

GEMEINSAM ESSEN... SO GEHT'S!



Ein kleiner Leitfaden für
das gemeinsame Essen
in Schülerbetreuungen mit
vielen praktischen Tipps



Gemeinsam essen	4
Ankommen, begrüßen und Plätze einnehmen	5
Welche Bedeutung hat die Begrüßung?	5
Was tun, wenn Kinder aufgeregt und laut von der Schule kommen?	5
Sollen Kinder ihre Plätze frei wählen?	7
Wie kann eine familiäre Atmosphäre geschaffen werden?	8
Wie kann die Selbstständigkeit der Kinder bei den Mahlzeiten gefördert werden?	8
Wie lange können und sollen Kinder ruhig am Tisch sitzen?	9
Was tun, wenn Kinder ohne triftigen Grund aufstehen und ihren Platz verlassen?	9
Anregungen rund ums Essen	10
Wie kann man Kindern Salat und Gemüse schmackhaft machen?	10
Was tun, wenn Kinder grundlos bestimmte Speisen oder Lebensmittel ablehnen?	10
Wie reagieren, wenn Kinder (fast) nichts essen wollen?	11
Was tun, wenn Kinder (zu viel) Nachschlag wollen?	12
Was hilft, wenn es beim Essen viel zu laut ist?	12
Kinder stärken und Verhalten lenken	15
Wobei können Kinder mithelfen?	15
Was tun, wenn sich Kinder nicht an Regeln halten?	16
Was tun, wenn ein Kind aus der Betreuung wegrennt?	17
Die Belohnungsmethode	18
Die Auszeitmethode	19
Elterngespräche	20
Wie können Elterngespräche wertschätzend geführt werden?	21
Atmosphäre und Raumgestaltung	22
Sicher unterwegs zum Mittagessen	23



Gemeinsam essen

Immer mehr Kinder nehmen regelmäßig ihr Mittagessen in der Schule oder in Einrichtungen der Gemeinschaftsverpflegung ein. Damit gewinnen diese Mahlzeiten an Bedeutung für das Wohlbefinden und für eine gesunde Entwicklung der Kinder, denn gemeinsam zu essen macht nicht nur satt. Während der Mahlzeit in Ruhe über Erlebtes und Herzbewegendes zu reden, lässt die Kinder ein Stück „Zuhause“ spüren. Dabei werden Sie als Betreuerin bzw. Betreuer zu einer wichtigen Bezugsperson und zu einem Vorbild für die Kinder. Dass Ihre Aufgabe – eine mehr oder weniger große Gruppe von Kindern nach einem anstrengenden Schulvormittag zu betreuen – keine leichte ist, liegt auf der Hand. In dieser Broschüre haben wir bewährte Methoden und Empfehlungen gesammelt, die Ihnen und den Kindern das gemeinsame Mittagessen angenehmer machen.



„Vor und nach dem Essen wasche ich mir die Hände.“

ankommen, begrüßen und plätze einnehmen

Welche Bedeutung hat die Begrüßung?

Begrüßen Sie die Kinder nach Möglichkeit mit einem freundlichen Händeschütteln. Berührungen und Blickkontakt wirken sich sehr positiv auf die Beziehung aus und erleichtern den wertschätzenden Umgang miteinander. Berührungen bauen Schwellenängste ab und vermitteln dem Kind das Gefühl, wahrgenommen zu werden und willkommen zu sein. Der direkte Augenkontakt verstärkt die gegenseitige Wahrnehmung. Dieselben Rituale empfehlen sich auch für die Verabschiedung.

Was tun, wenn Kinder aufgereggt und laut von der Schule kommen?

Kinder lieben Bewegung! Machen Sie sich bewusst, dass die Kinder in der Schule die meiste Zeit ruhig sitzen müssen. Die kurzen Pausen sind häufig nicht ausreichend, um den Bewegungsdrang der Kinder zu stillen. Bei vielen Kindern staut sich die Energie förmlich an und erneutes Stillsitzen beim Essen fällt ihnen daher schwer. Bieten Sie diesen Kindern wenn möglich die Gelegenheit, sich vor dem Mittagessen auszutoben, um anschließend das gemeinsame Essen in angenehmer Atmosphäre genießen zu können.

Vorschläge

- Anreize und Raum für Bewegung schaffen (z. B.: Spielgerätekorb mit Seilen, Softfrisbees, Hüpfspielen, Balanciergeräten; zu Bewegungsspielen auffordern oder 20 Minuten im Hof austoben)
- Erregungsabbau durch gemeinsame Spiele
- Ruhezone mit Zeichentisch (z. B. Mandalas)
- Bücherecke (Ein Kind oder eine Betreuungsperson liest eine Geschichte vor.)
- Ritual vor Beginn der Mahlzeit (z. B. Essensspruch, Spruch der Woche oder des Tages)

Beispiele für Essenssprüche

Mein Magen ist leer,
er brummt wie ein Bär,
er brummt wie ein Hummer,
drum guten Hunger!

Zwei Elefanten,
die sich gut kannten,
hatten vergessen,
ihr Frühstück zu essen.

Da sagt der eine: „Was ich jetzt brauch,
sind 33 Bananen im Bauch.“

Da sagt der andere: „Ich auch!“

-Guten Appetit-



„Ich esse mit meinem Besteck.“

Sollen Kinder ihre Plätze frei wählen?

Kinder fühlen sich wohl und angenommen, wenn sie mitreden dürfen. Das erhöht ihren Selbstwert und sie können Entscheidungen besser akzeptieren. Deshalb ist es grundsätzlich in Ordnung, wenn Kinder in der Mittagsbetreuung ihren Sitzplatz frei wählen dürfen - solange dies ruhig abläuft. Bei Unruhe und Streitigkeiten um Sitzplätze empfehlen wir, eine Sitzordnung einzuführen. Planen Sie im Voraus und machen Sie klare Vorgaben, damit die Platzvergabe entspannt abläuft und Sie lange Diskussionen vermeiden.

Anregungen für die Sitzordnung

- Legen Sie einen Wochen- oder Monatsplan fest.
- Schreiben Sie die Namen der Kinder auf Zettel oder ordnen Sie die Tische bestimmten Farben zu. Dann lassen Sie das Los entscheiden, welches Kind wo sitzen darf. Diese einfache Einteilung können Sie bei Bedarf wiederholen.
- Setzen Sie eher unruhigere Kinder zu Kindern, die älter und reifer sind.
- Weisen Sie Kindern, die schwer Kontakt knüpfen, einen Platz bei sozial aktiven Kindern zu. Bitten Sie die anderen Kinder um Hilfe und Zuwendung. Das fördert die Teamfähigkeit und soziale Kompetenz.
- Trennen Sie Kinder, die wiederholt zu laut miteinander reden und sich zu wenig kontrollieren können.

Wie kann eine familiäre Atmosphäre geschaffen werden?

Für immer mehr Kinder ist das Essen in der Mittagsbetreuung regelmäßig Ersatz für gemeinsame Familienmahlzeiten. Fördern Sie daher die Selbstständigkeit der Kinder. Das ermöglicht Ihnen, sich während der Mahlzeit zu den Kindern an den Tisch zu setzen und gemeinsam zu essen. So schaffen Sie eine Atmosphäre, die jener zu Hause ähnlich ist. Das erhöht das Wohlbefinden bei den Kindern und stärkt die Beziehung zu Ihnen.

Wie kann die Selbstständigkeit der Kinder bei den Mahlzeiten gefördert werden?

- Gestalten Sie das Buffet so, dass sich die Kinder selbst bedienen können. Sollten warme Gerichte ausgegeben werden, ermöglichen Sie den Kindern, sich den Salat selbst zu nehmen.
- Stellen Sie das Essen in Schüsseln auf den Tisch und ermöglichen Sie den Kindern, sich selbst zu bedienen.
- Lassen Sie die Kinder ihr gebrauchtes Geschirr und Gedeck abräumen. Speisereste können sie mit einer Teigkarte in einen Abfallbehälter schieben und das Geschirr fachgerecht stapeln.
- Teilen Sie Kinder für Dienste wie z. B. Tischkärtchen einsammeln, Tische reinigen oder zusammenkehren ein. Erstellen Sie dafür einen Plan und geben Sie den Kindern eine Merkhilfe. Das kann

beispielsweise eine Auftragskarte oder eine bunte Holzklammer, die an das Tischkärtchen gesteckt wird, sein.

- Zeigen Sie den Kindern ganz genau, was Sie von ihnen erwarten und geben Sie nur bei Bedarf Hilfestellung.

Wie lange können und sollen Kinder ruhig am Tisch sitzen?

Schon drei- bis sechsjährige Kinder können für die Dauer einer Mahlzeit etwa 20 Minuten am Tisch sitzen, ohne zwischendurch grundlos aufzustehen. Das gelingt am leichtesten, wenn die Kinder ohne lange Wartezeiten gemeinsam mit dem Essen beginnen und die Mahlzeit selbstständig einnehmen können. Falls Sie mehrere Gänge anbieten, vermeiden Sie dazwischen längere Wartezeiten, in denen rasch Unruhe aufkommt.

Was tun, wenn Kinder ohne triftigen Grund aufstehen und ihren Platz verlassen?

Berühren statt reden wirkt Wunder! Vermeiden Sie lautes Rufen oder Schimpfen. Gehen Sie zum Kind und berühren Sie es am Arm oder an der Schulter. Führen Sie das Kind sanft zurück an seinen Platz.

„Ich bleibe sitzen, bis alle Kinder mit dem Essen fertig sind.“



ANREGUNGEN RUND UMS ESSEN

Wie kann man Kindern Salat und Gemüse schmackhaft machen?

- Reden Sie nicht über gesundes Essen, sondern bieten Sie es ganz selbstverständlich an.
- Machen Sie kleine Portionen, um die Kinder nicht zu überfordern, und bieten Sie Nachschlag an.
- Solange die Kinder hungrig sind, kommen knackiges Gemüse und Salat am besten an. Fragen Sie nicht „Wer möchte Salat?“, sondern stellen Sie Salat oder rohes Gemüse mit Dip zu Beginn der Mahlzeit auf den Tisch. Bieten Sie keine anderen Speisen an, solange diese Vorspeise verzehrt wird. Beginnen Sie erst danach das Hauptgericht auszugeben.

Was tun, wenn Kinder grundlos bestimmte Speisen oder Lebensmittel ablehnen?

Neue Lebensmittel und Speisen schmecken uns oft nicht gleich beim ersten oder zweiten Mal. Damit sich etwas zu einer Lieblingsspeise entwickeln kann, müssen wir ein Gericht öfter, doch nicht zu häufig essen. Außerdem verändern sich geschmackliche Vorlieben im Laufe der Zeit.

- Bieten Sie allen Kindern die Chance, auf den „Geschmack zu kommen“ und ermuntern Sie zurückhaltende Kinder eine winzige Portion zu probieren.

Was gestern noch nicht geschmeckt hat, kann vielleicht heute schon schmecken. Ein Versuch lohnt sich auf jeden Fall!

- Schenken Sie heiklen Kindern keine übermäßige Beachtung. Das bestärkt sie in ihrem Tun.
- Vermeiden Sie langes Zureden. Das erzeugt meist Gegenwehr.

Wie reagieren, wenn Kinder (fast) nichts essen wollen?

- Bleiben Sie ruhig und freundlich.
- Bieten Sie eine kleine Portion an, z. B. auf einem kleinen Teller. Wiederholen Sie diese Geste bei Bedarf.
- Üben Sie keinen Druck oder Zwang aus! Kinder müssen nicht essen, wenn sie nicht wollen.
- Achten Sie bei Kindern, die generell wenig Appetit haben, darauf, dass sie sich nicht vor oder während der Mahlzeit den Bauch mit Wasser füllen.

 **Anregung:** Wenn Kinder wiederholt nicht essen wollen, suchen Sie das Gespräch mit den Eltern. Klären Sie, wie sich das Kind zu Hause beim Essen verhält. Sie bekommen möglicherweise ein anderes Bild vom Kind und können die Hintergründe für sein Essverhalten erfahren. Sprechen Sie sich mit den Eltern ab, wie Sie sich am besten in der Situation verhalten. Manchmal sind Kinder unglücklich, weil sie lieber bei ihren Eltern wären. Zeigen Sie Verständnis und bleiben Sie ruhig. Kinder beginnen meist zu essen, wenn ihnen die Umgebung vertrauter wird.

Was tun, wenn Kinder (zu viel) Nachschlag wollen?

- Solange der Vorrat reicht, kann dem Wunsch der Kinder nach weiteren Portionen entsprochen werden.
- Erinnern Sie Kinder, die viel essen und zu Übergewicht neigen, vor und auch während der Mahlzeit daran, Wasser zu trinken. Das fördert das Sättigungsgefühl, das im Normalfall bei gesunden Kindern nach ca. 20 Minuten eintritt.
- Regen Sie die Kinder an, bewusst zu kauen und langsam zu essen.
- Lassen Sie die Kinder warten, bis alle ihre erste Portion erhalten bzw. gegessen haben.
- Richten Sie beim Nachschlag kleine Portionen an bzw. empfehlen Sie eine kleine Portion zu nehmen.

Was hilft, wenn es beim Essen viel zu laut ist?

Sich beim Essen zu unterhalten ist durchaus erwünscht. Je nach Gruppengröße und Raumausstattung kann es jedoch erforderlich sein, dass die Unterhaltung sehr leise erfolgen muss. Stellen Sie für diesen Fall klare Regeln auf und nutzen Sie optische Signale:



„Während des Essens
spreche ich leise.“

- Geben Sie das Handzeichen „Psst“ mit dem Finger vor dem Mund und halten Sie die andere Hand dabei hoch. Suchen Sie Blickkontakt mit jenen Kindern, die laut sind. Warten Sie kurz, bis alle Kinder die Hand hoch heben. Durch die entstandene Lärmsenkung werden die Kinder aufmerksamer. Dadurch erübrigt sich ständiges Ermahnen, was wiederum die Lautstärke erhöht.
- Setzen Sie sich, wenn möglich zu den Kindern an den Tisch und essen Sie mit. Als Erwachsene oder Erwachsener sind Sie eine natürliche Autorität. Dadurch wird eine familiäre Atmosphäre geschaffen und die Kinder verhalten sich angemessener. Sprechen Sie mit den Kindern über ihren Alltag. Kinder, die viel Aufmerksamkeit benötigen und zum Stören und Kasperln neigen, werden abgelenkt und erfahren Wertschätzung ohne Ermahnungen.
- Verwenden Sie ein Ampelsystem und schalten Sie z. B. auf Gelb, wenn es lauter wird. Als Alternative eignet sich auch ein Schild mit einer grünen und einer roten Seite. Bei akzeptabler Lautstärke ist die grüne Seite sichtbar. Drehen Sie auf rot, sobald es zu laut wird und erinnern Sie die Kinder daran, leiser zu werden.
- Verwenden Sie gelbe und rote Karten, wie beim Fußball. Kinder kennen und schätzen diese Methode. Die gelbe Karte wird dem Kind vorgelegt, wenn es auch nach einer Ermahnung nicht stiller wird. Sie setzen damit ein klares Signal, ohne wiederum sprachlich ermahnen zu müssen. Wenn

auch das nichts nützt, folgt die rote Karte und es erfolgt beispielsweise eine Auszeit (siehe Auszeitmethode).

- Setzen Sie, während das Hauptgericht verzehrt wird, eine große Sanduhr ein. Solange der Sand rieselt, wird nur leise gesprochen oder geflüstert.



Das Plakat „Gemeinsam essen... so geht's“ mit Regeln und Piktogrammen im Format A0 und A1 ist bei der aks gesundheit GmbH erhältlich.

Kinder stärken und Verhalten lenken

Wobei können Kinder mithelfen?

Erfahrungsgemäß helfen Kinder meist gerne. Gerade Kinder, die eher unruhig oder sehr aktiv sind, profitieren, wenn sie kleine Aufgaben übernehmen können. Durch ihre Mithilfe werden sie eingebunden, erfahren Wertschätzung und ihr Verhalten kann besser gelenkt werden.

Lassen Sie beispielsweise die Kinder beim Tischdecken helfen oder Servietten falten. Das fördert die Tischkultur und erhöht das Wohlbefinden. Setzen Sie Arbeiten als Belohnung und nicht als Strafe ein. Am besten gelingt es, wenn die Aufgaben klar beschrieben und im Vorfeld gleichmäßig verteilt werden. Erstellen Sie einen Wochen- oder Tagesplan und schreiben Sie die Namen der Kinder, die für den jeweiligen Dienst eingeteilt sind, für alle gut sichtbar auf. Erstellen Sie den Plan am besten schon für eine Woche oder einen Monat im Voraus. Die Kinder wissen dann genau, wann sie an der Reihe sind. Das schafft Sicherheit für alle und niemand hat das Gefühl benachteiligt zu werden.

Hier ein paar Anregungen

- Tisch decken oder abräumen
- Wassergläser verteilen und Karaffen füllen

„Im Speisesaal gehe ich langsam.“

- Servietten falten
- Menü vorlesen
- Abfall sortieren und wegräumen
- Tischsets / Tische abwischen
- Tischdekoration mit den Kindern basteln und gestalten



Was tun, wenn sich Kinder nicht an Regeln halten?

Wenn sich Kinder wiederholt nicht an vereinbarte Regeln halten und Ihre Maßnahmen nicht greifen, führen Sie ein Gespräch mit dem Kind. Es ist wichtig, dass die anderen Kinder dabei nicht zuhören. Sprechen Sie ruhig und sachlich. Vermeiden Sie das Gespräch, wenn Sie aufgebracht sind!

Erklären Sie genau, welches Verhalten Sie stört. Danach sagen Sie klar und deutlich, welches Verhalten Sie erwarten. Zum Beispiel „Ich möchte, dass du während des Essens beim Tisch sitzen bleibst.“ Weisen Sie das Kind darauf hin, dass bei Nichteinhaltung die vereinbarten Konsequenzen folgen oder die Eltern informiert werden (siehe „Gespräche mit den Eltern führen“).

Es kommt leider immer öfter vor, dass man Kinder mit Worten und Ermahnungen nicht mehr erreichen kann. „Auffällige“ Kinder sind mitunter schon so oft geschimpft worden, dass sie gar nicht mehr „hören“ wollen. In solchen Fällen können Sie mit Berührungen und Augenkontakt viel mehr erreichen. Gerade Kinder mit Verhaltensauf-

fälligkeiten profitieren von „nicht sprachlichen“ Methoden wie Blickkontakt aufnehmen und halten, Zeichnen mit der Hand, Berührungen an Kopf oder Schulter, Antippen usw.

Denken Sie daran: Kinder mit Aufmerksamkeitsproblemen sind nicht einfach nur unfolgsam, sondern haben Schwierigkeiten in der Selbstregulation. Helfen Sie ihnen, indem Sie beispielsweise ein geheimes Zeichen vereinbaren, wenn das störende Verhalten wieder auftritt: „Dann klopfte ich dir auf die Schulter, als Erinnerung, wie du dich richtig verhalten sollst.“ Sie ermöglichen damit dem Kind, mit Ihnen weiterhin in einer guten und liebevollen Beziehung zu bleiben. Dem Kind wird dadurch vermittelt: „Ich mag dich, aber dein Verhalten stört. Bitte verhalte dich so, wie wir es vereinbart haben.“

Was tun, wenn ein Kind aus der Betreuung wegrennt?

Sofern möglich, suchen Sie das Kind und bringen Sie es zurück. Bleiben Sie dabei freundlich aber bestimmt: „Wegrennen ist gefährlich, das darf nicht sein!“ Informieren Sie die Eltern und führen Sie ein klärendes Gespräch mit dem Kind. Versuchen Sie herauszufinden, aus welchem Grund das Kind weg wollte. Sprechen Sie über konkrete Lösungsvorschläge, wenn das Kind wieder in eine solche Situation kommt. Zum Beispiel „Wir können über alles sprechen. Wenn es dir nicht so

gut geht, darfst du dich zurückziehen und dich beruhigen. Danach können wir gemeinsam deine Eltern anrufen usw.“ (siehe „Gespräche mit Eltern führen“).



„Wenn ich eine Frage
habe oder Hilfe
brauche, zeige ich auf.“

Die Belohnungsmethode

Kinder leben nach dem Lust-Prinzip. Alles, was Ihnen Freude macht, wiederholen sie gerne und immer wieder. Eine Belohnung oder die Aussicht darauf wirkt direkt auf das „Lustzentrum“ im Gehirn. Das erzeugt gute Stimmung und die ist wichtig, um etwas Neues zu lernen.

Vereinbaren Sie mit dem Kind eine kleine Belohnung, wenn es sich an die Regeln hält. „Du darfst einen Punkt auf ein Blatt (Punkteplan) malen.“ Das wirkt schon als erste Belohnung. Bei einer bestimmten Anzahl von Punkten kommt dann ein zusätzlicher positiver Verstärker für richtiges Verhalten. Das kann beispielsweise eine kleine Belohnung aus der Schatzkiste (Sammlung von kleinen Spielsachen, Luftballons, Karten, Stickern, Tatoos

etc.) sein oder die Möglichkeit, sich eine beliebige Aufgabe zum Mithelfen aussuchen zu dürfen (z. B. Menü am nächsten Tag vorlesen).

Die Auszeitmethode

Aggressive und destruktive Verhaltensweisen dürfen nicht geduldet werden; zu Ihrem Schutz und dem der anderen Kinder. Wenn Kinder andere verletzen oder Wutanfälle bekommen, müssen sie „aktiv“ aus dem Geschehen genommen werden. Dann können die Kinder „abkühlen“ und Sie kommen ebenfalls zur Ruhe.

Überlegen Sie sich vorher gut, wann und wie Sie diese Methode anwenden können und klären Sie, wohin ein Kind mit aggressivem Verhalten unter Berücksichtigung der Aufsichtspflicht gehen kann. Eventuell bietet sich ein eigener Tisch oder ein benachbarter Raum an. Schicken Sie Kinder nie unvorbereitet in die Auszeit, sondern kündigen Sie es vorher an. Damit geben Sie dem Kind die Chance, sein Verhalten zu korrigieren.

Sprechen Sie nach einem besonderen Vorfall mit den Kindern darüber und erklären Sie, dass es zum Schutz aller ist, dass Kinder bei aggressivem Verhalten einen bestimmten Platz zugewiesen bekommen bzw. den Raum verlassen müssen. Eine Auszeit dauert nur ein paar Minuten und dient dazu, die Situation zu beruhigen und klar zu machen, dass dieses Verhalten nicht akzeptiert wird. Als Richtwert gilt maximal eine Minute pro

Lebensalter. Bei Volksschulkindern genügen drei bis fünf Minuten. Wenn das Kind wieder herein geholt wird oder selber zurück kommt (das wird vorher vereinbart), begrüßen Sie es freundlich. Hier gilt: Kein Ermahnen mehr, denn die Angelegenheit ist nun erledigt und das Kind bekommt eine neue Chance.

Elterngespräche

Suchen Sie das Gespräch mit den Eltern nicht nur, wenn es Probleme gibt. Eltern sind und bleiben die Experten, wenn es um ihre Kinder geht. Fragen Sie nach, wie sich das Kind zu Hause verhält und wie die Eltern reagieren, um sein Verhalten zu lenken. Sie erhalten möglicherweise gute Hinweise, wie Sie besser mit dem Kind umgehen können.

Wenn es Probleme gegeben hat, bereiten Sie sich gut auf das Elterngespräch vor. Holen Sie sich Hilfe und Unterstützung bei Ihren Kolleginnen und Kollegen oder besser, führen Sie das Gespräch gemeinsam. Erklären Sie möglichst sachlich, wie Sie das Kind sehen. Beschreiben Sie das Verhalten, ohne es zu bewerten. Formulieren Sie achtsam und wertschätzend, ohne Beschuldigungen.

Beschreiben Sie genau, was vorgefallen ist. Sprechen Sie von Ihren Gefühlen, damit sich die Eltern besser in die Situation hinein fühlen können.

„Ich habe mir Sorgen gemacht, als Ihr Sohn weggerannt ist. Ihm hätte etwas zustoßen können.“

Oder: „Ihre Tochter hat heute während des Essen trotz Ermahnung drei Mal die Beine auf den Tisch gelegt und dabei ein Glas umgestoßen.“ Bleiben Sie bei den Fakten und mischen Sie keine anderen Themen hinein. Das führt nur zu Verwirrung und Widerstand der Eltern.

Wie können Elterngespräche wertschätzend geführt werden?

Für Eltern ist es immer unangenehm zu hören, dass ihr Kind negativ auffällt. Sie sind betroffen und sehr sensibel. Sie helfen den Eltern, wenn Sie in diesen Situationen auf die guten Seiten des Kindes hinweisen. Erwähnen Sie auf jeden Fall eine oder mehrere positive Verhaltensweisen des Kindes. Zum Beispiel „Florian grüßt immer sehr freundlich und wäscht sich ohne Aufforderung die Hände.“ Auf diese Art schaffen Sie eine angenehme Atmosphäre und sichern sich die Aufmerksamkeit der Eltern. Sie helfen sich und den Eltern in eine konstruktive Gesprächssituation zu kommen und gemeinsam über Lösungen nachzudenken.

atmosphäre und Raumbgestaltung

Lärmdämmung für eine angenehme Atmosphäre

Wenn die Räumlichkeiten eher kalt und hallend sind, kann eine Schalldämmung die Atmosphäre verbessern.

➔ Hier ein paar Anregungen

- Dämmung an Decke und Wänden anbringen
- Vorhänge aufhängen
- Kissen für die Stühle
- Filz oder Kunststoff an Tisch- und Stuhlbeinen anbringen
- Schaumstoff unter die Sitzfläche der Stühle kleben
- Sets und Tischtücher
- Schallschluckende Dekoration

➔ Gute Beispiele zur „lärmdämmenden Dekoration“

- Fensterdekoration: Laubblätter auf Folie kleben (Bucheinband) und dann die Fenster bekleben. Lässt sich problemlos wieder abziehen.
- Kleister auf die Fenster streichen und dann Watte darauf kleben – das gibt eine schöne Schneelandschaft und dämmt zusätzlich. Kleister großzügig verwenden, so kann die Dekoration in einem Stück wieder abgezogen werden.
- Baumwolltuch mit Acrylfarben bemalen und aufhängen.

sicher unterwegs zum Mittagessen

Kindergruppen von der Schule auf ihrem Weg zum Mittagessen und wieder zurück zu begleiten, ist vor allem in verkehrsreichen Regionen eine besonders verantwortungsvolle Aufgabe. Die Verkehrspolizei ist gerne bereit mit Ihnen und den Kindern den sichersten Weg ausfindig zu machen und auf besondere Gefahrenpunkte hinzuweisen.

➔ Wenden Sie sich zur Terminvereinbarung an

Herrn Meinrad Müller
meinrad.mueller@polizei.gv.at
T 0664 / 32 30 986





Herausgeber:

aks gesundheit GmbH
Gesundheitsbildung
Rheinstraße 61
6900 Bregenz
T 055 74 / 202 - 0
www.aks.or.at

Gestaltung: coop4

Druck: Riedmann
Auflage 2014

Verfasst von: Mag.^a Irene Fitz,
Mag.^a Angelika Stöckler MPH,
Mag.^a Sabine Kessler und
Stephan Schirmer MPH.
Mit Unterstützung von den
Schülerbetreuerinnen Natalie
Metzler und Tanja Bergmann.



Eine Maßnahme im Rahmen der österreichweiten Vorsorgestrategie.
Finanziert aus Mitteln der Bundesgesundheitsagentur.