeiten in der Kita ist eine große Herausforderung für die pädagogischen Fachkräfte“, sagt Birgit Pfister, Referentin des Evangelischen Landesverbands Tageseinrichtungen für Kinder in Württemberg e. V. In ihren Seminaren sprechen pädagogische Fachkräfte sie regelmäßig auf das Thema Mittagsschlaf an.

Grundsätzlich gibt es keine pauschale Antwort auf die Frage, wie viel Schlaf ein Kind benötigt. Dafür sind die Gewohnheiten und Bedürfnisse der Kinder zu unterschiedlich. „Der Entwicklungsstand spielt für das Schlafbedürfnis eine Rolle, aber auch Faktoren wie der Gesundheitszustand und der Verlauf der vergangenen Nacht“, so Birgit Pfister.

Übergang gestalten

Damit sich die Kinder während des Mittagsschlafs in der Kita erholen können, müssen die Rahmenbedingungen stimmen. „Kinder können sich nur entspannen und einschlafen, wenn sie sich geborgen fühlen.“ Deshalb müssen die Fachkräfte dafür sorgen, dass Kinder gut zur Ruhe kommen und sich sicher fühlen.

Dabei ist diese Zeit sehr herausfordernd für alle Beteiligten. Der Übergang nach dem Mittagessen von hoher Aktivität der Kinder zur Ruhephase muss gelingen. Häufig wird der Raum gewechselt und oft auch die Bezugsperson. „Es ist unheimlich wichtig, dass diese Zeit hochritualisiert ist, der Ablauf immer die gleichen



Eine Möglichkeit ist, die Kinder während der Schlaf- und Ruhephase in zwei Gruppen aufzuteilen: in eine, die schläft ...

Elemente enthält und in Ruhe gestaltet wird. Eine Art ‚inneres Drehbuch‘ gibt den Kindern Sicherheit“, so Birgit Pfister.

Auch dem Team helfen klare Regeln. Beispielsweise, dass die Mittagsruhe nicht bedeutet, dass die Kinder schlafen müssen. Die Expertin weiß: „Man kann nur für möglichst günstige Bedingungen sorgen und die Kinder individuell begleiten.“ Deshalb muss das Bedürfnis der Kinder immer im Mittelpunkt stehen. Eine Ruhe- und Schlafphase von etwa anderthalb Stunden sollte nach dem Mittagessen jedoch fester Bestandteil der Betreuung sein. Schläft ein Kind nach 30 Minuten nicht ein, darf es zurück in den Gruppenraum zum Spielen. Eine Möglichkeit ist, die Kinder während der Schlaf- und Ruhephase in zwei Gruppen aufzuteilen: in eine, die schläft, und in eine, die während einer Fantasie-reise oder beim Vorlesen zur Ruhe kommt.

Das Feingefühl der pädagogischen Fachkräfte ist beim Thema Mittagsschlaf in verschiedener

„Die Gestaltung der Schlaf- und Ruhezeiten in der Kita ist eine Herausforderung.“

Birgit Pfister



... und in eine, die während einer Fantasiereise oder beim Vorlesen zur Ruhe kommt.

„Das ist vergleichbar mit dem Arbeitstag der Eltern. Es fordert sehr viel, die Wochenenden sind deutlich ruhiger“, erklärt Birgit Pfister. Dementsprechend brauchen manche Kinder unter der Woche mehr Schlaf.

„Die Vorstellungen der Eltern kollidieren oft mit den Bedürfnissen der Kinder.“

Birgit Pfister

Hinsicht gefragt. Für manche jüngeren Kinder reicht ein Mittagsschlaf nicht, sie müssen häufiger schlafen. Gleichzeitig können die Jüngsten das Gefühl der Müdigkeit oft nicht einordnen, sie fühlen sich einfach unwohl. Entsprechend äußert sich das Schlafbedürfnis unterschiedlich: Die einen suchen Nähe und Zuwendung, die anderen versuchen, durch Aktivität gegen ihr Unwohlsein anzukämpfen. Die Erzieherinnen und Erzieher sollten deshalb die Signale der Kinder beachten. Auch außerhalb der Mittagsschlafzeit sollten Kinder jederzeit ruhen dürfen. „Bedürfnisorientiertes Schlafen ist ein Qualitätsmerkmal einer guten Kita“, sagt Birgit Pfister.

Eltern informieren

Für viele Eltern ist dieses Thema schwierig. „Die Vorstellungen der Eltern kollidieren oft mit den Möglichkeiten der Fachkräfte und vor allem mit den Bedürfnissen der Kinder“, sagt die Expertin. Die Unterdreijährigen müssen im Krippen-Alltag viele Eindrücke verarbeiten und sich mit den anderen Kindern arrangieren.

Pädagogische Fachkräfte sollten mit den Eltern über die Bedürfnisse ihrer Kinder sprechen, um gemeinsam passgenaue Lösungen zu finden. Eine schriftlich formulierte Elterninfo kann helfen, die Abläufe und die Haltung der Kita zum Thema Schlaf deutlich zu machen. „In letzter Konsequenz sind die Erzieherinnen und Erzieher in der Kita für das Wohl des Kindes während des Kitatages zuständig.“

Julia Höhn, Redaktion KinderKinder

GESTALTUNG DES SCHLAFRAUMS

- niedrige Stapelbetten
- ein eigenes Bett für jedes Kind
- keine Kissen für Krippenkinder
- ärmelfreie Schläfsäcke
- harte Matratzen
- keine Zugluft
- dimmbare Beleuchtung

Weitere Informationen unter: www.sichere-kita.de/schlafraum



Ruhige Zeiten

Es ist früher Nachmittag in der Kita und die Jüngsten schlafen. Wie steht es jetzt um die Aufsichtspflicht: Muss eine pädagogische Fachkraft bei den Schlafenden bleiben oder darf die Zeit anders genutzt werden?

Z^zZ^z

? Frage: Müssen die Kinder im Schlafraum beaufsichtigt werden, wenn alle eingeschlafen sind?

! Antwort: Ja. Kleinkinder müssen durchgängig beaufsichtigt werden. Das gilt natürlich auch, während sie schlafen. Die Aufsicht kann aber in unterschiedlichen Formen stattfinden.

? Frage: Bedeutet das, dass die ganze Zeit eine pädagogische Fachkraft im Schlafraum anwesend sein muss?

! Antwort: Nein. „Durchgehende Beaufsichtigung“ bedeutet nicht, dass jemand permanent bei den Kindern im Ruhe- raum sitzen muss. Es genügt, wenn die Erzieherinnen und Erzieher regelmäßig nach den Kindern sehen und sie die Zeit in Reichweite anderweitig nutzen – das ist okay. Unsere Erfahrung ist, dass die Erzieherinnen und Erzieher hier im Alltag das richtige Gespür haben, wann sie nachschauen müssen. In der Praxis stellen die Erzieherinnen und Erzieher oft durch ein Babyfon sicher, dass sie mitbekommen, was im Schlafraum passiert.

? Frage: Reicht es aus, ein Babyfon in den Schlafraum zu stellen und die Kinder so von einem anderen Raum der Einrichtung aus zu beaufsichtigen?

! Antwort: Ein Babyfon ist hilfreich zur akustischen Beauf- sichtigung und wird von den Erzieherinnen und Erziehern auch als Ergänzung gerne verwendet. Wenn es im Schlaf- raum unruhig wird, ein Kind weint oder sie untypische Geräusche hören, wird das auch in anderen Räumen der Kita unmittelbar bemerkt. Unserer Erfahrung nach, schauen sie zusätzlich öfter in den Schlafraum, um auch zu sehen, ob alles in Ordnung ist, und handeln damit genau richtig.

? Frage: Kann die Aufsichts- pflicht auch an Dritte übertragen werden – also beispielsweise an den Hausmeister, eine Mutter oder den ehrenamtlichen Lesepaten?

! Antwort: Es können – nach entsprechender Einweisung – auch andere Personen zur Beaufsichtigung geeignet sein. Aus der Praxis kennen wir es, dass die Aufsicht manchmal die Praktikantinnen und Praktikanten übernehmen, die sich bei Bedarf Unterstützung holen. Das ist in Ordnung, denn die Beaufsichtigung schlafender Kinder muss nicht zwingend durch eine ausgebildete Fachkraft erfolgen.

Die Antworten gab **Jan Dunzweiler** von der Unfallkasse Baden-Württemberg

Wir suchen Sie!

Gibt es in Ihrer Kita eine Person, die sich besonders für Sicherheit und Gesundheit engagiert? Dann melden Sie sich bei uns! Schreiben Sie eine kurze Begründung an: kinderkinder@dguv.de



Freie Entfaltung

„In unserer Kita können die Kinder ihren eigenen Interessen nachgehen und selbst entscheiden, womit sie sich beschäftigen. Im Atelier gibt es dafür vielfältige Materialien. Auch das Malspiel nach Arno Stern (www.arnostern.com) und das Arbeiten mit Ton gehören dazu. Ich begleite und unterstütze die Kinder, alles selbst zu versuchen, und gebe nichts vor. Nur so machen sie eigene Lernerfahrungen und die Selbstbildungsprozesse werden in Gang gesetzt. In der Reggio-Pädagogik wird nicht nach ‚richtig‘ oder ‚falsch‘

bewertet. Die Kinder sind frei in ihrer Entfaltung und erwerben viele soziale Kompetenzen: Sie lernen, aufeinander Rücksicht zu nehmen, sich in Geduld zu üben und auf sich selbst zu fokussieren oder mit anderen Kindern in Projekten zu arbeiten. Achtsamkeit im Umgang mit Mensch und Material ist dabei ganz wichtig.“

Elena Tießen ist „Atelierista“ in der thyssenkrupp-Kita Miniapolis in Essen, Träger ist das DRK.

Die Sonne bleicht aus

Direktes Sonnenlicht hat ganz schön viel Kraft – und ist purer Stress für unsere Haut. Das können die Kinder selbst erfahren, indem sie Flecken von Gemüsesaft in der Sonne bleichen. Was passiert dabei in der Sonne? Die drastischen Ergebnisse sensibilisieren und animieren zu aktivem Hautschutz.

1 Der Versuch beginnt:

Jedes Kind bekommt zwei Blatt Papier oder zwei Stück weißen Stoff. Das Gemüse wird angeschnitten, so dass Saft austritt. Nun können die Kinder das Papier oder den Stoff in zweifacher Ausführung mit den Gemüsestücken bemalen. Alternativ kann mit dem Pinsel und den Gemüsesäften gemalt werden. Jedes Kind legt das eine bemalte Blatt Papier/Stoffstück in die pralle Sonne. Das zweite bemalte Papier/Stoffstück wird an eine schattige Stelle im Raum gelegt.

2 Variation:

Verschiedene Stücke Zeitungspapier (grau/bunt, trocken/angefeuchtet) werden nebeneinander an einen sonnigen Platz gelegt. Dabei wird von jeder Probe ein Exemplar abgedeckt – beispielsweise mit dunklem Tuch oder Pappe – und ein Exemplar der direkten Sonnenstrahlung ausgesetzt. Nach einigen Tagen wird verglichen: Gibt es Unterschiede? (Hinweis: Vorher ausprobieren!)

3 Was ist zu sehen?

Zu Beginn sind die Farben auf den Blättern und Stoffen in der Sonne ebenso intensiv wie auf jenen im Schatten. Bereits nach ein bis zwei Stunden wird aber ein Unterschied erkennbar. Die Farben auf den sonnenbeschienenen Blättern oder Stoffen werden heller. Nach einigen Stunden sind einige fast nicht mehr zu sehen oder sogar ganz verschwunden.

Alter: ab 3 Jahre

Das wird gebraucht: weißer Stoff oder Papier, rotes Gemüse (Paprika, Tomate, Möhre oder Rote Bete) oder Gemüsesaft (Möhre, Tomate), Messer, Pinsel, Zeitungspapier sowie ein dunkles Tuch oder Pappe.



Illustration: Anna-Lena Kühler



Der Versuch stammt aus der Reihe „Kinder forschen zu Prävention“ des Instituts für Arbeitsschutz (IFA) der DGUV und der Unfallkasse Rheinland-Pfalz. Mehr Versuche unter:
www.dguv.de,
Webcode: d104325



DOWNLOAD UNTER:
www.kinderkinder.dguv.de